

# Potřeba vrstevnické skupiny u seniorů

Bc. Jana Migotová

---

Diplomová práce  
2022



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2021/2022

# ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Bc. Jana Migotová**  
Osobní číslo: **H20026**  
Studijní program: **N0111A190013 Sociální pedagogika**  
Forma studia: **Prezenční**  
Téma práce: **Potřeba vrstevnické skupiny u seniorů**

## Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti vrstevnických skupin, sociálních vztahů ve stáří a obecné charakteristiky seniorů.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovorů.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

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

**Seznam doporučené literatury:**

ERIKSON, Erik H, c2015. Životní cyklus rozšířený a dokončený: devět věků člověka. Přeložil Jiří ŠIMEK. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0786-3.

NOVOTNÁ, Eliška, 2010. Sociologie sociálních skupin. Praha: Grada. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-2957-2.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ, 2012. Sociologie stáří a seniorů. Praha: Grada. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3850-5.

SÝKOROVÁ, Dana, 2007. Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie. Praha: Sociologické nakladatelství. Studie (Sociologické nakladatelství). ISBN 978-80-86429-62-5.

ŠVARÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ, 2007. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál. 377 s. ISBN 978-80-7367-313-0.

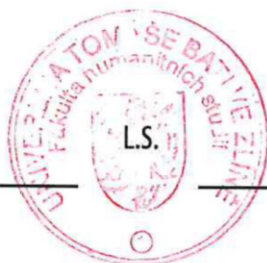
Vedoucí diplomové práce: **PhDr. Helena Skarupská, Ph.D.**  
Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce: **9. prosince 2021**

Termín odevzdání diplomové práce: **22. dubna 2022**

---

**Mgr. Libor Marek, Ph.D.**  
děkan



**doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.**  
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 9. prosince 2021

## PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 12. 4. 2022

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

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

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

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

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

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

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo 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 jím 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 přihlídně k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Diplomová práce se zabývá problematikou vrstevnické skupiny seniorů. Teoretická část se zaměřuje na charakteristiku seniora během stáří, a to včetně změn a vlivů v tomto období. Dále přibližuje život jedince v sociální skupině (především vrstevnické) a také popisuje sociální vztahy seniorů. Cílem praktické části je porozumět vrstevnickým vztahům seniorů a zjistit, jakým způsobem seniory tato skupina ovlivňuje. Výzkum má kvalitativní charakter a je použita metoda hloubkového rozhovoru. Závěrem celé práce je vyhodnocení výzkumu a shrnutí všech dosažených výsledků.

Klíčová slova: senioři, stáří, sociální skupina, vrstevnická skupina, vrstevnické vztahy

## **ABSTRACT**

The diploma thesis deals with the issue of peer group of seniors. The theoretical part focuses on the characteristics of seniors during the old age, including changes and influences in this period. Furthermore, it presents the life of an individual in a social group (especially a peer group) and also describes the social relationships of seniors. The aim of the practical part is to understand the peer relationships of seniors and to find out how seniors are affected by this group. The research is qualitative in nature and the in-depth interview method is used. The conclusion of the whole thesis is an assessment of the research and a summary of all the results obtained.

Keywords: seniors, old age, social group, peer group, peer relationships

Touto cestou bych ráda poděkovala PhDr. Heleně Skarupské, Ph.D., vedoucí mé diplomové práce, za její odborné vedení, pomoc a cenné rady. Ráda bych také poděkovala všem dotazovaným osobám, které mně poskytly svůj čas pro rozhovor, a také své rodině za podporu během celého studia.

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

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 SENIOR A STÁŘÍ</b> .....	<b>12</b>
1.2 ZMĚNY VE STÁŘÍ .....	15
1.2.1 Stáří z biologického pohledu.....	16
1.2.2 Stáří z psychologického pohledu.....	18
1.2.3 Stáří ze sociálního pohledu .....	19
1.3 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ.....	20
1.4 SHRNUÍ KAPITOLY .....	22
<b>2 ŽIVOT V SOCIÁLNÍ SKUPINĚ</b> .....	<b>23</b>
2.1 SOCIÁLNÍ SKUPINA .....	23
2.1.1 Vznik, formování a struktura sociální skupiny .....	24
2.1.2 Dělení sociálních skupin .....	26
2.2 VRSTEVNICKÁ SKUPINA.....	30
2.3 SHRNUÍ KAPITOLY .....	32
<b>3 SOCIÁLNÍ VZTAHY SENIORŮ</b> .....	<b>33</b>
3.1 DŮLEŽITÁ LIDSKÁ POTŘEBA – POTŘEBA SOUNÁLEŽITOSTI.....	33
3.2 SOCIÁLNÍ VAZBY SENIORŮ .....	37
3.3 SOCIÁLNÍ VZTAHY SENIORŮ V OBDOBÍ ŠÍŘENÍ VIRU COVID-19 .....	40
3.4 SHRNUÍ KAPITOLY .....	42
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>43</b>
<b>4 VÝZKUM</b> .....	<b>44</b>
4.1 DESIGN VÝZKUMU.....	44
4.2 VÝZKUMNÉ CÍLE .....	45
4.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	45
4.4 VÝZKUMNÝ NÁSTROJ .....	45
4.5 VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	46
4.6 PRŮBĚH VÝZKUMU .....	48
4.7 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT .....	48
<b>5 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU</b> .....	<b>50</b>
5.1 KATEGORIE „POTŘEBY SENIORA“ .....	51
5.2 KATEGORIE „ZDROJ RADOSTI“ .....	52
5.3 KATEGORIE „PŘÍNOS KONTAKTU“ .....	54
5.4 KATEGORIE „CO BYLO KDYSI“.....	55



5.5	KATEGORIE „STINNÉ STRÁNKY“ .....	56
6	SHRNUTÍ VÝZKUMU A ZODPOVĚZENÍ VÝZKUMNÝCH OTÁZEK.....	63
7	DISKUSE A DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	66
	ZÁVĚR .....	69
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....	71
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	76
	SEZNAM OBRÁZKŮ .....	77
	SEZNAM TABULEK .....	78
	SEZNAM PŘÍLOH .....	79

## ÚVOD

Tato diplomová práce se zabývá **potřebou vrstevnické skupiny u seniorů**, přičemž takovouto skupinu definují věkově navzájem blízké osoby, z čehož vyplývá antecedence prožití obdobných životních situací, tj. rovněž jejich pravděpodobná názorová blízkost.

*„Jedinec očekává od skupiny pocit sociálního bezpečí (ochrany). Dominujícím motivem skupinového života je sociální usnadnění a sociální podpora.“* (Řezáč, 1998, s. 158)

Člověk má během celého života přirozenou potřebu navazovat s lidmi vztahy, jelikož jedna ze základních lidských potřeb je potřeba sounáležitosti. Potřebu sounáležitosti, z angličtiny „Need to belong“, můžeme vysvětlit jako potřebu osob být součástí skupin a tvořit a udržovat v ní vztahy. Myšlenka důležitosti této potřeby má dlouhou historii. Jako jeden z prvních na ni poukázal Sigmund Freud, který se domníval, že touha po vztazích vychází z lidského sexuálního pudu. Dalším průkopníkem podobné myšlenky byl Abraham Maslow, který potřebu sounáležitosti zařadil do své hierarchie potřeb. Jeden z prvních, který rozvinul myšlenku sounáležitosti jako zvláštní potřeby byl John Bowlby, který je mimo jiné známý díky své teorii attachmentu. Nejvlivnější verzi potřeby sounáležitosti však rozpracovali Roy Baumeister a Mark Leary, kdy tuto potřebu označili jako jednu z nejdůležitějších potřeb, které musí člověk uspokojit. Tuto potřebu staví na stejnou úroveň jako například jídlo či střechu nad hlavou. (Psychology, © 2021)

Obecně řečeno, potřeba sounáležitosti je jedna ze základních lidských potřeb a i když se s věkem může měnit, tato potřeba zůstává napříč všem věkovými kategoriím, tedy i u seniorů. Na druhou stranu ale v důsledku stárnutí dochází ke změně či ztrátě některých sociálních dovedností, kdy je následně těžké si udržet stávající sociální vazby. Dále také čím je senior starší, tím více ztrácí kolem sebe především vrstevníky. Proto pro seniora hraje velmi důležitou roli sociální síť, která je tvořena nejen vrstevníky, tedy přáteli či sousedy, ale především rodinou. Absence této sítě, tedy sociálních vztahů, tak může vést k negativním dopadům na seniora, jako například pocit izolace, osamělost či negativní emoce. (Pokorná, Blažková, 2012, s. 24)

V této práci se proto zaměříme na vývoj vrstevnických vztahů u seniorů a také na to, jaký význam mají tyto vztahy u seniorů. Výzkum se zaměřuje na seniory, kteří žijí ve svém přirozeném prostředí, tedy doma, a tak udržují vztahy se svými rodinami. Proto chceme zjistit, jaká je u nich potřeba tvořit vrstevnické vztahy a jak je tato skupina ovlivňuje i přesto, že mají zachovány vztahy v rodině.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 SENIOR A STÁŘÍ

„Každý chce žít dlouho, ale nikdo nechce být starý.“ (Jonathan Swift)

Haškovcová (2010, s. 9) ve své publikaci zmiňuje, že „*stáří je devalvováno blízkostí smrti; je předposlední etapou lidské pouti zdejším, reálným světem.*“ Všeobecně tedy můžeme říci, že období stáří označujeme jako **poslední fázi života, která končí smrtí**. Existuje mnoho autorů zabývajících se tímto obdobím, kdy každý definuje stárnutí a stáří odlišně.

V této kapitole si vymezíme základní pojmy této problematiky a představíme změny, které probíhají během stáří.

### 1.1 Vymezení základních pojmů

Pojem, který hraje zásadní roli v našem tématu je označení senior. **Senior** je starší člověk, ale většinou také nejvíce vážený člověk určité skupiny. Tento pojem se často používá také k tomu, aby se všeobecně rozlišilo, kdo je mladší a starší člen rodiny (junior a senior). Je známé také staré, dnes už nepoužívané, označení seniora jako „gerón“, které pochází z řečtiny. Z tohoto označení se odvodila věda o stáří a stárnutí – gerontologie. (Haškovcová, 2012, s. 87, 148)

V rámci tématu se také setkáváme s pojmem senium. **Senium** je jinak řečeno stáří. V literatuře se také často setkáváme s pojmem presenium, což znamená příchod stáří, který řadíme mezi 55. až 65. rokem života. (Haškovcová, 2012, s. 148)

Než se zaměříme na vymezení stáří a stárnutí, vymezíme si vědu, která se stáří a stárnutí věnuje. Jedná se o **gerontologii**. Součástí gerontologie je geriatrie experimentální, geriatrie sociální a geriatrie. **Geriatricie experimentální** se zabývá výzkumem stárnutí organismu jak u živočichů, tak člověka. **Geriatricie sociální** se věnuje sociálním faktorům, které působí na staré lidi. **Geriatricie** je samostatným lékařským oborem a specializuje se na specifickou chorob ve stáří. (Haškovcová, 2012, s. 87)

Obecně rozlišujeme **stáří (senium)** a **stárnutí (renescence)**. I přes často odlišné definování se odborníci shodují na tom, že **stáří** je jakožto vývojové období konečnou etapou života, kdežto **stárnutí** je proces fyziologického charakteru, kterému se člověk nevyhne. (Příbyl, 2015, s. 9)

**Stáří (senium)** řadíme do přirozeného průběhu života, kdy jde o poslední fázi ontogenetického vývoje člověka. Jedná se o projev a důsledek tzv. involučních změn

(sestupných vývojových změn), které probíhají u každého člověka různou rychlostí. (Kalvach a kol., 2004, s. 29)

Sak a Kolesárová (2012, s. 14) definují stáří jako fázi života, která je omezena dvěma časovými body. První hranicí je smrt. Druhou hranicí je postupné vstupování jevů a procesů v určitý čas do života člověka, kdy právě celek pak tvoří stáří. Tito autoři mají také na stáří zajímavý pohled, kdy spolu přirovnávají dětství a stáří. I přesto, že tyto dvě etapy jsou od sebe časově velmi vzdálené, mají společné rysy, jako například ohraničení nebytím, kdy dítě z nebytí přichází a naopak starý člověk do něj odchází. Ve stáří se také člověk často vzpomínkami vrací právě do dětství a vzpomíná na všechno, co mu v dětství bylo vštěpováno, aby si odnesl do dospělosti. (Sak a Kolesárová, 2012, s. 13)

Na otázku, kdy začíná stáří, není mezi autory zcela jedna shodná odpověď, existuje také mnoho periodizací stáří, kdy každý autor má pomyslnou hranici jinde. WHO již v roce 1970 rozdělila staří podle vyspělosti země pobytu – a to na vyspělý/rozvitý svět a svět rozvíjející se. U rozvinutého světa je uváděn začátek stáří 65 lety. Také OSN udává věk začátku stáří ve stejném roce jako WHO, tedy v 65 letech. (Hudáková, Majerníková, 2013, s. 25)

Z literatury uvádíme periodizaci od Příbyla (2015, s. 10). Ten stáří dělí takto:

- *„60–74 let: stárnutí, rané stáří, renaissance*
- *75–89 let: vlastní stáří, kmetství, senium*
- *90 a více let: dlouhověkost, patriarchium“*

Dále si uvedeme vymezení podle Stuart-Hamilton (1999, s. 20), který stáří rozděluje na:

- *„Mezní věk: 60–65 let*
- *Mladší stáří: 65–75 let*
- *Pokročilé stáří: 75 a více let“*

Další dělení, již ze starší literatury, přináší Burnside a kol. (1979, s. 42), který tehdy zavedl nová synonyma pro označení „šedesátníci“, „sedmdesátníci“ apod.:

- *„Mladé stáří: 60–69 let*
- *Zralé stáří: 70–79 let*
- *Pokročilé stáří: 80–89 let*
- *Velmi pokročilé stáří: 90–99 let“*

Všeobecně se dříve označovalo stáří jako třetí věk. (Dětství jako první věk a dospělost jako druhý věk). Jelikož se ale v posledních letech prodlužuje délka života, a tak i stáří, dělí se nyní na třetí věk a čtvrtý věk. Haškovcová (2012, s. 99) uvádí klasifikaci věků takto:

- „45–59 – střední nebo též zralý věk
- 60–74 let – vyšší věk neboli rané stáří
- 75–89 – stařecký věk neboli senium (také vlastní stáří)
- 90 let a více – dlouhověkost“

Jak můžeme vidět, tak i přesto, že starší periodizace uvádějí začátek stáří už kolem 60. roku života, za poslední dobu se hranice stáří posunula. V současné době se už řídíme hranicí 65 let, jak udává WHO či OSN. Také Mühlpachr (2004, s. 21) své členění stáří zmiňuje až od 65 let, kdy tuto skupinu označuje jako mladí senioři. Tato hranice se v posledních letech posunula, především ve vyspělých státech, z důvodu posouvání věku, kdy lidé průměrně umírají. Je to především z důvodu zvyšování životní úrovně.

Aby bylo dělení stáří přehlednější, v následující tabulce shrnujeme jednotlivá dělení od různých autorů.

Tabulka 1 Přehled periodizací stáří  
(zdroj: vlastní zpracování na základě jednotlivých autorů)

AUTOR	1. OBDOBÍ	2. OBDOBÍ	3. OBDOBÍ	4. OBDOBÍ
<b>Příbyl (2015, s. 10)</b>	60-74 let Stárnutí, rané stáří, renescence	75-89 let Vlastní stáří, kmetství, senium	90 a více let Dlouhověkost, patriarchium	-
<b>Stuart-Hamilton (1999, s. 20)</b>	60-65 let Mezní věk	65-75 let Mladší stáří	75 a více let Pokročilé stáří	-
<b>Burnside a kol. (1979, s. 42)</b>	60-69 let Mladé stáří	70-79 let Zralé stáří	80-89 let Pokročilé stáří	90-99 let Velmi pokročilé stáří
<b>Haškovcová (2012, s. 99)</b>	Třetí věk	Čtvrtý věk	-	-
<b>Haškovcová (2012, s. 99)</b>	45-59 let Střední nebo zralý věk	60-74 let Vyšší věk nebo rané stáří	75-89 let Stařecký věk nebo senium	90 let a více Dlouhověkost
<b>Mühlpachr, 2004, s. 21)</b>	65-74 let Mladí senioři	75-84 let Staří senioři	85 a více let Velmi staří senioři	-

**Stárnutí (gerontogeneze, involuce či renescence)** je přirozený a biologicky zákonitý proces, kdy ubývají funkční rezervy organismu a zmenšují se adaptační schopnosti jedince. Tento proces probíhá již od početí, ale za pravé projevy stárnutí bereme pokles funkcí, které nastávají až po dosažení sexuální dospělosti. (Kalvach a kol., 2004)

Na základě znaků můžeme stárnutí rozdělit na:

- *„Primární stárnutí: Zahrnuje tělesné znaky stárnoucího organismu.*
- *Sekundární stárnutí: Změny, které se ve stáří objevují častěji, nejsou však jeho nutným doprovodným jevem.*
- *Terciální stárnutí: Vyjadřuje prudký a nápadný tělesný úpadek, předcházející smrti.“* (Stuart-Hamilton, 1999, s. 18)

Také v kontextu stárnutí rozlišujeme chronologický neboli kalendářní věk a sociální věk. Chronologický věk určujeme na základě toho, jak je člověk starý a sociální věk na základě společenského očekávání chování, které společnost očekává na základě biologického věku. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 20)

Příbyl (2015, s. 9) dále stárnutí dělí na fyziologické a patologické. **Fyziologické stárnutí** (také zdravé stárnutí či primární stárnutí) je souvislý proces po 65. roce, který je charakteristický běžnými projevy spojenými s věkem a vytváří se tzv. stařecký fenotyp – typický obraz jako například svažování kůže. **Patologické stárnutí** (také sekundární stárnutí) je proces, kdy je stárnutí urychleno, například nějakou chorobou.

Jako poslední pojem, se kterým se čím dál častěji setkáváme během témat stáří a stárnutí, je **dlouhověkost**. Jde o označení pokročilého věku, kdy pomyslná hranice se v literatuře všeobecně bere jako věk nad 90 let. I přesto, že těchto osob je v naší populaci velmi málo, počet stoupá, a to z důvodu stále lepší životní úrovně či medicínského pokroku. (Mühlpachr, 2004, s. 21)

## 1.2 Změny ve stáří

Pokud na člověka pohlížíme jakožto na bio-psycho-sociální bytost, tato celistvost se logicky promítá i během stáří. Jak už jsme zmiňovali v předešlé podkapitole, stáří je zákonitě spojeno s involučními procesy, kdy tato sestupná vývojová změna se dostavuje pozvolna, avšak postupně postihuje všechny oblasti člověka. Znamky stáří se tak objevují ve sféře tělesné, duševní, ale také sociální. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 21)

V následujících bodech si rozebereme změny ve stáří rozdělené do třech lidských oblastí.

### 1.2.1 Stáří z biologického pohledu

Stuart-Hamilton (1999, s. 22) ve své publikaci uvádí několik teorií biologického stárnutí. Ze všech však můžeme vyvodit závěr, a to ten, že z biologického pohledu buňky v těle nejsou nesmrtelné, probíhá sice postupné nahrazování, ale tento proces náhrady není nekonečný. Proto v důsledku involučních procesů nastává úpadek funkcí jednotlivých systémů organismu.

Rychlost procesu biologického stáří je individuální a může být ovlivněno mnoha faktory, jako například životním stylem jedince, chronickými nemocemi či dokonce vlivem psychického stavu. Příbyl (2015, s. 11) uvádí tři základní typy změn:

1. *„Úbytek funkcí na molekulární, tkáňové, orgánové a systémové úrovni*
2. *Významný pokles buněčných rezerv manifestující se například při reakci v zátěžových situacích*
3. *Zpomalení většiny funkcí“*

Hlavním obrazem biologického stáří je **fenotyp stáří**. Fenotyp stáří můžeme chápat jako velmi typický obraz, kterým může být svrašťování a vysušování kůže, šedivění vlasů, absence ochlupení, zhoršování sluchu či ochabování svaloviny. (Příbyl, 2015, s.11)

Na základě zmiňovaných involučních procesů nastávají změny ve všech systémech celého lidského těla. Tyto změny pociťuje jak samotný stárnoucí jedinec, tak i jeho okolí vnímá některé viditelné znaky. Dvořáčková (2012, s. 24) doplňuje, že všechny biologické změny během stáří mají následně vliv jak na vzhled, tak i chování seniora. Jedinec se začne více zajímat o svou osobu a orgány, což následně může způsobovat i změny v oblasti lidské psychiky.

Jelikož se však tato diplomová práce nezaměřuje přímo na oblast stárnutí, charakterizujeme problematiku biologických změn ve stáří pouze v obecnější rovině. V následující tabulce uvádíme jedny ze základních změn během stáří ve struktuře a funkčnosti v jednotlivých systémech organismu, které uvádí Mühlpachr (2004, s. 21).



Tabulka 2 Změny ve stáří  
(zdroj: vlastní zpracování na základě Mühlpachr, 2004, s. 21)

Systém	Charakteristické změny
Pohybový systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Změna ve složení chrupavky</li> <li>▪ Úbytek svalové síly</li> <li>▪ Zhoršení pohybové koordinace</li> </ul>
Nervový systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Poruchy spánku</li> <li>▪ Zpomalení vedení nervů</li> <li>▪ Zmenšování mozku (horší vybavování)</li> </ul>
Smyslový systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zrak – zhoršené zaostřování, ztráta zrakové ostrosti</li> <li>▪ Sluch – změny ve středním uchu (zhoršené slyšení)</li> <li>▪ Hmat – vyšší hmatový práh citlivosti</li> </ul>
Oběhový systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Redukce průtoku krve orgány</li> <li>▪ Rychlejší tepová frekvence</li> <li>▪ Menší elasticita tepen (zvýšení krevního tlaku)</li> </ul>
Respirační systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Potřeba vyšší dechové práce</li> <li>▪ Zhoršení vitality plic</li> <li>▪ Pokles aktivity řasinkových epitelů</li> </ul>
Vylučovací systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Poruchy funkce močového měchýře</li> <li>▪ Zhoršení funkčnosti ledvin</li> </ul>
Trávicí systém	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ztráta chrupu</li> <li>▪ Zhoršení pohyblivosti trávicí trubice</li> <li>▪ Snížení kyselosti v žaludku</li> </ul>
Ostatní systémy	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zhoršení imunity</li> <li>▪ Pokles pružnosti kůže, pomalejší hojení</li> <li>▪ Úbytek svalů a zvýšení tělesného tuku</li> <li>▪ Snížení prahu bolesti</li> </ul>

### 1.2.2 Stáří z psychologického pohledu

Staří provází nejen změny biologické, ale také psychologické, které jsou často podmíněny biologicky, psychicky i sociálně.

Pokud se podíváme na existující teorie periodizace duševního vývoje, zjistíme, že většina autorů, jako Piaget a Freud, popisují pouze duševní vývoj končící v dětském věku či adolescenci. E. H. Erikson však rozpracoval psychoanalytickou periodizaci vývoje od narození až po stáří.

Jde o **klasifikaci psychologického vývoje podle Eriksona** (2015, s. 59), který rozděluje vývoj osobnosti jedince z psychologického hlediska do osmi stádií, tzv. Teorie osmi věků člověka. V každém stádiu se dle Eriksona člověk vyrovnává s jedním hlavním úkolem, před kterým je postaven společností. Tyto úkoly jsou označovány jako dilemata či konflikty, které člověk musí prožít a následně vyřešit, aby mohl postoupit do dalšího stádia. V našem případě jde o **stádium stáří**, tedy poslední osmé stádium. Jde o dilema **integrity vs. zoufalství, znechucení**. Účinnou sílu tohoto období Erikson udává **moudrost**. Jedná se o stádium smíření a moudrosti. Úkolem tohoto období je celkové zhodnocení života, zda člověk prožil život smysluplně. Dále smíření se a uzavření věcí z minulosti a příprava odejít v klidu z tohoto světa. Negativní stránkou tohoto období jsou pocity zoufalství, pocity nenaplněného, promarněného života a také strach z blížící se smrti.

Obecně ve stáří platí, že člověk je méně přizpůsobivý, chybí mu empatie a určité vlastnosti člověka se zvýrazňují. Často žije ve svých vzpomínkách a hodnotí život, který prožil. Psychické změny ve stáří však můžeme rozdělit na dvě hlavní oblasti, a to změny kognitivní a změny emoční.

#### Kognitivní změny

- **Smyslové vnímání** – Smyslové vnímání se ve stáří zhoršuje. Jde o zhoršení zrakové percepce či zhoršení sluchu. To má následně vliv na pokles výkonu některých denních činností (např. četba).
- **Paměť** – Zhoršuje se paměť, a to především paměť pro nové události a paměť krátkodobá. Události z dávné doby zůstávají většinou dobře zachovány (pokud jedinec netrpí určitým onemocněním, které zapříčiňuje ztrátu paměti).
- **Intelligence** – Vyšším věkem postupně může klesat intelligence.
- **Tvořivost** – Tvořivost člověka klesá již od střední dospělosti, není to však pravidlem. U některých seniorů je tvořivost zachována ve velké míře (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 204)

- **Časový odhad** – Zpomalením psychických procesů se ve stáří časový odhad zhoršuje. (Vágnerová, 2007, s. 408)

### Emoční změny

- **Intenzita emočního prožívání** – Intenzita prožívání emocí klesá, taktéž emoční prožívání bývá méně časté. Není však jednotně dané, u některých případů může být opačný efekt.
- **Emoční regulace** – Ve stáří se zhoršuje, bývá problém ovládnout reakce na určité situace v běžném životě. (Vágnerová, 2007, s. 410)

### 1.2.3 Stáří ze sociálního pohledu

Tak jako všechny fáze lidského života, tak i období stárnutí a stáří je spojováno s mnoha sociálními aspekty. Jde o události, které jsou typické pro období stáří a život seniora více či méně ovlivňují. Nyní si tyto hlavní sociální události uvedeme.

#### Odchod do starobního důchodu

*„Starobní důchod je jedním ze čtyř druhů důchodů českého důchodového systému (vedle důchodu invalidního, vdovského, vdoveckého a sirotčího).“* Aby měl člověk nárok na starobní důchod, musí splňovat dvě základní podmínky. První podmínkou je dosažení důchodového věku, který není u osob narozených do roku 1971 stanoven jednotně. Určuje se podle data narození a u žen se přihlíží na počet vychovaných dětí. U ročníků narozených po roce 1971 je stanoven důchodový věk 65 let. Druhou podmínkou je získat potřebnou dobu důchodového pojištění, které se určuje podle roku dosažení důchodového věku. Pokud osoba dosáhne důchodového věku v roce 2018 či později, potřebná doba pojištění činí 35 let. (ČSSZ, © 2021)

Odchod do starobního důchodu je velkou změnou v životě člověka. Jedinec se přesouvá z aktivního období pracovního nasazení do období bez pracovních závazků. Jak uvádí Vágnerová (2007, s. 355), *„odchod do důchodu znamená ztrátu profesní role a s ní spojené společenské prestiže“*. Dle Kalvacha a Onderkové (2006, s. 9) je odchod do starobního důchodu faktor, který klade vysoké nároky na adaptaci na změněný životní styl, ve kterém převládá více volného času a často také vede k poklesu životní úrovně. Schopnost adaptovat se na nové věci je ve stáří čím dál menší, a tak je často pro člověka těžké se přizpůsobit této nové situaci. S touto sociální změnou se každý jedinec (senior) vypořádává individuálně. Většina seniorů hodnotí skutečnost odchodu do starobního důchodu kladně. Někdy však

i přesto, že člověk je v důchodovém věku a má nárok na odchod do starobního důchodu, zůstává i nadále v zaměstnání, například formou zkráceného úvazku. Jsou také i případy, kdy lidé v důsledku odchodu ze zaměstnání trpí psychickými obtížemi.

### **Ovdovění**

Ovdovění, jinak řečeno ztráta životního partnera, manžela či manželky, vede k hlavním příčinám osamělosti seniora. Dopad ztráty většinou závisí na tom, jak byla smrt očekávána. Všeobecně se senioři vyrovnávají se smrtí partnera lépe, pokud už byl delší dobu protějšek nemocný. Některé studie také ukazují, že se lépe se ztrátou vyrovnávají muži, a to z důvodu často lepšího finančního zabezpečení, tedy vidiny dobrého zajištění, i když zůstane sám. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 162)

Další zásadní změnou v sociální oblasti seniora je teritorium, kde se odehrává život člověka a kde se setkává s lidmi. Pro stáří je typická ztráta sociálních kontaktů, které může vést k osamělosti či izolace od společnosti. Detailněji tuto problematiku rozebíráme ve 3. kapitole, kde se zabýváme sociálními vztahy seniorů.

## **1.3 Příprava na stáří**

Přechod z aktivního života spojeného s mnoha povinnostmi a úkoly do období stáří, tedy období po odchodu do starobního důchodu, s sebou přináší nespočet změn. Člověk má najednou více volného času, změní se režim a okruh osob, se kterými se setkával, se může zmenšovat. Pro člověka je často těžké si na tuto velkou změnu zvyknout, a tak je důležité věnovat pozornost přípravě na stáří. Nebylo tomu tak však vždy, v dávných dobách se lidé nedoživali vysokého věku a pokud ano, vysoký věk byl vždy spojen se špatným zdravotním stavem. Proto se přípravě na stáří nepřipisovala žádná důležitost. (Příbyl, 2015, s. 22)

Ministerstvo práce a sociálních věcí (2020, s. 27) ve svém Manuálu přípravy na stáří pro občany uvádí Typy přístupů k zabezpečování na stáří, kde představuje 4 typy přístupů dospělých lidí na základě toho, jak nahlízejí na s ním spojená rizika (zdravotní, finanční, sociální atd.). Jedná se o tyto typy:

### **1. Ostražití hlídači**

Jedná se o 29 % populace dospělých osob. Tato skupina lidí si zásadně uvědomuje rizika stáří a současně se zabývá strategiemi zabezpečování na stáří. Tito lidé jsou názoru, že dobré mít stále rizika stáří pod kontrolou. Nedůvěřují systému, který zajišťuje institucionální zabezpečení na stáří.

## 2. Spontánní aktivisté

Jde o 20 % dospělé populace. V této skupině chybí vnímání rizik a zároveň se vyznačují vysokou mírou preventivních strategických aktivit. Tyto osoby si často neuvědomují především finanční rizika, jelikož jsou dobře zabezpečeni a předpokládají zajištění i ve stáří. Bezpečí jim dodává vysoká důvěra v instituce pro zabezpečení během stáří.

## 3. Odevzdaní trpitelé

Jedná se zde o 21 % osob. Tito lidé si uvědomují rizika stáří, avšak nemají dostatečné možnosti či schopnosti k tomu, aby si mohli zajistit pokojné stáří. Jsou si vědomi svého riziku, ale nemají na vybranou, a tak rizika podstupují nedobrovolně a stále doufají, že se o ně ve stáří někdo postará.

## 4. Bezstarostní jezdci

Tuto skupinu tvoří 30 % dospělé populace. Rizika si nepřiznávají, jsou názoru, že jsou až moc daleko, a tak nemají žádnou snahu se zajistit či se připravit na tato rizika. Spoléhají na to, že jejich stáří bude snesitelné a spoléhají na systém institucí pro zabezpečení jako záchranný bod.

