

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
Institut mezioborových studií Brno

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Brno 2010

Radka Pelánová

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
Institut mezioborových studií Brno

System vzdělávání seniorů

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:
Mgr. Olga Doňková

Vypracovala:
Radka Pelánová

Brno 2010

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „System vzdělávání seniorů“ zpracovala samostatně a použila jen literaturu uvedenou v seznamu použitých pramenů a literatury, který je součástí této bakalářské práce.
Elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné.

V Brně dne 30. 03. 2010

.....
Radka Pelánová

Poděkování

Děkuji paní Mgr. Olze Doňkové za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytla při zpracování mé bakalářské práce.

Radka Pelánová

OBSAH

Úvod	7
Teoretická část	
1. Vymezení pojmu stáří	9
1. 1. Kalendářní (chronologické) stáří.....	10
1. 2. Biologické stáří.....	11
1. 3. Sociální stáří.....	12
2. Proces stárnutí	14
2. 1. Tělesné změny.....	15
2. 2. Psychické změny.....	17
2. 3. Změny v oblasti socializace.....	19
3. Demografické údaje o stárnutí	22
3. 1. Očekávaná doba dožití.....	22
3. 2. Demografická situace v ČR.....	23
3. 3. Demografická situace v ČR dle krajů.....	26
4. Senioři v procesu vzdělávání	30
4. 1. Nároky seniorů na vzdělávání.....	31
4. 2. Cesty k propagaci a prezentaci vzdělávání seniorů.....	32
5. Systém vzdělávání seniorů	36
5. 1. Univerzity volného času.....	40
5. 2. Kluby aktivního stáří.....	41
5. 3. Akademie třetího věku.....	42
5. 4. Univerzity třetího věku.....	42
6. Univerzity třetího věku	43
6. 1. Vývoj univerzit třetího věku ve světě.....	43
6. 2. Vývoj univerzit třetího věku v ČR.....	44
6. 3. Dnešní podoba univerzit třetího věku v ČR.....	46

6. 3. 1. Nabídka programů univerzit třetího věku.....	47
6. 3. 2. Asociace univerzit třetího věku.....	58

Praktická část

Průzkum U3V v ČR z hlediska informování seniorů o programech U3V

7. Cíl průzkumu a formulace hypotéz.....	62
8. Výzkumný vzorek.....	63
9. Výzkumné metody.....	64
10. Výsledky.....	65
11. Diskuze.....	70
12. Závěr průzkumu.....	72
Závěr.....	73
Resumé.....	74
Seznam použité literatury.....	75
Anotace.....	78
Klíčová slova.....	78
Příloha.....	79

I. Úvod

Díky velkému rozvoji v lékařských vědách v posledních letech ve vyspělých zemích, ke kterým se řadí i Česká republika, přibývá lidí, kteří se dožívají vysokého věku. Většina statistik uvádí, že kolem roku 2025 dosáhne více než 30 procent populace důchodového věku. To se může stát problémem jak ekonomickým, tak sociálním. Proto je třeba již nyní se zamýšlet nad otázkou, co udělat pro tyto lidi, aby i ve vyšším věku mohli vést plnohodnotný život v souladu s ostatní populací. Aby u nich nedocházelo ke strmému úpadku osobnosti a udrželi se co nejdéle v dobré fyzické a psychické kondici.

Jednou možnou odpovědí na tuto otázku jsou univerzity třetího věku, které se v posledních letech těší velké oblibě. Jejich zásluha je také v tom, že umožňují seniorům vzdělávat se v oblasti informačních technologií, které v této době zažívají velký rozmach a bez kterých se dnešní člověk, pokud nechce zůstat vyčleněn ze společnosti, neobejde.

V teoretické části bakalářské práce vymezím pojem stáří, popíši proces stárnutí, nastíním demografickou situaci a stárnutí populace, budu se zabývat seniory v procesu vzdělávání a systémem vzdělávání seniorů. Dále se zaměřím na univerzity třetího věku od doby, kdy začaly vznikat, až po současnost, včetně programů, které nabízejí.

V praktické části se pokusím zjistit, zda univerzity třetího věku informují seniory o svých programech, a jaké informační zdroje k tomu využívají. Budu zjišťovat kapacitu a počet seniorů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku. Ve výzkumu budu používat kvantitativní metodu.

Téma mé práce má k sociální pedagogice vztah preventivní. Pokud budeme ovlivňovat volný čas seniorů tak, aby mohli zůstat aktivní co nejdéle, můžeme přispět k tomu, že u jedinců nebude docházet ke strmému úpadku osobnosti a můžeme předejít takovým chorobám, jako je např. stařecká demence. Cestu k tomuto cíli spatřuji v nejrůznějších vzdělávacích programech pro tuto věkovou skupinu. Nejvíce rozvinuté v tomto směru se mi zdají univerzity třetího věku, kterými se v této práci podrobněji zabývám.

Toto téma jsem si vybrala proto, že ve stárnutí populace spatřuji velký sociální i ekonomický problém. Je třeba seniory podporovat, aby si mohli zachovávat co nejdéle fyzickou i psychickou kondici. Proto si myslím, že je třeba již dnes rozvíjet vzdělávání seniorů, aby měli dostatek příležitostí k těmto aktivitám. To znamená navýšit kapacitu těchto programů a zvýšit i informovanost lidí o tom, jak využívat volný čas a rozvíjet svoji osobnost i po ukončení pracovní kariéry. Cílem by mělo být, aby stárnoucí lidé zůstávali co nejdéle aktivní.

II. Teoretická část

1. Vymezení pojmu stáří

„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)“. (Mühlpachr, 2004, s. 18)

Psychologové se snaží co nejvýstižněji stanovit jednotlivé etapy lidského života. Je ovšem zajímavé, že zatímco první polovinou života, především dětstvím a dospíváním se tyto výzkumníci zabývají velmi podrobně, fázi dospělosti a stáří už tolik pozornosti nevěnují. Jmenujme tedy alespoň některé, kteří se stářím podrobněji zabývali:

Marie Vágnerová ve své publikaci píše, že:

Stáří je poslední etapa života. Je to fáze, kterou označujeme jako postvývojovou, protože se už realizovaly všechny latentní vývojové schopnosti (Bromley, in Stuart-Hamilton, 1999, in Vágnerová 2007). Přináší moudrost, pocit naplnění a nadhled, ale zároveň dochází k úbytku energie a k proměně osobnosti, která směřuje ke konci života. Je to období relativní svobody, ale i doba narůstání nevyhnutelných ztrát ve všech oblastech. Rané stáří, neboli období třetího věku, je obdobím, ve kterém již dochází k viditelným změnám daným stárnutím, ale tyto změny nemusí být ještě tak velké, aby člověku neumožnily žít aktivní a nezávislý způsob života.

Období po 75. roce života je definováno jako životní fáze pravého stáří. V 80. letech dosáhne stárnoucí člověk, tzv. čtvrtého věku, kdy žije jen polovina jeho vrstevníků. V tomto období narůstají problémy, které jsou dané mentálním a tělesným úpadkem, a zvyšuje se riziko vzniku a hromadění zátěžových situací nejrůznějšího charakteru, které kladou velké nároky na adaptaci (např. umístění do domova důchodců). Tyto zátěže mohou být, dle aktuálního stavu seniorů, v některých případech subjektivně těžce zvládnutelné. Jak se člověk dokáže s konkrétní zátěží vyrovnat, záleží na jeho

osobnosti, zkušenostech, hodnotovém systému i na aktuálním psychickém i tělesném stavu. Senioři se mohou z hlediska svých zachovaných schopností velmi různit. První polovina pozdního stáří je období, ve kterém narůstá rozdílnost jejich schopností. Na jedné straně existují lidé, kterých si ceníme pro jejich moudrost a nadhled, a na druhé straně je relativně početná skupina lidí, u kterých je patrný psychický nebo tělesný úpadek. Příčiny takových nápadných změn bývají většinou patologické. Nejedná se jen o důsledek pokročilejšího věku, ale o projev různých chorob, které ovlivňují fungování centrálního nervového systému nebo celého organismu. (Vágnerová, 2007)

Erik H. Erikson popsal osm vývojových fází v životě člověka. Poslední fázi nazval Zralý věk – integrita „já“ proti zoufalství, ve které jde o vyrovnávání se s bilancí vlastního života i s faktem smrti; o pochopení řádu věcí, o jakousi moudrost, i o shrnutí všech předchozích stádií – co do míry jejich zvládnutí i co do zpětného hodnocení. Erikson píše: „V takovém konečném vyrovnání ztrácí smrt svůj osten. Nedostatek nebo ztráta rostoucí integrace „já“ se ohlašuje strachem ze smrti: jedinečný životní běh není přijímán jako poslední možnost života. Zoufalství vyjadřuje pocit, že čas je příliš krátký pro pokus začít znovu jiný život a vyzkoušet alternativní cesty k integritě...“(Erik H. Erikson, in Kohoutek, 2003, s. 11)

Na druhé straně strach ze smrti a úzkost je hlavním rysem tohoto životního období; projevuje se ale v menší míře, když člověk cítí kontinuitu vlastního života, smysluplnost, využitelnost.(Kohoutek, 2003)

1. 1. Kalendářní (chronologické)stáří

Kalendářní stáří je určeno datem narození, dá se přesně určit.

Kalendářní věk je určen dovršením určitého věku, od kterého se nápadněji projevují regresivní změny. Stejně důležitý je i demografický pohled – tzn. čím více seniorů je v populaci, tím je vyšší hranice stáří. Výhodou tohoto pohledu na stáří je snadné vymezení a jasné srovnání. (Mühlpachr, 2004)

V 60. letech 20. století se experti Světové zdravotnické organizace ve svém doporučení drželi patnáctiletého členění lidského života a jako hranici stáří stanovili věk 60. let. Tento názor také přijala Organizace spojených národů v roce 1980. (Mühlpachr, 2004)

Světová zdravotnická organizace doporučuje následující členění stáří:

60 – 74 počínající, časné stáří (senescence)

75 – 89 kmetství, vlastní stáří (senium)

90 a více let dlouhověkost (patriarchium).

V poslední době se stáří člení tímto způsobem:

65 – 74 mladí senioři (dominantní je okruh problémů – přizpůsobení se životu po odchodu do důchodu, tzn. volného času, aktivit, seberealizace)

75 – 84 staří senioři (snížení funkční zdatnosti, specifické nemoci, konkrétní průběh těchto onemocnění)

85 a více let velmi staří senioři (sledování soběstačnosti a zabezpečení). (Mühlpachr, 2004)

V hospodářsky vyspělých zemích se hranice stáří posouvá na věk 65 let. K tomuto členění se přešlo, protože se zvyšuje počet stárnoucích osob v populaci těchto států. Díky rozvoji vědy v lékařství se prodlužuje délka života ve stáří, zlepšuje se funkční zdatnost seniorů, kteří žijí více aktivním životem než předchozí generace, což má dopad dle mnohých výzkumů i na zdravotní stav. (Mühlpachr, 2004)

Jak se zdá problematické vymezit začátek stáří, je podobně problematické rozčlenit etapy stáří. Jedná se spíše o schematické naznačení věkových gradientů, ale u konkrétního jedince může být situace úplně jiná. Význam vymezení vězí v odhadu rizik, nároků a potřeb vůči společnosti u osob v určitém věku. (Mühlpachr, 2004)

1. 2. Biologické stáří

Biologické stáří definujeme jako konkrétní míru změn, které jsou obvykle spojeny se změnami způsobenými nemocemi, které se vyskytují s vysokou frekvencí zejména ve

vyšším věku (např. ateroskleróza). Pokusy o určení biologického stáří, které by byly přesnější než věk kalendářní určitého jedince se nepodařily, a určení biologického stáří ani jeho dílčích variant se nepoužívá. Je to z toho důvodu, že lidé stejného kalendářního věku se velmi liší mírou regresivních změn i funkčních zdatností. (Mühlpachr, 2004)

Proč ke stárnutí dochází, není stále uspokojivě vysvětleno. Zjednodušeně se rozlišují tyto okruhy:

Epidemiologický přístup – říká, že stárnutí a umírání se dějí nahodile, tyto procesy jsou charakteristické výraznou variabilitou a jsou podmíněny zejména vnějšími a chorobnými vlivy (působení prostředí, nemoci, úrazy, apod.). Smrt existuje jako nehoda, přirozená smrt způsobená stářím není. Život může probíhat velmi dlouho v optimálních podmínkách. (Mühlpachr, 2004)

Gerontologický přístup – popisuje stáří a stárnutí jako děje, které jsou svojí povahou zákonité. Jsou kódovány genetickou informací. Tento přístup říká, že existuje přirozená smrt stářím. Život nelze prodloužit ani v optimálních podmínkách pod určitou hranici, ke které se už blížíme, pokud nedojde k ovlivnění genetické informace. (Mühlpachr, 2004)

1. 3. Sociální stáří

V České republice se sociální stáří vymezuje odchodem do starobního důchodu. Na starobní důchod vzniká nárok dosažením zákonem stanoveného věku a získáním potřebné doby pojištění. V současné době muži odcházejí do starobního důchodu po dosažení věku 62 let a 2 měsíce. V případě, že žena nevychovala žádné dítě, je stanoven věk pro odchod do důchodu na 61 let. Kdy odejde žena do starobního důchodu, je stanoveno podle počtu vychovaných dětí.

Sociální stáří je určeno změnou rolí, ekonomického zajištění i životního způsobu. Stáří je v tomto smyslu vnímáno jako sociální událost. (Mühlpachr, 2004)

V souvislosti se sociálním stářím můžeme hovořit o sociálním rozčlenění života, které dělí život člověka do tří, maximálně do čtyř životních období. Toto pojetí, které se objevilo i v některých vžitých označeních (např. Univerzity třetího věku), má však své vážné mezery.

- První věk označujeme jako předproduktivní – je to období dětství a mládí, které je charakteristické vývojem, růstem, vzděláváním, získáváním zkušeností, znalostí a profesní přípravou.
- Druhý věk je označován jako produktivní – v tomto případě mluvíme o období dospělosti. Člověk v této době zakládá rodinu, dosahuje vrcholu v pracovní kariéře.
- Třetí věk bývá označován jako postproduktivní – toto období pojímá představu stáří jako období, ve kterém dochází k poklesu zdatnosti a odpočinku, ale především jako představy období za vrcholem a bez produktivní přínosnosti. Takový pohled na stáří je ale nebezpečný, protože může docházet k podceňování, minimalizaci potřeb, snižování ekonomické úrovně, diskriminaci. Takové pojetí třetího věku klade důraz na pracovní, kolektivně výrobní roli jedince a nedívá se na stáří jako na období osobnostního rozvoje jako celoživotního procesu, který trvá až do smrti. Přitom lidé v tomto věku mají společnosti hodně co nabídnout, především díky svým bohatým zkušenostem a životní moudrosti.
- Čtvrtý věk je někdy označován jako fáze závislosti. Toto označení není vhodné, protože vzniká dojem, jako by nesoběstačnost byla daná. Toto pojetí odporuje konceptu úspěšného stárnutí a představě, že zdravý člověk zůstává i v pokročilém věku samostatný. (Mühlpachr, 2004).

2. Proces stárnutí

Při procesu stárnutí dochází k involučním změnám, jak po stránce fyzické, tak psychické. Ve většině případů jsou tyto stránky propojeny. Změny spojené s procesem stárnutí začínají být viditelnější mezi 40. a 50. lety v životě člověka, ale každý člověk stárne individuálně svým tempem.

P. Mühlpachr (2004, s. 22) uvádí, že:

„Je to proces individuální, který probíhá se značnou interindividuální variabilitou danou různou genetickou výbavou, různými životními podmínkami, interakcemi s prostředím, odlišným zdravotním stavem i životním stylem.“

Zároveň se jedná o proces heterochronní, který postihuje nerovnoměrně různorodé soustavy a funkce organismu, znovu částečně ve spojitosti se zatěžováním a stimulováním (aktivitou) či poškozováním (chorobnými procesy). (Mühlpachr, 2004)

Na proces stárnutí mohou mít rovněž vliv důsledky pozdních zásahů v tzv. kritických vývojových fázích, které se vyznačují nesmírnou vnímavostí a ovlivnitelností organismu. (Mühlpachr, 2004).

Sledováním přirozeného vymírání vrstevnických skupin se určité matematické zákonitosti potvrdily už v 19. století. V roce 1825 byly formulovány Benjaminem Gompertzem (in Mühlpachr, 2004, s. 22): „Od časně dospělosti je riziko smrti přímo úměrné věku, a to bez ohledu na příčinu (odstranění jedné umožní uplatnění ostatních). Proto např. naprostá vyléčitelnost zhoubných nádorů by nevedla k dožívání metuzalemského věku. Podle prognostiků by prodloužila střední délku života zřejmě jen přibližně o 5 let. Od 30 let věku se pravděpodobnost úmrtí zhruba zdvojnásobuje každých 8 let.“

Jak žil jedinec po celý život, takové ho do určité míry čeká i stáří. V případě, že byl člověk po celý život aktivní, např. měl práci, u které musel hodně přemýšlet, měl spoustu aktivit, realizoval se, bude se těšit zdravějšímu stáří než jedinec, který žil

stereotypní styl života. Je pravděpodobné, že na tom bude hůře, protože je vědecky dokázané, že mozkové buňky, pokud je nevyužíváme, začnou postupně odumírat.

2. 1. Tělesné změny

Tělesné změny stárnutí jsou spojeny s genetickou informací i se způsobem života, jaký žije. Každý jedinec stárne jinak rychle a stárnutí se u každého projevuje jiným způsobem. Nikdo se stárnutí samozřejmě nevyhne, pokud nezemře dříve.

Lék proti stárnutí neexistuje, ale je důležitá prevence. Myslím si, že i pravidelným cvičením se dá do určité míry předejít různým degenerativním změnám, zejména v oblasti pohybového aparátu, nebo je odvrátit. Důležité je naučit se zdravěji stravovat. A také vyhýbat se takovým „nešvarům“, jako je kouření, nadměrné pití alkoholu a drogy.

