

# Vzdělávání seniorů – cesta ke kvalitě života v séniu

Bc. Martin Skácel

---

Diplomová práce  
2017



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2016/2017

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Martin Skácel**  
Osobní číslo: **H150147**  
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Vzdělávání seniorů – cesta ke kvalitě života v séniu**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.  
Vymezení pojmů a teoretických východisek vztahujících se k problematice seniorského věku, vzdělávání seniorů a kvalitě života v séniu.  
Příprava metodiky výzkumné části.  
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.  
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**BOČKOVÁ, Věra.** Celoživotní vzdělávání – výzva nebo povinnost?. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2000. Texty k otevřenému a distančnímu vzdělávání. Ř. Andragogika – S.O.S. Evropa. ISBN 80-244-0155-X.

**HRONÍK, František.** Rozvoj a vzdělávání pracovníků. Praha: Grada, 2007. Vedení lidí v praxi. ISBN 978-80-247-1457-8.

**MŮHLPACHR, Pavel.** Základy gerontologie. Brno: MSD, 2008. ISBN 978-80-7392-072-2.

**STUART-HAMILTON, Ian.** Psychologie stárnutí. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

**ŠTILEC, Miroslav.** Program aktivního stylu života pro seniory. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.

Vedoucí diplomové práce:

**PhDr. Zuzana Hrnčířiková, Ph.D.**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce:

**22. listopadu 2016**

Termín odevzdání diplomové práce:

**20. dubna 2017**

Ve Zlíně dne 22. listopadu 2016



doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
děkanka



Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby<sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3<sup>2)</sup>;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 13.4.2017



1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledků obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Demografické změny stárnutí celé populace jsou celosvětovým problémem. Zlepšování životních a pracovních podmínek včetně pokroků ve zdravotnictví znamená ve svém důsledku snižování úmrtnosti a prodloužení délky života jedince. Současná společnost přináší mnoho možností, jak tento život zkvalitnit. Jednou z možných alternativ a cest k plnohodnotnému životu v séniu je vzdělávání.

Hlavním cílem diplomové práce bylo zjištění, zda vzdělávání obohacuje a prodlužuje aktivní život seniora a zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu.

Práce je rozdělena na teoretickou a empirickou část. Teoretická část je zaměřena na přehledné vymezení základních pojmů – jako senior a společnost, věnuje se rozboru aspektů stárnutí a kvality života seniorů. Dále jsou v teoretické části uvedeny historické aspekty stáří, volnočasové aktivity a možnosti vzdělávání seniorů. Empirická část se zabývá kvantitativním výzkumem, realizovaným formou dotazníku a testováním stanovených hypotéz.

Klíčová slova: senior, stáří, aspekty stárnutí, kvalita života, vzdělávání seniorů, ergoterapie, volnočasové aktivity, Univerzita třetího věku.

## **ABSTRACT**

Demographic changes in aging of the population are a worldwide problem. Improving of living and working conditions, including advances in health care ultimately means reducing of mortality and extending life expectancy of the individual. Contemporary society offers many possibilities how to improve this life. One of the possible alternatives and ways to live fully in late adulthood is education.

The main aim of the diploma thesis was to determine whether education enhances and prolongs the active life of senior citizens and whether modern technologies contribute, or, conversely, make life difficult for individuals in late adulthood.

The thesis is divided into theoretical and empirical part. The theoretical part is focused on a clear definition of basic terms as a senior and society and analyses the aspects of aging and quality of life of senior citizens. Further, the historical aspects of old age, recreational activities and education of seniors are introduced in theoretical part. The empirical part deals with quantitative research, implemented by questionnaire and testing hypotheses.

Keywords: senior citizen, aspects of aging, quality of life, education for the elderly, occupational therapy, recreational activities, University of the Third Age.

Tímto děkuji PhDr. Zuzaně Hrnčířkové, Ph.D. za konzultace, cenné připomínky, rady a návrhy při zpracování mé diplomové práce.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.



## OBSAH

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ÚVOD.....</b>                                       | <b>11</b> |
| <b>I TEORETICKÁ ČÁST.....</b>                          | <b>13</b> |
| <b>1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ .....</b>               | <b>14</b> |
| 1.1 STÁRNUTÍ A JEHO PROCESY .....                      | 15        |
| 1.2 SENIOR A SPOLEČNOST .....                          | 17        |
| 1.3 KATEGORIZACE STÁRNUTÍ .....                        | 18        |
| 1.4 ASPEKTY STÁRNUTÍ.....                              | 19        |
| 1.5 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ .....                       | 20        |
| 1.6 SHRNUÍ.....  | 21        |
| <b>2 HISTORICKÉ ASPEKTY STÁŘÍ.....</b>                 | <b>23</b> |
| 2.1 STATUS STÁŘÍ.....                                  | 23        |
| 2.2 HISTORICKÝ POHLED NA STÁŘÍ .....                   | 24        |
| 2.3 SOUČASNÝ POHLED NA STÁŘÍ.....                      | 25        |
| 2.4 SHRNUÍ.....  | 28        |
| <b>3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY SENIORŮ .....</b>            | <b>29</b> |
| 3.1 ERGOTERAPIE.....                                   | 30        |
| 3.2 MOTIVACE SENIORŮ K AKTIVNÍMU ŽIVOTNÍMU STYLU ..... | 32        |
| 3.3 BARIÉRY VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT .....                | 33        |
| 3.4 TYPY AKTIVIT VE VOLNÉM ČASE .....                  | 34        |
| 3.5 SHRNUÍ.....  | 38        |
| <b>4 MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ .....</b>             | <b>39</b> |
| 4.1 VZDĚLÁVACÍ INSTITUCE SENIORŮ .....                 | 40        |
| 4.2 VZNIK A ROZVOJ VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....             | 44        |
| 4.3 STUDIJNÍ OBORY .....                               | 46        |
| 4.4 SHRNUÍ.....  | 47        |
| <b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>                         | <b>49</b> |
| <b>5 METODOLOGIE VÝZKUMU.....</b>                      | <b>50</b> |

|     |   |           |
|-----|---|-----------|
| 5.1 | CÍL VÝZKUMU .....                                     | 50        |
| 5.2 | FORMULACE PŘEDPOKLADŮ A VÝZKUMNÝCH OTÁZEK.....        | 50        |
| 5.3 | CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU .....               | 51        |
| 5.4 | POUŽITÁ METODA.....                                   | 51        |
| 5.5 | PREZENTACE VÝSLEDKŮ .....                             | 52        |
| 5.6 | OVĚŘENÍ HYPOTÉZ .....                                 | 74        |
| 5.7 | SUMARIZACE VÝSLEDKŮ A POROVNÁNÍ S CÍLEM VÝZKUMU ..... | 79        |
| 5.8 | DISKUZE .....   | 81        |
|     | <b>ZÁVĚR .....</b>                                    | <b>82</b> |
|     | <b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>                 | <b>84</b> |
|     | <b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....</b>        | <b>87</b> |
|     | <b>SEZNAM GRAFŮ .....</b>                             | <b>88</b> |
|     | <b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>                           | <b>90</b> |
|     | <b>SEZNAM TABULEK.....</b>                            | <b>91</b> |
|     | <b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>                             | <b>92</b> |

## ÚVOD

V dnešní době patří téma seniorů mezi nejčastěji diskutovaná témata vůbec. Důvod zájmu společnosti o tuto skupinu populace může být i ten, že seniorů přibývá a dle demografických údajů bude tento trend stále pokračovat. Tímto může být přímo či nepřímo ohrožena demografická stabilita společnosti. Vývoj společnosti je především poznamenán charakteristickou dynamikou probíhajících procesů a změn. Transformační procesy, které započaly a v roce 1989 výrazně změnily do jisté míry ustálený stav osmdesátých let. Postupně dochází ke změně fungování celé ekonomiky. Nejen na seniory, ale i na celou populaci je vyvíjen značný tlak stran informačních technologií a nutnosti se stále vzdělávat.

Již není možné počítat s tím, že člověk, který vystuduje určitý obor je vyškolen na celou svou aktivní kariéru a tedy se člověk musí vzdělávat. Téma vzdělávání seniorů je mi velmi blízké, a to nejen tím, že se postupně bude týkat každého z nás. Domnívám se, že právě vzdělávání a aktivita mohou prodloužit aktivní a plnohodnotný život člověka.

Jak uveřejňuje Český statistický úřad, a uvádí ve své studii viz. Samostatná studie ČSU na základě dat VŠPS za 1. – 3. čtvrtletí 2010 (dostupné na: [https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici\\_duchodci\\_tvori\\_dulezitou\\_soucast\\_ceske\\_ekonomiky](https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky)) o aktivitě seniorů rozhoduje vzdělání. Existují velké rozdíly v míře intenzity pracovního zapojení důchodců podle úrovně dosaženého vzdělání. Razantní rozdíl v míře pracovní aktivity můžeme sledovat ve skupině důchodců s vysokoškolským vzděláním (19 %) oproti skupině důchodců pouze vyučených (5 %).

Nejen vzdělávání, ale i využití volnočasových aktivit tvoří důležitou součást života jedince, a to nejen v séniu. Současná společnost skýtá mnoho nových alternativ využití volného času a reflektuje změnu, která je pozorovatelná u dnešních seniorů. Přímo na seniory se specializuje řada institucí a vědních oborů.

Cílem diplomové práce je zjistit jaké existují alternativy v oblasti vzdělávání a možnosti příslušných aktivit v rámci volného času pro seniory a jak se tyto odrazí v kvalitě jejich

života. Novým fenoménem doby je počítačová gramotnost každého člena společnosti. Domnívám se, že by bylo vhodné se zaměřit na názory a postoje seniorů na užívání moderních technologií v jejich životě, dále na motivační faktory a bariéry, které mohou ovlivňovat seniorům přístup k vzdělávání.

První část diplomové práce si klade za cíl vytvořit přehledný a ucelený pohled na zvolenou problematiku a vytvoření rámce teoretických poznatků zkoumané oblasti. Jde o definování základních pojmů jako senior, kategorizaci stárnutí včetně jejích aspektů a kvality života. Specifikuje též historické aspekty stáří a věnuje se volnočasovým aktivitám seniorů a možnostem vzdělávání v séniu.

Cílem praktické části je prostřednictvím kvantitativního výzkumu formou dotazníku zjistit, zda vzdělávání obohacuje a prodlužuje aktivní život seniora a zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu.

V závěru práce jsou reflektovány názory a postoje seniorů a naznačeny možné návrhy na zlepšení v praxi.

Výsledky naznačují, že důležitým heslem by pro nás všechny mělo být krédo, že pro prožití kvalitního období stáří potřebují aktivní senioři nejen péči, ale zábavu.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ

Zlepšení životních a pracovních podmínek včetně pokroků medicínských znamená ve svém důsledku snížení úmrtnosti a prodloužení délky života. Moderní společnost přináší řadu možností - jak takto získané roky navíc prožít plnohodnotně, a to nejen v souvislosti s možnostmi zvyšování jejich vzdělání.

Demografické změny stárnutí celé populace není jen problémem České republiky, ale řeší je různou měrou všechny vyspělé státy světa. Predikce statistik jsou v tomto směru zcela jasné. Tento trend bude i nadále pokračovat. Vzhledem k tomu, že problematika stárnutí celé populace je problémem celospolečenským, ale i celosvětovým, je logické, že musí být také institucionálně metodicky řízena. Tuto funkci zajišťuje v České republice Ministerstvo práce a sociálních věcí, které je rovněž koordinátorem politiky přípravy na stárnutí v České republice, zadavatelem i zpracovatelem různých koncepčních dokumentů.

Mezi významné dokumenty patří Usnesení vlády České republiky ze dne 30. března 2015 č. 218 o Národním akčním plánu podporujícím pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017. Dále byla schválena aktualizace strategického dokumentu Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017. Tyto dokumenty navazují na již předchozí plány a akcentují doporučení OSN a dalších mezinárodních organizací, zejména Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí (OSN, Madrid 2002) a Zásady OSN pro starší osoby (1991).

Základním rámcem Národního akčního plánu je zajištění dodržování a ochrany lidských práv seniorů. Záměrem je komplexní přístup k řešení problematiky stárnutí populace, koordinace a propojování jednotlivých strategií resortů v oblasti přístupů ke stárnutí a vytvoření společných priorit všech přijatých opatření. Aktualizované verze řeší problematiku efektivněji na vládní úrovni a kladou důraz na prevenci a odpovědný přístup populace ke svému zdraví a podporu aktivního života seniorů. V tom je spatřováno meritum pro zvládnutí problémů spojených se stárnutím populace v budoucnosti.

Vláda České republiky zřídila Radu vlády pro seniory a stárnutí populace jako svůj poradní a iniciativní orgán. Rada je stálým poradním orgánem vlády pro otázky týkající se seniorů a stárnutí populace. Ve své činnosti usiluje o vytvoření podmínek pro zdravé, aktivní

a důstojné stárnutí a stáří v České republice a aktivní zapojení starších osob do ekonomického a sociálního rozvoje společnosti v kontextu demografického vývoje.

Zákonem, který upravuje a řeší podmínky poskytování pomoci a podpory fyzickým osobám v nepříznivé sociální situaci (dále jen "osoba") prostřednictvím sociálních služeb a příspěvku na péči, podmínky pro vydání oprávnění k poskytování sociálních služeb, výkon veřejné správy v oblasti sociálních služeb, inspekci poskytování sociálních služeb a předpoklady pro výkon činnosti v sociálních službách je Zákon č. 108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách, v platném znění (dostupné na: <http://portal.gov.cz/app/zakony/>).

Téma seniorů a jejich vzdělávání je zpracováváno z různých hledisek a v rámci rozličných vědních disciplín. Mezi nejvýznamnější patří gerontologie jakožto nauka o procesech stárnutí člověka. Zabývá se somatickými (tělesnými) a psychickými aspekty stárnutí a stáří. Velká pozornost je věnována také historickým aspektům stáří a naopak i současným pohledům na aktivní prožití tohoto věku včetně různých terapií a motivací. Značná pozornost je též věnována významu vzdělávání seniorů ve vztahu ke zlepšení jejich života v séniu.

## 1.1 Stárnutí a jeho procesy

Stárnutí je vlastně proces, který začíná okamžikem narození. Je to fyziologický proces, který zahrnuje jednotlivé životní etapy. Životní etapy navazují na sebe, jsou rovnocenné a spějí k neodvratnému konci života.

Je mnoho definic, které vyjadřují pojem stáří a všechny se shodují, že jde o involuční změny. I když literatura jednoznačně neuvádí přesnou definici. Názory na otázku, kdy člověk vstupuje do sénia se značně liší. Neexistuje žádný klíč, podle kterého se určuje, kdy je člověk skutečně starý. Jsou „senioři“, kteří jsou v 65 letech stále velice aktivní a jejich pracovní tempo předčí i některé mladé lidi. Naopak jiní v tomto věku potřebují zaopatření a pomoc druhých.

Podle definice Světové zdravotnické organizace je *stařecký věk neboli senescence obdobím života, kdy se poškození fyzických či psychických sil stává manifestní při srovnání s předešlými životními obdobími* (Haškovcová, 2010, s. 20).

*Stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory (především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami) a je spojeno s řadou významných změn sociálních (osamostatnění dětí, penzionování a jiné změny sociálních rolí). Všechny změny příčinné i následné se vzájemně prolínají, mnohé jsou protichůdné, a jednotné vymezení a periodizace stáří se tak stávají velmi obtížnými. (Mühlpachr, 2004, s. 18)*

Podle Saka a Kolesárové (2012, s. 11) je stáří jako vrcholné a definitivní stádium života důsledkem společnosti, ve které člověk žil a žije. Stáří vypovídá mnohé o společnosti a je jejím produktem. Život v dětství, mládí a dospělosti předurčuje naši budoucnost. Vymezení souvislostí mezi stářím a společností nemůžeme chápat pouze jednosměrně.

Kalvach (2004, s. 67) charakterizuje stárnutí jako: *univerzální proces, probíhající kontinuálně od početí, postihující živou hmotu. Za skutečný projev involuce (je popisována jako složitý komplex dějů spojených s vlivy prostředí, stylem života, patologickými stavy, reparačními a adaptačními procesy, atd.) lze považovat teprve pokles funkcí, ke kterému dochází po dosažení sexuální dospělosti. Stárnutí je tedy proces multifaktorový.*

*Pod pojmem stárnutí se zpravidla rozumí souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které podmiňují jeho zvýšenou zranitelnost a pokles schopností a výkoností jedince, jež kulminují stadium ve smrti. (Langmeier, Krejčířová, 2007, s. 202).*

**Gerontogeneze** nebo také stárnutí je specifický celoživotní proces, který je zákonitý. Involuční projevy jsou zřejmé již ve čtvrtém decenniu nebo na přelomu čtvrtého a pátého decennia. Tento individuální proces, který probíhá s velkou interindividuální variabilitou, protože každý člověk stárne jiným tempem, podle jeho genetické výbavy, zdravotního stavu, životními podmínkami, životním stylem a interakcí s prostředím. Současně je to proces asynchronní, který nerovnoměrně postihuje funkce a struktury organismu v souvislosti se zatěžováním a poškozováním i vlivem chorobných procesů organismu. Průběh stárnutí mohou ovlivnit důsledky zásahů v kritických vývojových periodách, vyznačujících se mimořádnou vnímavostí a ovlivnitelností organismu.

**Biologická involuce** vychází z individuálních genetických dispozic. Léky, které mají pozitivně působit na organismus ve stáří se nazývají geriatrika. U nás se používají tzv. geriatrika nepravá, která příznivě ovlivňují organismus. Geriatrika v žádném případě



nepostihují involuční procesy a především dodávají látky, jako jsou vitamíny minerály, stopové prvky a hormony. Nepravá geriatrika také pozitivně ovlivňuje průtokové vlastnosti krve, prokrvení, trofiku tkání a činnost vegetativního nervového systému. Mezi nepravá geriatrika se někdy zařazují i látky, které pozitivně ovlivňují mozkovou činnost a metabolismus. Do skupiny nepravých geriatrik patří procain, rostlinné výtažky nebo různé včelí produkty. Existence pravé geriatriky, které přímo ovlivňuje biologický proces stárnutí, není známa.

**Tělesná involuce** se po šedesátém roce života značně zrychluje. Vyznačuje se ubýváním funkčních tkání, oči jsou citlivé na silné světlo včetně zhoršování zraku. Typické je také zhoršování sluchu. Časté jsou také problémy, jako jsou srdeční choroby, chronický zánět kloubů, vysoký krevní tlak, onemocnění páteře a nohou. Zlomeniny se dlouho hojí.

Po šedesátém roce života se u člověka projevuje i **duševní involuce**. Zpomaluje se duševní činnost a zvyšuje se opatrnost. Pro starého člověka je důležitější přesnost než rychlost, jako například přepočítávání peněz po nákupu nebo přecházení vozovky. Mezi rysy stáří můžeme také zařadit špatné snášení změny. Velkým problémem může být například stěhování, které je pro staré lidi traumatem. Duševní involuci označujeme také, jako demontáž osobnosti, která se projevuje zejména vyklíčením vybudovaných pozic, snížení zájmu o okolí a netečnost. Tento věk je spojen novými problémy a stresy. Jsou běžné psychické poruchy, paranoi, deprese a suicidia (Mühlpachr, 2004, s. 22 – 26).

## 1.2 Senior a společnost

Moderní společnost dnešního seniora vnímá jinak než dříve. Historický náhled na tuto specifickou skupinu se značně změnil. Staří lidé nepatří již do nějaké homogenní skupiny, kterou je třeba separovat. Bohužel však i přes tento pozitivní trend, má však společnost stále hodně předsudků, které souvisí s poklesem flexibility a rezignace na vše nové. Zvláště v oblasti nových technologií, se kterými narůstají bariéry ve vztahu s mladou generací. Společnost preferuje nové formy komunikačních strategií, ve kterých se senioři ne vždy lehce orientují. Ztrácejí tak cenné body v očích společnosti. Mezigenerační rozdíly zásadně ovlivňují rozdílné hodnoty a názory.

Postavení seniora ve společnosti se odráží v jeho sociální pozici, kterou mu společnost přisuzuje, jak uvádí Lašek (2003, s. 77 – 79):

*Sociální status neboli postavení je pozice člověka v sociální struktuře, ve společnosti, v konkrétní oblasti sociálního života. Status může nést jednotlivec i skupina lidí. Status vymezuje práva a povinnosti jedince (skupiny) ve vztahu k ostatním a zároveň také formuje očekávání okolí od držitele statusu v určitých situacích. Vzhledem k tomu, že existuje mnoho oblastí sociálního života, pak existuje i pluralita statusů - jeden člověk může mít více sociálních pozic, statusů, které mohou být buď ve shodě, nebo které vzájemně komplementární nejsou. Status zahrnuje také hodnotu postavení.*

Přítom však můžeme vidět v této skupině i značný ekonomický potenciál. Pokud bude společnost chtít, *proces aktivizace stáří je z hlediska naší společenské a ekonomické budoucnosti zásadní a jako takový by měl být aktivně podporován.* (Gruss, 2009, s. 7).

Podle Saka a Kolesárové (2012, s. 162 – 164) je stáří období, kdy by si měl člověk užívat odpočinku a zaslouženě sklízet plody své práce. Bohužel sociální darwinisti zastávají názor, že senioři jsou finanční zátěží společnosti. Současná společnost poskytuje seniorům důchod za hodnoty, které ve svém aktivním životě vytvořili. Naše společnost zastává názor, že člověk se má připravit na stáří tak, aby se obešel bez pomoci svých blízkých. Až 78 % seniorů a 62 % ostatní populace si myslí, že úroveň společnosti, zejména pak kulturní úroveň se pozná podle chování společnosti k seniorům.

### 1.3 Kategorizace stárnutí

Podle Haškovcové (2010, s. 20) jsou výše uvedené definice platné, jen pro určitou část populace seniorů, na kterých je stáří viditelně nepřehlédnutelné. Musíme si položit otázku, jak správně označit a pojmenovat určité fáze života, kdy není člověk zcela starý, ale pouze starší. V posledních letech se nejčastěji používá následující členění:

- 45 - 59 let (střední, nebo též zralý věk),
- 60 - 74 let (vyšší věk, nebo rané stáří),
- 75 – 89 let (stařecký věk, neboli sénium, vlastní stáří),
- 90 let a výše (dlouhověkost).