Na otázku, který přístup je nejvýhodnější a nejlepší, asi nedokážeme jednotně odpovědět. Vždy záleží na celkové životní situaci a okolnostech. Další otázkou je, kdy si člověk začne uvědomovat potřebu přípravy na stáří. Na základě několika provedených výzkumů vyšlo najevo, že současní senioři se začali připravovat až po 50. roku, někteří dotazovaní vůbec. Současná generace dospělých osob je na tom podstatně lépe, kdy se začínají připravovat již po 40. roku. (Příbyl, 2015, s. 23)

Přípravu na stáří Příbyl (2015, s. 23) rozděluje z časového hlediska na dlouhodobou, středně dlouhou a krátkodobou. **Dlouhodobá příprava na stáří** obsahuje jako hlavní body výchovu ke smysluplnému životu, rozvíjení vzdělávání, společenských aktivit či rozvoj tvořivosti. Také je důležitá snaha o udržování dlouhodobé stability v rodině. Dlouhodobá příprava se týká téměř celého života, kdy například v období adolescence jde o výchovné vedení k zodpovědnému partnerství či respektu ke starším osobám. Také jde o naučení vnímání a nesení zodpovědnost za všechny etapy života, tedy i období stáří. **Středně dlouhá příprava na stáří** by nejlépe měla začínat nejpozději 10 let před ukončením ekonomické aktivity. Tato příprava se týká třech hlavních okruhů, které bývají problémové. Prvním je okruh biologický, kde spadá osvojení zdravého životního stylu, druhým je psychologický, kde jde o psychohygienu a přijímání stáří, a třetím je okruh sociální, který je zaměřená na budování

volného času a vytváření a udržování vztahů mimo zaměstnání. Jako poslední si uvedeme **krátkodobou přípravu na stáří**. Tu je doporučeno zahájit tři až pět let před odchodem z pracoviště do starobního důchodu. V tomto období je především důležité se informovat o možnostech, jak udržet aktivní život. Jako úspěšná taktika je často doporučováno navštěvovat jakýkoli vzdělávací kurz, kde člověk neztratí určitý řád, který doposud měl, dále se poznává s novými jedinci, a tak udržuje sociální kontakty a v neposlední řadě udržuje své kognitivní funkce v aktivním stavu.

V návaznosti na přípravu na stáří a následný přechod do starobního důchodu se nabízí zmínit **koncept tzv. aktivního stárnutí**. Hasmanová Marhánková (2013, s. 17) vysvětluje tento koncept ve své knize jako proces, který by měl ve výsledku vést ke zlepšení podmínek a kvality života seniorů. Jedná se o pojem, který byl zaveden Světovou zdravotnickou organizací v rámci strategie stárnutí obyvatelstva. Operovat s tímto konceptem se začalo jakožto odpovědí na prodlužování lidského života a přibývající počty starších osob. Jde o skutečnost, že ve společnosti se musí začít měnit přístup k začleňování starších osob do společnosti – na seniory by tak nemělo být pohlíženo jako na neprospěšné, upadající osoby, ale jako na pozitivní skupinu. Hlavní cíle konceptu aktivního stárnutí jsou zaměřeny na rozvoj seniorů v oblasti vzdělání, zaměstnání či osobního rozvoje.

#### 1.4 Shrnutí kapitoly

Stáří je poslední z fází života člověka. Na toto období existují od mnoha autorů různé periodizace. Shoda odborníků panuje při začátku pravého stáří, které je v dnešní době ve vyspělých zemích považováno okolo 65. roku života.

Člověk stárne a mění se, období stáří je proto spojeno s mnoha změnami, ať už biologickými, tak i psychickými a sociálními, a člověk by se měl na toto období připravit, aby jeho adaptace na změnu byla co nejvíce plynulá. Biologické změny, které jsou často viditelné, jsou zapříčiněny involučními změnami, které se dějí automaticky, a nelze tento proces zastavit. Také psychologická stránka člověka se během stáří mění, jako například intelektuální stránka člověka, a tak ovlivňuje každodenní život jedince. Taktéž mají na seniora vliv změny typické ze sociálního hlediska, jako je odchod do starobního důchodu či ztráta partnera, kdy tyto události mění volný čas seniorů či okruh lidí, se kterými se setkávají.

## 2 ŽIVOT V SOCIÁLNÍ SKUPINĚ

„Člověk náleží mezi lidi.“ (Josef Čapek)

Lidský jedinec se stává ihned po příchodu na svět součástí určitého sociálního prostředí. Řezáč (1998, s. 20) definuje sociální prostředí jako „*integrováný sociální systém tvořený lidmi, jejich vzájemnými vztahy, společenskými aktivitami a produkty těchto vztahů a aktivit.*“ Jak uvádí Jandourek (2009, s. 81), člověk nežije pouze v izolovaném prostředí bez žádných interakcí, ale také není součástí pouze celkové společnosti jako anonymní jedinec. Každá osoba je součástí několika sociálních skupin, kdy sociální skupinu můžeme brát jako jednu ze základních jednotek lidské společnosti.

V této kapitole si vymezíme sociální skupinu, jak se vyvíjí, co v ní probíhá a jaké existují druhy. Dále se zaměříme na určitou sociální skupinu, která tvoří jádro naší práce – jedná se o vrstevnickou skupinu.

### 2.1 Sociální skupina

Nejprve si definujeme sociální skupinu. Sociální skupina se skládá nejméně ze dvou či více osob, kteří dohromady tvoří celek. Existují základní znaky, které odlišují sociální skupinu od nahodilého seskupení osob. Jedním z nich jsou vztahy ve skupině, které jsou pravidelnější, dlouhodobější a provází je častá interakce. Dalším znakem je pocit skupinového vědomí, tzn. členové dané skupiny o sobě hovoří jako „my“. K dalším charakteristikám patří společný cíl skupiny, který může být jak dlouhodobý, tak krátkodobý; dále určité skupinové normy, které členové skupiny vytvoří, aby bylo zachováno fungování skupiny, a jako poslední vytváření skupinových rolí a struktur, kdy v každé skupině se tvoří charakteristické role pro danou skupinu. (Jandourek, 2009, s. 82)

Základní atributy skupiny, které dokreslují předchozí znaky, uvedl již v roce 1970 sociolog Sczepanski (1970, s. 307), který vidí jako základní znaky skupiny interakci mezi osobami, komunikaci a vytvoření organizace dané skupiny.

Jak je patrné z předchozích znaků, sociální skupina není pouze náhodné seskupení osob, ale členové o sobě vědí, jsou si vědomi skupiny jako celku a snaží se skupinu organizovat tak, aby v ní vše fungovalo a byla člověku k prospěchu.

Sociální skupiny se vyskytují ve všech sférách sociálního prostředí – v mikrosociálním prostředí (nejbližší sociální prostor jedince, například rodina), v mezosociálním prostředí

(např. studenti vysoké školy) a také v makrosociálním prostředí (více strukturované skupiny, např. region). (Řezáč, 1998, s. 20)

Metoda, která se využívá k měření a zkoumání vztahů v sociálních skupinách, se nazývá sociometrie. (Jandourek, 2009, s. 84)

Význam sociálních skupin můžeme vystihnout takto:

- Pomáhají formovat osobnost člověka, respektive podporují dotváření sociálních rysů.
- Některé pomáhají jedinci při socializaci.
- Mění individuální výkonnost jedince.
- Upevňují sociální identitu jedince a napomáhají uspokojovat důležité sociální potřeby, jako jsou potřeba sounáležitosti, potřeba být akceptován, získat uznání a potřeba seberealizace. (Řezáč, 1998, s. 159)

Význam sociálních skupin shrnuje Nakonečný (1999, s. 217) následovně: „*Skupinová příslušnost je životní nutností: člověk se rodí do určité rodiny, která jej vypravuje do života, učí se zde nacházet ochranné zázemí. Později se stává příslušníkem školní třídy, pracovní skupiny, kdy tato příslušnost nám je zdrojem celoživotních sociálních vazeb.*“

### 2.1.1 Vznik, formování a struktura sociální skupiny

#### Vznik a formování sociální skupiny

Vývoj skupiny popisuje tzv. Tuckmanův model. Tento model očekává několik fází, kterými si každá skupina prochází. Autor tohoto modelu je názoru, že každá skupina se dělí na dvě oblasti činností členů. **První oblastí je sociálně emoční** – ta je tvořena na základě vazeb mezi členy a chování ve skupině. Tato oblast má tři stádia. Prvním stádiem je testování a závislost, které se děje během seznamování mezi členy, každý člen se snaží zjistit, jakou míru přátelství v sobě ostatní osoby mají. Druhým stádiem je vnitroskupinový konflikt, při kterém se odhaluje pevnost vazeb ve skupině, jinými slovy se tvoří role. Třetím, posledním stádiem je vývoj skupinové soudržnosti a vytváření sociálních rolí. **Druhá oblast je úkolově orientovaná činnost.** Zde už dochází k výměně interakcí, snaže o dosažení skupinového cíle. Rozděluje se na podstádia orientace a testování, emocionální reakce na úkol, otevřená diskuse a nová řešení. Obě oblasti probíhají zároveň a navzájem se ovlivňují. Autor tohoto modelu popisuje vznik v rámci pěti vývojových stupňů:



- **Formování** – Skupina se začíná formovat, lidé se navzájem poznávají. Převládá nejistota členů, zda budou v rámci skupiny přijímáni.
- **Bouření** – Charakteristickým znakem je emocionalita a konflikt. Členové skupiny aspirují na prosazení vlastní osoby ve skupině, aby uspokojila jeho potřeby. Mohou vznikat konflikty mezi členy na základě různých potřeb členů.
- **Normování** – Typickým znakem je soudržnost a výměna, snaha o spolužití. Členové se snaží překonat konflikty a pracuje se na dohodě o lepších pravidlech. Vytvářejí se skupinové hodnoty, rolové očekávání.
- **Optimální výkon** – Je tvořen jednáním členů, kteří už jednají na základě své skupinové role. Vztahy mezi členy jsou už stabilní, všichni se chovají podle norem a požadavků.
- **Ukončení** – Jde o poslední fázi, kdy skupina dospěla k formálnímu ukončení nebo dobrovolnému rozpuštění. Důvodem může být dosažení stanoveného cíle či neplnění předem stanovené funkce. (Nakonečný, 1999, s. 370)

### Struktura sociální skupiny

Strukturou sociální skupiny se rozumí uspořádání a rozložení členů v dané skupině. Jde o strukturu vzájemných vztahů mezi členy. Každý člověk ve skupině zastává určitou pozici, kdy pozici vysvětlujeme jako postavení v dané skupině, které jedinec zaujímá k ostatním členům. To, jak jsou rozloženy pozice ve skupině, poukazuje na dělbu moci, jak je člen přijímán a posuzován ostatními členy. (Řezáč, 1998, s. 160)

Výrost a Slaměník (1997, s. 368) doplňují, že už při prvních interakcích se ukazují rozdílnosti mezi členy – odlišné vlastnosti, dovednosti a celková charakteristika členů následně určuje jejich sociální pozici.

Při odlišování specifických forem chování používáme pojem **skupinová sociální role**. Řezáč (1998, s. 164) skupinovou roli definuje jako „*vzorec sociálního chování, kterými jednotliví členové skupiny „materializují“ intraskupinové interakce.*“ Výrost a Slaměník (1997, s. 369) skupinovou roli vysvětlují jako soubor předpokladů, který vychází z chování jedince na základě své pozice ve skupině.

Sociální prestiž a váženost osoby ve skupině pak označuje pojem **sociální status**. Hlavními kritérii pro určení sociálního statusu je tzv. sociální přitažlivost (oblíbenost dané osoby)

a dále míra osobní moci a prestiže. Jde u určité postavení, které daný jedinec zaujímá v dané skupině ve společnosti. (Jandourek, 2012, s. 221)

V kontextu zastávání určité skupinové sociální role a sociálního statusu přichází pojem **sociální normy skupiny**. Sociální normy skupiny vznikají od skupiny jako celku. Jde o určená pravidla a jednání ve skupině, která se očekávají od jejích členů. Sociální normy skupiny můžeme označit jako určité předpisy či popis, co je v dané skupině normální, co se očekává. (Výrost, Slaměník, 1997, s. 369)

Pokud ve skupině dojde k porušení daných norem nebo chování není v souladu s předem stanovenými cíli, může dojít k tzv. **sankci**. Jde o reakci na porušení normy. V sociologické sféře však pojem sankce nemá pouze negativní stránku. Sankce může být jak pozitivní (souhlas, uznání, odměna), tak i negativní (trest, výsměch). (Řezáč, 1998, s. 167)

### 2.1.2 Dělení sociálních skupin

Následně si uvedeme, jak se dělí sociální skupiny na základě různých kritérií. Nejprve si uvedeme základní a nejčastější dělení. První rozdělení je na základě síly citové a emoční vazby ve skupině – jde o skupiny **primární** a **sekundární**. Další dělení záleží na velikosti skupiny, podle toho je dělíme na **malé** a **velké**. Dále skupiny dělíme na **formální** a **neformální**, a to na základě způsobu vzniku, pozic členů a vzájemných práv a povinností. Další rozdělení je postaveno na přesvědčení člena o svém členství ve skupině – jde o skupinu **členskou (in-group)**, **nečlenskou (out-group)** a **referenční**. Všechny tyto skupiny si níže rozebereme.

#### Primární skupina

Primární skupina je charakteristická velmi osobními vztahy mezi členy. Vztahy jsou brány jako určitá hodnota, jsou časté, blízké a založené na emocionálních a intimních vazbách. S takovými vztahy se nejčastěji setkáváme v rodině či u dobrých přátel. Členové primární skupiny se navzájem ovlivňují a tím si tvoří podobné názory, postoje a představy. Primární skupina má také velkou moc při socializaci a rozvoji osobnosti člověka, kdy právě v primární skupině se jedinec poprvé se socializací setkává. (Jandourek, 2009, s. 82)

#### Sekundární skupina

V sekundární skupině oproti primární skupině vztahy mezi členy nejsou tak osobní a pevné. Chybí emočně blízký vztah a intimní vazby. Cílem takovýchto skupin je spíše dosahování určitých cílů. Jde například o organizace či spolky. (Jandourek, 2009, s. 83)

### **Malá skupina**

Malá skupina je tvořena minimálně třemi členy (je možno také považovat za malou skupinu i dva členy, tzv. dyáda). Maximální počet členů určuje každý autor jinak, nejčastěji je však uváděn maximální počet okolo dvaceti až třiceti osob. V malé skupině se všichni členové dobře znají, pravidelně spolu komunikují a většinou spějí ke společnému cíli. Příkladem malé skupiny je rodina, nebo také skupina kolegů na pracovišti či školní třída. (Nakonečný, 1999, s. 215)

I v malé skupině záleží na počtu členů, jinak se charakter vztahů vyvíjí mezi třemi členy a jinak mezi patnácti. Jandourek (2009, s. 84) uvádí, že nejideálnější velikost malé skupiny je pět osob. Například při řešení určitého problému, kde je potřeba hlasovat, se zde nachází lichý počet členů.

Jako základní funkcí malých sociálních skupin Nakonečný (1999, s. 217) uvádí uspokojování sociálních potřeb jedince a také poskytnutí srovnání, na základě kterého si jedinec tvoří pojetí o sociální realitě.

### **Velká skupina**

Velkou skupinou rozumíme skupinu od zhruba dvaceti až třiceti členů. Vztahy v těchto skupinách jsou často zprostředkované, členové se obvykle dobře neznají a je mezi nimi často zachována anonymita. Velký důraz je kladen na dodržování rolí a pozic, společného cíle a také určitých ideologií či symbolů. Při řešení problémů ve skupině se mnohdy zapojuje pouze určitá část skupiny. Také mohou vznikat v rámci velké skupiny tzv. podskupiny. (Výrost, Slaměník, 1997, s. 368)

Příkladem velké sociální skupiny je například politická strana, obyvatelé města či pracovníci ve velké organizaci.

### **Neformální skupina**

Neformální sociální skupinu můžeme charakterizovat souborem vztahů mezi členy, které jsou neformální a vznikají spontánně, psychologicky (emocionálně). Takováto skupina vzniká na základě blízkých mezilidských vztahů, nevzniká na základě určitého záměru. Příkladem je rodina či skupina přátel. (Nakonečný, 1999, s. 216)

### **Formální skupina**

Formální skupina vzniká na základě předem stanoveného záměru či cíle. Vztahy mezi členy jsou formovány na základě určitého cíle či podobných znaků (např. stejný věk a bydliště = školní třída). Taková skupina je obvykle součástí určitého organizovaného celku, jakými

jsou škola či úřad. Může jít například o pracovníky na pracovišti, školní třídu či účastníky volnočasové aktivity. (Nakonečný, 1999, s. 216)

### **Členská skupina (in-group)**

Jedná se o skupinu, do které člověk patří. Považuje se za součást dané skupiny a používá výrazu „my“. Se skupinou se identifikuje a mezi všemi členy působí pocit sounáležitosti. Jako příklad může být parta kamarádů. (Jandourek, 2009, s. 83)

### **Nečlenská skupina (out-group)**

Je charakteristická tím, že ostatní členové jiných skupin se od nečlenské skupiny distancují. Jedinec s touto skupinou necítí nic společného, neidentifikuje se s postoji či názory. Často je považována za negativní skupinu. Příkladem je např. skupinka lidí, kteří kouří na nádraží. (Jandourek, 2009, s. 83)

### **Referenční skupina**

Referenční skupina je taková, ke které se jedinec vztahuje, chce do ní patřit na základě sympatií k hodnotám a vzorům chování ve skupině, identifikuje se se vším, co je součástí dané skupiny. Jedinec na základě této skupiny porovnává své jednání. Příkladem referenční skupiny je např. parta vrstevníků. (Jandourek, 2009, s. 83)

Jak jsme uváděli výše, dělení sociálních skupin existuje mnoho. Novotná (2010, s. 63) doplňuje další dělení sociálních skupin. Skupiny tak dále rozděluje na **spontánní a záměrné, trvalé a situační, dobrovolné a povinné.**

### **Spontánní skupina**

Spontánní skupina vzniká přirozeně, nahodile, ne na základě nutnosti. Jedná se například o skupinu přátel.

### **Záměrná skupina**

Jedná se o skupinu, která je vytvořena za určitým záměrem. Bývají označovány také jako umělé skupiny. Příkladem může být pracovní skupina v zaměstnání či skupina vězňů ve věznici.

### **Trvalá skupina**

Jde o rozlišení skupin na základě délky trvání skupiny, kdy tato skupina má dlouhodobé trvání a je stálá. Takováto skupina může stále fungovat, i když jednotliví členové odcházejí či přicházejí. Může jít například o rodinu či národ.

### Situační skupina

Jde o sociální skupinu, která vzniká a následně zaniká během určité sociální situace. Taková situace může trvat různě dlouho a podle toho ji můžeme dělit na sociální situační skupinu krátkodobou a dlouhodobou. Jako příklad uvádíme skupinu osob z různých firem, kteří navštívili školení.

### Dobrovolná skupina

V dobrovolné skupině se osoby stávají členy skupiny dobrovolně, tedy na základě vlastního svobodného rozhodnutí. Jde například o běžnou partu přátel vrstevníků.

### Povinná skupina

Jde o skupinu, ve které se členem stáváme nedobrovolně nebo si člověk ani nemůže vybrat. Například žák v určité třídě, kterou si nemohl zvolit.

V následující tabulce přehledně uvádíme druhy sociálních skupin, kdy ke každému druhu modelujeme pro představu konkrétní příklad z reálného života seniorů.

Tabulka 3 Příklady sociálních skupin modelované na komunitě seniorů  
(zdroj: vlastní zpracování)

DRUH SOCIÁLNÍ SKUPINY	PŘÍKLAD V KOMUNITĚ SENIORŮ
<b>Primární skupina</b>	Pár seniorů, kteří se setkají se svými třemi sourozenci na rodinné oslavě.
<b>Sekundární skupina</b>	Členská schůze sboru dobrovolných hasičů v obci, kterou senior navštíví jednou ročně.
<b>Malá skupina</b>	Parta šesti seniorů, kteří spolu chodí do knihovny.
<b>Velká skupina</b>	Třicet seniorů, kteří přišli na první hodinu U3V na Karlově univerzitě.
<b>Neformální skupina</b>	Skupina bývalých spolupracovníků ve starobním důchodu, kteří spolu pravidelně navštěvují divadlo a následně restauraci.
<b>Formální skupina</b>	Seniorka, která si přivydělává jako švadlena v šicí dílně.
<b>Členská skupina</b>	Skupina seniorů, kteří jsou přátelé a dlouhodobě a pravidelně navštěvují klub seniorů.

<b>Nečlenská skupina</b>	Skupina osob v důchodovém věku bez domova s vínem v ruce, kterou skupina seniorů jdoucí na akademii seniorů zahlédne na nádraží.
<b>Referenční skupina</b>	Parta seniorů, kteří absolvovali U3V a druhá parta, která zatím U3V započala.
<b>Spontánní skupina</b>	Skupina seniorů, kteří se setkávají na obecním srazu pro seniory.
<b>Záměrná skupina</b>	Skupina seniorů, kteří jako dobrovolníci přišli vařit dobrovolníkům do obce Hrušky po tornádu.
<b>Trvalá skupina</b>	Kolektiv seniorů v denním stacionáři.
<b>Situační skupina</b>	Týdenní kurz pro seniory.
<b>Dobrovolná skupina</b>	Kamarádky v důchodovém věku, které si zajely na víkendový pobyt.
<b>Povinná skupina</b>	Pět seniorů na pokoji v domově pro seniory.

## 2.2 Vrstevnická skupina

Jelikož se v této diplomové práci zabýváme tématem vrstevnické skupiny seniorů, v následující podkapitole si představíme právě tuto specifickou sociálních skupinu – vrstevnickou skupinu (peer group).

Pro každého jedince, na základě potřeby sounáležitosti jako jedné z nejdůležitějších potřeb člověka, je důležitá zvláště ta skupina, do které chce patřit či dokonce které je členem. Dále je podstatné, že sympatizuje s tématy uvnitř této skupiny. Se členy se potom cítí bezpečně, má pocit sounáležitosti, ale také vnímá určitý tlak na základě rozmanitosti, díky které má možnost se rozvíjet či měnit. (Schroeder, 1996, s. 124)

Na základě dělení sociálních skupin můžeme vrstevnickou skupinu označit jako skupinu malou, z pravidla neformální, která je často i referenční skupinou. Nejzákladnější charakteristikou vrstevnické skupiny je členství osob, kteří jsou přibližně stejného věku a mají podobný sociální status. (Čáp, 1993, s. 286)

Jandourek (2012, s. 127) osoby přibližně stejného věku také nazývá jako osoby tzv. věkově kohortní, kdy v sociologickém slovníku pojem kohorta vysvětluje jako „část obyvatelstva,

*kteřá prožila v tomtéž časovém úseku tytéž významné životní události (narození, ukončení školy, rozvod) nebo společenské události (válku, revoluci).“*

Na základě těchto společně prožitých událostí se tak mezi těmito osobami tvoří soudržnost, lidé na základě podobností navazují blízké a dlouhodobé vztahy. Z tohoto důvodu tato skupina sdílí často některé aktivity společně, jako například aktivity během trávení volného času. Dle vývojové psychologie je vrstevnická skupina velmi prospěšná pro poznání jedince, dozrávání či emoční rozvoj. Taktéž může mít ale i negativní vliv, jelikož se jedinec ve vrstevnické skupině dostává pod skupinový tlak a to u něj může vyvolat jednání, které by v jiném případě jedinec nikdy nepřipustil. (Jandourek, 2012, s. 204)

Kladný i záporný vliv vrstevnické skupiny udává i Průcha, Walterová a Mareš (2001, s. 154). Ti jako nejdůležitější roli vrstevnické skupiny vnímají podporu v socializaci jedince, a to zejména v období dospívání a přechodu mladistvého do období dospělosti. Vrstevnická skupina v tomto období nabízí jedinci oporu a zázemí a zároveň může napomáhat při sociální a emocionální deprivaci. Negativní vlivy této skupiny vidí jako porušování kulturních norem, jako například určité gangy či party, které se dopouští delikventního chování.

O vrstevnických skupinách již můžeme hovořit u dětí předškolního věku, kdy takové skupiny nazýváme jako tzv. **dětské vrstevnické skupiny**. Takovéto skupiny vznikají v „herních skupinách“, jako například v jeslích či mateřských školách. Vztahy mezi členy těchto skupin však nejsou tak pevné či stálé, chybí větší soudržnost, existenci skupiny si tyto děti neuvědomují. Nedochozí zde k dělbě práce a hrají si spíše každý sám, ne spolu. I přesto už u těchto dětí můžeme vnímat působení skupiny na jedince. (Vágnerová, 2012, s. 341)

Následuje **skupina mladšího školního věku**. Jde o děti ve věku od 6 do 8 let. V tomto věku vrstevnické skupiny většinou ještě nejsou stálé, avšak její členové si uvědomují její existenci. V tomto věku děti mají potřebu sdružovat se s ostatními, tvoří skupiny, avšak stále proměnlivé. (Vágnerová, 2012, s. 341)

Zhruba od 8 let se začínají vyskytovat tzv. **skutečné vrstevnické skupiny**. Jsou typické pro období školní docházky. Jsou charakteristické již skupinovou sounáležitostí, vlastními normami a hodnotami, které uznávají. Také se objevuje společná spolupráce a také dělba práce. Na základě častého dělení těchto skupin podle pohlaví či sociální struktury může docházet k odkrývání odlišnosti mezi skupinami, které mohou vést až k boji (např. klukovské party). (Vágnerová, 2012, s. 341)

Potřeba sdružování je neméně důležitá i ve věku dospívání, tedy mezi 10-16 lety. Vzniká **vrstevnická skupina mládeže**, která uspokojuje právě tuto potřebu. Charakteristické pro tyto skupiny jsou především snaha o samostatnost a s tím spojený útek od dospělých. (Vágnerová, 2012, s. 342)

Čáp a Mareš (2007, s. 565) vrstevnickým skupinám v dospívání přisuzují význam nabývání zkušeností a poznatků v prostředí, kde jsou uvolněnější, protože se zde nevyskytují dominantní či nadřazené osoby, jako jsou rodiče či učitelé. Dospívající se zde setkává s různými, často odlišnými, názory. Na základě toho se učí prosazovat názory své, diskutovat, či dokonce vyrovnávat s nespravedlností či neúspěchem.

Vrstevnická skupina má na každého člověka velmi silný vliv, působí na vývoj a formování celé osobnosti člověka a také pomáhá v socializaci jedince. Můžeme tedy říci, že tato skupina provází jedince celým životem. V literatuře je však nejčastěji popisována vrstevnická skupina pouze v kontextu období dětství, dospívání či dospělosti, s charakteristikou důležitosti vrstevnické skupiny u seniorů se však setkáváme velmi zřídka. Není však pochyb, že význam u seniorů je taktéž velký. Jak uvádí Sýkorová (207, s. 158), seniori vnímají a uvědomují si potřebu respektu ze strany druhých, potřebu participace na sdílených aktivitách s lidmi, kteří jsou jim blízcí. To souvisí právě s vrstevnickou skupinou u seniorů. Dostává se jim pocit pochopení a respektu na základě podobného sociálního statusu a stejných událostí, které prožili.

### 2.3 Shrnutí kapitoly

Každý jedinec v rámci celé společnosti patří do několika sociálních skupin, které mají na člověka silný vliv. Sociální skupinu tvoří celek nejméně dvou osob, který spojuje několik znaků, na základě kterých můžeme seskupení označit jako skupinu. Mezi základní znaky patří existence interakcí ve skupině, dále určitá komunikační síť, společné cíle či vlastní normy. Sociální skupiny pak dělíme na základě různých parametrů.

Jednou ze sociálních skupin je tzv. vrstevnická skupina, která je malou primární sociální skupinou. Tato skupina má na jedince vliv především v dospívání, ale určitou důležitost můžeme spatřovat i ve stáří. Vrstevnická skupina jedinci pomáhá uspokojovat psychické potřeby jedince (jako například seberealizaci či uspokojení) a poskytuje pocit společného naladění, participace a respektu. Vrstevnická skupina však nemusí mít pouze pozitivní vlivy, zejména v dospívání se setkáváme ve vrstevnických skupinách i s vlivy negativními, které mohou vést až k sociálně patologickým jevům.



### 3 SOCIÁLNÍ VZTAHY SENIORŮ

„Člověk umírá tolikrát, kolikrát ztratil přítele.“ (Roger Bacon)

Člověk je tvor společenský, proto celý život každého lidského jedince je provázán interakcemi s jinými jedinci. Neustále tedy dochází k navazování sociálních vztahů. Jinak tomu není ani u seniorů, avšak stářím, které s sebou nese mnoho změn, se sociální kontakty mění. Stuart-Hamilton (1999, s. 170) popisuje skutečnost, že staří lidé mají čím dál menší kontakt s okolním světem, tedy ubývá počet sociálních kontaktů. Nazývá to **Teorií odcizování**. Příčinu odpoutání od sociálních vztahů seniorů připisuje ztrátě partnera či známých, odchodu do důchodu či dokonce celkovému slábnutí smyslů.

V následující kapitole se zaměříme na sociální vztahy seniorů a představíme si jednu z nejdůležitějších potřeb člověka, kterou je potřeba utvářet vztahy a udržovat je.

#### 3.1 Důležitá lidská potřeba – potřeba sounáležitosti

Nejprve si vymežíme všeobecně pojem potřeba. Šamánková (2004, s. 12) definuje potřebu jako „stav organismu, který je charakterizován dynamickou silou, která vzniká z pocitu nedostatku nebo přebytku v oblasti biologické, psychologické, sociální nebo duchovní. Naplnění potřeb směřuje k vyrovnání a obnovení zmíněné rovnováhy organismu.“ A právě potřeba sounáležitosti (Need to belong) je jednou z důležitých potřeb jedince, a to nejen seniora.

Potřebu sounáležitosti vysvětlujeme myšlenkou, že všichni lidé mají v sobě zakotvenou základní motivaci, a to být přijímán do vztahů s ostatními a být součástí sociálních skupin. Jedná se o potřebu, což znamená, že lidé musí navazovat a udržovat alespoň minimální množství trvalých vztahů, aby byla udržena rovnováha celého organismu a člověk pociťoval spokojenost. (Psychology, © 2021)

Dle Baumeister a Leary (1995, s. 499) má tato potřeba sounáležitosti pravděpodobně evoluční základ, kdy už od pradávna touha vytvářet a udržovat sociální vztahy nesla výhody pro přežití jedince. Patřit k nějaké skupině a tvořit přátelské vztahy se stávalo nutností k přežití. Pokud byl člověk ve skupině, mohl se dělit o potravu, byla mu poskytována ochrana proti nepřátelům a vypomáhali si v péči o své potomstvo.

Člověk je tvorem společenským. Touha po osobním kontaktu s lidmi a potřeba s nimi komunikovat je na základě holistického přístupu členěno do tzv. sociálních potřeb. (Příbyl, 2015, s. 32) Potřebou člověka patřit do skupiny, vytvářet sociální kontakty a udržovat je se

zabývalo a dodnes zabývá mnoho autorů, ať už v podrobných studiích či pouze okrajově. Následně si nejznámější teorie některých autorů uvedeme.

