

Využití herních metod Duccia Demetria v edukaci seniorů

Tamara Kalaitzidisová

Bakalářská práce
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2013/2014

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Tamara Kalaitzidisová**
Osobní číslo: **H11090**
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Andragogika v profilaci na řízení lidských zdrojů
v neziskové sféře**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Využití herních metod Duccia Demetria v edukaci
seniorů**

Zásady pro vypracování:

Studium odborné literatury.

Vymezení teoretických východisek z oblasti vzdělávání seniorů, herních metod a andragogiky.

Příprava metodiky výzkumné části.

Použití kvantitativní metody formou dotazníku.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Vyvození závěrů na základě výsledků, shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

BALVÍN, Jaroslav. Pedagogika, andragogika a multikulturalita. Praha: Hnutí R, 2012. ISBN 978-80-86798-07-3.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-8-247-1369-4.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3604-4.

ONDRÁKOVÁ, Jana. Vzdělávání seniorů a jeho specifika. Červený Kostelec: Nakladatelství Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-904153-2-4.

DUCCIO, Demetrio. Zabawa na tle zycia. Kraków: Drukarnia, 1999. ISBN 83-88030-27-2.

SHERRON, Ronald H. a Barry D. LUMSDEN. Introduction to educational gerontology. NJ: Hemisphere Publishing Corporation, 1990. ISBN 1-56032-039-7.

Vedoucí bakalářské práce:

doc. PhDr. Mgr. Jaroslav Balvín, CSc.

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

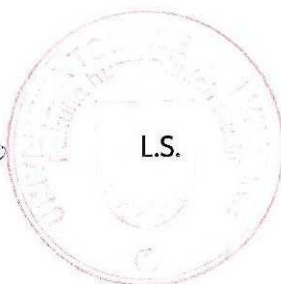
22. ledna 2014

Termín odevzdání bakalářské práce:

2. května 2014

Ve Zlíně dne 22. ledna 2014


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




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE


Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 14.2.2019


.....

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ABSTRAKT

Téma naší bakalářské práce jsme si zvolili edukaci seniorů, která je, nebo by měla být součástí jejich života. Stáří je další etapa žití, ve které je mnoho možností se dále rozvíjet. Do vzdělávání patří také poznání a pochopení sebe sama. Je důležité zrekapitulovat životní etapy a vědět, že vše v životě má svůj význam. Různé životní příběhy ukazují různorodý vývoj osobnosti a přístup k životu. K tomuto poznání mohou pomoci určité herní metody, které jsou popsány v praktické části práce. Námi byly vybrány dvě hry. Na jejich provedení si ukážeme jednu z možností, jak využít těchto her k rekapitulaci života. Výsledná práce nám bude obrazem k posouzení, zda hry splnily očekávání účastníků, či ne.

Klíčová slova: stáří, senioři, edukace, hra, vzpomínka, zkušenosti, radost

ABSTRACT

The theme of our Bachelors thesis we chose is The education of senior Citizen, which is, or should be the part of their life. The old age is another stage of life, in which there are a lot of possibilities for further development. The educational training also includes the self-aware cognition and understanding. It is important to recapitulate the stages of life and to know that everything in life has its meaning. Different life stories demonstrate the various development of the personality and approach to the life. The particular platiny methods, which are described in the practical part of the thesis, might help this recognition. Two playing games were selected by us. In their accomplishment we show one of the options how to use these games to retrospect the life. The final work reflects whether the games met the expectations of the participants, or they did not.

Keywords: the old age, seniors, education, the game, the recollection, experience, enjoyment

Děkuji panu docentu PhDr. Mgr. Jaroslavu Balvínovi, CSc. za jeho odbornou a především lidskou podporu při vedení mé práce. Dále bych chtěla poděkovat rodině a přátelům, bez jejichž podpory by se mi nepodařilo dojít k tomuto cíli.

Motto:

„ Učte se stárnout, ne mládnout – je to mnohem perspektivnější.“

Pavel Kosorin

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

OBSAH

ÚVOD.....	9
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM.....	11
1.1 LITERATURA K TÉMATU	12
1.2 ZÁKLADNÍ VÝCHODISKA.....	13
1.3 POJMY	15
2 „VYUŽITÍ HERNÍCH METOD DUCCIA DEMETRIA V EDUKACI SENIORŮ“.....	17
2.1 STÁŘÍ A SENIOŘI	18
2.2 EDUKACE SENIORŮ	19
2.3 METODY VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	20
3 HERNÍ METODY A JEJICH VÝZNAM V EDUKACI SENIORŮ.....	23
3.1 HRA V ŽIVOTĚ ČLOVĚKA	23
3.2 HRA V ŽIVOTĚ SENIORA	24
3.3 HERNÍ METODY DUCCIA DEMETRIA	25
II PRAKTICKÁ ČÁST	27
4 VYUŽITÍ HERNÍ METODY DEMETRIA DUCCIA.....	28
4.1 EXPERIMENT POMOCÍ HER, CÍL VÝZKUMU.....	28
4.2 VÝZKUMNÝ SOUBOR ZÁMĚRNÝ, METODA A SBĚR DAT.....	29
4.3 ZPRACOVÁNÍ DAT.....	30
4.4 HRA KDYSI.....	31
4.5 HRA POHLED Z PTAČÍ PERSPEKTIVY	33
5 VYHODNOCENÍ DAT.....	35
5.1 ODPOVĚĎ NA VÝZKUMNÉ OTÁZKY	40
ZÁVĚR	42
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	43
SEZNAM OBRÁZKŮ – TOPOGRAFICKÉ ZNAČKY	45
SEZNAM TABULEK - Č.1. HRA KDYSI... ..	47
BIBLIOGRAFICKÝ SEZNAM	63

ÚVOD

Když nám bylo asi patnáct let, říkali jsme si, až jednou budeme staří, tak se vždy sejdeme na lavičce v parku u kina nebo na náměstí, nakrmíme holuby a budeme pozorovat dění kolem sebe. Dokonce jsme si vyhlédli lavičky a určili místo, kde kdo bude sedět. Živě jsme viděli, jak tam sedíme, opíráme se o hůlky a diskutujeme o tom, jak jsme si to mládí užili. Připadalo nám to příhodné domnívat se, že tak budeme za šedesát let vypadat. Měli jsme pocit, že potom už nic nebude. Budeme staří, nemocní, nebudeme mít už sílu na aktivní život. A zůstanou nám jenom ti holubi v parku. Přesně takový byl obraz seniorů pro nás patnáctileté děti. Po čtvrt století vidíme, jak se doba mění. Senioři jsou většinou velmi aktivní lidé se svými starostmi i radostmi, kteří mají stále co dělat. Některé zaměstnává jejich dům či zahrada, jiné vnoučata, velká rodina. Jiní hledají možnosti sportovního a společenského vyžití, nebo také dalšího vzdělávání. Staří lidé disponují velkým bohatstvím, které jsme jako puberťáci neviděli. Mají bohaté životní zkušenosti, z nich mohou čerpat a vybrat si tak, jak dál se svým životem naložit. Jestli se naučit něco nového, nebo prohloubit to, co už znají a umí. Život přece nekončí, když se člověk stane seniorem, ale naopak může začít jinou kapitolu. Dnešní senioři mají zájem na sobě pracovat, získávat nové informace, vzdělávat se, jelikož svět jde velmi rychle dopředu. Nové technologie, bez kterých se v běžném životě už skoro neobejdete, nutí člověka učit se novým věcem. I to je způsob vzdělávání. Moderní možnosti komunikace dokážou umožnit kontakt, ať jste kdekoliv na světě. Díky tomu všemu může být i samota, které se lidé ve stáří nejvíce obávají, snesitelnější. Nemusí se bát, že přijdou o kontakt s přáteli. Je však pravda, že pokud člověk nechce, nemá chuť, pak mu ani technika nepomůže. Důležité je, jakým způsobem dospějí k rozhodnutí, jak dál se svým životem naloží. Co budou dělat. Jakým koníčkům se chtějí věnovat. Někteří už mají jasnou představu. Jiným může samozřejmě někdo poradit, dát návod jak dál. Svým způsobem je v člověku pořád hravé dítě, i když dospělé, ale stále tam zůstává. Jde jenom o to, najít příležitost si hrát. Při setkání s přáteli si mohou zahrát hru, pobavit se u ní, zasmát se, nebo také díky ní přijít na to, kam směřovat dál ve svém životě.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM

Hlavní tématem naší práce je praktické vyzkoušení jedné z možností vzdělávání seniorů. Větší část naší společnosti vnímá seniory jako skupinu lidí, kteří jsou již za vrcholem svého aktivního života a života vůbec. Právě proto je považován seniorský věk za závěrečnou etapu životní cesty člověka. Což pro mnohé znamená, že ji člověk musí už jen nějak přežít. Je však i možnost, jak si seniorský věk užít. Existuje mnoho věcí, které se člověk za svůj dlouhý život naučil, poznal, nebo se s nimi letmo seznámil. A právě teď přichází čas, kdy je možnost získané vědomosti prohloubit, navázat na ně či začít s něčím úplně novým. Zkušenosti získané během života dodávají seniorům klid, rozvahu, nadhled a díky těmto vlastnostem jsou možnosti výběru uvážené a splňují touhu po poznání. A to je právě ta nejcennější věc, co člověk má. Ne vždy se jedná o zkušenosti dobré, ale všechny jsou pro člověka důležité. Špatné nám mohou připomenout chvíle, které jsme možná už chtěli zapomenout. Mohou nás však poučit. A ty dobré dokáží vždy vykouzlit úsměv na tváři a zalít naše srdce pocitem spokojenosti. A právě určité metody vzdělávání nám pomohou život zrekapitulovat, najít v něm vrcholy, ale i pády. Jedná se o hry, při nichž vlastně člověk nemá pocit, že se něco učí, jenom si hraje. A díky nim rekapituluje, možná i hodnotí svůj život. V této chvíli si může připomenout oblasti, kterým by se rád dál věnoval, co mu v životě šlo, co lze dál rozvíjet. Pokusíme se zjistit, zda pomocí herních metod budou zúčastnění senioři schopni svůj život zhodnotit a zda najdou další cíl, který by je mohl obohatit. Zrekapitulovat, zhodnotit dosavadní činnost či průběh určité etapy práce je vždy důležité. Neméně důležité je i to, že seniorský věk je tím nejlepším časem, kdy to udělat. Postupným zamyšlením nad stářím, osobou seniora a možnostech vzdělávání seniorů se dostaneme ke konkrétní metodě hry, kterou použijeme. Díky několika dobrovolníkům si vyzkoušíme praktickou proveditelnost hry, budeme sledovat zájem zúčastněných, jejich aktivní či neaktivní zapojení a závěrem je požádáme o hodnocení hry. Zda je bavila, jestli splnila jejich očekávání, pokud ano, která část to byla. Zástupcem, který se velmi intenzivně zabývá těmito metodami vzdělávání, je italský andragog Duccio Demetrio. Jeho herní metody jsou velmi rozsáhlé a nabízejí velkou řadu možností vzdělávání a poznání. On sám ve svých dílech zdůrazňuje, že život je jedna velká hra, kdy hráč někdy vítězí, ale občas musí snést i hořkou porážku. Se stářím člověk hledá vnitřní klid a uspokojení se svým životem. A tady se pokusíme ukázat pár možností, jak tento vnitřní klid najít.

1.1 Literatura k tématu

Získané informace a podklady jsou výsledkem studia literatury, která se váže k našemu tématu. Jako první byla kniha *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie* (Křivohlavý, 2011), kterou napsal profesor Jaro Křivohlavý. Určitě ne náhodou má publikace v názvu z pohledu POZITIVNÍ psychologie. Je napsaná srozumitelným jazykem, jemuž porozumí každý čtenář, ať už odborník či laik. Čtení je to velmi poutavé, prokládané příklady ze života, na kterých je výstižně ukázáno, že třetí fáze života může být fází krásnou a zajímavou. Profesor Křivohlavý je zářným příkladem celoživotního vzdělávání, uvědomění si moudrosti, se kterou se člověk nenarodí, ale získává ji věkem a zkušenostmi. Nezapomíná však připomenout důležitost předávání tohoto dědictví z generace na generaci. Další stěžejními knihami této práce jsou *Pedagogika, andragogika a multikulturalita* (Balvín, 2012) od docenta Jaroslava Balvína, který v části hledání smyslu života využívá herních metod Duccia Demetria. Téma multikulturalita a vzdělávání je v dnešní době důležité, poznání a porozumění odlišné kultuře je prvním krokem k tomu tuto kulturu pochopit a respektovat. Právě díky použití herních metod má čtenář možnost na příkladu vyprávěných postřehů pochopit myšlení, zážitky a zkušenosti těch, kteří vzpomínají a vzpomínky vyprávějí. Kniha *Hra na pozadí života* (Demetrio, 1999) od Duccia Demetria je praktickým příkladem využití biografie, tedy vzpomínek ve výchově. Díky vzpomínkám dochází k mnohým zjištěním souvisejícím s naším životem, která zůstávají opomenuta, ale mohou mít vliv na náš další život. Pomohou nám najít směr životní cesty. Akademik Vladimír Pacovský se ve své publikaci *O stárnutí a stáří* (Pacovský, 1990) věnuje pohledu na stáří spíše z lékařského hlediska, problematice možností péče o stárnoucího člověka. Vysvětluje možná úskalí péče o seniory, zároveň vysvětluje, jak tyto situace řešit, nebo jim předejít. Kniha byla vydána v roce 1988, tedy v době, kdy se péče o staré lidi dostávala do popředí zájmu společnosti. Byla označována jako názorná pomůcka ke zkvalitnění péče o stárnoucí populaci. *Sociologie stáří a seniorů* (Sak, 2012) od docenta Saka je naopak monografií věnující se a shrnující výsledky výzkumů vztahu mezi generacemi a vnímání seniorů společností. Jsou zde kromě výzkumných poznatků publikovány rozhovory s významnými lidmi, kteří i ve svém pokročilém věku dokáží možnost soužití a obohacující práce různých generací společně. Teoretické pojmy a východiska, jejich vysvětlení a souvislosti najdeme ve studijním materiálu *Základy andragogiky* (Palán, 2003) od profesora Palána. Vysvětlení základních pojmů a souvislostí

edukace seniorů pomáhá objasnit spojení mezi vzděláváním, hrou a seniory. Hra, její vývoj a význam v životě člověka je rozebrán v díle Eugena Finka *Oáza štěstí* (Fink, 1992). Autor se v něm zamýšlí nad ontologií hry a popisuje chod svých myšlenek na toto téma. V jeho dalším díle *Hra jako symbol světa* (Fink, 1993) dochází k podrobnému rozboru hry a její roli symbolu. A jako potvrzení naší domněnky, že člověk je tvor hravý, je dílo *Homo ludens o původu kultury ve hře* (Huizinga, 1971) holandského profesora historie Johana Huizinga. Jde o filozofické zamyšlení nad hrou jako součástí lidské historie. Plynule přejdeme k východiskům naší práce.