Múhlpachr (2004, s. 18 – 21) rozděluje stáří na:

- **Biologické stáří** - vyznačuje se atrofií, poklesem zdatnosti, zvýšeným výskytem chorob např. aterosklerózou, Dosud nejsou známy přesné příčiny stárnutí. Biologické stáří může rozdělit do dvou okruhů:

Epidemiologický přístup – stáří a smrt jsou nahodilé a jsou podmíněny chorobami nebo např. úrazy.

Gerontologický přístup – stáří a smrt jsou procesy zákonité, připouští existenci smrti stářím.

- **Sociální stáří** - nejčastěji je spojováno s odchodem do starobního důchodu, mění se role v životě člověka i jeho životní způsoby a také ekonomická situace. Stárnutí chápeme jako sociální skutečnost. Sociální periodizaci života můžeme rozdělit do čtyř období, tzv. věků.
- **Kalendářní (chronologické) stáří** – vyznačuje se dosažením určitého, arbitrárně stanoveného věku. V šedesátých letech dvacátého století určila Světová zdravotnická organizace jako hranici stáří věk 60 let. Ale hospodářsky vyspělé státy tuto hranici, s ohledem na prodlužování života posunuly k věku 65 let.

#### 1.4 Aspekty stárnutí

Pokud budeme chtít nějakým způsobem charakterizovat procesy stárnutí, musíme si uvědomit, že jde o specifický celoživotní proces, který je velmi individuální a také geneticky podmíněný. Individuálně lze tento proces ovlivnit životními podmínkami, stylem a vlastní aktivitou.

Jak uvádí Múhlpachr (2004, s. 22-27) můžeme tyto aspekty rozdělit na biologickou, tělesnou a duševní involuci. Značná pozornost je věnována teoriím stárnutí, kde se objevují dva základní trendy:

- snaha o prodloužení života,
- snaha o prodloužení věku, kdy je člověk aktivní.

Z pohledu lékařského dochází v procesu stárnutí k tělesným i duševním změnám. Tělesné změny vychází z individuálních genetických dispozic. Stárnutí a jeho rychlost ovlivňují i vnější faktory. Na těchto faktorech závisí, v jaké kondici člověk prožije své stáří. K úpadku tělesných funkcí dochází již v rané dospělosti.

Dochází také ke změně mnohých psychických funkcí. Tyto změny jsou podmíněny biologickými nebo psychosociálními vlivy.

V případě biologicky podmíněných změn se jedná o změny, jež jsou pouhým projevem stárnutí, nebo jde o změny vyvolané nějakým chorobným procesem. Ve stáří také může docházet ke změnám v osobnosti a zvýraznění některých negativních vlastností. Dochází například k prohloubení introverze, egocentrismu. S narůstajícím věkem dochází ke zpomalování jednotlivých funkcí, prodlužuje se reakční čas, pomalejší je i zpracování informací, zhoršuje se zraková a sluchová ostrost.

## 1.5 Kvalita života seniorů

Kvalitu života seniorů můžeme posuzovat dle různých hledisek. Pro každého je toto hledisko zcela individuální a je ovlivněno subjektivním náhledem - jak vnímá svůj život. Existuje řada faktorů, které ovlivňují, kvalitu života seniorů. Zjednodušeně by se tyto faktory mohly zobecnit do dvou základních kategorií, a to na vnitřní a vnější. Tyto faktory jsou v neustálé interakci. Mezi další výrazně život ovlivňující faktory patří společnost a její náhled na seniory, sociální kontakty, dostupnost zdravotní péče, bydlení, doprava, politika státu a bezpečnost prostředí.

*Na kvalitu života působí řada obecných vnitřních a vnějších faktorů, které jsou v neustálé vzájemné interakci. Přesto existuje celá řada dalších faktorů, které specificky ovlivňují právě kvalitu života seniorů. Mezi nejzávažnější patří:*

- **Sociální síť** - kontakty, integrace, dostupnost pomoci.
- **Nedostatek respektu** – infantilizace,
- **Ageismus** – prezentace v médiích, šíření mýtů,
- **Zdravotní péče** – dostupnost a kvalita domácí péče,
- **Komunitní služby** – informovanost, nabídka aktivit, prevence, programy,

- *Profesionální pečující osoby – sociální integrace, podpora komunikace,*
- *Bydlení – kvalita a dostupnost.*
- *Doprava.*
- *Bezpečnost prostředí – komunikace s okolím (etnické skupiny),*
- *Politika státu – vyslechnout a respektovat potřeby.* (Vaňurová, Múhlpachr, 2005, s. 103 – 104).

*Řada odborníků mezi hlavní činitele kvality života v seniorském věku řadí udržení úrovně mobility, nezávislosti, autonomie a soběstačnosti.* (Hudáková, 2013, s. 45 – 47).

Jak uvádí Hudáková a Majerníková (2013, s. 45 – 47), společnost by měla klást důraz na podporu kvality života seniorů, která souvisí s udržením aktivit seniora i jeho společenskou integrací. Dále k podpoře zlepšení zdravotního stavu seniorské populace. Dále by bylo třeba vytvářet předpoklady pro zachování důstojnosti, participace, autonomie, seberealizace a zabezpečení každého člověka.

Jak uvádí Čevela, Kalvach a Čeledová (2012, s. 30) k podpoře kvalitního života v seniorském věku patří:

- Podpora zdraví, životního stylu – kvalita prostředí, preventivní programy, doprava, bydlení, poradenská činnost.
- Setrvalý osobnostní růst – podmínky pro aktivní život, mezigenerační vztahy.
- Přirozená participace v každodenním životě rodiny či jiné základní skupiny.
- Hmotné zabezpečení - pracovní, tvůrčí, výdělečná činnost, jsou-li k ní podmínky a potenciál.
- Partnerský život, péče o domácnost, podpora partnera.
- Zachování autonomie a svébytnosti.

## 1.6 Shrnutí

První kapitola diplomové práce je věnována základním pojmům, a to v oblasti stárnutí a jeho procesů. Definiuje pojem senior a jeho postavení ve společnosti, dále se zaměřuje na kategorizaci stárnutí. Rekapituluje základní aspekty stárnutí. Konec první části diplomové práce je zaměřen na rozbor kvality života seniorů.

Lze říci, že stárnutí je proces, který je započat již v okamžiku narození. Jako každý proces i tento má svá specifika, určité etapy, které na sebe navazují a končí smrtí. Dochází k úbytku sil, poklesu životní úrovně, přichází zdravotní omezení. Gerontogeneze nebo stárnutí je proces multifaktorový a zcela individuální. Biologická involuce je ovlivněna individuálními genetickými dispozicemi. Po šedesátém roce lidského života se zrychluje a začíná se projevovat tělesná a duševní involuce.

Existuje řada možností členění jak rozdělit a pojmenovat životní fáze, dle Mühlpachra (2004, s. 18 – 21) můžeme rozdělit stáří na:

- biologické stáří , - sociální stáří, - kalendářní (chronologické) stáří.

Aktuálně je věnována značná pozornost různým teoriím stárnutí, kde se objevují dva základní trendy:

- snaha o prodloužení života,
- snaha o prodloužení věku, kdy je člověk aktivní.

Na tyto aktuální trendy navazuje snaha o zvýšení kvality života seniorů. Zvýšení kvality života seniorů ovlivňuje řada faktorů, které jsou v neustálé interakci. Jde zejména o dostupnost zdravotní péče, hmotné zabezpečení včetně bydlení, dopravu, politiku státu a bezpečnost prostředí. Dále k důležitým faktorům patří společnost, přirozená participace v běžném životě, sociální kontakty a zachování autonomie a svébytnosti.

## 2 HISTORICKÉ ASPEKTY STÁŘÍ

Pohled společnosti na seniory se v průběhu staletí velmi měnil. V současné době je pohled společnosti spíše nedůvěřivý až negativní.

Jak uvádí Štilce (2004, s. 13 – 14): *zkušenosti potvrzují názor, že posuzovat kvalitu života léty je totéž jako měřit hodnotu knihy počtem stran, obraz čtverečnými decimetry a sochu na kilogramy.*

Dle Štilce (2004, s. 14) délku života nemůžeme měřit ani jeho kvalitu natož spokojenost jedince. Proces stárnutí můžeme považovat za přirozený a biologický proces, který je zákonitý a jeho projevy jsou snížení adaptačních schopností organismu a ubývání funkčních rezerv. Je zcela obvyklé, že osoby stejného kalendářního věku mají mezi sebou velké rozdíly v těchto schopnostech. Zde pak hovoříme o tzv. biologickém věku, který se obvykle definuje jako průměrný kalendářní věk, jemuž odpovídá biologický nebo funkční stav organismu zkoumané osoby.

Proces stárnutí na biologické úrovni je ovlivňován genetickými předpoklady a životním stylem. V užším slova smyslu se tímto termínem označují všechny involuční změny v organismu člověka probíhající na organické úrovni. Nejdříve dochází ke změnám struktury a poté ke změně funkcí. Tělesné změny jsou nejvíce znatelné. Dochází tak ke změně vzhledu člověka, ke snížení výšky, nárůstu hmotnosti a úbytku svalové hmoty. Zhoršuje se koordinace pohybu, dochází ke snížení mobility, oslabení kostí – hrozí osteoporóza.

### 2.1 Status stáří

*Senior je člověk v završující životní fázi se specifickým postavením ve společnosti.* (Sak, Kolesárová, 2012, s. 25).

Moderní člověk vnímá stáří jako nutné zlo. Dnešní společnost je nastavena velmi tvrdě a je oslavován kult mládí, opěvována krása, zdatnost, ale prioritně je společnost zaměřena na výkon. Již od mládí se rodí vztah ke stáří. Nápodoba zde hraje velký význam. Příklady rodičů často kopírují jejich děti a tak jak my přistupujeme k vlastním rodičům, tak s námi

budou jednat naše děti. Je třeba vzít v potaz, že stáří v sobě nese moudrost, zkušenosti, ale na druhé straně zase pomalé tempo.

Pokud se budeme zamýšlet nad obsahem této etapy života, musíme si uvědomit, že obsah i forma je dána stylem dosavadního života a je výrazně ovlivněna individuálním přístupem a jedinečností (Štílec, 2004, s. 13 – 14).

## 2.2 Historický pohled na stáří

Podle Haškovcové (2010, s. 33) bylo největším přáním lidí, žít co nejdéle. Ale v historii se velmi málo lidí dožilo stáří. Jednak vlivem vysoké kojenecké úmrtnosti a také v důsledku infekčních chorob. Ve čtrnáctém století se v Evropě rozšířila pandemie moru a cholery. Tyto nemoci a také různé úrazy byly v minulosti neléčitelné. Dalšími aspekty, ovlivňující délku života byla nedostatečná lékařská péče, chudoba a těžká fyzická práce. Špatné hygienické podmínky byly příčinou, že velký počet osob umíralo předčasně a že se jen asi dvě až čtyři procenta lidí dožívalo vyššího věku. Vždyť padesátiletý člověk byl považován za seniora.

Člověka, který se dožil, vyššího věku lidé uctívali pro jeho životní a profesní zkušenosti. Tito lidé mohli své zkušenosti předávat mladší generaci, pro kterou to byl jediný zdroj informací. V průběhu několika staletí se stáří považovalo za velice vzácnou a neobvyklou věc.

V devatenáctém století se začíná rozvíjet nový směr a pohled na stáří. Pro tento nový pohled je specifické, že se odklání od stáří, které se stává jen obtížně přijatelným obdobím života a začíná preferovat děti a mladé lidi.

Ale stáří v minulosti nebylo idylické. Staří lidé se museli o úctu ostatních doslova rvát. Vztah člověka ke svému stáří se odvíjelo od všeobecného názoru, který můžeme rozdělit na dvě kategorie:

- První kategorie se vyznačuje přebíráním tradovaného názoru, že v minulosti to staří lidé měli podstatně lepší, protože si dokázali vytvořit gloriolu moudrosti, trpělivosti a laskavosti a méně atraktivní projevy stáří zůstávaly v pozadí. Vždyť moudrost je zárukou respektu ostatních lidí.



- Druhá kategorie značí obrat v negativní vnímání stáří. V této kategorii je stáří spojováno s hrůzou onemocnění a strádáním. Převládá strach s individuální involuce stáří a přináší jen vše negativní.

Velký problém ohledně stáří přichází v negativních postojích společnosti k starým lidem. Tyto negativní postoje přerostly v někdy skrývaný nebo otevřený boj proti starým lidem, který je v literatuře označován jako ageismus. Někdy je ageismus také nazýván jako averze. Označuje se jako negativní postoj vůči starým lidem a všemu, co stáří připomíná.

### 2.3 Současný pohled na stáří

Od počátku lidstva existuje po celou dobu jeho trvání zájem o procesy stárnutí, pátrá se po příčině a důvodu tohoto jevu. Eminentní zájem je v oblasti oddálení působení stárnutí společně s různými pohledy a přístupy ke starším osobám a částem etap lidského života. Vzhledem k všeobecnému stárnutí lidské populace, která je celosvětovým problémem se stává péče o tuto skupinu prioritou každé vyspělé a civilizované společnosti. Proto se na tuto oblast zaměřuje řada vědních oborů, mezi které patří gerontologie, sociologie, psychologie, ale i politika a v neposlední řadě tento fenomén reflektuje i ekonomie. (Pokorná, 2010, s. 7).

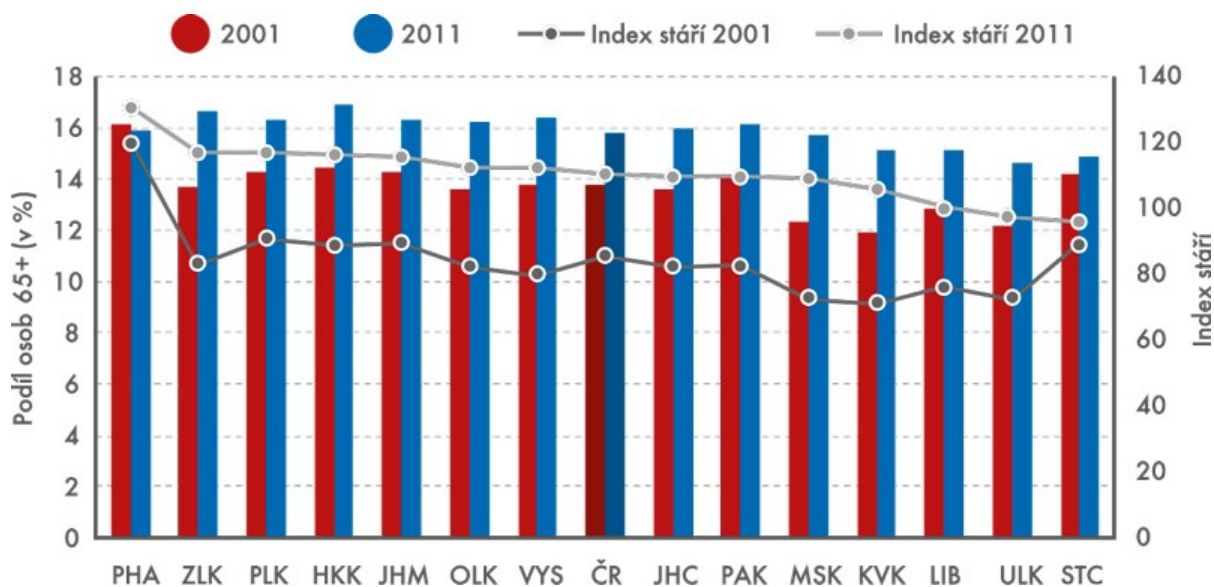
Jak uvádí Hamilton (1999, s. 246): *Spokojené stáří je pro člověka odměnou, není to však jeho nezadatelné právo. Je možné je dosáhnout přiblížování se k perspektivě zestárnutí s čistou a otevřenou myslí.*

Hlavním oborem, který řeší tuto problematiku, je zdravotnictví. Z demografického hlediska bude docházet k přibývání starých lidí, a to vzhledem k nízké porodnosti, nízké úmrtnosti lidí ve středním věku a zvyšování věkové hranice starších a starých občanů. Demografické stárnutí lze nazvat též tzv. indexem stáří (dostupné na: <https://www.czso.cz/>).

Podle výsledků Sčítání lidu, domů a bytů 2011 (SLDB) bylo zjištěno na území České republiky 1 644 836 osob starších 65 let, což je 16 % z celkového počtu obyvatel.

Oproti minulému sčítání z roku 2001, kdy podíl této části obyvatelstva činil 14 % (tj. 1 410 571 osob), vzrostl počet osob nad 65 let o 234 265 osob. Naopak podíl osob ve věkové skupině 0–14 let oproti minulému sčítání poklesl, v roce 2011 činil 14 %, zatímco v roce 2001 připadalo na dětskou složku 16 % z celkového počtu obyvatel. Podíl osob ve věku 15–64 byl v obou letech shodný, a to 70 %. Tzv. index stáří je konstruován jako poměr počtu obyvatel ve věku 65 a více let k počtu obyvatel ve věku 0–14 let (celkový počet obyvatel bez kategorie „nezjištěno“). Celková hodnota indexu stáří dosáhla v České republice podle posledního SLDB hodnoty 110, což znamená, že na 110 osob starších 65 let připadalo 100 osob ve věku 0–14 let. Pokud porovnáme situaci s výsledky z předchozího sčítání z roku 2001, je patrné, že se index stáří za 10 let zvýšil, stejně jako podíl osob 65+. Zatímco u žen byl zaznamenán v průměru vyšší index stáří než u obyvatelstva ČR celkem, a to 135, u mužů byl nižší (87). V roce 2001 měl index stáří v ČR hodnotu 85 a dětská složka byla v převaze nad seniory. U mužů dosáhl index stáří hodnoty 64, u žen 108.

Graf č. 1: Podíl osob 65+ a index stáří v krajích ČR, 2001, 2011

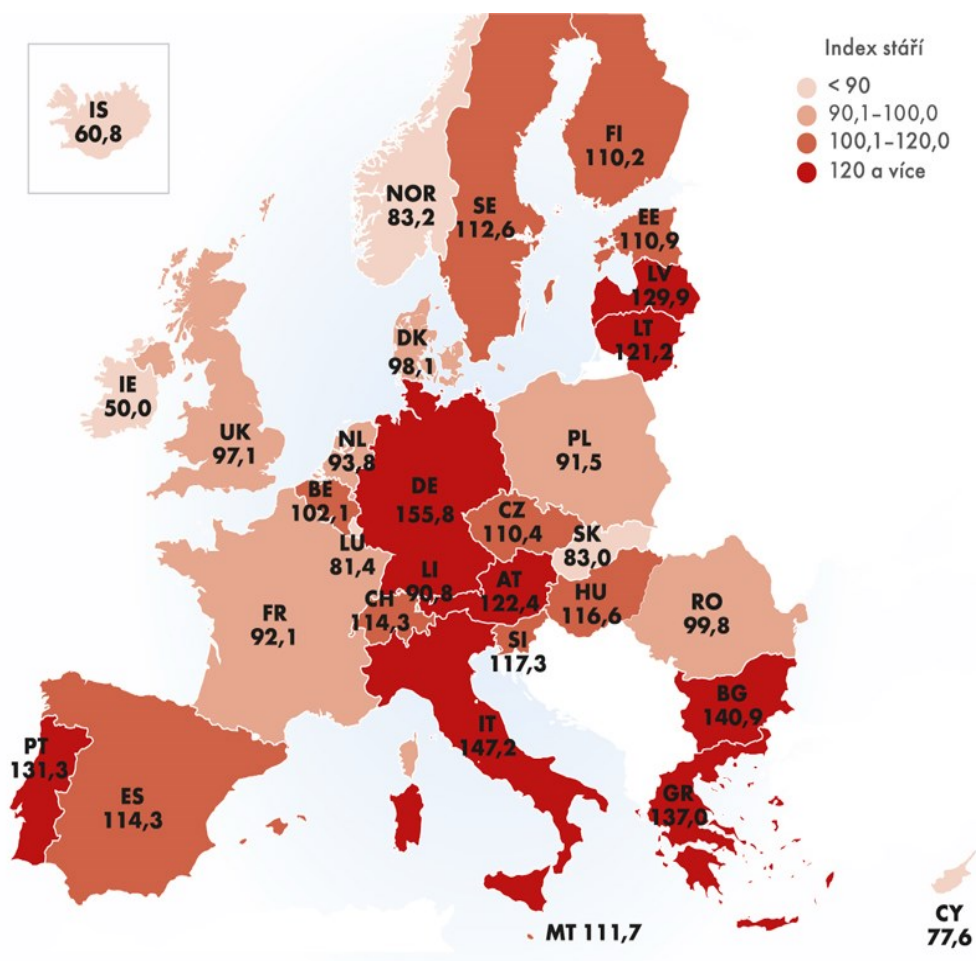


Zdroj: ČSÚ (dostupné na: <https://www.czso.cz/>).

## Pohled do Evropy

V evropském kontextu se Česká republika s hodnotou indexu stáří nachází zhruba uprostřed. Nejvyšší index stáří v Evropské unii vykazuje Německo (156 osob nad 65 let na 100 osob mladších 15 let), nejnižší má Irsko (55). Podrobné údaje za EU 27 a země EFTA naleznete v kartogramu. Pro srovnání v rámci Evropy byla použita data z demografických statistik jednotlivých zemí EU a EFTA (k 1. 1. 2012).

Obrázek č. 1. - Index stáří v zemích EU27 a EFTA v roce 2011



Zdroj: (dostupné na: <http://www.statistikaamy.cz/2015/03/seniori-v-cislech/>).

## 2.4 Shrnutí

Druhá část diplomové práce je věnována historickému a současnému pohledu na stáří. V historii se pohled na stáří jako finální etapu života měnil. Během staletí se stáří považovalo za velice vzácnou a neobvyklou věc. Stáří se tak stalo výsadou pouze několika šťastlivců. Ty pak lidé uctívali pro jejich cenné zkušenosti.

Devatenácté století rozvíjí nový směr pohledu na stáří. Nový pohled na stáří můžeme charakterizovat tím, že se odklání od stáří a začíná preferovat děti a mladé lidi. Velkým problémem může být negativní postoj společnosti vůči stáří. Tyto postoje se odráží v tzv. ageismu, který je také nazýván jako averze.

Současný pohled na stáří můžeme charakterizovat zvýšeným zájmem o procesy stárnutí a zkoumání příčin jeho vzniku. Těmto oblastem se věnuje řada vědních oborů, mezi které patří zdravotnictví, sociologie, gerontologie, psychologie, ale i politika a v neposlední řadě tento fenomén reflektuje i ekonomie.