M. Vágnerová (2007) k tělesným změnám uvádí:

Průběh duševního a tělesného úpadku bývá individuálně variabilní z pohledu času, rozsahu i vážnosti projevů. Závisí na vzájemném působení dědičnosti a důsledků různých vnějších vlivů, které se v průběhu života seniora postupně nahromadily. **Genetické předpoklady** jsou jednou z příčin interindividuálních rozdílů. Obecně můžeme říci, že lidé mají ve svém genetickém programu zakódován počátek a průběh stárnutí i pravděpodobnou délku života. To je základ tzv. **primárního stárnutí**. Dědičné předpoklady jsou jen jedním z rysů, které mohou ovlivňovat rychlost a kvalitu stárnutí. DNA, která je nositelem genetické informace, má vliv na proces stárnutí jak prostřednictvím mutací, tak v rámci svých standardních funkcí. Tento proces je řízen na úrovni DNA, jedná se o mechanismus tzv. genetických hodin. To znamená, že se v určité době aktivují geny, které mají vliv na průběh stárnutí.

Na rychlost mají vliv i různé **vnější faktory**, na kterých bude záviset, do jaké míry člověk dosáhne předpokládané maximální délky života. Jejich působení vede k tzv. **sekundárně podmíněnému stárnutí**. Vnější zátěže pozměňují v průběhu života fungování jednotlivých orgánových systémů nebo i celého organismu. Výsledkem je aktuální stav, který může být právě z tohoto důvodu horší, než bychom na základě

genetických předpokladů mohli očekávat. Stáří je pozdním obdobím života, nemůžeme se proto divit, že se v tomto období projeví i způsob prožití minulých fází. V průběhu stárnutí musí docházet k postupnému zhoršování tělesných funkcí, avšak změny jednotlivých orgánových struktur a funkcí bývají individuálně specifické. Stárnutí neprobíhá rovnoměrně ani v rámci jednoho organismu. (Pacovský, 1994, in Vágnerová, 2007).

Stáří není samo o sobě chorobným stavem, avšak v průběhu stárnutí dochází k násobení nepříznivých vlivů. Z tohoto důvodu roste počet nemocných lidí. Každý jedinec v průběhu svého života prodělá řadu nemocí, které ovlivní jeho somatické funkce, některé z těchto nemocí jsou chronického charakteru. Základním znakem nemocnosti ve stáří je **polymorbidita**, to znamená, že starší lidé dost často trpí větším počtem různých, zpravidla chronických onemocnění. (Baštecký et al., 1994; Pacovský, 1994 in Vágnerová, 2007)

Zdraví má ve stáří jiné dimenze. Za zdravého můžeme považovat jedince, který netrpí žádnou zjevnou nemocí, necítí se nemocný a je soběstačný. Ve stáří má velký význam vlastní postoj k potížím, které jsou v tomto věku běžné. Ve stáří je nutné přizpůsobit se vlastním potížím a respektovat omezení. (Vágnerová, 2007)

Běžný způsob stárnutí mění nejen různé funkce, ale i zevnějšek stárnoucího člověka, ovlivňuje tak i jeho sociální pozici. Lidé jej kvůli těmto změnám vnímají jako starého člověka a podle toho se k němu chovají. Rychlost a míra proměny vzhledu je u každého člověka jiná. U některých lidí dochází k tak rychlé změně vzhledu, že stárnoucí člověk ztrácí své typické rysy, vypadá jinak než dříve, jako by se změnila celá jeho bytost. Vzhled člověka může ukazovat, jaký je jeho psychický i somatický stav. Hodně seniorů o sebe velmi pečlivě pečují a dobrý výsledek podporuje jejich sebedůvěru. V případě, že se člověk rozhodl vzdát život, popřípadě výraznější úpadek osobnosti v rámci demence nebo jiných závažných onemocnění, se projevuje nezájmem o vlastní zevnějšek. (Vágnerová, 2007)

2. 2. Psychické změny

Mnoho stárnoucích lidí se nechce učit novým věcem, protože to u nich vyvolává stres z neznámého. Zhoršují se adaptační schopnosti, člověk se nerad rozhoduje, bývá pro něj stresující např. jednání na úřadech.

Dochází k regresivním změnám u krátkodobé paměti, ale u dlouhodobé **paměti** není úpadek tak znatelný, pokud se jedná jen o důsledek stárnutí a není zde příčina např. v psychické poruše (např. stařecká demence), v tom případě je dlouhodobá paměť na dobré úrovni, proto si lidé v tomto věku pamatují dobře, co bylo před 20 lety a velmi detailně o tom vyprávějí, ale co dělali před hodinou, si už pamatují hůř. Větší důraz na předchozí zkušenosti, které vyrovnávají nedostatky současné paměti, vystihuje **Ribotův zákon regrese**, který říká, že obsahy paměti se ztrácejí v obráceném pořadí, než je jedinec získal. Lépe funguje dlouhodobá paměť, proto jsou senioři orientovaní více do minulosti. Psychické změny ovlivňuje i individuální životní styl a návyky, jaké si člověk v průběhu života vytvořil (např. jestli je zvyklý trávit volný čas pasivně - před obrazovkou televize, nebo aktivně - sportem, procházkami do přírody, studiem, apod.). Je prokázáno, že úpadek paměti nezávisí jen na biologických změnách, ale souvisí i se vzděláním. (Vágnerová, 2007) Pokud člověk dělal v předešlých životních fázích stereotypní práci (např. pásová výroba, apod.), tak bude jeho úpadek paměti horší, než u člověka, který se celý život musel učit novým věcem, tudíž paměť po celý život trénoval.

Ve stáří se zhoršuje **sluch a zrak**, takže se člověk musí mnohem více soustředit, aby pochopil z okolí to, co potřebuje, což ho značně vyčerpává. Proto se někteří lidé stahují do ústraní a neradi komunikují. Když komunikovat musí, reagují podrážděně, protože jsou „nervózní“, že dobře neslyší, co jim druhý říká.

Lidé ve stáří propadají více úzkostem a depresím. V krajním případě, když nevidí ze situace jiné východisko, uchylují se k suicidárnímu jednání. Sebevraždu mají dlouho dopředu naplánovanou. Stává se tak v případě ztráty partnera, když se člověk cítí opuštěný nebo pokud mu lékař oznámil, že je nevléčitelně nemocný a bojí se, že v konečné fázi bude trpět velkými bolestmi (např. u rakoviny). Proto bychom neměli na

naše stárnoucí rodiče a prarodiče zapomínat, měli bychom s nimi mluvit o tom, co je trápí, aby věděli, že nejsou sami, že je máme rádi a že jim pomůžeme.

P. Mühlpachr (2004) píše, že:

podobně jako u tělesného stárnutí i v duševním vývoji těžko rozlišujeme přirozené regresivní změny dané věkem od změn, které jsou součástí nebo následkem duševní poruchy. V psychickém stárnutí se prolínají vlivy biologického věku mozku i celého těla s vlivem zkrácené životní perspektivy, změněného vzhledu a dalších společenských faktorů, které s sebou nese věk a které determinují duševní involuci.

Duševní činnost starých lidí se zpomaluje. Starý člověk má k činnostem menší motivaci a je na ní méně zainteresován. Dává na sebe více pozor. Přesnost je pro něj důležitější než rychlost. Dokládají to běžné situace, např. přepočítávání peněz při nákupu, přecházení vozovky, záznam telefonického vzkazu apod. Zajímavé vysvětlení tohoto jevu podala Neugartenová (1968, in Mühlpacher, 2004). Hovoří o **kohortovém efektu**. Jestliže jsou dnešní senioři ve více věcech pomalejší než dnešní lidé středního věku, může být příčina v tom, že byli jiným způsobem vychováváni a jinak se psychicky vyvíjeli. Přijali jinou představu o stáří než dnešní lidé středního věku. (Mühlpachr, 2004)

Staří lidé špatně snášejí změny. Čím je člověk starší, tím je pro něj větší trauma umístění do domova důchodců nebo jiná životní změna.

V některých částech inteligence se výkon ve stáří velmi zhoršuje. Americký psycholog Reigel (1972, in Mühlpachr, 2004) učinil tento pozoruhodný výzkum. Změřil inteligenci většího počtu seniorů a poté čekal, za jak dlouho dobu kteří z nich zemrou. Zjistil, že ti, které v době zkoumání čekala v průběhu pěti let smrt, měli horší výkony než ti, kteří žili déle. (Mühlpachr, 2004)

Psychickou involuci můžeme chápat jako demontáž osobnosti, která probíhá více či méně spořádaně. Stárnoucí lidé ztrácejí vztah k určitým hodnotám, zálibám, ideálům, osobám, osobním i nadosobním cílům. S novými problémy a stresy se vyrovnávají jednodušším způsobem (podobným způsobem jako dítě). Dalším projevem stáří je snížení zájmu o okolí a netečnost. S psychickou regresí se kombinují duševní poruchy.

Často se vyskytují deprese, paranoidity, neurózy, dokonce i sebevraždy. (Mühlpachr, 2004)

2. 3. Změny v oblasti socializace

V průběhu stáří dochází k postupné proměně nebo i redukci sociálních dovedností. Lidé jsou po odchodu do důchodu více izolovaní od společenského dění. Jejich život probíhá nejvíce v kruhu rodiny. Ve stáří roste procento seniorů, kteří nepřecházejí přes hranice bytu a nejbližšího okolí. To snižuje požadavky na společenské chování a orientaci. V důsledku toho může docházet ke stagnaci nebo dokonce k úpadku osobnosti. (Vágnerová, 2007)

Myslím si, že je důležité, jakou roli člověk po odchodu do důchodu přijme a jakým způsobem bude chtít svůj další život prožít. Zda přijme roli pasivní, kdy bude závislý na ostatních členech rodiny, anebo se bude snažit dál aktivně žít, dokud mu to zdraví dovolí, např. bude chodit na přednášky na univerzitu třetího věku, cvičit, naučí se pracovat s počítačem a tím si rozšíří svoje obzory a záliby, na které mu dříve při pracovním vytížení nezbýval čas.

Senioři prožívají stáří v rámci několika sociálních skupin:

Nejvýznamnější sociální skupinou je rodina. Nejen soužití s partnerem, ale i kontakt s rodinami jejich dětí a sourozenců je pro ně důležité. Další skupinu tvoří přátelé a sousedé nebo lidé, se kterými je pojí nějaké aktivity. Mezi těmito lidmi někdy vznikají hlubší vztahy, které mají kompenzační význam, zejména v případě, pokud člověk nemá vlastní rodinu nebo pokud rodina nefunguje. Senior si díky těmto vztahům může udržet různé sociální dovednosti, které v rodině nepotřebuje, tudíž je jinak neuvžívá. Ve společenství obyvatel určité instituce si může senior vytvořit hlubší vztahy, protože s těmito lidmi sdílí podobný styl života a stejný prostor (např. Léčebny dlouhodobě nemocných nebo domovy důchodců). (Vágnerová, 2007)

Život stárnoucích lidí probíhá vždy v určitém prostoru. Velmi důležitý je **prostor** vlastního bytu, který představuje soukromí naplněné symboly prožitého života, které pro ně představují mnoho vzpomínek. Doma se senioři cítí jistě. Významný je pro ně i

prostor kolem domova, protože jej dobře znají a mají tady i svoje oblíbená místa (např. oblíbený strom, na který se rád dívá z okna). Pokud člověk musí odejít do nemocnice nebo domova důchodců, může to u něj vyvolávat velký stres, protože v těchto zařízeních platí pravidla, která je nucen respektovat, i když s nimi nesouhlasí. Doma si život řídí sám. (Vágnerová, 2007)

Komunikace je součástí sociálního kontaktu. Aby se dala komunikace vůbec provést, musí být obě strany ochotné a schopné takový kontakt uskutečnit. (Vágnerová, 2007) Dorozumívání seniorů mohou ztěžovat změny ve vnímání, které mají souvislost s jazykovými schopnostmi a se zachovanou úrovní inteligence. Také má vliv, že senioři používají jiné výrazy než mladší generace. Proto se oběma generacím navzájem zdají některá slova divná a někdy jim nerozumějí.

Specifická je komunikace mezi manželi - seniory. Obsahuje určité symboly, které vycházejí z dlouhodobého soužití. Manželé se velmi dobře znají a jsou na sebe zvyklí. Rozumí si i „beze slov“ (např. stačí jediné gesto manželky, aby manžel věděl, co tím jeho žena myslí). Na druhé straně je zde mnohem méně nových podnětů. Dochází ke komunikačnímu stereotypu. Mnohá sdělení jsou pořád stejná. Často spolu vzpomínají na to, co zažili (např. na pěknou společnou dovolenou, když byli ještě mladí) stále dokola, a témata, o kterých si vyprávějí, mají většinou i podobné ukončení, ať už pozitivní nebo negativní. Stává se, že starší člověk svého partnera moc neposlouchá, protože už předem ví, co bude říkat. Významným dorozumívacím prostředkem je dotek, který si asi neuvědomují. Můžeme jej chápat i jako potvrzení intimity. (Vágnerová, 2007)

Stárnoucí lidé bývají k sociálním normám konzervativní. Schopnost vidět problém z pozice jiné osoby ztěžuje větší úzkostnost, ale i rigidnější uvažování. Nechuť k zásadním změnám se projevuje i v postoji k hodnotám a normám. Lidé v seniorském věku lpí na zažitých pravidlech, která regulují jejich soužití s ostatními. Ulpívání na stereotypch se projevuje i moralizováním a vyžadováním striktního dodržování řádu, které dělá lidské jednání srozumitelným. Je to pro seniory důležité, protože uspokojuje jejich potřebu jistoty a bezpečí. V důsledku ztracení svých schopností se senioři cítí více ohroženi i v klasických situacích (např. při nakupování, při přecházení silnice, jednání na úřadech apod.), protože si uvědomují, že nejsou schopni se ubránit tak jako dříve.

Pokud se brání, používají takové prostředky, které mají k dispozici (vyžadují ohleduplnost, jsou více podezíraví a čekají, za vším nějaké bezpráví). (Vágnerová, 2007)

Pro stáří je charakteristické ubývání počtu sociálních rolí. Změny rolí, které jsou typické pro stáří, vedou ke stále větší homogenizaci a anonymizaci, ke ztrátě mnoha individuálně specifických variant. Představují ztrátu sociální prestiže a potvrzují zvýšení závislosti stárnoucího člověka na společnosti a jiných lidech. Identitu seniorů naplňují hlavně role vztahované k rodině, které mají značnou subjektivní hodnotu, např. role rodiče a prarodiče. Změny rolí mohou být zapříčiněny biologicky a sociálně. Sociálně podmíněnou ztrátou jedné z důležitých rolí dospělosti je odchod do důchodu. Starší člověk ztrácí svou individuálně charakteristickou profesní roli a stává se anonymním důchodcem. S tím mohou souviset i změny ovlivňované ekonomickými faktory – např. role vázané na členství v různých společenstvích, role zákazníka, atd. Změny mnoha dalších rolí jsou podmíněny biologicky. Běžnou ztrátou je ve stáří úmrtí partnera, což seniora staví do role vdovce nebo vdovy. (Vágnerová, 2007) Negativní situací je rovněž role nemocného, hlavně v případě, když se člověk stane trvale ležícím, což je především obrovská zátěž pro rodinu, a proto tato situace dostává do stresové situace i nemocného, zejména v případě, že pokud vše kolem sebe vnímá.

3. Demografické údaje o stárnutí

Populační růst je jedním z problémů lidstva. V roce 1850 na Zemi žila asi 1 miliarda lidí. V roce 1930 vzrostl počet na 2 miliardy obyvatel. V současné době je to 5,7 miliard a statistiky předpokládají, že v roce 2025 bude žít na Zemi více než 8 miliard lidí. (Mühlpachr, 2004)

Tento vývoj není rovnoměrný. Prudký přírůstek se očekává hlavně v rozvojových zemích jižní Asie, Afriky, Latinské Ameriky. Menší přírůstek se předpokládá ve východní Asii, protože tamní vláda nastolila tvrdá opatření ke kontrole porodnosti. V hospodářsky vyspělých státech bude populace na stejné úrovni jako v současné době nebo bude klesat. (Mühlpachr, 2004)

V hospodářsky vyspělých zemích se podle uznávaných předpovědí počet obyvatel do roku 2025 prakticky nezmění (1,2 až 1,3 miliardy), zatímco v rozvojových zemích dále prudce poroste ze 4,5 miliardy na 7 miliard. (Mühlpachr, 2004)

Tento vývoj může souviset s fázovým posunem. U rozvojových států dochází ve 20. a 21. století ke změnám reprodukčních charakteristik. Hospodářsky vyspělé země těmito změnami prošly už v 18. až 20. století. Tyto změny nyní probíhají za vývojově odlišných podmínek, globalizace světa, jiné vědeckotechnické úrovně, ekonomických problémů, hustší osídlenosti, a při viditelném omezení přírodních zdrojů. (Mühlpachr, 2004)

3. 1. Očekávaná doba dožití

Střední délka života (předpokládaná doba dožití) je demograficky významný ukazatel. Sestavuje se z úmrtnostních tabulek a ukazuje, kolik let života zbývá s největší pravděpodobností v dané populaci jedinci určitého věku a pohlaví za předpokladu, že se úmrtnostní poměry výrazně nebudou lišit. Pro potřebu obecného a zvláště gerontologického srovnání různých populací se předpokládaná doba dožití většinou stanovuje při narození a při dosažení věku 65 let. (Mühlpachr, 2004)

Střední délka života se pro ženy a muže liší. V 19. století se v Evropě projevovala výrazná nadúmrtnost žen, která byla způsobená nadměrnou zátěží, opakovanými těhotenstvími, porody bez hrazení krevních ztrát, vyčerpáním, nedostatečnou výživou, infekcemi, vysokou úmrtností při porodu. Po odstranění těchto příznaků je střední délka života žen vyšší než u mužů, což je způsobeno ochranným působením estrogenů (kardiovaskulární a cerebrovaskulární choroby), nejspíše v souvislosti s významem ženy pro biologické zachování rodu. Některé faktory působí proti této odlišnosti („mužský“ životní styl včetně kouření), jiné ji mohou nejspíše umocnit (dlouhodobá substituční léčba estrogeny v klimakteriu). Střední délka života větší pro muže než pro ženy či minimální odlišnosti mezi muži a ženami existují hlavně v některých muslimských zemích (Afgánistán, Pákistán, Bangladéš), v Indii, Ugandě a Malawi. (Mühlpachr, 2004)

Je patrné, že střední délka života je faktorem životní úrovně (včetně dostupnosti potřebné zdravotní péče) a životního stylu (stravovací a pohybové návyky). V některých zemích se negativně uplatňuje sociální postavení žen. Většinou, ale ne výhradně, se jedná o islámské země, ale ve všech islámských státech se nadúmrtnost neprojevuje. (Mühlpachr, 2004)

Celosvětový průměr střední délky života při narození byl v roce 1992 pro muže 64 let a pro ženy 68 let. V antických dobách byl v Římě podle odhadů 25 let.