### **Sigmund Freud**

Sigmund Freud si už na přelomu 19. a 20. století uvědomoval skutečnost, že lidé mají **potřebu být součástí vztahů a patřit do skupin**. Byl názoru, že člověk je ovlivňován pudovými procesy, které jsou nevědomé. Proto potřebu tvořit vztahy s ostatními lidmi vysvětloval tak, že tato touha po vztazích pramení právě z lidského sexuálního pudu či souvisí spíše se vztahy mezi dětmi a rodiči. (Psychology, © 2021)

### **Abraham Harold Maslow**

Americký psycholog A. H. Maslow je autorem nejznámější Motivační teorie. Potřeby řadí hierarchicky, kdy jako první jsou potřeby fyziologické, dále potřeby bezpečí a jistota a třetí je **potřeba sounáležitosti a lásky**, kde patří právě udržování partnerských, přátelských a příbuzenských vztahů, touha někam patřit. (Příbyl, 2015, s. 34) V souvislosti s potřebou sounáležitosti mluvíme o tzv. **potřebě afiliace**. „*Potřeba afiliace vyjadřuje touhu člověka vyhledávat, navazovat, udržovat, případně obnovovat pozitivně emočně laděné vztahy s jinými lidmi. Síla této potřeby je u každého poněkud jiná a je proměnlivá v závislosti na situaci, ale v nějaké míře se projevuje u každého člověka po celý život.*“ (Slaměník, 2011, s. 86) Čtvrtou potřebou v Maslowově pyramidě potřeb je pak potřeba uznání a úcty a poslední, nejvyšší úroveň je potřeba seberealizace. Pokud chce člověk uspokojit potřebu na vyšší úrovni, musí mít pod kontrolu potřebu na úrovni nižší. (Příbyl, 2015, s. 34) Tito psychologové (S. Freud a A. H. Maslow) tedy uznávali, že lidé usilují o to, aby byli součástí vztahů, ale nepřikládali této snaze nejvyšší význam.

### **John Bowlby**

John Bowlby byl pravděpodobně prvním, který rozšířil ideu, že **sounáležitost je zvláštní potřebou**, a tak provedl experimentální testy této myšlenky. Bowlby se proslavil díky své teorii attachmentu, nebo také teorie vazby, která říká, že kvalita naplňování dětských potřeb předurčuje, jak se budeme chovat k ostatním a tvořit s nimi vztahy po zbytek svého života. (Manson, 2017)

### Roy Baumeister a Mark Leary

Jednou z nejpřijímanějších verzí teorie potřeby sounáležitosti navrhli Roy Baumeister a Mark Leary. Podle těchto autorů je **potřeba vytvářet vztahy** jednou z nejdůležitějších potřeb pro člověka. Důležitost uspokojování této potřeby **přirovnávají k potřebám přežití**, jako je potrava, bydlení apod. Baumeister a Leary uvedli, že uspokojení sounáležitosti vyžaduje naplnění dvou aspektů vztahů. První část spočívá v tom, že lidé potřebují tvořit pouze pozitivní a příjemné interakce. Druhá část udává, že tyto interakce nemohou být náhodné, ale měly by být stabilního, dlouhodobého charakteru, kdy lidem záleží na pohodě toho druhého. (Psychology, © 2021)

### Harold Kelley

Americký psycholog Harold Kelley je autorem tzv. **Teorie vzájemné závislosti** (Interdependence theory). Tato teorie představuje fakt, že interakce mezi osobami je jeden z nejdůležitějších prvků všech forem existujících vztahů. Tyto interakce jedinci přináší jak kladné, tak i záporné vlivy – interakce je pro jedince prospěšná, přináší „zisk“, také ale člověk musí vynaložit úsilí, aby vztah udržel, tedy jde o jakýsi náklad. (Výrost, Slaměník, 1997, s. 263)

Z toho vyplývá hlavní myšlenka této teorie – lidé chtějí tvořit a následně i udržovat mezilidské vztahy proto, aby výsledkem byl zisk. Zisk ve formě uspokojení základních potřeb, vytvoření emocionální rovnováhy či udržení informační jistoty. Pokud osoby tvoří blízké vztahy, ovlivňují se navzájem nejen na úrovni vnějších projevů (jak se chováme a reagujeme), ale také na úrovni vnitřního prožívání a myšlení. (Rusbult a Van Lange, 2008, s. 2050)

### Artur Manfred Max-Neef

Chilský ekonom A. M. Max-Neef formuloval devět základních potřeb jedince, které postavil na stejnou úroveň. Jsou jimi bytí a živobytí, péče a ochrana, láska a city, pochopení a porozumění, participace a účastenství, zahálení a volný čas, tvorba a kreaace, totožnost a identita, svoboda a volnost. Byl názoru, že všechny tyto potřeby jsou univerzální, to znamená, že jsou stejné pro všechny kultury ve všech dobách. Každá tato potřeba má 4 formy uspokojení, kdy jednou z forem je právě **být v interakci (tvořit vztahy s prostředím)**. Proto např. ze základní lidské potřeby porozumění nám jako forma uspokojení vyplývá **interakce s lidmi v rodinách, školách či komunitách**. (Příbyl, 2015, s. 35)

### Albert Pessa a Diana Boyden Pessa

Manžele Pessa se věnovali psychomotorické terapii, kdy vycházeli z domněnky, že každý člověk má již od počátku očekávání, tzv. bazální potřeby. Aby se osobnost vyvíjela, měla pocit smyslu života a realizovala se, je nutné dosáhnout uspokojení všech potřeb. Potřeby dělí na 5 základních, kdy naší teorií se dotýká potřeba číslo 2 a 4. Druhá z potřeb je **potřeba ochrany** (protection) – vychází už z ochrany během prenatálního období, tzn. mateřská děloha jako ochranný štít, následuje pak rodičovská náruč, pocit bezpečí. Tato potřeba se nese celým životem až do období stáří, člověk má potřebu jistoty, bezpečí, kterou získává právě kontaktem s druhými osobami. Čtvrtá potřeba je potom **potřeba podpory** (support) – Jde o pocit mít někoho, v koho mám důvěru a můžu se na něj spolehnout. Potřeba vždy mít v okolí někoho, na koho se můžu obrátit v případě nouze. (Příbyl, 2015, s. 37)

### Marie Vágnerová

Psycholožka M. Vágnerová se taktéž dotýká naší oblasti zájmu – potřeby sounáležitosti, a to v definovaných vývojových potřebách, které rozděluje do šesti okruhů. Druhá vývojová potřeba nese název **Potřeba smysluplného světa**. Zde je zakomponováno **soužití s druhými lidmi**. Jde o potřebu soužití s ostatními lidmi, abychom následně zjistili, jak fungují mezilidské vztahy, a tak našli smysl života a dospěli k zodpovědnosti za sebe i okolí. (Příbyl, 2015, s. 39)

### Helena Chloubová

Teorie psychoterapeutky H. Chloubové vychází z Maslowovy hierarchie lidských potřeb. Vytvořila tzv. **Dům životních potřeb**, který si obrazně řečeno dle Chloubové každý tvoří již od narození. Nejdůležitější jsou pevné základy (zobrazován jako suterén domu), kde patří základní fyziologické a biologické potřeby. Ve druhém pomyslném poschodí najdeme potřeby psychosociální, existenciální, jako např. pocit bezpečí. Ve třetím poschodí uvádí vyšší psychosociální **vztahové potřeby**, kam patří **právě láska, sounáležitost, přátelství, komunikace či pozitivní vztah**, které vznikají během socializace člověka a adaptace na daná prostředí. Čtvrté poschodí obsahuje potřeby jako např. autonomie, sebeúcta a v nejvyšším patře se nachází seberealizace či sebeaktualizace jedince. (Knapová, 2019)

### 3.2 Sociální vazby seniorů

Jak píšeme výše, člověk po celou dobu svého života spěje k tomu, aby tvořil sociální vazby. I u seniorů převládá tato potřeba, avšak s věkem se mění. Hlavní roli hraje jak aktuální fyzický a psychický stav, tak také změna sociálních dovedností u seniorů.

Pokorná a Blažková (2012, s. 24) uvádí, že pro seniory je důležitá celková sociální opora. Jedním z nejdůležitějších zdrojů této opory je sociální síť složená z rodiny, přátel, známých či sousedů.

Důležitost sociální opory seniorů zmiňuje také Kováč (2013, s. 154), který sociální oporu uvádí jako součást aktivního života. Podle něj je během stáří důležitá neustálá aktivizace jedince (jak fyzická, tak psychická), která má být především sociálně či prosociálně zaměřená (tzn. aktivity v kolektivu, kde se jedinec setkává s ostatními lidmi).

Jako první si představíme **vztah seniora s rodinou**. Nepochybně jsou vztahy v rodině pro seniora velmi důležité, jelikož jde o základní primární sociální skupinu. Jak uvádí Nakonečný (1999, s. 242), jedná se o „*společenskou instituci tvořící důležitý stavební kámen lidské společnosti*.“ Rodina provází člověka celým životem a všem členům, to znamená i seniorům, poskytuje porozumění, podporu, lásku, ale také společné bydlení či spoluvlastnictví určitých statků. Také se zde děje přenos tradic a kulturních hodnot z generace na generaci. (Jandourek, 2009, s. 116)

Udržování pravidelného kontaktu se členy rodiny pozitivně pomáhá seniorům ve zvládnutí stáří. Komunikace, kontakt a náklonnost rodiny velmi pozitivně působí na uvědomění vlastní hodnoty a přispívá k udržování identity seniorů. (Sýkorová, 2007, s. 194)

Je to zpravidla právě rodina (nejčastěji vnoučata a děti), kdo nahrazuje vrstevnickou skupinu seniorovi, pokud mu schází či nemá dostatečný sociální kontakt. Vyplynulo to z výzkumu (Skarupská, 2018, s. 56), kdy tento fakt uvedlo 44, 1 % dotazovaných seniorů.

Je k zamyšlení, zda se v posledních letech pohled na soužití více generací a vztahy starších a mladších osob změnil. Dřív bylo běžné, že spolu bydlely 3 generace – rodiče, prarodiče a děti. Hlavním důvodem byla spolupráce, především při zajišťování obživy (společné pole apod.) Charakteristická byla tzv. mezigenerační výměnná služba, ve které šlo nejčastěji o péči o starší, nemohoucí členy rodiny (Haškovcová, 2010, s. 67)

V současné době sice stále více rodin upouští od vícegeneračního soužití, avšak stále ve velkém procentu je zastoupeno, rodiny si uvědomují důležitost pozitivních dopadů

rodinných vazeb na seniora. V dnešní době senioři v rodinách zastávají především úlohu přenosu zkušeností a tradic. Participují na financování, ale i společných aktivitách. (Čevela, Kalvach a Čeledová, 2012, s. 93)

Jak vyplynulo z výsledků výzkumu, který realizovala Pokorná a Blažková (2012, s. 26), přes 90 % dotazovaných seniorů žijících v domácím prostředí uvedlo, že mají výborný či dobrý vztah s rodinou. To se ovšem nerovná tomu, že sami senioři z většiny vyhledávají společný život s rodinou. Z výzkumu, který uvádí Stuart-Hamilton (1999, s. 171), je patrné, že senioři mají potřebu určité autonomie a preferují bydlet samostatně, současně ale vítají možnost bydliště blízko své rodiny. V tomto případě jde nejčastěji o zastávání role prarodičů, kdy senioři velmi často tráví čas se svými vnoučaty a pravnoučaty, a tak poskytují pomoc při hlídání a výchově potomků. Pokud se však senior dostane do určité krize, nejčastěji z důvodu zdravotního, nabízí se od rodiny pomoc. Často jsou však v těchto případech rodinné vztahy narušeny, protože rodinné příslušníky seniora přepadnou obavy, zda se o seniora dokážou postarat a celou situaci zvládnou.

Klevetová a Dlabalová (2008, s. 81) rozdělují soužití více generací (př. rodiče, prarodiče, děti) na šest typů:

- **Realistické, rovnocenné soužití**, kdy jde o rovnocenný vztah a jsou akceptovány potřeby starší generace.
- **Liberální soužití**, při kterém si každý člen určuje svůj čas, své aktivity. Z hlediska citových vazeb se jedná o nedostatečné zajištění, nebere se v potaz povinnost ke starší generaci.
- **Podbízivé soužití**, kde se členové rodiny snaží získávat sympatie přehnanou pomocí, citové vazby jsou slabé. Vyskytuje se zde snaha o zachování dobrých vztahů.
- **Nesmiřitelné soužití**, ve kterém je typické nemorální chování a negativní postoj při soužití starší a mladší generace.
- **Vynucené soužití**, které můžeme označit jako soužití nedobrovolné. Jde například o bydlení u seniora se špatným zdravotním stavem, o kterého denně pečujeme.
- **Vychytralé soužití**, při kterém člen využívá prarodiče či rodiče za účelem např. finančního zisku, a tak předstírá péči a zájem.

Dalším sociálním kontaktem, který senioři vytváří, a pro naši práci zásadním, je **vztah seniora s přáteli a známými**, kdy nejčastěji tedy jde o **vrstevnickou skupinu**. Vrstevnickou skupinou myslíme skupinu osob přibližně stejného věku, které spojují prožité stejné historické okamžiky, stejná podoba jazyka či podobný pohled na určité situace. Těmito osobami tak mohou být sousedi, bývalí spolužáci či spolupracovníci, vzdálení příbuzní či přátelé z volnočasových aktivit. (Skarupská, 2018, s. 53)

Nejprve si vymežíme, jakou cestou a kde přichází senior k vrstevníkům, tedy potencionálním blízkým osobám. Jak jsme zmínili výše, jedná se často o sousedy z okolí domova či bytu, dále spolužáky z dob studií v mládí či spolupracovníci ze zaměstnání, dále vzdálení rodinní příbuzní, se kterými je zvyklý senior udržovat pravidelný kontakt a v neposlední řadě může jít o přátele, které senior poznal v rámci volnočasových aktivit. V současné době existuje velmi široká nabídka aktivit pro seniory. Manuál volnočasových aktivit seniorů od MPSV uvádí volnočasové aktivity, o které mají v současnosti senioři největší zájem a současně zde mají možnost se setkávat s vrstevníky, vytvářet a udržovat přátelství. Jde o aktivity sportovní (př. plavání, turistika), kulturní (př. návštěva divadla, výstavy), zdravotní (př. rehabilitace, lázně), vzdělávací (Univerzity třetího věku, kluby seniorů) a poznávací (zájezdy, výlety). (Godarová a Beran, 2017)

Všichni mají potřebu tvořit sociální vazby, všichni senioři chtějí udržovat blízký kontakt alespoň s jednou osobou. Záleží však ale na celkové charakteristice osobnosti seniora, co přesně senior očekává a potřebuje. Sýkorová (2003, s. 65) vymezuje typologii seniorů na základě sociální integrace ve stáří:

- *„Senioři rodinně orientovaní*
- *Senioři orientovaní na přátele*
- *Senioři orientovaní na širší sociální okruhy (kluby, spolky, komunitu)*
- *Senioři orientovaní na okruh ne-známých (dobrovolnictví, charita).“*

Výzkum, který provedla Pokorná a Blažková (2012, s. 26), odhalil fakt, že senioři, kteří žijí mimo instituci, tedy v domácím prostředí, mají logicky větší frekvenci kontaktů s přáteli, avšak potřeba seniorů sdružovat se nezáleží na místě pobytu (instituce či domov) a u všech seniorů je stejná.

Pro seniory je kontakt s vrstevnickou skupinou velmi důležitý. Na základě podobných názorů, zažití stejných historických okamžiků a sdílení podobných problémů se cítí být

přijímání a získají tak pocit, že jim někdo rozumí. „*Participace na sdílených aktivitách, pocit sounáležitosti, respekt ze strany druhých a možnost být jim užitečný jsou řazeny k vyšším potřebám člověka. Seniori tuto potřebu vnímají.*“ (Sýkorová, 2007, s. 158)

Haškovcová (2010, s. 151) také zmiňuje tzv. kolektivní paměť, která je jedním z faktorů, který spojuje seniory. Jedná se o společné zážitky a události, které prožila určitá generace a jsou pro ni typické.

Ondrušová, Krahulcová a kol. (2019, s. 108) považují udržování dobrých mezilidských vztahů a pocit užitečnosti a prospěšnosti, ke kterému dochází také díky kontaktu s vrstevnickou skupinou, za jeden z bodů, který člověku umožňuje žít smysluplný život.

Pro seniory tak primární sociální vazby (tedy i přátelství s blízkými přáteli) představují velký význam, mají však sklon udržovat a rozvíjet vztahy pouze s blízkými osobami, s ostatními mají naopak tendenci vztahy redukovat. Tato regulace sociálních vztahů je na základě hlediska posuzování „vlastní versus cizí“ – vybírají si na základě tohoto měřítka sociální prostředí, které je pro ně nejvíce vyhovující. Vyhýbají se interakcím, ze kterých cítí konflikt či ohrožení, a naopak vyhledávají kontakty, ze kterých vycítí pohodu a důvěru. (Sýkorová, 2007, s. 207)

Pokud senior neudrží sociální kontakty, hrozí riziko pocitu osamělosti, který může vést až k izolaci. Výsledek druhé fáze šetření (Pokorná, Blažková, 2012, s. 26) odhalil faktory, které mají vliv na riziko pocitu osamělosti u seniorů a zvyšují ho. Jde o věkovou kategorii, pohlaví, rodinný stav či schopnost vyplnit volný čas. Dle výzkumu je tak nejvíce ohrožena skupina mužů ve věkové hranici 85 a více let, kteří jsou svobodní či vdovci a mají nízkou schopnost vyplnit smysluplně svůj volný čas. Naopak počet dětí je faktor, který neovlivňuje pocit osamělosti.

### **3.3 Sociální vztahy seniorů v období šíření viru COVID-19**

Pandemie onemocnění viru COVID-19, která celý svět ovlivňuje od začátku roku 2020, má vliv na téměř všechny sféry života každého člověka. Tento celosvětový problém nese výrazné dopady právě i na sociální vztahy seniorů.

Sociální izolace seniorů, která byla ještě v nedávných dobách brána jako stav, který může ohrožovat i zdraví, je nyní interpretována jako zdroj ochrany a bezpečí. Mnoho seniorů bylo s vidinou ochrany odstřiženo od svých rodin, kamarádů a známých, tedy osob, se kterými byli zvyklí trávit čas. Seniorům bylo doporučeno nevycházet ze svého obydlí, v domovech



pro seniory dokonce v jednu chvíli bylo zakázáno opouštět své pokoje. Všeobecně bylo doporučeno nenavštěvovat starší lidi, aby se zamezilo nákaze seniorů, zrušené byly také všechny vzdělávací akce pro seniory, jako například univerzity třetího věku či akce klubů seniorů. Tato opatření byla zaváděna i přesto, že už od začátku pandemie irské centrum pro sociální gerontologii Národní univerzity v Galway upozorňovalo na to, že tato opatření budou mít negativní dopad na seniorskou populaci. (Hasmanová Marhánková, 2021, s. 144) Výsledkem dlouhodobého zamezování setkávání jak s rodinou, tak i s vrstevnickou skupinou seniorů během pandemie je velký nárůst psychických problémů, osamělosti, úzkostí či dokonce deprese. Samota a sociální izolace však představují faktory, které negativně ovlivňují kvalitu zdraví v seniorském věku, dále sociální izolace vede ke zhoršení paměťových schopností a dokonce nedostatek sociálního kontaktu seniorů se svými vrstevníky a rodinou zvyšuje riziko předčasného úmrtí. (Hasmanová Marhánková, 2021, s. 145)

Východiskem z této situace je doporučována domácí péče. Mimo jiné bylo také australskou studií zjištěno, že větší sklon k depresím během pandemie mají senioři, kteří žijí v sociálních zařízeních. Také zdravotníci se shodují, že je menší šance nákazy pokud je o seniora postaráno v domácím prostředí, kde jsou dodržována hygienická opatření. Hlavní roli zde ale samozřejmě hraje psychika seniora, která je v domácím prostředí příznivější než v sociálním zařízení pro seniory, a hrozí tak minimální šance izolace. Ne však každá rodina má možnosti takové, aby svým blízkým mohli umožnit pobyt doma. V takovém případě autorka Veronika Telehuz doporučuje posílit zejména kontakt pomocí telefonátů či ostatních dostupných komunikačních aplikací jak s rodinou, tak i ostatními blízkými osobami. I přesto, že budeme se seniorem v kontaktu na dálku, tento kontakt velmi pozitivně ovlivňuje jeho celkový psychický stav a redukuje pocit samoty a izolace. (Domov Sue Ryder, © 2018)

V souvislosti s touto problematikou je vhodné zmínit také telefonickou krizovou intervenci pro seniory, která může být touto cílovou skupinou během pocitu samoty či izolace hojně využívána. Telefonická krizová intervence je služba sociální prevence, která je poskytována především osobám, které se ocitnou nejen v situaci ohrožující zdraví, ale také v situaci, kterou sami vlastními silami nezvládnou vyřešit. Mezi nejznámější telefonní linky zaměřené na krizovou intervenci seniorů v České republice v současné době patří Senior telefon s číslem 800 157 157 či Linka seniorů s číslem 800 200 007. Senior může s jakýmkoli problémem na tyto bezplatné linky zavolat, samozřejmost je anonymita. Mezi nejčastější důvody telefonátů patří právě samota, životní ztráta partnera či přátel, vážná nemoc či

domácí násilí. Pracovníci TKI využívají metody a techniky krizové intervence, jsou speciálně školeni na komunikaci se seniory (např. zřetelná a pomalá komunikace, přizpůsobení se slovníku klienta) a snaží se zprostředkovat volajícímu pocit bezpečí a emocionálního klidu. (Ondrušová, Krahulcová a kol., 2019, s. 157)

### 3.4 Shrnutí kapitoly

Nejen senior, ale každý člověk se v průběhu svého života neustále setkává s lidmi v rámci různých sociálních skupin a vznikají mezi nimi interakce a vztahy. Jeden z hlavních důvodů je ten, že člověk má v sobě zakódovanou potřebu sounáležitosti – tedy potřebu navazovat kontakty s ostatními lidmi. Tuto potřebu sounáležitosti potvrzuje mnoho autorů ve svých teoriích.

Pro seniory je důležitý vztah jak s rodinou, která poskytuje seniorovi často i pomoc či zázemí, tak vztah s přáteli a vrstevníky, mezi kterými se cítí přijímání. Velmi smutnou realitou je však fakt, že s přibývajícím věkem seniorů se počet vrstevníků snižuje, což může mít negativní dopad na psychiku či dokonce zdravotní stav seniora.

Bohužel na sociální vazby seniorů zapůsobila i pandemie viru COVID-19, a tak se mnoho seniorů ocitlo osamoceno či dokonce v izolaci. Přesný dopad tohoto období na mezilidské vztahy však v současné době můžeme pouze domýšlet.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 VÝZKUM

V praktické části této práce se zabýváme výzkumným problémem **potřeby vrstevnické skupiny u seniorů**.

V teoretické části jsme se snažili přiblížit teoretická východiska této problematiky. Tato problematika je dále rozvíjena v praktické části – v následujících kapitolách. Zajímá nás specifika vztahu seniorů s vrstevnickou skupinou – jak se vyvíjela vrstevnická skupina v průběhu života až do současné doby seniorského věku a jakou má případně kontakt s vrstevnickou skupinou v mládí spojitost s kontaktem s touto skupinou v současnosti, jak seniory vrstevnická skupina ovlivňuje a jakými způsoby si udržují kontakty s touto skupinou. V tomto výzkumu jsme se zaměřili pouze na jednu skupinu seniorů, a to seniory žijící v domácím prostředí, tedy ve svém přirozeném prostředí. Důvod výběru právě této skupiny je takový, že tito senioři jsou častěji obklopeni rodinou a jsou s ní v kontaktu, na rozdíl od seniorů v zařízeních, a tak chceme zjistit, zda i přes tyto okolnosti je pro ně vrstevnická skupina zásadní, jaký byl vývoj jejich vrstevnických vztahů a jak je v současné době vrstevnická skupina v životě ovlivňuje.

Pro tento výzkum jsme zvolili kvalitativní charakter a to z důvodu, že chceme porozumět významu vrstevnických vztahů u (na základě předem stanovených kritérií) vybrané skupiny seniorů.

V následujících podkapitolách se zaměříme na výzkumné cíle, dále na výzkumné otázky vyplývající z výzkumného cíle, na výzkumný nástroj a soubor, průběh výzkumu a také způsob zpracování dat.

### 4.1 Design výzkumu

Pro náš **kvalitativně zaměřený výzkum** jsme vybrali design **zakotvené teorie**, kdy cílem je vytvoření nové teorie, která je zakotvená v nasbíraných datech. Tuto teorii poprvé popsaly autorky Barney Glaser a Anselm Strauss v roce 1967 ve svém díle *The Discovery of Grounded Theory*. Jde o teorii, která je založena na indukci (z jednotlivých poznatků se tvoří obecné závěry). Pomocí určitých postupů během analýzy jednotlivých dat (v našem případě analýzy transkripce rozhovorů) je postupně odhalována nová teorie. Ta je tvořena na základě jednotlivých kódovacích technik. (Hendl, 2016, s. 125)

## 4.2 Výzkumné cíle

Hlavním výzkumným cílem této diplomové práce je **porozumět vrstevnickým vztahům seniorů a zjistit, jak seniory vrstevnická skupina ovlivňuje.**

## 4.3 Výzkumné otázky

1. **VO:** Jak byla významná vrstevnická skupina pro život seniora v jeho dětství, dospívání a dospělosti?
2. **VO:** Jakým způsobem vrstevnická skupina v současnosti ovlivňuje život seniora?
3. **VO:** Jak si senioři udržují kontakt s vrstevnickou skupinou?

## 4.4 Výzkumný nástroj

Abychom dokázali odpovědět na dané výzkumné otázky, vybrali jsme **kvalitativní pojetí výzkumu**. Jako metodu sběru dat jsme zvolili **rozhovor**. V literatuře je tato metoda nazvána jako **hloubkový rozhovor** a Švaříček, Šedřová (2007, s.159) ji definují jako *„nestandardizované dotazování jednoho účastníka výzkumu zpravidla jedním badatelem pomocí několika otevřených otázek.“* Pomocí těchto otevřených otázek se výzkumník snaží zjistit specifika určité skupiny a pochopit procesy a změny, kdy se v našem případě jedná o pochopení významu vrstevnických vztahů u seniorů, kteří žijí v domácím prostředí.

Ve výzkumu využijeme polostrukturovaného rozhovoru, který se skládá z předem připravených otázek rozdělených do určitých témat. (Švaříček, Šedřová, 2007, s. 160) V úvodu respondentovi představíme projekt a ujistíme ho anonymitou. Jelikož se jedná o respondenty seniory, snažíme se jim vše vysvětlit jasně a srozumitelně.

Otázky do rozhovoru jsme rozdělili do 3 hlavních okruhů. První okruh obsahuje otázky na vrstevnické vztahy v dětství a v dospívání, druhý okruh na vrstevnické vztahy v dospělosti a poslední třetí okruh obsahuje otázky zaměřené na vrstevnické vztahy v současnosti, tedy v seniorském věku.

Celý dotazník je sestaven tak, aby všem otázkám senioři porozuměli i přes indispozice, které jsou pro období stáří typická. Na konci celého rozhovoru se snažíme zjistit, zda dotazovaní vše pochopili a zda nechtějí něco doplnit.

Vzor otázek se nachází v příloze (P II) této diplomové práce.

## 4.5 Výzkumný soubor

Před výběrem respondentů jsme si stanovili 5 zásadních kritérií, abychom mohli co nejvíce zúžit zkoumanou skupinu osob. Tato redukce nám pomůže výzkum co nejpřesněji realizovat, a tak následně dokážeme co nejlépe odpovědět na stanovené výzkumné otázky. V následující tabulce tato kritéria uvádíme.

Tabulka 4 Kritéria pro výběr respondentů  
(zdroj: vlastní zpracování)

Kritéria pro výběr respondentů	
1.	Musí se jednat o seniora, tedy <b>osobu starší 65 let</b> , která je ve starobním důchodu. V našem případě vycházíme z klasifikace věku z knihy Gerontopedagogika Pavla Mühlpachra (Mühlpachr, 2004, s. 21), který označuje osoby od 65 let jako mladé seniory.
2.	Musí se jednat o seniora, který <b>nežije v pobytovém zařízení pro seniory</b> (např. Domov pro seniory, Domov pro seniory se zvláštním režimem, Dům s pečovatelskou službou), ale žije doma v domácím prostředí. Tito senioři jsou ve většině případů v častějším kontaktu s rodinou, kdy Sýkorová (2007, s. 207) zmiňuje, že tento kontakt je jednou z důležitých strategií zvládnutí stáří. Proto nás zajímá, jakou roli hraje vrstevnická skupina právě u těchto seniorů.
3.	Musí jít o seniora, který <b>žije v domácnosti sám, popřípadě s partnerkou/partnerem</b> a je v kontaktu se svou rodinou.
4.	Senior musí být soběstačný – nemá dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav, zvládá péči o svou osobu, a tak není závislý na pomoci jiné osoby – to znamená <b>nepobírá příspěvek na péči</b> . (MPSV, © 2021)
5.	Oslovená osoba <b>má zájem</b> se zapojit do našeho výzkumu a <b>souhlasí</b> s použitím odpovědí v teoretické části naší práce, samozřejmě v anonymitě.

Po výběru dle předem stanovených kritérií výzkumný soubor této práce tvoří 5 dotazovaných osob. Jedná se o 5 seniorů žijících v domácím prostředí. Jde o 3 ženy a 2 muže. V tabulce můžeme vidět přesnější detail respondentů. Je zachována anonymita dotazovaných osob, a tak tyto osoby označujeme smyšlenými jmény, dále uvádíme pohlaví a věk dotazovaného v době provedení rozhovoru. Také uvádíme jednoduchou charakteristiku každého participanta, abychom znali základní kontext jeho situace.

Tabulka 5 Seznam respondentů  
(zdroj: vlastní zpracování)

Účastník výzkumu	Pohlaví	Věk
Alžběta	žena	77 let
Anna	žena	76 let
Anežka	žena	74 let
Alexandr	muž	85 let
Antonín	muž	78 let

### **ALŽBĚTA**

*Paní Alžběta žije sama v bytě velkého domu, kde v další patře žije dcera. Manžel paní Alžbětě zemřel před několika lety. Paní je velmi společenská a snaží se být nápomocná jak rodině, tak přátelům. Je velmi aktivní a zcela samostatná, nechybí bohužel počínající zdravotní problémy spojené s věkem.*

### **ANNA**

*Paní Anna žije v domě s manželem. Je velmi energická osoba, která má ráda společnost, současně se však také ráda věnuje rodině či vlastním činnostem. Je zcela samostatná a zdraví ji slouží, avšak poslední dobou se také objevují zdravotní komplikace, které jsou důsledkem přibývajících věku.*

### **ANEŽKA**

*Paní Anežka žije se svým přítelem v domě. Je velmi společenská, aktivní a především komunikativní, má ráda, když se neustále něco děje. V současné době si nestěžuje na žádný vážnější zdravotní problém.*

### **ALEXANDR**

*Pan Alexandr žije se svou manželkou v rodinném domě, ve kterém žijí také dvě dcery. Rád vzpomíná na své mládí a je velmi společenský. V poslední době má pan Alexandr zhoršené zdraví, avšak stále je zcela samostatný ve všech oblastech života.*

### **ANTONÍN**

*Pan Antonín bydlí v bytě sám, jeho manželka mu zemřela před dvěma lety. Je velmi pozitivně naladěný a také rád komunikuje s lidmi. Je aktivní, zdravotní stav odpovídá jeho věku.*

## 4.6 Průběh výzkumu

Po vytvoření vhodných otázek do rozhovoru byl následně proveden sběr dat. Sběr dat, v našem případě realizace rozhovorů s vybranými respondenty, probíhal v první polovině února roku 2022. Každý respondent byl již předem seznámen s průběhem a cílem rozhovoru. Samotný rozhovor u každého respondenta trval v průměru 70 minut. Před rozhovorem byla všem připomenuta a vysvětlena anonymita celého výzkumu a byl podepsán souhlas s provedením rozhovoru (viz příloha P I) Na začátku celého rozhovoru jsme se snažili se seniory navázat milý a přátelský vztah tak, aby se během rozhovoru cítili co nejkomfortněji a v otázkách se tak co nejdetailněji otevřeli. Celý rozhovor byl se souhlasem všech dotazovaných nahráván na nahrávací zařízení – aplikaci záznam zvuku. Jelikož se otázky v rozhovoru věnují ústředním tématům vrstevnické skupiny a tento pojem je často v otázkách zmiňován, bylo nutné ověřit, zda dotazovaní tomuto pojmu rozumí, a pokud ne, aby mu porozuměli. Proto jsme se nejprve dotazovali, zda oslovení senioři vědí, co je to vrstevnická skupina. Pokud někdo z dotazovaných nevěděl či neodpověděl dostatečně přesně, byla mu tato definice vysvětlena tak, aby vše správně pochopil. Následně jsme už pokračovali s ostatními otázkami, které jsou zaměřeny nejprve na vrstevnickou skupinu v dětství a dospívání, následně na vrstevnickou skupinu v období dospělosti a nejvíce na vrstevnickou skupinu v současnosti, tedy v období stáří. Na konci rozhovoru také nechyběly ukončovací otázky, kde jsme se ujistili, že respondent řekl všechno a nemá potřebu nic dalšího k tématu dodat. Jelikož se jednalo o respondenty v seniorském věku, průběh rozhovoru byl tomuto faktu přizpůsoben. Otázky byly pokládány pomalu a zřetelně a pokud senior neporozuměl napoprvé otázce, byla mu otázka ještě jednou položena a popsána jinými slovy tak, aby otázku zcela pochopil, a mohl tak co nejlépe odpovědět.