1.2 Základní východiska

Jedním z hlavních témat naší práce je hra. Hra ve všech svých podobách je nedílnou součástí našich životů. Od narození nám pomáhá učit se novým věcem, poznávat svět kolem nás. Ve škole nás hra provází od dob Komenského, který dokázal spojit hru se vzděláváním. V naší práci spojíme hru a experiment, díky tomuto spojení budeme pracovat s experimentální metodou vzdělávání seniorů.

Hra je jednou z metod při formování mravní odpovědnosti. Není sice úkolem, jehož splnění by bylo spojeno s vědomím odpovědnosti, není však ani libovolnou činností. Má svůj řád, probíhá v určitém čase a vymezeném prostoru, má pravidla, která jsou závazná pro všechny účastníky a uplatňují se mechanismy typické pro psychické pochody při realizaci mravní povinnosti a odpovědnosti: obsahuje prvky napětí i uvolnění a uspokojení z dosaženého výsledku i zachování čestných regulí vedení hry. (Balvín, 2012, s. 109)

Herní metody můžeme tedy zároveň považovat za metodu vzdělávání. Hra zaujme jak dítě, tak dospělého člověka. U starších osob už většinou nejde o soutěživost a touhu po vítězství „být nejlepší“, ale spíše o radost z úspěšného zvládnutí hry. Zejména při použití vzpomínek je důležitá paměť, koncentrace, srovnání myšlenek a jejich formulace, což jsou předpoklady zvládnutí vzdělávání. U vzdělávání dospělých především, jelikož zde se nejedná většinou o učení zcela nových věcí, ale prohlubování stávajících vědomostí, znalostí a umu.

Použití hry v našem případě bude znamenat velmi volné stanovení časových a prostorových hranic, jde-li o vzpomínky ze života. Zároveň tím neohrožujeme možnost

hodnocení vítěze, protože tady o vítězství nejde. Jde nám o zjištění, zda způsob, který jsme vybrali, je pro zúčastněné příjemný a schůdný na zpracování. A splní-li to, co od něj očekáváme:

- jestli dokáže „hráčům“ pomoci zrekapitulovat jejich dosavadní životní dráhu
- zda pomohla tato rekapitulace života k tomu uvědomit si a ujasnit, kterým směrem může jejich život směřovat, zda se jim podařilo najít nový cíl
- jak vnímali provedení hry: bylo příjemné, uklidňující, tvořivé, nebo je vůbec nelákalo tyto hry vyzkoušet, bylo to pro ně nepříjemné
- která ze dvou možností se líbila víc

Hra jako prostředek edukace seniorů patří mezi metody řešení problému v malých skupinách. Při hraní bude potřeba využít maximálně kapacitu paměti. Vzhledem k tomu že víme, že *paměť je schopnost centrálního nervového systému ukládat informace o předchozích zkušenostech. Všeobecně je známo, že jisté zkušenosti si pamatujeme pouze několik sekund, jiné hodiny, dny, měsíce až léta.* (Kralíček, 2004, s. 217) Předpokládáme využití dlouhodobější paměti. Díky které můžeme začít pracovat na autobiografii, nebo díky autobiografii můžeme paměť trénovat. Což můžeme zařadit mezi metody výcvikové.

Autobiografie začíná ve chvíli, kdy si uvědomíme, že žijeme: zde se rodí první nesmělé, nesrozumitelné úvahy, právě zde v konečném důsledku dochází ke zralému a promyšlenému vnímání světa. (Demetrio, 1999, s. 17)

Možnost použít vlastní autobiografii ke svému dalšímu vývoji je nejméně náročnou formou vzdělávání. V seniorském věku uvědomění že žijeme není problémem a tudíž máme z čeho čerpat a co rozvíjet. Přehled, moudrost a zkušenosti získané životní poutí jsou nejcennější stavební kameny pro další plány a rozvoj. Na těchto kamenech můžeme dál stavět různými vzdělávacími kurzy, které rozvinou znalosti získané v průběhu života. Nebo nám ukážou věci zcela nové, na které nebyl v průběhu aktivního života čas. Někdo se lépe realizuje při mluveném projevu, jiný raději píše. Mnozí lidé mohou raději skládat, přiřazovat. To vše jsou metody vzdělávání, díky kterým dokážeme informace i vzpomínky využít a dál použít. Je však důležité si je uchovat a paměť proto procvičovat. Možností „jak“ je nepřeborné množství, například čtení, psaní deníků, dopisů (což v dnešní přetech- nizané době je stále méně používáno), luštění křížovek, sudoku, návštěvy kurzů

a mnoho dalších. Pro názornost si v další podkapitole vysvětlíme určité pojmy související s naší prací.

1.3 Pojmy

Pojem, který nás provází celou naší prací je **edukace**, jeho českým ekvivalentem je slovo vzdělání. Definici vzdělání jsme použili z knihy *Základy andragogiky* od Zdeňka Palána (Palán, 2003), který zde tento pojem vymezil ze dvou hledisek. První hledisko je když vzdělání označujeme jako soustavu vědeckých a technických vědomostí, intelektuálních a praktických dovedností, dále utvoření morálních rysů a osobitých zájmů, které jsou majetkem osobnosti. Jedná se o výsledek procesů, zaměřených na utváření osobnosti, jejichž výsledkem je vzdělávání.

Druhé hledisko nahlíží na vzdělání jako na úroveň dosaženou při vzdělávání. Považuje se za systém otevřený, který je dalším vzděláváním neustále obnovován, obohacován, prohlubován a rozšiřován. (Palán, 2003, s. 12)

Jelikož je vzdělání výsledkem vzdělávání, bylo by vhodné vysvětlit význam **vzdělávání dospělých**, což je obecný pojem pro vzdělávání dospělé populace. Zahrnuje veškeré vzdělávací aktivity realizované jako řádné školské vzdělávání dospělých, kdy dochází k získání dalšího stupně vzdělání, nebo jako další vzdělávání. (Palán, 2003, s. 12) Mužík ve své knize *Androdidaktika* (Mužík, 2004) vysvětluje vzdělání, tedy spíše vzdělávání, jako průřezovou složku lidského kapitálu. Oblast svého původu (kulturní kapitál) zasahuje do ekonomického (ovlivňuje příjmy člověka) a sociálního kapitálu (některých profesí je vzdělání důležité), je však také symbolickým kapitálem (vzdělání určuje společenskou prestiž). (Mužík, 2004, s. 20)

Postupně se dostáváme ke vzdělávání cílové skupiny, která je tématem naší práce a to vzdělávání seniorů. **Vzdělávání seniorů** by mělo mít za cíl hlavně kultivaci života a jeho obohacování. Dále usnadnit pochopení vývojových úkolů seniorského věku a adaptaci na změnu životního stylu, která přišla s odchodem do důchodu. Důležitá je také snaha udržovat tělesné i duševní aktivity, které pomáhají udržet seniory v kondici. Nejdůležitější by však měla být pomoc při orientaci v dnešním rychle se měnícím světě, kdy pro seniory mnoho změn ať už technických či společenských, může znamenat problém. (Petřková,

Čornaničová, 2004, s. 64) Následující kapitola se bude věnovat herním metodám a jejich využití v edukaci seniorů.

2 „VYUŽITÍ HERNÍCH METOD DUCCIA DEMETRIA V EDUKACI SENIORŮ“

Chceme-li pracovat se seniory, musíme si uvědomit, že jde o skupinu lidí, kteří by svými bohatými životními zkušenostmi mohli vzdělávat nás mladší. Nechceme je tedy učit něco zcela nového, naopak bychom využili toho, co už znají. Navázáním na stávající znalosti dochází ke zhodnocení jejich dosavadních znalostí, vědomostí a dovedností. Dochází tak k všestrannému rozvoji jejich osobnosti.

Andragogika (z řeckého aner, andros – muž a ago – vésti) – věda o výchově dospělých a péči o dospělé, respektující všestranně zvláštnosti dospělé populace a zabývající se její personalizací, socializací a enkulturací. V oblasti výchovy a vzdělávání se zabývá zvláštnostmi působení pedagogických zákonitostí na dospělou populaci, definuje osobnost dospělého ve výchovném a vzdělávacím procesu, definuje systém výchovy a vzdělávání dospělé populace, jakož i zvláštnosti ve vztahu k ostatním pedagogickým a společenským vědám. (Palán, 2003, s. 7)

Vzdělávání seniorů představuje specifickou oblast, při níž je nutné použít jiný přístup jako u vzdělávání dospělých. Je nutné zohlednit období, ke kterému u seniorů ve většině případů dochází odchodem do důchodu, tedy odchodem ze zaměstnání. Nezanedbatelné jsou i změny psychické, fyzické a zdravotní, které mohou ovlivnit vnímání a potřebu samotného vzdělávání. V dnešní době je oproti předchozím desetiletím mezi námi podstatně vyšší počet seniorů, kteří jsou schopni se i přes pokročilý věk vzdělávat.

Česká republika nyní vykazuje cca 14% osob starších 65let, odhaduje se, že v roce 2030 se toto číslo zvýší na 23-25% a v roce 2050 dokonce na 33%. (Haškovcová, 2010, s. 24)

Přesnějším pojmenováním andragogiky, která se zabývá vzděláváním seniorů, je geragogika, gerontagogika či gerontopedagogika (zde je vidět, že není ustáleno jednotné pojmenování). Jedná se o podporu aktivního životního programu ve stáří. Nahlédnutím do výkladového slovníku *Výchova a vzdělávání dospělých* zjistíme, že vzdělávání seniorů má plnit několik funkcí jako například **všeobecně vzdělávací, kulturně - umělecká, poradenská, právní a zdravotní**. Důležité je si uvědomit, že během procesu stárnutí dochází ke zvyšující tendenci důležitosti vnitřního smyslu činnosti. Jde o porozumění moderní době, potřebou nějak kompenzovat realitu, že výkonnost je nižší

než v produktivním věku. Herní metody Duccia Demetria mohou být možností, která splňuje specifika vzdělávání seniorů. Metoda hry pracuje převážně se vzpomínkami zúčastněných osob, dochází k cílenému vzpomínání, hledání v paměti, komentování konkrétních situací, které ovlivnily jejich život. Jsou to vlastně metody procvičování paměti. Při plánování edukačních projektů pro seniory je nutné respektovat určitá specifika související se stářím. Chceme-li tato specifika podrobněji rozvést, začneme kapitolou věnující se této cílové skupině. Následovat bude edukace seniorů, směry zájmů, obory, ve kterých se senioři chtějí dále věnovat a rozvíjet. Celý blok pak uzavřeme kapitolou *Metody práce se seniory*, ve které se pokusíme tyto metody objasnit a ukázat si možnosti použití.

2.1 Stáří a senioři

Stáří je část v životě člověka, která však neprobíhá u každého stejně. Jsou lidé na kterých stáří ani nepoznáme, jejich vitalita a bystrá mysl nás dokáže ohromit. Stejně jako energie, s kterou zvládají aktivity náročné i pro mladší ročníky. Až je někdy s podivem mluvit o stáří jako o poslední etapě života.