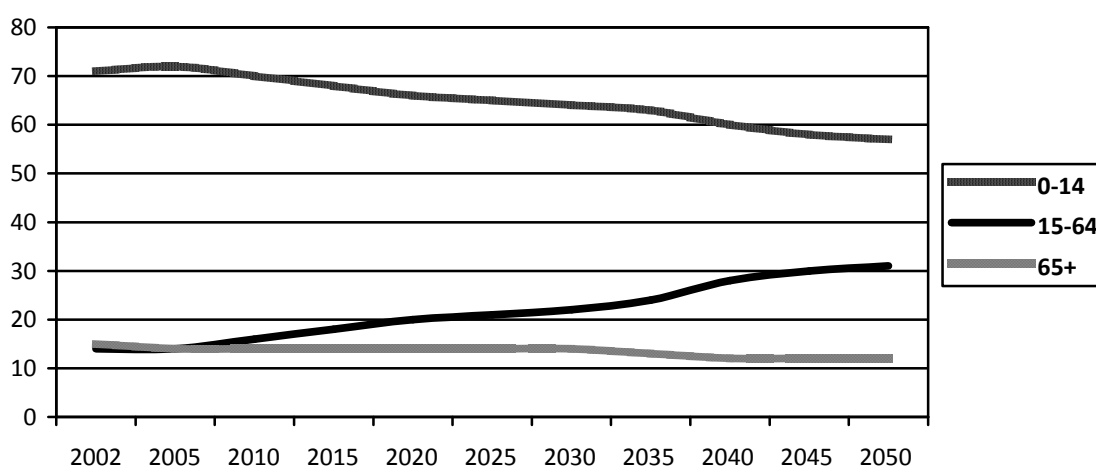
Následkem pohlavní rozdílnosti střední délky života je, že v hospodářsky vyspělých státech většina mužů ve stáří žije a umírá v manželství. Naopak s postupujícím stářím roste počet osamocených žen, které mezi stoletými tvoří 80 % populace. Osamělé staré ženy jsou charakteristickým úkazem starého obyvatelstva. Na začátku 90. let bylo ve státech Evropské unie ve věku nad 60 let 12 – 17 % vdovců a 37 – 51% vdov. (Mühlpachr, 2004)

3. 2. Demografická situace v ČR

V České republice tvoří lidé ze skupiny seniorů 18,4%, to je 1,88 milionu obyvatelstva a v budoucnosti tento podíl ještě výrazněji poroste. Podle některých předpovědí bude za

30 let v důchodovém věku každý třetí člověk. Mimo téměř zdvojnásobení počtu lidí v důchodovém věku (počet osob ve věku nad 85 let má dokonce vzrůst až na pětinásobek). Bude zvolna klesat počet dětí (až o jednu čtvrtinu). Ovlivňovat tento směr budou hlavně silné poválečné ročníky, které v nejbližších letech dosáhnou seniorského věku a tento efekt nebude nahrazen zvýšenou porodností. Podle plánu Českého statistického úřadu tento počet po mírném vzrůstu narozených dětí v období let 2005 – 2015 později se zase sníží. (Šerák, 2009)

Graf č. 1: Vývoj demografické struktury obyvatelstva (zdroj Šerák, 2009)



Předpokládaný vývoj demografického složení obyvatelstva v České republice se zásadně neodlišuje od situace v ostatních vyspělých zemích. V poválečných letech byl pro složení obyvatelstva v Evropě i v Americe typický relativně malý počet seniorů (vysoká úmrtnost způsobená hlavně světovými válkami a celkovou strukturou zaměstnanosti) i dětí (jako důsledek klesající porodnosti – tento směr nebyl vyvážen ani několika populačními explozemi, tzv. „baby boomy“), a naopak neobvykle vysoký počet ekonomicky aktivních osob v dospělém věku. Tato situace se v posledních letech změnila opačným směrem. Snižuje se počet lidí v produktivním věku a úměrně tomu je v populaci více seniorů (nízký počet dětí se nemění). Podle Haškovcové (1990 in Šerák, 2009) naroste mezi lety 1975 – 2025 při zachování současných trendů podíl seniorů ve světové populaci o 225%. Nejvýraznější je toto stárnutí především v Evropě, kde by měli senioři v roce 2050 tvořit 53% populace. Situace je vyvolána nejen prodloužením průměrného věku obyvatel, ale především snižováním počtu narozených dětí u

většinové populace. Stárnutí společnosti bude nejspíš v budoucnosti velmi závažným sociálním a ekonomickým problémem, který se projeví hlavně v nabídce pracovní síly, v efektivnosti důchodového systému nebo systému zdravotní péče. (Šerák, 2009)

Tabulka č. 1: Důchodový věk ve vybraných zemích EU (zdroj Šerák, 2009)

Země	Muži	Ženy
Dánsko	67	67
Finsko	65	65
Švédsko	65	65
Německo	65	65
Belgie	65	63
Itálie	65	60
Rakousko	65	60
Polsko	65	60
Velká Británie	65	60
Česká republika	62	60
Slovensko	62	60

Nezodpovězenou krizovou otázkou zatím představuje i problém mezigenerační solidarity. Už nyní má téměř polovina obyvatelstva (45 %) obavy ze stárnutí populace a čtvrtina lidí hodnotí výše uvedené trendy jako velmi špatné. (Vavroň, 2003 in Šerák, 2009) Negativní postoj mladší generace k seniorům může vznikat i ze životního stylu moderní společnosti, která je zaměřená na výkon a úspěch. Už od 60. let 20. století hovoří sociální vědy o tzv. ageismu, tj. věkové diskriminaci, která se většinou dotýká právě starších lidí. (Šerák, 2009)

Společnost si nebezpečí těchto krizových situací začíná uvědomovat a navrhuje aktivity, které směřují ke snížení negativních faktorů a ke stabilizaci současné situace. Mění se tak i ráz nabídky vzdělávacích příležitostí pro obyvatelstvo v postproduktivním věku. Dříve bylo vzdělávání seniorů motivováno především snahou o zvyšování důstojnosti a kvality života (rok 1999 byl např. pod záštitou OSN vyhlášen rokem seniorů a jeho mottem byl slogan „Společnost pro všechny věkové skupiny“). Nyní se do popředí zájmu dostávají hlavně ekonomické aspekty. Aktivní práce se seniory je považována za společenskou nutnost. Hovoří se pak o tzv. druhé kariéře. Aby se zachoval poměr mezi produktivním a neproduktivním složením obyvatelstva, bude pro další generace zaměstnanců nutné pracovat až do vysokého věku (aktuálně diskutovaná hranice pro odchod do důchodu je kolem 70 let). V současné době je rostoucí počet seniorů, kteří

pobírají starobní důchod, založen také na zvyšujícím se počtu předčasných odchodů do důchodu, které jsou důsledkem dlouhodobé neschopnosti najít odpovídající pracovní místo. Více než polovina důchodců udává, že odešli do důchodu proti své vůli. Senioři ve zhruba stejném počtu se domnívají, že svoji poslední práci mohli dělat i dále. Do důchodu nezřídka odcházejí osoby fyzicky i duševně zdravé, často i vysoce kvalifikované, kterým brání ve výkonu jenom rok narození.(Šerák, 2009)

V České republice byla starším lidem věnována pozornost už před rokem 1989, jak dokládají např. Zásady péče o staré občany z roku 1977 nebo Program přípravy na stáří v ČSSR do roku 1990 (1983). Z posledních let uveďme např. Národní akční plán sociálního začleňování na léta 2004 – 2006 a hlavně Národní program přípravy na stárnutí 2008 – 2012.

3. 4. Demografická situace v ČR dle krajů

Délka života by se měla prodloužit do roku 2065 ve všech krajích. U mužů by se měla průměrná délka života zvýšit až o 13 let a u žen o 11 let. Nejdéle budou žít lidé v Praze. Nejnižšího věku se dožijí občané Ústeckého kraje, Moravskoslezského kraje a Karlovarského kraje. Kdyby se do České republiky nestěhovali cizinci, kraje by se vylidnili. Počet obyvatel v roce 2065 by se snížil až o 23 %. Nejhůře by dopadla Praha. Ze současných 1,23 milionu lidí, by zbylo jen 952 tisíc.(Rovnost, 2010)

Úroveň úmrtnosti má souvislost s ekonomickým složením, s dostupností lékařské péče a hlavně se vzdělaností strukturou. Ta je v Ústeckém kraji dlouhodobě nejnižší. (Rovnost, 2009) Lidé s nižším vzděláním mají obvykle hůře placenou a přitom náročnou práci, což má negativní dopad na jejich zdraví. Když se k tomu připočte, že jde o regiony s nejvyšší nezaměstnaností, to znamená že lidé jsou více stresovaní kvůli obavám ze ztráty zaměstnání, vznikne tak smrtící kombinace, která lidem může zkrátit život o pěkných pár let. Lidé s nižším vzděláním mají vyšší úmrtnost, která je spojena s horšími pracovními podmínkami, horšími životními návyky. Také méně pečují o své zdraví. Na délce života se podepisuje i životní prostředí, které na severu Čech a Moravy nepatří k nejzdravějším.

Do padesáti let se budou muset všechny regiony vypořádat s výrazným poklesem obyvatelstva a překvapivě právě nejhůře ze všech regionů na tom bude Praha. Ze současných 1,2 milionu by měl počet obyvatel klesnout na 950 tisíc. (Toto číslo může být mírně zkreslené, protože prognóza nepočítá s přírůstkem způsobenými migrací. Přitom stěhování za prací má na počet obyvatel v hlavním městě podstatný vliv). (Rovnost, 2010)

Do padesáti let se změní poměr mezi ekonomicky aktivním obyvatelstvem a seniory. Senioři nad pracujícími začnou početně převyšovat nejpozději na začátku padesátých let 21. století. (Rovnost, 2010)

Je těžké předpovědět, jak bude vypadat svět za padesát let, ale změny budou zásadní. Rozhodně ti, kteří jsou dnes považováni za starce, se tohoto pojmenování zbaví.

Tabulka č. 2: Kolika let se budou dožít muži z hlediska krajů (Rovnost, 2010)

Kraj	Věk 2065	Pořadí krajů 2065	Věk 2007-08	Pořadí krajů 2007-08
Hlavní město Praha	88,1	1	75,9	1
Královehradecký kraj	87,4	2	75,0	2
Vysočina	87,1	3	74,5	3
Jihočeský kraj	86,7	4	74,3	5
Pardubický kraj	86,7	5	74,2	6
Plzeňský kraj	86,6	6	74,4	4
Jihomoravský kraj	86,6	7	74,1	7
Olomoucký kraj	86,5	8	73,5	9
Liberecký kraj	86,3	9	73,3	11
Středočeský kraj	86,3	10	73,8	8
Zlínský kraj	86,1	11	73,4	10
Karlovarský kraj	85,7	12	72,8	12
Moravskoslezský kraj	85,4	13	72,3	13
Ústecký kraj	84,6	14	71,7	14

Tabulka č. 3: Kolika let se budou dožívat ženy z hlediska krajů (Rovnost, 2010)

Kraj	Věk 2065	Pořadí krajů 2065	Věk 2007-08	Pořadí krajů 2007-08
Hlavní město Praha	91,7	1	80,8	2
Vysočina	91,5	2	81,1	1
Královehradecký kraj	91,4	3	80,4	4
Jihomoravský kraj	91,4	4	80,6	3
Zlínský kraj	91,2	5	80,4	5
Olomoucký kraj	91,1	6	79,9	9
Jihočeský kraj	91,0	7	80,0	7
Pardubický kraj	90,9	8	80,0	8
Liberecký kraj	90,9	9	79,8	11
Plzeňský kraj	90,8	10	80,2	6
Moravskoslezský kraj	90,6	11	79,4	12
Středočeský kraj	90,6	12	79,8	10
Karlovarský kraj	90,2	13	79,0	13
Ústecký kraj	89,6	14	78,5	14

V minulém roce dosáhlo téměř 550 tisíc lidí v Jihomoravském kraji věku, kdy jsou schopni pracovat. To znamená, že těmto lidem je 15 až 64 let. V roce 2065 jejich počet klesne na necelých 507 tisíc. Současný průměrný věk obyvatel v kraji je 41 let, ale do roku 2065 vzroste o deset let. (Rovnost, 2010)

Příčinou stárnutí populace je nízká porodnost a stále se zvyšující počet stárnoucích lidí. V posledních 50 letech má běžná rodina jedno až dvě děti, ale v dřívějších dobách nebyly neobvyklé rodiny i s osmi dětmi.

Za posledních sto let vzrostl průměrný věk lidí v České republice na dvojnásobek. Dříve se lidé dožívali v průměru 40 let. Dnes se dožívají kolem 80 let. V budoucnu čeká sociální a zdravotní instituce těžká doba. Mnoho obyvatel v produktivním věku bude zatíženo pečováním o staré lidi. Proto bude potřeba provést změny v dopravě, bydlení, obchodu i při řízení státu.

Řešení ekonomických důsledků stárnutí populace je zatím v nedohlednu. Neexistuje jednoduché a obecně přijatelné řešení. Není jednoduché prosadit „nepopulární kroky“ jako např. pozdější odchody do důchodu či zvýšení daně pracujícím lidem. V dalších letech bude chtít více lidí zůstat ekonomicky aktivních. K tomu jsou potřeba i nové

možnosti trávení volného času. Je docela možné, že se časem vyvine i úplně nové odvětví, které se bude těmito problémy zabývat.

Prognóza o stárnutí Jihomoravského kraje vychází z vývoje posledních let. Cílem je nastínit, jak se bude obyvatelstvo vyvíjet, a upozornit na změny ve věkovém složení lidí, které jsou nezvratitelné. Důležitou roli bude hrát ve vývoji i stěhování, které se však nedá přibližně odhadnout.

4. Seniori v procesu vzdělávání

Psychologický pohled na problém aktivního stárnutí předpokládá, že ve stáří jsou v podstatě zachovány všechny majoritní potřeby středního dospělého věku, především potřeby aktivity a užitečnosti. Při edukační práci se seniory jde proto především o saturaci následujících potřeb (Čornačičová, 2000 in Machalová, 2006):

- nezávislost (především přístup ke vzdělání a ke službám)
- participace (možnost zapojení do procesů rozhodování, předávání vlastních poznatků, zakládání spolků a sdružení)
- seberealizace (plný rozvoj potencionálu, přístup ke vzdělávacím, kulturním, duchovním a rekreačním aktivitám)
- důstojnost (problémy vykořisťování a zneužívání, slušné zacházení)
- dostupnost péče (přístup ke zdravotnickým, sociálním a právním službám, systém ústavní péče).

Motivy starších spoluobčanů při dalším vzdělávání jsou velmi různorodé, např. udržení psychické a sociální aktivity, snížení pocitu osamocení, sociální integrace, udržování soběstačnosti, naplnění osobních zájmů či uskutečnění toho, co lidé nestihli v dobách své ekonomické aktivity. Dominantním faktorem je snaha věnovat se oboru, o který jedinec projevoval zájem už v minulosti, ale vývoj jeho životní dráhy mu z nejrůznějších důvodů neumožnil se tomuto tématu intenzivněji věnovat. (Machalová, 2006)

Velice málo jsou bohužel rozšířené aktivity, které by překonávaly pasivní edukaci důchodců a naopak by se snažily zapojit kvalifikované seniory do takových činností, ve kterých mohou využít svůj potenciál a předávat dál své znalosti a dovednosti. Toto působení může být zaměřeno nejen na seniory, ale i na ostatní věkové skupiny. Relativně hojně se tak jako cílová skupina objevuje školní mládež. Na Slovensku dokonce existuje Asociácia seniorov expertov, která v daném rámci vyvíjí velké množství aktivit. (Machalová, 2006)

4. 1. Nároky seniorů na vzdělávání

Senioři očekávají, že lektoři budou respektovat jejich osobnost a že jim poskytnou dostatek prostoru k samostatnému rozhodování. Vyhýbají se situacím, ve kterých by mohli být ohroženi stresem. Prožívají a chováním vyjadřují odpor k takovému přístupu, ve kterém je potlačována jejich osobnost autonomie a zkušenosti.

Problém je v tom, že takový přístup nepodporuje motivaci k učení se. Naopak, nejednou vyvolává nanovo prožívanou negativní zkušenost, kterou si dospělí přinesli z předešlých etap školního vzdělávání. Mnozí z nich přicházejí na vzdělávací programy se značným časovým odstupem od předchozího učení se. Nejsou dostatečně připraveni na samostatné učení se.