## 4.7 Způsob zpracování dat

Sesbíraná data jsme podrobili analýze na základě **principů zakotvené teorie**. Provedli doslovný přepis veškerých zaznamenaných rozhovorů, tzv. doslovnou transkripci rozhovorů. Dále jsme tato data podrobili fázi **kódování**, což je považováno za jádro celé zakotvené teorie. (Hendl, 2016, s. 208)

Nejprve jsme provedli tzv. **otevřené kódování**. Důkladně jsme procházeli text, a to několikrát. Postupně jsme si ho rozdělávali na jednotlivé tematické jednotky, kterým jsme poté přiřazovali určité názvy na základě jejich charakteristiky – jedná se o tzv. kódy. Jednotlivé kódy jsme následně znovu procházeli a hledali ty, které jsou si podobné či mají



stejný význam. Na základě tohoto sloučení nám vzniklo kódů méně, avšak staly se přesnější. Poté jsme tyto pojmy kategorizovali, tedy seskupovali na základě příslušnosti ke stejnému jevu. Tyto kategorie jsme nakonec také pojmenovali, a tak nám vznikly nadřazené kategorie a ke každé kategorii jednotlivé existující kódy. (Švaříček, Šed'ová, 2007, s. 211)

Dalším kódováním je tzv. **axiální kódování**. Cílem je vytvořit spojení mezi jednotlivými kategoriemi. Během tohoto procesu jsme propojovali jednotlivé vzniklé kategorie a hledali jsme mezi nimi určité vztahy, a to na základě tzv. Paradigmatického modelu (příčinné podmínky → jev → kontext → intervenující podmínky → strategie jednání a interakce → následky). (Švaříček, Šed'ová, 2007, s. 232)

Poslední částí je tzv. **selektivní kódování**, během kterého jsme hledali hlavní klíčovou kategorii našeho projektu, která dostatečně popisuje naši zkoumanou problematiku. Na tuto kategorii se následně vztahují kategorie ostatní. Takto postavené kategorie pak slouží jako základ ke vzniku nové teorii. (Švaříček, Šed'ová, 2007, s. 233)

## 5 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU

Doslovné transkripce rozhovorů byly podrobeny kódování. V příloze práce se nachází texty všech pěti doslovně přepsaných rozhovorů. Během otevřeného kódování nám vznikaly jednotlivé kódy, které jsme následně na základě podobností a spojitostí roztřídili, a tak nám vzniklo pět hlavních kategorií. Pro přehlednost jsme pro tyto kódy každé kategorie používali v textu odlišné barvy. Příklad kódovaného textu se taktéž nachází v příloze práce (P IV). Všechny kategorie s přiřazenými kódy uvádíme v následující tabulce.

Tabulka 6 Kategorie s přiřazenými kódy  
(zdroj: vlastní zpracování)

Kategorie	Kódy
<b>POTŘEBY SENIORA</b>	informace, řešení krize, udržení osobního kontaktu, neformální styk, čas bez kontaktu, podpora, vzpomínky, samostatnost
<b>ZDROJ RADOSTI</b>	forma kontaktu, obsah kontaktu, frekvence kontaktu, vrstevník
<b>PŘÍNOS KONTAKTU</b>	pomoc, nové kontakty, nové informace, udržení aktivity, pocit hrlosti/nápomocnosti, možnost volby
<b>CO BYLO KDYSI</b>	změna, dobré vzpomínky, pomoc, odlišnost, uvědomění věku, zájmové aktivity
<b>STINNÉ STRÁNKY</b>	negativní lidská vlastnost, povinnost, období COVID-19, limitace kontaktu, nedostatek času, následky stáří

Vznikly nám kategorie, které jsme si pojmenovali jako **Potřeby seniora**, **Zdroj radosti**, **Přínos kontaktu**, **Co bylo kdysi** a **Stinné stránky**.

Kategorie **Potřeby seniora** zobrazuje, co senior vyžaduje a potřebuje k naplnění své celkové pohody. Obsahem kategorie **Zdroj radosti** je popis kontaktu seniora s vrstevníky, ať už jde o to, s kým, kde či při jaké příležitosti se setkávají. Kategorie **Přínos kontaktu** nám odpovídá na otázku, jaký efekt a přínos má kontakt s vrstevnickou skupinou na seniora a co nového mu přináší. Kategorie **Co bylo kdysi** nám přibližuje, jaký kontakt seniori udržovali s vrstevníky v mládí a dřívějších letech a zda se jejich vztah k této skupině změnil. Poslední kategorie s názvem **Stinné stránky** nám vypovídá o událostech či překážkách, které znemožňují či limitují kontakt seniorů s vrstevnickou skupinou.

Nyní si těchto pět kategorií rozebereme podrobně na základě kontextu rozhovorů našich respondentů.

## 5.1 Kategorie „POTŘEBY SENIORA“

Tato kategorie popisuje potřeby, které dotazovaní senioři nejčastěji uváděli jako klíčové v kontextu s tématem setkávání s vrstevnickou skupinou. Potřeby vychází ze všeobecné potřeby sounáležitosti každého člověka, kterou jsme popisovali v teoretických východiscích. Nejčastěji se v rozhovorech vyskytovala právě všeobecná potřeba tvořit a udržovat sociální kontakt. Příkladem je výpověď respondentky Anežky, která vypověděla: *„Protože já strašně potřebuju jít mezi lidi, mě to tu nebaví furt čistit okna tady mezi čtyřma zdma, to ne, to není moje hobby, ne, já potřebuju s někým.“* Či *„Já si neumím představit, že bych s nimi nebyla v kontaktu.“* Tato dotazovaná dokonce svoji potřebu kontaktu s lidmi vyřešila brigádou v obchodě, kterou donedávna ještě vykonávala: *„Proto jsem šla do toho obchodu. Koho potkám, hned na něho mávám, hodíme řeč.“* Tuto potřebu rozváděla i respondentka Anna, která si velmi uvědomuje potřebu všeobecného setkání s vrstevníky. Ta je názoru, že aby to nebyl stereotyp, každý potřebuje občas strávit čas s někým jiným než například s manželem či dětmi.

Do této kategorie jsme zařadili také vzpomínky. Během rozhovorů se ukázalo, že senioři mají velkou potřebu se svými vrstevníky vzpomínat. Jsou pro ně velmi důležité a zásadní, během vzpomínek pak zapomínají na své problémy a vrací se do veselých chvil, které je udržují v pozitivní náladě.

*„...dobré pocity, je to obnovení vzpomínek.“*

*„...my začneme vzpomínat už v našem věku na všechno, takže to je takové příjemné...“*

Důležitou potřebou je také pro seniory stávající kontakty si udržovat. Zjistili jsme, že pro udržení dlouhodobých vrstevnických kontaktů často pořádají třídní srazy. Respondent Antonín popisuje: *„Po průmyslovce máme pravidelně každoročně takzvané třídní srazy.“* Také respondentka Anežka potvrzuje, že si udržuje kontakt s vrstevníky díky organizování třídních srazů: *„...jako abychom se nezapomněli, tak jako to vlastně pořádáme.“* S tímto je spojená i potřeba neformálního setkání, která může seniorovi pomoci zapomenout na své problémy spojené se stářím. Tohoto si můžeme všimnout například u Antonína: *„...to se každý zasměje a zapomene i na to, že je starý a nemocný (smích).“*

U jedné z respondentek dokonce můžeme vidět doufání v udržení kontaktu co nejdéle: „...*dokud udržím tužku a telefon, tak snad ten kontakt bude probíhat pořád, no.*“

Také se zde odhaluje potřeba seniorů dozvědět se nové informace o okolním místě či lidech, které znají. Z výpovědi je patrné, že své vrstevníky berou jako zdroj informací o dění kolem:

„*Když něco potřebujeme nebo nás něco upoutá, tak mi pak někdo zavolá a řekne...ty víš o tom, že ten umřel...nebo tak něco.*“

„*Tam se kolikrát dozvíme takové věci, co člověk ještě neví.*“

„...*pobavíme se a probereme věci, které se za poslední dobu udály, jak v obci, tak i v okolí. Jsem rád, že se vždycky něco dozvím.*“

Objevuje se zde také potřeba pomoci, kterou však všichni dotazovaní očekávají pouze od své rodiny, se kterými řeší osobní věci. Od vrstevnické skupiny rady a pomoc v tíživých situacích nepožadují, a to z důvodu, že nechtějí vrstevníky zatěžovat dalšími problémy – Alexandr: „*Pomoc, to už moc ne, že, jak kdysi, každý má svoje problémy, nemoci, takové.*“ Nebo také z důvodu špatné důvěry k vrstevníkům: „*Víte, jak to s těmi kamarádkami je, řeknete jednu větu a už to jede.*“

U jedné z respondentek se dokonce objevila potřeba samoty. To vysvětluje velmi častým kontaktem s vrstevníky a také množstvím naplánovaných aktivit, které má: „*Já spíš tu samotu někdy vyhledávám. Občas je toho kontaktu moc.*“ To může naznačovat občasné přesytení kontaktem s vrstevníky, který může mít za následek opačný efekt pozitivního přínosu setkání s vrstevníky.

## 5.2 Kategorie „ZDROJ RADOSTI“

Tato kategorie popisuje celý kontext kontaktů seniorů s vrstevníky. Zahrnuje jednoznačné koncepty, které charakterizují frekvenci, místa, obsah a formu kontaktů.

Co se týče typu vrstevníků, se kterými se nejčastěji senioři setkávají, jak už jsme zmiňovali výše, jde především o bývalé spolužáky z období studia, tedy ze základní či střední školy či z období dospělosti z různých volnočasových aktivit. S těmito osobami chtějí udržovat kontakty tak dlouho, dokud to půjde:

„*Delší dobu už to mám, jak jsem říkala – všechny z dob toho studia no...*“

„*Kamarádím se hodně z toho dětství.*“

„*Všechny mám buď ze školy nebo ze zaměstnání.*“

Nové kontakty s vrstevníky vytvořené během období stáří se u seniorů objevují zřídka, a to ve dvou případech. Avšak u těchto novějších známostí se nejedná o tak pravidelný a pevný kontakt, jako s vrstevníky z mládí. Respondentka Alžběta se poznává a dále setkává s novými lidmi z důvodu její současné aktivity – pomáhá magistrátu tím, že chodí blahopřát jubilantům: „*To spíš ti jubilanti, jak ted' chodím...takže oni potom řeknou přijďte ještě jednou.*“. Další případ nového kontaktu z období stáří se ukázal u pana Alexandra, který se začal setkávat s vrstevníkem, který se stal vzdáleně rodinným příslušníkem: „*...on tam tak bydlí sám a my jsme se tak nějak začali navštěvovat.*“

Dalším konceptem je forma kontaktu. Nejčastěji se jedná o osobní kontakt a jak jsme již zmiňovali, nejčastější formou setkání je třídní sraz či setkání na neformální půdě, jako je cukrárna, kavárna či hospoda. Seniori se ale také potkávají při jiných příležitostech, jako například zájmové aktivity a kluby (Antonín: „*...jsem členem filatelistického klubu...*“, Alexandr: „*...je třeba členská schůze jednou ročně, tak tam třeba zajdu.*“) či kulturní akce (Alžběta: „*...chodím na cimbálku.*“, Anna: „*Navštěvuji většinou divadlo, to vždycky tady uspořádá zájezd místní klub duchodců.*“). Ze všech výpovědí také vyšlo najevo, že velmi využívanou formou kontaktu s vrstevníky je spojení pomocí komunikačních technologií, jako jsou telefonní hovory, zprávy SMS, mobilní aplikace na zprávy a také emailová komunikace. Tato forma komunikace sloužila seniorům během pandemie také jako náhrada kontaktu osobního, jak odpověděla respondentka Anna: „*Přes tu koronavirovou dobu jsme si psali jen mobilem a těšili se, až se zase sejdem.*“ či Antonín: „*Akorát ted', kvůli tomu kovidu to bylo přes mail*“, který v období pandemie dokonce pořádal třídní sraz pomocí emailu.

Co se týče frekvence styku, záleží na tom, o kontakt se kterými vrstevníky jde. Pokud se jedná o velmi oblíbené třídní srazy, ty seniori mívají většinou jednou ročně. Někteří se však potkávají s určitými vrstevníky i častěji a pravidelněji, například Anna: „*Takže různé kamarádky třeba, my chodíme každý týden tady do kavárny.*“ či Anežka: „*...ještě s kamarádkami, s těmi se vídám dokonce jednou za měsíc.*“ Zbytek kontaktu pak doplňují právě pomocí telefonu či emailu, a to téměř denně.

Posledním kódem z této kategorie je obsah setkání, který všichni dotazovaní shrnuli velmi podobně. Jedná se především o vzpomínání na mládí, hovory o rodině, a také se samozřejmě probírají nové informace ohledně dění v okolí. Jde o aktivity a témata, která vzbuzují seniorům radost a dobré pocity.

„*No a jinak třeba tak porovnáváme, ty vnoučata, pravnoučata, děcka.*“

*„...to se každý rád pochlubí, to já ráda řeknu, že tam to tam to, ten dostudoval, ...“*

### 5.3 Kategorie „PŘÍNOS KONTAKTU“

Kategorie zahrnuje všechny přínosy kontaktu s vrstevnickou skupinou, které jsou z našich výpovědí zřejmé. Nejprve je respondenty popisován přínos – udržují se v aktivní formě života a zapojují se do běžného dění kolem. Ze všech výpovědí je zřejmá radost ze setkání, která má za následek elán a pozitivní pocity.

*„Člověk je v tom kontaktu. Že má pořád něco na práci, to člověka vlastně zaměstnává, mě to zaměstnává pořád.“*

*„Samozřejmě to člověka taky povzbudí, že.“*

*„Já z toho srazu vždycky přijdu strašně nadšená.“*

*„To ve mně vyvolává, nevím, takovou radost.“*

Pravidelný sociální kontakt s vrstevnickou skupinou u jedné z respondentek je také příčinou nových setkání, kde se seznamuje s novými lidmi. Příkladem je výpověď paní Alžběty: *„...chodím na cimbálku, takže tam jsou další známí. Takže navazuju a potom se bavím s těma.“* Jak jsme však zmiňovali výše, u respondentů není velmi časté a běžné navazovat vztahy s novými lidmi – vrstevníky během období stáří. Jedná se pouze o dvě jednotlivé zkušenosti ze všech rozhovorů.

Tato kategorie zahrnuje také přínos nových informací pro seniory. Ze všech výpovědí je patrné, že senioři se se svými vrstevníky rádi setkávají i z toho důvodu, aby se dozvěděli aktuální informace o dění kolem, nebo informace o lidech, které znají, ale nejsou s nimi v častém kontaktu. Zkrátka chtějí být „v obraze“, a to je následně udržuje informované a aktivní.

*„Dozví se, kdo umřel, že tam ten a to. Takže i takové informace.“*

*„...na těch srazech. Tam se kolikrát dozvídáme nějaké takové věci, co člověk ještě neví...prostě takové, že člověk je pak víc v obraze.“*

*„No, dává mi to jejich život a tak no. Všechno, my se bavíme o všem možném, ...“*

Také se zde vyskytuje určitá forma pomoci. Ať už ve formě pomoci, kterou na základě kontaktu s vrstevníkem senior získá, anebo naopak, že senior pomáhá někomu druhému a z toho čerpá pocit hrdosti či nápomocnosti. Příkladem je respondentka Alžběta, která se pravidelně setkává se svým podobně starým kamarádem, který ji pomáhá například

s nákupy. Na druhou stranu i sama respondentka je nápomocna, a to městu. Chodí totiž, jak jsme již uvedli, gratulovat jubilantům, a tak získává pocit hrdosti: „...*tak jdu k nim, nesu jim to za ten magistrát, za primátora.*“

Z našich rozhovorů také vyplynulo, jakým způsobem vrstevnická skupina seniory neovlivňuje. Výpovědi všech respondentů jasně vystihovaly odstup od jakéhokoli špatného ovlivnění druhými. Popisovali, že mají „svou hlavu“ a nejednali by nikdy na základě rad či doporučení svých vrstevníků. Od vrstevníků očekávají pouze uvolněné, přátelské a neformální setkávání.

„*Nikdy jsem na rady vrstevníka nedala, teda pokud myslíte takové vážnější věci.*“

„...*jedu si po své linii.*“

„*Já dělám vždycky to, co právě chci a hledím na sebe, hledím si svého.*“

#### **5.4 Kategorie „CO BYLO KDYSI“**

Další kategorie představuje okolnosti vrstevnických vztahů dotazovaných seniorů, a to v dětství, dospívání a dospělosti. Popisuje, jaký vztah s vrstevnickou skupinou měli již dříve a zda se udály určité události, které mají následný vliv na tyto vztahy v období stáří.

Jako první hrají v této kategorii velkou roli dobré vzpomínky. Oslovení respondenti vzpomínají na pěkné dětství a dobré vztahy bez závisti, na společné hry a volný čas. Vzpomínky jsou u některých také založeny na vzájemné pomoci mezi vrstevníky. Všichni participanti dodnes udržují vztahy alespoň s některými ze spolužáků, na které mají právě tyto pěkné vzpomínky.

„*Ve škole jsme si jako kamarádi pomáhali jeden druhému...*“

„*Dodnes my říkáme, že se známe ze dvorku.*“

„...*obyčejná základní škola na dědině a všichni jsme byli stejně vybavení, nikdo nikomu nezáviděl.*“

„*Kamarádky, se kterými jsme běhali po vesnici, hrály jsme si s panenkami...*“

Také se zde objevují počátky navštěvování různých volnočasových aktivit či spolků, ve kterých většina pokračuje a stále se tak setkává s vrstevníky, se kterými se znají již od počátku těchto činností.

„*Navštěvovala jsem svaz dobrovolných hasičů... Však já jsem pořád členem.*“

*„...kdežto s basketem žiji pořád.“*

*„I teď, když je třeba členská schůze jednou ročně, tak tam třeba zajdu“*

Dalším tématem v rámci této kategorie je určitá změna či zlom v dětství, či dospívání. Bohužel ne vždy se jednalo o pozitivní zážitek, avšak všechny tyto události vedly k posílení dotazovaného a následné změně k lepšímu. Jednalo se pokaždé o zcela jinou situaci, ale všechny znamenaly určitou změnu také v oblasti vrstevnických vztahů. Respondentka Anežka zažila velkou změnu v oblasti svého přístupu k přátelství. Z introvertky se stala extrovertkou: *„Já jsem byla strašně stydlivá, jak ve škole, tak doma...a já jsem to pak asi tak nějak rozjela.“*

Jinou změnu popisovala také Anna, která vyzdvihla přestup na střední školu. Ta nebyla v místě bydliště, musela tedy dojíždět, a to ji ale ve výsledku pomohlo navázat další nové vztahy s přáteli. Poslední zlom v minulosti popsala paní Alžběta, která pocítila velký smutek, když se nedostala na střední školu. Její kontakty s vrstevníky se zcela utlumily. *„Neuměla jsem pochopit, když řekli ne. Já jsem nechodila ani ven, já jsem seděla doma.“*

## **5.5 Kategorie „STINNÉ STRÁNKY“**

Poslední kapitola nám představuje situace a problémy, které dotazovaní popisují buďto jako prvky omezující kontakt s vrstevnickou skupinou, či jako negativní prvek těchto vztahů.

První případ, který se často vyskytuje jako negativní součást vrstevnických vztahů, je záporná lidská vlastnost. Tento problém nebyl popisován jen v období stáří, ale po celou dobu života, kdy byli v kontaktu s vrstevníky. Nejčastěji je zmiňována vyrazení tajemství mezi vrstevníky. Takovéto problémy potom vedly ke slabé důvěře, která mohla směřovat k méně častému kontaktu s danými vrstevníky. Dalšími uváděnými zápory byla závist mezi vrstevníky, například v majetku:

*„...jen v tom, že jaký kdo má majetek, jak už jsem říkala, no.“*

*„Tak já jsem to všechno navařila a nachystala a bylo pak vidět, že prostě oni říkali – no vy si žijete.“*

*„Víte, jak to s těmi kamarádkami je, řeknete jednu větu a už to jede.“*

*„To by věděla celá dědina, to já tam mám některé ty kamarádky bezvadné. Tam co řekneš, tak já ještě nejsem doma a už mi Táňa volá, co jsem to tam říkala někde, protože ona přijde domů a ta to řekne bráchovi a už to letí.“*



Jako další důvody limitace kontaktu se objevovaly vzdálenost bydliště a také stáří. Dotazovaní si často stěžovali na zhoršující se zdravotní stav, který má za následek menší frekvenci setkání. Dále také úmrtí vrstevníků, které zmiňovali jako smutný fakt a důvod, že se kontakt s vrstevníky snižuje. To však respektují a berou jako součást života.

*„Negativní jediné v tom smyslu, že třeba někdo odejde na věčnost.“*

*„Sice už to umírá, ale dva ještě žijí, ...“*

*„No ale stárneme, že, je nás čím dál míň.“*

*„Někteří samozřejmě bohužel už umřeli.“*

*„Ale to už je takový věk, teď se všichni ztrácí.“*

Zdravotní stav se stává příčinou, proč se senioři nechtějí setkávat. Nechtějí totiž rozebírat témata, která se týkají nemocí a zdravotních problémů, protože na ně působí negativně, mají pak špatnou náladu a cítí se být také nemocní:

*„...začneme o zdraví, no tak já přijdu z toho srazu a přijdu ještě víc nemocná, než jsem tam šla...“*

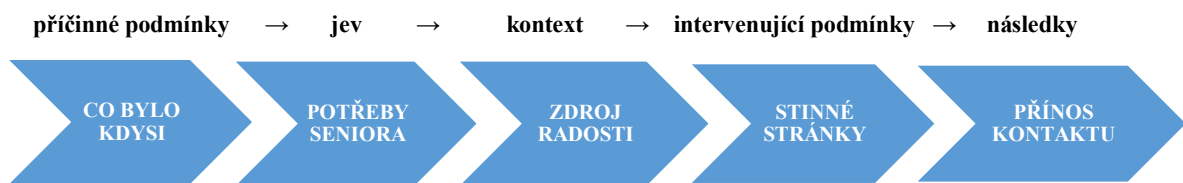
*„...a dojde se na téma takové ty nemoci, a kdo co, a co koho bolí, a ta tam spadla. Tak to se pak každý cítí jak stará babka. (smích).“*

Posledním problémem, který měl vliv na setkávání s vrstevníky, bylo období pandemie COVID-19. Toto období mělo dopad na všechny. Bylo doporučeno, aby se lidé co nejméně potkávali, později došlo k uzavření kaváren, restaurací apod., senioři se tak nemohli setkávat, nekonaly se třídní srazy. Tento nedostatek kontaktu se však vždy senioři snažili nahradit jiným způsobem, a to telefonem či emailem. Díky tomu se nevyskytoval pocit samoty či izolace:

*„Úplně se to utlumilo no. Kde člověk chtěl jít, tak to nešlo, že. To víte, já bych jezdila a to, ale nešlo to.“*

*„I když člověk má kolem sebe rodinu, tak takové ty jiné setkávání, to člověku chybí. Všechno bylo vlastně zavřené, že.“*

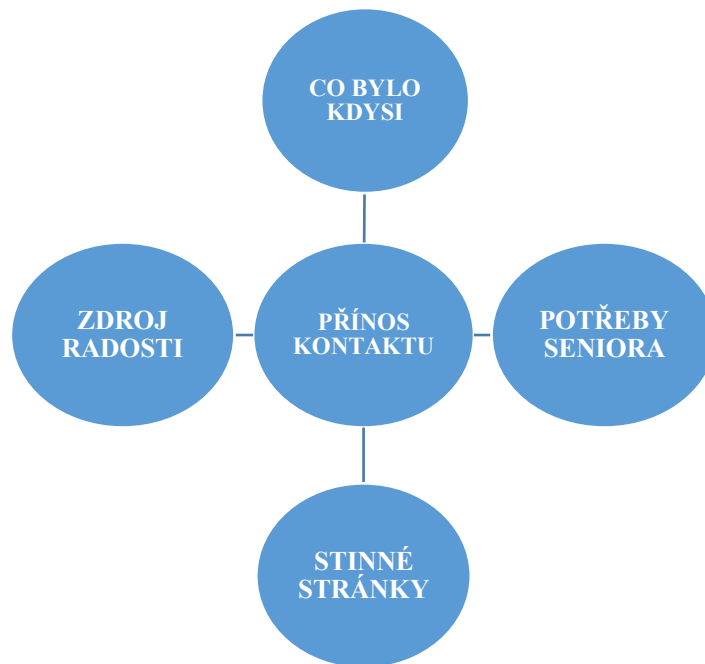
Jednotlivé kategorie jsme následně na základě **axiálního kódování** spojili do určitých vztahů, a to na základě tzv. **Paradigmatického modelu** podle Strauss a Corbin (1999, s. 72), kdy předpis modelu vypadá takto: „**PŘÍČINNÉ PODMÍNKY** → **JEV** → **KONTEXT** → **INTERVENUJÍCÍ PODMÍNKY** → **STRATEGIE JEDNÁNÍ A INTERAKCE** → **NÁSLEDKY**.“



Obrázek 1 Kategorie v kontextu paradigmatického modelu  
(zdroj: vlastní zpracování na základě Strauss a Corbin, 1999, s. 72)

Příčinná podmínka je proměnnou, která vede k výskytu daného jevu. V našem případě jde o **příčinnou podmínku „CO BYLO KDYSI“**. Zkušenosti a vzpomínky seniorů z oblasti vrstevnických vztahů mají vliv na to, jaké dění ve svém životě v současné chvíli senior očekává. Jsou tak příčinou aktuálních potřeb seniora, především pak potřeb dále udržovat vztahy s vrstevníky, které znají déle. **Jevem** jsou už zmiňované „**POTŘEBY SENIORA**“. Jde o hlavní myšlenku, která se vztahuje na zkoumanou interakci, v našem případě samotný kontakt seniora s vrstevnickou skupinou. Senior vystupuje s určitým očekáváním na základě svých potřeb, kdy předpokládá především pozitivní uspokojení přínosné pro jeho osobu. Další položkou v Paradigmatickém modelu je **kontext**, kterým jsme označili „**ZDROJ RADOSTI**“. Kontext nám udává celkovou charakteristiku a umístění, v našem případě kontaktu s vrstevníky. Určuje nám místo, frekvenci a přesný popis, zkrátka celkový kontext tohoto kontaktu. Za **intervenující podmínky** jsme zvolili kategorii „**STINNÉ STRÁNKY**“. V našem případě jde o podmínky, které znesnadňují nebo ovlivňují (v naší situaci především negativně) kontakt s vrstevníky. Poslední kategorii „**PŘÍNOS KONTAKTU**“ označujeme v rámci tohoto modelu jako **následek**. Jde o výsledek celé interakce, všech na sebe navazujících složek – kategorií, které se k sobě vztahují. Přínos kontaktu nám ukazuje následek udržení kontaktu s vrstevnickou skupinou.

Dle Strauss a Corbin (1999, s. 86) jsme následně postupovali podle několika kroků selektivního kódování. Na základě nich jsme vytvořili schéma, díky kterému jsme určili hlavní, centrální kategorii, ke které se vztahují ostatní kategorie. Toto schéma uvádíme v následujícím obrázku. Cílem celého procesu je pak vytvoření zmiňované zakotvené teorie na základě jednotlivých vztahů k centrální kategorii.



Obrázek 2 Schematická vizualizace kategorií  
(zdroj: vlastní zpracování dle Strauss a Corbin, 1999, s. 86)

Nyní se pokusíme naše výsledky shrnout a podívat se na výstup na základě společných a nejčastějších jevů, které na sebe vztahují a jsou propojené.

Zjistili jsme, že některé okolnosti ohledně kontaktu seniorů s vrstevnickou skupinou mají příčinu již v období dětství, dospívání či dospělosti. Jedná se o vrstevníky – spolužáky ze škol, které senioři navštěvovali – tito vrstevníci ve většině případů tvoří jakousi základnu okruhu kontaktu. S těmito vrstevníky senioři udržují vztah během celého života, a to i v období stáří. Jen ve velmi malém případě si senioři nachází nové kontakty v seniorském věku. Pokud senioři tvořili v minulých dobách s těmito vrstevníky kladné vztahy, vede je to k ještě větší potřebě kontaktu a udržení dlouhodobých dobrých vztahů. I negativní zkušenost či zlom v mládí (jako například stěhování, změna školy či změna charakterových vlastností) může působit jako určité posílení a jistotu v pozdějších vrstevnických vztazích. Také začátek navštěvování volnočasových aktivit v mládí, kde se člověk setkává s vrstevníky, často pokračuje i ve stáří, a tak je kontakt s vrstevníky zachován.

Co se týče nejčastějších potřeb seniora (zaměřených na sociální kontakt s vrstevníky), zjistili jsme, že senioři mají základní potřebu získávat informace o známých a okolí. Takováto potřeba však může někdy svádět seniory až ke špatným negativním vlastnostem, jako jsou pomluvy či šíření nepravdivých informací. Jako další potřebu, kterou senioři nejčastěji uváděli, je potřeba samoty. Senioři sice chtějí udržovat kontakt s vrstevníky, a tak získávat

i pozitiva tohoto kontaktu, avšak v současné době (když pomineme období útlumu kvůli pandemii COVID-19) někteří se často pociťují přesycení kontaktem, což může být také z důvodu velkého rozvoje komunikačních sítí (volání, SMS, mobilní aplikace poskytující dopisování, email).