Stáří je přirozenou, ale poslední etapou ontogenetického vývoje. Stejně jako jiná vývojová stadia, má i stáří specifické (biologické) znaky, které je odlišují od předcházejících životních etap. Stárnutí v úzkém slova smyslu je přechodnou vývojovou periodou mezi dospělostí a stářím. Stárnutí a stáří jsou geneticky nakódovány, řídí se druhově specifickým časovým zákonem. Podléhají formativním vlivům prostředí. Strukturální i funkční změny vzniklé při fyziologickém stárnutí a stáří mají převážně regresivní charakter, jsou nevratné, neopakují se. (Pacovský, 1990, s. 30)

K časovému vymezení pojmu stáří můžeme použít údaje Světové zdravotnické organizace, která stáří člení takzvanými patnáctiletými věkovými kategoriemi. První kategorií je rozmezí 49 – 59 let, kdy mluvíme o středním věku. Druhou kategorií jsou lidé ve věku 60 – 74 let, jedná se o vyšší (starší) věk, nebo rané stáří či předpolí stáří. Třetí kategorii 75 – 89 let je možno označit za pokročilý čili stařecký věk, vlastní stáří, sénium, opravdu staří („very old“) lidé. Poslední - čtvrtou etapu - představují lidé od 90 a více let, hovoříme o dlouhověkosti. Z pohledu sociologie nahlížíme na stáří jako na životní etapu, kdy je nejlepší doba, abychom využili celoživotní zkušenosti k pevnému postoji ve svých názorech, pohledu na svět, životních hodnotách i sociální kompetenci. (Sak, 2012, s. 23)

Pojem stáří je spojován s pojmem senior. Senior je označení staršího člověka, který může mít vzhledem ke svému věku určité fyzické, někdy i psychické omezení. Dochází ke zhoršení fyzického stavu, ale i duševní svěžesti. I když toto tvrzení není vždy pravidlem, neboť i starší člověk může mít více energie a svěžesti než daleko mladší lidé. Tento stav souvisí také s životním stylem a psychickou pohodou. Senior musí čelit různým změnám jako je odchod do důchodu, řada z nich hůř snáší změny. Jiní jsou protikladem, právě díky odchodu do důchodu změni zcela svůj život. Třeba se i přestěhovali na zcela jiné místo a začali se věnovat úplně jinému oboru. Nejznámější znakem seniora je narození vnoučat. Nejde však o pravidlo, najdou se babičky, které ještě nedosáhly čtyřiceti let, v tomto případě se o stáří mluvit nedá. Relativní je tak i pojem senior. Pro nás je důležité vymezení pojmu senior věkem, abychom věděli, kdo je naše cílová skupina, které se budeme dále věnovat v naší práci. (Ondráková, 2012, s. 15)

2.2 Edukace seniorů

Gerontagogika je samostatná věda již od poloviny 20. století. Původní pojetí bylo teorie výchovy a vzdělávání pro stáří a ve stáří. V šedesátých letech dvacátého století dochází k ještě intenzivnějšímu rozvoji, díky tomu, že si společnost začíná uvědomovat postavení seniorů jako samostatné, specifické edukační cílové skupiny.

Edukační aktivity jsou často zaměřeny na prevenci hrozících deficitů, příp. na jejich odstranění a kompenzaci; hlavním cílem tohoto působení je udržení tělesných a intelektuálních sil. Významnou roli hraje i snaha o zajištění kvalitnějšího a důstojnějšího života. Podpora relevantní nabídky vzdělávání pro seniory by měla být integrální součástí přístupu vyspělé společnosti, od níž očekáváme, že svým členům zajistí bezpečné a důstojné stárnutí a umožní jim plnoprávně se zapojit do všech občanských aktivit. (Šerák, 2009, s. 189) Cestu k dalšímu vzdělávání si senioři hledají z různých důvodů, většinou je cílem uchování sociálních a psychických aktivit. Nepropadnout pocitu samoty, pokud člověk žije sám, nebo jsou jeho příbuzní daleko. Sociálně se integrovat do společnosti vrstevníků, či lidí s podobným životním stylem. Snaha udržet si schopnost soběstačnosti. Jakákoliv aktivita zvyšuje sebedůvěru. Nebo uskutečnění toho, na co nebyl čas v období ekonomické aktivity. Jedná se většinou o prohloubení aktivit v oborech, kterým se díky pracovním aktivitám nemohli senioři věnovat. Je potřeba zohlednit vliv věku na obtížnost a časovou

náročnost učení. Nesmíme však zapomínat, že mozek se chová podobně jako sval, tudíž trénink zvyšuje jeho výkon. A to má na schopnost učit se daleko větší vliv než věk.

Při vzdělávání seniorů nesmíme zapomenout respektovat fakt, že pracujeme s vyzrálou osobností, která má ustálené názory na spoustu věcí. Má velkou potřebu seberealizace a tu nelze narušit. Vzdělávání může ovlivnit i způsob myšlení, které si člověk vytvoří v průběhu života. Praktická stránka edukace seniorů by měla také splňovat určitá kritéria, aby byla příjemná a schůdná pro všechny zúčastněné. Místo konání by mělo být dostupné, nejlépe bezbariérové ve všech prostorách konání. Důležitá je intenzita osvětlení, hlasitost přednášejícího, vzdělávací materiály by měly mít grafiku, kontrast a písmo odpovídající potřebám vzdělávaných. Všechny tyto aspekty dohromady ovlivňují kvalitu edukace seniorů. Nejvhodnější může být kombinace přednášky s diskuzí a praktickou ukázkou. Vhodnost tohoto spojení při edukaci seniorů si ukážeme v další kapitole, kde tyto formy vzdělávání podrobněji rozebereme.

2.3 Metody vzdělávání seniorů

Jak už jsme podotkli na začátku druhé kapitoly, senioři jsou velmi specifickou skupinou pro vzdělávání. Proto i metody k tomu určené jsou specifické, nebo specificky upravené, proto aby byly vhodné k vzdělávacím aktivitám seniorů. Mezi nejčastěji používanou metodu řadíme přednášku či výklad.

Výkladová metoda, metoda přednášení - *přednáška jako systematický, souvislý výklad problematiky náleží k nejužívanějším metodám vyučování zvláště na vysokých školách.* (Mužík, 2004, s. 72)

Metoda přednášky a výkladu je nejčastěji využívaná metoda pro vzdělávání. Základem je monologický projev přednášejícího. Příprava přednášky pro starší účastníky předpokládá splnění určitých náležitostí, jako jsou: jasný cíl, formulace hlavní myšlenky, výběr základních poznatků, logika výkladu, využití interaktivních tabulí, projektorů, představení vhodných příkladů, pokus o řešení praktických problémů, časté opakování hlavních myšlenek a jejich shrnutí na závěr. (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 70) Při výkladu samotném je samozřejmý kultivovaný slovní projev, dynamika a síla hlasu, četnost přestávek. Chceme-li do vzdělávání zapojit i zúčastněné, volíme metody,

kdy dochází ke konfrontaci, diskuzi, dialogu. Každý účastník má možnost se zapojit, vyjádřit svůj názor.

Dialogická metoda – diskuze – rozhovor - diskusní metody vyžadují od účastníků logické usuzování, ukázněné myšlení a chování, koncentraci a pozornost na daný problém i na uváděné možnosti řešení. Učí abstrahovat a zobecňovat, syntetizovat slyšené názory, rozvíjet vlastní myšlenkové úvahy. Umění naslouchat a vystupovat v diskuzi se stává nezbytnou součástí vzdělávání dospělých. (Mužík, 2004, s. 74)

Dialogické metody se často stávají součástí přednášky, účastníci dostanou prostor k vyjádření svého názoru. Mohou také konfrontovat své názory a zkušenosti s ostatními. Tyto metody kladou ovšem vysoký nárok na vzdělavatele, který musí rozpravu podněcovat, nebo i usměrňovat. Proto je vhodné se velmi dobře připravit obsahem diskuze (problémem), strategií (otázky a reakce na ně), udržet meze řešeného problému, podněcovat diskuzi otevřenými otázkami, aktivně poslouchat, projevovat zájem (i neverbálně), taktně zasáhnout v případě aktivity stále stejných účastníků a povzbudit ty, kteří diskutovat nechtějí. (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 71)

Navazovat kontakty, najít člověka se stejným názorem, můžou vzdělávání pomocí metod pro skupiny. Zde je důležité najít společnou řeč, komunikovat, aby byl úkol splněn co nejlépe. Metody řešení problému patří mezi nejčastěji používané.

Metoda řešení problémů v malých skupinách – účastníci se rozdělí do menších skupin o třech až šesti členech. Každá skupina si zvolí svého vedoucího. Lektor seznámí vedoucí skupin s problémem, který má skupina řešit, úkolem vedoucího je pak tlumočit skupině, o jakou problematiku jde. Při seznamování s problémem k řešení lektor neodpovídá na dotazy, ani nedává vedoucímu skupiny písemný text. Vedoucí se vrátí ke svým skupinám a informují je o problému. Skupiny mají za úkol prodiskutovat problém a vypracovat písemně závěr. (Mužík, 2004, s. 75 - 76)

Zde můžeme praktickými příklady pomoci řešit některé životní situace seniorů, například mezigenerační problémy, rozhodování ve složitých situacích, zvládání stresu. Důležité je při řešení čerpat z vlastních zkušeností. (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 71)

Pro seniory je velmi důležité procvičovat motoriku. Procvičování pro nás mnohdy banálních úkonů má pro seniory velký význam. S pokročilým věkem dochází ke ztrátě motorických a senzomotorických dovedností.

Výcviková metoda – *v edukaci seniorů mají své místo i výcvikové metody, které uplatňujeme zejména při aktivitách vyžadujících motorické a senzomotorické dovednosti. Osvojování těchto dovedností je ovlivňováno nejen věkem a funkčním stavem účastníků (zdravotní stav, tělesná zdatnost, únava), ale i vnějšími podmínkami, v nichž výcvik probíhá.* (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 71)

Realizace výcviku vyžaduje určitá specifika pro správné provedení a využití této metody. Důležitá je příprava, plán úkonu, který doplníme praktickou ukázkou a instrukcemi. Průběh nebo-li vlastní provedení úkonu kontrolujeme, opakujeme, rozebereme případné chyby a pokud je potřeba, přidáme chybějící informace a instrukce.

Závěrem této kapitoly zmíníme ještě jednu metodu, která není příliš spojována s edukací seniorů, a to metodu e-learning, kterou využijeme v praktické části naší práce.

e-learning - zahrnuje jak teorii a výzkum, tak i jakýkoliv reálný vzdělávací proces (s různým stupněm intencionality), v němž jsou v souladu s etickými principy používány informační a komunikační technologie pracující s daty v elektronické podobě. Způsob využívání prostředků ICT a dostupnost učebních materiálů je závislá především na vzdělávacích cílech a obsahu, charakteru vzdělávacího prostředí, potřebách a možnostech všech aktérů vzdělávacího procesu. (Zounek, 2009, s. 37 – 38)

Metoda takzvaného vzdělávání na dálku je přístupná široké vrstvě lidí. A to i těm, kteří mají určitá znevýhodnění. Jedinou podmínkou je mít technické zázemí, což v dnešní době většinou není problém. Hojně je tato metoda využívána k celoživotnímu vzdělávání, jako je firemní vzdělávání či jazykové kurzy. Další využití lze najít u distančního i kombinovaného studia na vysokých školách. Dostává se také do povědomí žákům základních škol a studentům středních škol. V následující kapitole spojíme některé zmíněné metody vzdělávání seniorů s metodami herními.

3 HERNÍ METODY A JEJICH VÝZNAM V EDUKACI SENIORŮ

3.1 Hra v životě člověka

Hra má v lidském životě nezastupitelné místo. Prolíná se jím od počátku až k jeho konci. Každé malé dítě si dokáže s čímkoliv hrát velmi dlouhou dobu, jeho představivost dovoluje v dřívku vidět panenku, v krabičce autíčko, bláto, voda, písek jsou ingredience na ty nejlepší pochoutky z dětské kuchyně. Nevyčerpatelnou studnicí jak dát průchod fantazii jsou kostky (v modernějším pojetí lego), hrady, města, farmy, vše se dá postavit, poskládat. Když začíná být dítě zvědavější, objevuje společenské hry pexeso, člověče, nezlob se, kvarteto, dáma a mnoho dalších možností, jak rozvíjet myšlení, logiku a umění reagovat. Dítě si hraje a přitom objevuje, učí se. S přibývajícím věkem se hry mění, přicházejí na řadu karetní, šachy, vědomostní soutěže. Postupně se přidávají hry sportovní, kterých se člověk buď aktivně účastní, nebo zůstává v roli diváka. Některé sportovní hry jsou spojeny se společenskou událostí, kdy je svátkem mít tu čest být při tom. Další hrou v životě člověka jsou divadelní hry, komedie, dramata. Divadelní hra mnohdy dokáže vtáhnout do děje tak, že máte pocit, jakoby jste prožili život hlavního hrdiny. Dospělí lidé milují hru pro uvolnění, uklidnění se. Stav, kdy vás hra pohltí a odtrhne od reality všedního dne, všechny starosti najednou zmizí a člověk žije pouze příběhem, je smyslem hry.

Hra je základním fenoménem existence, právě tak původním a svébytným, jako je smrt, jako je láska, jako je práce a jako je moc, ale není s ostatními základními fenomény spjata společným pachtěním za konečným cílem. (Fink, 1992, s. 17)

I hra by měla mít určité náležitosti. Měla by osobám nebo osobě, která hru hraje, přinášet emoční prožitek. Radost, uspokojení ale i smutek a žal mohou být součástí hry. Velmi důležitý je smysl hry, mnohdy je důležité zapojit se pohybovou aktivitou, která je pro hru důležitá. Jiné hry toto nevyžadují a diváci se proto nezapojují. Hra umožňuje sociální existenci, zřídka kdy může hrát hru jenom jeden hráč. I to je možné, pokud si hrajeme s imaginárním hráčem. Co je však důležité, bez čeho hrát nelze, jsou pravidla. Neznamená to však, že pravidla nelze měnit. Můžeme to udělat na začátku každé hry, nebo v jejím průběhu. Abychom si mohli hrát, potřebujeme hračku, což může být vlastně cokoli. Věc přímo k tomuto účelu určená, nebo naopak nástroj, který díky naší fantazii vyjadřuje potřebnou hračku. A to nejdůležitější je hráč. Hráče můžeme dělit na dva typy.

Hráč jako člověk, který si hraje a hráč ukrytý uvnitř hrané role při hře samotné. Zda je hra součástí života seniorů, se pokusíme rozebrat v následující kapitole.