Dnešní společnost vnímá seniory jinak než dříve. Staří lidé nejsou již vyčleňováni ze společnosti. Bohužel však panuje mezi lidmi mnoho předsudků, které souvisí s poklesem flexibility a rezignace na vše nové - zvláště v oblasti nových technologií. Přesto však v této věkové skupině můžeme hledat značný ekonomický potenciál.

### 3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY SENIORŮ

Volný čas je činnost, kterou člověk vykonává z důvodu odpočinku v každém věku. Pro seniora je důležité, aby si volný čas strukturoval.

Podle Šeráka (2009, s. 26) můžeme volný čas rozdělit do třech rovin:

- *individuální (seberealizace jedince, saturace individuálních zájmů),*
- *sociální (prevence sociálně patologických jevů, životní styl),*
- *edukační (prostor pro vzdělávání a celkový rozvoj).*

Dále Šerák (2009, s. 27) uvádí, že volný čas je doba, kterou má člověk sám pro sebe. Člověk je osvobozen od běžných starostí a povinností a specializuje se na odpočinkovou činnost.

Jak říká Šerák (2009, s. 31) volný čas svými názory ovlivnil již Aristoteles. Pro kterého byl volný čas spojen se svobodou a štěstím. Jeho představa o využitelnosti volného času spočívala v nutnosti oprostít se od práce směřováním aktivity na například: rozmlouvání s přáteli, četbu, spánek nebo realizaci různých koníčků.

Jak konstatuje Haškovcová (2010, s. 178) volnočasové aktivity nejsou výsadou jen seniorů. V každém věku musíme pamatovat na aktivní odpočinek a způsoby trávení volného času. Někteří senioři ještě pracují, jiní se vzdělávají na univerzitách třetího věku, jiní svůj volný čas využívají k provozování koníčků a zálib.

Seniorům odchodem do důchodu nastane období, které jim nabízí spoustu volného času. V tomto období raného stáří jsou ještě plní sil a mohou se věnovat různým volnočasovým aktivitám jako například: pečují o vnoučata, pracují na zahradě, vzdělávají se na univerzitách třetího věku a také cestují.

Jiná situace nastane v období pravého stáří. Samozřejmě záleží na fyzické a psychické kondici seniora, ale většinou jsou tyto lidé již méně soběstační nebo jsou dokonce odkázáni na pomoc druhých. Většinu dne jim zabere obstarávání základních potřeb. Z této činnosti jsou velice unaveni, a proto jim nezbývá čas na provozování jiných aktivit. Někteří se postupem času dostanou do péče sociálních služeb. Proto je velice důležité pobídnout a motivovat seniora k aktivizaci jiné činnosti než jsou základní potřeby.

Jak uvádí Haškovcová (2010, s. 178 - 180) tradičními seniorskými volnočasovými aktivitami je kutilství, sběratelství, chalupaření, poslech hudby, zpěv a také tanec. Významnou složkou aktivního života seniorů jsou také zájmy sportovního rázu, jednak aktivní nebo pasivní. Také turistika v poslední době nabývá na významu. Velice rádi také navštěvují seniorské bály a plesy, které pořádají různá sdružení. Například v Praze sdružení Remedium v roce 2008 uspořádalo už osmý seniorský bál pod názvem - Srdce v tanci. Bohužel je mnoho seniorů, kterým zdravotní stav neumožňuje se takových aktivit účastnit. Ale i pro seniory na vozíčku nebo trpícími demencí je vytvořen speciální program, který je většinou realizovaný v domovech důchodců či zájmových sdruženích. O rozvoj taneční terapie se významně zasloužil někdejší baletní mistr Národního divadla Petr Veleta. V Pražském Gerontologickém centru vytvořil program taneční terapie. V poslední době senioři hojně využívají nabídek cestovních kanceláří a tvoří skoro deset procent z celkového objemu turistů. Některé nabízené zájezdy jsou určeny právě pro seniory a jsou cenově výhodné.

### 3.1 Ergoterapie

Jak je uvedeno na webových stránkách České asociace ergoterapeutů (dostupné na: <http://www.ergoterapie.cz/Home.aspx>) je ergoterapie vlastně profese, která se prostřednictvím vhodně zvolené aktivity zabývá podporou zdraví a duševní pohody. Její teorie vychází ze znalosti aktivity – zaměstnání a jejího terapeutického využití pro zlepšení funkčního stavu osoby, který byl díky onemocnění a disabilitě narušen. Ergoterapie vychází z předpokladu, že člověk se aktivně zapojuje do zaměstnání, která jsou pro něj osobně významná a smysluplná a tím si zlepšuje své zdraví a kvalitu života.

*Ergoterapie bývá někdy označována za umění a vědu o možném konání.*

Ergoterapie je smysluplná činnost, která zahrnuje interpersonální vazby s prostředím, může sloužit prevenci a ovlivnění dysfunkce a přispívá k rychlému uzdravení. Již v roce 1922 Meyer uvádí, že *ergoterapie potvrzuje fakt, že zásadní vliv na zdraví a pohodu jedince má činnost, kterou se zaměstnává* (Christiansen, Townsend, 2004, s. 49).

Meyer dále rozděluje pět základních předpokladů, z kterých ergoterapie vychází:

- *Existuje zásadní spojitost mezi zdravím a aktivitou/ zaměstnáváním.*

- *Zdravá aktivita či zaměstnávání zachovává rovnováhu mezi bytím, myšlením a jednáním.*
- *Existuje jednota těla a mysli.*
- *Když dojde k narušení možnosti účastnit se aktivity či zaměstnávání, dochází ke zhoršování tělesných a psychických funkcí.*
- *Jestliže aktivita podporuje tělesné i psychické funkce, napomáhá současně návratu funkčních schopností.*

Hlavním cílem ergoterapie je pomoci osobám, u kterých v důsledku úrazu, onemocnění, vývojové vadě, ale i procesu stárnutí došlo k potížím v provádění každodenních aktivit. Jde o to zachovat si soběstačnost v běžných denních činnostech nebo i v pracovních činnostech a také v aktivitách volného času.

*Cílem ergoterapie je:*

- *podporovat zdraví a duševní pohodu osoby prostřednictvím smysluplné aktivity/ zaměstnávání;*
- *pomáhat ve zlepšení schopností, které osoba potřebuje pro zvládnutí běžných denních činností, pracovních činností a aktivit volného času,*
- *umožnit osobě naplňovat její sociální role,*
- *napomáhat k plnému zapojení osoby do aktivit jejího sociálního prostředí a komunity,*
- *uplatňovat terapii zacílenou na klienta/ pacienta, který je aktivním účastníkem terapie a podílí se na plánování a procesu terapie,*
- *posilovat osobu v udržení, obnovení či získání kompetencí potřebných pro plánování a realizaci jejích každodenních činností v interakci s prostředím (zvládnutí nároků jak sociálního, tak i fyzického prostředí),*
- *usilovat o zachování příležitosti účastnit se aktivit každodenního života všem osobám bez ohledu na jejich zdravotní postižení či znevýhodnění (dostupné na: [http://ergoterapie.cz/files/koncepce\\_oboru\\_ergoterapie.pdf](http://ergoterapie.cz/files/koncepce_oboru_ergoterapie.pdf)).*

### 3.2 Motivace seniorů k aktivnímu životnímu stylu

Dle Štilce (2004, s. 24-25) je motivace starších osob k aktivnímu životnímu stylu velmi obtížná a dlouhodobá. Součástí aktivního životního stylu by měla být tělesná aktivita, která je v tomto životním období velmi malá. Na tuto oblast se zaměřovaly různé výzkumy. Hledaly odpovědi na otázky:

- jaká je motivace starších lidí k pohybovým aktivitám – kde bylo zjištěno, že nejvíce starší osoby motivují přátelé, dále pak doporučení lékařů a rodinné prostředí.
- jaké důvody převládají při ukončení pravidelnější pohybové aktivity - kde bylo zjištěno, že na prvním místě jsou to zdravotní důvody – lékařsky ověřitelné a na druhém místě jsou to též zdravotní důvody subjektivní, mezi něž patří pocity únavy a posléze osobní rozhodnutí.

Pohyb by měl být chápán jako základní potřeba každého jedince. Určitá pohybová cvičení mohou pomoci ke změně postojů nejen k sobě sama. Existuje řada vhodných forem pohybů, které naplní nejen potřeby, ale vyvolají i pozitivní vnitřní naladění. Pohyb ovlivňuje nejen fyzickou, ale i morální stránku lidské existence.

S tímto tvrzením se ztotožňují i ostatní autoři např. Štilec (2004, s. 26) uvádí, že *kladné psychické kvality, ktoré provádzajú klidný a pečlivě provedený pohyb, se snadno přenášejí do jiných lidských činností. Vytlačují návyky negativní, jakou jsou bezmyšlenkovitost, nesoustředěnost, pocity strachu a beznaděje. Pohyb lze proto považovat za jeden z tvořivých činitelů sebevýchovy a posilování důvěry v sebe.*

Bohužel největším problémem je jak začít cestu ke zdravému životnímu stylu a aktivnímu životu a jak také nadále v této cestě pokračovat.

Existují určitá východiska pro účinnost pohybových programů. Pohybově – relaxační programy pro seniory by měly souhrnně splňovat následující zásady, jak uvádí Štilec (2004, s. 129-130).

- *Učit aktivnímu přístupu k životu a uvědomělé sebekontroly jednání.*
- *Posilovat sebedůvěru a soběstačnost v životních postojích.*
- *Vést k zodpovědnosti za své zdraví.*

*Důležitá jsou též pravidla pro správnou účinnost programů, jde o komplexnost působení, vyváženost tělesného a duševního zatížení, psychické uspokojení, radost, prožitkovost,*



*posílení vůle, dlouhodobost, pravidelnost a přiměřenost zatěžování, zohlednění zdravotního stavu a tělesné zdatnosti seniorů.*

### 3.3 Bariéry volnočasových aktivit

Obsah volného času vychází hlavně z faktoru dostatečného blahobytu, a proto se diferencovaněji rozvíjí převážně až v podmínkách bohaté společnosti. Jeho podobu ovlivňují mnohé sociální, ekonomické, politické jevy, jako je např. nezaměstnanost, hospodářská stagnace, krize v regionu či zemi, nebo demografické, kulturní a další specifické faktory, které mohou volný čas omezovat nebo podporovat. Jeho aktivní prožití záleží rovněž na typu a zaměření osobnosti a také na typu výchovy, školní rodinné, mimoškolní, na společenském prostředí a kulturních tradicích. Vzory chování a žebříček hodnot hrají velkou roli v průběhu života, především v dětství. Mezi další určující atributy také patří věk, pohlaví, povolání, vzdělání nebo vztah k práci (Šerák, 2009, s. 37).

Další výraznou bariérou volnočasových aktivit seniorů je jejich zdravotní stav. Zdravotní stav seniorů je výrazně ovlivněn jejich životním stylem.

Jde hlavně o sekundární prevence chorob přenesených ze středního věku zejména o životní správnou prevenci a ovlivňování funkčního stavu v souvislosti s geriatrickou křehkostí, jejíž součástí je i involuční deteriorace, a s jejími projevy a složkami (Čevela, Čeledová, 2014, s. 38).

Podle Čevely a Čeledové (2014, s. 40) jsou povaha a úroveň adaptací ve stáří závažné i s ohledem na involuční pokles adaptačních schopností jako součásti změn potenciálu zdraví. Jestli se nezdaří adaptace asimilací, nové kvality do životního konceptu nebo včleněním nové situace, ani méně vhodná akomodace, identity, zůstává nesmířená ergodystonie odmítající sama sebe takového, jakým jsem se stal, jakým jsem se vyjevil.

Další bariérou ohledně volnočasových aktivit seniorů je často i špatná ekonomická situace seniora. Podle České správy sociálního zabezpečení (dostupné na: <http://www.cssz.cz/cz/duchodci>) v České republice pobírá starobní důchod 2,4 milionu lidí. Muži pobírají průměrně o dva tisíce korun více než ženy, a sice 12,6 tisíce korun měsíčně.

Ale bohužel, více jak polovina příjemců na průměrný starobní důchod nedosahuje. Pod hranicí chudoby, to znamená pod 10 220 korun, žilo k letošnímu lednu přes půl milionu příjemců starobního důchodu. Necelých 120 tisíc lidí má méně než osm tisíc (dostupné na: <http://zpravy.idnes.cz/chudoba-v-cesku-seniori>).

### 3.4 Typy aktivit ve volném čase

Podle Šeráka (2009, s. 137 – 182) můžeme ohledně volnočasových aktivit seniorů rozdělit na následující kategorie:

- **Kulturní a estetická výchova** – kultura přispívá k intelektuálnímu, emocionálnímu a morálnímu rozvoji ve smyslu výchovně vzdělávací funkce. Je to snaha zpřístupnit tradiční kulturní hodnoty širokým vrstvám seniorů. Složkou každého kulturně výchovného působení je i estetický aspekt. Estetická výchova je jednou z nejstarších oblastí edukace. Je to působení krásna na člověka, schopnost jeho vnímání, uplatňování pozitivního vlivu umění na emocionální složku osobnosti. Estetika je formování vztahu jedince ke společensky uznávaným kulturním hodnotám.
- **Muzea a galerie** – význačným rysem působení muzeí je konkretizace a názornost předávaných informací. Informace se předávají prostřednictvím například expozic, výstav, propagační činnosti. Výchovně vzdělávací proces není přechodný ale kontinuální. Muzea organizují i různé kulturní a popularizační programy, které se vztahují k některé části sbírek muzea. Samozřejmostí jsou přednášky odborníků – zaměstnanců muzea. Muzea a galerie připraví ročně více jak 15 000 přednášek a kulturně výchovných akcí, které navštíví skoro 1,3 mil. zájemců.
- **Pohybová a sportovní výchova** – je aktivní péče o fyzický stav seniorů. Je chápán jako pojem zahrnující všechny formy tělesné činnosti, které si prostřednictvím organizované i neorganizované účasti kladou za cíl harmonický rozvoj tělesné i psychické kondice a upevňování zdraví. Důležitý je i pohybový režim, zahrnující veškeré dlouhodobé a pravidelné pohybové činnosti člověka, včetně chůze nebo

práce na zahradě. Volnočasové aktivity v rámci pohybové a sportovní výchovy můžeme rozdělit na organizované (v rámci klubu nebo organizace), částečně organizované (individuální s pomocí odborníka nebo trenéra) a neorganizované. Velkou tradici u nás má Česká obec sokolská, která je nejstarší organizací na našem území, kde se členové dobrovolně věnují sportu, pohybovým aktivitám, ale i kulturní činnosti v oddílech sokolské všestrannosti.

- **Cestování a turistika** – v posledních letech se cestování stává masovým jevem a podle Světové turistické organizace dosáhne počet cestujících v roce 2020 1,6 miliardy. V poslední době je velice oblíbené cestování, v němž jedinec cestuje sám nebo v malé skupince. Dynamicky se rozvíjí ekoturistika, zaměřená na poznávání ekologicky významných lokalit. Mezi základní formy cestovního ruchu patří rekreační cestovní ruch, který je tělesnou a duševní volnočasovou aktivitou zaměřenou na odpočinek, a posílení organismu. Umožňuje osvěžení a fyzické zotavení v takovém prostředí, v kterém je možno vykonávat rekreační činnosti, jakými jsou pěší turistika, cykloturistika, mototuristika, plavání, lyžování a míčové hry. Turistika je přístupná všem bez ohledu na věk a zdravotní stav. U nás je nejvýznamnější organizací Klub českých turistů, založený roku 1888.
- **Zdravotní výchova** – se zaměřuje na celkový rozvoj zdravotní uvědomělosti, popularizaci základních principů fyzické a duševní hygieny, základy zdravé výživy a zdravého životního stylu a samozřejmě primárně na zdravotní prevenci. Ve zdravotní výchově jde především o šíření aktuálních a také objektivních informací a základní zdravotní osvěty zaměřené na motivaci k zdravému způsobu života. V poslední době se nejvíce řeší problémy ohledně zdravé výživy, omezení kuřáctví a alkoholismu, zvládnutí stresu, prevence chorob. Největší a nejstarší organizací ohledně zdravotní výchovy je u nás Červený kříž, který se orientuje především na humanitární činnosti. Pořádá také kurzy orientované na péči o seniory. Vydává také různé odborné publikace.
- **Environmentální výchova** – je výchova o vzájemných vztazích systému člověk – společnost – příroda. Cílem výchovy je působení na rozvoj znalostí a návyků nutných k pochopení výše uvedených hodnot. Každý si musí uvědomovat svou

osobní odpovědnost za stav přírodního prostředí a řídit podle toho své jednání. Informační systém environmentálního vzdělávání zajišťuje ministerstvo životního prostředí. Jde především o informační a poradenský servis, výchovu a osvětu. Dále u nás působí agentura ochrany přírody a krajiny, která zajišťuje realizaci dotačních programů a fondů EU. Mezi nejvýznamnější organizace patří hnutí Brontosaurus, Arnika, Děti země, Zelené stezky nebo Klub ekologické výchovy a další. V roce 1997 byla u nás založena Síť ekologických poraden ČR, která zajišťuje osvětu ohledně ochrany životního prostředí, včetně pořádání edukačních akcí.

- **Vědeckotechnické vzdělávání** – vychází z aktuálních trendů a poznatků moderní vědy. Za cíl si klade poznávání skutečností prostřednictvím vědy, prohlubování vědomostí a dovedností, popularizace a zavádění nových poznatků do praxe či výchova k racionálnímu, kritickému myšlení. K těmto účelům slouží například hvězdárny, planetária, zoologické a botanické zahrady. Svoji nezastupitelnou úlohu také plní masová média, především popularizační televizní pořady. Tradiční jsou aktivity České vědeckotechnické společnosti, která byla původně založena jako spolek odborníků za účelem podpory vědeckého rozvoje a pokroku.
- **Kutilství** – dosáhlo masové obliby v socialismu, kde nedostatek příležitostí k uplatnění podnikavosti, nespokojenost s životními podmínkami a rozšířené vědomí neužitečnosti vlastní práce vedlo k orientaci lidí na volnočasové aktivity. Po roce 1989 se kutilství začalo považovat za anachronismus, zažívá dnes neočekávaně svou další renesanci. Domácí kutilství působí jako forma útěku od každodenních stresů a problémů, podporuje sebevědomí a společenskou prestiž. Této činnosti se věnuje převážně střední a starší generace. Například televizní pořad *Receptář*, je jedním z nejsledovanějších pořadů u nás. Organizování přednášek na téma kutilství je spíše ojedinělé. Poměrně významnou organizací ohledně kutilství je Český svaz zahrádkářů.
- **Chataření a chalupaření** – má v naší zemi velmi dlouhou tradici. Politické a společenské podmínky přispěly k dynamickému rozvoji chataření a chalupaření. Víkendové rekreační pobyty jsou mezi městským obyvatelstvem velmi oblíbené. Především jde o údržbu a rozvoj rekreačních staveb a jejího bezprostředního okolí.

Díky péči chalupářů a chatařů se až do dnešní doby zachovaly například roubené chalupy, zemědělské usedlosti v původním stavu. Na tuto aktivitu mělo velký vliv zkracování pracovní doby, velkou hustotou osídlení a výstavbou sídlišť. Podle nejnovějšího průzkumu je typickým chatařem nebo chalupářem penzista z města, který na chatě nebo chalupě tráví velkou část roku.

- **Jazykové vzdělávání** – se zaměřuje především na zvládnutí cizího jazyka, jehož výstupem může být i získání formální kvalifikace. Cizí jazyk lze studovat z prostého zájmu, ačkoliv nelze nebrat v úvahu problémy dnešní doby, v níž zvládnutí alespoň jednoho světového jazyka je považováno za naprostou nutnost. Akční plán Evropské komise na podporu jazykového vzdělávání a lingvistické rozmanitosti obsahuje také cíl, že každý občan EU by měl kromě své mateřštiny ovládat ještě alespoň dva další jazyky. U nás stále přetrvává výrazný deficit jazykové vzdělanosti. Zájemce o studium některého cizího jazyka má na výběr z mnoha možností. Jedná se o jazykové kurzy na jazykových školách, pomocí audioknih, televize a rozhlasu. Kurzy většinou vedou rodilí mluvčí, kteří se zaměřují například na medicínu, literaturu, umění či překladatelství.
- **Náboženská a duchovní výchova** – slouží pouze k osobnímu rozvoji jednotlivce. Jde o oblast, která byla v minulosti z nejrůznějších důvodů potlačována. Pojem náboženství je velice obtížně definovatelný. Je chápán jako soustava názorů, morálních postojů a životního stylu. Církev je vlastně komunita věřících s výraznými institucionálními prvky, které jsou nositeli a interprety dogmat a rituálů, upravují normy náboženského života a kontrolují jejich dodržování. V České republice je registrováno 30 církví a náboženských společností. Jednou z nejvýznamnějších církevních společností ohledně náboženského vzdělávání je Česká křesťanská akademie. V této akademii se lze vzdělávat v oblasti teologické, filozofické, historické, právní, přírodovědné a dalších. Také pořádají různé semináře, panelové diskuze pro veřejnost.

### 3.5 Shrnutí

Volnočasové aktivity jsou pro člověka důležité v každém věku. Dle Aristotela je tento čas, který věnujeme odpočinku spojený se svobodou a štěstím. Každý z nás má však jiné představy o trávení volného času. Někdo preferuje spánek, druhý se rád setkává s přáteli, jiný se realizuje prostřednictvím různých koníčků či se vzdělává. V období senia se nabízí možnost využití spousty volného času. Výběr volnočasových aktivit je ovlivněn aktuální fyzickou a psychickou kondicí seniora.

Právě ergoterapie se zabývá podporou zdraví a duševní pohody prostřednictvím vhodně zvolené aktivity. Jejím hlavním cílem je pomáhat ve zlepšení schopností při běžných činnostech, zapojení osob do kolektivu.

Velmi důležité je též motivovat seniory k aktivnímu životnímu stylu. Součástí činností by měla být i pohybová a tělesná aktivita, která je u většiny seniorů značně malá. Je třeba mít na paměti, že pohyb ovlivňuje nejen fyzickou, ale i morální stránku lidské existence. Nejvíce k těmto činnostem motivují seniory jejich přátelé, dále pak akceptují rady lékařů.

Bohužel u volnočasových aktivit senioři často naráží na značné bariéry. Hlavní bariérou může být zejména zdravotní stav, který je ovlivněn dosavadním životním stylem. Dalším omezujícím faktorem je finanční situace dnešních seniorů.