Jak už zmiňujeme výše, ve většině případů si senioři udržují kontakt pouze s dlouhodobými známými (spolužáci, spolupracovníci, známí ze zájmových útvarů). Jen zřídka se v našich rozhovorech setkáváme se seniory, kteří si aktivně nachází nové kontakty v období stáří, které by následně udržovali. Důležitou formou setkání je mezi seniory velmi oblíbený třídní sraz. Ten je zdrojem pravidelného kontaktu právě s bývalými spolužáky, se kterými vzpomínají na své dětství a mládí, čímž také zapomínají na rodinné či zdravotní problémy v současnosti. Existující nabídky aktivit pro seniory, jako například Kluby seniorů, U3V či jiné zájmové útvary, ty jsou mezi seniory občasně využívány, avšak většina seniorů dává přednost kontaktu s vrstevníky na neformální půdě (např. kavárny, restaurace, hospody apod.) Velkou roli hrají v kontaktech s vrstevníky u seniorů moderní technologie, především internet (email) a telefon (volání, SMS, aplikace Whatsapp). I přesto, že u seniorů v dřívějších dobách tyto technologie neexistovaly a nebylo zvykem se touto cestou kontaktovat, v dnešní době u námi dotazovaných seniorů je tento kontakt velmi důležitý. Především v případě řešení pocitu samoty (často zmiňováno v kontextu období pandemie COVID-19, kdy bylo zakázáno se setkávat) je telefonický kontakt zásadní – můžeme ho tak považovat za prevenci samoty a izolace u seniorů.

Kontakt seniora s vrstevníky přináší mnohé kladné efekty a působí na něj pozitivně, avšak ne vždy. Velmi často jsou zdrojem negativního přínosu různé špatné lidské vlastnosti, které existují v sociální oblasti člověka už od pradávna. Nejčastěji se jedná o závist či klasické „drby“, kdy může být jiným seniorem roznesena vážná či intimní informace. Z tohoto důvodu se senior může cítit méněcenně nebo se uzavře do sebe a ztratí k těmto lidem důvěru. Z tohoto důvodu žádný ze seniorů neřeší vážnější věci s vrstevníky, ale vždy pouze v rodinném kruhu. Také kontakt s vrstevnickou skupinou může být limitován či úplně zamezen. Zjistili jsme, že nejčastějším omezením kontaktu jsou následky stáří, které jsou bohužel nezastavitelné. Jedná se především o úrazy, špatný zdravotní stav, ale také smrt vrstevníka. V tomto případě je kontakt už nevratný a senior se musí s touto okolností smířit. Dále je v současné době u seniorů velkým tématem, které ovlivnilo kontakt s vrstevníky, období pandemie COVID-19. V tomto období byly na základě vládních opatření proti šíření tohoto viru uzavřena veškerá místa, kde se senioři byli zvyklí setkávat, a také bylo vyhlášeno

zákaz volného pohybu. Sociální kontakt tak byl zcela přerušen a senioři byli odkázáni především pouze na kontakt s rodinou. I přesto, jak si můžeme ve výpovědích všimnout, se senioři snažili najít řešení tohoto problému, aby uspokojili svou potřebu sociálního kontaktu s vrstevnickou skupinou. Tím byl alespoň telefonický kontakt, či kontakt pomocí zpráv.

Jako největší přínos sociálního kontaktu s vrstevníky vyplynulo **udržení celkové aktivity seniora**. Jde o efekt povzbuzení, který má na seniora příznivý vliv, dodává seniorovi určitý elán do života. Senior vrstevnickou skupinu bere jako neformální kontakt, během kterého se cítí uvolněně. K tomuto stavu přispívají vzpomínky na pozitivní události a jevy v dětství, dospívání či dospělosti. Sami senioři jsou názoru, že nehledají u vrstevnické skupiny pomoc či útěchu v kontextu problémů a starostí, ale spíše v kontextu volného času a pozitivního myšlení. Potřebnou pomoc či řešení problémů řeší s nejbližšími, především partnerem/děti. Patří zde také potřeba informovanosti, o které jsme se zmiňovali již výše. Senior potřebuje být informován jak o dění kolem sebe, tak i o známých lidech. Tuto potřebu však rodina nemůže zcela naplnit, nejvíce je uspokojována v rámci kontaktu s vrstevníky a je součástí udržování celkové aktivity seniora.

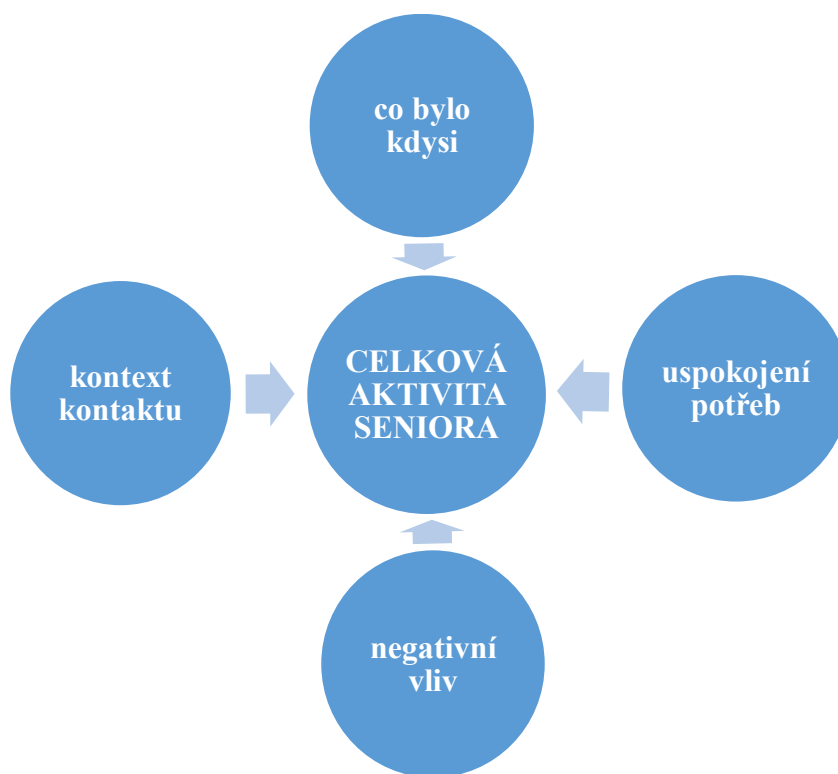
Na základě výsledků našeho výzkumu jsme zavedli nový pojem, tzv. **celková aktivita seniora**. Model tohoto pojmu (schéma jednotlivých vztahů) je zpracován v rámci obrázku č. 3. **Udržení celkové aktivity seniora** je hlavní přínos, který senior získává z pravidelného kontaktu s vrstevnickou skupinou. Jde o stav dostatečné informovanosti o světě – o okolních událostech, o lidech, které senior zná. Dále je to zároveň stav, kdy senior participuje na běžných životních událostech, navštěvuje určitý zájmový útvar/aktivitu a není vystaven pocitu samoty či izolace. To vše na základě vlastní volby, ne proti své vůli či na základě tlaku. Tento stav je však závislý na několika podmínkách, které mohou na základě změn tento stav ovlivnit.

Jako první celkovou aktivitu seniora ovlivňuje již přístup člověka k vrstevnickým vztahům v dětství, mládí a dospívání. Pokud člověk má již v dětství a mládí dobré, pozitivní, a hlavně dostatečně pevné vztahy s jemu blízkou vrstevnickou skupinou, má touhu a potřebu tyto vztahy udržovat i nadále, čímž bude uspokojovat svou potřebu tvořit vztahy a být v sociálním kontaktu. Jinak řečeno, nechce o tyto vrstevníky nikdy přijít a snaží si je udržet. Proto se nám ukázal i fakt, že senioři se ve většině případů ve svém stáří setkávají pouze s vrstevníky, které znají již z dob mládí.

Také okolnosti kontaktu může výslednou celkovou aktivitu seniora ovlivňovat. Z výzkumu je zřejmé, že senioři sice využívají speciální volnočasové aktivity pro seniory, ale častěji

a raději navštěvují kluby, svazy a aktivity, kam docházejí již delší dobu (někdy už i od dětství, kdy příkladem může být paní Alžběta z našeho výzkumu, která již v mládí začala navštěvovat basketbalový svaz a dodnes se s těmito lidmi – vrstevníky setkává a udržuje kontakt). Také se více pro setkání seniorů (vrstevníků) osvědčila neformální místa (kavárny, restaurace apod.).

Bohužel na celkovou aktivitu seniorů během tohoto procesu může působit mnoho vlivů, a to negativně. V poslední době šlo především o období pandemie COVID-19. Celková aktivita seniora byla značně omezena, a to z důvodu znemožnění kontaktu jakožto vládního opatření. Jak už jsme ale zmiňovali výše, tento negativní účinek seniori řešili alespoň pomocí telefonátů, zpráv a emailů, které taktéž všeobecně přispívají k udržení alespoň částečného kontaktu s vrstevníky, a tak výsledně k celkové aktivitě seniorů. Tu také ovlivňuje stáří, a to ať už na straně seniora, tak na straně vrstevníka, který s ním udržuje kontakt. Tyto příčiny však ve většině případů bohužel nejdou ovlivnit, protože jde o přirozený jev stáří.



Obrázek 3 Schématické znázornění jednotlivých vztahů  
(zdroj: vlastní zpracování)

## 6 SHRnutí VÝzkUMU A ZODPOVĚZENÍ VÝzkUMNÝCH OTÁZEK

V našem výzkumu jsme se zaměřili na porozumění vrstevnických vztahů u seniorů, především na to, jestli a jak kontakt s vrstevnickou skupinou v dětství, dospívání a dospělosti ovlivňuje stávající stav vrstevnických kontaktů seniorů. Dále také na to, jaký vliv na seniory má kontakt s touto skupinou a jakým směrem ho ovlivňují. Také nás zajímalo, jakým způsobem si senioři udržují kontakt se svými vrstevníky a co přesně je k tomu vede.

Náš kvalitativně orientovaný výzkum jsme provedli na základě designu zakotvené teorie. Začali jsme formulací hlavního výzkumného cíle, na který jsme navázali třemi výzkumnými otázkami. Následně jsme provedli sběr dat, v našem případě se jednalo o metodu hloubkového rozhovoru. Realizovali jsme rozhovory s pěti respondenty, které jsme vybrali na základě předem stanovených kritérií. Poté jsme doslovné transkripce rozhovorů podrobili analýzou dat charakteristickou pro zakotvenou teorii. Jednalo se o tři fáze tzv. kódování. Na základě analýzy a určení vztahů mezi jevy jsme formulovali naše zjištění a novou teorii. Je nutné dodat, že v celém výzkumu jsme se zaměřovali pouze na určitý okruh seniorů (senioři, kteří žijí ve svém přirozeném prostředí, tedy doma), které jsme vybrali na základě předem stanovených kritérií, která obsahovala mimo jiné kritérium samostatnosti a absence příspěvku na péči. Proto výsledky nelze vztahovat na všechny seniory.

V této části se zaměříme na zodpovězení třech výzkumných otázek, které jsme si na začátku stanovili.

### **1. VO: Jak byla významná vrstevnická skupina pro život seniora v jeho dětství, dospívání a dospělosti?**

Na základě provedených rozhovorů jsme zjistili, že vrstevnická skupina a kontakt s ní v dětství, dospívání a dospělosti má určitý vliv na vrstevnické vztahy v období stáří a také na celkový život seniora. Každý senior ve stáří většinou rád vzpomíná vždy na dobré, pěkné chvíle, které kdysi prožil. Můžeme tak říct, že kontakt s vrstevnickou skupinou v těchto etapách života jsou jakýmsi stavebním kamenem, ze kterého později ve stáří také čerpají. Dobré a kladné vztahy s vrstevnickou skupinou „nutí“ člověka tyto vztahy udržovat po celý život, tedy až do období stáří, čímž si zajišťují uspokojování potřeby sociálního kontaktu, tedy taktéž potřeby sounáležitosti. Také nám z analýzy dat vyplynulo, že největším zastoupením vrstevníků, se kterými jsou senioři v kontaktu, jsou bývalí spolužáci, popřípadě kolegové z bývalých zaměstnání – tudíž jde o známosti z těchto období (dětství, dospívání,

dospělost). Proto senioři z našeho výzkumu nevyhledávají nové vrstevníky (například při zájmových či vzdělávacích aktivitách) a udržují spíše kontakty s vrstevníky, které znají déle. K těmto osobám mají větší důvěru a raději s nimi diskutují o tématech, které je spojují již od mládí. S tím se pojí i společné vzpomínání během těchto setkávání, které je založeno na společných zážitcích apod. Naopak ale vážnější témata senioři s vrstevníky řeší neradi a v těchto záležitostech upřednostňují pomoc rodiny.

## **2. VO: Jakým způsobem vrstevnická skupina v současnosti ovlivňuje život seniora?**

Jak jsme již psali výše, na základě našich rozhovorů jsme zjistili, že senioři mají stále potřebu sociálního kontaktu a potřebu získat informace o okolí. Tyto potřeby uspokojují hlavně díky kontaktu s vrstevnickou skupinou, která život seniora ovlivňuje. Jako nejvíce ovlivňující prvek a přínos těchto kontaktů jsme určili udržování tzv. celkové aktivity seniora, kterou popisujeme jako stav komplexní informovanosti o okolí, stav participace na běžných událostech, aktivní přístup k volnému času a stav bez pocitu samoty či izolace. Senior tak od vrstevnické skupiny získává přehled o aktuálním dění, nové informace, díky čemuž je v obraze. Zároveň je udržován v určitém volnočasovém dění (různé kluby seniorů, zájmové útvary apod.), a tak není odříznut od sociálního kontaktu, který mu přináší radost a elán. Ovlivněny jsou tak ve výsledku kladně všechny složky člověka, které mohou mít v konečném důsledku i pozitivní vliv na psychiku seniora, a tím zmírňovat určité důsledky stáří, jako je například změna emoční regulace. Mezi další věci, které na základě kontaktu s vrstevnickou skupinou seniora také ovlivňují, patří často také určitá inspirace či rada, kterými se senior následně řídí či je praktikuje ve svém životě. Bohužel také dochází i k negativnímu ovlivňování života seniora, a to nejčastěji kvůli sdílení zdravotního stavu během setkávání vrstevnické skupiny. Toto na seniory nepůsobí dobře, zhorší se jim nálada a mají pocit špatného zdravotního stavu.

## **3. VO: Jak si senioři udržují kontakt s vrstevnickou skupinou?**

Senioři z našeho výzkumu především udržují kontakt s vrstevníky, které znají již z dětství a mládí – tedy z dob studií, popřípadě období v zaměstnání. S těmito lidmi jsou hojně ve spojení díky třídním srazům, které pořádají již pravidelně a i v seniorském věku si tento zvyk pevně dodržují a aktivně se podílejí na tom, aby vždy třídní sraz proběhl. Styk s vrstevnickou skupinou senioři často udržují i v rámci určitého spolku či aktivity, ve kterém začínali již v mládí, který je nadále spojuje i v tomto věku. Naopak se u oslovených seniorů neobjevují případy, kdy by senior začal nově navštěvovat určitý zájmový útvar pro seniory. Velký vliv v udržování kontaktu seniorů s vrstevníky hrají komunikační zdroje, nejčastěji jde o volání,



psaní SMS či aplikací pro zprávy pomocí mobilního telefonu, časté je také využívání emailové komunikace. Tento způsob kontaktu využívají senioři pro domlouvání srazů či společných aktivit a také tato komunikace hrála velkou roli během pandemie onemocnění COVID-19. Tímto kontaktem se senioři snažili nahradit kontakt osobní, avšak ve výsledku se všichni shodli, že nelze nahradit ten osobní.

## 7 DISKUSE A DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Je zřejmé, že pocit sounáležitosti, který jsme zmiňovali v teoretických východiscích, přetrvává i v období stáří. To se nám potvrdilo z výpovědí našich respondentů, kde každý popisoval svůj kladný postoj k sociálním kontaktům a k udržování vztahů. Tuto potřebu senioři uspokojují především díky kontaktu právě s vrstevnickou skupinou.

V literatuře se setkáváme především s teorií vrstevnické skupiny, která poukazuje na důležité a nenahraditelné působení v období dětství a dospívání. Průcha, Walterová a Mareš (2001, s. 154) především upozorňují na zásadní vliv během socializace jedince, dále také na podporu jedince během emocionálního dozrávání a třibení názorů o okolí. Již velmi málo se ale setkáme s literaturou, kde by byla důležitost vrstevnické skupiny vykládána právě v období stáří u seniorů. Jak nám z výzkumu vyplynulo, tak kontakt s vrstevnickou skupinou v tomto období je neméně důležitý a udržuje seniora v celkové aktivitě. Zdroj tohoto efektu však záleží již právě na zmiňovaném kontaktu s vrstevnickou skupinou v dětství a dospívání. V tomto období vrstevnická skupina člověka vede a pomáhá mu se správně začlenit do společnosti, v období stáří pak seniora udržuje v tomto začlenění a podporuje ho v aktivní pozici.

V našem výzkumu jsme se zaměřili na problematiku vrstevnické skupiny pouze u jedné skupiny seniorů. Jedním z kritérií výběru zkoumané skupiny byl pobyt seniora v domácnosti/domácím prostředí. Z tohoto důvodu naše výsledky nelze vztahovat na všechny seniory, a to i z důvodu rozdílnosti přístupu k sociálním kontaktům na základě místa pobytu seniora. Tyto rozdíly popisují ve svém výzkumu Pokorná a Blažková (2012, s. 24), kterým z šetření vyplynulo, že právě místo pobytu seniora determinuje jeho následný postoj k sociálním vztahům.

Kontakt seniora s vrstevnickou skupinou často ohrožují různé vlivy. Může jít o následky stáří způsobující nepříznivý zdravotní stav či pasivita způsobena náhlým množstvím volného času. To všechno může vést ke snižování sociálního kontaktu. Tento fakt, který se nám potvrdil, navazuje na tzv. teorii odcizení, která je popisována v knize Stuart-Hamiltona (1999, s. 170): „Podle této teorie kontakty stárnoucích lidí se světem se mohou stávat stále méně častými. Na jedné straně je to způsobeno slábnutím smyslu. V sociální rovině způsobuje odpoutávání od kontaktů s ostatními lidmi ztráta partnerů a přátel.“

Jako poslední porovnání našich zjištění s teoretickým východiskem uvádíme vliv období pandemie koronaviru na vrstevnické vztahy seniorů. V první kapitole teoretické části jsme

popisovali doporučení Veroniky Telehuz (Domov Sue Ryder, © 2018), která radila během období pandemie zvýšit frekvenci telefonátů či zpráv jako předcházení pocitu samoty a izolace u seniorů. Na základě našich výsledků jsme zjistili, že doporučení této autorky senioři již hojně v období pandemie aplikovali, kdy velmi často využívali ke kontaktu s vrstevníky své mobilní telefony či internet.

Dále bychom rádi na základě jednotlivých zjištění z výzkumu prezentovali určitá doporučení pro praxi, která mohou být přínosná pro řešení některých problémů, či naopak která podpoří zjištěné přínosy práce.

Na základě našeho výzkumu jsme zjistili, že okolnosti a charakter vrstevnických vztahů v dětství tvoří důležitý základ pro vrstevnický kontakt v pozdějším věku, tedy i v období stáří. Pokud člověk v minulosti (dětství, dospívání) formuje s vrstevníky kladné a pevné vztahy založené na pomoci a důvěře, vede ho to k potřebě udržet si takového kontakty i do budoucna, tedy i do období stáří, což má následně na seniora příznivý efekt (zmiňované udržení celkové aktivity seniora). Jelikož tento zdroj pramení již z dětství, bylo by prospěšné se tedy zaměřit na správné formování vrstevnických vztahů právě v dětství. Mohlo by se jednat především o podporu třídních kolektivů, snahu mezi spolužáky prohlubovat dobré vztahy, udržovat dobré klima třídy či dokonce vést žáky k nalezení správné volnočasové aktivity, kde si najde dobrý kolektiv vrstevníků. Pro tuto činnost se vhodně nabízí právě sociální pedagog, který by působil na základní škole a tyto speciálně zaměřené působení zajišťoval.

Dále je potřeba řešit vyskytující se problém, který může vést k negativním vlivům na seniora a především k oslabení následného pozitivního efektu kontaktu s vrstevníky – udržení celkové aktivity seniora. Jde o problematiku, která nám vyplynula z výzkumu, kdy jde o častou přesycenost zprávami, především formou emailu a SMS. Senioři dostávají mnoho emailů, které si často preposílají ve velkém množství a ztrácejí se tak v přicházejících informacích. Tuto skutečnost uvádělo více dotazovaných a jak už jsme zmínili, může mít na seniory špatný dopad – senior ztrácí čas a také může často podlehnout falešným zprávám či uvěřit nepravdivým informacím. Řešením by bylo zavedení kurzů bezpečného chování na internetu pro seniory, kde by se dozvěděli formou přiměřenou svému věku základní informace o bezpečném chování na internetu, především v oblasti emailové komunikace.

Také se nabízí provedení výzkumu, který by se hluboce zaměřil na následky období pandemie onemocnění COVID-19. Zaměřen by měl být především na to, jaký vliv mělo celé

toto období na sociální kontakty seniorů, jelikož náš výzkum se na toto téma primárně nezaměřoval a dotkli jsme se tohoto tématu pouze okrajově.

Jako poslední vyvstává potřeba zaměřit se také na druhou část seniorů, tedy seniory, kteří žijí v pobytových zařízeních či na ty, kteří sice žijí v domácím prostředí, avšak jejich zdravotní stav jim neumožňuje fungovat samostatně, čili pobírají příspěvek na péči. Ze své zkušenosti během pracovní spolupráce s těmito seniory jsem dospěla k názoru, že z důvodu často nepříznivého zdravotního stavu se tito senioři nedostanou do vzdálenějších míst za účelem setkání se svou vrstevnickou skupinou. Proto by bylo vhodné založit určité komunitní volnočasové kluby pro seniory, které by se staly dostupné pro seniory bydlící ve velkých komplexech bydlení či ve velkých obytných domech (jako jsou například zlínské segmenty). Tato doporučení jsou však pouze velmi spekulativní, jelikož celkový stav této problematiky dosud nevychází z žádného výzkumu reálného stavu v této oblasti. Proto doporučujeme zaměřit další výzkum na oblast této problematiky i u této skupiny seniorů.

## ZÁVĚR

Z literatury je patrné, že pravidelný kontakt s vrstevnickou skupinou je prospěšný nejen pro děti a dospívající, kdy jedinci usnadňuje proces socializace, ale také pro seniory. Seniorům tento kontakt napomáhá udržovat smysluplný život. V této diplomové práci jsme se proto zaměřili na porozumění vrstevnickým vztahům seniorů žijících v domácím prostředí, na celkový kontext těchto vztahů a na to, jakým způsobem výsledně působí na seniora. Hlavním cílem práce bylo porozumět vrstevnickým vztahům seniorů a zjistit, jak seniory vrstevnická skupina ovlivňuje. V souladu se stanoveným cílem byly vytvořeny tři výzkumné otázky, na které jsme během průběhu výzkumu hledali odpověď. První otázka se týkala významu vrstevnické skupiny pro život seniora v období dětství, dospívání a dospělosti. Další otázka se věnovala způsobům ovlivnění vrstevnické skupiny současného života seniora a poslední otázka se zaměřovala na možnosti udržování kontaktu s vrstevnickou skupinou u naší cílové skupiny.

V teoretické části jsme v první kapitole definovali základní pojmy z oblasti stáří a seniora. Uvedli jsme různé periodizace stáří, dále jsme se zaměřili na charakteristiku stáří z pohledu biologického, psychologického i sociálního. Druhá kapitola se zabývá životem člověka v sociálních skupinách, charakteristikou a druhy sociálních skupin, zejména skupinou vrstevnickou. V poslední kapitole jsme popsali potřebu sounáležitosti a zaměřili se dále na sociální vazby seniorů. Na závěr jsme vymezili i období COVID-19 a s ním spojenou problematikou sociálních vztahů seniorů během této pandemie.

V praktické části jsme realizovali kvalitativní výzkum formou hloubkových rozhovorů, kdy jsme zvolili jako design výzkumu zakotvenou teorii. Rozhovory byly provedeny s pěti osobami – seniory, kteří byli vybráni na základě předem stanovených kritérií. Rozhovory byly předeny do písemné formy a následně byly analyzovány na základě stanovených principů zakotvené teorie – otevřené, axiální a selektivní kódování.

Díky tomuto postupu jsme mohli odpovědět na předem stanované výzkumné otázky a dosáhnout na několik výsledků týkajících se vrstevnické skupiny u seniorů, které se nám objevily za pomoci postupů zakotvené teorie. Na základě zjištění a výsledků jsme také formulovali doporučení pro praxi.

Výzkumem jsme zjistili, že charakter setkávání seniorů s vrstevnickou skupinou pramení již v období dětství a dospívání. Lidé tvoří v těchto obdobích pevné vztahy, které jim zůstávají až do období stáří, ve kterém si téměř jiné kontakty už netvoří. Také se ve výsledcích

promítlo období pandemie COVID-19, který omezil kontakt s vrstevníky. Tento limit však senioři překonávali pomocí hojně využívaných komunikačních technologií (mobilní telefon, email), které pro seniory hrají velkou roli v udržování vrstevnického kontaktu. Hlavním tématem pro nás byl především přínos vrstevnické skupiny pro seniora. Ukázalo se, že na seniory má kontakt s vrstevníky příznivý vliv – na základě teorie zakotvené v datech jsme zavedli pojem udržení celkové aktivity seniora, který definuje tento přínos. Senior je na základě pravidelného kontaktu s vrstevníky v pozitivní náladě, je informovaný o dění kolem, a je také zapojen do okolních aktivit.

Závěrem je však nutné dodat, že výsledky z našeho výzkumu nelze kvantifikovat na celou populaci seniorů, a to na základě zaměření výzkumu pouze na úzce vybranou skupinu seniorů podle několika kritérií (viz. tabulka č. 4).

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] BAUMEISTER, Roy F. a Mark R. LEARY, 1995. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. In: *Psychological Bulletin* [online]. 117(3), s. 497-529 [cit. 2022-04-13]. ISSN 1939-1455. Dostupné z: doi:10.1037/0033-2909.117.3.497
- [2] ČÁP, Jan, 1993. *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Univerzita Karlova, 415 s. ISBN 8070665343.
- [3] ČÁP, Jan a Jiří MAREŠ, 2007. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Portál, 655 s. ISBN 9788073672737.
- [4] ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDOVÁ, 2012. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Praha: Grada, 263 s. ISBN 9788024739014.
- [5] ČSSZ, © 2021. Starobní důchod. *Česká správa sociálního zabezpečení* [online]. Praha: Česká správa sociálního zabezpečení [cit. 2021-12-06]. Dostupné z: <https://www.cssz.cz/web/cz/starobni-duchod>
- [6] DOMOV SUE RYDER, © 2018. Péče o seniory v době pandemie: Izolace v sociálním zařízení nebo domácí prostředí?. In: *Neztratit se ve stáří* [online]. Praha: Domov Sue Ryder [cit. 2021-12-14]. Dostupné z: <https://www.neztratitsevestari.cz/clanky/pece-o-seniory-v-dobe-pandemie-izolace-v-socialnim-zarizeni-nebo-domaci-prostredi>
- [7] DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar, 2012. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. Praha: Grada, 112 s. ISBN 9788024741383.
- [8] ERIKSON, Erik H., 2015. *Životní cyklus rozšířený a dokončený: devět věků člověka*. Vyd. 2., přeprac. Praha: Portál, 147 s. ISBN 9788026207863.
- [9] GODAROVÁ, Jana a Vlastimil BERAN, 2017. *Manuál volnočasových aktivit seniorů: certifikovaná metodika*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí. ISBN 978-80-7416-318-0. Dostupné také z: [https://www.mpsv.cz/documents/20142/650267/Manual\\_volnocasovych\\_aktivit\\_senioru.pdf/3340c823-455a-27f3-25af-2f0bae900f62](https://www.mpsv.cz/documents/20142/650267/Manual_volnocasovych_aktivit_senioru.pdf/3340c823-455a-27f3-25af-2f0bae900f62)

- [10] HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava, 2013. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 170 s. Studie. ISBN 9788074191527.
- [11] HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava, 2021. Ageism, Age Divisions and Ageing in a Time of Crisis: Reflections on the Social Impact of the COVID-19 Pandemic. In: *Czech Sociological Review* [online]. **57**(2), s. 143-164 [cit. 2022-04-13]. ISSN 00380288. Dostupné z: doi:10.13060/csr.2021.008
- [12] HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2010. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 365 s. ISBN 9788087109199.
- [13] HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2012. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. Praha: Galén, 194 s. ISBN 9788072629008.
- [14] HOLMEROVÁ, Iva, 2014. *Průvodce vyšším věkem: manuál pro seniory a jejich pečovatele*. Praha: Mladá fronta, 206 s. Lékař a pacient. ISBN 9788020431196.
- [15] HUDÁKOVÁ, Anna a Ludmila MAJERNÍKOVÁ, 2013. *Kvalita života seniorů v kontextu ošetrovatelství*. Praha: Grada, 115 s. Sestra. ISBN 9788024747729.
- [16] JANDOUREK, Jan, 2009. *Úvod do sociologie*. Vydání 2. Praha: Portál, 231 s. ISBN 9788073676445.
- [17] JANDOUREK, Jan, 2012. *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Praha: Grada, 258 s. ISBN 9788024736792.
- [18] KALVACH, Zdeněk a kol., 2004. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 864 s. ISBN 80-247-0548-6.
- [19] KALVACH, Zdeněk a Alice ONDERKOVÁ, 2006. *Stáří: pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén, 44 s. Care. ISBN 8072624555.
- [20] KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada, 202 s. Sestra. ISBN 9788024721699.
- [21] KNAPOVÁ, Jaroslava, 2019. *Ošetrovatelský proces a potřeby člověka*. Praha: Inovace VOV. Dostupné také z: <https://www.vovcr.cz/odz/zdrav/499/page00.html>



- [22] KOVÁČ, Damián, 2013. *Umne starnút': (fragmenty)*. Bratislava: Veda, 176 s. Svet vedy. ISBN 9788022412803.
- [23] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie. 2.*, aktualiz. vyd. Praha: Grada, 368 s. Psyché. ISBN 8024712849.
- [24] MANSON, Mark, 2017. Teorie citové vazby. In: *Psychologie.cz* [online]. Praha: Mindlab [cit. 2022-04-13]. Dostupné z: <https://psychologie.cz/teorie-citove-vazby/>
- [25] MPSV, 2020. *Manuál přípravy na stáří pro občany* [online]. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí [cit. 2022-01-15]. Dostupné z: [https://www.mpsv.cz/documents/20142/372809/CESES\\_manual\\_pripravy\\_na\\_stari.pdf/ddd7ba32-9885-d038-ef87-9c41034ca9e6](https://www.mpsv.cz/documents/20142/372809/CESES_manual_pripravy_na_stari.pdf/ddd7ba32-9885-d038-ef87-9c41034ca9e6)
- [26] MPSV, © 2021. Příspěvek na péči. *Ministerstvo práce a sociálních věcí* [online]. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí [cit. 2021-11-26]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/-/prispivek-na-peci>
- [27] MÜHLPACHR, Pavel, 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 203 s. ISBN 8021033452.
- [28] NAKONEČNÝ, Milan, 1999. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 287 s. ISBN 8020006907.
- [29] NOVOTNÁ, Eliška, 2010. *Sociologie sociálních skupin*. Praha: Grada, 120 s. Sociologie. ISBN 9788024729572.
- [30] ONDRUŠOVÁ, Jiřina a Beáta KRAHULCOVÁ, 2019. *Gerontologie pro sociální práci*. Praha: Karolinum, 368 s. ISBN 9788024643830.
- [31] POKORNÁ, Andrea a Radka BLAŽKOVÁ, 2012. Sociální vztahy ve stáří. *Geriatric a Gerontologie* [online]. Praha: Galén, **2012**(1), 24-28 [cit. 2022-04-13]. Dostupné z: <https://www.prolekare.cz/casopisy/geriatric-gerontologie/2012-1/socialni-vztahy-ve-stari-39229>
- [32] PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ, 2001. *Pedagogický slovník*. 3., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Portál, 322 s. ISBN 80-717-8579-2.
- [33] PŘIBYL, Hugo, 2015. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf, 96 s. Jessenius. ISBN 9788073454371.