3.2 Hra v životě seniora

V životě seniorů má hra své důležité místo, aniž by si to lidé mnohdy uvědomovali. Ve hru se mění aktivity, které můžou provádět sami doma, v klubech seniorů, domovech pečovatelského typu. Je důležité, co je pro seniory u těchto aktivit pozitivní. Nehraje zde žádnou roli, zda jsou to aktivity, nebo-li hry pro jednotlivce či skupinu. Magistra Jitka Suchá vidí pozitiva těchto aktivit hlavně v seberealizaci člověka, smysluplnosti jeho konání. Zároveň může senior být výsledkem potěšen, mít radost ze zvládnutí úkolu, je to pro něj zábava. Dalším pozitivem je kontakt s ostatními lidmi, neustálá potřeba komunikace s nimi. Kontakt s lidmi a zjištění, že je senior schopen komunikovat a vyjádřit svůj názor, může vést k jeho pozitivnímu sebezpečení a pocitu emoční sounáležitosti. Díky těmto aktivitám je možné strukturovat den do určitých úseků, denní řád je organizován, což může být pro seniory velmi důležité. Někdy je totiž jejich hlavním problémem fakt, že odchodem do důchodu ztrácejí organizovanost ve svém životě. Nemají žádné pracovní povinnosti, díky kterým měl jejich život strukturu danou. Posledním důležitým pozitivem je udržování fyzické i psychické schopnosti a soběstačnosti. (Suchá, 2013, s. 14)

Aktivity je možné rozdělit podle počtu zapojených lidí na individuální a skupinové. Individuální hry mají tu výhodu, že se člověk soustředí na to, co sám potřebuje. Nemusí brát ohled na skupinu. Ve skupinové je však větší zábava, možnost spolupráce, kolektiv může člověka motivovat pro větší nasazení. Nebo také naopak, což je nevýhoda. Rozhodující je také, jde-li o aktivitu aktivní či pasivní. Ztěžujeme-li fyzickou stránku, nebo kognitivní stránku člověka. Tady je důležitá rovnováha připomínající normální život seniora. Přemíra aktivity může být náročná, unavující, naopak mnoho odpočinku také nemusí mít pozitivní vliv. Starší lidé potřebují pohyb k udržení motorických funkcí. Důležité by mělo být i rovnoměrné rozdělení na aktivity pracovní, sebeobslužné a zájmové. Odchodem do důchodu je pracovních aktivit podstatně méně, proto je dobré některé aktivity udržovat, tyto však většinou souvisí s domácností, zahradou, či aktivitou, která může být zároveň zájmem. Samozřejmostí může být samoobslužná činnost, kterou musíme vykonávat všichni, ovšem mladším a zdravím lidem jde vše podstatně lépe a rychleji. Proto je nutné ve stáří tyto aktivity trénovat a upevňovat.

3.3 Herní metody Duccia Demetria

Pro naši práci jsme si vybrali dvě herní metody italského andragoga Duccia Demetria. Jehož osoba hraje významnou roli v oblasti vzdělávání dospělých v Itálii. Je autorem mnoha odborných publikací na téma dospělost. Je zakladatelem **SVOBODNÉ UNIVERSITY V MILÁNĚ**, kde zároveň přednáší. Dále pracuje v redakci andragogického časopisu **ADULTIA**. Při psaní této knihy se autor vzdálil od pole teorie a pokusil se své poznat převést do praxe. Proto vznikla kniha s názvem **Hra na pozadí života**. V jeho práci hrají významnou roli vzpomínky a autobiografie, což je také základem pro námi použité hry. Myslím, že každý z nás aspoň jednou v životě slyšel od někoho větu: „to já kdybych sepsal, co se mi v životě stalo, to by bylo na román“. Mnoho z nás v životě zažívá zajímavé situace a zážitky, někdy sice se špatným koncem, ale i z toho špatného je důležité vzít si ponaučení. A krásné věci si přejeme pamatovat navždy. Myšlenka psát deník se rodí v hlavách spousty lidí, jenom chuť a odhodlání scházejí. Omluvou je buď nedostatek času, nebo pocit, že nejsou tak zdatní v písemném projevu a stylistice. Senioři pokročilejšího věku mohou udávat jako důvod, že už si spoustu věcí nepamatují. Netuší však, že psaní deníku by jim v tréninku paměti velmi pomohlo. Nemůžeme však chtít, aby všichni starší lidé z preventivních důvodů postupné ztráty paměti psali svůj deník. Můžeme jim však ukázat zábavnou a nenásilnou formu, která psaní autobiografie může nahradit. Možná po vyzkoušení některé z her oni sami tuto možnost zvažují.

Biografie není jen obyčejným vyvoláním vzpomínek, ale také tajemnou hrou, prožíváním slasti, zamýšleným soustředěním se na viditelné, hmatatelné, oblíbené či nenáviděné věci, s nimiž jsme přišli do styku v době, která je nenávratně pryč. (Demetrio, 1999, s. 11)

A začnou vzpomínat, hledat v paměti, možná budou sami překvapeni z toho, jaké chvíle a životní okamžiky se jim díky vzpomínce vrátí. Hodnota těchto okamžiků bude určitě v této době daleko silnější a cennější, než když je prožívali. Může se však stát, že jsou věci, které opravdu v paměti nezůstaly. To vše pomáhá najít sám sebe, uvědomit si své činy, svůj život ve všech souvislostech. To napětí, ta překvapení, to je ta hra, která naplňuje smysl autobiografie. Pomocí našich respondentů si vyzkoušíme dvě hry (cvičení), kdy si ukážeme praktické použití vzpomínek.

V první hře KDYSI je úkolem zúčastněných pomalu přečíst třistadvacetdva slov, která vyjadřují určitý pocit, stav mysli. Pokud je nějaké slovo zaujme,

nebo jim něco připomene, slovo označí a napíše si poznámku. Poznámka může být krátká, dlouhá, může to být esej, příběh, glosa, cokoli člověka v tu chvíli napadne.

Druhá hra může být pojata tvořivěji. Její název POHLED Z PTAČÍ PERSPEKTIVY naznačuje, že se budou dobrovolníci dívat na svůj život jako při pohledu z letadla. Na list bílého papíru poskládají své životní příběhy pomocí topografických značek. Například začátek života mohou označit jako *pramen*. Vrchol své životní práce jako *horu*. Nechce-li respondent vytvářet mapu prakticky, může pouze k vyobrazeným symbolům připsat, co mu připomínají. Pokud by nabízené možnosti neobsahovaly to, co potřebuje, může dobrovolník vymyslet a použít vlastní znak pro danou situaci. Kreativita a nápaditost je samozřejmě vítána.

PRAKTICKÁ ČÁST

4 VYUŽITÍ HERNÍ METODY DEMETRIA DUCCIA

Vzdělávání dospělých a zejména seniorů je velmi důležitá otázka naší společnosti. Vzhledem k tomu, že v naší zemi dochází k posunutí hranice, kdy mladí lidé vstupují do manželství (nebo jiného svazku – druh, družka atd.), posunuje se i doba, kdy počít dítě. Naše populace tak stárne. Je proto důležité zajistit starším lidem důstojné podmínky pro spokojené stáří. Jednou z možností může být vzdělávání seniorů, jehož formy jsou různé, nabízí se více možností. I zde je však důležitá chuť vzdělávat se, spolupracovat, mnohdy i vyzkoušet nové metody, které ne vždy mohou být tím, co od toho starší lidé očekávají.

Hlavním cílem našeho experimentálního výzkumu je aktivní účast respondentů při vyzkoušení herních metod, které nejsou moc známé, tudíž mohou být pro mnohé překvapením. Jakmile respondenti hry vyzkouší, budou požádáni o hodnocení toho, jak se jim hry hrály, zda to bylo příjemné a co by si z této zkušenosti mohly vzít.

Tak jako každý člověk je jiný, i jeho přístup může být velmi odlišný. Někteří lidé potřebují více času na rozmyšlenou, ale i na zpracování nových podnětů. Nemusí své nadšení pro věc sdílet okamžitě, ale s odstupem času dokáže posoudit, že bylo možné na věc nahlížet úplně jinak.

4.1 Experiment pomocí her, cíl výzkumu

Herní metody Duccia Demetri, které jsou jednou z mnoha možností vzdělávání dospělých, jsou v naší zemi málo známé. Tyto metody využívají paměť, kterou musí aktér hry zapojit a díky ní vytvoří vzpomínkové mapy, poskládá střípky ze svého života. Jejich škála je velká, jedná se o jednu hru s názvem HRA a dalších třicet pět cvičení.

Základní HRA má pravidla jako jakákoliv hra s herními políčky a kostkou. Vrhem kostky a následným postupem figurky na určitá políčka plní úkoly. Jelikož je to spíše skupinová hra, která pro náš původní výběr respondentů a způsob provedení experimentu nebyla vhodná, bylo nutno vybrat jiné možnosti. Což nebyl velký problém. Nabídka třiceti pěti cvičení nám dala dostatek možností výběru. Vybrali jsme proto dvě cvičení, na kterých si chceme prakticky ukázat jejich proveditelnost. Hlavním cílem těchto her je snaha o rekapitulaci dosavadního života a zároveň možnost najít nový cíl, smysl ve svém životě.

Proto jsme se rozhodli oslovit několik respondentů, kteří by si tyto hry zahráli a sdělili nám své zkušenosti, názory a poznatky na tyto herní metody.

Cílem kvalitativního výzkumu je zjistit, zda budou respondenti ochotni a schopni si hry zahrát. Zda je hry zaujmou natolik, že si je vyzkouší, jestli splnilo provedení her jejich očekávání a která z her byla pro respondenty zajímavější. *Byly hry nápomocny najít nový smysl života těchto dobrovolníků?*

Výzkumná otázka č. 1: Jak se Vám hry líbily?

Která se Vám líbila víc?

Výzkumná otázka č. 2: Pomohla Vám hra najít nový smysl Vašeho života?

Je pro Vás důležité hledat smysl života?

Výzkumná otázka č. 3: Pomohla Vám hra zrekapitulovat Váš život?

Máte potřebu rekapitulovat svůj život?

4.2 Výzkumný soubor záměrný, metoda a sběr dat

Osloveno bylo osm respondentů ve věku 55 – 80 let. Jednalo se o seniory, kteří měli zájem vyzkoušet tyto metody. Původní záměr byl, že komunikace s dobrovolníky bude probíhat dvěma způsoby. Větší část měla být formou emailové komunikace (email s prosbou o zapojení do experimentu je uložen v příloze), menší část měla být osobní setkání a samostatná práce. Vzhledem ke konečné účasti tří respondentek byla jedna komunikace emailová a zbylé dvě pracovaly ve skupině. Emailová korespondence v našem případě fungovala jako e-learning, který však byl doplněn telefonickým rozhovorem. Komunikace při práci ve skupině probíhala formou osobní návštěvy.

Byly vybrány čtyři dobrovolnice – tři ženy ve věkových kategoriích: vyšší stáří (starší věk) 60 – 74let. Jedna zástupkyně skupiny staří lidé 75 – 89let. Rozdělení věkových kategorií v naší práci je dle Světové zdravotnické organizace. Tyto ženy byly vybrány záměrně na svou žádost, jelikož se experimentu chtěly zúčastnit. Informace o výzkumu získaly s časovým předstihem a bylo na jejich zvážení, zda se výzkumu zúčastní, či nikoliv. Proto byla vybrána metoda samovýběru, kdy se jedná o dobrovolné zapojení do výzkumu. (Miovský, 2006, s. 133)

Jediné kritérium, které musely splňovat, byl seniorský věk.

Sběr dat probíhal metodou polostrukturovaného rozhovoru. Byly dány tři základní otázky, ke kterým v průběhu rozhovoru přibýly otázky doplňující. Výzkum byl realizován z části v Uherském Hradišti, druhá část pak cestou emailové komunikace v časovém rozmezí od 3.4.2014 do 20. 4. 2014. Jelikož se jednalo o dvě respondentky, které jsou velmi činné v kulturním životě, bylo těžké sladit termíny pro osobní setkání. Průběh setkání byl velmi příjemný, ale zároveň náročný, neboť množství informací a vzpomínek ze života těchto žen, které vyvolalo téma naší práce, bylo opravdu hodně. Dvě hodiny povídání byly nakonec ukončeny dohodou, že úkoly tyto dámy vypracují společně večer. Výsledek práce jsme probraly následující den, kdy byly zároveň zodpovězeny výzkumné otázky. Návštěvu, která proběhla v Uherském Hradišti v bytě jedné z účastnic výzkumu v době, kdy druhá účastnice byla zde na návštěvě, jsme zaznamenali na diktafon.

Korespondence přes internet byla vybrána proto, že jedna respondentka žije trvale v Itálii a druhá v Holandsku. Internetová komunikace začala na stránkách facebooku a pokračovala přes email. Tento způsob komunikace je stručnější, na druhé straně výstižnější. Odpověď na otázku byla vždy pečlivě rozepsána a doplněna zamyšlením nad tématem. Ze dvou oslovených dobrovolnic, se kterými bylo komunikováno přes internet, jedna svou účast posléze vzdala. Zdůvodnila to pracovním vytížením, ale také zjištěním, že si představovala jiný způsob provedení. Byla připravena na vzpomínky, ale spíše v podobě sepsání životopisu. Tím se nám výzkumný vzorek snížil, přesto se zbylé účastnice zapojily do experimentu zodpovědně.