Zajímavým tématem je souhrn a přehled různých aktivit, kterým se ve volném čase věnují senioři. Tyto lze rozčlenit na různé kategorie. Jedná se například o vzdělávání, kulturní a estetickou výchovu, enviromentální, pohybovou, zdravotní a sportovní výchovu, cestování a turistiku, kutilství, chataření a chalupaření, náboženskou a duchovní výchovu.

## 4 MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vznik vzdělávání je reakcí na historické a společenské změny moderních společností. V různých obdobích a společenských podmínkách se názory na význam a úlohu vzdělávání mění. Specifický je i vývoj českého vzdělávání. Předmoderní doba v Evropě se vyznačovala univerzální ideologií, která se zakládala na jednotnosti učení církve. Životní způsoby obyvatelstva byly regionálně a sociálně velmi různorodé a zakotvené v relativní autonomii měst, univerzit, cechů, stavů, šlechty, klášterů. Myšlenka autonomie subjektu se prosadila až po francouzské revoluci, vytvořily se jednotné životní podmínky, což vedlo ke vzniku různých institucí a v neposlední řadě i školství (Beneš, 2014, s. 22 – 23).

Jak uvádí Šerák (2009, s. 183) je vzdělávání seniorů samostatný okruh edukace dospělých. Vyznačuje se společnými znaky se zájmovým vzděláváním, které se zaměřuje na volnočasové aktivity. Také se v mnohém odlišuje, například některými typickými vlastnostmi, jako jsou motivy, cíle, dramaturgie. Dále pak výhradním zaměřením na osoby v postproduktivním věku.

Podle Šeráka (2009, s. 183) je zařazení vzdělávání seniorů pouze do kategorie zájmového vzdělávání (mnohdy se děje i na odborné úrovni) chybné. Vlivem měnící se demografické situace má velký význam i profesní (kvalifikační a rekvalifikační) vzdělávání.

Je to důsledek stárnutí populace, kdy ubývá ekonomicky aktivních osob, a je pro společnost prioritní, aby seniory dokázala integrovat do pracovní sféry. Osoby v důchodovém věku by tak mohly své znalosti uplatnit na trhu práce nebo případně získat nové.

Edukace seniorů jak uvádí Šerák (2009, s. 193) vychází především z potřeby být stále aktivní a užitečný. Při edukační práci se seniory jde o saturaci potřeb, které můžeme rozdělit na následující sekce:

- nezávislost (především přístup ke vzdělávání a ke službám),
- participace (možnost zapojení do procesů rozhodování, předávání vlastních poznatků, zakládání spolků a sdružení),
- seberealizace (plný rozvoj potenciálu, přístup ke vzdělávacím, kulturním, duchovním a rekreačním zdrojům),

- důstojnost (problémy vykořisťování a zneužívání, slušné zacházení),
- dostupnost péče (přístup ke zdravotnickým, sociálním a právním službám, systém ústavní péče).

V minulosti, jak uvádí Haškovcová (2010, s. 123), byl odchod do důchodu velmi ostrý. Člověk byl zvyklý na pravidelný pracovní rytmus a nově penzionovaný člověk velmi často cítil prázdnotu. Začal odpočívat, ale po nějaké době procitnul do nekonečného času. Sice existovaly recepty, jak se aktivně zapojit do aktivního života pomocí různých koníčků zejména v době socialismu. Důchodci do určité míry suplovali rodiče. Zvláště ženy se automaticky ujímaly prarodičovských rolí a jejich děti plánovali rodičovství tak aby dcery a snachy mohly být vystřídaný a vrátit se do práce co nejdříve. Fenomémem v době socialismu byly chaty a chalupy, kde důchodci trávili svůj čas.

Také podniky a závody (kde důchodci dříve pracovali) organizovaly různá setkání a společenské akce. Tyto akce ale také mnohdy mohly na důchodce působit negativně ve smyslu, že se dozvěděli, který bývalý kolega zemřel a který je nemocný.

Ke změně došlo až v roce 1990, kdy vznikl svaz důchodců. V roce 1996 vznikla politická strana Důchodci za životní jistoty. Ale sdružování důchodců se ukázalo jako problematické. Politologové upozorňují, že je vhodnější prosazovat nároky důchodců v systému věkově heterogenních politických stran. Specifické politické strany seniorů mají většinou jen krátkou životnost.

Podle Beneše (2014, s. 35 – 37) se dá současná situace ve vzdělávání charakterizovat takto. Prestiž a hodnota vzdělávání roste. Stále více lidí cítí potřebu účastnit se vzdělávání. Ale bohužel, nabídka vzdělávání není pro všechny stejně dostupná, i když nestátní nabídky vzdělávání rostou.

#### 4.1 Vzdělávací instituce seniorů

*Zájmové vzdělávání je možné nejjednodušeji vymezit jako souhrn krátkodobých i dlouhodobých forem, které umožňují edukační, tvůrčí i organizační volnočasové aktivity účastníků, směřující k saturaci jejich zájmu. (Šerák, 2009, s. 50).*



Můžeme také vycházet i z definice uvedené v Národním programu rozvoje vzdělávání v České republice, uváděné v tzv. Bílé knize. Tato kniha definuje vzdělávání takto: *souhrn výchovně vzdělávacích, poznávacích, rekreačních a dalších systematických, ale i jednorázových činností a aktivit, směřujících k účelnému a efektivnímu naplnění volného času a umožňující získat vědomosti a dovednosti mimo organizovanou výuku* (Šerák, 2009, s. 50).

Jak uvádí webová stránka Národního vzdělávacího fondu (dostupné na: <http://old.nvf.cz/archiv/memorandum/obsah.htm#pozn3>) celoživotní učení již není jen pouhou složkou vzdělávání.

*Musí se stát vůdčím principem pro poskytování a účast na vzdělávání v jakémkoli jeho kontextu.*

Memorandum uvádí šest základních myšlenek, které poskytují strukturovaný rámec pro otevřenou debatu o zavádění celoživotního učení do praxe. Komplexní a účinná strategie celoživotního učení pro Evropu by se měla zaměřit na:

- stálý a zaručený přístup k učení, získávání a obnovování dovedností potřebných pro trvalou účast ve společnosti znalostí;
- zvyšování úrovně investic do lidských zdrojů, protože nejdůležitějším bohatstvím Evropy jsou její lidé;
- rozvoj efektivních metod vyučování a učení, potřebné pro kontinuitu celoživotního učení;
- výrazné zlepšení způsobů hodnocení a pojmání účasti na vzdělávání a jeho výsledků, zejména v případě informálního a neformálního učení;
- zajištění snadného přístupu ke kvalitním informacím a poskytnutí poradenství o příležitostech k učení pro každého občana v Evropě v průběhu celého jeho života;
- přiblížení příležitostí k celoživotnímu učení co nejbližší lidem, v jejich městech, obcích, a všude tam, kde je to vhodné, podporovat je zařízeními založenými na informační a komunikační technice.

Základní myšlenkou Univerzit třetího věku je podle Haškovcové (2010, s. 127) vytvoření druhého životního programu pro seniory. Jsou určeny především pro ty důchodce, kteří se nechtějí spokojit jen s činností, jako jsou například různé koníčky. Hlavní a nejdůležitější osobností první univerzity třetího věku, byl francouzský profesor lékařství Vellas. Byl také prezidentem Asociace univerzit

třetího věku, která sídlila v Toulouse. Senioři měli zájem o studium na univerzitě třetího věku z různých důvodů. Chtěli se i nadále vzdělávat, buď ve svém původním oboru, nebo v jiném oboru, který se jim z různých důvodů líbil. Dále ti, kterým to v minulosti nebylo umožněno. Studijní program univerzity byl nastaven tak, respektoval medicínské, sociokulturní a sociální elementy, které jsou důležité pro aktivní život seniorů. Univerzita se pro studenty – důchodce se stala pravidelným místem setkávání s vrstevníky. Společné setkání na akademické půdě mělo vysoký společenský kredit. Původně byly přednášky koncipovány jen pro danou skupinu, později se program rozšířil i na studenty v důchodovém věku s možností získat úplné vysokoškolské vzdělání. V současné době je systém celoživotního vzdělávání akceptovanou realitou.

Bylo opakovaně dokázáno, že studium seniory zaměstnává natolik, že si méně všímají svých osobních problémů nebo je mnohem snadněji překonávají a také u nich výrazně klesla nemocnost. Studijní činnost seniorům nedovolí zahálet a myslet na své obtíže.

Univerzity třetího věku v prvním desetiletí své existence zaznamenaly exponenciální růst. Rokem univerzit třetího věku v Evropě byl vyhlášen rok 1993. Existuje také několik mezinárodních organizací. Nejvýznamnější je Aiuta (Association internationale des universites de troisieme age). Tato organizace působí po celém světě, zejména pak ve frankofonních regionech. Mezi významné národní organizace v Německu patří Bundesarbeitsgemeinschaft. V České republice funguje Asociace univerzit třetího věku. Další významnou organizací studentů seniorů je European Federation of Older Students at the Universities.

Mezi funkce vzdělávání seniorů můžeme zařadit:

- *funkci preventivní, která má kladný vliv na proces pozitivního stárnutí,*
- *funkci rehabilitační, slouží k rozvoji duševní síly,*
- *funkce posilovací, podporuje kultivovanost volného času,*
- *funkci komunikační, rozvíjí přátelské vztahy mezi seniory.*

U nás byla jako první univerzita třetího věku otevřena v Olomouci v roce 1986/7 a garantem tohoto projektu byl Československý červený kříž. V roce 1991 se zřizovatelem seniorského vzdělávání stala olomoucká univerzita v čele s profesorem Janem Jeřábkem. Katedra sociologie a andragogiky určovala obsah a směr studia, zejména zásluhy vysokoškolského pedagoga Viléma Klegy a jeho kolektivu jsou významné.

Další specifické vzdělávací formy podle Mühlpachra (2004, s. 139 – 140) jsou Lidové university, které jsou specifickou formou vzdělávání seniorů. Tato forma byla rozšířena především ve skandinávských a německy mluvících zemích. Jde o to, že senior absolvuje výukový program spolu s mladými studenty. Při této příležitosti se senioři a mladí lidé vzájemně sblíží a mladí studenti snáz pochopí problémy lidí v pokročilém věku.

V naší zemi má také velkou tradici tzv. Akademie třetího věku a Kluby aktivního stáří. Tyto instituce se nacházejí zejména v regionech, kde nejsou vysoké školy. Většinou fungují pod záštitou např. Červeného kříže. *Vyznačují se přístupností výkladu a přizpůsobováním obsahu místním potřebám a individuálním zájmům občanů postproduktivního věku. Kluby aktivního stáří mají podobné poslání, ale na rozdíl od výše uvedených forem se vyznačují trvalejšími neformálními vztahy, rozvíjením osobních zájmů seniorů a uspokojováním potřeby vzájemného kontaktu.* (Mühlpachr, 2004, s. 139).

Jak uvádí Šerák (2009, s. 198 - 199) další příklad specifického vzdělávání seniorů je Rozhlasová akademie třetího věku. Tento pořad se vysílá od roku 1997 v Českém rozhlasu 2 – Praha. Pořady obsahují různé vzdělávací cykly jako například – historie, literatura, psychologie, botanika, sociální komunikace. Senioři na základě těchto pořadů mohou písemnou formou zpracovat vybrané téma a zaslat do redakce rozhlasu. Písemnosti odborníci posoudí a nejlepší práce odmění diplomem.

Další vzdělávací organizací je sdružení Život go. Sdružení je nestátní a nezisková dobrovolnická organizace, založená v roce 1990. Cílem této organizace je zlepšení kvality života seniorů. Senioři zde vystupují v roli lektorů a aktivně se zapojují jako dobrovolníci do různých projektů. Mezi nejvýznamnější projekty patří Domov je doma, který je zaměřen na podporu seniorů, kteří žijí v domovech seniorů. Senioři – lektoři v domovech pořádají mnoho akcí například: bazar, stravovací kurzy. V rámci rehabilitačních programů jsou v domovech pořádány jazykové, řemeslné, sportovní a hudební kroužky. Kulturně – vzdělávací akce pro seniory zajišťuje také Centrum sociální pomoci a služeb Svazu důchodců ČR.

## 4.2 Vznik a rozvoj vzdělávání seniorů

Všeobecný zájem o vzdělávání dospělých v poproduktivním věku vznikl z následujících důvodů. V průmyslových zemích populace stárne, očekávají se společenské, kulturní, ekonomické a politické důsledky. Tento trend se spíše jeví jako negativní. Zkrácení pracovní doby a zvyšování průměrného věku vedlo v mnoha zemích k tomu, že důchodová fáze je delší než doba přípravy na povolání. Tím pádem se produktivní a neproduktivní fáze života dostávají do ekonomicky nepříznivé relace. Důchodci tvoří v mnoha zemích politicky vlivnou skupinu a jejich konzumní síla je značná. Senioři se stali předmětem zájmu vědy i vzdělávání a zároveň velkým společenským problémem. Například v USA vznikla vědní disciplína zabývající se vzděláváním seniorů. Tvrzení, že po dvacátém roce života ubývají intelektuální schopnosti, je podle výzkumu nepravdivé. Určité faktory rostou až do padesátého roku života, jako jsou induktivní myšlení, prostorová orientace a chápání slovních významů (Beneš, 2003, s. 139).

Múhlpachr (2004, s. 121) uvádí, že vliv a myšlenky vzdělávání se prolínají dějinami od antiky až po současnost. Již z dob před Kristem jsou zaznamenány názory o vzdělanosti a vědomosti.

Již z doby 4000 př. n. l. se datují první poznatky ve Smithovym papyrosu. Ve starodávném Izraeli byla úcta ke stáří součástí společenské etiky i součástí učení. Již ve starém zákoně je uvedeno, že každý musí povstanout a uctít starého člověka. Například Hippokrates (460 – 375 př. n. l.) doporučuje starým lidem upravit a optimalizovat stravu. Nebo Platon (427 – 347 př. n. l.) tvrdil, že životospráva v mládí má velký vliv na další vývoj člověka ve stáří ohledně fyzické a duševní stránky života. Jak Aristoteles (384 – 322 př. n. l.) píše ve svých knihách, že staří lidé jsou velice moudří, ale také upozorňuje na jejich křehkost. Cicero ve svém spisu Cato uvádí, že učení starých lidí působí jako prevence proti duševním chorobám a také neduhům těla.

Pokles vzdělanosti byl zaznamenán v období středověku. Toto období se také vyznačuje zájmem o výrobu elixíru mládí, na který vynakládali nemalé peníze. Panovala velká obava ze stárnutí a stáří, protože stáří přináší nemoci, nemohoucnost, ztrátu krásy a také fyzické síly (Hegyí, Krajčík, 2010, s. 21).

Naopak v renezanci Leonardo da Vinci (1452 – 1519) se zabýval změnami lidského těla v období stárnutí. Na univerzitě ve Vídni poukázal Holanďan Gerhard van Swieten na nutnost zachování zdraví starých lidí, protože velké činy se neměří fyzickou silou nebo obratností a rychlostí, ale rozvahou, životními zkušenostmi, moudrostí a zdravým

způsobem života. A tyto životní moudra jsou dále předávány mladým lidem (Hegyi, Krajčik, 2010, s. 19).

V 19. století mnoho významných lékařů a filozofů ve svých knihách uvádí, že stárnutí je přirozený biologický proces a biologický věk se nemusí shodovat s věkem kalendářním. Na souvislosti mezi sociálními a biologickými vlivy, které mají vliv na stárnutí, upozornil Lambert – Adolphe – Jague Queteles (Hegyi, Krajčik, 2010, s. 20).

Ve vyspělých evropských státech, byla situace poněkud lepší. V 70. letech minulého století se tyto státy snažily najít racionální řešení pro naplnění volného času seniorů. Koncepce druhého životního programu se velmi rychle rozšířila do celé Evropy. Ve Francii vznikla v roce 1973 první univerzita třetího věku, která byla spojena se jménem francouzského lékaře Vellase. Tento lékař se stal prezidentem Asociace univerzit třetího věku. Na univerzitě se vzdělávali lidé, kteří se nechtěli věnovat jen svým zálibám, ale hlavně ti, kteří dříve z různých důvodů nemohli studovat. Mnozí se chtěli vzdělávat ve svém původním oboru nebo si rozšiřovat své vědomosti v oboru jiném. V samém začátku probíhal vzdělávací program spíše jako pravidelné přednášky a později byl rozšířen na možnost získat vysokoškolské vzdělání. Tento program se záhy rozšířil i do jiných zemí například do Belgie, Polska a Španělska.

Historie vzdělávání v Českých zemích má kořeny v díle Pampaedie (Vševýchova), který vytvořil Jan Amos Komenský a které se zabývá vzděláváním seniorů. Chtěl školu rozdělit na stupně, aby se člověk mohl vzdělávat celý život. Při pozdějším založení univerzit třetího věku se tato Komenského myšlenka stala realitou. Jednotlivé stupně se podle Komenského nazývají: zrození, dětství, chlapectví, jinošství, mladosti, mužnosti a stáří. Ve školním stupni mužnosti se lidé měli naučit užívat život, používat nabytou moudrost a také předcházet nemocem ve stáří. Školní stupeň stáří se zaměřoval na překonávání stařeckých omylů a chyb. Výuka respektovala možnosti starých lidí a učila je smysluplně prožít zbytek života. Škola byla rozdělena do tří tříd. První třída byla určena pro věkovou kategorii 65 – 74 roků. Účelem bylo zhodnotit svůj dosavadní život a něco nového se naučit. Druhá třída byla určena pro věkovou kategorii 75 – 89 roků. Tito lidé se už nic nového nenaučí, ale mají ještě dost elánu na splnění životního úkolu. Třetí třída staré lidi připravovala na podzim života a přijetí smrti (Haškovcová, 2010, s. 125).

### 4.3 Studijní obory

Zaměřili jsme se na popis jednotlivých studijních oborů na univerzitě třetího věku na Masarykově univerzitě v Brně (dostupné na <https://www.muni.cz/>).

Univerzita se zabývá celoživotním vzděláváním osob v postproduktivním věku. *Základním posláním U3V je otevření univerzitních zdrojů poznatků, vědomostí a dovedností pro osoby seniorského věku. Cílem U3V je nejen prohlubovat dosavadní vědomosti, ale také prezentovat nové poznatky, obory a technologie, které jsou jinak seniorům nepřístupné. Masarykova univerzita úspěšně realizuje kurzy univerzity třetího věku již od roku 1990 a je považována za jednu z největších a nejvyhledávanějších univerzit třetího věku v České republice.*

Do vzdělávacího programu se může přihlásit každý, kdo je uživatel starobního důchodu a má dokončené středoškolské vzdělání s maturitou. Podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách, v platném znění (dostupné na: <http://www.msmt.cz/>) nejsou posluchači U3V studenty.

Výuka probíhá formou přednášek, seminářů, cvičení a exkurzí. Délka přednášek jsou dvě hodiny a konají se každých čtrnáct dnů. U3V také pořádá mimořádné přednášky a krátkodobé tematicky zaměřené přednášky. Přednášky probíhají od září do května. Každý posluchač se před přednáškou zapíše do prezenční listiny. Aby posluchač úspěšně absolvoval, musí být v každém roce přítomen na  $\frac{3}{4}$  přednášek. V průběhu vzdělávání nemusí účastník absolvovat žádné formy hodnocení.

Výuka na U3V je bezplatná. Platí se pouze zápisné, které stanovuje prorektor. Například pro rok 2016/17 bylo zápisné 800 Kč.

Posluchači U3V mohou pomocí čipové karty používat studovny, počítačové učebny a studovny knih a časopisů.

Po úspěšném ukončení vzdělávacího programu a splnění všech stanovených podmínek se stává absolventem, kterému univerzita vydá osvědčení na slavnostní promoci.

Dále univerzita poskytuje pro absolventy další vzdělávací programy v pěti směrech:

- Směr humanitní,
- Směr zdravotněvědný,

- Směr přírodovědný,
- Směr společenskovedný,
- Směr spirituální.

Absolventi se také mohou přihlásit do všech aktuálně nabízených kurzů.

Aktuální nabídka kurzů a přednášek:

- Všeobecně zaměřený kurz – je zaměřen na zdravý životní styl ve vyšším věku.
- Umění, objednavatelé a umělecký styl v dějinách – kurz je zaměřen na vybraná umělecká díla ohledně architektury, sochařství a malířství. Posluchači se také seznámí s objednavateli a sběrateli uměleckých děl.
- Dějiny umění a vizuální kultury – kurz je zaměřen na oblasti, kterými se zabývá univerzitní disciplína „Dějiny umění“.
- Univerzita třetího věku v Moravském zemském muzeu – kurz je zaměřen na přednášky z oblasti kultury, historie a přírodních věd. Tyto přednášky jsou realizovány ve spolupráci s Moravským zemským muzeem.
- G. J. Mendel: Člověk, opat a vědec – kurz je zaměřený na život a dílo zakladatele genetiky Gregora Johanna Mendela.
- Kulturní dědictví a památková péče na Moravě – kurz je zaměřen na historické památky Moravy, která byla jedním z nejvýznamnějších center osídlení ve všech etapách vývoje.
- Kulturní dědictví (v Telči) – kurz je zaměřen na typografické specifiky jednotlivých krajů a také na známé šlechtické rody, kteří vlastnili svá panství na tomto území.

#### 4.4 Shrnutí

Možností vzdělávání a vzdělávacích institucí pro seniory je celá řada. Jedná se zejména o samostatný okruh edukace dospělých, jež je charakteristický tím, že se zaměřuje na volnočasové aktivity a má společné znaky se zájmovým vzděláváním. Vlivem změny demografické situace dochází k posunu od kategorie zájmového vzdělávání k profesnímu vzdělávání, tak aby bylo možno seniory zařadit do pracovní sféry. Zde je třeba zdůraznit,

že edukace seniorů prioritně vychází z potřeby být užitečný a aktivní. Celá společnost si uvědomuje význam, prestiž a hodnotu vzdělání a senioři mají zájem se aktivně zapojovat do tohoto procesu – zvláště do programů celoživotního vzdělávání. Rozvoj vzdělávání je zachycen i v tzv. Bílé knize, která uvádí definici vzdělávání.

Nejrozšířenější institucí v rámci celoživotního vzdělávání je Univerzita třetího věku. Nejdůležitější osobností první univerzity třetího věku byl - francouzský profesor lékařství Vellas. Studijní program univerzity byl nastaven tak, aby respektoval medicínské, sociokulturní a sociální elementy, které jsou důležité pro aktivní život seniorů. První univerzita třetího věku byla u nás otevřena v Olomouci v akademickém roce 1986/7 a tento projekt garantoval Československý červený kříž. Velké tradici se těší i tzv. Akademie třetího věku a Kluby aktivního stáří. Zajímavou alternativou vzdělávání na akademické půdě je Rozhlasová akademie třetího věku. Další vzdělávací organizací je sdružení Život go. Toto sdružení je nestátní a nezisková dobrovolnická organizace, založená v roce 1990.