- [34] PSYCHOLOGY, © 2021. Need to Belong. In: *Psychology* [online]. Psychology [cit. 2021-11-01]. Dostupné z: <http://psychology.iresearchnet.com/social-psychology/interpersonal-relationships/need-to-belong/>
- [35] RUSBULT, Caryl E. a Paul A. M. VAN LANGE, 2008. Why We Need Interdependence Theory. In: *Social and Personality Psychology Compass* [online]. 2(5), s. 2049-2070 [cit. 2022-04-13]. ISSN 17519004. Dostupné z: doi:10.1111/j.1751-9004.2008.00147.x
- [36] ŘEZÁČ, Jaroslav, 1998. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 268 s. ISBN 8085931486.
- [37] SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ, 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 225 s. Sociologie. ISBN 9788024738505.
- [38] SCHROEDER, Jonathan E., 1996. An Analysis of the Consumer Susceptibility to Interpersonal Influence Scale. *Journal of Social Behaviour and Personality* [online]. Corte Madera: Select Press, 11(3), 585-599 [cit. 2022-04-13]. Dostupné z: <https://www.proquest.com/openview/8c2e783375243e2464ea7698990c9b34/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1819046>
- [39] SKARUPSKÁ, Helena, 2018. Proměny sociální identity seniorů. In: *W starzejacej się Europie: Konteksty sąsiedztwa i dialogu we współczesnym świecie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 51-59. ISBN 978-83-01-20285-9.
- [40] SLAMĚNÍK, Ivan, 2011. *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada, 208 s. Psyché. ISBN 9788024733111.
- [41] STRAUSS, Anselm L. a Juliet M. CORBIN, 1999. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 196 s. SCAN. ISBN 808583460X.
- [42] STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 319 s. ISBN 8071782742.
- [43] SÝKOROVÁ, Dana, 2007. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství, 284 s. Studie. ISBN 9788086429625.

- [44] SÝKOROVÁ, Dana, 2003. *Senioři ve společnosti: strategie zachování osobní autonomie: výzkumná zpráva za 1. rok řešení výzkumného úkolu GAČR, reg. č. 493/02/1182*. Boskovice: Albert, 113 s. ISBN 80-7326-023-9. Dostupné také z: <http://www.digitalniknihovna.cz/mzk/uuid/uuid:804cdc70-fa98-11e2-9923-005056827e52>
- [45] SZCZEPAŃSKI, Jan, 1970. *Elementarne pojęcia socjologii*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 541 s.
- [46] ŠAMÁNKOVÁ, Marie, 2011. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci: aplikované v ošetrovatelském procesu*. Praha: Grada, 134 s. Sestra. ISBN 9788024732237.
- [47] ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 377 s. ISBN 9788073673130.
- [48] VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 461 s. ISBN 9788024613185.
- [49] VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Karolinum, 531 s. ISBN 9788024621531.
- [50] VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK, 1997. *Sociální psychologie*. Praha: ISV, 453 s. Psychologie. ISBN 808586620X.

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí
OSN	Organizace spojených národů
TKI	telefonní krizová intervence
U3V	univerzita třetího věku
VO	výzkumná otázka
WHO	World Health Organization (Světová zdravotnická organizace)

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obrázek 1 Kategorie v kontextu paradigmatického modelu (zdroj: vlastní zpracování na základě Strauss a Corbin, 1999, s. 72) .....	58
Obrázek 2 Schematická vizualizace kategorií (zdroj: vlastní zpracování dle Strauss a Corbin, 1999, s. 86).....	59
Obrázek 3 Schématické znázornění jednotlivých vztahů (zdroj: vlastní zpracování) .....	62

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1 Přehled periodizací stáří (zdroj: vlastní zpracování na základě jednotlivých autorů).....	14
Tabulka 2 Změny ve stáří (zdroj: vlastní zpracování na základě Mühlpachr, 2004, s. 21).	17
Tabulka 3 Příklady sociálních skupin modelované na komunitě seniorů (zdroj: vlastní zpracování).....	29
Tabulka 4 Kritéria pro výběr respondentů (zdroj: vlastní zpracování) .....	46
Tabulka 5 Seznam respondentů (zdroj: vlastní zpracování).....	47
Tabulka 6 Kategorie s přiřazenými kódy (zdroj: vlastní zpracování) .....	50

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Souhlas s provedením rozhovoru

Příloha P II: Otázky do rozhovoru

Příloha P III: Doslovné transkripce rozhovorů

Příloha P IV: Ukázka provedeného kódování

# **PŘÍLOHA P I: SOUHLAS S PROVEDENÍM ROZHOVORU**

## **SOUHLAS S PROVEDENÍM ROZHOVORU**

Na základě výzkumu, který probíhá v rámci diplomové práce vedené na Fakultě humanitních studií na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně, předkládáme souhlas s provedením rozhovoru.

Název diplomové práce: Potřeba vrstevnické skupiny u seniorů

Autor práce: Bc. Jana Migotová

Účastník rozhovoru:

- byl informován o průběhu rozhovoru a byl seznámen s následným použitím ve výzkumné části diplomové práce,
- byl ujistiěn o ANONYMITĚ prováděného rozhovoru,
- souhlasí s pořízením nahrávky rozhovoru.

Datum:

.....

Podpis účastníka tohoto výzkumu



## **PŘÍLOHA P II: OTÁZKY DO ROZHOVORU**

### **Otázky do rozhovoru – Potřeba vrstevnické skupiny u seniorů**

#### **ÚVODNÍ OTÁZKY**

1. Když vám řeknu vrstevnická skupina, víte, co to znamená?

#### **HLAVNÍ OTÁZKY**

##### **Vrstevnické vztahy v dětství a dospívání**

1. Jaké máte vzpomínky na vaše vrstevnické vztahy na základní škole? Kde jste se nejčastěji potkával/a s vrstevníky mimo školu?
2. Myslíte si, že se vrstevnické vztahy v raném dětství liší od současných? Pokud ano, čím? Pokud ne, mají něco společného?
3. Jakým způsobem se změnily vaše vrstevnické vztahy, když jste přešel/a na střední školu? Popište změnu vrstevnických kontaktů.

##### **Vrstevnické vztahy v dospělosti**

1. Vzpomeňte si na své přátele (vrstevnickou skupinu) z dob vaší dospělosti. Popište mi, kde jste se nejčastěji potkával/a či scházel/a s vrstevníky. Pokud v rámci zaměstnání, trávil/a jste s těmito osobami čas i mimo pracovní dobu? Popřípadě popište jak a kde.
2. Navštěvoval/a jste v dospělosti nějaký zájmový útvar, kde jste se scházel/a s vrstevníky? Pokud ano, popište, o co se jednalo, jak často jste se scházel/a, co bylo obsahem.
3. Co vám pomáhalo nejvíc při těžkých životních chvílích (například neshody a problémy v rodině, těžké rozhodování, problémy v práci, trápení s dětmi)? Pokud se jednalo o osobu, prosím popište, jakým způsobem vám pomáhala a podporovala vás.
4. Jak byste charakterizoval/a přínos vrstevnických vztahů v období dospělosti? Jaké spatřujete pozitivita nebo negativa?
5. Ovlivňovali vás vaši vrstevníci (ať už pozitivně či negativně)? Případně popište, za jakých situací.

### **Vrstevnícké vztahy v současnosti**

1. Jaké vás v současné době obklopují osoby, jaké tvoříte sociální vztahy? Jak často se vidíte s rodinou a jak často se vidíte s vrstevníky (přáteli) a jakou cestou (pomocí setkávání tváří v tvář/po telefonu/e-mailu)?
2. Popište mi, zda se s vrstevníky, s nimiž jste nyní v kontaktu, znáte již delší dobu (z mládí, studií, zaměstnání), anebo jste se s těmito osobami poznal/a až během seniorského věku? Popřípadě popište, jakým způsobem k tomu došlo. S kolika osobami jste případně v kontaktu?
3. Popište, jaké aktivity a jak často v současné době provozujete se svými přáteli (vrstevnickou skupinou)? Navštěvujete nějaké zájmové útvary, akce pro seniory, kluby apod.?
4. Popište vzpomínku (za poslední rok), která se vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.
5. Jaké pocity ve vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)? Jaká pozitiva kontaktu s vrstevníky vnímáte (co přesně se vám na tom líbí, co vám pomáhá) a naopak jaká negativa spatřujete (co se vám na tom nelíbí, trápí vás)? Litoval/a jste někdy určitého činu, který jste udělal/a na základě rady vrstevníka? Popřípadě popište tuto zkušenost/situaci.
6. Můžete mi popsat, co nebo kdo a jakým způsobem vám pomáhá, když potřebujete s něčím pomoci, když si nevíte s něčím rady nebo vás něco trápí?
7. Myslíte si, že v současné době máte dostatek sociálního kontaktu? Charakterizujte vaši potřebu být v kontaktu s vrstevníky. Pokud chcete být v kontaktu, ale nemůžete, popište proč. Pokud máte tu možnost, ale nemáte o to zájem, popište proč.
8. Nastala někdy v období vašeho stáří situace, kdy jste se cítil/a sám/sama, v izolaci? Popište případně toto období.

### **UKONČOVACÍ OTÁZKY**

1. Chtěl/a byste doplnit nějakou část či téma, o kterém jsme se bavili?
2. Chcete se zeptat na něco vy?

## PŘÍLOHA P III: DOSLOVNÉ TRANSKRIPCE ROZHOVORŮ

### DOSLOVNÉ TRANSKRIPCE VŠECH ROZHOVORŮ

#### ALŽBĚTA (77 let)

**Když Vám řeknu vrstevnická supina, víte, co to znamená?**

*„Ano. Určitý okruh lidí v jedné vrstvě. Pokud se teď jedná o seniory, tak asi přibližně stejně staří.“*

**Jaké máte vzpomínky na vaše vrstevnické vztahy na základní škole? Kde jste se nejčastěji potkávala s vrstevníky mimo školu?**

*„Tak já jsem měla školu hned za rohem a naši rodiče se přistěhovali po válce, protože za války museli všichni do Brna odejít, tak i ti moji sourozenci dva se narodili v Brně. A ten dům, ve kterém jsme bydleli, byl postavený nějak těsně před válkou. Tam byly samé mladé rodiny. My jsme v každém bytě měli co jsme s nimi chodili do třídy. Já jsem měla přímo na patře spolužačku, bratr taky, sestra taky. Všichni. Tam bylo šest partají a v každé měli dvě tři děti a všechny stejně staré. Takže náš Stáňa, jako bratr měl kamarádku, se kterými se doteďka kamarádím a bydlí tady, co dvě chodily do třídy s ním. Marie měla taky a nade mnou bydleli teta se strýcem a ti měli taky dvě děti a taky to našli k sobě, ty vrstevníky. Takže my jsme byli rozdělení v tom baráku, že jsme měli vždycky někoho ze třídy nebo stejně staré.“*

**Takže jste se prakticky vídala s těmito vrstevníky pořád? Ve škole i potom po škole?**

*„Ano, ve škole i potom na dvoře. Dodnes my říkáme, že se známe ze dvorku. Třeba ta Líba, ta vždycky říká, to je moje kamarádka ze dvorku. I ta, co mi barví vlasy, bydlí tam, my jsme kamarádky ze dvorku. Takže to byli určitě, no, taková vrstevníci. A o prázdninách jsme byli v Benkovicích, a tam jsme byli taky tak zaškatulkovaní, že každý měl svého vrstevníka kamaráda. Jistě, tak pak jsme se bavili, jak už nám bylo 15, s těmi kluky staršími. Ale od dětství jsme měli vždycky tak stejně staré kamarády. I na tom dvorku jsme měli, my jsme měly holky na trávě panenky, kluci tam hráli volejbal nebo skákali po klepáči. No, takže celé dětství jsem prožila s kamarády.“*

**Myslíte si, že vrstevnické vztahy v raném dětství se liší od současných, pokud ano, čím? Pokud ne, mají něco společného?**

*„No, tak určitě se to podle mě lišilo podle věku. V tom dětství jsme měli jiné starosti, než jsme se potom vzali a vdali. To byl takový útlum bych řekla u všech. Jestli to bylo tady nebo na prázdninách na vesnici. Ale teďka, když už máme všechny děti pryč z domu, tak už se zase kamarádíme, nebo více máme času na ty svoje z dětství.“*

**Jakým způsobem se změnila vaše vrstevnické vztahy, když jste přešla na střední školu? Popište změnu vrstevnických kontaktů.**

*„No, u mě to bylo trošku jiné asi, než u všech ostatních, protože já jsem celou základku žila s tím, že půjdu dělat historii, architekturu, dějiny hudby, hrála jsem na klavír, průvodcovala jsem na zámku, tak jsem chtěla se svojí kamarádkou ze základní školy jít na archeologickou průmyslovku. Ta byla v Čechách, a to mi maminka nedovolila. Nakonec teď jsme spřízněni, protože můj bratranec si vzal vlastně za ženu její sestřenici. A ta moje kamarádka ze školy byla ředitelka školy pro slabozraké, výborná matematická a maluje, má pořád výstavy. Ale pak jsem se nedostala na žádnou školu, i když jsem měla ty samé jedničky, tak strýc, který bydlel nad námi zjistil, že v Galeně se otevírá první rok farmaceutický chemik. Nás tam bylo třicet a myslím si, že neměla jsem s nikým žádný problém. Jsme se pořád kamarádili, pak jsme vlastně byli v jednom podniku, některé už umřely. Učitelka nám teprve v loni zemřela. Ta měla devadesát pět.“*

**Takže bývalí spolužáci byli následně vaši spolupracovníci a přátelé v dospělosti?**

*„Já si myslím, že od dětství se pořád kamarádím, nebo potkávám, víme o sobě. Nevím, že bych třeba řekla ne, ty děcka mě nezajímají, to ne. Pořád to pokračovalo. No jako, když jsme měli děti, měli rodinu, nebo jsme se stěhovali, tak to ne, to jsme třeba o sobě nevěděli o těch ze základky, ale potom si někdo vzpomněl a sešli jsme se nebo jsme si řekli je a nevíš, ten ještě žije? A podobně. Takže já myslím že můžu vyjmenovat od základky pár se kterými teď zavolám a budeme se bavit jako včera.“*

**Vzpomeňte si na své přátele (vrstevnickou skupinu) za dob vaší dospělosti. Popište mi, kde jste se nejčastěji potkávala či scházela s vrstevníky.**

*„Já jsem dělala basket, no takže můj muž se taky nedostal na školu. A moje sestřenice se na školu se taky nedostala. Takže já jsem se s tím mužem setkala v Galeně, nám bylo osmnáct, tak jsem se tak skamarádili všichni, tak jsme se tak všichni scházeli z basketu všichni, každý si tam někoho našel. A my jsme ještě měli další takový spolek, a to bylo divadlo. My jsme jako nehráli divadlo, ale měli jsme tam známé v opeře a vy jsme tam chodili z práce. My jsme se s nimi tak seznámili, že nám na svatbě hrál celý orchestr. Takže jsme měli pořád něco. No a slavili jsme Silvestry spolu, vzpomínám na jeden v tom šedesátém devátém jak ten Šlitr se otrávil. Oni na Silvestra tam dávali jeho písničku a my jsme tam byli takoví rozjuchaní a jak to začalo, tak všichni buleli. Tak chodili z baletu, z opery, z orchestru. To bylo fajn, nás bylo asi patnáct.“*

### **A scházela jste se stále s těmi stejnými lidmi, nebo se to někdy i proměnilo?**

*„No, pokud už jsme už s Petrem chodili, tak jsme už s nimi chodili, jako společenské akce jsme měli z divadla, svátky nebo kdo měl narozeniny a podobně. Ale protože Petr trénoval, a to bylo ještě na kopci, tak jsme tam zase chodili s basketem po tréninku k tomu Antonovi, to byla taková dřevěná hospoda. Tak jsem jsme chodili buď s basketem, anebo s tím divadlem. Buď do kavárny, anebo ty svátky jsme slavili s nimi.“*

### **Jak se to scházení s kamarády změnilo, když jste měli děti?**

*„Změnilo se to. S tím divadlem jsem zjistila, že už se to trošku změnilo když jsme se vzali. Protože já jsem bydlela na Vaškovém náměstí a oni bydleli na Roosevaltove, jak se jde nahoru před křižovatkou na pravé straně. A vím, že kolikrát před Velikonocemi ona říkala, nech to, já už mám poslední flašku rumu a zítra přijdou koledníci. Jo, že tam byla fajn parta, ale neměli dost peněz. A teď my jsme se vzali s Petrem a tak jsme se tady přestěhovali a měli jsme tady zařízený byt. A my jsme neměli moc peněz, ale peníze jsme měli, ale oni ne. A jednou oni volali, že přijdou, my říkáme jo. A my jsme měli, my jsme dostali klobásy, ještě jsme měli flašku whisky a Key rum jsme tady měli, no to co se pilo kdysi. Tak já jsem to všechno navařila a nachystala a bylo pak vidět, že prostě říkali no vy si žijete. No a pak Petr onemocněl a byl v Olomouci a ten jeden baleták si vzal zdravotní sestru a my jsme si pořídili automatickou pračku. Oni si pořídili obyčejnou, protože neměli na to. No a tak už jsem tam viděla trošku takový rozdíl. Že tak trošku, no vy si tady žijete jo, protože my jsme měli velký prostor, my jsme neměli čtyři roky děti, tak jsme je pozivali a společnost jsme měli rádi. Ale nemůžu říct, že jsme úplně přestali. Ale potom se narodili děti, takže pak už to bylo. Je fakt, když já teď potkám tu Vandu a Kristu, tak se pozdravíme a co děláš, ale už jsme ztratily ten kontakt úplně s nimi. Kdežto s basketem žiji pořád. Já myslím, že akorát s tím divadlem. Jednak oni někteří už zemřeli, vyměnili se někteří ti, co tu byli, ale bylo to takové příjemné, no. My jsme neměli děti a mohli jsme si užívat, chodit vždycky na ty premiéry a pomlouvat tam ty staré.“*

### **Co Vám pomáhalo nejvíc při těžkých životních chvílích během období dospělosti? (například neshody a problémy v rodině, těžké rozhodování, problémy v práci, trápení s dětmi).**

*„No, já když mám nějaký problém, to já neřeším s kamarády. Teďka když mám, tak řeknu něco ségře, nebo někomu. Ale já jsem měla velký, největší stres v životě, když jsem se nedostala na tu školu. To jsem neuměla pochopit, když řekli ne. Já jsem nechodila ani ven, já jsem jen seděla doma. Jenom jsem četl, pletla, úplně se přerušil kontakt. Takže první problémy jsme řešila*

*sama, nechtěla jsem o nikom vědět. Potom jsme měli problém, že jsme nemohli mít děti. Tak to jsem řešila jenom s Petrem.“*

**Jak byste charakterizovala přínos vrstevnických vztahů v období dospělosti? Jaké spatřujete pozitiva nebo negativa?**

*„No, já jsem těch záporů moc neviděla. Spíš možná ty záporny jen v tom, že jaký kdo má majetek, jak už jsem říkala, no. Pak jsem si i dokonce koupili auto, a to byl další trn do těch, ti neměli. Ale ne že by, ale už to fakt nějak utichlo. Nás už to tak taky nebavilo, takže tam to myslím skončilo. Ale jinak. Buď jsme se umlčeli, nebo tak.“*

**Ovlivňovali Vás vaši vrstevníci? (ať už pozitivně či negativně). Popište případně, za jakých situací.**

*„No, jak ovlivňovali. Já jsem vždycky jela to, co chci já, takže nic špatného bych neudělala, kdyby mi někdo něco řekl. No pozitivně, já nevím, možná jo, ale nějak špatně tak to určitě ne.“*

**Jaké Vás v současné době obklopují osoby, jaké tvoříte sociální vztahy?**

*„No tak jsem určitě s rodinou, s těmi kamarádkami úplně z toho dětství a rodinu myslím i ty moje sestřenice a, no bratrance už ne, protože už mi dva umřeli. Ty sestřenice, protože to má všechno základ ty Benkovice. My jsme tam byli kdejaké prázdniny přes rok i Velikonoční, dva měsíce jsme tam byly i v Létě. A my si teď vyhledáváme ještě další z těch. Jak jsem byla na operaci kolene v Hrabyni, tak zase stejně starý z Benkovic dělal průmyslovku a dostal obrnu a nakonec skončil v Hrabyni. A já jsem tam byla na tom koleně, ani jsem si to neuvědomila a najednou on jel naproti ve vozičku, takže i Stáňa pak přijel, Liba, my jsme se bavili jak, jak na těch prázdninách. A s tou Janou, my jsme tam bydleli na návsi, to byl velký statek a vedle byla ulice, kde bydleli domkaři. Byla tam nějaká Anička stejně stará jako já se sestrou Drahomírou a ony se šly učit jako zahradnice a do Galeny chodily prodávat kvítka. A já říkám já, Aničko co ty a ona já, tak to už jsme jako byly vdané, ale tam jsme se poznaly. A já jsem pak šla jednou na hřbitov a tato Anička šla s jedním pánem. A ona říká, Alžběto, já ti musím představit mého přítele. Ona byla takový outsider, protože ona chodila jenom v trenýrkách a tričku. No a říkala víš, to je můj přítel... .. No a potom mi volala, přijď někdy, přijď, já už jsem vdova. Tak já jsem Janě volala, a říkám vzpomínáš si na Anču z ulice? Ona říká co myslíš, tu z toho seriálu? Já říkám ne, z Benkovic. Tak jsem se tam vypravily. Tak jsme tam šli na tu návštěvu. Ta má tak krásný barák, teda už je vdova, v tom obýváku měla kupu těch kamenů drahých. No, prostě, teď ta jídelna velká, nahoře velký ochoz a kvítka, bazén. My jsme tam byly jako v jiřikově vidění. A ona říkala, já jsem vám vždycky holky záviděla, jak vy se máte. A já*

*říkám jo? Vždyť já jsem tam chodila na prázdniny. No, ale babi s dědou, oni byli řezníci a měli jste zabijačky a teď jsme si tam začali každý vyčítat jak v tom dětství, no. (smích)“*

**Jak často se vidáte s vrstevníky (přáteli) a jakou cestou (pomocí setkávání tváří v tvář/po telefonu/emailu)?**

*„No, všechno dohromady. Tak my se scházíme, že, buď ty srazy, to je někde v hospodě, nebo na těch vernisážích, nebo návštěvy, všechno. I hodně si voláme a píšeme, to pořád.“*

**Popište mi, zda s vrstevníky, se kterými jste nyní v kontaktu, se znáte již delší dobu (z mládí, studií, zaměstnání) nebo s těmito osobami jste se poznali až během seniorského věku?**

*„No, já nevím, s kým se tak. Kamarádím se hodně z toho dětství. Buď to jsou ti příbuzní, nebo ti z toho dvorku. A ti, co se se mnou učili, jako z té základky a tak, tak to si zavoláme čas od času. Když něco potřebujeme nebo nás něco upoutalo, tak mi někdo zavolá a řekne ty víš o tom že ten uměl nebo tak něco, tak v takové rovině si zavoláme. Nebo jednu mám v Domě umění a řekne ty, je vernisáž, přijď. Ale úplně ze stáří, to ne, to nemám nové. To spíš ti jubilanti teď, jak za nimi chodím. Já tam mám teď ještě tak tři dárky nachystané. Takže oni potom řeknou a přijďte ještě jednou.“*

**Setkáváte se s jubilanty? Jak jste k tomu přišla?**

*„Tady byl svaz žen, taková organizace a někdo mě tam navrhnul, tak jsem se tam dostala do toho svazu žen. Nakonec jsem byla předsedkyně a scházely jsme se na vrátnici v nemocnici. A dělaly jsme takové různé besedy a akce. A potom přišli z magistrátu, jestli bych nepřevzala tady v tom okrsku a nechodila k těm jubilantům. To znamená že tam na magistrátu, kde se dělají sňatky, vítají se novorozeňata, tak se tam dávají i gratulace od osmdesáti let. A pokud je někomu devadesát, tak se mu dává dárek. A protože těch už je asi moc, asi sto padesát, tak vytipovali lidi z těch okrsků. A mám seznam na celý rok. No a já jsem kdysi chodila do města pro ty dárky, teď už to vozí na magistrát a já si pro to chodím. No a ten den, kdy to mají, tak jdu k nim, nesu jim to za ten magistrát, za primátora. A oni se hrozně, tak jsou různé typy ale. Někteří jsou už ležáci, tak to ta rodina přijme, ale někteří jsou tak povídaví.“*

**Popište, jaké aktivity a jak často v současné době provozujete se svými přáteli (vrstevnickou skupinou)? Navštěvujete nějaké zájmové útvary, akce pro seniory, kluby apod.?**

*„Tak, já chodím na vernisáže. Já tam mám tu spolužačku v Domě umění, jo. Tak tam vždycky obrážím ty galerie a oni mi vždycky už posílají, kdy bude další vernisáž. Tak tam jsem se naučila chodit po těch vernisážích, a máme tam další známé, s Libou zase chodím na cimbálku, takže tam jsou další známé. Takže navazují a potom se bavíme s těma.“*

#### **A co různé kluby seniorů apod.?**

*„To moc ne. Akorát jak měl kamarád přednášku na jednom setkání seniorské, tak říkal pojď se mnou, tak to jsem šla. Ale jinak nemám čas. Já nemám čas na ty seniorské. Protože teď se mi pokazil stroj, teď já mám se vším problémem. Stroj potřebuji promazat, zavolám si odborníka.“*

#### **Popište vzpomínku (za poslední rok), která se Vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.**

*„No, já jsem toho zažila moc, ale že by nějaký velký dojem. Já nevím, co tak bylo, já bych se musela podívat na kalendář. Toho je hodně. Sraz myslím loni nebyl, ze základky máme jednou za deset let, z průmyslovky máme, teď jsme se zase loni nesešli, my jsme všichni staří, já jsem tam zůstala jediná holka, už tam není žádná holka. O dvou nevíme, se někde ztratili ve světě. A chodí nás tam šest. Jeden byl pak letec, tak ten mi občas volá, ten lítal i do Ameriky. No, tak to se s nimi scházím. Ale to se scházíme tak, že přijedeme do Svinova na nádraží a kolik se nás sejde. Šest, sedm? Jedeme dvě zastávky dál do nějaké té. Jeden je z Oder, jeden z Bohumína, takže my z odevšad.“*

#### **A kdo tyto srazy organizuje, vy?**

*„No, já, s tím Vaškem asi, s tím letcem. Takže jsem i s tou průmyslovkou tak ve styku no. Ale nás bylo patnáct ale někteří už umřeli, někteří se tak ztratili. Takže vloni, to nevím, co by tak bylo. No. Ale tak skajpuju a vlastně. Takže, Křenek mi umřel, Karhánek tady chodí každý den v pět. Ale on mi chodí nakupovat, on je zvláštní člověk, ale já ho znám už z mládí, no a začal tady pak ke mně chodit, tak s námi chodí i na srazy. My si dáváme každý den deci vína, my máme tu sedmičku na třikrát. No, takže, já myslím, že nežiji tak moc samotářsky. Kolikrát si říkám, že bych měla tolik věcí udělat.“*

#### **Jaké pocity ve Vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)?**

*„No dobré, dobré pocity. No a když nechci, tak tam nejdu. Ale to nebývá. Ti co mě pozvou, nebo se scházíme, tak ráda jdu. Ale mám lidi, které nemusím.“*



**Jaká pozitiva kontaktu s vrstevníky vnímáte (co přesně se Vám na tom líbí, co Vám to dává?)**

*„Tak určitě to, že je člověk v tom kontaktu. Že má pořád něco na práci, to člověka vlastně zaměstnává, mě to zaměstnává pořád, takové ty. My se sejdeme, prohodíme řeči. No vlastně někdy se dozvím, kdo umřel, že tam ten a to. Takže i takové informace. Informace vlastně o těch známých, se kterými už třeba tak nejsme v kontaktu, anebo jsme, ale třeba se jim něco stalo.“*

**A naopak spatřujete nějaká negativa v kontaktu s vrstevníky? (co se Vám na tom nelíbí, trápí Vás)?**

*„Asi nic, to nevím.“*

**Popište mi, jestli na Vás mají vrstevníci určitý vliv (ať už pozitivní či negativní)**

*„To jo, určitě mě třeba přiměli. Já jsem takový soutěživý typ, já musím luštit křížovku, ale jenom když z toho něco je. Takže do takových soutěživých věcí, to mě klidně přemluví, nějaká křížovka, to oni mi třeba už posílají, že mám luštit.“*

**Litovala jste někdy určitého činu, který jste udělala na základě rady některého vrstevníka? Popřípadě popište tuto zkušenost/situaci.**

*„Nelitovala. Já dělám vždycky to, co právě chci a hledím na sebe, hledím si svého.“*

**Můžete mi popsat, co nebo kdo a jakým způsobem Vám pomáhá, když potřebujete s něčím pomoc, když si nevíte s něčím rady nebo Vás něco trápí? Spíše rodina, nebo vrstevníci?**

*„No, víceméně rodina. No, nebo s těmi kamarádkami taky něco třeba řeším, ale ne nějaké takové vážnější věci. Ale když mám velký smutek, tak se z toho vypíšu. Když umřel Petr, tak jsem vlastně začala psát takové vzpomínky na něj.“*

**Myslíte si, že v současné době máte dostatek sociálního kontaktu?**

*„Jo, já myslím, že jo. Někdy až moc.“*

**Takže se necítíte nikdy sama, v izolaci?**

*„Ne, ne. Já spíše tu samotu někdy vyhledávám. Občas je toho kontaktu moc. Já vždycky říkám, já už se těším, až bude šest hodin a budu mít klid. Já mám ráda taky občas samotu. Protože já si můžu vymyslet, co budu dělat, já si můžu třeba číst, nebo teď jsem se dostala do toho svetru. A já se vždycky ráno probudím a říkám si, co budu dělat, podívám se do kalendáře. To mě třeba u té Liby, ty musíš furt někde lítat. A tak to mě tak zamrzelo jednou, že jsem tak rozlitaná, že nic“*

*nedělám. Tak jsem si vzpomněla za mlada, jak jeden tam pán nám říkal ta vaše matka furt někde litá. No ale já si myslím, že zase tak nelitám, že se starám o ty děcka, no teď už ne, se mi jen hlásí, když jedou. A přijdou půl šesté, že mají hlad. No, jsem ráda i sama. Ale zase sama nechodím do hospody, nebo nemám nějakou společnost, že bych chodila na pivo. Já pivo vlastně nepiju vůbec.*