4.3 Zpracování dat

Při osobním setkání byly rozhovory zaznamenány na diktafon. Při internetové korespondenci máme zkopírovány záznamy korespondence přes facebook a email. Rozhovory byly doslovně přepsány pomocí transkripce, což je doslovné přepsání mluveného projevu. (Hendl, 2008, s. 208) Což bylo velmi těžké, neboť se úvodní rozhovor rozvinul do tak obsáhlé roviny, kdy bylo náročné nic nevynechat a držet se doslovného přepsání rozhovoru.

Samotné zpracování získaných dat proběhlo metodou zakotvené teorie, která nám dává možnost nechat vyplynout v průběhu rozhovoru to důležité, co nám chtěl respondent sdělit. Není potřeba předem přemýšlet, co nám bude asi řečeno, jak nám bude odpovězeno.

Kódování jsme začali kódováním otevřeným, které v naší práci spočívá v podrobném přečtení rozhovorů, korespondence a hledání společných pojmů. Pojmů označující jev, který by mohl pomoci vyjádřit zkoumanou skutečnost.

4.4 Hra Kdysi

První návštěva v Uherském Hradišti, na které bylo dobrovolnicím vysvětleno o co se v naší práci jedná, proběhlo ve velmi příjemné atmosféře. Tyto dvě dámy jsou dávné přítelkyně. Paní Marii je 76 let, pochází ze Slovenska, v mládí pracovala jako pedagog, později jako klinická psycholožka ve školách, které byly zřízeny v nemocnicích na odděleních, kde se léčily vážně nemocné děti. I když sama děti nemá, práce s nimi ji vždy naplňovala. Aktuálně se věnuje filmu a umění. Tato žena má velmi mnoho zážitků, příběhů, proto bylo velmi náročné rozhovory s ní doslovně přepisovat. U některých vzpomínek jsou vypuštěna jména a přesná místa pro zachování soukromí respondentky a jejich přátel. Přesto oceňujeme její chuť a zapálení pro spolupráci na výzkumu.

Paní Aleně, která nám poskytla útočiště pro naše rozhovory, je 71let, pracovala celý život v kultuře, vedla folklorní kroužek, organizovala různé folklorní akce. Věnuje se stále folklóru, slováckým tradicím a lidové tvorbě. Má dvě dcery a čtyři vnoučata. Obě procesovaly skoro celý svět a tato záliba je neopouští. Plánují dokonce společnou cestu do Gruzie. Již při vyslovení prosby, zda by se tyto dámy mohly zúčastnit, paní Marie reagovala otázkou: *A je ten Duccio Demetrio Ital, nebo Rumun?* Což bylo velmi milé překvapení, zjistit, že někdo tohoto významného andragoga zná a zároveň se trochu orientuje v jeho práci. Paní Marie ještě dodala, že andragogika je téma, kterému se velmi intenzivně věnují v Polsku. Její přítelkyně (paní Alena) Duccia Demetria nezná, ale řekla: *Že hry ráda vyzkouší, pokud to zvládne.* O čemž nebyl důvod pochybovat. Po přečtení pravidel ke hře KDYSI paní Marie prohlásila: *to jsou normální psychologické testy, ty znám.* Přesto bylo podotknuto, že v případě našeho experimentu to bereme jako hru, ne test. Psychologický záměr v tomto případě opravdu hledat nebudeme. Vyslovením slovního spojení *psychologické testy* si vzpomněla na historiky, kdy pracovala ve školství.

A začala vyprávět o škole, kolegyních a dětech, které možná neměly samé jedničky, a učení jim moc nešlo, ale v dospělosti z nich vyrostli lidé, kteří mají rádi svou práci a dělají ji dobře. Tím jsme se dostali k úvaze, že není v životě důležité být nejlepší, mít nejlepší známky, nejvyšší ocenění, ale dělat svou práci rád a nadšením. I když to není vždy možné. Poté se s paní Alenou dohodly, že hru vypracují večer a výsledek předají druhý den. Už při letném přečtení 332 slov, kterých se tato hra týkala, věděly asociace, které se jim se slovy spojují. Slovo vyvolalo vzpomínku na situaci, situace na člověka, člověk na své dílo či práci. To vše vyvolalo návaznou vzpomínku na místo, kde se setkali, přidali se další osoby, další osudy a spirálovitě jsme pokračovali dál. Například, když se paní Marie zamyslela nad asociací, uvědomila si, že nemá ráda uniformy. Připomínají ji totiž zážitek z dětství, který nám začala vyprávět. „ *Když jsem byla malá, byla válka. Bydleli jsme u jednoho pána, on byl Žid, byl už dávno v Osvětimi. A moje starší sestra byla ve věku, kdy už se poohlížela po mládencích a jí se vojáci velmi líbili. Tak jsme je vždycky pozorovaly z okna, já jsem byla malá holka, moc jsem jí nechápala. Jenom jsem se dívala. Jednou jsme tak díky tomu viděly, jak nějakému muži vypíchlí oči. Tatínek se na nás velmi zlobil a zakazoval nám chodit k zadnímu oknu a dívat se ven na ulici. Říkal, že jsou to velmi zlí lidé. Já jsem byla moc malá a tatínek byl moc hodný, tak jsem mu věřila. Měl pravdu. Od té doby nemám ráda uniformy.*“ Navíc došlo i na společné zážitky, které dámy prožily na kulturních akcích. Velmi se jim líbila možnost vypracovávat úkol společně. Byla to pro ně zábava a velice se u toho nasmály. Někdy je překvapila rozdílnost asociací, které je napadaly, měly tendenci to v závěru srovnávat, i když to nebylo pro naši hru vůbec důležité.

Další dobrovolnice paní Amálie pracovala jako vychovatelka v družině, také se velmi intenzivně věnovala folklóru a práci s dětmi. Vedla dětský folklórní soubor Dyjavánek. Má tři dcery. Po odchodu do důchodu se odstěhovala do Holandska, kde žije se svým partnerem. Mají statek, chovají zvířata. Do Čech jezdí za svou maminkou, dcerami, hlavně si užívat vnučátka a přátele. Paní Amálie měla zpočátku obavy, zda je kompetentní pro náš výzkum. Uklidnili jsme ji proto, že její účast vítáme a jakýkoliv podnět či reakce jsou pro nás přínosem.

Bylo zajímavé sledovat, v kolika asociacích se všechny tři dámy nezávisle na sobě shodují. Někdy se stalo, že použily stejná slova či velmi podobná, vyjadřující určitý stav člověka. Například u přídavného jména *udatný* napsaly *rytíř*, *bojovník*, *rytíř ve zbroji*,

došlo tedy k takřka úplné shodě. Dalším obdobným příkladem je slovo *blahodárný*, zde je psáno *účinek léku, vliv moře, léčebné prameny*. Například u slova *nervózní* paní Marie napsala *producent*, což je slovo velmi blízké její práci. Paní Alena uvedla slovo *lhář*, kdy má životní zkušenost, že nejvíce nervózní jsou lháři. Naopak paní Amálii slovo *nervózní* asociovalo počáteční cesty do Holandska, kdy nervózně *hledá na cizím nádraží v Utrechtu*. A to i přes skutečnost, že se dámy obávaly, že úkol nepochopily. Jejich obavy byly dost velké, měly pocit, že nebudou vědět, co s tím. Po vypracování úkolu znejistěly, zda je to, co jsme chtěli. Muselo dojít k vysvětlení, že nelze říci, co je správně a co ne. Je to hra, kde se pomocí asociací vyjadřují pocity a ty nelze měřit pravidly či tabulkami. Každý píše, co cítí a to dámy splnily. V tabulce č. 1 je názorně vidět shoda u některých slov, jak pocitově, tak významově. Odpovědi konkrétních dam jsou rozlišeny barevně. Paní Marie má červenou barvu, paní Alena modrou a paní Amálie zelenou.

4.5 Hra Pohled z ptačí perspektivy

Praktické provedení této hry bylo pro dámy náročnější. Všechny tři si nevěděly rady, jak symboly použít. Až by se zdálo, že všechny tři ženy hledaly v této hře něco složitějšího. Všechny tři se také shodly na otázce, zda musí symboly řadit chronologicky, vzápětí tvrdily, že by to nesvedly. Bylo potřeba je trochu navést, připodobnit nějakou značku k určité situaci. Původní záměr značky vystříhnout a nalepit na arch papíru jsme zamítli, požádali jsme dámy, aby ke každé značce napsaly jako u hry *Kdysi*, co jim značka připomíná. Jakou vzpomínku u nich vyvolá. Jako příklad byla použita značka *pramen* jako připodobnění *začátku života*.

V této hře byla kreativnější a na vzpomínky bohatší paní Alena. Velmi veselá vzpomínka se jí vybavila při značce *tunel*, vzpomněla si jak její dcera, když byla malá, říkala místo *tunel* slovo *tumel* a jak už to bývá, toto slovo se používá dodnes. Další asociací bylo zjištění, že vlastně nemá ráda vlaky, proč, nedokázala přesně vyjádřit. Můžeme se jenom domnívat, zda to není proto, že celý život bydlí takřka vedle vlakového nádraží. Každodenní budíček v podobě ranního hlášení blížícího se rychlíku do Prahy asi někdy nebyl nejpříjemnější. Postupem času člověk sice otupí, ale vlaky jezdí pořád. Třeba je to také pro nekomfortní cestování z dřívější doby, kdy vlaky opravdu nebyly takové jako v dnešní době. Paní Alena má rada soukromí, klid na knihu nebo krátké zdřímnutí, a to v přeplněném kupé opravdu nelze. Ve vzpomínkách paní Aleny se velmi často objevu-

je připodobnění symbolu s nějakým zážitkem z cest. Zajímavé je, že byly vzpomenuy i výlety, které podnikla se základní školou jako malé dítě. Kdy třeba symbol *propast* evokoval *školní výlet na Macochu*. Další životní etapu ji připomněla značka *kostel*, jednalo se o *první zájezd po listopadu 1989 do Anglie, kde navštívila úžasnou katedrálu*. Můžeme opravdu říci, že většina asociací se vztahovala k cestám a zážitkům s nimi spojených.

Naopak paní Marie většinou své asociace spojila s rodinou nebo životními setkáními. Zajímavá byla vzpomínka, kdy jí symbol *lesy* okamžitě připomenul *Sibiř a setkání se zdejším šamanem*. Marie, když uviděla značku *větrný mlýn*, reagovala: „*Moje kamarádka v Holandsku*.“

Paní Amálie přes počáteční rozpaky hru nakonec uvítala jako příjemné odreagování po náročném pracovním víkendu. Je velmi zajímavé, že paní Amálii dvě značky připomněly písničku, první byla značka *pramen*, tady ji hned v hlavě začalo znít *...znám křišťálovou studánku...*. A druhá asociace, která nám přišla velmi vtipná, ale i trefná, byla u značky *elektrické vedení*, kdy si začala zpívat *...to byl ten krásný den, kdy k nám byl zaveden elektrický proud....* Třeba symbol *kostel* nám u paní Amálie nastínil odpověď na jednu z našich výzkumných otázek, protože symbol *kostel* pro ni asociuje *hledání smyslu života a knihy Tomáše Halíka*.

Zajímavé bylo sledovat, že nikoliv všechny symboly u žen něco asociovaly. Některé zaujaly všechny tři a dokonce byly asociace podobné jako například *osamělé skály*, paní Marie napsala *osudové vztahy*, paní Alena *smutek* a paní Amálie *skepse*. Dalším společně vybraným symbolem byl symbol *kaple* – paní Marie si vzpomněla na *byzantské stavby v Bulharsku*, paní Alena zase na *kapli Rochus*, která se nachází nedaleko jejího bydliště v Uherském Hradišti. A paní Amálii *kaple* asociovala *Vranov nad Dyjí*, což je tak jako u paní Aleny místo, kde žila, než se odstěhovala do Holandska.

5 VYHODNOCENÍ DAT

ROZHOVORY

Rozhovory, které jsou zpětnou vazbou na náš výzkum, proběhly každý v rozdílné rovině. Jelikož si náš experiment chtěly vyzkoušet dámy, které jsou sice ve věkové skupině senior, ale jedná se o velmi aktivní seniorky, což se odrazilo na hodnocení této jejich zkušenosti. Hodnotící rozhovor byl na rozdíl od rozhovoru úvodního v celku krátký, možná strohý, ale na druhou stranu výstižný.

Přepsané rozhovory byly podrobně přečteny a pomocí otevřeného kódování jsme vytvořily tři skupiny. Do nich byla zařazena slova, která jsou podobná, mají podobný význam. První skupinu jsme nazvaly **hraní**, druhou **ohlédnutí** a třetí **hledání, pokud je co**.

Skupina - **hraní**

Nejčastěji používaná slova nebo slovní spojení: nenadchly, nenudily, nevyvolalo, žádný pocit, zvědavost, nepřináší radost.

Skupina hraní, obsahuje to, jak vnímaly respondentky provedení her. Zda se jim hry líbily či ne. Po počátečním nadšení jedné z respondentek došlo k útlumu z důvodu nejistoty, zda byla hra správně pochopena. Odpovědi ukazují, že velké nadšení neproběhlo, spíše zvědavost, nebo chuť vyzkoušet něco nového.

Marie

Paní Marie 76let pracuje v oblasti kultury a filmu. Žije velmi aktivním pracovním životem.

Hry mi zpočátku připomněly psychologické testy, které jsem dělala s dětmi ve škole. Později jsem začala trochu pochybovat, jestli to správně chápu, asi jsem v tom hledala něco složitějšího.

Více se mi líbila hra se slovy. Ta mi šla lépe, rychleji, ty značky mě trochu zmátly, nemohla jsem přijít na to, jak na to.