Vzděláváním seniorů se již zabýval ve svém Pampaedie (Vševýchova) Jan Amos Komenský, který chtěl školu rozdělit na stupně, aby se člověk mohl vzdělávat celý život. Jeho myšlenka došla naplnění v celé její komplexnosti v rámci univerzit třetího věku, která se zabývá celoživotním vzděláváním osob v postproduktivním věku. Vzdělávací programy jsou určeny pro uživatele starobního důchodu a studenty, kteří mají dokončené středoškolské vzdělání s maturitou. Výuka probíhá standardní formou. V průběhu vzdělávání nemusí účastník absolvovat žádné formy hodnocení – dostačující je řádná docházka. Výuka je bezplatná a je hrazeno pouze zápisné, jehož výši předepisuje prorektor. Vzdělávací programy jsou řazeny do směrů humanitních, zdravotních, přírodovědných, společenských a spirituálních.



## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 METODOLOGIE VÝZKUMU

V praktické části diplomové práce byl použit pro metodu výzkumu dotazník. Nejdříve byl popsán a stanoven cíl výzkumu a výzkumný problém. Následně stanoveny výzkumné otázky a stanoveny hypotézy.

Základní schéma postupu bylo dle Chrástky (2006, s. 9) následující:

- *stanovení problému,*
- *formulace hypotézy,*
- *testování, ověřování hypotézy*
- *vyvození závěrů a jejich prezentace.*

### 5.1 Cíl výzkumu

Cílem praktické části bylo prostřednictvím kvantitativního výzkumu formou dotazníku zjistit, zda vzdělávání obohacuje a prodlužuje aktivní život seniora a zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu.

**Výzkumné téma: Obohacení a prodloužení aktivního života seniora prostřednictvím vzdělání.**

### 5.2 Formulace předpokladů a výzkumných otázek

**Výzkumná otázka č. 1:** Existuje vztah mezi rodinným stavem seniora a přístupem k volnočasovým aktivitám?

**Výzkumná otázka č. 2:** Existuje vztah mezi přístupem k moderním technologiím a dosaženým vzděláním?

**Výzkumná otázka č. 3:** Existuje vztah mezi věkovou skupinou seniora a tím, jestli považují senioři moderní technologie za přínosné?

**Výzkumná otázka č. 4:** Existuje vztah mezi plnohodnotným životem v séniu a dosaženým vzděláním?

**Výzkumná otázka č. 5:** Existuje vztah mezi nabídkou vzdělávání a místem bydliště seniora?

Testované hypotézy jsou uvedeny v podkapitole 5.6.

### **5.3 Charakteristika výzkumného vzorku**

Sběr empirických dat v rámci dotazníkového šetření bude proveden ve vybraných domovech důchodců, v senior pointech a kurzech univerzity třetího věku v krajském městě Brně. Dotazníkové šetření bude vždy uskutečněno se souhlasem odpovědných řídicích pracovníků.

Předpokládaná věková struktura respondentů bude od 60 let a výše. Celkový předpokládaný počet respondentů je 170 a budou reprezentovat základní soubor. Výběr respondentů byl záměrný dostupný výběr. Výzkumu se zúčastnily osoby žijící zejména v městě Brně a jeho okolí.

### **5.4 Použitá metoda**

Pro realizaci kvantitativního výzkumu jsme využili možnost anonymního šetření, a to formou dotazníku. Dotazníkové šetření probíhalo od začátku února do konce března 2017. Možnost vyplnění dotazníků byla dobrovolná a zcela anonymní. Rozdání dotazníků bylo vždy konzultováno s příslušným vedoucím dané instituce. Distribuce dotazníků probíhala dvojí formou. Jednou formou bylo rozeslání části dotazníků v elektronické podobě na mail, které byly k dispozici v U3V – takto bylo doručeno 32 dotazníků – návratnost v této podobě byla 100%. Další formou byla klasická, tištěná podoba dotazníků. Tyto byly rozdány jak na U3V - Masarykova univerzita, Komenského nám. 2, 602 00 Brno. V Brně, dále pak byly navštíveny: Domov seniorů Nopova, Nopova 128/96, 615 00

a Domov pro seniory Věstonická, Věstonická 4304/1, 628 00 v Brně, dále pak Domov seniorů -Brno – venkov ANAVITA a.s. Masarykova 10186, 6442 Modřice. V senior pointu Brno, Táborská 171, Židenice Brno 615 00. V tištěné podobě bylo rozdáno celkem 138 dotazníků. Návratnost byla 69 %. Následně byly 3 dotazníky z výzkumného šetření vyřazeny, a to z důvodu nekompletního vyplnění. Celkem bylo platných – kompletně vyplněných dotazníků bylo zařazeno do výzkumu 148.

Dotazník obsahoval jak otázky uzavřené, tak i otázku otevřenou, a to číslo 13.

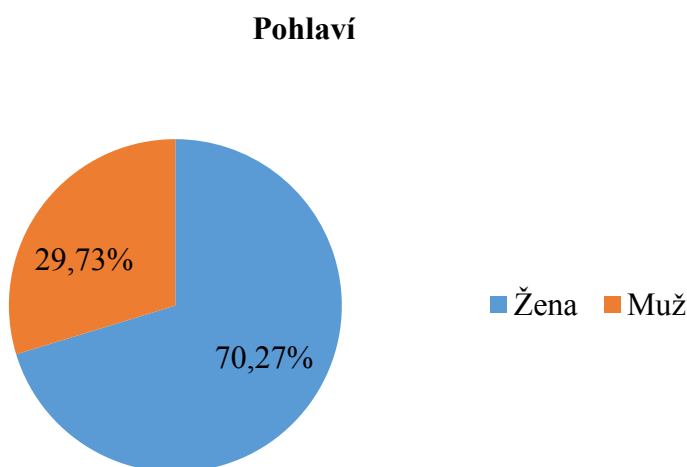
## 5.5 Prezentace výsledků

Prvních šest otázek v dotazníkovém šetření vstupuje do výzkumu jako nezávisle proměnné. Odpovědi na otázky jsou postupně uvedeny dle dotazníku.

### 1. otázka

#### Pohlaví

Na první otázku odpovědělo 148 respondentů, bylo to 104 žen (70,27 %) a 44 mužů (29,73 %). Z těchto výsledků můžeme dovozovat, že mnohem větší zájem o vyplnění dotazníku mají ženy.

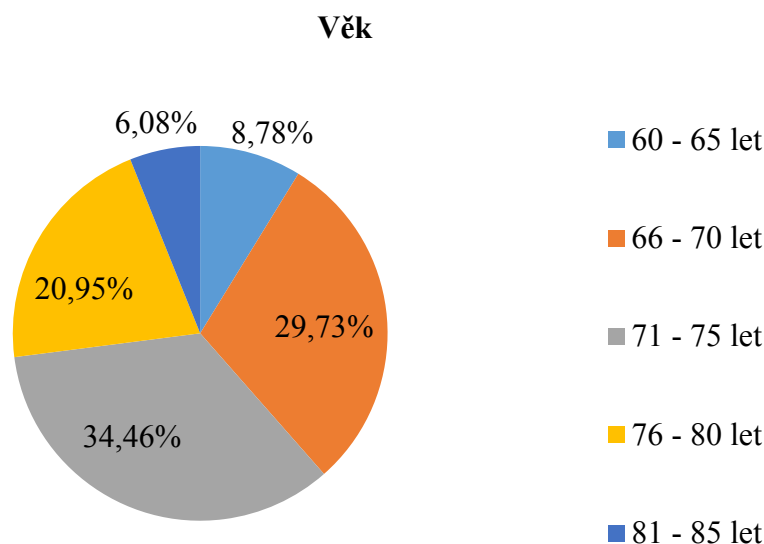


Graf č. 2 Pohlaví (vlastní zdroj)

## 2. otázka

### Věk

V dotazníku bylo stanoveno šest věkových kategorií. V první kategorii byli respondenti ve věku od 60 do 65 let. Do této kategorie patřilo 13 respondentů (8,78 %). V druhé kategorii byli respondenti ve věku od 66 – 70 let. Do této kategorie patřilo 44 respondentů (29,73 %). Ve třetí kategorii byli respondenti od 71 do 75 let. Do této kategorie patřilo 51 respondentů (34,46 %). Ve čtvrté kategorii byli respondenti od 76 do 80 let. Do této kategorie patřilo 31 respondentů (20,95 %). V páté kategorii byli respondenti od 81 do 85 let. Do této kategorie patřilo 9 respondentů (6,08 %).



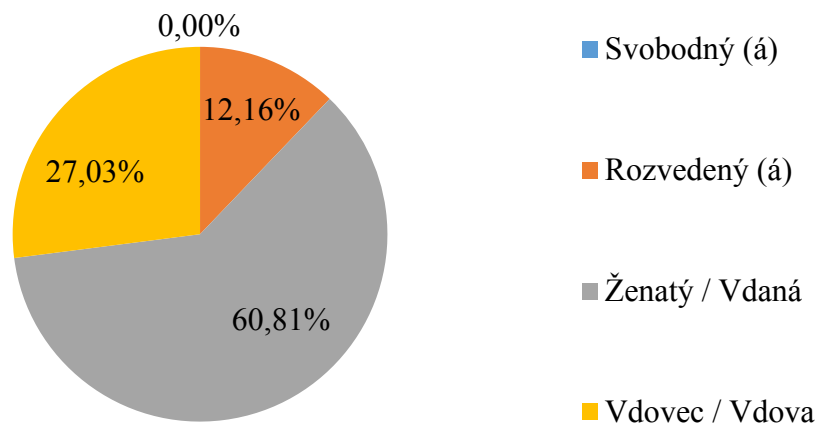
Graf č. 3 Věk (vlastní zdroj)

## 3. otázka

### Rodinný stav

Ve třetí otázce jsme zjišťovali, jaký je rodinný stav respondentů. Tato otázka byla rozdělena do čtyř kategorií. Zjistili jsme, že první kategorii – svobodný (á) nevyznačil žádný respondent. Druhou kategorii rozvedený (á) vyznačilo 18 respondentů (12,16 %). Třetí kategorii ženatý – vdaná vyznačilo 90 respondentů (60,81 %). Čtvrtou kategorii vdovec – vdova vyznačilo 40 respondentů (27,03 %).

## Rodinný stav



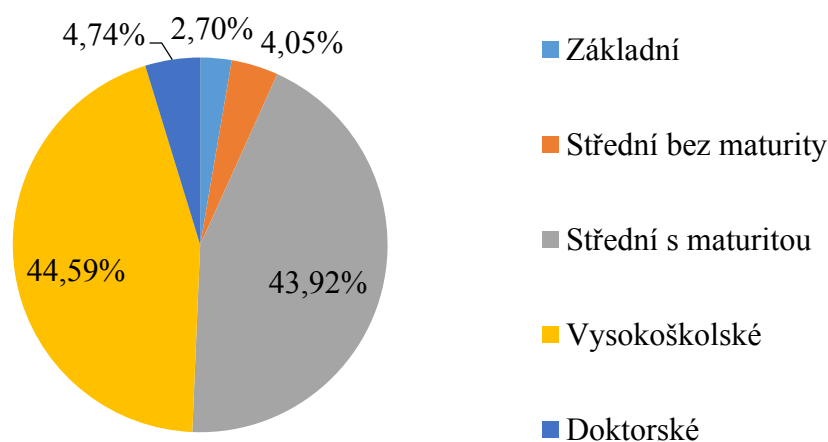
Graf č. 4 Rodinný stav (vlastní zdroj)

## 4. otázka

## Nejvyšší dosažené vzdělání

Čtvrtá otázka se týkala dosaženého vzdělání oslovených respondentů. Základní vzdělání vyznačili v dotazníku pouze 4 respondenti (2,70 %). Střední vzdělání bez maturity vyznačilo 6 respondentů (4,05 %). Střední vzdělání s maturitou vyznačilo v dotazníku 65 respondentů (43,92 %). Vysokoškolské vzdělání vyznačilo 66 respondentů (44,59 %). Doktorské vzdělání vyznačilo 7 respondentů (4,74 %).

## Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů

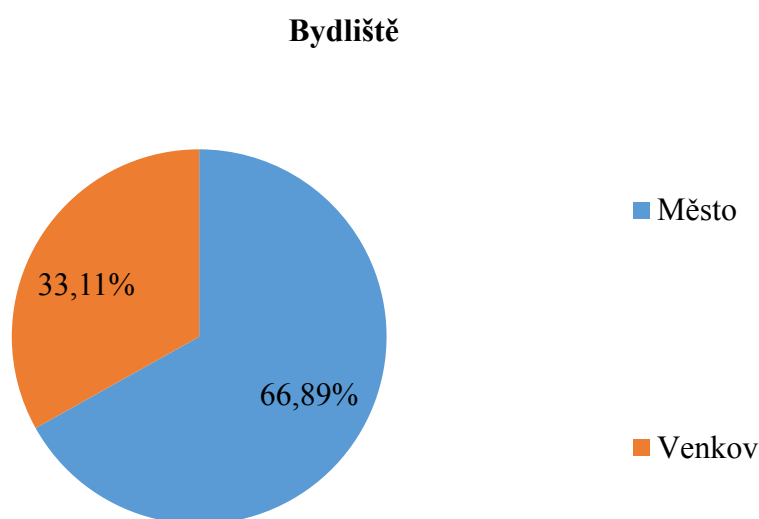


Graf č. 5 Nejvyšší dosažené vzdělání (vlastní zdroj)

## 5. otázka

### Bydliště

V páté otázce jsme zjišťovali bydliště respondentů. Nejvíce respondentů vyznačilo odpověď, že bydlí ve městě, a to 99 respondentů (66,89 %). Naopak venkov zvolilo 49 respondentů (33,11 %). Z našeho výzkumu vyplývá, že oslovení respondenti jsou z větší části z města.

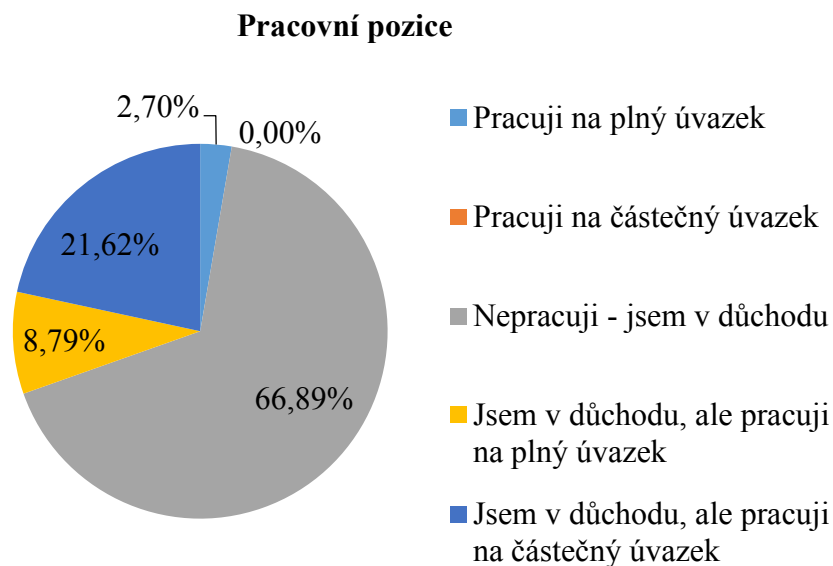


Graf č. 6 Bydliště (vlastní zdroj)

## 6. otázka

### Vaše současná pracovní pozice

V šesté otázce jsme se seniorů dotazovali na jejich současnou pracovní pozici. Nejvíce 99 respondentů (66,89 %) označilo odpověď, že nepracují a jsou v důchodu. Jako druhou nejčastější odpověď zvolilo 33 respondentů (21,62 %), že jsou v důchodu, ale pracují na částečný úvazek. Odpověď: jsem v důchodu, ale pracuji na plný úvazek, zvolilo 13 respondentů (8,79 %). Na otázku: pracuji na plný úvazek, vyznačili 4 respondenti (2,70 %). Žádný respondent neoznačil možnost: pracuji na částečný úvazek.



Graf č. 7 Pracovní pozice (vlastní zdroj)

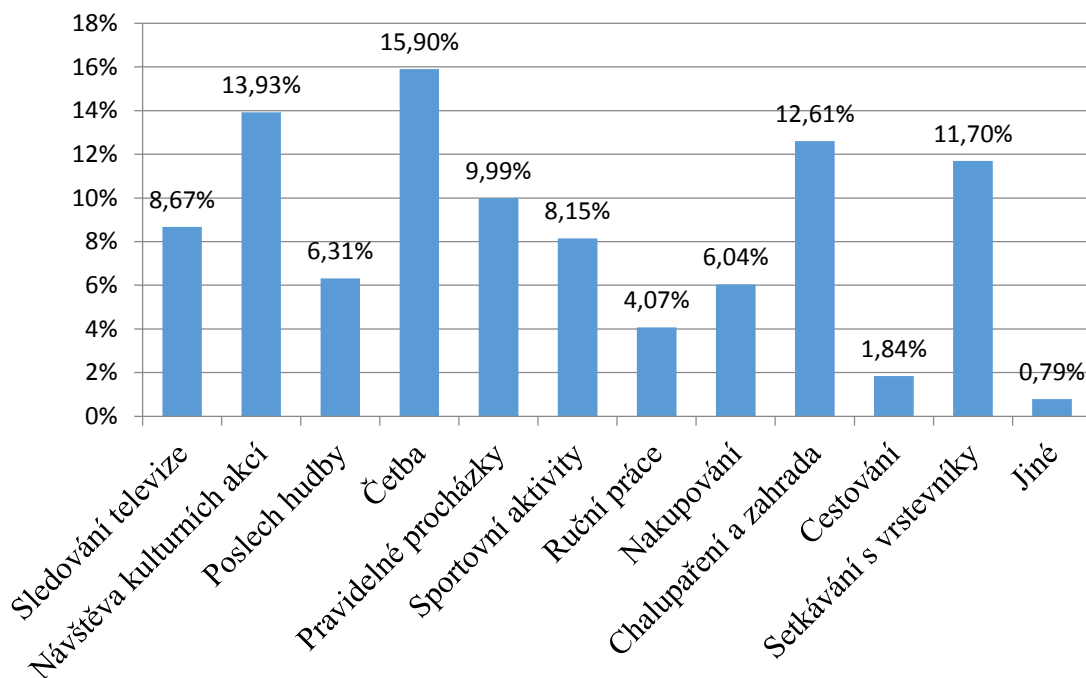
## 7. otázka

### Jak trávíte svůj volný čas?

V sedmé otázce jsme se seniorů ptali na to, jak tráví svůj volný čas. U této otázky jsme dali respondentům možnost označit více odpovědí. Sledování televize bylo označeno v 66 případech, návštěva kulturních akcí byla označena 106 krát, poslech hudby byl označen 48 respondenty, četbu označilo 121 respondentů, pravidelné procházky byly vyznačeny 76 krát, sportovní aktivity uvedli dotázaní 62 krát, ruční práce byly označeny v 31 dotaznicích, nakupování bylo vyplněno 46 krát, chalupaření a zahradu označilo 96 respondentů, cestování vyplnilo 14 respondentů, setkávání s vrstevníky bylo uvedeno v 89 případech. Další odpovědi uváděli respondenti v kategorii jiné. Například: aktivity s vnoučaty, výtvarná činnost, setkávání s mladšími kolegyněmi, příroda, organizování volnočasových aktivit jiným seniorům, studium na U3V. Z uvedených odpovědí je zcela patrné, že dnešní senioři svůj volný čas rozdělují mezi mnohé aktivity. Nejraději se věnují četbě, návštěvě kulturních akcí a chalupaření. V nemalé míře tráví svůj volný čas setkávání s vrstevníky a pravidelnými procházkami. Méně zastoupené je cestování, což může být zapříčiněno finanční bariérou.



## Volný čas seniorů

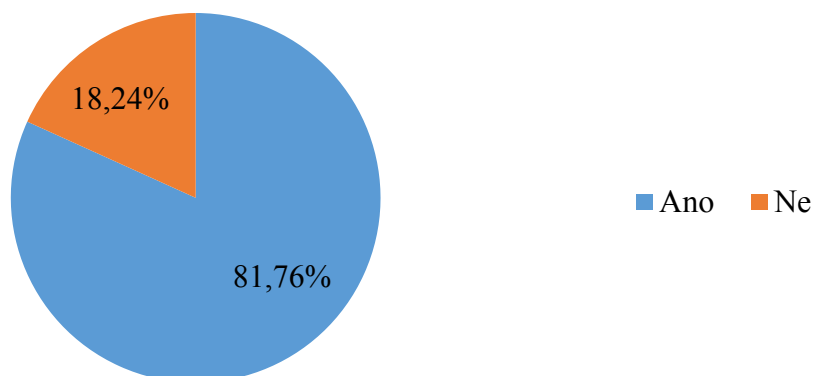


Graf č. 8 Volný čas seniorů (vlastní zdroj)

**8. otázka****Domníváte se, že máte dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám?**

V osmé otázce jsme se respondentů dotazovali, jestli mají dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám. Převážná část respondentů odpověděla, že dostatečný přístup mají a to 121 respondentů (81,76 %). Odpověď ne, že nemají dostatečný přístup, zvolilo 27 respondentů (18,76 %)

### Přístup k volnočasovým aktivitám

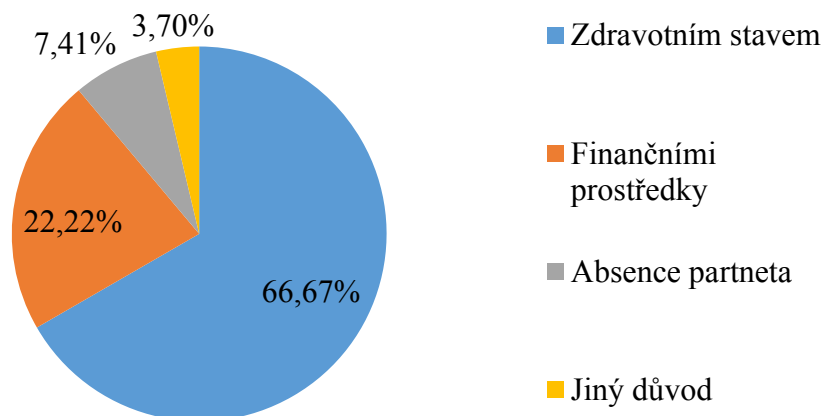


Graf č. 9 Přístup k volnočasovým aktivitám (vlastní zdroj)

#### 9. otázka

**Pokud nemáte dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám – označte -čím jste ve svých volnočasových aktivitách nejvíce omezováni?**

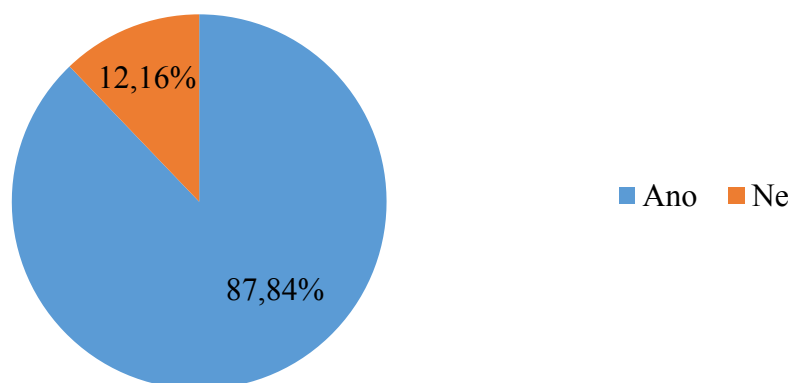
Na devátou otázku v dotazníku odpovídali pouze respondenti, kteří v předešlé otázce označili odpověď ne (27 respondentů), že nemají dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám. Nejvíce jim brání jejich zdravotní stav 18 respondentů (66,67 %). Dále pak nedostatek finančních prostředků 6 respondentů (22,22 %). Absenci partnera označili 2 respondenti (7,41 %). Jiný důvod uvedl 1 respondent (3,70 %). Důvodem je péče o invalidního partnera.