Lektor a účastníci vzdělávání působí ve vzájemné součinnosti. Ta posiluje a zvyšuje motivaci i aktivitu účastníků vzdělávání. Jednotlivé studijní skupiny překvapují svojí silnou motivací ke studiu. A rovněž svojí výraznou nápomocností v průběhu konzultací v rámci psychologických témat. Projevili zájem o studium i schopnost učit se a rozvíjet svůj psychický potenciál.(Machalová, 2006)

Ve vzdělávací aktivitě se v průběhu konzultací i zkoušek z předmětu psychologie potvrdilo, že účastníci vzdělávání v seniorském věku byli motivováni k sebeuskutečnění – sebeaktualizaci – sebeuplatnění – sebezpřekonávání jako kreativnímu procesu v životě člověka. Svoje hodnoty vyjádřili postoji ke vzdělávání a svým jednáním v konkrétní situaci vzdělávání.(Košco a kol., 1987 in Machalová, 2006)

Pro seniory je nesmírně důležitá osobnost lektora. Měl by to být člověk trpělivý. V případě, že účastníci některému pojmu nerozumí, vysvětlit jim jej. Přednášky na určité téma (např. z oblasti psychologie) vést spíše formou diskuse než monologu. Snažit se studenty aktivně zapojovat do vyučování (interaktivní vzdělávání dospělých), aby museli o tématu přemýšlet. Měl by se snažit vytvořit si se studijní skupinou spíše přátelský vztah, než vystupovat jako autorita. Jednat s nimi jako „rovný s rovným“. Měl by být empatický a měl by umět motivovat. Měl by být pedagogický optimista. Měl by věřit, že práce, kterou dělá, je účelná a měla by ho naplňovat. Pokud tomu tak bude,

bude se seniorům s ním lépe komunikovat a budou se na kurzy těšit. Senioři patří mezi nejpilnější studenty, především co se docházky týče.

4. 2. Cesty k propagaci a prezentaci vzdělávání seniorů

Aby si mohli budoucí účastníci vzdělávacích aktivit kvalifikovaně a svobodně zvolit z nabízených možností a aby byli schopni poznat všechny podstatné jevy a vzájemné vztahy, musí mít k dispozici aktuální a ucelené informace. V České republice bohužel komplexní pramen informací o vzdělávacích organizacích a nabídce jejich programů chybí. Informace o těchto institucích jsou různého charakteru a nemají dobrou kvalitu. Zjistit, co vše se v příslušném oboru nabízí, je tak velice složité a to nemluvě o možnostech porovnání kvality.(Šerák, 2009)

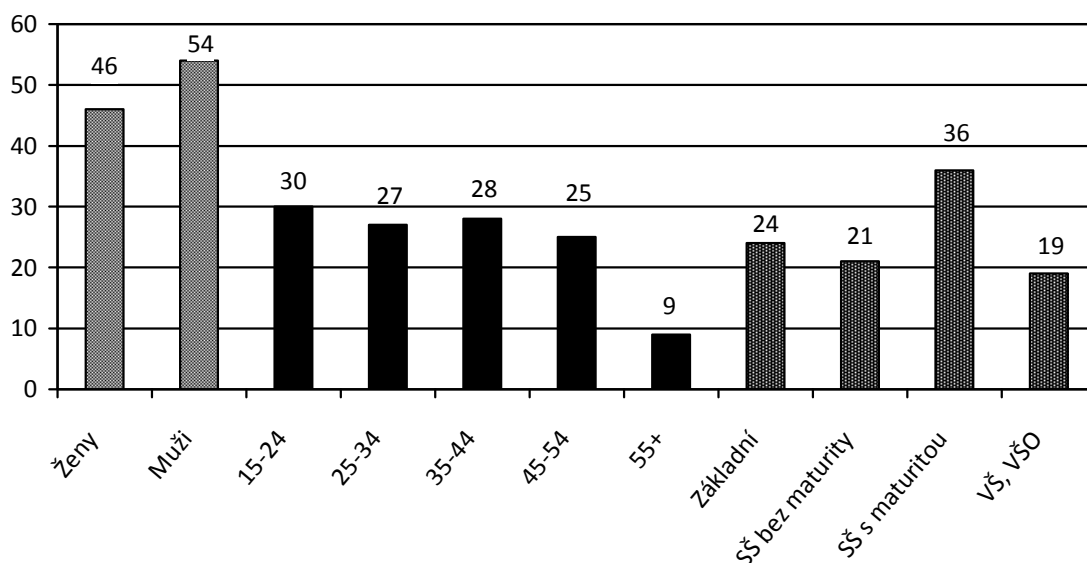
V současné době tak sbírání dat o počtu organizací a prováděných aktivitách podněcuje a uskutečňuje velký počet na sobě nezávislých organizací. U nás zatím nemáme zastřešující zařízení, které by pravidelně shromažďovalo ucelená data, která by se týkala dalšího vzdělávání (existuje sice Asociace U3V, ale v ní nejsou zahrnuty všechny U3V v ČR). Zájem o informace ale pořád roste. V cizině jsou obvykle používány různorodé databanky informací o celoživotním vzdělávání, které jsou mnohdy propojené s hodnocením kvality vzdělávacích programů. Tyto databanky se vyskytují nejvíce v podobě periodicky vydávaných katalogů, webových databází nebo ucelených hodnotících přehledů v odborném tisku. V České republice je stav zkomplikován tím, že vzdělávací instituce nemusí být nikde registrované. Dočasné úsilí o vytvoření komplexní centrální databáze jsou proto neúplné a víceméně oborově nebo regionálně ohraničené.(Šerák, 2009)

Větší snahu v oblasti registrace vzdělávacích subjektů a jejich aktivit v současné době projevují více nestátní instituce, které ale mnohdy nemají dostatečné množství peněz a tak nemají vždy ani systematicky zaopatřený přístup k informačním zdrojům.(Šerák, 2009)

Většina informací je v elektronické formě a je k dosažení na internetu. To by bylo v pořádku, kdybychom nebrali v úvahu důležitý fakt, který potvrdily i mnohé výzkumy,

které poukazují na přímou úměrnost mezi výší vzdělání, věkem jedince a celkovou funkční gramotností. Lidé vyššího věku mají obecně menší schopnost hledat informace a pracovat s počítači. U seniorů se počítačová gramotnost pohybuje ve výši 5,4 %. Jen zhruba 15 % lidí starších 60 let má nebo využívá počítač. Jeho používání pomáhá i to, že jedinec je v pracovním poměru a bydlí v oblasti s vyšší hustotou obyvatelstva.(Šerák, 2009)

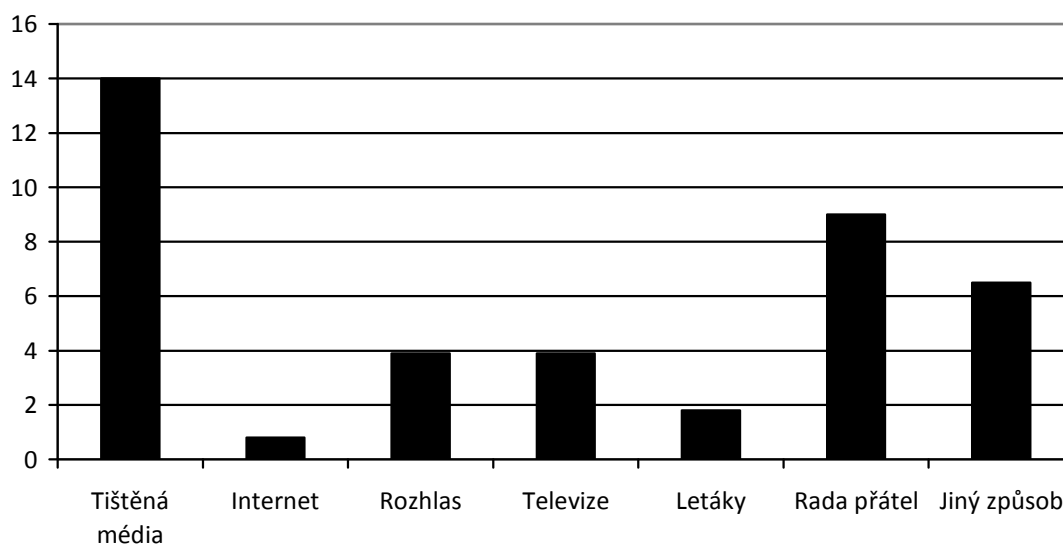
Graf č. 2: Demografické údaje o uživateli internetu v (%) (zdroj Šerák, 2009)



Z tohoto důvodu není zrovna šťastné informovat potenciální účastníky vzdělávacích aktivit jen pomocí internetu. Nehledě na to, že najít potřebné informace bývá obtížné i pro člověka, který s internetem pracuje každý den od mládí, natož pro člověka, který s internetem takřka do styku nepřišel. Další problém spočívá v tom, že platnost a spolehlivost dostupných informací nelze většinou efektivně ověřit, protože internet je veřejný seznam, z čehož vyplývá, že informace sem může vkládat prakticky kdokoliv.

Celkovou nepříliš ideální situaci v oblasti informačních zdrojů dokládají výsledky šetření zaměřeného na účastníky veřejně dostupných aktivit zájmového vzdělávání dospělých, které proběhlo na přelomu let 2002/2003 v Praze a okolí. Jednou ze zkoumaných specifíků byly právě zdroje, které účastníci v seniorském věku využívají k získávání potřebných informací (Šerák, 2009):

Graf č. 3: Využívané zdroje informací o realizovaných aktivitách seniory v (%)
(zdroj Šerák 2009)



Média v tištěné podobě (časopisy, noviny, odborná periodika) jsou vyhledávána k získávání informací staršími věkovými kategoriemi nejvíce. **Internet** se podle očekávání pohybuje pod hranicí jednoho procenta. **Rozhlas** využívá 3,9 % respondentů v seniorském věku. Téměř stejné procento respondentů využívá k informacím **televizní vysílání**. **Informační letáky** zaujmou 1,8 % dotázaných. **Na doporučení přátel** se spoléhá 9 %. **Jiné zdroje informací** – tato kategorie zahrnuje interní zdroje informací (bulletiny) pro členy sdružení a kroužků a rovněž údaje poskytované úřady. Seniorů, kteří využívají tento zdroj informací je 6,5 %.

Jakým způsobem tedy informovat seniory o vzdělávacích aktivitách? Mělo by se využívat několika zdrojů zároveň. Jako nejvhodnější mi připadá inzerování v novinách či časopisech, dále doporučení od známých, kteří již např. konkrétní Univerzitu třetího věku absolvovali, na třetí místo bych zařadila televizi a rozhlas a na poslední místo internet. Bylo by i vhodné sestavit informační bulletin, kde by byli prezentovány všechny Univerzity třetího věku a popsány jaké nabízejí vzdělávací aktivity, aby zájemce měl kompletní přehled v jedné brožuře, protože v současné době ani na internetu nejsou informace ucelené a mnohdy ani aktuální.

5. Systém vzdělávání seniorů

V České republice je rozsáhlá řada nejrůznějších institucí, spolků a nadací, které se zabývají vzděláváním seniorů.

Pro vytváření výchovně - vzdělávacích projektů pro seniory je nutné brát ohled na řadu specifíků, které plynou z jejich sociálního a společenského postavení, ale i ze specifíků daných věkem a vyplývajících především z odlišnosti motivace, ze specifiky působení. (Palán, 2002)

Především je nutné respektovat jednotlivé věkové kategorie:

- příprava na důchod
- „začínající důchodci“
- starší lidé
- staří lidé.

Pokud poznáme možnosti, zájmy, motivační vazby a další specifika jednotlivých uvedených skupin, dají se odhadnout jejich případné schopnosti i konkrétní zájem. Je známo, že s postupujícím věkem se zájem o vzdělávání přesouvá z poznatkové oblasti do oblasti sociální a emoční životní podpory. Musíme mít na paměti i to, že s narůstajícími roky se zvyšuje zátěž na organismus, a to jak biologická, tak i psychická (stresující a frustrující situace, které jsou způsobené hlavně vyrovnáváním, se s trvalými změnami: vyčlenění z aktivního pracovního života, zvykání si na život v důchodu, přizpůsobování se fyzickým omezením, ztrátě životního partnera, vyrovnávání se s časovým limitem života, apod.).(Palán, 2002)

Důležité je hlavně předdůchodové období (příprava na důchod). Cílenou přípravu na stárnutí (důchod) se jako první snažili prosadit lékaři a pracovníci odborných geriatrických a gerontologických pracovišť. V roce 1949 proběhl první kurz přípravy na stárnutí ve Spojených státech Amerických, o rok později byl zorganizován v Anglii, kde poté Národním výborem pro blaho starých lidí byla založena studijní skupina pro přípravu na důchod a organizovala od roku 1958 k této problematice víkendové semináře. V letech 1974 a 1975 byla tato problematika obsahem světových

gerontologických konferencí. Realizovat kurzy pro přípravu na důchod bylo doporučeno členskými státy i radou Evropy v roce 1972 a tímto doporučením se většina zemí řídila. V 70. a 80. letech se tyto kurzy (více méně formou přednášek s pasivními účastníky) zaměřovaly hlavně na problémy zdraví, problémy finanční, na bydlení, trávení volného času (včetně dobrovolné společenské angažovanosti), a na problematiku pracovní (práva na práci). V 90. letech tuto sféru problémů řešila Organizace spojených národů a UNESCO. Za důležité považují podporovat základní principy života starších lidí, jako je nezávislost, zúčastněnost, péče, seberealizace a důstojnost. (Palán, 2002)

Britský Ústav pro zdravotní výchovu vytvořil model přípravy pro důchodové období. Doporučuje následující čtyři teoretická témata:

- význam odchodu do důchodu a průběh důchodového období,
- pohled na životní změny,
- příprava na změny,
- úvahy o změnách (v oblastech čas, finance, zdraví, alternativní léčení, mezilidské vztahy, vztahy v zaměstnání).

Ve většině případů se sociálně pedagogická oblast v této životní etapě zaměřuje na usnadnění orientace v problémech tohoto životního stadia a přizpůsobení se novým životním podmínkám.

Při posuzování schopnosti učit se a studovat ve starším věku musí být brána v úvahu hlavně ta složka inteligence, kterou nazýváme **inteligencí krystalizovanou** a která je výsledkem předcházejících učení a životních zkušeností (Bočková, Petřková, 1997 in Palán, 2002). Stáří z hlediska vzdělávání je nutné chápat jako adaptivní kompetence. Vzdělávání dospělých má své zvláštnosti v porovnání s učením dětí a mládeže. V seniorském věku se tyto zvláštnosti ještě násobí. Studující senioři chápou všechny nové informace z pohledu svých životních zkušeností a včleňují si je do již vytvořené poznatkové soustavy. V literatuře se v tomto významu mluví o sítu selektivnosti myšlení nebo též o psychosociální předstruktuře. (Palán, 2002)

Z tohoto důvodu je důležité zajistit určité podmínky, které zjednodušují postup učení a zefektivňují jeho výsledky. Je to především:

- logické upravení obsahu v lekcích, tak i jejich provázanost v celém cyklu,

- častější zopakování a shrnutí základních myšlenek a zdůraznění jejich provázanosti s učebními cíli, zvýraznění podstatného a častější opakování základních myšlenek,
- začlenění účastníků, jejich přímého zapojování do vzdělávacího cyklu, účast, orientace na činnost, odvolávání na jejich zkušenost a její uplatňování, propojování učební látky s jejich aktuálními potřebami,
- stálost zpětné vazby (dotazy, diskuzí, seminární aktivitou)
- neustále motivovat a pomáhat při překonávání nedůvěry ve vlastní schopnost učit se.

Faktory, které motivují seniory, aby se vzdělávali, můžeme shrnout do tří skupin:

- vzdělávací potřeby
- potřeby sociální (potřeba kontaktu)
- potřeba seberealizace (Palán, 2002)

Při vzdělávání seniorů je nutné mít na paměti, že se jsou to zralé osobnosti, které mají úsudek na některé věci již mnoho let upevněný. Starší učící se člověk je osobnost, která má vyšší potřebu seberealizace a nepřichází do vzdělávacího procesu proto, aby jeho seberealizace byla narušena. Učení u starších lidí je ovlivňováno i rozdílnými technikami myšlení, které si lidé vytvářejí v průběhu produktivního života. Jedná se hlavně o rozdílnost mezi uzavřenými a otevřenými technikami myšlení. Člověk s uzavřeným myšlením má snahu zachovat si svoji celistvost tak, že se nechce dozvídat nové informace a nebude přijímat nové vlivy. Neumí usměrňovat a znovu uspořádat svoje názory, když mu je něco naruší. Jeho referenční řád je uzavřený. S věkem tento směr roste. Takový člověk nevěří v „nové“. Má obavy ze změn a nových situací. Lidé s uzavřeným způsobem myšlení se ve většinou většině případů nevzdělávají. (Palán, 2002)

Potřeba sociálního kontaktu vyplývá hlavně ze základního pocitu stárí – pocitu zbytečnosti. Vzdělávání dává životu nový význam, když člověk odejde do důchodu, a hlavně umožňuje kontakt s lidmi, kteří mají stejné priority jako on. Aktivita rozvíjí i sebejistotu. (Palán, 2002)

Vzdělávání seniorů vyžaduje promyšlený přístup ve všech jeho fázích. Hlavně v těch, kde požadujeme od studujícího veřejné představení jeho názorů nebo vědomostí. Takovou fází je ověřování znalostí. Ověřování znalostí má svůj význam seberealizační („naučil jsem se to“), ale v případě bezohledného postoje vyučujícího má opačné účinky. Vhodný je proto pohovor nebo i testy, ale výsledky musí být anonymní.(Palán, 2002)

Průběh vzdělávání ovlivňuje také:

- prostředí
- osobnost pedagoga
- kolektiv vzdělávaných.

Při výběru prostředí je podstatná jeho dostupnost a ničím nerušená možnost koncentrace. S postupem stáří jsou lidé více citliví na rušivé vlivy (např. hlučné prostředí).

Velmi důležitá je osobnost lektora. „Čím starší je skupina lidí, tím větší jsou individuální rozdíly ve vnímání a schopnosti soustředění, dané fyziologicky, ale i různou mírou životních zkušeností, různou schopností se učit, různou otevřeností myšlení, apod.“ (Palán, 2002, s. 198) Společenské působení skupiny není neobvyklé jen při edukaci lidí v důchodovém věku. Vliv univerzitního prostředí se prokázal i u běžných studentů (mladých lidí). Při vzdělávání seniorů je společenské působení zvýrazněno hlavně proto, že subjektivní odlišnosti lidí ve vzdělávacím procesu mohou směřovat jak k vytváření motivující prostředí, tak i kladné působení kolektivu narušit a proto je na pořadatelích, aby se usilovali hlavně u delších cyklů o vytváření homogenního seskupení.