Po poradě s Alenou jsem si sice poradila...Možná to bylo tím, že mě zmátla nivelační značka, pořád jsem nad tím musela přemýšlet. Pořád mi to vrtalo hlavou. Znáte to, jak si na něco nemůžete vzpomenout, ale nepřestanete na to myslet, dokud si nevzpomenete...

V mém věku už se to občas stane, že si hned nevzpomenu (smích). To už se nedá nic dělat ..teda dá, cvičit paměť a to teď děláme.

Alena

Paní Alena 71let žije aktivním životem seniora, má velkou rodinu, vnoučata a přátele. Aktivně se zapojuje do některých kulturních akcí.

Hry mě ani nenadchly, ani nenudily, nějak jsem nad tím nepřemýšlela. Dělal jsem to ze zvědavosti a také pro Vás. Vlastně můžu říct, že to ve mně žádný pocit nevyvolalo.

Líbila se mi hra Kdysi, protože jsme se u toho s Marií moc nasmály. Občas mě překvapilo, jaká slova upoutají naši pozornost a co v nás vyvolávají. Také mi to přišlo rychlejší. Čtení slov a přiřazování bylo opravdu rychlejší a jednodušší.

Ty značky mě zmátly, musela jsem více přemýšlet nad tím, co mi připomínají. Pořád jsem si myslela, že mě napadají samé divné věci. To bylo tím, že jsem se nemohla zorientovat, jestli to řadit, nebo jenom vpisovat, co mi to připomíná. Asi jsem v tom pořád něco hledala...

Dámy po sobě pokukovaly a souhlasně pokyvovaly hlavou. Vypadalo to, jakoby společný úkol přinesl i částečně společné zamýšlení nad hrami. Bylo poznat, že je hry zabavily a měly si u toho určitě hodně co říct.

Amálie

Paní Amálie 60let žije v Holandsku, pracuje na statku, má velkou rodinu, vnoučata a přátele. Žije velmi aktivním pracovním společenským životem.

Musím Ti po pravdě říci, že mi to nepřináší vůbec žádnou radost ze hry, asi jsem ze“ staré školy“. Pořád přemýšlím o smyslu těchto her, viděla bych využití v nějakém domově důchodců na procvičení paměti by to bylo výborné, ale pro nás aktivní seniory to ještě není.

Hra Pohled z ptačí perspektivy nebyla sice „můj šálek kávy“, ale určitě jsem se u toho odreagovala a musím Ti říct, že s přibývajícimi slovy mě to i chytlo.

Před hrou **Pohled z ptačí perspektivy** paní Amálie volala, chtěla si ujasnit nějaká fakta. Nebyla si jistá provedením hry, omlouvala se, že nemůže obrázky vytisknout, nalepit a potom naskenovat do emailu. Což vůbec nevadilo, byla to pouze alternativa, jak úkol provést. Nakonec si symboly opsala a textem popsala, co pro ni znamenají.

Skupina - ohlédnutí

Nejčastěji používaná slova či slovní spojení: zrekapitulovaný hned, připomnět, nemám potřebu.

Skupina ohlédnutí má za úkol shrnutí, zda hry byly nápomocny k rekapitulaci života našich respondentek. Tyto velmi aktivní ženy zjistily, že rekapitulace života jim zatím není zapotřebí. Jsou přesvědčeny, že pokud zdraví dovolí, tak je ještě něco zajímavého čeká a rekapitulovat budou až potom.

Marie

Svůj život mám zrekapitulovaný hned i bez použití her. Víím, co jsem prožila, bylo toho hodně, jak jsem to prožila a co jsem si z toho všechno vzala, víím také. Navíc je toho ještě moc, co bych chtěla ještě udělat. Nějak necítím potřebu dělat závěry, ještě nekončím, tak proč taky.

Alena

Zrekapitulovat ani ne, spíš mi to připomnělo některé zážitky, na které jsem si dlouho nevzpomněla. Třeba školní výlet na Gerlach. Proč bych měla rekapitulovat, to se dělá v práci, nebo když máš splněný úkol, ale já ne. Možná jsem rekapitulovala, když jsem šla do důchodu, ale teď opravdu nemám potřebu.

V této části rozhovoru si dámy připomněly svůj záměr společně vycestovat za krásami Gruzie. To je jejich cíl do budoucna, pokud budou zdravé, vydají se na poznávací cestu. Obě se na to moc těší.

Amálie

K rekapitulaci jsem moc nápomocna nebyla, neboť zatím nemám potřebu rekapitulace svého života. Na to jsem ještě moc aktivní senior, než abych chtěla rekapitulovat.

Skupina - hledání, pokud je co

Nejčastěji používaná slova: nepomohla, nemám potřebu hledat, nehledám, přemýšlím, zodpovězeny, víím.

Poslední skupina hledání, pokud je co, měla pomoci nalézt smysl života, jak už je názvem řečeno, pokud je co hledat. Zúčastněné dámy se shodly, že smysl života hledat nepotřebují, protože ho dávno mají. Smyslem života by u nich mohly být spíše plány do budoucna.

Marie

Hra mi nepomohla najít smysl života, nemám potřebu ho hledat. Aby to nevypadalo, že nemám, smysl života. Já ho naopak mám. A proto ho nemusím hledat. Smyslem mého života je práce a mí přátelé. To mě naplňuje natolik, že na nic moc jiného nemám čas. Mám ještě tolik plánů, co bych chtěla v životě stihnout. Jenom abych byla zdravá a mohla to udělat. Smysl života má možná význam hledat u lidí, kteří nevědí kudy kam, co dělat. Já to vím, takže tak...A jsem ráda, přesto věřím, že někomu to pomoci může. Je fakt, že je to hra, která když se člověk zamyslí, může si připomenout něco, na co už zapomněl.

Alena

Najít smysl života mi to nepomohlo, protože ho nehledám. Víím, co je smyslem mého života už od svých desíti let. Mám tolik zájmů, přátel a velkou rodinu. Nemám čas ani proč hledat smysl života, našla jsem ho, jak říkám, už v deseti letech... A mám to štěstí, že kolem sebe mám spoustu lidí, které mám ráda. A protože se celý život věnuju folklóru a lidové písničce, poznávám pořád nové lidi. A tím se vlastně pořád učím něco nového, taky díky tomu.

Amálie

O cíli a smyslu života přemýšlím, ale musím po pravdě napsat, že tímto způsobem se mi tyto otázky nepodaří zodpovědět, když víím, že zodpovězeny nebudou s jistotou žádným způsobem.

POHLED Z PTAČÍ PERSPEKTIVY

Dobrovolnice dostaly vyobrazení třiceti šesti symbolů neboli topografických značek (viz příloha), ke kterým měly připsat nějakou událost nebo vzpomínku ze života. My jsme tyto značky rozdělili do čtyř skupin. Každá ze tří žen si do určité skupiny vybrala své symboly.

Skupina - **jako malá** – jedná se o symboliku vzpomínek na dětství, rodiče, sourozence nebo dětství vlastních dětí.

Marie vybrala: *hrad, zámek tvrz; louky; šachta; jeskyně.*

Alena vybrala: *louky; vodní mlýny; tunel; propast; meteorologická stanice; vrstevnice; porosty křoví; veřejné tábořiště.*

Amálie vybrala: *vodní mlýny; hájovna myslivna; tunel; řeka s přehradou; elektrárny; porosty křoví;*

Skupina – **na výletě** – jedná se o symboliku vzpomínek z cest.

Marie vybrala: *železniční stanice; lesy; kulturně pozoruhodné místo; kaple.*

Alena vybrala: *lesy; větrný mlýn; auto camping; orientačně důležitý strom; řeka přehradou; kostel; kulturně pozoruhodné místo; kaple.*

Amálie vybrala: *větrný mlýn; auto camping; Vranov nad Dyjí.*

Skupina – **člověčina** – jedná se o symboliku lidí, vztahy mezi nimi, život se vším všudy.

Marie vybrala: *větrný mlýn; obydlené a neobydlené budovy; propast; muzeum, galerie; památník; řeka s přehradou; osamělé skály.*

Alena vybrala: *železniční stanice; sklady hořlavin a plynojemy; hájovna, myslivna; muzeum, galerie; osamělé skály.*

Amálie vybrala: *hrad, zámek, tvrz; nivelační značka; obydlené a neobydlené budovy; vinice; památník; kulturně pozoruhodné místo, osamělé skály.*

Skupina – **víra tvá** – jedná se o symboliku víry.

Marie vybrala: *pramen.*

Alena vybrala: *jeskyně.*

Amálie vybrala: *železniční stanice; orientačně důležitý bod; kostel.*

5.1 Odpověď na výzkumné otázky

Náš experimentální výzkum nám měl zjistit odpověď na tři hlavní otázky, které se týkaly osobní zkušenosti při provedení her Duccia Demetria. Chtěli jsme zjistit, zda je tato metoda vhodná pro využití ke vzdělávání seniorů. Je důležité připomenout autorovu myšlenku, jakým způsobem hry použít ve vzdělávání. Výsledkem tohoto experimentálního způsobu vzdělávání by měla být rekapitulace života, případně nalezení nového smyslu života. Nejedná se tedy o vzdělávání formou naučit se něco nového, ale naopak využít to co už jsme zažili, co známe. Výzkumný vzorek byl vybrán samovýběrem. Zdůrazněme, že se jednalo o velmi aktivní seniorky pohybující se celý život v oblasti kulturního dění. I přes určité životní karamboly v jejich životech nenajdete moc míst, dalo by se říci, žádné místo, kdy si nevěděly rady, jak dál. Co si počít s vlastním životem. Jsou to velmi šťastné ženy, které díky své aktivitě a množství zájmů nepropadají pocitu zbytečnosti, samoty, což je viditelné i z jejich odpovědí.

Jak se Vám hry líbily?

Zjistili jsme, že když si hry respondentky vyzkoušely, nečinilo jim to ani radost, ale ani je to nenudilo. Spíš z toho neměly žádný zvláštní pocit. I když po těžkém pracovním víkendu to pro jednu respondentku bylo příjemné odreagování.

Pomohla Vám hra najít nový smysl Vašeho života?

Zjistili jsme na tuto otázku jasnou odpověď. Respondentky nemají potřebu zatím hledat smysl života, cítí to tak, že jejich život je zaplněn rodinou, prací, přáteli, takže smysl života mají. A když jej hledají, nejsou přesvědčeny, že zrovna tyto hry jim pomohou.

Pomohla Vám hra zrekapitulovat Váš život?

Zjistili jsme opět shodnou odpověď. Respondentky nemají potřebu rekapitulace, možná se tak stalo někdy dříve, třeba při odchodu do důchodu, ale v současné době ne.

Je tedy zjevné, že naše respondentky nebyly cílovou skupinou, které by hry dokázaly využít tím způsobem, ke kterému jsou určeny. Můžeme se tedy domnívat, že pokud by cílová skupina byla složena například z osob, které procházejí nějakou důležitou životní etapou (jako je například odchod do důchodu), mohly by být tyto hry vhodné pro nalezení smyslu jejich života. Proveditelnost her nebyla problémem, to naše respondentky zvládly. Z toho vyplývá, že v početnější skupině bude provedení hry zábavnější, než když je člověk sám.

Zásadní zjištěním je, že hry jsou pochopitelné, proveditelné, na procvičení paměti využitelné. Člověk nalezne vzpomínky, které jsou ukryty hodně hluboko v paměti.

Využití těchto her bychom tedy viděli spíše pro vícečlenné skupiny seniorů, vhodné pro domovy důchodců nebo kluby seniorů. Což ovšem nepopírá možnost vyzkoušet hry i doma v soukromí. Jak už jsme na začátku experimentu podotkli, každý člověk je jiný, každý má jiné potřeby. Důležité je si na počátku vyjasnit, že proveditelnost nemá žádná pravidla, jde o pocity a vzpomínky. Tudíž je na každém, jak hru pojme a provede.

ZÁVĚR

Tématem naší práce bylo *Využití herních metod Duccia Demetria v edukaci seniorů*. Protože vzdělávání seniorů začíná být velmi aktuální téma, chtěli jsme vyzkoušet experiment využití herních metod, které zatím nejsou u nás příliš známé. Cílem bylo zjistit, zda jsou zvládnutelné a plní své poslání dané autorem. Senioři a jejich vzdělávání je oblast, ve které je neustále co zlepšovat a inovovat. Tato práce se snažila rozšířit poznatky v tomto oboru o další možnosti vzdělávání.

Z výsledků je jasné, že hry jsou proveditelné, vhodné pro vzdělávání seniorů. I když bylo nutné dovysvětlení pro rozptýlení zbytečných obav. Respondentky úkol zvládly a nakonec se i pobavily a odreagovaly. Můžeme tedy tuto metodu hry doporučit, jenom bychom příště hry hráli s větším počtem dobrovolníků. Domníváme se, že by to bylo zábavnější a více motivující. Jeden cíl a to zjištění, zda jsou hry proveditelné, se nám potvrdil. Respondentky hry zvládly. Druhý cíl, kdy měly respondentky díky hře najít smysl života, zcela nevyšel, neboť dámy jej ani nehledají. A pokud ano, tak ne tímto způsobem.

Třetí cíl - rekapitulace dosavadního života - také neproběhla. Dámy nemají potřebu rekapitulovat. Protože jde jenom o velmi malý vzorek z populace seniorů, lze se tedy domnívat, že je reálná možnost dalšího využití u jiných skupin seniorů. Díky své nenáročnosti na provedení jsou hry příjemnou a jednoduchou formou vzdělávání seniorů. Vhodnou zejména na procvičení paměti, hra *Pohled z ptačí perspektivy*, lze aplikovat nejen na vzpomínky na celý život. Ale je možné vybrat jenom část, třeba dětství, manželství atd.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BALVÍN, J. *Pedagogika, andragogika a multikulturalita*. Praha: Hnutí R, 2012.