**Důvod omezení volnočasových aktivit**

Graf č. 10 Důvod omezení volnočasových aktivit (vlastní zdroj)

**10. otázka****Domníváte se, že žijete plnohodnotným životem seniora?**

V desáté otázce jsme se respondentů dotazovali na jejich názor, jestli si myslí, že žijí plnohodnotný život v séniu. Ano odpovědělo 130 respondentů (87,84 %). Ne odpovědělo 18 respondentů (12,16 %). Z uvedených odpovědí zcela patrně vyplývá, že většina dotazovaných respondentů v séniu žije plnohodnotný život.

**Kvalita života v séniu**

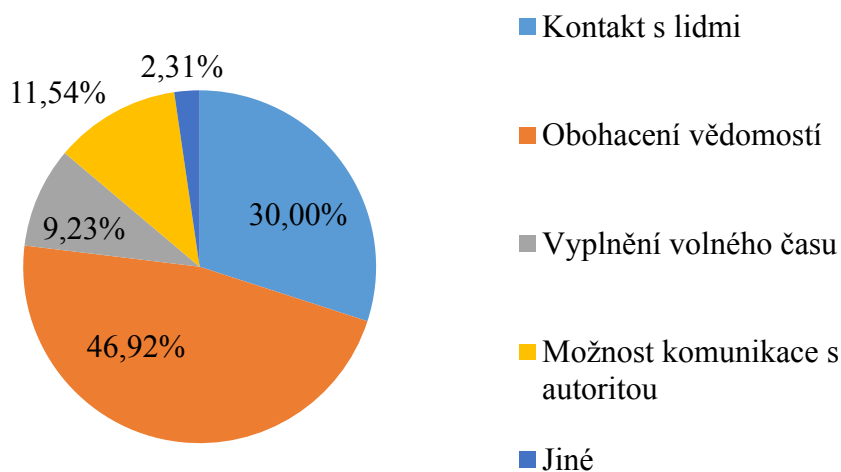
Graf č. 11 Kvalita života v séniu (vlastní zdroj)

### 11. otázka

#### **Pokud jste odpověděli ano – jakým způsobem si myslíte, že může Váš život obohatit?**

Na jedenáctou otázku odpovídali respondenti, kteří v předešlé otázce odpověděli ano. Jednalo se o 130 respondentů. Kontakt s lidmi označilo 39 respondentů (30 %). Obohacení vědomostí označilo 61 respondentů (46,92 %). Vyplnění volného času vyznačilo 12 respondentů (9,23 %). Možnost komunikace s autoritou označilo 15 respondentů (11,54 %). Možnost jiné označili 3 respondenti (2,31 %). Jejich odpovědi v kategorii jiné: získání nových poznatků, informace o novinkách v oboru, zlepšení duše. Tato otázka rozšiřuje naše poznání, že moderní senioři si plně uvědomují cenu vzdělání v závislosti na obohacení svého života. Proto obohacení vědomostí označilo nejvíce dotazovaných. Domníváme se, že velmi důležitým je i kontakt s lidmi, což dotazníkové šetření potvrdilo. Nemalá skupina označila i kontakt s autoritou, což může být zajímavým faktorem, který ovlivňuje seniory při vstupu do kurzů U3V. Jiné odpovědi vesměs doplňují již vyplněné kategorie, avšak asi plně nesplnily zcela ideální představu respondenta.

**Vliv vzdělání na obohacení života**

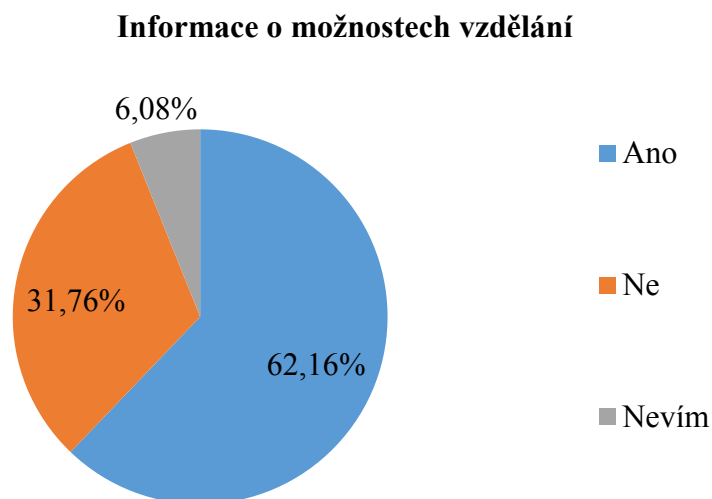


Graf č. 12 Vliv vzdělání na obohacení života (vlastní zdroj)

## 12. otázka

### Domníváte se, že je dostatečná nabídka vzdělávání?

Ve dvanácté otázce nás zajímala odpověď, zda máte dostatek informací o možnostech vzdělávání? Ano odpovědělo 92 respondentů (62,16 %). Ne odpovědělo 47 respondentů (31,76 %). Nevím označilo 9 respondentů (6,08 %). Z uvedených odpovědí vyplývá, že dotazovaní nemají pocit, že by byli neinformováni. Existuje celá řada informačních kanálů, které jak je vidět z provedeného průzkumu fungují a senioři mohou využít různé možnosti. Možnost ne je též v odpovědích zastoupena, ale z vyplněných dotazníků vyplývá, že se spíše jedná o starší kategorii seniorů, kteří asi ani nejeví zájem se o těchto možnostech informovat.



Graf č. 13 Informace o možnostech vzdělání (vlastní zdroj)

## 13. otázka

### Jaké znáte možnosti vzdělávání seniorů?

Tato otázka byla koncipována jako otevřená. A zde měli možnost se respondenti libovolně vyjádřit. Odpovědi dotazovaných byly velmi zajímavé

Nejčastěji uváděné odpovědi:

- studium na U3V, různé besedy, jednotlivé přednášky, a to nejen v rámci studia na U3V,
- soutěžní pořady – AZ kvíz, Máme rádi Česko,

- veřejně pořádané akce – Týden vědy, Noc kostelů, Muzejní noci, akce Moravských vlastivědců, akce Moravské zemské knihovny,
- exkurze, poznávací zájezdy,
- kulturní akce – programy kin, divadel,
- četbu, samo-vzdělávání, učení cizích jazyků.

Dále byly v odpovědích respondentů uvedeny akce Policejní akademie, Policejní Senior akademie, aktivity pořádané kluby důchodců, návštěvy knihoven, setkávání s mladými na bývalých pracovištích.

Odpovědi na položenou otázku plně reflektují zájmy současných seniorů. Každý z nich má svůj zájem zaměřen na určitý obor, ale shodně se všichni věnují vzdělávání, byť se jedná o studium v rámci U3V nebo v rámci svých volnočasových aktivit, které se více přibližují jejich zájmu. Nedá se říci, že by dnešní senioři marnili svůj čas. Plně si uvědomují, že aktivní využívání volného času jim může přinést nejen zábavu, ale i poučení a zkvalitnění jejich života a kontakt s jejich vrstevníky.

#### **14. otázka**

##### **Využil/a jste Vy sám/sama této možnosti vzdělávání?**

V otázce čtrnáct odpovědělo na odpověď- Ano 139 respondentů (93,92 %). Ne odpovědělo 9 respondentů (6,08 %). Jak již bylo naznačeno výše, senioři plně využívají nabízené možnosti vzdělávání. Aktivita a různorodost jejich zájmu byla rozepsána v otázce č. 13. Senioři vyhledávají pro ně atraktivní akce, na kterých se mohou nejen poučit a vzdělávat se, ale i využít možnosti kontaktu s lidmi. Mohou navázat nová přátelství, obohatit a zkvalitnit svůj život.

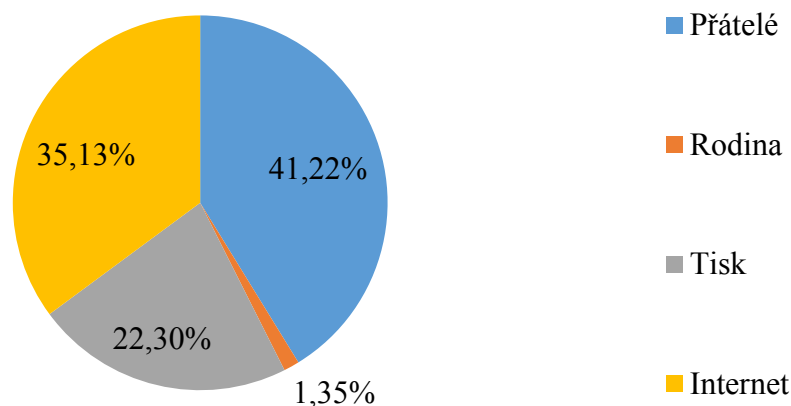


Graf č. 14 Využití možnosti vzdělávání (vlastní zdroj)

### 15. otázka

#### **Kde jste se dozvěděl/a o možnostech vzdělávání seniorů?**

Patnáctá otázka navazuje na předešlou otázku a rozšiřuje naše povědomí o zdrojích, kde je pro seniory nejčastější možnost se dozvědět o různých příležitostech ke vzdělávání. Největší počet respondentů uvedlo, že je pro ně nejjednodušší cesta se o vzdělávání dozvědět od přátel. Tuto možnost označilo 61 respondentů (41,22 %). Druhá nejvíce uváděná možnost byla přes internet. Tato alternativa byla označena 52 respondenty (35,13 %). Dále pak respondenti uvedli tisk 33 respondentů (22,30 %). Nejméně respondentů označilo jako pro ně nejlepší cestu, kde se dozvědět o možnostech vzdělávání rodinu 2 respondenti (1,35 %). Z uvedených odpovědí zcela jasně vyplývá, že senioři preferují osobní doporučení vzdělávacích akcí od přátel, dále pak často využívají možnosti internetu a tisku. V rodině se tyto informace nepředávají nijak často, což si můžeme odůvodnit i tím, že je zde většinou více generační rozdíl a každá generace preferuje různé způsoby a možnosti vzdělávání.

**Zdroj informací o možnostech vzdělávání seniorů**

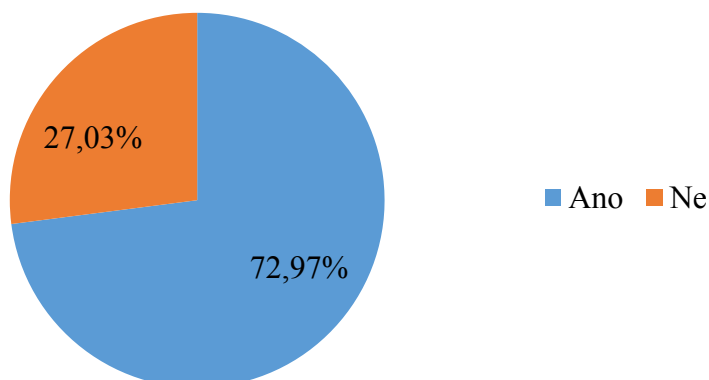
Graf č. 15 Zdroj informací o možnostech vzdělávání seniorů (vlastní zdroj)

**16. otázka****Přivítal/a byste mnohem více informací o možnosti vzdělávání seniorů?**

Tato otázka byla koncipována jako uzavřená a zajímalo nás, jestli i v této oblasti by bylo možno zvýšit informovanost seniorů.

Ano odpovědělo 108 respondentů (72,97 %). Možnost ne zvolilo 40 respondentů (27,03 %). Vzhledem k vysokému procentu odpovědí – „ano“ se můžeme domnívat, že i přes to, že mnoho seniorů využívá různých možností vzdělávání, tak by bylo teoreticky možné toto procento zvýšit, a to prostřednictvím zvýšení informovanosti o těchto možnostech. Právě tato možnost by mohla být v praxi rozpracována a případným dalším výzkumem dořešena jakou cestou zvýšit informovanost této populace. Domníváme se, že by právě přes domovy důchodců a místa senior pointů bylo možno tuto myšlenku v budoucnu realizovat.

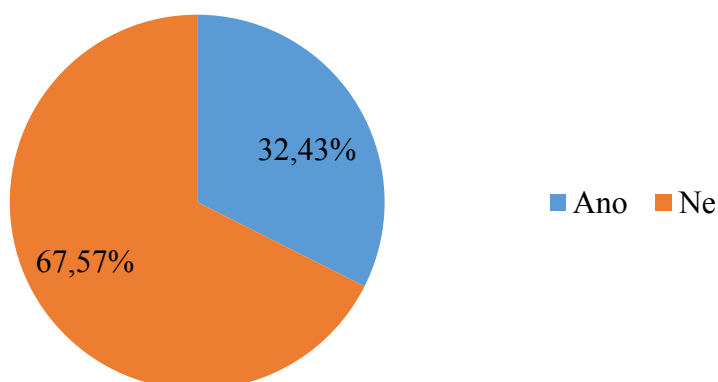


**Zvýšení informovanosti o možnostech vzdělávání seniorů**

Graf č. 16 Zvýšení informovanosti o možnostech vzdělávání seniorů (vlastní zdroj)

**17. otázka****Domníváte se, že jsou možnosti vzdělávání finančně náročné?**

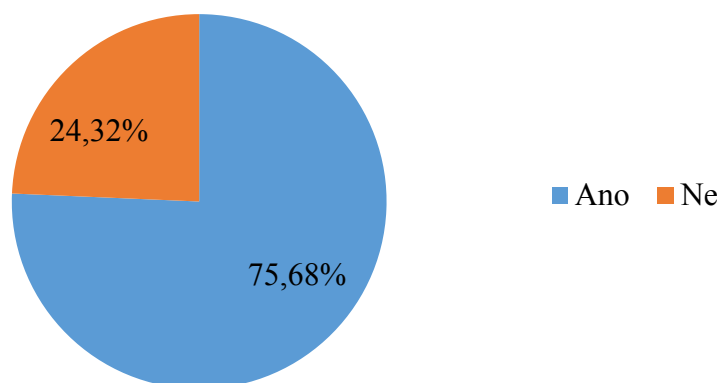
Vzhledem k ekonomické situaci společnosti a výši aktuálních důchodů nás zajímalo, jak vnímají respondenti finanční náročnost možností vzdělávání. Při vyhodnocování výsledků provedeného dotazníkového šetření jsme byli překvapeni, že většina respondentů uvedla, že možnosti vzdělávání nejsou pro ně finančně náročné. Jednalo se o 100 respondentů (67,57 %), kteří zvolili negativní odpověď. Ano označilo 48 respondentů (32,43 %).

**Finanční náročnost vzdělávání**

Graf č. 17 Finanční náročnost vzdělávání (vlastní zdroj)

**18. otázka****Domníváte se, že by bylo žádoucí, aby na vzdělávání seniorů přispíval stát?**

V předcházející otázce 32 % respondentů označilo, že jsou pro ně finančně náročné možnosti vzdělávání a pro tuto skupinu by bylo ideální, kdyby byla možnost využití určitých státních příspěvků právě na tyto aktivity. Ze všech dotazovaných respondentů by tuto možnost přivítala převážná většina. Odpověď ano označilo 112 respondentů (75,68 %). Druhou variantu ne zvolilo 36 respondentů (24,32 %). Domníváme se, že právě tato alternativa by zcela zásadně mohla zvýšit počet seniorů, kteří by aktivně využívali i dalších možností vzdělávání.

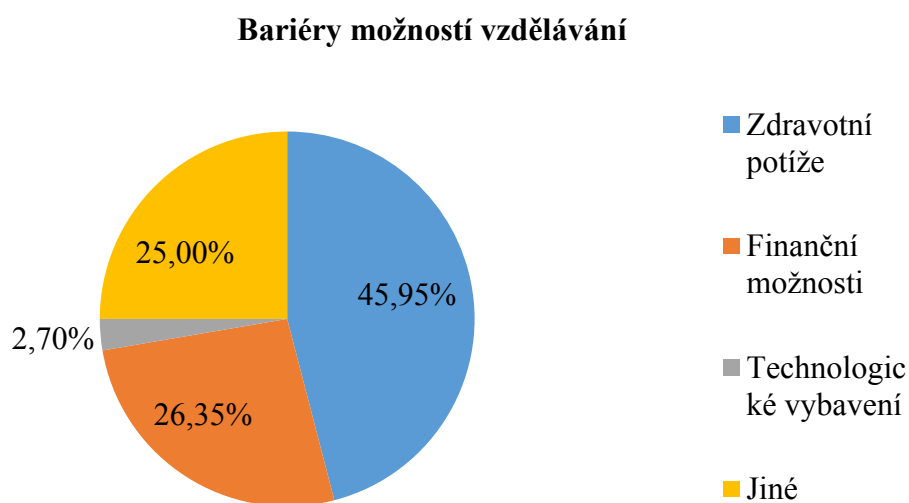
**Možnost státního příspěvku na vzdělávání seniorů**

Graf č. 18 Možnost státního příspěvku na vzdělávání seniorů (vlastní zdroj)

**19. otázka****Jaké bariéry vidíte v možnostech vzdělávání seniorů?**

Tato otázka navazuje na přecházející dotaz a rozšiřuje naše poznání, jaké další bariéry můžeme pozorovat v možnostech vzdělávání seniorů. Na prvním místě byly označeny zdravotní potíže. Tuto možnost označilo 68 respondentů (45,95 %). Což je pochopitelné, protože ve věkové skupině, která byla vybrána, jako relevantní vzorek tohoto průzkumu je logické, že zdravotní potíže mohou negativně ovlivnit a eliminovat vzdělávání seniorů.

Finanční možnosti vyznačilo 39 respondentů (26,35 %). Možnost technologické vybavení vyznačili 4 respondenti (2,70 %). Možnost jiné vyznačilo 37 respondentů (25 %). V možnosti jiné uváděli respondenti tyto odpovědi: malá kapacita na U3V, pohodlnost, špatná dostupnost, špatné časové možnosti. Tato odpověď se zdá velmi zajímavá, že i v rámci důchodu senioři nemají dostatek volného času, ale když se nad odpovědí více zamyslíme, často bývá na seniory přenášena péče o další členy domácnosti, což může být značně časově náročné a pak těmto osobám nezbývá čas pro jejich vlastní realizaci.



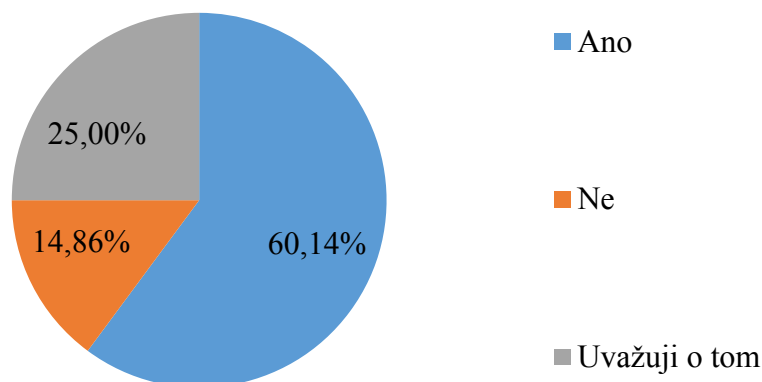
Graf č. 19 Bariéry možností vzdělávání (vlastní zdroj)

## 20. otázka

### Navštěvujete univerzitu třetího věku?

Univerzita třetího věku bývá nejčastěji označována jako možnost vzdělávání seniorů, z tohoto důvodu jsme zařadili tuto otázku do dotazníku. Odpověď - Ano vyznačilo 89 respondentů (60,14 %). Odpověď ne zvolilo 22 respondentů (14,86 %). Odpověď uvažují o tom, vyznačilo 37 respondentů (25 %). Poměrně velká část respondentů odpověděla, že o studiu na U3V ještě uvažuje, bylo by zajímavé zjistit, jaké důvody by ovlivnily jejich rozhodnutí studovat na U3V.

## Návštěvnost U3V



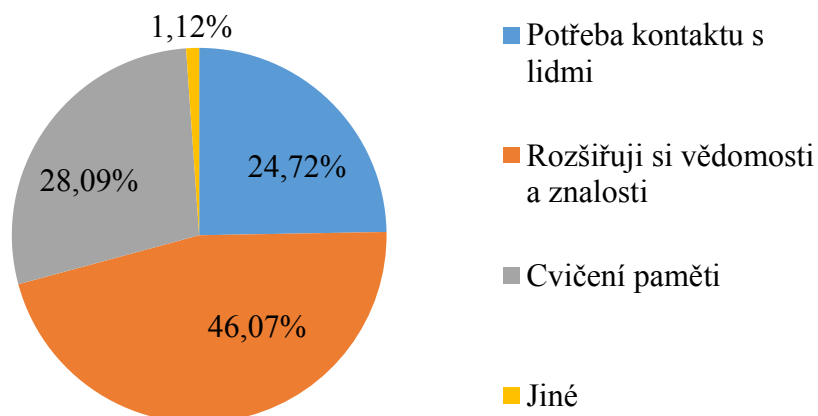
Graf č. 20 Návštěvnost U3V (vlastní zdroj)

## 21. otázka

**Pokud jste odpověděli ano, že navštěvujete univerzitu třetího věku a proč jí studujete?**

Na otázku dvacet jedna odpovídali pouze respondenti, kteří v předchozí otázce vyznačili odpověď ano 89 respondentů. Potřebu kontaktu s lidmi vyznačilo 22 respondentů (24,72 %). Rozšíření vědomostí a znalostí označilo 41 respondentů (46,07 %). Odpověď cvičení paměti vyznačilo 25 respondentů (28,09 %). Možnost jiné zvolil pouze jeden respondent (1,12 %). Respondent v kategorii jiné uvedl, že návštěva U3V je jeho zdroj potěšení.