**Když máte domluvenou nějakou akci nebo sraz (s vrstevníky), jdete vždy ráda, nebo někdy jdete jen „ze zvyklosti“?**

*„No, tak to se mi často stává, že mám něco naplánované a říkám si, ale mi se tam tak nechce. Já nevím, co si mám obléct. Jo, někdy si říkám jo, už jsem jim řekla, že přijdu, třeba na nějakou tu vernisáž, nebo cimbálku. Ale pak se překonám. To myslím že nás taky naše matka hodně naučila, že se člověk musí zapřít a udělat to. Ale pak to třeba dopadne dobře. Teď jsme byli třeba na Rigolettu, dáme si tam šampaňské, chlebiček. No stává se mi, že se úplně nehnu do všech akcí.“*

### **ANNA (76 let)**

**Když Vám řeknu vrstevnická supina, víte, co to znamená?**

*„No jasně. Tak stejně staří jako já, kámošky, kámoši, lidi, se kterými se setkávám, ne?“*

**Jaké máte vzpomínky na vaše vrstevnické vztahy na základní škole? Kde jste se nejčastěji potkávala s vrstevníky mimo školu?**

*„No vzpomínky ze školy. Kamarádky, se kterými jsme běhali po vesnici, hrály jsme si s panenkami, kočárky. Hry jsme venku hrály.“*

**Jakým způsobem se změnila vaše vrstevnické vztahy, když jste přešla na střední školu? Popište změnu vrstevnických kontaktů.**

*„No tak já jsem chodila na dívčí školu, kde jsem dojížděla vlakem, což byla pro mě novinka, byla jsem jak Alenka v říši divů, protože jsem byla zvyklá jezdit jen autobusem. Tam v tom vlaku jsem taky pár lidí jako našla, se kterými jsem se vždycky bavila. No a v nové škole jsem navázala vztahy s novými kamarádkami, se kterými jsem se ještě dlouho bavila a setkávala se, potom jsme měli i taneční spolu, a tak.“*

**A jste s těmito spolužačkami v kontaktu dodnes?**

*„Ano, mám na ně telefonní číslo a setkáváme se na srazech, které jsou tak jednou za pět let, nebo i dřív, to záleží.“*

**Myslíte si, že vrstevnické vztahy v raném dětství a dospívání se liší od současných, pokud ano, čím? Pokud ne, mají něco společného?**

*„Tak dětské vztahy jsou něco jiného, než teď. Ty vztahy v dospělosti a teď, to je už něco jiného, nevím, jak to vysvětlit, jsou o něčem jiném, vyměňujeme si názory, bavíme se o rodině, práci a tak. V dětství to nebylo o takových věcech.“*

**Vzpomeňte si na své přátele (vrstevnickou skupinu) za dob vaší dospělosti. Popište mi, kde jste se nejčastěji potkávala či scházela s vrstevníky.**

*„Za dob dospělosti, jako i během práce? Já jsem vystřídala několik zaměstnání za život a každé zaměstnání jsem měla ráda a vždycky jsem se něčemu novému naučila. No. V každé té práci byli lidi dobří i zlí, že. Ale snažila jsme se vycházet vždycky se všemi a myslím si, že i se mnou vždycky byli všichni spokojeni.“*

**A kde jste se tedy nejčastěji scházeli třeba mimo práci?**

*„Občas jsme měli sraz v hospodě, nebo třeba jsme byli v kině si pamatuji tam tehdy z podniku. Nebo na pivo jsme zašli.“*

**Navštěvovala jste v dospělosti nějaký zájmový útvar, kde jste se scházela s vrstevníky? Pokud ano, popište, o co se jednalo.**

*„No, scházeli jsme se v klubovně SSM na vesnici, jiná možnost totiž tehda nebyla. Tam jsme zpívali, hráli hry a tak. A debatovali. No a vlastně jsem navštěvovala svaz dobrovolných hasičů, kde jsem cvičila za ženy, tak to jsme tam byly všechny tak podobně staré. Jezdili jsme na soutěže v okrese, každý týden někde. Však já jsem pořád členem.“*

**Co Vám pomáhalo nejvíc při těžkých životních chvílích během období dospělosti? (například neshody a problémy v rodině, těžké rozhodování, problémy v práci, trápení s dětmi).**

*Řešila jsme si vždycky všechno sama, později samozřejmě s manželem, že.*

**Takže s vrstevnickou skupinou jste takové věci neřešila?**

*„Ne, ne.“*

**Změnilo se nějak setkávání s vrstevníky, když jste měla potom malé děti?**

*„Jasně, že změnilo. Člověk neměl čas na takové pravidelné schůzky tam chodit, člověk se musel otáčet, starat o děcka jenom. Takže to já jsem byla zavřená víceméně doma, nebo jedine*

*s rodinou jsme jezdili a takové. To až potom, až už byly děcka větší, až byly velké, tak to už bylo volnější a ty kontakty častější.“*

**Jak byste charakterizovala přínos vrstevnických vztahů v období dospělosti? Jaké spatřujete pozitivna nebo negativa?**

*„No, člověk probral různé věci, takové ty o rodině nebo práci, prostě si povykládal. No, a člověk vždycky potřeboval občas vypustit, od té práce a rodiny. Ale negativa. No možná negativum mohlo být to, že člověk třeba ani neměl kolikrát čas nebo náladu, skrz práci nebo takové povinnosti, víte, jak to chodí. Někdy ani nebyla nálada.“*

**Ovlivňovali Vás vaši vrstevníci? (ať už pozitivně či negativně). Popište případně, za jakých situací.**

*„Ne, vrstevníci mě neovlivnili. Nevím v čem by mě ani mohli ovlivnit.“*

**Jaké Vás v současné době obklopují osoby, jaké tvoříte sociální vztahy?**

*„Kdo mě obklopuje? Tak je to samozřejmě rodina. No a taky ti vrstevníci, jak se tady bavíme o tom. Takže různé kamarádky třeba, my chodíme každý týden tady do kavárny, pokafrat, co je nového, no. To my máme takový zvyk.“*

**A s těmito kamarádkami se znáte z práce?**

*„Ne. Z práce ne, ale z naší dědiny tady, známe se už dlouho, dá se říct od mala, ale já jsem z nich nejstarší, ostatní o dva tři roky mladší. Jsme se znali ale ze školy třeba, i když každý chodil do jiné třídy. No a někdo se tu přivdal, že, ale tak to už je taky let.“*

**Jak často se vídáte s vrstevníky (přáteli) a jakou cestou (pomocí setkávání tváří v tvář/po telefonu/emailu)?**

*„No jak jsem říkala, my se scházíme každý týden na tu kávu. Přes tu koronavirovou dobu jsme si psali jen mobilem a těšili se, až se zase sejdem. To jsme jako byly v kontaktu jen přes ten telefon, no.“*

**A setkáváte se ještě s nějakými vrstevníky?**

*„Jo, občas máme takový sraz z práce. Holky mě pozvou třeba na narozeniny, nebo jen tak se sejdem, no, jednou za dva měsíce třeba, kdo má narozeniny a tak. A jinak jedině. No, nevím, jedině co potkám v autobuse občas tam ty ženské, jako z vesnice, co se známe, tak to se třeba pozdravíme, pobavíme, jak jedeme, kde jedeme a co a to.“*

**Umíte mi říct zhruba počet lidí, vrstevníků, se kterými jste v kontaktu pravidelně?**

*„Pravidelně? No, to je jako otázka, co je to pravidelně. Protože ty srazy třeba, to není pravidelně, že. Ale s těma ženskýma, co chodíme každý týden, tak ty asi jo. To je nás pět.“*

**Popište mi, zda s vrstevníky, se kterými jste nyní v kontaktu, se znáte již delší dobu (z mládí, studií, zaměstnání) nebo s těmito osobami jste se poznali až během seniorského věku?**

*„Tak se všemi já se znám delší dobu, třeba od dětství. No s Šárkou úplně od dětství ne, ta se tady přivdala, ale jinak většinu znám od dětství. No anebo potom z té práce, školy. Nějaké nové známosti za poslední dobu, to bych řekla, že asi ani nemám.“*

**Popište, jaké aktivity a jak často v současné době provozujete se svými přáteli (vrstevnickou skupinou)? Navštěvujete nějaké zájmové útvary, akce pro seniory, kluby apod.?**

*„Navštěvuji většinou divadlo, to vždycky tady uspořádá takový zájezd místní klub důchodců. Nebo třeba zájezdy nějaké byly, to bývalo. Myslím že jednou jsme byli tam v tom Javoříčku, nebo jak se to tam jmenuje. Ale posledně už jsme nebyla, protože mě bolí ten kloub, no. No, a potom nevím, co ještě. Asi už nic takového. No většinou se setkáváme s těmi kamarádkami, nebo nějaké ty srazy. Jinak spíš tak jezdím s manželem na víkend někde, tam do lázní, tam to. Takové ty pobyty lázeňské, to jezdíme.“*

**Popište vzpomínku (za poslední rok), která se Vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.**

*„Vzpomínku? (smích). No, to vám musím říct. Minulý rok jsme měli sraz spolužáků ze základní školy, tam jsem se s některými viděli po hodně hodně dlouhé době. No a tam já jsem si vyměnila číslo, jo. Jako na mobilu se spolužákem, bývalým. A od té doby mi pořád posílá takové srandičky, jako na tom Whatsapp, víte, ne? Samé takové toto, vždycky mě to rozesměje, ale nemůžu moc na to reagovat, víte. Musím to schovávat před manželem. Protože on by teda nebyl rád, kdyby věděl, co já si tam píšu s ním. Nebo jako ne že píšu, to on mi posílá takové ty srandovní obrázky, no.“*

**Jaké pocity ve Vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)?**

*„No tak já nevím, co za pocity. No, pěkné pocity. Pocity, že člověk se setká s tím, koho má rád, že může pokecat. To to ve mně vyvolává, nevím, nevím co víc. Takovou radost.“*

**Jaká pozitiva kontaktu s vrstevníky vnímáte (co přesně se Vám na tom líbí, co Vám to dává?)**

*„Pozitiva. Tak já nevím, no. Že se třeba i zasměju, zasmějeme se. No a jinak třeba tak porovnáváme, ty vnoučata, pravnoučata, děcka. Jak rostou, nebo kde pracují. Takže tak. Nebo teď mě napadá, na těch srazech. Tam se kolikrát dozvíme nějaké takové věci, co člověk ještě neví. Třeba že tam se bude stavět nové hřiště, tam ten barák shořel, jako v jiné té dědině nebo ta, a takové. Prostě takové, že člověk je pak víc v obraze.“*

**A naopak spatřujete nějaká negativa v kontaktu s vrstevníky? (co se Vám na tom nelíbí, trápí Vás)?**

*„Tak negativní, to asi nic. Jako teď, v tom seniorském, jo? Já nevím, nic asi. Tak možná se něco najde, ale teď si úplně nevzpomenu. Možná že někdy si člověk přijde až moc starý, jak se tak bavíme a toto, a dojde se na téma takové ty nemoci, a kdo co, a co koho bolí, a ta tam spadla. Tak to se pak každý cítí jak stará babka. (smích).“*

**Popište mi, jestli na Vás mají vrstevníci určitý vliv (ať už pozitivní či negativní).**

*„Vliv asi úplně ne. Nevím, nevím, jestli se tomu dá říct vliv, když tam třeba Heda nám donese katalog, takový ten s tím oblečením, teď nevím, jak se to jmenuje. No já si tam někdy něco i vyberu, tak mají jako pěkné věci, a ona to tam nějak objednává vždycky. Ona nám to vždycky donese a já si to třeba půjčím a cosi si tam vyberu. Ale ne pokaždě.“*

**Litovali jste někdy určitého činu, který jste udělala na základě rady některého vrstevníka? Popřípadě popište tuto zkušenost/situaci.**

*„Nikdy jsme na rady vrstevníka nedala, teda jako pokud myslíte nějaké takové vážnější věci, jinak jako takové blbiny jako ohledně vlasů a to, to je jiné, že. Ale jinak já se řídím vždycky vlastním rozumem. Protože takové nějaké vážnější toto, věci, to už by je stejně ani nezajímalo a já bych jim to stejně taky neřekla, nebo spíš bych je ani nechtěla s tím otravovat, že. Oni taky můžou řešit něco vážného, ale neříkáme si to, abychom si radili a takové, to ne.“*

**Můžete mi popsat, co nebo kdo a jakým způsobem Vám pomáhá, když potřebujete s něčím pomoc, když si nevíte s něčím rady nebo Vás něco trápí? Spíše rodina, nebo vrstevníci?**

*„Když potřebuji pomoci, tak teda jako první se to snažím sama, že. Furt přemýšlím. Ale tak to zase záleží, co to je. Takže jinak s manželem, nebo syn, dcera, to je různé.“*

**A snažíte se žádat o rady vrstevníky (třeba jen nějaké jednoduché rady)?**

*„Tak nějaké jednoduché věci jo třeba. Jak jsem říkala ty vlasy, když nevím, nebo takové. Ale úplně nějaké vážnější věci, to ne, to říkám, že bych neřešila. To mi spíše pomáhá doma, v klidu, nějak o tom.“*

**Charakterizujte vaši potřebu být v kontaktu s vrstevníky. "**

*„Tak já si myslím, že každý má určitě nějakou tu potřebu se občas sejit ne. S někým jiným, než je doma starý, stará, děcka. S nějakým takovým stejným člověkem, stejně starým. Nebo já vím třeba, že někdo má takový charakter, že nechce, že nechce nikde chodit. Ale myslím že i tak každý aspoň chce občas, občas s někým si probrat, poklábosit, ne?“*

**Myslíte si, že v současné době máte dostatek sociálního kontaktu?**

*„No, myslím že jo. Tak teď už se to snad bude lepší, že tak scházíme, takže to je snad dobré. Já myslím, že dostatek mám.“*

**Nastala někdy v období vašeho stáří situace, kdy jste se cítila sama, v izolaci? Popište případně toto období.**

*„No, možná v době koronaviru. I když člověk má kolem sebe rodinu, tak takové ty jiné setkávání, to člověku chybí. Všechno bylo vlastně zavřené, že. Ale tak izolace, to úplně nebyla, že. Vždycky jsme se třeba vidali s děckama a tak, to úplně omezené nebylo. Ale takové ty cukrárny, hospody, to všechno. To všechno nebylo, tím pádem i ten kontakt s těmi lidmi.“*

**Jak vidíte scházení s vrstevníky do budoucna? (okolnosti jako zdraví apod.)**

*„Tak to já nevím, co bude. Můžu tu být ještě deset let a můžu se už zítra neprobudit. (smích). Takže to nikdo neví, jak to bude, ale dokud můžu, tak se samozřejmě scházet budeme.“*

**ANEŽKA (74 let)**

**Když Vám řeknu vrstevnická supina, víte, co to znamená?**

*„No tak myslím si, že to je nějaká skupina, taková skupinka důchodců, nebo jako takových vrstevníků v mém věku, ne? Jako stejně starých lidí.“*

**Jaké máte vzpomínky na vaše vrstevnické vztahy na základní škole? Kde jste se nejčastěji potkávala s vrstevníky mimo školu?**

*„Měla jsem kamarádky, ale moc málo. Já jsem byla stydlivá, moc málo jsem se zapojovala. Až teprve po nějaké době jsem se jako zapojovala. Nejdřív jsem vůbec nic nemluvila, jako vůbec,*

*já jsem byla strašně stydlivá, jak ve škole, tak doma, prostě já vůbec nevím, já jsem to pak asi nějak tak rozjela. Víte, jako vůbec. Jako já jsem měla kamarády, ale jako že bych tak po škole chodili nebo něco, tak to ne. Mám tady jednoho spolužáka, se kterým dodržuju do teďka, děláme teďka srazy, víte, a tak, tak to je jediný který tady bydlí kousíček, a zbytek na Hradci, co tu bydlí, všichni ti moji spolužáci, tak máme doteďka výborné vztahy, poněvadž já jsem se rozhodla před možná dvaceti lety, že budu uspořádávat sraz spolužáků. Z jedné třídy, potom z druhé, takže obě třídy mám tady v evidenci a jako abychom se nezapomněli tak jako to vlastně pořádám.“*

**Myslíte si, že vrstevnické vztahy v raném dětství a dospívání se liší od současných, pokud ano, čím? Pokud ne, mají něco společného?**

*„Liší se si myslím velmi.“*

**A proč si to myslíte?**

*„No protože tím pádem že jsem byla taková zamklá, tak jsem ze školy letěla domů, rozumíte, mě to nezajímalo, až tak potom na pajdáků potom možná v těch patnácti letech, v šestnácti, tak to už jako jo, ale jinak ne. Jsem byla jako taková, víte.“*

**A proč si myslíte, že nastal ten zlom, že jste začala být společenštější? Že oproti dětství i teď ráda navazujete vztahy ráda s vrstevníky?**

*„No to já tak nevím no, co se stalo. To prostě, to tak přišlo najednou no. Teď já si neumím představit, že bych s nimi nebyla v kontaktu, to já potřebuji vědět, jak se jim daří a takové, že.“*

**Jakým způsobem se změnila vaše vrstevnické vztahy, když jste přešla na střední školu? Popište změnu vrstevnických kontaktů.**

*„No, to já jsem říkala, že. Tam byl ten zlom na té střední škole. Tam jsem už potom začala, protože jedna moje spolužačka začala se mnou chodit na pajdák, víte, tak jsme byli spolu, tím pádem to začalo, no a tak nějak jsme to až do těch devatenácti let vlastně táhli, dá se říct. Tam jsem to pomaličku rozjížděla, protože ve dvaceti jsem se vdala, tam nebylo co rozjíždět, rozumíte, dvě děcka, a to se zase přerušilo další ty vztahy. Za prvé jsem bydlela v Opavě, tam jsem se odstěhovala, tak tam jsem málokoho potkala, no a až jsem se pak vrátila zpátky Do Branky, tak to pak pokračovalo jako no.“*

**Vzpomeňte si na své přátele (vrstevnickou skupinu) za dob vaší dospělosti. Popište mi, kde jste se nejčastěji potkávala či scházela s vrstevníky.**



*„No, jediné jsme se v létě scházeli na koupališti, protože tady naproti je koupaliště, takže tam jsme celé prázdniny trávili, nebo potom, tady kousek taky bylo hřiště, tak to jsme tady hráli různé takové sportovní hry, vybíjenou a tak.“*

**A to se jednalo o kolegy a kolegyně z práce?**

*„Ne, to byly pořád ti bývalí spolužáci, protože kolegové z práce, to nebylo nic, tam byly samé holky, jeden kluk, a dojížděla jsem, takže to nic. Ale s těma vrstevnicemi z pajdáku se stýkám dotědka, to si dopisujeme, anebo jednou nebo dvakrát sraz v Kylesovicích a všechno si řekneme, co a jak, to jako dodržíme tady tyto, jako z pajdáku, no to je střední škola, že.“*

**Navštěvovala jste v dospělosti nějaký zájmový útvar, kde jste se scházela s vrstevníky?**

**Pokud ano, popište, o co se jednalo.**

*„V dospělosti to už potom jo, to už potom jak jsem se vdala, tak jsem vstoupila všude možné, kde bylo možné jo. SSM, VSP, takové ty různé organizace, zdravotníci, co v Brance bylo, tak já nevím, jak mi bylo dvacet tři let, tak jsem všude vstoupila, to mě začalo teprve bavit.“*

**To jste toho musela mít hodně. Jak často jsem navštěvovala tyto útvary a setkávala se s těmi lidmi?**

*„No, jako Táňa byla velmi hodná, víte, jako dcera, takže oni to nějak to, a já jsem se sebrala odpoledne po práci a šla jsem do těch těch. Ale tak to nebylo zas tak časté, to bylo třeba jednou za týden, třeba jeden týden bylo SSM, druhý týden bylo takové to přátelství se Sovětským svazem, no a tak jako takové normální. Pak jsem se přihlásila tam do zdravotníků, jo, tak jsem šla na takové školení zdravotníků, ať to můžu pak použít i ve škole, jak jsme jezdili s děckama na výlety a tak, tak ať tam je potom aspoň jeden zdravotník. No tak to jsem, ale zvlášť takové nějaké kroužky nebo tak, tak to ne. Na to nebyl čas vlastně, no. Protože manžel vlastně jezdil, dělal řidiče řediteli a tomu vedení, takže on byl vlastně pořád pryč, víte. Celý týden byl pryč, potom přijel. Takže já jsem s těma děckama, to nešlo no. Takže vždycky jen tak, jak to šlo.“*

**Co Vám pomáhalo nejvíc při těžkých životních chvílích během období dospělosti? (například neshody a problémy v rodině, těžké rozhodování, problémy v práci, trápení s dětmi).**

*„No, s kamarádkami jsem to moc neřešila, nebo jen velmi málo. Víte jak to s těmi kamarádkami je, řeknete jednu větu a už to jede. Takže já jsem problémy řešila sama a většinou s mým otcem. Já jsem sedla na kolo a všechno jsem řešila s tatíkem no.“*

**Takže v těžkých chvílích pro Vás byla větší oporou rodina, než vrstevníci/kamarádi?**

*„Ano, ano. Doma, doma, s rodinou, s manželem, jo. Ne, s přáteli jsem žádné takové větší ty neřešila, to muselo být nějaké takové co se týkalo i něčeho jiného než rodiny, nebo že bych se radila o práci nebo co, tak to ne, to jsem všechno doma řešila.“*

**Jak byste charakterizovala přínos vrstevnických vztahů v období dospělosti? Jaké spatřujete pozitiva nebo negativa?**

*„No, vlastně co mi to přinášelo? No dobré bych řekla, i ty pozitivní znalosti a vztahy, to jsme si sedli, třeba my jsme ty srazy dělali co dva roky v dospělosti, teď už to děláme každý rok, víte. Takže my ta naše parta, my jsme byly dvě třídy, jedna byla studující, co jsme museli tady v osmé třídě říct, jestli půjdeme na školu nebo ne, tak to bylo to studující, a ta druhá skupinka byla nestudující, tak my jsme se neměli rádi, tak my jsme se vždycky jen ta naše skupinka, víte, jsme si jen tak ty naše problémy ve škole a tak, tak to jsme řešili. Anebo jak jsem s těma holkama z pajdáku, jak se stýkáme, tak tam pracovní problémy, že. Co, jak, co s děckama, jak to, proč to tak je, proč takové plány, tak to jsme řešili takové věci. No a co pozitivní, no že jsme si tak třeba radili, pokecali. No a negativní, no to asi nic, to jsem ni nenašla asi. My jsme se tak nikdy nepohádali, nebo že by něco do protivnosti, tak to ne, tam chodili jen ti, co měli zájem si pohovořit, ale to ne, že by tam někdo vystrkoval růžky. No, tak úplně normální život, chápete, na vesnici.“*

**Ovlivňovali Vás vaši vrstevníci? (ať už pozitivně či negativně). Popište případně, za jakých situací.**

*„Ne, to vůbec. Ne, ne. Víte co, já jsem ve znamení berana. A to znamená, že mám tvrdou hlavu dost, to znamená, že se nenechám jako přesvědčit. Anebo vyposlechnu, pak si to doma přeježu hlavou, nikdy nedělám to co mi někdo by řekl teď to musíš, to ne, ne, ne. To opravdu ne. A velmi dobře mi poradil jeden velmi dobrý známý, se kterým jsem hrála od dětství na harmoniku, takže my jsem předtím spolu jen tak toto, ale potom, když jsem se vdala tak on si dodělal právnickou fakultu a stal se starostou města. A on, jak jsme potom sedli, tak když jsem potom něco potřebovala, tak já říkám Karle to a ono, ale ten mi opravdu poradil, ten co mi řekl, tak všechno se splnilo nebo bylo to tak, nebo měla jsem tam nesrovnalosti s ředitelkou, nebo tak něco. A on mi říká, ty vykašli se na to, ten telefon je černý, ale ona ti řekne, že je červený. Řek i ano, je červený. Jo. Tak ten ti mě naučil tolik věcí, že já se doteď toho tak držím, že se s nikým nebudu tak dohadovat. No ten mi dal dobré rady, no, toto. Anebo, což já jsem taková dost zbrklina a když něco chci, tak to chci hned, chci hned vyřešit. A on řekl ne, nech si to projít hlavou*

*a potom jakmile něco vypustiš z pusy, už to nevezmeš zpátky. A je to stoprocentní pravda, rozumíte, že potom si člověk vzpomene, kurec, já jsem to nemusel takto říct ostře někomu, ředitelce, nebo tomu a tak. Že jsem to mohla zaobaleně. A teď fakt já než někomu něco řeknu a vypustím, tak řeknu, že to mám hodně promyšlené. Člověk se sice může omluvit, to já se umím omluvit, když bych něco přehnala, ale opravdu to ne, ne. To si pamatuju, to mi řekl snad ve dvaceti pěti letech při takovém nějakém sedánku na Silvestra, víte, jak jsme slavili, byli jsme každých čtrnáct dní ve styku a ten mi to vždycky tak bouchnul.“*

**Takže říkáte, že tento člověk byl takový Váš kouč?**

*„No, jako jo. A nejen můj, ale jako já jsem se tak vyptávala, ty Karel co by si tak dělal, jestli je to blbé, nebo to je takové a to. Já jsem si to musela nechat projít hlavou a potom jsem tam řekla no a je to takové, je to dobré a tak. A on je doteďka takový uvážlivý jo, že on by Vám hned tak taky nic neřekl, protože říkal já jsem taky několikrát na to dojel. Tak to je jediná věc, kterou si moc pamatuju dodnes.“*

**A vždycky jste se držela jeho rad, nebo jste jeho rady brala jen jako inspiraci?**

*„Já jsem si to vždycky sama přebrala, no. Ale já jsem vždycky řekla, ty mám tam nějaký problém, to je jedno, v práci nebo tak, jak bych to řešil, já bych to řešila tak a tak a on říká no dobré, ale ještě tam přidej tam to, nebo nemluv to hned, počkej, vyčkej, co řekne protější strana a tak nějak mě toto navedl. Ten byl fakt. Ti druzí ti tak tůkali a to ono, oni se tak moc nevyjadřovali no, neradi řešili takové problémy nikdo. No, minulý týden mi přišel mail a zrovna od toho starosty od Marušky, od té jeho paní: Zamyšlení pro seniory. No a opravdu dobré věci, no protože někdo mi posílá takové blbosti že, třeba Štěpánka, ale tam byly fakt tak dobré věci napsané k zamyšlení jak si máš ten důchod máš užívat, rozumíte, jak se máš zachovat k vnoučatům, pravnoučatům, že nemáš jim nařizovat nebo něco říkat, že oni si stejně udělají podle sebe, což si myslím, že je pravda. Ale hlavně jsem se zase poučila jednou větou, kde tam bylo hezky napsáno, že když jsi v nějaké takové větší společnosti, tak že ten důchodce, ten senior by neměl mít hlavní slovo. Že by měl vyslechnout, protože já taky se, jak nikdo nemluví, já nemám ráda klid. Já nemám ráda prostě když někdo sedne a je tu takový klid. Já jsem z toho nervec, já potřebuji, ať mi něco někdo řekne, nebo já řeknu a aspoň až to stojí za to. A tam je že by se člověk měl zdržovat, což je pravda. A i když mu to nevoní, vidíš, teď tam člověk chce o politice a každý má na to jiný názor. I když jako vím, že ten by mi to řekl tak tak tak, říct jednu větu, jak vidíš, že on s tím nesouhlasí, přestat mluvit a doma potom, to můžu rvát a rozebírat, ale nikdy ne se společností. To tam byla opravdu dobrá věta. No a ještě taková dobrá věta, což se mě taky někdy týká, že nechci být taková sedmdesátnice no, a tam je napsáno, že každý by*

*měl chodit oblékaný podle věku, aby nechtěl mít najednou padesát a mít minisukně a všechno to, nad tím jsem se taky zamyslela, to je totiž taky můj případ někdy (smích). Že někdy bych si něco oblékla a pak řeknu tybrďo no v tomto věku by to už nemělo být. No ale tak to já to tu mám poradenstvo různé, že, řeknu vnučce sedej, řekni, jestli se to hodí, je to trapné, nebo ne. Ale to bylo taky dobré ponaučení no a taky užít si vlastně to, co sis za život neužil, tak si to užij na tom důchodě. Jestli jsi nesportoval a máš zájem chod, jestli toto tak chod po procházkách a to no, nedělej nic, co tě nebaví. No, někdy to nejde, ale je to takové dobré ponaučení, no. To byl fakt velmi dobrý mejlík.“*

**Jaké Vás v současné době obklopují osoby, jaké tvoříte sociální vztahy?**

*„Tak kdo mě obklopuje, no tak rodina, že, s tou jsem jako často, no a pak ti vrstevníci, ti staří přátelé a tak no. Já těch vrstevníků tam mám panečku, já mám tam z pajdáku, a vždycky takové ty kolegyně, které na Hradci učili, anebo v Brance, tak já se teď s nima stýkám, jako třeba s Naděždou, takové ty si vyměňujeme. No ale jde vidět že stárneme, že už je belkotání o zdraví a takové, to už není dobré. Teď už po té sedmdesátce ty vrstevnické vztahy už nejsou tak dobré (smích). Protože my máme srazy a my sedneme a začneme o zdraví, no tak já přijdu z toho srazu a přijdu ještě víc nemocná než jsem tam šla, protože ta řekne to a já mám to, ta řekne já mám cukrovku, druhá mi uřezali prst, rozumíte, no a to přijdete nemocná. Musím přeskočit vždycky. O těch děckách, to je ještě dobré, protože každý se ptá, co děcka, co nového, ty školy, tak to víte, to se každý rád pochlubí, to já ráda řeknu, že tam to tam to, ten dostudoval, ta má nového fešáka a tak no.“*

**Jak často se vidíte s vrstevníky (přáteli) a jakou cestou (pomocí setkávání tváří v tvář/po telefonu/emailu)?**

*„No jak často, to vám nemůžu tak říct že, to byla korona, tak to bylo jednou za já nevím kdy. No ale ty srazy co jsme organizovali s tím spolužákem už i kdysi, tak to my míváme každý rok. My jsme to půl roku připravovali a půl roku se těšili na to než jsme si vykládali zase všechno za toho půl roku že.“*

**A setkáváte se ještě s nějakými vrstevníky?**

*„No ještě s kamarádkami, s těma se vidám dokonce jednou za měsíc no.“*

### **A s těmito kamarádkami se setkáváte kde?**

*„Do kavárny chodíme no, nebo tady do hospody, restaurace. Na procházky nemůžeme, to bysme šly, ale jednu bolí noha no, Anča, takže to my vždycky zajdeme někde, my si sedneme na kávu, pak narozeniny a vše do kupy no a posedíme.“*

### **Jste také v kontaktu i po telefonu či emailu?**

*„Velmi. S těma kamarádama velmi, že každý den já mám tolik mailů, že já jsem tam zrovna včera ani nenašla rodinné maily, protože jsem to začala smazávat od té Štěpánky, no a pak i další kolegyně, ta mi asi přeposlala všechno, co dostala, no to ani nemá rohy nohy, jakési písničky a toto, to ani nemůžu pouštět ani, jak tady jsou děcka že.“*

### **Umíte mi říct zhruba počet lidí, vrstevníků, se kterými jste v kontaktu pravidelně?**

*„No, já nevím, pět, šest. Asi víc, no, jo, Naděžda vlastně, no. Tak do deseti to bude. No kdybych brala i ze školy že, Hela, Vlasta a tam takové ty, no ale to už je všechno hodně přes sedmdesát a jsou dost nemocné a tak. No jinak možná deset i dvanáct, takové ty stabilní. I Eliška, no. To už je mi od nich smutno, no. To už byla velká odmlka tady s tím.“*