Vzdělávání seniorů je zařazeno do sféry zájmového vzdělávání. V důsledku prodlužování věku a oddalování odchodu do důchodu by mělo být vzdělávání seniorů zaměřeno i do oblasti profesního vzdělávání, protože z jednotlivých průzkumů vychází, že senioři odcházejí do důchodu někdy, aniž by chtěli, ale jsou donuceni, protože jim na pozici, kterou zastávali, v současné době chybí kvalifikace.

Vzděláváním seniorů se zabývá v dnešní době mnoho institucí. Mezi nejznámější patří Univerzity třetího věku, Lidové univerzity, Akademie třetího věku, Kluby aktivního stáří. Tyto instituce podrobněji popíšu v následujícím textu.

5. 1. Univerzita volného času

Univerzity volného času (dále UVČ) jsou provozovány za podpory kulturních domů, knihoven, domovů důchodců, apod. V roce 1993 v Praze vznikla první a největší UVČ. UVČ je ojedinělý projekt systematického zájmového vzdělávání v oborech, o které je velký zájem, kterými se ale každý člověk nemohl zabývat profesně. Studovat zde může každý. Pro přijetí do programů není třeba dokládat dosažené vzdělání. Zájemci neskládají přijímací zkoušky, jejich znalosti se neověřují. Nedostanou ale žádné osvědčení nebo potvrzení o studiu. Jedinou podmínkou je dosažení plnoletosti. Jedná se o mezigenerační projekt. Mezi účastníky najdeme převážně seniory. Dalšími účastníky přednášek jsou ženy na mateřské dovolené a studenti. Provoz UVČ je hrazený z kurzovního, které se pohybuje v řádu stokorun, a také z městského nebo obecního rozpočtu. (Šerák, 2009)

V České republice je ojedinělý druh organizace Centrum celoživotního vzdělávání, které najdeme od roku 2005 v Praze v Kulturním domě Vltavská. Toto centrum slučuje různorodé druhy zařízení. Některé v dřívějších dobách fungovali jako samostatné instituce. Zahrnuje tyto typy vzdělávání (Šerák, 2009):

Univerzita volného času – množství vyučovaných oborů doplňuje a rozšiřuje nabídku U3V, přičemž výuka probíhá za součinnosti pražských vysokých škol.

Nabídkový kurz oborů U3V – jedná se o podobu nultého ročníku U3V. Každý nabízený obor je prezentován ve dvouhodinové přednášce. Seznamuje s tématem a podmínkami studia na U3V. Na přednášky může docházet každý i ten, který o další studium na U3V nemá zájem. (Šerák, 2009)

Centrum zdravého stárnutí – jedná se o osvětové přednášky osvětového, které se zabývají problematikou ochrany zdraví, udržení fyzické i psychické kondice a na

udržení celkové nezávislosti ve stáří. Toto centrum spolupracuje s Fakultou tělesné výchovy a sportu a 3. Lékařskou fakultou Univerzity Karlovy. Účastníci mohou navštěvovat obory psychika a tělesné zdraví, zdravý životní styl a psychologie. (Šerák, 2009)

Klub vzájemného porozumění – výše uvedené programy doplňuje. Lektory jsou profesně zdatní studenti Centra celoživotního vzdělávání. Účastníci mohou navštěvovat jazykové kurzy, cvičení, malování nebo ruční práce. (Šerák, 2009)

Centrum má kapacitu 6500 míst. Žádný kurz není ukončen zkouškou. Absolventi neobdrží žádné osvědčení ani potvrzení o absolvování kurzu. Jedná se o velice pozoruhodný projekt centra vzdělávacích aktivit, které poskytuje rozsáhlou a cenově dostupnou škálu zájmového vzdělávání na vysoké úrovni pro zájemce všech věkových skupin. Právě rozsáhlostí a růzností nabídky se toto centrum liší od činností regionálních nebo vysokoškolských programů vzdělávání. (Šerák, 2009)

5. 2. Kluby aktivního stáří

Tradiční jsou v našem prostředí Kluby aktivního stáří. Jsou organizovány za podpory různých organizací a institucí. Typická je pro ně pochopitelnost výkladu a přizpůsobování nárokům a individuálním zájmům občanů postproduktivního věku. Kluby aktivního stáří kladou důraz na trvalejší neformální vztahy, rozvíjení osobních zájmů seniorů a uspokojování potřeby sociálního kontaktu. Nabízejí širokou nabídku činností, např. besedy, výlety, exkurze, vycházky, kulturní akce, sportovní programy, ruční práce, společenské hry, apod. Edukační aktivity jsou většinou jednorázové. V ČR jde o nejrozsáhlejší institucionalizovanou podobu sdružování seniorů. Dříve byly tyto kluby většinou zakládány národními výbory. V dnešní době můžeme mezi zakladateli objevit orgány místní správy, domovy důchodců, charitativní organizace, podniky, Svaz důchodců ČR nebo Český svaz žen. (Šerák, 2009)

5. 3. Akademie třetího věku

Akademie třetího věku (dále A3V) fungují v naší zemi už od 80. let 20. století, kdy vznikaly většinou z podnětu místních gerontologických pracovišť. Nejspíše první akademie třetího věku byla otevřena v roce 1983 v Přerově. Zřizovány jsou hlavně v regionech, kde není k dispozici uspokojivá nabídka ze strany vysokých škol. Vznik akademií třetího věku není upraven žádným právním předpisem a z tohoto důvodu mohou být tyto instituce založeny prakticky kdekoliv a kýmkoliv. Organizovány jsou především pod záštitou různých institucí (Domov Sue Ryder, Červený kříž, muzea, kulturní domy) a také středních škol. Vyučování probíhá ve formě přednášek, seminářů, diskuzí a různých dalších programů (sportovní aktivity, zájmové kroužky, exkurze, apod.). Účastníci nejsou na začátku ani v průběhu kurzu podrobováni žádným zkouškám a jejich studijní úsilí je ukončeno potvrzením o absolvování kurzu, které je většinou vydáno na základě prezenze. Rozdíl A3V a U3V je především ten, že A3V je méně náročná než U3V, klade větší důraz na srozumitelnost výkladu a také se snaží přizpůsobit místním potřebám. Negativní stránkou tohoto typu vzdělávání je nejednotná kvalita těchto služeb.(Šerák, 2009)

Zvláštním případem vzdělávání seniorů je rozhlasová akademie třetího věku, která se vysílá na vlnách Českého rozhlasu 2 jako samostatný pořad od roku 1997. Posluchači mají možnost studovat vzdělávací programy různých oborů (historie, psychologie, literatura, botanika, sociální komunikace, apod.). V rámci každého cyklu zpracovávají písemné práce. Úspěšní absolventi dostanou na konci diplom. Mimo výše uvedených vzdělávacích pořadů je s programem spojena i celá řada aktivit, např. zájezdy ke Dni seniorů, studijně – rehabilitační pobyty a setkávání s lektory. (Šerák, 2009)

5. 4. Univerzity třetího věku

Poskytují vzdělávání na nejvyšší možné, tedy vysokoškolské úrovni pro občany po ukončení jejich pracovní dráhy. Obvykle tyto programy mohou navštěvovat lidé od 55 let. (Dále viz níže)

6. Univerzity třetího věku

Pod pojem univerzita třetího věku (dále U3V) můžeme zařadit všechnu nabídku vzdělávacích programů, které pořádají vysoké školy a jejich fakulty, které jsou určeny občanům ve starobním důchodu, případně i lidem požívajícím plný invalidní důchod. Většina škol vyžaduje k přijetí do svých kurzů středoškolské vzdělání ukončené maturitní zkouškou. Na rozdíl od ostatních vzdělávacích aktivit je zde zaručena nejvyšší možná (tedy vysokoškolská) úroveň přednášek. Slouží k rozšíření poznatků v oblasti individuálních zájmů. (Šerák, 2009)

V současné době se klade důraz na sociálněpsychologické prvky vzdělávání starších lidí v institucích, které se zabývají tímto typem vzdělávání. Hlavním úkolem je vytváření předpokladů pro setkávání generací, nalézání prostoru pro výměnu zkušeností, pro vyvedení seniora ze samoty. Jak říkají závěry řady výzkumů (např. Kolland 1993 in Mühlpachr 2004), vzdělávací aktivity se považují za jeden z nejdůležitějších faktorů udržení kvality života v postproduktivním věku. Vzdělávání v této životní fázi podílí nejen na mobilizaci intelektuálních a kognitivních funkcí, ale i k podporování fyzického a duševního zdraví, ke zvyšování sebevědomí a tím i k životní spokojenosti. Vzdělávací aktivity jsou také důležitým parametrem sociální pozice pro seniory, kteří již přestali pracovat. Představují pro ně nové zaměstnání a doplnění role starších. (Mühlpachr, 2004)

Úkolem U3V je zabezpečovat právo starších lidí na učení se a vzdělávání, provádět zájmové vzdělávání na vědecké úrovni, udržovat a zlepšovat fyzickou kondici seniorů a také provádět výzkumy v této oblasti.

6. 1. Vývoj univerzit třetího věku ve světě

První vzdělávací zařízení tohoto typu založil francouzský profesor práva a ekonomických věd Pierre Vellase v roce 1973 na Univerzitě společenských věd v Toulouse. Jeho cílem bylo vybudovat vzdělávací možnost pro stárnoucí a starou populaci a nabídnout takové programy činností, které by odpovídaly okolnostem,

potřebám a nárokům, které jsou typické pro tuto věkovou skupinu. Podnětem vzniku byla reakce na mezigenerační konflikt, který se na vysokých školách vyostřil ve spojitosti se studentskými nepokoji na konci 60. let 20. století. Nabízeli nejen vzdělávání posluchačům – seniorům, ale také akademickou aktivitu penzionovaným či z vedoucích míst přeřazeným starším vysokoškolským učitelům. Hnutí U3V se rychle šířilo po celé Evropě a poté i na ostatní světadíly. Ve střední Evropě se myšlenka U3V uchytila nejdříve v Polsku v roce 1975.(Šerák, 2009)

V průběhu posledního čtvrtstoletí, kdy se hnutí U3V rozvíjelo, vyvinuly se názory na cíle univerzit třetího věku. V počátcích bylo cílem seznámit seniory s vědeckými poznatky, prohloubit jejich sebepoznání, pomoci jim získat nadhled a tím ulehčit jejich přizpůsobování a orientaci ve stále složitějším a měnícím se prostředí. Mnohé výzkumy potvrdily, že vzdělávání v postproduktivním věku významně ovlivňuje kvalitu života ve stáří.

Zvyšující se počet U3V a potřeba vzájemné komunikace mezi nimi vedla v roce 1977 k založení Mezinárodního sdružení U3V – AIUTA (Association Internationale des Universités du Troisième Age), které sídlí v Toulouse.(Mühlpachr, 2004)

6. 2. Historie univerzit třetího věku v ČR

V České republice začali U3V vznikat v letech 1986 a 1987. Počátek je spojený s Československou gerontologickou společností a Československým červeným křížem. První U3V u nás byla založena při Univerzitě Palackého v Olomouci. Další vznikla při Fakultě všeobecného lékařství Univerzity Karlovy a postupně byly U3V založeny na všech ostatních vysokých školách.(<http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>)

Zásadním tématem vzdělávání se stalo **zdraví a jeho prevence**. V roce 1992 Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích nastínila první ucelený zdravotně sociální obor **Péče o člověka a jeho zdraví**. V roce 2000 předložila projektový záměr univerzity třetího věku pro vstup do evropského projektu „Self-organised Learning in Later Life, Socrates – Grundtvig project with six European partners“ a nově koncipovaný program Péče o člověka ve zdraví, nemoci a tísní obohatila v jeho speciální části o dva výběrové

moduly. Přijala téma **Životní styl a životní prostory v Evropě, dříve a nyní** a určila po dohodě s partnerskými studijními skupinami seniorů výzkumné úkoly. Sestavila tři podpůrné tematické bloky. (<http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>)

První blok otevřel téma přirozeného sociálního světa a místa, které v něm zaujímáme. Problematika každodennosti z pohledu filozofie, psychologie, sociologie a chápání Evropy jako komplexu času, prostoru, kultury a jejich souvislostí byla specifikována ve speciální části programu přednáškami výběrové řady „**Člověk a jeho svět**“ (člověk v rodině, člověk, jídlo a chléb, člověk a stůl, proměny usednutí ke stolu, člověk, dům a byt, bydlení, uzavřené, otevřené a veřejné prostory), „**Architektonika**“ (umělecko-historický a stavebně historický rozbor městských objektů a domů, urbanistická řešení městských čtvrtí), „**Architektura**“ (bydlení, byty „ušité“ pro uživatele), dále exkurze a cvičení v bloku „**Knihovní fondy**“, „**Archivní prameny a jejich využití**“. (<http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>)

Druhý tematický blok se zabýval výzkumem. Otevřel problematiku **empirického výzkumu společenských jevů**, charakterizoval hlavní etapy, zmínil týmový výzkum jako vyšší formu výzkumu založeného na dělbě práce, kdy každý člen týmu přispívá společnému dílu nezastupitelným příspěvkem. Upozornil na problémy společenských věd, na složitost jevů a vzájemnou závislost proměnných, které na člověka a jeho prostředí působí a které lze jen obtížně zachytit prostředky, které má k dispozici. V tzv. **Minimu z metodologie výzkumu** prezentoval poznatky o kvantitativním a kvalitativním výzkumu, o výzkumných metodách a technikách, které byly vybrané s ohledem na jejich využití v hlavním projektovém úkolu. Také předal informace, jak údaje získat, zpracovat je, vyhodnotit a následně interpretovat. (<http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>)

Třetí tematický blok byl určený komunikaci, komunikování technickými prostředky, komunikování požadavků, nároků i vzájemného porozumění a tolerance. Komunikativní rozsah člověka v pokročilejším věku, komunikační schopnosti a dovednosti napomáhají orientaci, předcházení konfliktům, hledání a nacházení porozumění v současném světě. **Výpočetní technika a informatika** (základní a výběrová) byla vyučována ve dvou semestrálních kurzech zároveň se vzdělávacími a výzkumnými aktivitami seniorů. Směřovala k získání počítačové dovednosti a funkční

gramotnosti, schopnosti aktivně zacházet s informacemi. Kooperační program soustavně poskytoval informace o postupu práce a řešení úkolů, o studijních skupinách i každém účastníkovi a jeho podílu na zvládnutí společného evropského úkolu. Příznivé učební podmínky otevřely možnosti k rychlé motivaci a tvořivému zpracování výsledků, díky tomu byl umožněn i přímý interaktivní dialog (e-mail, domácí a ústřední internetové stránky SoLLiL, Chat).(<http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>)

„Učíci se skupiny společně i přes internet“ využili efektivně čas i k prezentování výsledků. Ulmská konference (European Workshop „Learning together over the Internet, ZAWiW, University of Ulm, Germany) představila **projekt SoLLiL** – Self organised Learning Later in Life, studijní skupiny starších lidí z šesti evropských univerzit a klíčové oblasti jejich studijního a výzkumného zájmu „Kultura chleba“, „Chléb v proměnách času, místa a kultury“, „Kultura bydlení, bydlení ve stáří a v historickém centru města“. Dvacet sedm příspěvků přednesených na konferenci, při plenární zasedání, workshopy a panelové diskuze předčily očekávání všech účastníků, kteří se vzděláváním dospělých a starších lidí profesně a zájmově zabývají. Národní konference zejména v Ulmu (2000, 2001), ve Vicenze (Itálie, 2001) a závěrečná konference na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích (2002) vytvořili prostor pro setkávání, komunikaci a prezentaci jedinečných prací. Vytvořili prostor i čas k neformálním aktivitám. Vytvořili vzdělávání a aktivity směrem k městu, regionu i Evropě. Jejím účastníkům přinesli nejen poznatky, ale i nové zážitky, zkušenosti a dialog. (<http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>)

6. 3. Dnešní podoba univerzit třetího věku v ČR

Každá U3V je jiná (může mít jiné zaměření, dává důraz na jiné věci, apod.), ale v obecném pojetí je většina univerzit stejná (např. vedení, studium, apod.). Tyto znaky se zkusím nastínit v této kapitole.

Společným znakem U3V jsou studenti. Jsou to lidé v důchodovém věku. Kritéria pro přijetí má každá univerzita jiná. Mohli bychom je rozdělit následujícím způsobem:

- U3V, které vyžadují k přijetí středoškolské vzdělání ukončené maturitní zkouškou (např. Univerzita třetího věku při Masarykově univerzitě)

- U3V, kde přijetí není vázáno na dosažený stupeň vzdělání (např. Univerzita třetího věku při Univerzitě Palackého v Olomouci)

Společnou podmínkou na všech U3V je podání přihlášky a zaplacení registračního poplatku, který se pohybuje ve výši 0 – 1800 Kč.

Univerzity třetího věku umožňují svým studentům vzdělání na nejvyšší, tedy vysokoškolské úrovni. Podle zákona č. 111/1998 Sb. jsou senioři studující U3V vedeni jako posluchači, nemají tedy statut studentů a nejsou tudíž zapsáni v matrice studentů.

Kurzy navštěvuje 5 až 100 účastníků. Největší zájem je o přednášky zaměřené na medicínské obory, výuku počítačů, psychologii a dějiny umění. Podle výzkumu Petřkové (in Šerák, 2009) jsou studenty z cca 70% ženy. Největší skupiny tvoří lidé ve věku 60 – 70 let. Vyučujícími na U3V jsou vysokoškolští profesori, učitelé a další odborníci z praxe. Vyučující hodnotí seniory jako velmi vnímavé a aktivní. Často mají vysokou úroveň vědomostí a studijními výsledky předstihnou někdy i o 50 let mladší studenty. Studenti U3V patří mezi nejpilnější studenty, především, co se docházky týče.

Studium má charakter osobnostního rozvoje, nikoliv profesní přípravy. Kurzy jsou většinou tříleté dělené do šesti semestrů. Počet přednášek a jejich častost si určuje každá univerzita sama.