## Důvod studia U3V

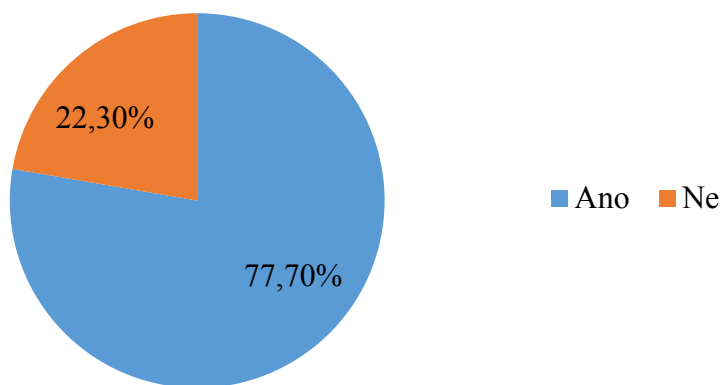


Graf č. 21 Důvod studia U3V (vlastní zdroj)

**22. otázka****Domníváte se, že je dostatek příležitostí, jak si osvojit nové moderní technologie?**

Tato otázka zjišťuje, jestli existuje dostatek příležitostí k osvojení moderních technologií. Odpověď ano zvolilo 115 respondentů (77,70 %). Ne vyznačilo 33 respondentů (22,30 %).

Zde se možno dovodit, že řada respondentů má pocit, že je dostatek příležitostí k osvojení moderních technologií. V průběhu vzdělávání je každý student v jakémkoli věku v rámci vzdělávacího procesu nucen osvojit si určité schopnosti ovládnání moderních technologií. Dnes je již zcela nemyslitelné, aby si student psal například ročníkové práce, seminární práce či dokonce diplomové práce na psacím stroji. Což dříve byla zcela běžná praxe. U odpovědí ne je jasné, že se jedná o osoby, které ani praxe, ani studium nenutilo využívat moderní technologie a logicky tak nemají pocit, že by byl dostatek příležitostí jak si osvojit nové moderní technologie.

**Dostatek příležitostí k osvojení moderních technologií**

Graf č. 22 Dostatek příležitostí k osvojení moderních technologií (vlastní zdroj)

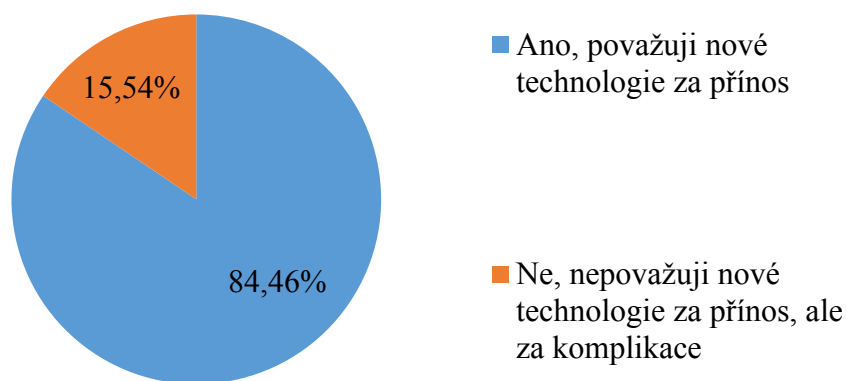
### 23. otázka

#### Považujete nové technologie za přínos nebo spíše komplikace?

V otázce dvacet tři jsme se dotazovali, jestli jsou nové technologie přínos nebo komplikace pro seniory. Odpověď ano - považují nové technologie za přínos vyznačilo 125 respondentů (84,46 %). Odpověď ne, nepovažují nové technologie za přínos, ale za komplikace vyznačilo 23 respondentů (15,54 %).

Zde je zcela patrné, že kladné odpovědi respondentů jsou ve většině a mnoho z nich si po právu uvědomuje, že nové technologie mohou ulehčit a zpříjemnit jejich život. Dnešní moderní společnost vyvíjí značný tlak na užívání nových technologií. Bez mobilního telefonu si již řada z nás vůbec nedovede představit svůj život. Být neustále v kontaktu a pro seniory, kteří mají více zdravotních potíží je velmi uklidňující fakt, že mohou kdykoliv si zajistit potřebnou pomoc a být také v sociálním kontaktu.

#### Nové technologie přínos x komplikace



Graf č. 23 Nové technologie přínos x komplikace (vlastní zdroj)

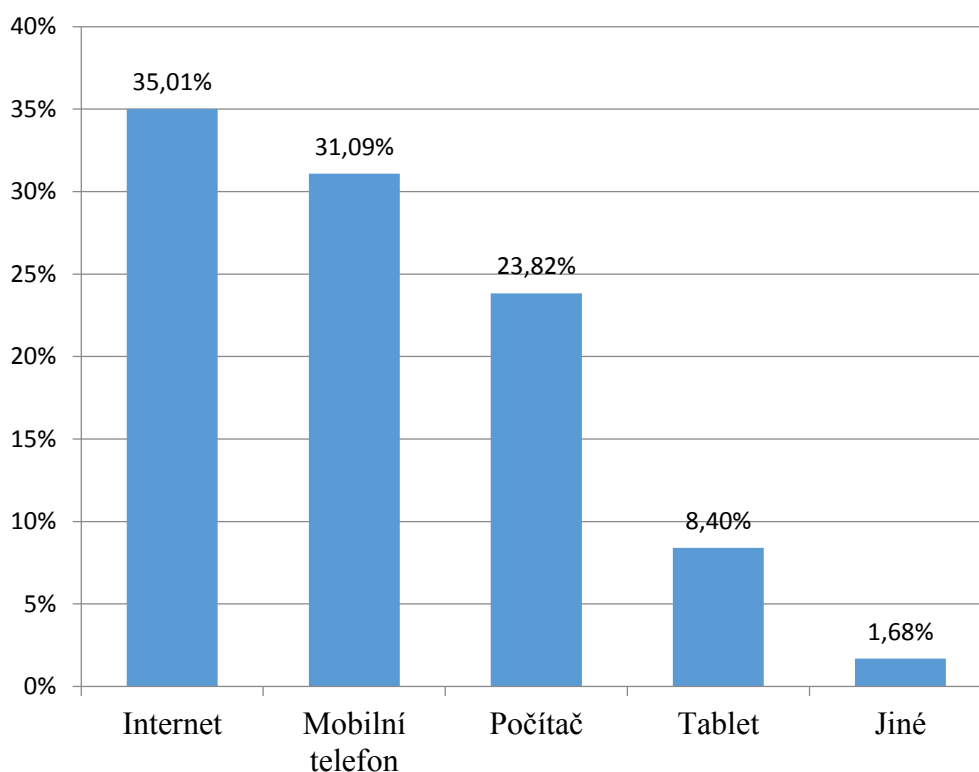
### 24. otázka

#### Jaké moderní technologie využíváte?

Tato otázka byla zaměřena na konkrétní využívání moderních technologií. Tato otázka byla koncipována jako otevřená a byla zde možnost označit více odpovědí. Na otázku

zda respondenti využívají - Internet – byla odpověď označena 125 krát (35,01 %). Možnost využívání - mobilního telefonu vyznačilo 111 respondentů (31,09 %). Využívání -počítače vyznačilo 85 respondentů (23,82 %). Užití - tabletu vyznačilo 30 respondentů (8,40 %). Odpověď jiné zvolilo 6 respondentů (1,68 %). Odpovědi u varianty jiné: více krát byla uvedena v odpovědích čtečka knih a velmi zajímavá odpověď při užití moderních technologií byla odpověď jednoho respondenta, že užívá: „ pět tablet – dvě ráno a tři večer“. Z této odpovědi je vidět, že i v seniorském věku člověk nemusí ztratit nadhled a smysl pro humor. Vzhledem k velkému počtu odpovědí je jasné, že respondenti užívají mnoho různých moderních technologií, nejvíce internet, dále mobilní telefon, počítač, tablet, čtečku knih a jiné. Uvědomující si, že tyto technologie, když si je osvojí, jim mohou usnadnit a zpříjemnit život.

### Využívání moderních technologií



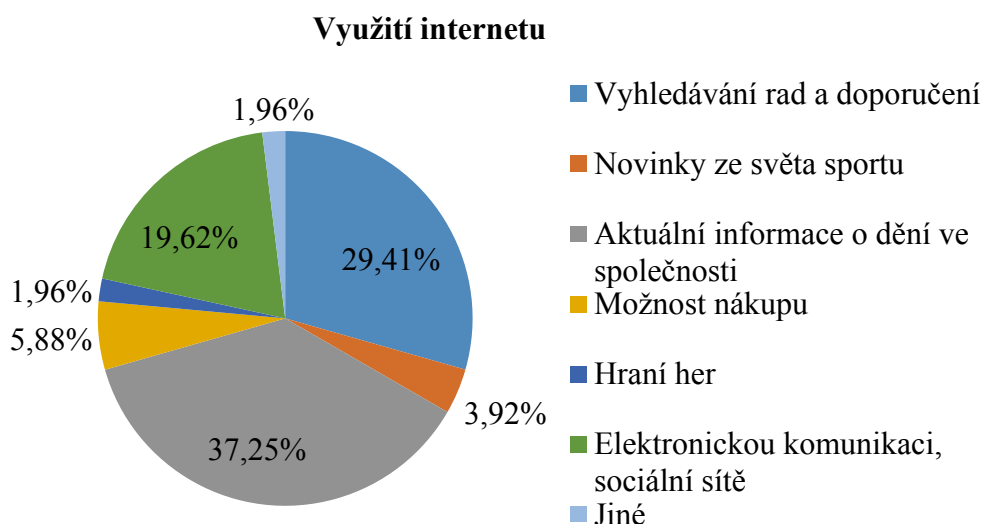
Graf č. 24 Využívání moderních technologií (vlastní zdroj)

## 25. otázka

### Pokud jste odpověděli ano, že využíváte internet, na co jej využíváte nejčastěji?

Na otázku dvacet šest odpovídali pouze respondenti, kteří v předchozí otázce vyznačili, že používají internet 51 respondentů. Odpověď vyhledávání rad a doporučení vyznačilo 15 respondentů (29,41 %). Novinky ze světa sportu vyznačili 2 respondenti (3,92 %). Aktuální informace o dění ve společnosti vyznačilo 19 respondentů (37,25 %). Hraní her zvolil jeden respondent (1,96 %). Možnost nákupu vyznačili 3 respondenti (5,88 %). Elektronickou komunikaci, sociální sítě vyznačilo 10 respondentů (19,62 %). Možnost jiné zvolili 3 respondenti (1,96 %). Odpovědi v kategorii jiné: úprava fotografií, k práci, vzdělávání.

Největší počet respondentů označilo, že nejvíce využívají internet k zjištění aktuálních informací o dění ve společnosti. Z tohoto jasně vyplývá, že dnešní senior nechce stát opodál, ale aktivně se účastnit a být dokonale informován o dění ve společnosti, K tomu využívá nejrychlejších zdrojů informací, čímž je zcela jistě internet. Vzdělávání včetně osvojení si moderních technologií patří k moderní společnosti a senioři jsou zcela jistě její součástí. Další označené odpovědi se více profilují dle jednotlivých zájmů respondentů. K nim patří vyhledávání rad a doporučení, využití el. komunikace a sociálních sítí, hraní her a vyhledávání novinek ze světa sportu.



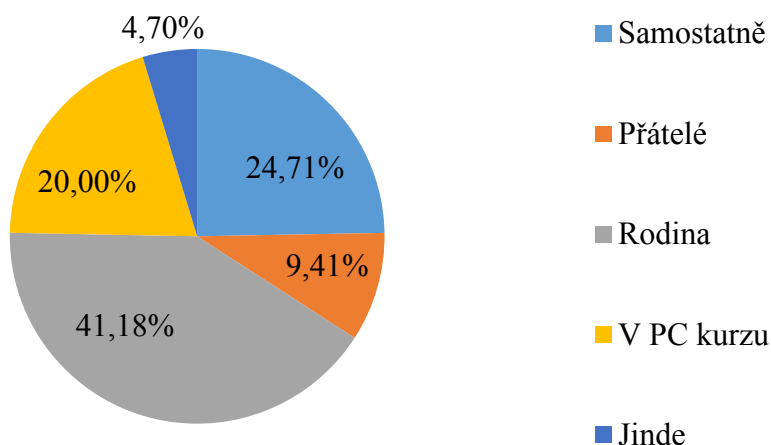
Graf č. 25 Využití internetu (vlastní zdroj)



**26. otázka****Pokud jste odpověděli ano, že využíváte počítač, jak jste se s ním naučili pracovat?**

Na dvacátou sedmou otázku v dotazníku odpovídali pouze respondenti, kteří v otázce číslo 25. označili odpověď počítač (85 respondentů), že využívají počítač. Odpověď, že se respondenti naučili využívat počítač samostatně vyznačilo - 21 dotázaných (24,71 %). Odpověď, že tuto schopnosti je naučili - přátelé, vyznačilo 8 respondentů (9,41 %). Odpověď, že se naučili využívat počítač v rodině- vyznačilo 35 respondentů (41,18 %). Odpověď v PC kurzu vyznačilo 17 respondentů (20 %). Odpověď jiné označili 4 respondenti (4,70 %).

Rodina jako základ každé společnosti ovlivňuje zásadně své členy a i v této otázce je patrné, že rodina může učit seniory práci s počítačem. Také senioři, kteří potřebují denně pracovat s počítačem, se musí naučit osvojit si základní pravidla práce. Tito nevyužívají počítač jen k zábavě, ale hlavně k pracovním aktivitám a využívají i možnost různých elektronických forem komunikací a sociálních sítí. 20 % dotázaných se naučí práci s počítačem prostřednictvím počítačových kurzů. Tyto kurzy jsou pořádány v rámci senior pointů a klubu důchodců, ale např. i v rámci profilového studia na U3V.

**Způsob osvojení práce s počítačem**

Graf č. 26 Způsob osvojení práce s počítačem (vlastní zdroj)

## 5.6 Ověření hypotéz

Na základě získaných dat z dotazníkového šetření můžeme ověřovat hypotézy a následně odpovědět na výzkumné otázky. Hypotézy budeme ověřovat pomocí testu nezávislosti chí – kvadrát pro kontingenční tabulku. Každá hypotéza bude mít stanovenou nulovou a alternativní hypotézu. Při nulové hypotéze předpokládáme, že neexistuje vztah mezi proměnnými. Při alternativní hypotéze předpokládáme, že vztah mezi proměnnými existuje.

Pro výpočet budeme používat níže uvedené vzorečky:

Pro výpočet stupně volnosti použijeme:

$$f = (r - 1) \cdot (s - 1)$$

Pro výpočet testového kritéria  $\chi^2$  použijeme následující vzoreček:

$$\chi^2 = \sum \frac{(P-O)^2}{O}$$

Na základě vypočítaného stupně volnosti budeme v tabulce hledat příslušnou kritickou hodnotu testového kritéria, která je uvedena v knize pana Chrásky (2006, s. 190).

**Výzkumná otázka č. 1:** Existuje vztah mezi rodinným stavem seniora a přístupem k volnočasovým aktivitám?

Pro ověření použijeme otázky č. 3 a 8 a budeme testovat následující hypotézu:

H0: Rodinný stav seniora a přístup k rodinným aktivitám jsou nezávislé.

H1: Existuje vztah mezi rodinným stavem seniora a přístupem k volnočasovým aktivitám.

Kontingenční tabulka pro otázku č. 1:

|     | Rozvedený (á) | Ženatý (vdaná) | Vdovec (vdova) |     |
|-----|---------------|----------------|----------------|-----|
| ANO | 6 (3,28)      | 14 (16,42)     | 7 (7,30)       | 27  |
| NE  | 12 (14,72)    | 76 (73,58)     | 33 (32,70)     | 121 |
|     | 18            | 90             | 40             | 148 |

Tabulka č. 1 Kontingenční tabulka pro otázku č. 1 (vlastní zdroj)

Hladinu významnosti jsme zvolili  $\alpha = 0,05$ , stupeň volnosti je  $f = 2$ . Zjištěná kritická hodnota v tabulce je  $X^2_{0,05}(2) = 5,991$ .

Vypočítaná hodnota  $X^2 = 3,21$

Vypočítaná hodnota je nižší než kritická hodnota v tabulce,  $p > 0,05$ , proto nemůžeme zamítnout  $H_0$ . Mezi rodinným stavem seniora a přístupem k volnočasovým aktivitám neexistuje vztah.

**Výzkumná otázka č. 2:** Existuje vztah mezi přístupem k moderním technologiím a dosaženým vzděláním?

Použijeme data z dotazníkových otázek č. 4 a č. 22 a následující nulovou hypotézu:

$H_0$ : Přístup k moderním technologiím a dosažené vzdělání respondentů jsou nezávislé.

$H_1$ : Existuje vztah mezi přístupem k moderním technologiím a dosaženým vzděláním.

Kontingenční tabulka pro otázku č. 2:

|           | ANO        | NE         |     |
|-----------|------------|------------|-----|
| ZŠ        | 2 (3,11)   | 2 (0,89)   | 4   |
| SŠ bez m. | 4 (4,66)   | 2 (1,34)   | 6   |
| SŠ s mat. | 58 (50,51) | 7 (14,49)  | 65  |
| VŠ        | 45 (51,28) | 21 (14,72) | 66  |
| VŠ dokt.  | 6 (5,44)   | 1 (1,56)   | 7   |
|           | 115        | 33         | 148 |

Tabulka č. 2 Kontingenční tabulka pro otázku č. 2 (vlastní zdroj)

Hladinu významnosti jsme zvolili  $\alpha = 0,05$ , stupeň volnosti je  $f = 4$ . Zjištěná kritická hodnota v tabulce je  $X^2_{0,05}(4) = 9,488$ .

Vypočítaná hodnota  $X^2 = 10,88$

Vypočítaná hodnota je vyšší než kritická hodnota v tabulce,  $p < 0,05$ , proto zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy, tedy mezi dosaženým vzděláním a přístupem k moderním technologiím existuje vztah.

**Výzkumná otázka č. 3:** Existuje vztah mezi věkovou skupinou seniora a tím, jestli považují senioři moderní technologie za přínosné?

K vyhodnocení použijeme data z dotazníkových otázek č. 2 a č. 23 s nulovou hypotézou:

H0: Věková skupina seniora a názor seniorů na přínosnost moderních technologií jsou nezávislé.

H1: Názor na přínosnost moderních technologií závisí na věku.

Kontingenční tabulka pro otázku č. 3:

|       | ANO        | NE       |     |
|-------|------------|----------|-----|
| 60-65 | 11 (10,89) | 2 (2,02) | 13  |
| 66-70 | 42 (37,16) | 2 (6,84) | 44  |
| 71-75 | 43 (43,07) | 8 (7,93) | 51  |
| 76-80 | 25 (26,18) | 6 (4,82) | 31  |
| 81-85 | 4 (7,61)   | 5 (1,39) | 9   |
|       | 125        | 23       | 148 |

Tabulka č. 3 Kontingenční tabulka pro otázku č. 3 (vlastní zdroj)

Hladinu významnosti jsme zvolili  $\alpha = 0,05$ , stupeň volnosti je  $f = 4$ . Zjištěná kritická hodnota v tabulce je  $X^2_{0,05}(4) = 9,488$ .

Vypočítaná hodnota  $X^2 = 15,49$

Vypočítaná hodnota je vyšší než kritická hodnota v tabulce,  $p < 0,05$ , proto zamítáme nulovou hypotézu – tj. mezi užitím moderních technologií a věkem seniora existuje vztah.

**Výzkumná otázka č. 4:** Existuje vztah mezi plnohodnotným životem v séniu a dosaženým vzděláním?

K výzkumné otázce použijeme data z dotazníkových otázek č. 4 a č. 10.

H0: Dosažené vzdělání a plnohodnotný život v séniu jsou nezávislé.

H1: Existuje závislost mezi plnohodnotným životem v séniu a dosaženým vzděláním.

Kontingenční tabulka pro otázku č. 4:

|           | ANO        | NE       |     |
|-----------|------------|----------|-----|
| ZŠ        | 1 (3,51)   | 3 (0,49) | 4   |
| SŠ bez m. | 5 (5,27)   | 1 (0,73) | 6   |
| SŠ s mat. | 57 (57,09) | 8 (7,91) | 65  |
| VŠ        | 61 (57,98) | 5 (8,02) | 66  |
| VŠ dokt.  | 6 (6,15)   | 1 (0,85) | 7   |
|           | 130        | 18       | 148 |

Tabulka č. 4 Kontingenční tabulka pro otázku č. 4 (vlastní zdroj)

Hladinu významnosti jsme zvolili  $\alpha = 0,05$ , stupeň volnosti je  $f = 4$ . Zjištěná kritická hodnota v tabulce je  $X^2_{0,05}(4) = 9,488$ .

Vypočítaná hodnota  $X^2 = 16,10$

Vypočítaná hodnota je vyšší než kritická hodnota v tabulce,  $p < 0,05$ , proto zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy. Mezi dosaženým vzděláním a plnohodnotným životem v senu existuje vztah.

**Výzkumná otázka č. 5:** Existuje vztah mezi nabídkou vzdělávání a místem bydliště seniora?

Použijeme data z dotazníkových otázek č. 5 a č. 12.

H0: Dostupnost nabídek vzdělávání není závislá na místě bydliště seniorů.

H1: Existuje vztah mezi nabídkou vzdělávání a místem bydliště seniorů.