ISBN 978-80-96798-07-3.

BOČKOVÁ, L., Š. HASTRMANOVÁ a E. ŠAVRDOVÁ. *50 + Aktivně*. Praha: Respekt Institut, 2011. ISBN 978-80-904153-2-4.

DUCCIO, D. *Zabava na tle zycia*. Kraków: Drukarnia, 1999. ISBN 83-88030-27-2.

FINK, E. *Oáza štěstí*. Praha: Mladá fronta, 1992. ISBN 80-204-0224-1.

HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80.7367-485-4.

HUIZINGA, J. *Homo ludens o původu kultury ve hře*. Praha: Mladá fronta, 1971.

KRÁLÍČEK, P. *Úvod do speciální neurofyziologie*. Praha: Karolinum, 2002.

ISBN 80-246-0350-0.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada, 2011.

ISBN 978-80-247-3604-4.

MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2009. ISBN 80-247-1362-4.

MUŽÍK, J. *Androdidaktika*. Praha: ASPI, 2004. ISBN 80-7357-045-9.

ONDRÁKOVÁ, J., TAUCHMANOVÁ, V., JANIŠ, K., PAVLÍKOVÁ S. a JEHLIČKA, V. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Nakladatelství Pavel Marvart, 2012. ISBN 978-80-904153-2-4.

PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

PALÁN, Z. *Základy andragogiky*. Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2003. ISBN 80-86723-03-8.

PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0879.1.

SAK P., KOLESÁROVÁ K. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012.

ISBN 978-80-247-3850-5.

STUART – HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999.

ISBN 80-7178-274-2.

SUCHÁ, J., JINDROVÁ, I a B. HÁTLOVÁ. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3.

ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009.


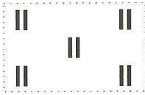




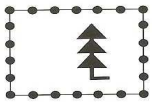

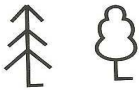















ISBN 978-80-7367-551-6.

SHERRON, Ronald H a D LUMSDEN. *Introduction to educational gerontology*. 3rd ed. New York: Hemisphere Publishing Corporation, c 1990, xiii, 362s.

ISBN 1-56032-039-7.

ZOUNEK, J. *E- learning – jedna z podob učení v moderní společnosti*. Brno: Masarykova Univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-5123-2.

SEZNAM OBRÁZKŮ – TOPOGRAFICKÉ ZNAČKY

HRAD ZÁMEK TVRZ		LOUKY		ŠACHTA	
ŽELEZNIČNÍ STANICE		OBYDLENÉ A NEOBYDLENÉ BUDOVY		PROPAST	
LESY		ZŘÍCENINA HRADU		ORIENTAČNĚ DŮLEŽITÝ STROM	
NIVELAČNÍ ZNAČKY		VINICE		TRIGONO- METRICKÉ BODY	
		SKLADY HOŘLAVIN A PLYNOJEMY		MUZEUM GALERIE	
PRAMENY		VODNÍ MLÝN		PAMÁTNÍK	
VĚTRNÝ MLÝN		HÁJOVNA MYSLIVNA		ŘEKA S PŘEHRADOU	
AUTO CAMPING		TUNEL		METEORO- LOGICKÁ STANICE	

ELEKTRÁRNY		POROSTY KŘOVÍ		OSAMĚLÉ SKÁLY	
KOSTEL		VEŘEJNÉ TÁBOŘIŠTĚ		TELEFONNÍ STANICE	
VRSTEVNICE		ELEKTRICKÉ VEDENÍ		KAPLE	
KULTURNĚ POZORUHODNÉ MÍSTO		TOVÁRNÍ KOMÍNY		JESKYNĚ	

SEZNAM TABULEK – Č.1. HRA KDYSI...

omámený	nádherou galerie	výtvarné	alkoholové opojení
opuštěný		pes	rozvodové řízení
podvedený		manžel	čekání v noci
ponížený		šikana	„hrát druhé housle“
zručný	kameraman		pletení ponožek
obklíčený	na Ukrajině		
obviněný	zloděj		
vyškolený			
ochočený	pes	papoušek	přátelství se zvířaty
sváděný	muž	Boj s váhou	
doceňovaný			diplom
bojkotovaný			
dvojnásobný	slovník		
mlčící	obviněný	sfinga	ranní probuzení
zneklidněný	podvodník		čekání
smělý	vojín		
uspokojený			zmrzlina
necitlivý	manžel	pedagog	nadřazenost
harmonický	vztah	život	hezký den
poddajný			samet
příchozí	host		návštěva
arogantní	politik		
zahanbený	student		špatná komunikace
adoptovaný			pes Sára

pochlebující	diplomat		falešný úsměv
zralý	plod	věk	maliny
fascinovaný	krásou uměleckého díla	severní krajinou	příroda
podporovaný	rodiči	lékaři bez hranic	hnutí Adra
odpudivý		pach	potkan
pobožný	farizej	často falešný	
d'ábelský	úsměv		reklama v televizi
znevážený		dobrý skutek	
popletený	prodavač	obecní blázen	teta Hana
podporovaný		kulturní akce	
zneklidněný	rodič		
zahořklý	milenec	životní prohra	moje máma
šťastný	student	úsměv dítěte	vnučka Dorotka
výsměšný	pohled	posunek	
bojovný	úkol	duch	indiánský náčelník
pěkný	dům	dům	
blahodárný	účinek léku	vliv moře	léčebné prameny
odsuzovaný			
zavržený			Ježíš na kříži
homogenní		hmota	
nervózní	producent	lhář	Hledán cizí-nádraží v Utrechtu
počínající	porod	nemoc	
cizí	jazyk	vliv	
zamlžený	kraj	okno	pohled z okna
zmařený	úkol	život	interrupce

znuděný		puberták	výrostek
nesprávný	postup	úsudek	muslimské ženy
nesympatický	politik	člověk	zubařka
přestárlý	muž	názor	
vinný		sklep	ocet
vzrušený	mladík	závodník	intimní prožitek
spoluvinný	podnikatel		
konkrétní	adresa	spor	
nejistý	výsledek		vstup do skupiny
důvtipný	autor	mozek	
potěšený	darem	setkání	úklid
dohlížený			
zrezlý	dřez	sud	šroubky
vyslyšený		prosba	kostel
napadený	nepřítel	názor	žena v lese
obležený	kraj		husitská vojska
rozšafný	mladík	strýc	písnička
nepřítomný	obviněný	pohled	třídní kniha
zotročený			bič
mučivý	výslech	nejistota	čekání
vychytralý	poslanec		liška
přitažlivý	herec	muž	hezké nohy
neohrožený	bojovník	obhájce	divoký býk
lakomý	děda	sedlák	pohádka
nerozvážný	čin	čin	
podvedený	manžel	manžel	

hádavý	prodavač	typ	Popelčiny sestry
zahanbený	zloděj		
hezký	kabát	den	kočárek
banální	příběh	problém	rozmiška
vratký	stůl	krok	osud
bráněný			
odlišný	názor	typ	barva pleti
zapomenutý	film	čin	dopis
přímý	důkaz	pohled	
diskriminovaný	člověk	člověk	
rozčarovaný	divák		
nepoctivý	premiér	nálezce	burza
roztržitý		profesor	Hledání klíčů
zničený	portrét	válkou	Stalingrad
zbožštělý	idol	idol	
nerozhodný	zápas	typ	
excentrický		umělec	
zjitřený		duše	
vzdělaný	profesor	člověk	diplom
pomíjivý	čas	pocit	poklad
vyhledávaný	expert	odborník	sympatie
udatný	rytíř	bojovník	rytíř ve zbroji
efektní	oděv	šaty, oblek	
ošklivý	pád	obličej	káčátko
směšný	klobouk	vtip	
nafoukaný		hlupák	

prolhaný	karbaník		
osočovaný			
proměněný	obraz kraje	vizážistou	životní událost
schopný	umělec	pracovník	
vůdčí	osobnost	typ	předseda senátu
milosrdný		bratr	Samaritán
katechizovaný			
trestuhodný	čin	nápad	zločin
hledaný	zloděj	uprchlík	
cynický	prokurátor	pohled	
obklopený		rodinou	
ztracený	poklad	peněženka	náměstí Sv. Víta
fanatický	komunista	zážitek	postava z knihy
oblíbený	lékař	skladatel	
zraněný	pacifista	jezdec	
zadržený	zloděj	recidivista	
ctěný		občan	
pyšný	páv	jako páv	
dětinský		stařík	
praštěný		hloupý	
šťastný	domov	život	
nepochopený			generační rozdíl
zdrženlivý		povaha	
malicherný		v hádce	žena
závistivý		soused	
laskavý	rodič	maminka	řádová sestra

geniální	umělec	vědec	
předstíraný	zájem	zájem	
spolupracující			kamarádka, bratr
odvážný	kaskadér	zachránce	
správný	čin	čin	
zahanbený			
dospělý		syn	dilema
kritizovaný	zákon		články v tisku
krutý		omyl	manžel
zvědavý		dítě	moje já
ohrožený	národ	život	slepec
slabý	vztek	děšť	kolegyně Slabá
začínající	adept	umělec	první školní den
dekadentní	umění	sloh, básník	básníci
degenerovaný		člověk	příbuzenské sňatky
jemný	nach	prach	řez nožem
rozčarováný			
očerňovaný			
zoufalý	pokus	čin	ruce nad hlavou
okradený	senior	turista	smutek ve tváři
vytoužený	úspěch	dítě	úsměv
neobeznámený			
zklamáný	divák	v soutěži	
ustaraný	pohled	výraz	
nevyzrálý	čin	mladík	
přimíchaný	metanol	jed	

znehynbný	pohled		nemocný
nemorální	chování	zásady	
nesmrtelný	obraz	duše	Bůh
šokovaný		divák	
nelítostný	boj		
zlenivělý	student		Honza na peci
nactiutřačný	proslov	jazyk	
uvězněný		ptáček	pták v kleci
nerozvážný	čin	čin	
impulzivní	chování	typ	slova
suchý	kašel	sníh	květina
stíhaný	vrah	zloděj	vězeň
okouzlený		dojem	
neschopný		řidič	
egoistický	partner	člověk	
ušlechtilý	lékař	čin	
nadšený	fanoušek	ohlas	žár
klidný		spánek	ruce v klíně
<i>dvoznačný</i>	slovní projev	výklad	
bohatýrský		hlas	rytíř ve zbroji
ztracený		zásilka	pes
zkoušený		u tabule	maturita
vyloučený		student	sám
zamilovaný	muž	pár	Sv. Valentýn
prohlédnutý		záměr	chorobopis
inteligentní	proslov	nápad	moje babička

zahanbený			podvod
omezovaný		penězi	zákaz
rozrušený		u zkoušky	červená ve tváři
zestárlý	park	po letech	maminka sousedky
instinktivní	čin	myšlení	stavění hnízda
zavržený			
poškozený		obal zásilky	okradený
svobodný		život	mládenec
chválený			páv
mistrovský	kousek	práce - šperk	diamant
vyzrálý		ovoce	meloun
smírčí	soudce	soudce	talár
nuzný	domek	obydlí	smutný
služebný			plat
vylepšený		byt	koření
ohrožený	druh zvíře	druh – rostlina, zvíře	deštné pralesy
udivený		pohled	píseň
unavený	sportovec	chůzí	vrásky
tklivý	žal	hlas	hudba
nový	kabát	dům	nábytek
nenáviděný		předmět	válka
znevážený			
povýšený			vrchnost
vyčerpaný			ztracená síla
nešťastný		nápadník	slzy
mladý		stromek	

odsuzovaný	názor		
spravedlivý		rozdělit cokoliv	„tak dělej divy a k zázrakům se měj“
neschopný		manažer	nepochopený
skoupý			na slovo
velký	slon	objekt	nákladník
groteskní	postava	situace	Charlie Chaplin
zdravý	názor	názor	bez bolesti
originální	literární dílo	obraz	nápad
pronásledovaný			Proč?
líný	student	člověk	
uspokojený			
otcovský	pohled	typ	upracovaná dlaň
zábavný	podnik	text	televize
paralyzovaný			nehoda
aktivní	funkcionář	sport	v pohybu
trpělivý	učitel	povaha	čekání v dešti
pohoršený	moralista		
zkroušený		obličej	
ztracený	pohled	doklad	hledající se
perfidní			
pronásledovaný			
poetický	večer	text	
chudý		obyvatel	„Blahoslavení chudí duchem“
praktický		věc	spotřebič
předčasný	důchod		důchod

zpronevřivší se	ideálu		Čemu?
počínající		zájem	
privilegovaný	poslanec		
chráněný		dřeva	druh v přírodě
zkoušený			těžkosti
provokující			diskuze
rozvážný			moudrost
potrestaný			spravedlnost
smířený		se smrtí	zpověď
výstřední	oblek	móda	spodní prádlo
začarovaný			kruh
nejistý			nízké sebevědomí
nesoudržný			
obviňovaný			
podněcovaný			násilí
nevědoucí			
bezbranný		dítě	kojenec
pobouřený			zatnuté pěsti
oklamáný		senior s nákupy	
nevinný	odsouzenec	zadržený	presumpce nevinny
smířený s osudem			
zklidněný			
rozumný	nápad	úvaha	
naplněný	pohár	život	chmel
režírovaný	film		
zaostalý	žák	životní styl	malé možnosti

zodpovědný		rodič	na svém místě
vzbouřený			oceán
směšný	nápad		
obrozený		historické období	Národní divadlo
vyplacený	dluh	důchod	dluh
vykoupený			svoboda
nalezený		klid	úleva
odhadnutý	majetek	počet	nemovitost
poškozený	klient		
moudrý	rodič	spis	
zachráněný	pacient	trosečník	lano
sytý		nehladoví	„hladovému nevěří“
opovrhovaný			smutek
konsternovaný			
vyvolený	muž	z davu	následník trůnu
seřazený		věcný soupis	spartakiáda
hloupý		nápad	
rozhněvaný			
poražený			opak vítěze
pozorovaný		předmět	dalekohled
zakletý			pohádky
vyzvaný na souboj	protivník	soupeř	Evžen Oněgin
využívaný			kávovar
využívající		nabídka	
občasný		zájem	
jistý			Určitě?