Úspěšným absolventům je vydáno osvědčení o absolvování univerzity třetího věku, nikoliv diplom, kterým by se mohli prokazovat a uvádět vysokoškolský titul před jménem. Předávání osvědčení se děje při podobném slavnostním ceremoniálu jako je promoce. V České republice nyní studuje cca 10 tisíc seniorů.

6. 3. 1. Nabídka programů univerzit třetího věku

Každá univerzita třetího věku má v nabídce různý počet programů podle zaměření univerzity (např. přednášky z oblasti psychologie, zdraví, přírody, ekonomiky, apod.). Další oblastí, na které se zaměřují téměř všechny univerzity třetího věku je výuka cizích jazyků, počítačové kurzy a taky možnosti cvičení pro starší občany. V následujících

odstavcích se pokusím sestavit přehled, jaké kurzy jednotlivé univerzity nabízí a některé stručně charakterizovat.

České vysoké učení technické v rámci projektu U3V nabízí v současné době celkem 26 programů. Každý kurz stojí 500,-- Kč. Všechny kurzy probíhají jeden semestr. Z mého pohledu se mi zdají nejzajímavější kurzy:

Celoživotní učení seniorů v oblasti technických oborů na ČVUT – kurz předává nové informace a znalosti ze soudobých technických a technologických směrů v průmyslových oblastech v rámci univerzity třetího věku na ČVUT. Vzdělávací program je určený pro zvýšení životní aktivity lidí v postproduktivním věku. Cílem kurzu je vhodnou formou předat potřebné informace zájemcům ze skupiny seniorů, kteří si chtějí doplnit své znalosti v podobě přednášek, laboratorních cvičení a exkurzí do strojírenských podniků.(<http://cvut.cz/zajemci-o-studium/czv/u3v>)

Práce s PC pro začátečníky – kurz je určený pro úplné začátečníky a nevyžaduje předchozí seznámení s počítačem. Po krátkém seznámení se stavbou PC kurz pokračuje úvodem do použití operačního systému MS Windows. Posluchači se taky seznámí s aplikacemi Word, Excel, Outlook Express. Zaměřuje se také na praktické využití Internetu. Druhá polovina kurzu se věnuje i pokročilejším dovednostem, např. použití digitálního fotoaparátu a zpracování digitální fotografie na počítači. Důraz je kladen na praktické procvičení nově získaných dovedností. Při výuce pracuje s každým účastníkem individuálně. Počet studentů v tomto kurzu je maximálně 8. Každý student má svůj počítač připojený k Internetu. Kurz probíhá jeden semestr, ale ve studování počítačů je možné dále pokračovat např. v kurzu Druhé rande s počítačem, Informační technologie pro seniory, Nebojte se počítačů – Excel, Word, Práce s elektronickými zařízeními apod.(<http://cvut.cz/zajemci-o-studium/czv/u3v>)

Sport seniorů – kurz se orientuje na rozvoj pohybových dovedností a vědomostí při respektování věkových odlišností a zdravotních omezení starších lidí. V současné době je seniorům v rámci tohoto kurzu nabízen Aqua Aerobic (aerobní cvičení ve vodě) a cvičení na Bosu(je systém cvičení určený pro komplexní zpevnění svalů celého těla, který má pozitivní vliv na zdravé držení těla. Základem cvičení Bosu je speciálně vyvinutá nafukovací kopule Bosu Balance Trainer, kterou při cvičení používáme jak

stranou rovnou, tak vypouklou – www.bosufitness.cz). Cvičení jsou doplněna přednáškou na téma „**Pohybový aparát a seniorský věk**“. Na tuto pravidelnou výuku může po dohodě s účastníky navázat kurz zaměřený na pobyt v zimní přírodě s výukou běžeckého a sjezdového lyžování, turistikou. (<http://cvut.cz/zajemci-o-studium/czv/u3v>)

Jazykové kurzy pro začátečníky – kurz se zaměřuje na praktické vyučování angličtiny, němčiny, francouzštiny, španělštiny nebo italštiny. Probíhá v rozsahu dvou vyučovacích hodin týdně. Zábavnou formou se zaměřuje na aktivní i pasivní využívání jazyka v běžných situacích spojených se současným životem. Součástí kurzu jsou **přednášky o specifikách dané jazykové oblasti**. (<http://cvut.cz/zajemci-o-studium/czv/u3v>)

Další kurzy, které ČVUT nabízí jsou např. Biomedicína a zdravý životní styl, Dějiny umění, Diagnostika staveb a ochrana proti vodě a vlhkosti, Fyzika přátelsky, Projektové semináře, Přednáškový cyklus expertů, Tajemství mikrosvěta, atd.

Česká zemědělská univerzita v Praze v akademickém roce 2009/2010 organizuje 6 kurzů pro seniory. Každý kurz probíhá ve čtyřech semestrech a po absolvování je účastníkům vydáno Osvědčení o absolutoriu Univerzity třetího věku České zemědělské univerzity v Praze. Opět uvádím kurzy, které se mi zdají zajímavé:

Život na přelomu tisíciletí – přednáškový kurz je orientován na základní znaky současného života. Zahrnuty jsou přednášky z psychologie, mezigeneračních vztahů, kulturních proměn společnosti, péče o zdraví a trvale udržitelného rozvoje. Nechybí vstupy do problematiky informačních technologií a aktuálních ekonomických témat. Cyklus je doplněn o praktické dovednosti z oblastí zájmových činností se zaměřením na zpracování tradičních materiálů. Maximální počet účastníků je 60. Tento kurz je poskytován bezplatně. (<http://www.u3v.czu.cz/?r=3118>)

Česká republika v rámci evropského prostoru – cílem přednáškového cyklu je orientace a vysvětlení ekonomických dopadů České republiky po vstupu do Evropské unie. Nabídka fakulty tak pokrývá potřebu informovanosti posluchačů na celkovou strategii našeho státu i na dopady promítající se v každodenním životě jednotlivce. Přednášky jsou dále doplněny o témata z oblasti ekonomických metod politiky,

managementu, marketingu a lidských zdrojů. V průběhu dvou let mají tak senioři možnost získat nové poznatky ze všech sfér a profilových předmětů, které se vyučují na Provozně ekonomické fakultě. Koncem akademického roku jsou součástí výuky bezplatné exkurze, zaměřené na dané přednáškové téma. (<http://u3v.czu.cz/?r=3118>)

Jako další kurzy můžeme uvést Člověk, energie a odpady, Lesy a dřevo, Stromy okolo nás. Počítačové a jazykové kurzy nejsou na této škole součástí U3V.

Masarykova univerzita Brno - nabízí kurzy, které trvají jeden až šest semestrů. V tomto roce je možno si vybrat z nabídky 18 kurzů.

Základní kurz – první semestr tohoto kurzu je zaměřen na otázky zdravého a smysluplného životního stylu ve vyšším věku. Ve druhém semestru jsou prezentována témata čtyř základních okruhů: Člověk a zdraví, Člověk a příroda, Člověk a umění, Člověk a společnost. (<http://muni.cz/u3v/>)

Nástavbový kurz – je pokračováním Základního kurzu ve čtyřech tematických okruzích: Člověk a zdraví, Člověk a příroda, Člověk a umění, Člověk a společnost. Přihlásit se mohou pouze absolventi kurzu základního. Dodržuje se víceoborový charakter. Posláním kurzu je především stimulace k aktivitě a poskytnutí informací usnadňující praktické využívání dříve získaných poznatků. (<http://muni.cz/u3v/>)

Kurz pohybově relaxačních aktivit – cílem je seznámení s možností pohybových aktivit seniorů, které mohou působit jako prevence svalové atrofie. Kurz je tvořen posilovacím, uvolňovacím a rehabilitačním cvičením, zaměřeným na udržení svalové hmoty, správného držení těla a na prevenci nadváhy. (<http://muni.cz/u3v/>)

Počítačové kurzy – hlavním cílem kurzu je motivovat seniory k praktickému využití aplikací počítače a vybavit je pro tento účel základními uživatelskými znalostmi a dovednostmi, a to včetně schopnosti tyto dovednosti dále aktivně samostatně rozvíjet. Důraz je kladen především na aplikace. Kurz trvá 32 hodin. (<http://muni.cz/u3v/>)

Jako další kurzy můžeme uvést Aktuální právní otázky, Dějiny umění a vizuální kultury, Fotografie, Kurz anglického jazyka pro začátečníky, Spirituální dimenze člověka, Vizuální komunikace, aj.

Mendelova lesnická a zemědělská univerzita (dále MZLU) – v současné době poskytuje 3 kurzy. Za každý semestr se platí 360,-- Kč. Kurzy probíhají 3 roky. Nabízí i kurzy na Klvaňově gymnáziu v Kyjově a na Zahradnické fakultě v Lednici.

Základní tříletý cyklus U3V MZLU v Brně – je koncipován jako cyklus přednášek a seminářů rozdělených do tematických bloků. Přednášky obsahují témata klíčových oborů všech fakult MZLU. Přednášky a semináře probíhají ve výukovém období jednotlivých semestrů. Přednášky a semináře vedou vzdělání pracovníci MZLU z řad profesorů a docentů, popř. významní odborníci z praxe (absolventi univerzity).(<http://www.icv.mendelu.cz/cz/studium/u3v>)

Univerzita také nabízí Kurz Angličtina pro začátečníky a Angličtina mírně pokročilé, Úvod práce do PC, Internetové technologie, Principy výživy I., apod.

Slezská univerzita v Opavě – v současné době nabízí 4 kurzy. Administrativní poplatek činí od 200,-- do 1000,-- Kč za kurz. Všechny kurzy probíhají jeden semestr.

Virtuální univerzita třetího věku – během semestru bude možno shlédnout každých 14 dní jeden cyklus, tj. šest natočených přednášek na téma „**Vývoj informačních technologií**“. Po každé přednášce je dána možnost opakovaně shlédnout buď vybranou část přednášky nebo celou přednášku. Poté následuje společná diskuze v návaznosti na přednášené téma a vypracování buď samostatného, nebo kolektivního testu k ověření pochopení celého výkladu. Nejasnosti a doplňující otázky se pak prostřednictvím e-mailové komunikace mohou zaslat lektorovi, který do předem stanoveného termínu zašle odpovědi. Časový prostor 14 dní lze využít ke studiu v libovolném čase, pouze v závislosti na chuti studovat a podle technických možností. Pořádá se ve spolupráci s Českou zemědělskou univerzitou v Praze. Maximální počet účastníků je 12. Podmínkou úspěšného absolvování programu je 50% účast na přednáškách a vypracování on-line testu po každé přednášce.(<http://www.u3v.slu.cz/univerzita-tretiho-veku>)

Kondiční posilování s kurzem masáží – kondiční posilování probíhá 60 minut a masáž 30 minut. Cílem kondičního posilování a masáží je zlepšování tělesného a duševního zdraví. Kondiční posilování bude uzpůsobeno jednotlivým účastníkům. Důraz je kladen na zpevnění svalstva, protahovací cviky. Cvičení probíhá na posilovacích strojích pod odborným dohledem trenéra. Maximálně se může zúčastnit kurzu 5 účastníků. K úspěšnému absolvování je třeba 50% účast a písemné zhodnocení kurzu účastníky. Účastník je povinen předložit čestné prohlášení o zdravotní způsobilosti. (<http://u3v.slu.cz/univerzita-tretiho-veku>)

Dále nabízí univerzita ještě kurz „Začínáme s digi fotoaparátem“ a „Rehabilitační plavání a cvičení. Dle mého názoru chybí této U3V základní kurz, který dává seniorům přehled o jednotlivých oborech univerzity. Tato univerzita nenabízí jazykové kurzy.

Technická univerzita v Liberci – nabízí pro seniory 33 kurzů. Většina kurzů probíhá 4 semestry. Kurzy stojí 200,-- až 900,-- Kč.

Gerontopsychologie – kurz je určen pro účastníky základního kurzu Psychologie. Probíhá 1 semestr. Počet účastníků není omezen. Cena kurzu je 200,-- Kč pro současné studující a 400,-- Kč pro absolventy. Účastníci se dozvědí co patří pod pojem psychologie stáří a stárnutí, jak probíhá adaptace na stáří, jaká může být prevence stárnutí a stáří, jak se na stáří připravit, jaká je současná situace v ústavech sociální péče, argumenty pro a proti euthanázii, apod. (<http://www.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=34>)

Zdravotní tělesná výchova – kurz probíhá jeden semestr, maximálně se může přihlásit 15 zájemců. Cena kurzu je 400,-- Kč pro současně studující a 900,-- Kč pro absolventy. Cílem semináře je seznámit účastníky s jednotlivými cviky zaměřenými na prevenci bolesti páteře, ukázat možnosti využití jogových cvičení při oslabení hybného systému. Seznámení se zásadami a s výběrem tělesných cvičení pro uvolnění, protahování a posilování při svalových dysbalancích. Cvičení zaměřená na pohyblivost páteře. Aplikace dechových cvičení a základy relaxačních cvičení. (<http://www.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=34>)

Univerzita má celou řadu zajímavých kurzů. Bohužel rozsah této práce mi neumožňuje popsat všechny tyto kurzy. Senioři mohou navštěvovat např. kurz Komunikace a osobnostně-sociální rozvoj, Muzikoterapie, Grafika, Výtvarné činnosti v ploše a prostoru, kurz PC, Makrofotografie, Prevence civilizačních nemocí a nejčastějších nemocí III. etapy lidského života, Kulturní vlastivěda, Teorie a praxe bridge, apod.

Univerzita Karlova v Praze – v současné době probíhá pro seniory 63 kurzů. Kurzy stojí od 0,-- do 500,-- Kč.

Filmový seminář – kurz je určen pro účastníky, kteří mají hlubší zájem o kinematografii, filmové recenze a kritiky. Probíhá formou filmových projekcí spojených s úvodními přednáškami. Na závěr studenti zpracují recenzi vybraného filmového díla. Tento kurz může navštěvovat maximálně 30 účastníků, probíhá 2 semestry. (<http://tarantula.ruk.cuni.cz/UTV-6.html>)

Lázně, minerální a léčivé vody – účastníci se na kurzu zjistí, jaké mají vlastnosti minerální a léčivé vody, souvislost výskytu těchto vod s běžnými povrchovými a podzemními vodami. Dále se získají informace, kde se léčivé a minerální vody vyskytují v ČR, získají informace o legislativních aspektech léčebné péče, jaké místo zaujímá ve zdravotnickém systému. Získají přehled o významných lázních a zdrojích léčivých i minerálních vod v České republice i v zahraničí. (<http://www.everest.natur.cuni.cz/u3v/index.php>)

Mezi další kurzy, které organizuje Univerzita Karlova, patří Biologie člověka I., Biologické principy péče o zdraví I., Základy fotografování a práce s digitální fotografií, Sociální struktura české společnosti, Ekonomie rodiny, Geografie a demografie, Mořská fauna Středomoří, Mykologie, Vodní ekosystémy, atd.

Univerzita Hradec Králové – pořádá 17 tříletých programů a 2 bloky přednášek vždy na určité téma. Kursové činí 200,-- Kč. Kapacita účastníků jednotlivých programů se pohybuje v rozmezí od 5 do 20 osob.

Zájemci mohou navštěvovat tříleté programy zaměřené na národní dějiny, cestovní ruch, základy práva, textilní techniky apod. (Univerzita na svých webových stránkách neuvádí co je obsahem programů).

Univerzita Jana Evangelisty Purkyně – nabízí 24 kurzů. Výuka probíhá ve dvouhodinových nebo čtyřhodinových celcích. Každý kurz trvá 2 roky.

Olejomalba – na první hodině proběhne seznámení s technikou, následuje stručné zopakování techniky a vlastní podmalba akrylem a mezivrstva. Po zvládnutí malého formátu budou účastníci malovat na velký formát. Kurz bude zakončen reflexí a doděláváním obrazu. Kurz probíhá jeden semestr. Maximální počet účastníků je 16.(http://www.ujep.cz/cz/podle-uzivatele/pro-verejnost/univerzita-trethoveku/nabizene-kurzy/c796_podrobne-informace-o-kurzech.html)

Psychologie II – je pokračováním kurzu Psychologie I. Cílem kurzu je, aby si účastníci osvojili základní poznatky, upevněné prožitky cvičením tak, aby porozuměli hlavním pojmům z odborné psychologické terminologie a dokázali přiměřeným způsobem zvládat životní situace, včetně těch, které kladou na jejich osobnost zvýšené nároky. V průběhu výuky bude snaha uchopit individuální způsob nahlížení na různé situace a poznání motivů svého jednání. Těžiště kurzu bude tvořit problematika celistvosti duševního života, prožívání a chování, osobnosti a struktury. Cílem výuky není jen pouhé předání informací, ale zvládnutí některých technik tak, aby se u seniorů rozvinulo psychologické myšlení a chtěli a mohli pracovat na svém rozvoji a životním stylu samostatně.(http://www.ujep.cz/cz/podle-uzivatele/pro-verejnost/univerzita-trethoveku/nabizene-kurzy/c796_podrobne-informace-o-kurzech.html)

Další kurzy, které univerzita pořádá, jsou Rétorika, Genetika a společnost, Umění řešit matematické problémy, Zdravá výživa, Počítačová grafika, Sebeobrana, atd.

Univerzita Palackého Olomouc – organizuje 18 kurzů. Kurzovné stojí 500,-- Kč za semestr. Má pobočku v Uherském Hradišti a Valašském Meziříčí. První ročník má charakter všeobecný. Absolventi vysokých škol se jej nemusí účastnit a mohou přejít rovnou do specializovaných kurzů.

Kultura v minulosti a přítomnosti – zabývá se umělecko-historickými památkami olomouckého kraje v evropském kontextu (architektura, malířství, sochařství, atd.), symboly v umění, dějinami hudby a tance, každodenní kulturou našich předků (dějiny módy, lidová kultura na Hané). (<http://www.u3v.upol.cz/informace-o-studiu.html>)

My – lidé a příroda – přednášky představují velké objevy 20. století, z nichž vznikla moderní přírodověda a nabízí pohled na vznik a vývoj Života na planetě Zemi i na změny a hrozby, které vyvolává člověk a jeho civilizace. Pozornost je věnována i problematice vodohospodářství. Studující jsou také seznámeni s ochranou životního prostředí. (<http://www.u3v.upol.cz/informace-o-studiu.html>)

Další kurzy, které tato univerzita organizuje, jsou např. Evropa a křesťanství, Angličtina pro začátečníky, Setkání civilizací – blízký východ, Kapitoly z humanitních věd, Politologie, Člověk ve zdraví a v nemoci.