Kontingenční tabulka pro otázku č. 5:

|        | ANO        | NE         | NEVÍM    |     |
|--------|------------|------------|----------|-----|
| město  | 69 (61,54) | 23 (31,44) | 7 (6,02) | 99  |
| venkov | 23 (30,46) | 24 (15,56) | 2 (2,98) | 49  |
|        | 92         | 47         | 9        | 148 |

Tabulka č. 5 Kontingenční tabulka pro otázku č. 5 (vlastní zdroj)

Hladinu významnosti jsme zvolili  $\alpha = 0,05$ , stupeň volnosti je  $f = 2$ . Zjištěná kritická hodnota v tabulce je  $X^2_{0,05}(2) = 5,991$ .

Vypočítaná hodnota  $X^2 = 10,57$

Vypočítaná hodnota je vyšší než kritická hodnota v tabulce,  $p < 0,05$ , proto zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy. To znamená, že mezi nabídkou vzděláváním a místem bydliště seniora existuje vztah.

### Zodpovězení výzkumných otázek

Na první výzkumnou otázku, jestli je přístup k volnočasovým aktivitám ovlivněn rodinným stavem seniora můžeme odpovědět, že mezi rodinným stavem seniora a přístupem k volnočasovým aktivitám neexistuje vztah. Můžeme tedy konstatovat, že rodinný stav seniorů nikterak neovlivňuje jejich volnočasové aktivity.

Ve druhé výzkumné otázce jsme se ptali, zda existuje vztah mezi dosaženým vzděláním a přístupem k moderním technologiím. Na základě výpočtů jsme zjistili, že vypočítaná hodnota je vyšší než kritická hodnota a proto zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch hypotézy alternativní. Můžeme tedy říci, že mezi dosaženým vzděláním a přístupem k moderním technologiím existuje vztah.

Ve třetí výzkumné otázce jsme se ptali, jestli existuje vztah mezi věkovou skupinou seniora a tím, jestli považují senioři moderní technologie za přínosné. Po zhodnocení výsledků můžeme říci, že zamítáme nulovou hypotézu. Mezi užitím moderních technologií a věkem seniora existuje vztah.

Ve čtvrté výzkumné otázce jsme se ptali, zda existuje vztah mezi dosaženým vzděláním a plnohodnotným životem v séniu. Vypočítaná hodnota byla vyšší než kritická hodnota a proto opět zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy. Můžeme tedy říci, že mezi dosaženým vzděláním a plnohodnotným životem v séniu existuje vztah.

V páté výzkumné otázce jsme se ptali, jestli existuje vztah mezi nabídkou vzdělávání a místem bydliště seniora. Na základě vypočítaných hodnot jsme zjistili, že zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy. A mezi nabídkou vzděláváním a místem bydliště seniora existuje vztah.

## 5.7 Sumarizace výsledků a porovnání s cílem výzkumu

Cílem výzkumu bylo zjištění, zda vzdělávání obohacuje a prodlužuje aktivní život seniora a zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu.

Vzhledem ke stárnutí populace a prodlužování délky života jedinců je prodlužování aktivního života seniorů velmi často diskutovanou otázkou. Právě vzdělávání je jedním z mnoha faktorů - jak lze ovlivnit kvalitu prožití poslední fáze života.

První otázka, která byla zaměřena na rozdělení pohlaví respondentů nám ukazuje, že většinu respondentů tvoří ženy. Druhá až pátá otázka řešila a konkretizovala věkovou kategorii, rodinný stav, nejvyšší dosažené vzdělání a bydliště respondentů. Převážnou část tvořili respondenti ve věkové skupině 71 – 75 let, s rodinným stavem – ženatý/vdaná a s nejvyšším dosaženým vysokoškolským vzděláním, bydlící ve městě.

Volnočasovým aktivitám seniorů se věnovala sedmá až devátá otázka. Dnešní senioři se věnují řadě aktivit, nejvíce četbě, návštěvě kulturních akcí, návštěvě různých vzdělávacích akcí, chalupaření, setkávání se s vrstevníky. Vzhledem k různorodosti činností je patrné, že senioři mají pocit, že mají dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám, pouze část respondentů vidí jako problém, který je omezuje v těchto činnostech, a to zvláště jejich zdravotní stav a finanční situace, svůj rodinný stav nevidí jako zásadní problém.

Možnostem a bariérám vzdělávání, nabídce vzdělávání v závislosti na obohacení života byly věnovány otázky č. 10 – 20. Respondenti si plně uvědomují, že je pro velmi důležité vzdělávání v závislosti na obohacení svého života. Největším přínosem je pro ně možnost obohacení vědomostí a kontaktu s jinými lidmi. S nabídkou možností vzdělávání jsou vcelku spokojeni – existuje řada informačních kanálů, které dle provedeného průzkumu fungují. Respondenti uvedli, že nejjednodušší cesta jak se dozvědět o možnostech

vzdělávání je od přátel a preferují osobní doporučení vzdělávacích akcí. Také často hledají tyto možnosti na internetu a v tisku.

Za největší bariéru v možnostech vzdělávání označili respondenti zdravotní potíže, což se dle věkové skupiny dá považovat za opodstatněné a může velmi znesnadnit přístup a možnosti vzdělávání. Bariéry ve finanční oblasti označilo 26 % respondentů. Přestože většina seniorů tuto možnosti neoznačila jako zásadní bariéru, senioři by i tak přivítali možnost příspěvku státu a pro mnoho z nich by to byl určitě velmi motivační faktor.

Univerzitě třetího věku jako významné vzdělávací instituci je věnována otázka č. 20 – 21. Z vyhodnocených výsledků je zce patrné, že 60 % respondentů tuto instituci navštěvuje a i v otázce č. 13, která zjišťuje možnosti vzdělávání seniorů, a která byla koncipována jako otevřená otázka, se tato odpověď objevuje velmi často. U3V respondenti studují převážně z důvodu kontaktu s lidmi a z důvodu rozšíření vědomostí.

Zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu bylo zkoumáno prostřednictvím otázek č. 22 – 26. Značná část respondentů (84 %) vnímá moderní technologie jako přínos a uvádí, že existuje dostatek možností, jak si nové moderní technologie osvojit. Dnešní senior plně využívá internet, mobil, počítač, čtečku knih. Internet nejčastěji využívají pro vyhledávání aktuálních informací o dění ve společnosti, ale i pro práci a zábavu, vzdělávání.

Provedený výzkum potvrdil, že vzdělávání obohacuje a prodlužuje aktivní život seniora a moderní technologie ve velké míře přispívají ke zjednodušení a usnadnění života jedincům v séniu.



## 5.8 DISKUZE

Při vyhodnocování výsledků jsme byli překvapeni, že většinu respondentů tvoří ženy. Jedná se celkem o vysoké procento, a to 70 %. Domníváme se, že právě ženy jsou k tématům vzdělávání přístupnější a i vyplňování dotazníků jim nečiní větší obtíže.

Velmi zajímavým poznáním bylo, že dnešní senioři se opravdu aktivně zapojují do volnočasových aktivit různého druhu a vyhledávají různé možnosti vzdělávání. Nevyhledávají jen pasivní zábavu. Tyto činnosti je naplňují a je vidět, že zvolené aktivity jim skutečně zkvalitňují život. Vzhledem k dosažení vnitřní spokojenosti a naplnění jim tyto činnosti mohou prodloužit život.

Dle komentářů u otázky č. 13, která byla ponechána k volnému doplnění, byla uvedena řada doplňujících komentářů, které uváděli, že respondenti spíše pocítují nedostatek kapacit v rámci kurzů na U3V a nedostatek volného času, aby mohli více využívat dalších aktivit.

Současná společnost je z velké části tvořena seniory. Vzhledem k tomu, že dochází k prodloužení délky života, je důležité věnovat pozornost kvalitnímu prožití této životní etapy. Vzdělávání může pomoci seniorům obohatit jejich dosavadní život. Je třeba pochopit, že stáří není nemoc, ale patří do běžné součásti života, stejně tak jako moderní technologie patří do společnosti dneška.

Moderní technologie si respondenti osvojují a navzájem se v řadě kurzů motivují k jejich užívání. Vzhledem k tomu, že většinu respondentů tvořily ženy, tak jsou dosažené výsledky překvapivé. Existuje totiž zažitá celospolečenská představa, že jsou ženy k užívání moderních technologií skeptické. Počítač, internet, tablet, čtečka ... to řadě z nich přijde jako běžná součást života, která jim zprostředkovává nové informace, zábavu, ale i kontakt s jejich přáteli.

A navíc, což můžeme jen ocenit, senioři velmi často neztrácejí humor.

## ZÁVĚR

Diplomová práce byla zaměřena na téma vzdělávání seniorů, a jak obohacuje jejich aktivní život a zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu.

Práce byla rozdělena pro přehlednost do dvou částí. Teoretická část práce je ve svém obsahu zaměřena na přehledný souhrn informací o zadané problematice z dostupných zdrojů. Jde o vymezení základních pojmů senior a společnost, kategorizaci stárnutí, rozbor historických aspektů stáří, volnočasových aktivit a možností vzdělávání seniorů se zaměřením na Univerzitu třetího věku, jež je nejrozšířenější institucí v rámci celoživotního vzdělávání.

Empirická část interpretuje a analyzuje data, která byla získána prostřednictvím kvantitativního šetření, a to metodou anonymního dotazníku s počtem 148 respondentů. Hlavním cílem práce bylo zjištění, zda vzdělávání obohacuje a prodlužuje aktivní život seniora a zda moderní technologie přispívají či naopak ztěžují život jedincům v séniu.

V rámci výzkumu bylo stanoveno 5 hypotéz. Na základě provedeného výzkumu bylo zjištěno, že přístup k volnočasovým aktivitám není omezen rodinným stavem seniorů. Podařilo se prokázat statisticky významný vztah mezi dosaženým vzděláním a přístupem k moderním technologiím, mezi věkovou skupinou seniora a přístupem k moderním technologiím, dosaženým vzděláním a plnohodnotným životem v séniu a vztah mezi nabídkou vzdělávání a místem bydliště respondenta.

Pozitivní zjištění je, že dle odpovědí respondentů jsou většinou senioři aktivní a účastní se různých možností vzdělávání a volnočasových aktivit. Plně si uvědomují, že vzdělávání obohacuje a prodlužuje jejich aktivní život a moderní technologie vnímají jako přínos, nikoli jako přítěž.

Vzhledem k tomu, že bylo provedeno šetření na vzorku 148 osob, nemůžeme tak přímo zobecnit dosažené výsledky výzkumu na celou populaci, k tomu by bylo třeba provést rozsáhlejší šetření.

Zajímavým postřehem použitelným pro praxi by mohlo být zamyšlení se nad možností zřízení státních příspěvků na vzdělávání pro seniory, jako podpora aktivního způsobu života v séniu.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] BENEŠ, Milan. *Andragogika*. Praha: Eurolex Bohemia, 2003. Andragogika. ISBN 80-86432-23-8.
- [2] BENEŠ, Milan. *Andragogika*. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika. ISBN 978-80-247-4824-5.
- [3] ČEVELA, Rostislav a Libuše ČELEDVÁ. *Sociální gerontologie: východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4544-2.
- [4] ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDVÁ. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.
- [5] GRUSS, Peter. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-605-6.
- [6] HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.
- [7] Hegyi, Ladislav, Krajčík Štefan, *Geriatría*. Bratislava: Herba, 2010. ISBN 978-80-89171-73-8.
- [8] HUDÁKOVÁ, Anna a Ludmila MAJERNÍKOVÁ. *Kvalita života seniorů v kontextu ošetrovatelství*. Praha: Grada, 2013. Sestra. ISBN 978-80-247-4772-9.
- [9] CHRÁSKA, Miroslav. *Úvod do výzkumu v pedagogice*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. Skripta. ISBN 80-244-1367-1.
- [10] CHRISTIANSEN, Charles, TOWNSEND, Elizabeth. *Introduction to Occupation : Art and Science of Living*. 2nd Edition, Prentice Hall, 2004, ISBN: 0131999427.
- [11] KALVACH, Zdeněk. *Geriatría a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.
- [12] LANGMEIER, Josef, Dana KREJČÍŘOVÁ a Miloš LANGMEIER. *Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyziologie*. Jinočany: H & H, 1998. ISBN 80-86022-37-4.
- [13] LAŠEK, Jan. *Kapitoly ze sociální psychologie I.: pracovní texty pro studenty Doplnkového pedagogického studia č. 3*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2003. ISBN 80-7041-533-9.

- [14] MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 80-210-3345-2.
- [15] POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. Sestra. ISBN 978-80-247-3271-8.
- [16] SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. Sociologie. ISBN 978-80-247-3850-5.
- [17] STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.
- [18] ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.
- [19] ŠTILEC, Miroslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.
- [20] VAĎUROVÁ, Helena a Pavel MÜHLPACHR. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita, 2005. ISBN 80-210-3754-7.

## INTERNETOVÉ ZDROJE

Český statistický úřad [online] 2010 In: [cit. 2017-03-16]. Dostupné na:

[https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici\\_duchodci\\_tvori\\_dulezitou\\_soucast\\_ceske\\_ekonomiky](https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky)

ČR. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, a jeho prováděcí předpisy ve znění pozdějších předpisů. [online]. In: [cit. 2017-01-02]. Dostupné na:

<http://portal.gov.cz/app/zakony/zakonPar.jsp?idBiblio=62334&fulltext=&nr=108--2F2006&part=&name=&rpp=15#local-content>

Český statistický úřad [online] 2010 In: [cit. 2017-03-11]. Dostupné na:

<https://www.czso.cz/csu/czso/seniori?>

Statistika a my [online] 2011 In: [cit. 2017-02-11]. Dostupné na:

<http://www.statistikaamy.cz/2015/03/seniori-v-cislech/>

Česká Asociace Ergoterapeutů [online] 2008 In: [cit. 2017-02-12]. Dostupné na:

<http://www.ergoterapie.cz/Home.aspx>

Česká Asociace Ergoterapeutů [online] 2008 In: [cit. 2017-02-12]. Dostupné na:

[http://ergoterapie.cz/files/koncepce\\_oboru\\_ergoterapie.pdf](http://ergoterapie.cz/files/koncepce_oboru_ergoterapie.pdf)).

Česká správa sociálního zabezpečení [online] In: [cit. 2017-02-19]. Dostupné na:

<http://www.cssz.cz/cz/duchodci>

iDNES .cz [online] 2016 In: [cit. 2017-03-12]. Dostupné na:

<http://zpravy.idnes.cz/chudoba-v-cesku-seniori>

Národní vzdělávací fond [online] 2000 In: [cit. 2017-03-16]. Dostupné na:

<http://old.nvf.cz/archiv/memorandum/obsah.htm#pozn3>)

Masarykova univerzita [online] 2017 In: [cit. 2017-03-18]. Dostupné na:

<https://www.muni.cz/>).

ČR. Zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů

[online] 1998 In: [cit. 2017-03-19]. Dostupné na: <http://www.msmt.cz/>

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

|       |   |
|-------|---|
| ČSÚ   | Český statistický úřad                      |
| VŠPS  | Výběrové šetření pracovních sil             |
| OSN   | Organizace spojených národů                 |
| SLDB  | Sčítání lidu, domů a bytů                   |
| ČR    | Česká republika                             |
| EU    | Evropská unie                               |
| EFTA  | Evropské sdružení volného obchodu           |
| AIUTA | Mezinárodní sdružení univerzit třetího věku |
| USA   | Spojené státy americké                      |
| U3V   | Univerzita třetího věku                     |

## SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1: Podíl osob 65+ a index stáří v krajích ČR, 2001, 2011

Graf č. 2 Pohlaví

Graf č. 3 Věk

Graf č. 4 Rodinný stav

Graf č. 5 Nejvyšší dosažené vzdělání

Graf č. 6 Bydliště

Graf č. 7 Pracovní pozice

Graf č. 8 Volný čas seniorů

Graf č. 9 Přístup k volnočasovým aktivitám

Graf č. 10 Důvod omezení volnočasových aktivit

Graf č. 11 Kvalita života v séniu

Graf č. 12 Vliv vzdělání na obohacení života

Graf č. 13 Informace o možnostech vzdělání

Graf č. 14 Využití možnosti vzdělávání

Graf č. 15 Zdroj informací o možnostech vzdělávání seniorů

Graf č. 16 Zvýšení informovanosti o možnostech vzdělávání seniorů

Graf č. 17 Finanční náročnost vzdělávání

Graf č. 18 Možnost státního příspěvku na vzdělávání seniorů

Graf č. 19 Bariéry možností vzdělávání

Graf č. 20 Návštěvnost U3V

Graf č. 21 Důvod studia U3V

Graf č. 22 Dostatek příležitostí k osvojení moderních technologií

Graf č. 23 Nové technologie přínos x komplikace

Graf č. 24 Využívání moderních technologií

Graf č. 25 Využití internetu



Graf č. 26 Způsob osvojení práce s počítačem

## **SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obrázek č. 1. - Index stáří v zemích EU27 a EFTA v roce 2011

## **SEZNAM TABULEK**

Tabulka č. 1 - Kontingenční tabulka pro otázku č. 1

Tabulka č. 2 - Kontingenční tabulka pro otázku č. 2

Tabulka č. 3 - Kontingenční tabulka pro otázku č. 3

Tabulka č. 4 - Kontingenční tabulka pro otázku č. 4

Tabulka č. 5 - Kontingenční tabulka pro otázku č. 5

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I - Dotazník

## **PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK**

Vážení respondenti,

jmenuji se Martin Skácel a jsem studentem posledního ročníku magisterského studia na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně obor Sociální pedagogika. Dovoluji si Vám předložit dotazník, pomocí kterého bych chtěl zjistit Váš názor na vzdělávání seniorů v souvislosti se zlepšením Vašeho života. Dotazník je anonymní. Prosím o pečlivé přečtení uvedených otázek a o zakroužkování odpovědi, kterou považujete za nejbližší svému názoru. V případě, že u dané otázky nejsou uvedeny možnosti, prosíme o uvedení Vám nejbližší odpovědi. Získané výsledky budou použity jen pro výzkumné účely. Děkuji předem za poskytnutí Vaší součinnosti a za Váš čas.

.....

### 1) Pohlaví

- a) Muž
- b) Žena

### 2) Věková skupina

- a) 60 – 65
- b) 66 – 70
- c) 71 – 75
- d) 76 – 80
- e) 81 – 85

3) Rodinný stav

- a) Svobodný(á)
- b) Rozvedený(á)
- c) Ženatý / Vdaná
- d) Vdovec / Vdova

4) Nevyšší dosažené vzdělání

- a) Základní
- b) Střední bez maturity
- c) Střední s maturitou
- d) Vysokoškolské
- e) Doktorské

5) Bydliště

- a) Město
- b) Venkov

6) Vaše současná pracovní pozice

- a) Pracuji na plný úvazek
- b) Pracuji na částečný úvazek
- c) Nepracuji – jsem v důchodu
- d) Jsem v důchodu, ale pracuji na plný úvazek
- e) Jsem v důchodu, ale pracuji na částečný úvazek

7) Jak trávíte svůj volný čas? Povolena možnost více odpovědí.

- a) Sledování televize
- b) Návštěva kulturních akcí
- c) Poslech hudby
- d) Četba
- e) Pravidelné procházky
- f) Sportovní aktivity
- g) Ruční práce
- h) Nakupování
- i) Chalupaření a zahrada
- j) Cestování
- k) Setkání s vrstevníky
- l) Jiné \_\_\_\_\_

8) Domníváte se, že máte dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám?

- a) Ano
- b) Ne

9) Pokud nemáte dostatečný přístup k volnočasovým aktivitám – označte -čím jste ve svých volnočasových aktivitách nejvíce omezováni?

- a) Zdravotním stavem
- b) Finančními prostředky
- c) Absence partnera
- d) Jiný důvod \_\_\_\_\_

10) Domníváte se, že žijete plnohodnotným životem seniora?

- a) Ano
- b) Ne

11) Pokud jste odpověděli ano – jakým způsobem si myslíte, že může Váš život obohatit?

- a) Kontakt s lidmi
- b) Obohacení vědomostí
- c) Vyplnění volného času
- d) Možnost komunikace s autoritou
- e) Jiné \_\_\_\_\_

12) Domníváte se, že je dostatečná nabídka vzdělávání?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nevím

13) Jaké znáte možnosti vzdělávání seniorů?

---

---

---

14) Využil/a jste Vy sám/sama této možnosti vzdělávání?

- a) Ano
- b) Ne



15) Kde jste se dozvěděl/a o možnostech vzdělávání seniorů?

- a) Přátelé
- b) Rodina
- c) Tisk
- d) Internet

16) Přivítal/a byste mnohem více informací o možnosti vzdělávání seniorů?

- a) Ano
- b) Ne

17) Domníváte se, že jsou možnosti vzdělávání finančně náročné?

- a) Ano
- b) Ne

18) Domníváte se, že by bylo žádoucí, aby na vzdělávání seniorů přispíval stát?

- a) Ano
- b) Ne

19) Jaké bariéry vidíte v možnostech vzdělávání seniorů?

- a) Zdravotní potíže
- b) Finanční možnosti
- c) Technologické vybavení
- d) Jiné \_\_\_\_\_

20) Navštěvujete univerzitu třetího věku?

- a. Ano
- b. Ne
- c. Uvažuji o tom

21) Pokud jste odpověděli ano, že navštěvujete universitu třetího věku, proč jí studujete?

- a) Potřeba kontaktu s lidmi
- b) Rozšiřuji si vědomosti a znalosti
- c) Cvičení paměti
- d) Jiné \_\_\_\_\_

22) Domníváte se, že je dostatek příležitostí, jak si osvojit nové moderní technologie?

- a) Ano
- b) Ne

23) Považujete nové technologie za přínos nebo spíše komplikace?

- a) Ano, považuji nové technologie za přínos
- b) Ne, nepovažuji nové technologie za přínos, ale za komplikace

24) Jaké moderní technologie využíváte? Povolena možnost více odpovědí.

- a) Internet
- b) Mobilní telefon
- c) Počítač
- d) Tablet
- e) Jiné \_\_\_\_\_

25) Pokud jste odpověděli ano, že využíváte internet, na co jej využíváte nejčastěji?

- a) Vyhledávání rad a doporučení
- b) Novinky ze světa sportu
- c) Aktuální informace o dění ve společnosti
- d) Hraní her
- e) Možnost nákupu
- f) Elektronickou komunikaci, sociální sítě
- g) Jiné \_\_\_\_\_

26) Pokud jste odpověděli ano, že využíváte počítač, jak jste se s ním naučili pracovat?

a) Samostatně

b) Přátelé

c) Rodina

d) V PC kurzu

e) Jinde\_\_\_\_\_