šedý	oděv	oblek	„vstát jak ptáci z popela“
neloajální	obyvatel		
ztracený	přítel		„kam se mne ten grejcar...“
demaskovaný			
uspokojený			narcismus
ujářmený			
osamocení	básník	strom	
pozastavený	projekt	činnost	alkoholik
podporovaný	názor		porozumění
podrobný	scénář	popis	recept
ztracený			
odvážný	požárník		
svědčící			soud
nádherný	úsmev	den	západ slunce
vysílený	sportovec	plavec	maratónec
cynický	projev		
podporovaný			
nevzdělaný	politik		
ožebračený			na duchu i na těle
významný	čin	den	
jalový		jídlo	lakomec
ohlušený			výbušnina
divný			vybočující z řady
nedoceňovaný		umělec	
vyprázdněný	džbán		soudek vína

zamaskovaný			
trápený	žízní		
přijatý		fakt	radost
bouřlivý		vztah	večírek
odolný			otužilec
sváděný			
vyděšený			
nesmělý			
ustaraný	pohled		rodiče
zrazený			opuštěnost
zanedbaný	bezdomovec		azylový dům
přetvořený	přístroj		
nejistý	pohled		
poslušný	pes		děti
lidský	postoj	přístup	pochopení
ponížený			
opotřeбенý			
doceněný			
mstivý			
podlý		čin	přetvářka
vítězí			Martina Sáblíková
utopický	román	názor	filozofie
energický			
vulgární	opilec		žurnalistika
bezbranný	kluk		hledající pomoc

Tabulka č.2. HRA POHLED Z PTAČÍ PERSPEKTIVY

hrad, zámek, tvrz	výlety s rodiči v dětství		domov
železniční stanice	celý život cestuji vlakem	nemám ráda vlaky	objevování svaté
lesy	ruský šaman	chci jet na Sibiř	sbírání hub
nivelační značka			přemýšlení
most		časopis Mosty (česko – slovenský)	
pramen	živá voda	otevírání studánek - jaro	píseň „znám křišťálovou studánku
větrný mlýn	kamarádka v Holandsku	Anglie, Holandsko	Nizozemí, ekologie
auto camping		nejlepší dovolená po světě	dovolená
louky	dětství v Povážské Bystrici	brigády se školou v Karpatech	vlíčí máky, Čajkovskij a jeho symfonie
obydlené a neobydlené budovy	strach		radost, smutek
zřícenina hradu		obnova Cimburku	historie
vinice	víno piji až od 50let!		posezení s přáteli
sklady hořlavin a plynů		nebezpečí	
vodní mlýny		jako děti stavěly jsme na potoce	můj táta a vyprávění o dětství
hájovna, myslivna	bača v horách	touha ji vlastnit - někdy	strýc Martin, který byl celý život hajný
tunel		pětiletá dcera říkala TUMEL –používáme	překvapení, dobrodružství, cesty vlakem

		často jako vtip	s rodiči
šachta	zaměstnání tatínka		horníci
propast	lidské vztahy	výlet na Macochu se školou ZŠ	
orientačně důležitý strom		v Tatrách jsem zde našla nejvíc hřibů	hledání cesty
trigonometrické body		vojáci	
muzeum, galerie	životní zájem	oblíbené kdekoliv	Vincent van Gogh
památník	vzpomínka		vzpomínky
řeka s přehradou	překážka	Asuán – Egypt na Nilu	Tábor, dovolená s rodiči, plachetnice
meteorologická stanice		ve škole jsem psala sloh o Gerlachu – zajímavé místo	počasí
elektrárny			rozsvícená okna o Vánocích
kostel		úžasná katedrála v Anglii, 1.zájezd po revoluci 1989	hledání smyslu života, T. Halík a jeho knihy
vrstevnice		učili nás lyžovat - bezva	pole, pastviny
kulturně pozoruhodné místo	Arménie	V Izraeli – svitky Kumpánu – způsob nalezení	naši předkové
porosty křoví		hra na schovku	hra na schovávanou
veřejné tábořiště		pionýrský tábor v dětství	kytara, písně, setkání přátel
elektrické vedené		popálený cizí chlapec	píseň „ To byl ten krásný den, kdy k nám byl zaveden elektrický

			proud...“
tovární komíny		přílet čápů – radost z jara	film „Postřižiny“
osamělé skály	osudové vztahy	smutek	skepse
telefonní stanice			hlas, zpráva, očekávání
kaple	byzantské stavby v Bulharsku	na Rochusu	Vranov nad Dyjí
jeskyně	příběhy z dětství	poustevník	indiáni

BIBLIOGRAFICKÝ SEZNAM

Jaroslav Balvín: Pedagogika, andragogika a multikulturalita

Cílem této monografie je ukázat čtenářům vztah multikulturality s dalšími vědami jako je pedagogika a andragogika. Zároveň se autor snaží vyjasnit situaci ve vymezení pojmů multikulturalita a interkulturalita. Pojetí teoreticko-metodické dává prostor pro pochopení souvislostí. Na praktických příkladech ukazuje zamyšlení respondentů, kteří na knize spolupracovali, jak vnímají multikulturalitu v běžném životě.

Duccio Demetrio: Zabava na tle zycia

Tato kniha je praktickým návodem, jak využít autobiografii a vzpomínky vůbec ke vzdělávání a práci s dospělými. Autorovo zamyšlení na autobiografii jako součásti života nás plynule přivede k hernímu plánu, díky kterému nenásilnou formou využíváme vzpomínek k částečnému poskládání naší autobiografie, Alespoň částečně, nelze si představovat podrobný životopis, ale krátké zamyšlení nad dosavadním životem.

Fink Eugen: Oáza štěstí

Snahou autora této knihy je popsat hru v životě člověka, ne však odborně, ale srozumitelně, čitelně, jak sám autor píše s lehkostí. Protože o hře se přece nedá psát vážně, jinak bychom ji zkazili. Rozjímání na téma hra je rozděleno do tří částí. Tyto postupně přicházejí s charakteristikou, analýzou hry a v závěru se věnují otázkám o souvislosti hry a bytí.

Haškovcová Helena: Fenomén stáří

Obsáhlá publikace věnující se stáří, vymezení pojmu stáří. Identifikace skupiny lidí, kterou společnost označuje starý člověk. Přes historický pohled na stáří, který se zásadně změnil, dále jak vnímá a pečuje rodina o seniory, po zdravotní péči a společenské vyžití. Jako jsou akademie třetího věku či různé kurzy a aktivity pro. Autorka nezapomněla ani na stinné stránky této životní etapy, například násilí na seniorech.

Hendl Jan: Kvalitativní výzkum

Dílo upozorňuje na potřebu kvalitativního výzkumu. Pohledu autora je tento druh výzkumu v humanitních oborech opomíjen. Proto se rozhodl svým dílem přispět ke vzkříšení tohoto výzkumu.

Huizinga Johan: Homo ludens o původu kultury ve hře

Poutavé zamyšlení nad úlohou hry v životě člověka. Přesto, že se jedná o ucelený historický pohled na spojení hry a člověka od prvopočátku. Čtenářskou obec zaujalo toto dílo především svým filozofickým zamyšlením. I když, je kniha více jak třicet let napsaná a pohled na toto téma se změnil, přesto je velmi zajímavá a můžeme ji řadit mezi klasiku.

Králíček Petr: Úvod do speciální neurofyzologie

Učebnice pro studenty medicíny, ve které se autor pokusil o integraci základních poznatků z oboru speciálních neurověd do klinické medicíny.

Křivohlavý Jaro: Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie

Tato kniha jak předesílá autor je určena čtenářům, kteří si uvědomují, že stáří je součástí našich životů a zasloužíme si tuto etapu prožít, ne přežít. Je příjemným a čtivým přehledem toho, co nás ve stáří čeká. Ukazuje možnosti co největšího využití potenciálu všeho vědění a zkušeností, které jsme získali během života.

Miovský Michal: Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu

Publikace přináší ucelený pohled na možnosti kvalitativního výzkumu v psychologii. Autor čerpá především ze svých zkušeností. Zároveň by chtěl svým dílem přispět k aktualizaci procesu tohoto výzkumu. Kniha je psána čtivou srozumitelnou formou.

Mužík Jaroslav: Androdidaktika

Studijní materiál věnující se problematice andragogické didaktiky (didaktiky dospělých). Je zde vymezen pohled na výuku dospělých z pozice lektora i účastníka.

Ondráková Jana a kol.: Vzdělávání seniorů a jeho specifika

Publikace se zabývá vzděláváním seniorů z pohledu, organizace, stylu vzdělávání. Jelikož senioři mají své specifické potřeby, bez jejichž zohlednění při výuce by byla tato výuka neefektivní. Proto se kolektiv autorů skládající se z vyučujících, kteří pracují na univerzitách v České republice, pokusil o sepsání svých zkušeností ve prospěch zlepšení procesu vzdělávání seniorů.

Pacovská Vladimír: O stárnutí a stáří

Kniha je pohledem na stáří ze strany gerontologické péče. Autorův cíl byla snaha o shrnutí poznatků a zkušeností, co víme o stáří z lékařského, psychologického i lidského hlediska, abychom mohli zkvalitnit služby týkající se této etapy života.

Petříková Anna a Rozálie Čornaničová: Gerontagogika

Jedná se o studijní materiál zabývající se problematikou kvality života stárnoucí a staré populace. Na problematiku je pohlíženo jak z pohledu stárnoucího seniora, ale i z pohledu jeho rodiny. Důležitou součástí materiálu je pohled na edukaci seniorů jako na podporu kvality jejich života.

Sak Petr a Karolína Kolesárová: Sociologie stáří a seniorů

Publikace se zabývá pohledem na stáří a seniory a z druhé strany na pohled společnosti na tuto problematiku. Je zde snaha dokázat provázanost mezi společností a generačními rozdíly, týkajícími se stáří. Kdy společnost utváří generaci, která mění stáří a naopak generace a její stáří mění společnost.

Stuart – Hamilton Ian: Psychologie stárnutí

Dílo britského psychologa se věnuje přehledu poznatků o aspektech stárnutí a stáří. Jsou zde podrobně rozebrány základní okruhy psychologie stáří, také se věnuje gerontologii. Vše je psáno velmi čtivou formou, i když se jedná o odbornou publikaci.

Šerák Michal: Zájmové vzdělávání dospělých

Cílem této knihy je komplexní vymezení pojmu zájmové vzdělávání dospělých. Klade důraz na jeho význam pro jedince i společnosti, jelikož se jedná o možnost vedoucí ke zkvalitnění života stárnoucí populace.

Zounek Jiří: E-learning – jedna z podob učení v moderní společnosti

Teoretické zamyšlení nad využitím e-learningu ve vzdělávání. Je nutné si uvědomit roli a využití moderních metod a prostředků v životě společnosti. Proto zde autor nastiňuje možnosti využití v praxi.

EMAIL S POZVÁNÍM K VÝZKUMU

Vážení přátelé,

chtěla bych Vás požádat o pomoc při zpracování mé bakalářské práce. Téma je **VYUŽITÍ HERNÍCH METOD DUCCIA DEMETRIA V EDUKACI SENIORŮ**. Jedná se o rekapitulaci života pomocí vzpomínek. V příloze přikládám pravidla, která jsou přeložena z polského vydání knihy **HRA NA POZADÍ ŽIVOTA**.

První hra č. **8 KDYSI** bude asi časově náročnější. Druhá hra č. **24 POHLED Z PTAČÍ PERSPEKTIVY** je tvořivější. K této hře se vztahují přílohy Topografické značky. Malá poznámka na okraj (nikdo nejsme dokonalý) mně se podařilo u **značky most, vložit dvakrát znak, nikoliv popisku most**. Za což se velmi omlouvám.

Můžete úkol vypracovat:

- a) jako psaný text, kdy ke každé značce napíšete, co pro Vás znamená
- b) máte-li možnost značky vytisknout a nalepit na list papíru poté popsat a výsledek vyfotografovat a poslat zpět...

Pokud se Vám hry budou líbit a vyzkoušíte je, požádala bych Vás o názor na tuto práci, a to odpovědí na tyto otázky:

- pomohly vám hry zrekapitulovat váš dosavadní život?
- byla nápomocna tato rekapitulace života k tomu, uvědomit a ujasnit si, kterým směrem může váš život směřovat, podařilo se vám najít nový cíl?
- jak jste vnímali provedení hry, bylo příjemné, uklidňující, tvořivé, nebo Vás vůbec nelákalo tyto hry vyzkoušet, bylo to pro Vás nepříjemné?

Vzhledem k tomu, že jsem pojala toto "vzdělávání" formou e-learningu, případné dotazy ráda obra-tem zodpovím.

Děkuji moc za vstřícnost a chuť vyzkoušet něco nového.
Přeji Vám hodně radosti u této snad zajímavé práce.

Tamara Kalaitzidisová