Univerzita Pardubice – kurzy probíhají formou přednášek na různá témata. V průběhu semestru jsou vystřídány všechny bloky (viz níže). Účastníci nemusí absolvovat všechny přednášky. Přednášky jsou poskytovány zdarma.

Cyklus A: Technický – nabízí přednášky a semináře z oboru materiálového inženýrství a techniky mechaniky, řízení jakosti a spolehlivosti v dopravě. Nabídka zahrnuje a pokrývá zajímavá témata z oboru chemického inženýrství. (<http://www.upce.cz/studium/czv/u3v.html>)

Cyklus B: Technologicko – ekonomický – zahrnuje přednášky a semináře z oboru technologie a řízení dopravy, dopravního managementu, marketingu a logistiky. (<http://www.upce.cz/studium/czv/u3v.html>)

Cyklu C: Počítačově – komunikační – obsahuje témata z oblasti aplikované informatiky v dopravě a také z oboru digitální fotografie. (<http://www.upce.cz/studium/czv/u3v.html>)

Cyklus D: Společenskovední – poskytuje přednášky z oblasti historie, dějin hudby a umění restaurátorství, lékařství a životního stylu.(<http://www.upce.cz/studium/czv/u3v.html>)

Univerzita Tomáše Bati – nabízí pro seniory 11 programů, kurzy jsou organizovány jako dvouročníkové. Cena kurzů se pohybuje podle typu kurzu od 900,-- Kč do 1800,-- Kč za kurz.

Dějiny výtvarného umění – účastníci zjistí informace o lidském těle v dějinách výtvarného umění, fauně a flóře v dějinách výtvarného umění, o starožitnictví, restaurátorství a sběratelství. Bude jim představeno výtvarné umění z pohledu tvůrce a diváka.(http://web.utb.cz/?id=0_3_13_0&iid=0&lang=cs&type=0)

Další kurzy, které univerzita nabízí, jsou Ateliérová praktika, Počítače v praxi, Internet a informační média, Fenomén Zlín, Základy teorie státu a práva, Duševní rozvoj a zdraví člověka.

Vysoká škola Báňská Ostrava – poskytuje 2 dvousemestrální kurzy, které stojí 350,-- Kč.

Člověk a technika v 21. století – dvousemestrální kurz zaměřený na nové technické materiály a technologie, zejména z hutnictví a materiálního inženýrství. Jsou zde zařazeny další výukové bloky z oblastí ochrany životního prostředí, společensko – vědní spojené s tematikou třetího věku a využití výpočetní techniky v každodenní praxi.(<http://www.fmfi.vsb.cz/oblasti/studium-a-vyuka/celozivotni-vzdelavani/u3v-informace>)

Univerzita pořádá ještě kurz Ekonomika pro seniory.

Vysoká škola chemicko – technologická Praha – škola poskytuje 4 kurzy, které probíhají po dva roky.

Život s počítačem – cílem kurzu je poskytnout základní úroveň znalostí a dovedností z oblasti využití počítačů v běžném životě. Je určen zejména těm seniorům, kteří

v průběhu své ekonomické aktivity počítače nepoužívali. Kurz je zaměřen prakticky a klade důraz na zvládnutí práce s počítačem do takové úrovně, která umožní absolventům dále své znalosti a dovednosti samostatně rozvíjet.(<http://www.senior.vscht.cz>)

Škola má ještě v nabídce další 3 kurzy (Chemie a živý organismus, Ochrana životního prostředí, Potraviny a výživa).

Vysoká škola polytechnická Jihlava – nabízí seniorům 12 kurzů. Každý kurz stojí 500,-- Kč.

Právní minimum pro seniory – srozumitelnou formou seznámí odborníci z praxe účastníky s Občanským, Obchodním a trestním právem.(http://www.vspj.cz/zajemci/prg_u3v.php?id=2&_druha_uroven=136&id_treti_uroven=61)

Dále škola poskytuje kurz Digitální fotografie a video pro seniory, Pracujeme s počítačem, Z historie našeho regionu, Za památkami UNESCO u nás i v Evropě s využitím GPS, atd.

Vysoké učení technické v Brně (dále VUT Brno) – U3V při VUT Brno je součástí systému celoživotního vzdělávání VUT Brno. Zahrnuje tříletý cyklus přednášek a seminářů, jehož obsahem jsou moderní technologie a jejich využití v praxi. Univerzita na svých stránkách neuvádí, kolik do programu přijímá účastníků, ani kolik tyto kurzy stojí.

Základní kurz U3V VUT je koncipován jako tříletý cyklus přednášek a seminářů, nabízených v tematických blocích. Přednášky a semináře probíhají v akademickém roce s frekvencí jedné přednášky nebo semináře týdně (tj. obvykle 26 přednášek ročně). První dva ročníky obsahují tematické bloky z klíčových oborů fakult VUT. Třetí ročník je specializovaný podle zaměření jednotlivých fakult a posluchači si obor vybírají z nabídky podle svého zájmu.(<http://li.vutbr.cz/charakter-studia>)

Kurzy použití PC – jedná o výuku použití osobních počítačů. Vyučuje se v internetových studovných formou praktických cvičení. Kurz začíná od základního seznámení s počítačem (seznámení s operačním systémem MS Windows) až po tvorbu prezentací v MS Power Pointu. Kurz má 10 úrovní.(<http://www.lli.vutbr.cz/charakterstudia>)

Západočeská univerzita v Plzni – nabízí 9 programů, které probíhají 6 semestrů.

Zájemci se mohou přihlásit do programu Architektura, Archeologie, Biologie, Kresba a malba, Přírodní vědy aktivně, Biomedicína, Dějiny užitého umění, Literatura a film, Sociologie.(Univerzita na svých webových stránkách neuvádí obsah kurzů).

Veterinární a farmaceutická univerzita Brno (dále VFU Brno) – nabízí 4 kurzy, které probíhají 6 semestrů.

Zdraví a léky – v úvodu se posluchači seznámí se strukturou, historií a studiem Farmaceutické fakulty VFU Brno. Dozví se jaká je aktuální situace a současné trendy v lékárenství. Budou jim objasněny pojmy a definice ve farmacii a jaké faktory ovlivňují nemoc. Seznámí se s programy Světové zdravotnické organizace. Budou jim představeny výhody a omezení nových lékových forem. Dostanou informace o léčbě duševních poruch ve stáří. Součástí programu jsou i exkurze, např. do botanické zahrady.(www.vfu.cz/univ_prac/icvi/u3v/zdravi-a-leky.html)

Tato univerzita nabízí ještě kurz Člověk a zvíře, Farmacie a medicína, Člověk a zdravé potraviny.

6. 3. 2. Asociace univerzit třetího věku

Univerzity si uvědomují, že vzdělávat seniory je prestižní záležitost i v České republice. Z tohoto důvodu několik dobrovolníků, kteří se na svých univerzitách zabývali vzděláváním seniorů a sledovali tuto oblast na zahraničních univerzitách, založili v roce 1993 Asociaci univerzit třetího věku (dále AU3V). Jedná o občanské

sdružení institucí, které organizují vzdělávací kurzy na úrovni vysokoškolského vzdělávání, které jsou určeny pro občany České republiky v důchodovém věku.

AU3V má na starost tři hlavní úkoly:

1. má zabezpečit vzájemnou informovanost svých členů
2. zajišťovat mezinárodní kontakty AU3V s vedoucími evropskými organizacemi - AIUTA (Internation Association of the Universities of the Third Age – Mezinárodní sdružení asociací U3V), EFOS (European Federation of Older Students – Evropská federace studujících seniorů na univerzitách)
3. usilovat o ustavení dlouhodobě udržitelného systému financování seniorského vzdělávání. (<http://au3v.vutbr.cz>)

Do roku 2004 Ministerstvo školství (dále MŠMT) mládeže a tělovýchovy nemělo k dispozici pro tuto oblast vzdělávání žádné dotační prostředky, proto univerzity museli shánět finance z jiných zdrojů. Od roku 2004 MŠMT vyčlenila dotaci na vzdělávání seniorů ve výši 15 miliónů korun a z těchto peněz čerpá 20 univerzit. O tuto dotaci se zasloužila Asociace univerzit třetího věku, která vypracovala projekt na vybudování internetových učeben. Zásadní bylo, že se našel vhodný způsob, jak peníze určené pro seniory účelně využít. Jednalo se o to, že počítače ve studovnách mohli využívat i běžní studenti v čase, kdy tam neměli výuku senioři, kteří na využívání učeben měli přednostní právo. V roce 2007 Valné shromáždění AU3V dospělo k závěru, že vzdělávání seniorů za poslední roky v České republice dospělo ke značnému pokroku, což lze považovat za přirozenou reakci na zvyšující se podíl seniorů v populaci. Současně je to důkazem rostoucího vlivu vysokých škol na společenské dění. Je přirozené, že zvýšený objem nabízených vzdělávacích aktivit přináší řadu problémů legislativního, organizačního i akademického charakteru. Proto je potřeba zahájit dialog s kompetentními pracovníky MŠMT o potřebných změnách v legislativě a vnitřních předpisech jednotlivých vysokých škol.“ (Bočarová, 2006)

Obecně tedy můžeme říci, že AU3V je neziskové sdružení zájemců o vzdělávání seniorů na univerzitní úrovni. AU3V má v současné době 31 aktivních členů. Na Valném shromáždění AU3V dne 20. 2. 2007 bylo zvoleno předsednictvo, které vede činnost AU3V. Sekretariát AU3V bychom našli na Vysokém učení technickém

v Brně, ul. Antonínská 1. AU3V spolupracuje s mezinárodními organizacemi AUITA a EFOS.

AUITA - Internation Association of the Universities of the Third Age (Mezinárodní sdružení asociací univerzit třetího věku) – sdružení působí od roku 1977 v Toulouse ve Francii. Sdružuje a koordinuje zájmy všech univerzit třetího věku.

Hlavní cíle AUITA:

- 1 podporovat zakládání a další růst U3V po celém světě,
- 2 navazovat a udržovat kulturní a vědecké kontakty mezi členy,
- 3 podporovat navazování styků v oblasti regionálních zájmů,
- 4 koordinovat činnost mezi členy, zejména vzdělávání, studium a výzkum,
- 5 poskytovat členům informační služby,
- 6 spolupracovat s organizacemi, jejichž činnost se týká vyššího vzdělávání a životních podmínek starší generace. (Mühlpachr, 2004, s. 140)

EFOS - European Federation of Olders Students at the Universities (Evropská federace studujících seniorů na univerzitách) – jedná se o mezinárodní sdružení, které sídlí v Bruselu a jednatelství má ve Vídni. Klíčovým úkolem je vytvořit základnu pro výměnu zkušeností s organizováním aktivit v oblasti vzdělávání seniorů jako součásti celoživotního vzdělávání.

Hlavní cíle EFOSu:

Podporovat studium seniorů a umožnit jim dále se vzdělávat na univerzitách a institucích vyššího vzdělávání a dát jim možnost také studovat společně s běžnými studenty univerzit.

Zajistit přístup k institucionálnímu vzdělávání všem zájemcům, pro které lze organizovat úvodní kurzy, zaměřené případně k přípravě na přijímací zkoušky.

Zastupovat politicko – vzdělávací zájmy seniorů na veřejnosti.

Zlepšovat kvalitu života a zvyšovat sebevědomí a společenskou pozici seniorů účastí na specifických gerontologických diskuzích v evropské společnosti.

Žádat autonomní regionální organizace, aby výše uvedené požadavky prosazovaly, protože získané poznatky a schopnosti seniorů jsou pro společnost prospěšné.(
www.lli.vutbr.cz/-aktuality-1174637094)

III. Praktická část

Průzkum U3V v celé ČR z hlediska informování seniorů o programech U3V

7. Cíl průzkumu a formulace hypotéz

Cílem průzkumu je zjistit:

- zda U3V informují seniory o svých programech a jakým způsobem;
- kapacitu a počet studentů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku.

Výzkumné otázky:

Informují univerzity třetího věku seniory o svých programech?

Jaké informační zdroje jednotlivé univerzity třetího věku využívají k prezentaci svých programů?

Jaké jsou kladné a záporné stránky v prezentování jednotlivými informačními zdroji?

Jaká je kapacita a počet studentů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku?

8. Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek byl sestaven z koordinátorů programů U3V. Osloveny byly všechny univerzity (tj. 31 univerzit). Odpověď přišla od 11 z nich, proto je vzorek sestaven z 11 osob. Pracovní pozice tohoto vzorku osob je koordinátor programů U3V, i když je ve většině případů jinak nazvaná (např. garant U3V, vedoucí U3V, ředitelka U3V).

9. Výzkumné metody

K průzkumu byla využita kvantitativní metodologie. Byla použita metoda dotazník. Byly položeny 3 volné otázky s možností volné odpovědi (viz příloha). Průzkum je mapujícího charakteru.

Dotazovala jsem se pomocí e-mailu jednotlivých koordinátorů U3V, zda informují seniory o svých programech a jakým způsobem informace těmto lidem předávají a proč informují seniory zrovna tímto způsobem.

Rozesláno bylo 31 e-mailů. Odpověď přišla od 11 lidí z tohoto počtu. Dále jsem se snažila vyhledat na jednotlivých webových stránkách informace o počtu studentů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku a zjistit tak, jaká je obsazenost těchto oborů.

10. Výsledky

Tabulka č. 4: Způsoby prezentace

Univerzity třetího věku	webové stránky	inzeráty v tisku	plakáty	televize a rozhlas	letáky	portál e-senior.cz
Slezská univerzita	x	x	x	x	x	x
Vysoká škola báňská	x	-	-	-	-	x
Univerzita Karlova - Katolická teologická fakulta	x	-	-	-	-	x
Univerzita Karlova - fakulta humanitních studií	x	-	-	-	-	x
České vysoké učení technické	x	-	-	-	-	x
Vysoká škola ekonomická Praha	x	-	-	-	-	x
Univerzita Palackého Olomouc	x	x	-	x	-	x
Česká zemědělská univerzita	x	-	-	-	x	x
Karlova univerzita - Fakulta tělesné výchovy a sportu	x	-	-	-	-	x
Karlova univerzita - Filozofická fakulta	x	-	-	-	-	x
Karlova univerzita - Fakulta sociálních věd	x	-	-	x	-	x

Z odpovědí jednotlivých koordinátorů univerzit třetího věku vyplývá, že informují seniory těmito způsoby:

WEBOVÉ STRÁNKY

Senioři zde mohou získat veškeré informace. Jsou zde různé aktuality, akce a exkurze, kterých se mohou zúčastnit. (Slezská univerzita Opava)

Tento způsob komunikace mají určeny všechny U3V při Karlově univerzitě. Informace na webu jsou kdykoliv dostupné a fakultu to méně zatěžuje. (Fakulta tělesné výchovy a sportu při Karlově univerzitě)

Je to pro nás dostupné médium. (Vysoká škola báňská Ostrava)

Prezentace na webové stránce se ukázala jako výhodná, protože mnoho z našich uchazečů aktivně pracovalo s počítačem a ostatní byli motivováni k tomu, aby se to naučili. Snažili jsme se připravit internetovou prezentaci tak, aby maximálně vyhovovala cílové skupině, pro kterou byla vytvořena. (Katolicko-teologická fakulta při Karlově univerzitě)

Je to médium, díky kterému můžeme snadno předávat aktuální informace. (České vysoké učení technické)

Vzhledem k prostředkům, které má U3V k dispozici, je to dostupný zdroj k předávání informací. (Vysoká škola ekonomická Praha)

Uchazeči zde mohou získat mnoho aktuálních informací. (Univerzita Palackého Olomouc).

Snadné předávání informací. (Česká zemědělská univerzita)

Je to dostupné médium a můžeme zde aktualizovat informace velmi snadno. (Univerzita Karlova Fakulta humanitních studií)

Takto mají předepsáno informovat všechny fakulty Karlovy univerzity. (Karlova univerzita Filozofická fakulta)

Informujeme tímto způsobem proto, že jsou webové stránky pro naši fakultu finančně dostupné. (Karlova univerzita Fakulta sociálních věd)

INZERÁTY V DENNÍM TISKU, V REGIONÁLNÍCH DENÍČÍCH

Slezská univerzita Opava umísťuje veškerou nabídku programů do měsíčníku Hláska, který je distribuován do všech domácností v Opavě. Také přispívá do novin Slezské univerzity a do časopisů pro seniory. Informují tak proto, že noviny a časopisy čte spousta seniorů.

Umístujeme inzeráty do regionálních plátků. (Univerzita Palackého Olomouc)

PLAKÁTY

Plakáty jsou rozmístěny na plakátovacích plochách ve městě, které se nacházejí např. u zastávek MHD. Široká veřejnost má tak možnost seznámit se s nabídkou programů U3V. (Slezská univerzita Opava)

TELEVIZNÍ A ROZHLASOVÉ SPOTY

Televizní spoty byly vysílány v celostátní televizi v regionálním vysílání. Upoutávky dávají i do rádií v Moravskoslezském kraji. Důvodem je to, že mnoho seniorů sleduje televizi a poslouchá rádio. (Slezská univerzita Opava)

Dáváme upoutávky na naše programy do regionálního zpravodajství. Touto cestou lze zaujmout mnoho seniorů. (Univerzita Palackého Olomouc)

Tímto způsobem informujeme po vypsání kurzů na příští rok. Myslíme si, že je to vhodné, protože mnoho seniorů sleduje televizi. (Karlova univerzita - Fakulta sociálních věd)

INFORMAČNÍ LETÁKY

Rozdáváme seniorům při ukončení školního roku, kteří již u nás studují, aby věděli, na jaké další kurzy se mohou v příštím roce přihlásit. (Slezská univerzita Opava)

Jsou rozdávány do domácností ve městě jednou ročně, kde jsou stručné informace ke kurzům v příštím roce. (Česká zemědělská univerzita)

SPECIALIZOVANÝ PORTÁL /www.e-senior.cz/

Tento portál vytvořili pracovníci naší univerzity za účelem snadnějšího přístupu seniorů k informacím nejen o programech, které jednotlivé univerzity třetího věku

nabízejí, ale najdou zde i seznam akcí, kterých se mohou zúčastnit (např. různých výletů, výstav, apod.). (Česká zemědělská univerzita)

Z uvedeného vyplývá, že nejvíce informačních zdrojů využívá Slezská univerzita v Opavě. Ostatní univerzity třetího věku využívají ve většině případů webové stránky a portál www.e-senior.cz. Ostatní zdroje jen v krajním případě.

KLADNÉ STRÁNKY MÉDIÍ

Webové stránky

Informace kdykoliv a rychle k dispozici.

Možnost rychle a poměrně jednoduše aktualizovat informace.

Inzeráty v denním tisku, v regionálních denících

Mnoho seniorů čte noviny.

K informacím získaným tímto způsobem se lze kdykoliv znovu vrátit.

Plakáty

Pokud jsou vylepené na zastávkách městské hromadné dopravy a v hromadných dopravních prostředcích, upoutají pozornost mnoha lidí.

Televizní a rozhlasové spoty

Upoutají mnoho lidí, protože hodně lidí sleduje televizi a poslouchá rozhlas.

Informační letáky

Předávání prvotních informací.

Portál www.e-senior.cz

Informace o všech univerzitách třetího věku na jednom místě.

Jednoduchost a přehlednost informací.

Vhodné i pro seniory, kteří mají s počítačem jen základní zkušenosti.

ZÁPORNÉ STRÁNKY MÉDIÍ

Webové stránky

Malé procento seniorů vlastní počítač a umí s ním zacházet.

Inzeráty v denním tisku, v regionálních denících

Jsou nákladné.

Informace musí být výstižné a přitom dobře srozumitelné, aby zaujaly.

Plakáty

Osloví občany pouze v konkrétním městě.

Televizní a rozhlasové spoty

Jsou nákladné.

K informacím předávaným tímto způsobem se později nelze vrátit.

Informační letáky

Umístit se dají pouze velmi stručné informace.

Portál www.e-senior.cz

Větší část seniorů k internetu nemá přístup a neumí zacházet s počítačem.

11. Diskuze

Z jednotlivých odpovědí vyplývá, že všechny univerzity informují seniory pomocí svých webových stránek a portálu www.e-senior.cz. Kromě webových stránek a portálu www.e-senior.cz využívá Univerzita Palackého Olomouc k informování seniorů ještě inzeráty v tisku a televizní a rozhlasové spoty. Česká zemědělská univerzita informuje pomocí webových stránek a letáků. Karlova univerzita Fakulta sociálních věd se prezentuje pomocí webových stránek a televizních a rozhlasových spotů. Dle mého názoru však nejlepší způsob prezentace zvolila Slezská univerzita v Opavě, která využívá k informování webové stránky, inzeráty v tisku, plakáty, televizní a rozhlasové spoty a letáky. Ostatní univerzity třetího věku (tj. Vysoká škola báňská, Univerzita Karlova - Katolická teologická fakulta, Univerzita Karlova - Fakulta humanitních studií, České vysoké učení technické, Vysoká škola ekonomická Praha, Karlova univerzita - Fakulta tělesné výchovy a sportu, Karlova univerzita - Filozofická fakulta) využívají k informování seniorů pouze webové stránky a portál www.e-senior.cz, což nepovažují za dostačující, protože málo seniorů s tímto druhem média umí pracovat.

Nyní se pokusím rozebrat kladné a záporné stránky jednotlivých médií.

Za kladnou stránku prezentace pomocí webových stránek považuji to, že informace jsou kdykoliv a rychle k dispozici a univerzity zde mohou vkládat nové informace prakticky okamžitě. Tento způsob prezentace by byl v pořádku za předpokladu, kdyby se jednalo o cílovou skupinu mladí lidé. U cílové skupiny senioři je ovšem situace jiná, protože málo seniorů počítač vlastní a umí s ním zacházet. Proto nepovažuji tento způsob za nejvhodnější. Zarážející je, že tento způsob prezentace využívá většina univerzit jako jediný.

Informace v tisku o programech U3V je vhodná, protože mnoho seniorů čte noviny a různé časopisy. K informacím v této podobě se mohou znovu vrátit. Nevýhodou je, že je na trhu mnoho deníků, takže pokud bychom chtěli oslovit co nejvíce lidí, museli bychom dát inzerát do více novin, což je nákladné. Předávané informace tímto způsobem musí být výstižné a dobře srozumitelné, aby zaujaly.

Plakáty, které jsou rozmísťované na plakátovacích plochách v konkrétním městě především pak na zastávkách městské hromadné dopravy a v dopravních prostředcích zaujmou jistě mnoho starších občanů města. Nevýhodou je, že nepatří mezi nejlevnější způsob a informace se dovědí lidé pouze v konkrétním městě.

Televizní a rozhlasové spoty jsou vhodným způsobem prezentace, protože mnoho seniorů většinu dne tráví před obrazovkou televize. Proto je pravděpodobné, že tímto způsobem oslovíme velký počet lidí. Nevýhodou je, že se k informacím předávaným pomocí televize nebo rozhlasu později nelze vrátit.

Nevýhodou informačních letáků je, že se sem dají umístit jen velmi stručné informace. Většinou jsou v heslovité podobě. Slouží k předávání prvotních informací.

Portál www.e-senior.cz – jeho výhodou je, že jsou zde informace o všech univerzitách třetího věku na jednom místě a jsou jednoduše a přehledně uspořádané. Usnadňuje to i práci seniorům, kteří s vyhledáváním informací na Internetu nemají mnoho zkušeností. Nevýhodou je, že většina seniorů k internetu nemá přístup a s počítačem neumí zacházet.

Univerzitám třetího věku bych doporučila, aby využívali k prezentaci několik informačních zdrojů zároveň. Prezentace jen pomocí webových stránek není dostatečná. Bylo by vhodné zadávat inzeráty i psát články do regionálních novin, vylepovat plakáty na všechny zastávky městské hromadné dopravy ve městě, prezentovat se i v rozhlase a v televizi nejen pomocí spotů, ale i rozhovorů např. v pořadech pro seniory, případně ve zprávách. Dále bych doporučila vytvořit informační brožuru, kde by byl seznam veškerých programů, které nabízejí všechny univerzity, aby měli senioři k dispozici kompletní informace na jednom místě.

Oficiální komunikace probíhala přes e-mail, proto může být výsledek poněkud zkreslený. Při sběru informací se mi podařilo získat i neoficiální vyjádření několika koordinátorů univerzit třetího věku. Podle nichž univerzity třetího věku nejsou nuceny seniory příliš informovat, protože jejich programy jsou i tak kapacitně přeplněny. Bylo by vhodné navýšit kapacitu jednotlivých programů univerzit třetího věku.

Nejvíce jsou tedy senioři informováni od svých přátel, kteří již univerzitu třetího věku navštěvují, což ale není zrovna nejlepší způsob propagace, protože v takovém případě bude účastníky univerzit třetího věku pouze určitý okruh lidí.

Počet seniorů na jednotlivých oborech škol se nepodařilo zjistit, protože podle Zákona o vysokých školách č.111/98 Sb. nejsou senioři vedeni jako studenti, ale jako posluchači univerzity a z tohoto důvodu nejsou zapsáni v matrice studentů.

Průzkumy na podobné téma se nepodařilo zjistit.

Při dalším směřování průzkumu by bylo vhodné zjistit, jaký mají senioři zájem o U3V a jak se účastníci o U3V dozvěděli. V praxi by měl průzkum posloužit pracovníkům U3V, když se budou zamýšlet nad otázkou, jak lépe propagovat programy pro seniory.

12. Závěr průzkumu

Cílem průzkumu bylo zjistit, zda univerzity třetího věku informují seniory o svých programech a jaké informační zdroje k tomu využívají. Bylo zjištěno, že univerzity třetího věku o svých programech informují. Ve většině případů využívají pouze webové stránky a portál www.e-senior.cz. Většina univerzit uvedla, že je to proto, že jsou webové stránky dostupné médium. Nejvíce informuje seniory Slezská univerzita v Opavě, která využívá k informování inzeráty v tisku, televizní a rozhlasové spoty, vylepuje plakáty, letáky, aktualizuje webové stránky a má základní informace umístěné na portálu www.e-senior.cz.

Dalším cílem bylo zjistit kapacitu a počet studentů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku. Tento cíl práce se nepodařil splnit, protože senioři studující na univerzitách třetího věku nejsou podle zákona 111/98 Sb. vedeni jako běžní studenti, ale pouze jako posluchači, tudíž nejsou evidováni v matrice studentů.

Zájem o programy univerzit třetího věku převyšuje dostupné kapacity, proto většina univerzit nemusí využívat mnoho způsobů prezentace. Díky tomuto faktu mohou být získané výsledky mírně zkresleny.

Závěr

Práce se zabývá vzděláváním seniorů, které je v poslední době velmi oblíbené a v souvislosti se stárnutím populace velmi důležité, protože přispívá k udržení psychické i fyzické kondice stárnoucího člověka.

Jako cíl práce jsem si zvolila zjistit, zda univerzity třetího věku informují seniory o svých programech, jaké informační zdroje k tomuto využívají a určit kapacitu a počet seniorů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku.

Bylo zjištěno, že univerzity třetího věku seniory informují o svých programech prostřednictvím svých webových stránek, portálu www.e-senior.cz, inzerátů v denním tisku a regionálních denících, vylepováním plakátů, televizními a rozhlasovými spoty, informačními letáky.

Počet seniorů na jednotlivých oborech univerzit třetího věku se zjistit nepodařilo, protože senioři nejsou podle zákona 111/98 Sb. považováni za studenty, ale za posluchače univerzity, proto nejsou evidováni v matrice studentů.

Práce by mě sloužit seniorům při volbě studijního programu, empirická část práce doporučuje pracovníkům U3V vhodné formy propagace programů U3V.

Resumé

V kapitole vymezení pojmu stáří rozdělují stáří na biologické, psychologické a sociální. Kapitola proces stárnutí popisuje průběh tohoto procesu a změny spojené s tímto procesem, které dělím na biologické, psychologické a změny v oblasti socializace. Další kapitola je věnována demografickým údajům o stárnutí. Popisuje současnou demografickou situaci ve světě, v České republice i z pohledu krajů. Čtvrtá kapitola je zaměřena na seniory v procesu vzdělávání. Popisuje jaké mají nároky tito lidé v souvislosti se vzděláváním a naznačuje, jak by bylo vhodné tuto věkovou skupinu o vzdělávacích programech informovat, aby bylo informováno co nejvíce lidí. Další kapitola se věnuje systému vzdělávání seniorů a nejznámějším formám vzdělávání (akademie třetího věku, kluby aktivního stáří, univerzity třetího věku, lidové univerzity). Kapitola univerzity třetího věku tuto formou vzdělávání seniorů podrobněji popisuje. Zabývá se vývojem univerzit třetího věku v zahraničí i v České republice, stanovuje společné znaky U3V, sestavuje aktuální přehled programů, jaké jednotlivé univerzity v ČR nabízejí. Popisuje asociaci univerzit třetího věku. Praktická část práce je věnována výzkumu U3V v celé ČR z hlediska informování seniorů o programech U3V. Zkoumá, zda U3V informují seniory o svých programech a jakým způsobem informace těmto lidem předávají. Vyhledává informace o počtu studentů na jednotlivých oborech U3V a zjišťuje tak, jaká je obsazenost těchto oborů.

Seznam použité literatury

1. KOHOUTEK, R. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Brno: IMS, 2003. ISBN (neuveдено)
2. MACHALOVÁ, M. *Psychológia vo vzdelávaní dospelých*, 2. vyd. Bratislava: Gerlach Print, 2006. ISBN 80-89142-07-9
3. MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: MU Brno, 2004. ISBN 80-210-3345-2
4. PALÁN Z. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2002
5. ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6
6. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II*, 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5
7. JANDA, V. (2010) *Česko 2065:nejkratší život budou mít na severu*. Deník Rovnost, (16), 2, 11.

Internetové zdroje:

8. BOČAROVÁ, Z. Senioři v lavicích. [online] c2006 [cit. 2010-02-12] Dostupné z WWW: http://kariera.ihned.cz/c4-10137100-182637-q00000_detail-seniori-v-lavicich
9. SHROMÁŽDILOVÁ, L. Evropská federace studujících seniorů na univerzitách. [online] c2000 [cit. 2010-03-01] Dostupné z WWW: <http://www.lli.vutbr.cz/aktuality-1174637094>
10. SHROMÁŽDILOVÁ, L. Internetový zpravodaj AU3V ČR. [online] c2007 [cit. 2010-01-05] dostupný z WWW: <http://au3v.vutbr.cz>
11. Obor 3 – Zdraví a léky. [online] c2006 [cit. 2010-02-11] dostupný z WWW: www.vfu.cz/univ_prac/icvi/u3v/zdravi-a-leky.html
12. Studium se zahájením v roce 2009/2010. [online] c2009 [cit. 2010-02-14] dostupný z WWW: http://www.vspj.cz/zajemci/prg_u3v.php?id=2&_druha_uroven=136&id_treti_uroven=61
13. KMÍNEK, M. Život s počítačem. [online] c2008 [cit. 2010-02-05] dostupný z WWW: <http://www.senior.vscht.cz>

14. ČÍŽEK, L. Studijní cyklus: Člověk a technika v 21. století. [online] c2009 [cit. 2010-02-10] Dostupný z WWW: <http://www.fmmi.vsb.cz/oblasti/studium-a-vyuka/celozivotni-vzdelavani/u3v-informace>
15. HŘEBÍČKOVÁ. Nabídka kurzů pro akademický rok 2009/2010. [online] c2009 [cit. 2010-02-18] Dostupný z WWW: http://web.utb.cz/?id=0-_3_13_0&iid=0&lang=cs&type=0
16. ČERNÁ, Z. Univerzita třetího věku. [online] c2009 [cit. 2010-02-21] Dostupný z WWW: <http://www.upce.cz/studium/czv/u3v.html>
17. Informace o studiu. [online] c2009 [cit. 2010-02-22] Dostupný z WWW: <http://www.u3v.upol.cz/informace-o-studiu.html>
18. Podrobné informace o kurzech. [online] c2009 [cit. 2010-02-15] Dostupný z WWW: http://www.ujep.cz/cz/podle-uzivatele/pro-verejnost/univerzita-tretiho-veku/nabizené-kurzy/c796_podrobne-informace-o-kurzech.html
19. Přehled kurzů pořádaných ve školním roce 2009/2010. [online] c2009 [cit. 2010-01-15] Dostupný z WWW: <http://www.everest.natur.cuni.cz/u3v/index.php>
20. Kurzy v akademickém roce 2009/2010. [online] c2009 [cit. 2010-03-17] Dostupný z WWW: <http://tarantula.ruk.cuni.cz/UTV-6.html>
21. Sylaby vícesemestrových kurzů U3V . [online] c2009 [cit. 2010-02-05] Dostupný z WWW: <http://www.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=34>
22. KALIVODOVÁ, D. Dvouletý přednáškový cyklus se zahájením 2009/2010. [online] c2009 [cit. 2010-02-11] Dostupný z WWW: <http://u3v.slu.cz/univerzita-tretiho-veku>
23. Obsah studia. [online] c2009 [cit. 2010-01-15] Dostupný z WWW: <http://www.icv.mendelu.cz/cz/studium/u3v>
24. Kurzy univerzity třetího věku. [online] c2009 [cit. 2010-02-09] Dostupný z WWW: <http://muni.cz/u3v>
25. Aktuální přednáškové cykly zahajované v akademickém roce 2008/2010 [online] c2007 [cit. 2010-01-30] Dostupný z WWW: <http://u3v.czu.cz/?r=3118>
26. Univerzita třetího věku. [online] c2010 [cit. 2010-03-09] Dostupný z WWW: <http://cvut.cz/zajemci-o-studium/czv/u3v>
27. ŠEMBEROVÁ, J. Univerzita třetího věku jako součást celoživotního učení. [online] c2010 [cit. 2010-02-21] Dostupný z WWW: <http://au3v.vutbr.cz/zpravy.php>

28. WECK, D. Co je bosu. [online] [cit. 2010-03-25]
<http://www.bosufitness.cz/cz/o-bosu/>

Anotace

Práce se zabývá vzděláváním seniorů. Teoretické část práce popisuje pojem stáří, proces stárnutí, demografickou situaci a stárnutím populace. Věnuje se seniorům v procesu vzdělávání. Podrobněji se zabývá univerzitami třetího věku od dob, kdy začali vznikat až po současnou situaci včetně programů, které jednotlivé programy nabízí. Praktická část práce zkoumá kvantitativní metodou, zda univerzity třetího věku informují seniory o svých programech a jaké informační zdroje k tomu používají.

Klíčová slova

biologické stáří, sociální stáří, kalendářní stáří, proces stárnutí, demografické údaje o stárnutí, senioři v procesu vzdělávání, systém vzdělávání seniorů, univerzita třetího věku, asociace univerzit třetího věku.

Annotation

The essay deals with the education of the seniors. Its theoretic part defines a concept of an old age, the process of getting older, demographic situation as well as population getting older. It deals with the seniors in the educational process. There is a deep insight into the third-age universities from the time they were founded to current situation – including the programs offered by individual universities. The practical part uses a quantitative method to investigate whether the third-age universities inform the seniors about their programs and what sources of information they use for it.

Keywords

biological old age, social old age, calendar old age, process of getting older, demographic data about getting older, seniors in the educational process, seniors educational process, third-age university, association of the third-age universities.

Dotazník

1. Informujete seniory o svých programech?
2. Jaké informační zdroje využíváte?
3. Proč využíváte zrovna tyto informační zdroje?