### **Máte na mysli odmlku kvůli období koronaviru?**

*„No, no, jo. To mi chybělo no. Protože já strašně potřebuju jít mezi lidi, mě to tu nebaví furt čistit okna tady mezi čtyřma, to ne, to není moje hobby. Ne, já potřebuju s někým. Proto jsem šla do toho obchodu, že. Koho potkám, hned na něho mávám, hodíme řeč, teď jsem se trochu uklidila tou korunou, protože nikdo nikde nejde, tak já taky nikde nechodím.“*

### **Pracujete v obchodě?**

*„Ne, já už jsem doma, protože já mám teď smlouvu ve škole. Když někdo onemocní třeba, teď před Vánoci jsem tam byla týden a tak. Já tam mám smlouvu a když ředitel potřebuje, tak mě povolá. Ale pořád je to taková práce mezi lidmi nebo děčkama, a to mě nabijí, no.“*

### **Popište mi, zda s vrstevníky, se kterými jste nyní v kontaktu, se znáte již delší dobu (z mládí, studií, zaměstnání) nebo s těmito osobami jste se poznali až během seniorského věku?**

*„Delší dobu už, to mám jak jsem říkala všechny z dob toho studia no, nebo pak z té práce z té školy. Teď v důchodě s nikým novým, ne. Všechny v mládí no. Tady ti spolužáci, ti jsou z druhé třetí třídy. Pak z toho pajdáku a tak no. Tak nově na důchodu to ne, protože já tak nikde nově nechodím. V tom seniorském, to jsem nikoho nechytla, to ne.“*

**Popište, jaké aktivity a jak často v současné době provozujete se svými přáteli (vrstevnickou skupinou)? Navštěvujete nějaké zájmové útvary, akce pro seniory, kluby apod.?**

*„Nic, nenavštěvuji žádné takové ty. Takové ty kluby nebo co. To jediné chodíme do té hospody a ta káva jak jsem říkala no. No jak jsem byla ještě v té Brance tak to jo, tam byl ještě takový ten svaz žen a takové ty výtvarné, a třeba jóga a tak, a tady nic, tady nic není. Nebo jo, jako je asi, ale já vám řeknu, já jsem tady na ten Hradec moc nezapadla do těch spolků, mě ta Branka více sedí, protože já tam znám od děcek všechny. Tady když jsme se přestěhovali, tak rozumíte, tady už všichni usedlí, tady ta moje kamarádka co bydlí naproti, tu znám od mládí, ta mě vozila v kočárku, no takže s ní to ale není právě to co říkáte takové to seniorské no, ta vrstevnická skupina, může přijít na kávu no, ale to jsou takové blbosti co probíráme, co se děje na Hradci no, to není k věci.“*

**Co myslíte tím, že se nebavíte „k věci“?**

*„No tak ona je starší o dvanáct roků že, jsem říkala, že mě vozila v kočárku, ale ona by spíš jen probírala takové co se děje, takové drby a to. To je něco jiného než s těma mojima třeba bývalýma spolužačkama z toho pajdáku, tam se člověk cítí mezi nima líp že, je i zná blíže no.“*

**Popište vzpomínku (za poslední rok), která se Vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.**

*„No, tak to teda nebylo za ten rok nic moc, říkám no, že jsem díky té koruně nikde nebyla. A jinak, já nevím s kým bych. Žádná taková super vzpomínka. No nebo zrovna před čtrnácti dny s tou mojí spolupracovnicí, která se mnou dělala v Kravařích ve školní družině no, no tak jsme se viděli po dvou letech, no tak to byla drsná vzpomínka no, ten její onemocněl že, no dostal cukrovku a je nemocný, tak to byla taková zdrcující vzpomínka. Jinak my jsme nikde tak nebyli že, a vůbec tak u těch kámošů. Oni se všichni tak zdržovali no, a neděl to a ono, protože každý seděl doma. Teď jsme právě byli poprvé na takové návštěvě no, protože s ní se taky stýkám, ona tady na kole, nebo to, že, takže to je taky taková moje soukmenovkyně ta Eliška, no. Ale já nevím, co by mě tak úplně dojalo za ten rok. Nic, nic asi. Nic exklusive tam nebylo, ne, ne. To jsem žila ty skoro dva roky mezi rodinnýma příslušníky no.“*

**Takže říkáte, že přes období koronaviru se kontakty s vrstevníky úplně utlumily?**

*„Úplně se to utlumilo no. Kde člověk chtěl jít, tak to nešlo, že. To víte, já bych jezdila a to, ale nešlo to.“*

**A zůstávala jste v kontaktu nadále alespoň jiným způsobem, než osobně?**

„Jo, to jako jo, no. Přes mobil, ty maily, že. Ale to není ono, že. To je jen takové jak se ti daří a hlavně ať jsi zdravá a dej na sebe pozor a tak. No a tak, že to není furt to stejné. Jinak každý řekne já nic nevím, já ti nemám co říct, ta úplně moje dobrá kolegyně, ta Naděžda že, ta taky onemocněla, sice z toho dobře vyvázla, ale s ní jako velmi dobře. Jsme si sedli, tam jsme jeli do Opavy, tam do Vítkova, pokecally jsme, jo, oni mají takovou farmu a tam jsme jeli, tak to bylo takové dobré, takové seniorské ty a tak s ní se taky bavíme o všem, to je takový dobrý. No ale opravdu tak normálně ve styku jsme spolu nebyly celé ty dva roky co to je takové divné, no. S ní bych tak zažila nějaké ty zážitky no, co ona tam má s děčkama a nemá no.“

**Jaké pocity ve Vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)?**

„Jaké pocity? Bezvadné. Rozhodně fajn. Jo, to je všechno taková naše vrstevní a já je tam vždycky přivítám to ono a pak se rozpovídáme. Velmi dobré, ráda se s nimi moc vidám.“

**Jaká pozitiva kontaktu s vrstevníky vnímáte (co přesně se Vám na tom líbí, co Vám to dává?)**

„No, dává mi to jejich život a tak no. Všechno, my se bavíme o všem možném, takže velmi dobrá pozitiva ve všem. O životě se bavíme, o tom, o tom, opravdu o všem.“

**A naopak spatřujete nějaká negativa v kontaktu s vrstevníky? (co se Vám na tom nelíbí, trápí Vás)?**

„Negativa fakt žádné, ne, ne. No, nebo jako jediné ty nemoci že, že se tam všichni baví co a ono jim je, ale jak tam někdo začne něco blbého tak my ho hned usměrníme. Takže negativa vůbec žádné s těma vrstevníky tady.“

**Popište mi, jestli na Vás mají vrstevníci určitý vliv (ať už pozitivní či negativní)**

„Ne, negativní nic. Já říkám nic, já jsem beran a jedu si po své linii. No my si tak řekneme něco třeba, ale nikdo tě na nic netlačí, nebo by se mě nikdo nezeptal proč to tak děláš, proč tam jdeš do obchodu, si blbá, ve tvém věku, to jako ne. Ony si to možná myslí, ale neříkají to třeba. To jsou takové typy třeba, já vím. To já vím, ta Eliška, že co ta tam ještě v té škole straší, nebo co dělá, to se potom dozvíš jo, to tam ještě je. No ale tak co, já odpovím, že tam chodím za děčkama, ne kvůli penězům, já tam chodím za děčkama, protože se mezi nima cítím mladší než tady mezi takovou generací, která se tam baví co vařili a co zítra budou vařit a co pozitíří, to mi stačí moje problémy tady jo, takže jako jenom pozitiva no. Čili my se bavíme o všem, co nám něco přináší že. A nejlépe ty vzpomínky ještě, že, protože my začneme vzpomínat už v našem věku na všechno,

*takže to je takové příjemné no, že si člověk zavzpomíná jak tam bylo, co tam bylo, no. Jak jsme hráli divadlo, co tam bylo všechno, takže taková dobrá partie mezi náma no.“*

**Litovala jste někdy určitého činu, který jste udělala na základě rady některého vrstevníka? Popřípadě popište tuto zkušenost/situaci.**

*„No, to nevím. Možná že jo, ale mě to tak nenapadlo, že. Já třeba z toho srazu vždycky přijdu strašně nadšená, že. A je to takové onaké. Spíš ty kladné, jako já nevím čeho bych litovala. Mě to prošlo ten život tak nějak, taky byly problémy, ale nějak se to prošlo a zvládlo, že se člověk nelituje a tak. To co zrovna ho trápí, tak nemluví, já bych to tam vůbec neřešila, že, na takové skupině, takové věci, takže já bych řekla, že ne. Já se vždycky těším, týden pak uvažuju, kdo co řekl, co bylo, a co jejich děcka, tak mi to přináší jediné takové dobré, všechno kladné.“*

**Můžete mi popsat, co nebo kdo a jakým způsobem Vám pomáhá, když potřebujete s něčím pomoc, když si nevíte s něčím rady nebo Vás něco trápí? Spíše rodina, nebo vrstevníci?**

*„No vrstevníci, ti vůbec ne nějaké takové vážné problémy. Protože to jsou takové, které to hned roznesou, jediné to řeším s dcerou, nebo vnučkou. Osobní věci nikdy s nimi. I kdybych jim to řekla, ale já bych nechtěla, aby to řeší a radí. Já jsem ani nenašla nikoho než toho Karla, který by mi třeba dobře poradil. Já myslím, že když si někomu postěžuju, tak to by bylo takové, no já nevím, víte jak to je.“*

**Takže s vrstevníky nikdy neřešíte vážnější věci a situace ve vašem životě?**

*„Ne, to vůbec, že bych řešila. To s nimi jen tak pro radost no, ale jinak takové nějaké to, to ne. To já s tou dcerou, nebo tak se zeptám, je to dobré a jak to mám a tak, ale jinak ne. To my vůbec ani takové rodinné nerozebíráme věci na těch srazech. A i když vím, že někdo má rodinné problémy, tam od mojí kamarádky, protože kluk tam naboural svoji přítelkyni a tak, ale dostal nějaké tresty, ale ona to jednou řekne a už se vůbec o tom nebavíme no. Ona si postěžuje ať to ví že já to vím, ale že bychom to řešili, tak to ne. My se tam bavíme, co ona uháčkovala jo, ale vůbec, ne, ne. Ani to asi nechce, takovou radu. Jednou tam ale chtěla po mě takovou radu, no protože on začal s drogami a tak a já jsem dělala na škole tu protidrogovou, jsem musela jít na proškolení a dělala jsem koordinátora protidrogového, no a tak ona se mě ptala jako co bych dělala, no tak já jsem jí řekla, co bych já dělala, rozumíte, ale nemůžu zase někomu říct, to já zase nejsem takový odborník, to spíš bylo jak se máme chovat k rodičům. To si taky pamatuji, má se vždycky začít tím pozitivním, i když je to grázl. No, ale jako to je blbé, protože stejně se má dodržovat tajemství, stejně nemůžu jít s těma kamarádkama a řešit to tam, to vůbec. To by*



*věděla celá dědina, to já tam mám některé ty kamarádky bezvadné, tam co bydlí naproti Táni. Tam co řekneš, tak já ještě nejsem doma a už mi Táňa volá, co jsem to tam říkala někde, protože ona přijde domů a ta to řekne bráchovi a už to letí.“*

### **A spatřujete toto (drby) jako negativum kontaktu s vrstevníky?**

*„No, to jo, to je pravda u těch vrstevnických. No, právě, víte, oni třeba no a proč tam to děcko v té škole a to, a já jsem třeba řekla jen dvě věty takové a už jsem věděla, že to už nemůžu říct, že to vyleze ven a už mám průser. Tak jsem se zařekla a nic. Mluvte vy, já nic nevím, co ve škole, co ředitel. I když to vím, ale zjistila jsem, že to nemůžu použít. Ta zvedne telefon a řekne ty, jak to tam je, tam ten jeden cosi ukradl v obchodě, co viš. No to víte, že já to vím, ale já to jako neřeknu, nemůžu to říct, To je to negativum no, to máte pravdu.“*

### **Myslíte si, že v současné době máte dostatek sociálního kontaktu?**

*„Já myslím, že mám. No, přes tu koronu to bylo takové, ale tak sociální kontakt byl pořád nějaký, takže si nemůžu stěžovat, že.“*

### **Charakterizujte vaši potřebu být v kontaktu s vrstevníky.**

*„No, tu potřebu fakt mám. To já potřebuji. Ano. Velkou. Já už dva roky čekám, kdy bude sraz, ano. No, ale nemůžu pro to nic udělat. No oni to ještě nechťejí, jsem už před dvěma měsíci s Vaškem to chtěli, ale já jsem vzala telefon no, a to bylo taky taková sranda, protože já jsem si ty dvě třídy dala do telefonu, at' nemusím psát maily a všechny jsem si tam dala ty telefonní čísla. A loni, jak byla ta korona, já jsem si říkala, já mám tak zapelešený ten telefon, tak jsem si jednoho krásného dne řekla, že to začnu mazat. Oni mi tvrdí, že to není pravda, ale já jsem sice vymazala nějaké ty kolegy, to bylo padesát děcek že z šedesáti, já jsem to tak vymazovala, a my se třeba člověče vymazal i někdo nad tím a pod tím a někdo mi naskákal dvakrát. No, takže já ty kontakty potřebuji, no. Já sice to nemám, ale já jsem si to opsala a mám takový arch, protože to nemůžu mít zapelešené v mobilu. No ale to bylo výborné, protože oni už nepotřebovali nic protože já jsem to dříve posílala poštou, na jednoho vždyť to bylo dvacet korun známka, teď než jsem si to ono, ten křičel já, než jsem tam jich padesát vytiskla, že. Tak jsem řekla, já vás vždycky obtelefonuji. Pasuje vám to toho a toho, jo výborné. No tak jsem si to dala do toho telefonu. Eliška jedna, Eliška druhá třída, tak jsem si to všechno popsala. Tak teď jsem si to začala vymazovat, že, nechala jsem si tady ty Hradecké, se kterými mám styk, normálně, když to potřebuju je nutně, být na drátě, takže mám i ty maily, tak je to dobré, no.“*

**Nastala někdy v období vašeho stáří situace, kdy jste se cítil/a sám/sama, v izolaci? Popište případně toto období.**

*„Jo, jasně. Ale jako já si zvednu telefon a hned potom jak přijde taková chvíle, tak volám Táni nebo někomu. To víte, hned jo.“*

**Takže pokud nastane taková situace, řešíte to hned?**

*„Hned to řeším, jasně. Já potom v noci nespím, chápete, a rozebírám to, a na druhý den to musím hned vyřešit, tu chvíli, tu tmu. To já nevydržím dlouho, to se pak trápím, fakt.“*

**Jak vidíte scházení s vrstevníky do budoucna? (okolnosti jako zdraví apod.)**

*„Do budoucna nevidím nic. Přemýšlím furt o tom, to je jasné, ale radši to nechtějte slyšet. Ano, přemýšlím o to furt jak to bude a nevím, co bude. No, jako dokud udržím tužku a telefon, tak snad ten kontakt bude probíhat pořád, no. Nevím no, s těma vrstevníky, to jako vždycky. To já se hned umím bránit. No, ale čím víc je člověk doma, tak víc uvažuje o takových nesmyslech, jak nerozebíráš děcka, tak rozebíráš tu sousedku, proč ti tady řekla, jestli už máš vyčištěná okna, co ve škole a tak. A tak, když člověk je v práci, tak člověk na to nemá čas.“*

### **ALEXANDR (85 let)**

**Když Vám řeknu vrstevnická supina, víte, co to znamená?**

*„Tak spolužáci, nebo takoví nějací blízcí moji, známi?“*

**Jaké máte vzpomínky na vaše vrstevnické vztahy na základní škole? Kde jste se nejčastěji potkával s vrstevníky mimo školu?**

*„No, tak měl jsem jako kamarády že, ve škole. A mimo školu jsme se potkávali na hřišti a fotbal jsme hráli, bylo nás víc kamarádů, co jsme tak chodili.“*

**Jakým způsobem se změnila vaše vrstevnické vztahy, když jste přešel na střední školu? Popište změnu vrstevnických kontaktů.**

*„Našel jsem si tam nové kamarády, se kterými jsme se učil a se kterými jsem byl i z jednoho podniku, se kterým jsme se spolu učili. Byli jsme spolu i na pokoji po celé dva roky a po vyučení jsme spolu ještě dělali, až potom on se odstěhoval a od té doby jsme se už nesetkali.“*

**Myslíte si, že vrstevnické vztahy v dětství a dospívání se liší od současných, pokud ano, čím? Pokud ne, mají něco společného?**

*„Není to stejné, je to něco jiného, to byly jako. Nebylo to. Teď mám jako kamarády jiné, kteří nejsou z té školy. Z té školy už zmizeli.“*

**Co máte na mysli tím, že zmizeli?**

*„No, hodně jich zemřelo a už ani někteří nevím, kde bydlí, tak se už ani nevidáme. Ještě před třemi lety jsme měli takový sraz, že jsme se sešli, kteří ještě byli na blízku, ale už to ubývá.“*

**Vzpomeňte si na své přátele (vrstevnickou skupinu) za dob vaší dospělosti. Popište mi, kde jste se nejčastěji potkával či scházel s vrstevníky.**

*„No, kde se spoluvrstevníkama. No, potkávali jsme se spolu hodně v práci a potom jsme spolu chodili třeba na pivo, nebo nějaké setkání oslav, narozenin a takové.“*

**Navštěvoval jste v dospělosti nějaký zájmový útvar či spolky, kde jste se scházel s vrstevníky? Pokud ano, popište, o co se jednalo.**

*„Chodil jsem do hasičů, tam jsem chodil od osmnácti roku. Taky jsem ještě chodil do fotbalu, tam jsem chodil už od patnácti, hrával jsem do dob, kdy jsem se seznámil s holkou a tam jsem potom už přestal potom chodit na fotbal.“*

**Jak často jste navštěvoval tento spolek a chodil na fotbal?**

*„Přes sezónu to bylo každý týden, někdy i vícekrát týdně. A mimo sezónu to bylo úplně málo. To se chodilo třeba přes zimu vůbec, nebo jednou za nějaký čas.“*

**A pokračoval jste s nějakými aktivitami z dospělosti i ve stáří?**

*„Jo. Ten fotbal jako ne, to jsem říkal, že jsem pak skončil. Ale do hasičů jsem chodil pořád, nebo jako jsem členem dodnes, že. I teď, když je třeba členská schůze jednou ročně, tak tam třeba zajdu, tam chodí všichni, i ti staří vlastně co jsou jako já, co tam chodí od mládeže a známe se. Jako ne všichni, jsou tam teď hodně noví a mladí, ale jako i takoví, jako já, tam ještě pár je.“*

**Co Vám pomáhalo nejvíc při těžkých životních chvílích během období dospělosti? (například neshody a problémy v rodině, těžké rozhodování, problémy v práci, trápení s dětmi).**

*„Co mi pomáhalo? Asi klid.“*

**Můžete to upřesnit? Klid myslíte tím, že jste to v klidu probral doma, nebo třeba s přáteli?**

*„Ne, ne. Jako já jsem se potřeboval nad tím zamyslet, sám, nebo s někým doma. Nějaké rozhodování velké nebo tak, to ani by nešlo řešit s nějakými kamarády, to tak ne.“*

**Jak byste charakterizoval přínos vrstevnických vztahů v období dospělosti? Jaké spatřujete pozitiva nebo negativa?**

*„Jaký přínos? Ve škole jsme si jako kamarádi pomáhali jeden druhému, potom v dalším, v práci, jsme si taky pomáhali, kde to šlo. No pak taky to další, jak ten sport a ti hasiči, že jsme se pravidelně scházeli.“*

**A spatřujete tam i nějaký špatný vliv?**

*„Ne. Špatné vlivy nebyly, nebyly.“*

**Ovlivňovali Vás vaši vrstevníci? (ať už pozitivně či negativně). Popište případně, za jakých situací.**

*„Ne, neovlivňovali. Každý šel svou cestou. Měl jsem svoji hlavu, ani drogy tehdy ještě nebyli, takže ani toto ne. Ale třeba sem tam, v měšťance, jak jsme chodili pěšky ze školy, tak ti starší vrstevníci měli schované cigarety za školou a někteří pokařovali.“*

**Jaké Vás v současné době obklopují osoby, jaké tvoříte sociální vztahy?**

*„No obklopuje mě nejvíce rodina, protože tady bydlíme, že. A potom i přátelé.“*

**A jak často se vídáte s rodinou a jak často s vrstevníky?**

*„S rodinou denně. (smích). A s vrstevníky. No už pomalu vůbec, no nebo málo. Všichni jsou daleko. Ale tak ten sraz, to jsme měli ty tři roky zpátky, tak tam jsem se viděl s nimi. No a potom jediné jak tady máme ty důchodcovské srazy, tak tam jsem ještě taky občas zašel, ale teď to dlouho nebylo, když byla ta korona. Až teď to obnovili po dlouhé době, tak jsem tam byl.“*

**A jakou cestou se tedy setkáváte?**

*„No, tak na těch srazech důchodců, to se vidíme, to je vždycky v kulturáku. Tam jsou všichni, tam většinou sedíme v takových hloučcích, chlapi spolu a ženské spolu. To jsou ti, co se už dlouho známe tady z dědiny, tam chodí pořád ti stejní, to má pokaždé jiné téma.“*

### **Jak to tam probíhá a co je obsahem těchto srazů?**

*„Různé, že. Na Vánoce tam je jako Mikuláš, losování dárků, na léto třeba smažení. Smažení vajec. No. A sedí se tam, tam jsme vždycky chvílku, pokecáme tam. Ale je nás tam dost vždycky, myslím minule nás bylo čtyřiaadvacet. I chlebiček, nějaké pití, každý i co donese, jo, jo.“*

### **S vrstevníky, se kterými jste v kontaktu, jsou už dlouhodobě známí, anebo jste si našel nějaké vrstevníky během seniorského věku?**

*„Znám se už delší dobu. Už i u hasičů jsem se s nimi dlouho setkával, se kterými jsem doteďka. Sice už to umírá, ale dva ještě žijí, se kterými se vídávám tam. Ale počkejte, tak za vlastně ten seniorský věk, to jsme se začali scházet tady s jedním dědou. To je jeden rodinný známý, který přišel do rodiny, jak se oženil vnuk, tak od té manželky je to děda. No a on tam tak bydlí sám a my jsme se tak nějak začali navštěvovat, on je stejně starý, jak my. Někdy třeba on přijel k nám, párkrát jsem i já u něho byl, on tady bydlí kousek. No, kousek. Tam na konci. Ale teď už dlouho, no. Už dlouho tady nebyl, on už je taky nemocný, tak moc nechodí, se bojí.“*

### **Popište vzpomínku (za poslední rok), která se Vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.**

*„Vzpomínka, no to nevím. Poslední rok nic, protože je pandemie a nechodil jsem nikde, sedím doma. (smích). No ale teď nedávno byli ti důchodci, tam jsem byl, že, ale jinak tak nevím, co.“*

### **Jaké pocity ve Vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)?**

*„No, tak že se pobavíme a probereme věci, které se za poslední dobu udály, jak v obci tak i v okolí. Jsem rád, že se vždycky něco dozvím.“*

### **Jaká pozitiva kontaktu s vrstevníky vnímáte (co přesně se Vám na tom líbí, co Vám to dává?)**

*„Jak jsem říkal, to je ono. Pobavíme se, něco se dozvím, i jaké drby. (smích). Pomocť, to už moc ne, že, jak kdysi, každý má svoje problémy, nemoci, takové.“*

### **A naopak spatřujete nějaká negativa v kontaktu s vrstevníky? (co se Vám na tom nelíbí, trápí Vás)?**

*„Nic. No ale stárneme, že, je nás čím dál míň, ale co se dá dělat, to je život, že.“*

### **Popište mi, jestli na Vás mají vrstevníci určitý vliv (ať už pozitivní či negativní)**

*„Vliv, jako jak? Že by mě v něčem ovlivnili? Ne, já se ve všem držím jako sebe. To co já chci.“*

**Litovali jste někdy určitého činu, který jste udělala na základě rady některého vrstevníka? Popřípadě popište tuto zkušenost/situaci.**

*„Ne, nelitoval.“*

**Můžete mi popsat, co nebo kdo a jakým způsobem Vám pomáhá, když potřebujete s něčím pomoc, když si nevíte s něčím rady nebo Vás něco trápí? Spíše rodina, nebo vrstevníci?**

*„No, pomoc, to mi pomůže dcera, že. Protože tady bydlí, takže ta mi vždycky pomůže, poradí. Takže když něco potřebuju, tady něco třeba s lékama, nebo něco takového to se obracím na dceru.“*

**Takže když potřebujete pomoc nebo radu, nepotřebujete k tomu vrstevníky?**

*„Ne, volám dceru.“*

**Charakterizujte vaši potřebu být v kontaktu s vrstevníky.**

*„No je to důležité, mít kontakt. Já jsem se vždycky rád kamarádil, i na tom internátě. Ale teď si člověk nemůže vybírat, že. Lidi stárnou, ti kamarádi a to všechno, to už končí. Ale jsem rád, když se s někým vidím, nebo někoho poznám. Ale to už je takový věk, teď se všichni ztrácí. Ti kamarádi, nebo co jsme se bavili. Takže to už ani moc nezbyvá těch stejně starých, které dlouho znám. Ale tak já se bavím i s jinak starými, že, třeba na těch důchodcích, to se bavíme všichni, i když se třeba neznáme ze školy ale jenom tady z dědiny.“*

**Myslíte si, že v současné době máte dostatek sociálního kontaktu?**

*„No, já bych řekl, že jo. Až moc lidí kolem sebe. Celou rodinu.“*

**A kromě rodiny? Neschází Vám někdy kontakt s těmi vrstevníky, když máte kolem sebe pořád rodinu?**

*„No, tak s těmi, kteří ještě žijí, bych se rád pobavil, že. Ale na ně nemám kontakt. A jinak teď ty dva roky skoro, to se ani nikde nemohlo, tak to se nedalo nic dělat, s tím nemohl nikdo nic dělat, i kdyby to někomu vadilo a chtěl.“*

**Nastala někdy v období vašeho stáří situace, kdy jste se cítil/a sám/sama, v izolaci? Popište případně toto období.**

*„To ne. Sám nikdy, vždycky jsem obklopený, vždycky aspoň tou celou rodinou když už nic.“*

## **ANTONÍN (78 let)**

**Když Vám řeknu vrstevnická supina, víte, co to znamená?**

*„Vrstevnická skupina podle mě jsou ti lidi mě věkově blízcí, kdybych to tak řekl.“*

**Jaké máte vzpomínky na vaše vrstevnické vztahy na základní škole? Kde jste se nejčastěji potkával s vrstevníky mimo školu?**

*„Tak na základní školu jsem chodil ve svém rodišti v Mysločovicích a ještě jsem zažil, že se chodilo do školy s tabulkou, ne se sešity, ale my jsme měli tabulku, na kterou se psaly úkoly a různé otázky, co napsal pan učitel. Čili obyčejná základní škola na dědině a všichni jsme byli stejně vybavení, nikdo nikomu nezáviděl.“*

**A jak a kde jste trávil volný čas s těmito spolužáky?**

*„No, to my jsme se setkávali, ale převážně jsme se setkávali při práci na poli, když byly žně, nebo brambory, anebo když se seklo třeba krmení pro dobytek.“*

**Takže říkáte, že jste hned po škole vždycky pracoval? Měl jste čas i na zábavu?**

*„No, zábavu, takovou jediné, že kluci jsme hrávali fotbal, děvčata, ty spíš dělaly taniny taniny, jako v kroužku na škole, nás tam paní učitelka vedla. A to jsme ještě měli potom ve škole předmět s názvem ruční práce. Tak tam jsme se učili, ale nejen děvčata, ale i my kluci, šít. Protože paní učitelka říkala, že se musíme naučit přišít knoflík u košile, abyste si mohli opravit tam toto, aby to za vás nemusela dělat maminka.“*

**Jakým způsobem se změnila vaše vrstevnické vztahy, když jste přešel na střední školu? Popište změnu vrstevnických kontaktů.**

*„No, tak na střední škole, samozřejmě. Tam jako, to byl poměrně, z mého pohledu, víc takový společný, no, jak bych to řekl, takový lepší společný zájem a navíc už i věkově to bylo proti té základní škole, že jsme byli jaksi trošku rozumově na tom líp, na jiné úrovni.“*

**A jak jste to měl na střední škole, chodil jste po škole také někde, scházeli jste se?**

*„No, my jsme hlavně, většinou kluci jsme sportovali a hlavně se potom chodilo do tanečních. Když my jsme měli na průmyslovce pět děvčat, tak jsme taneční tehdy, to nebylo přímo povinné, ale už jsme se snažili, když jsme byli nad základní školou, snažili jsme se být jako dospělejší. No a tam na stavební průmyslovce říkám, málo děvčat, tak jsme chodili s děvčaty ze zdravotní školy do tanečních. Tam se to už začalo pak převážně párovat, ale řekl bych tak ne na dlouhou dobu, ale po dobu těch tanečních. Že to nebylo na furt.“*

**Myslíte si, že vrstevnické vztahy v dětství a dospívání se liší od současných, pokud ano, čím? Pokud ne, mají něco společného?**

*„To nevím, no. Tak čím se liší, no tím, že jako děcka jsme ještě nevěděli že, nic, to jsme řešili takové jenom blbinky, to jsme ještě byli děti. Ale tak společné to má to, že člověk v jakémkoli tom věku má někoho kolem sebe, ať už na humpárny, tak pak na takové ty vážnější věci.“*

**Vzpomeňte si na své přátele (vrstevnickou skupinu) za dob vaší dospělosti. Popište mi, kde jste se nejčastěji potkával či scházel s vrstevníky.**

*„No, ano. Já jsem tehdy po škole jsme dostávali umístěnky, jako do konkrétních firem, čili já jsem dostal umístěnku jako na Slovensko, vybral jsem si teda Priemistav Bratislava, firmu, kde jsem začínal. No a to mě odválo na stavby, kde jsem, třeba do Bolerázu u Trnavy, kde teda jsem jako bydlel, našel jsem si z toho Bolerázu vrstevníky jak kluky, tak děvčata a chodil jsem do těch tanečních, ne tanečních, to byly ty lidové (..) ať to řeknu úplně. To byly takové, ne umělecké, ale lidové tance se tam učily, no prostě všelijaké. Tehdy se to jmenovalo, jestli si vzpomínám dobře, tak Lidový taneční krúžok (smích).“*

**Takže tam jste chodil nejčastěji po práci?**

*„Tam jsme po práci chodili, tam se tancovalo, zpívalo, chodilo se na zábavy a podobně. Jako a kluci, teda kteří byli vrstevníci moji, tak to převážně jako začalo, že se začalo na odvodech, jelo se na odvod do Trnavy, jeli všichni, starosta dal kočár a koně, nazdobilo se to a jelo se k odvodu v krojích, no jsou na to vzpomínky pěkné. No a s většinou těch kluků jsem se ještě potom, protože ještě po umístěnce, protože maminka byla nemocná, jak jsem se vrátil domů, tak jsme se ještě scházeli dlouho.“*

**Navštěvoval jste v dospělosti nějaký zájmový útvar či spolky, kde jste se scházel s vrstevníky? Pokud ano, popište, o co se jednalo.**

*„Ne, to ne. To zabralo, říkám, ten krúžok zabral většinu času v tom týdnu.“*

**A s kamarády jste chodil třeba na pivo, posedět do hospody?**

*„Ne, to já jsem na pivo jsem nechodil, spíš jsme chodili hrát fotbal, celá ta skupina, to fotbalové mužstvo. Mě jako hospoda v tu dobu nelákala, ale chodil jsem ke kamarádům pomáhat rodičům na vinohrad, kde jsme dělali běžnou okopávku vinohradu, ostříhání, hnojení a prostě zemědělské práce na vinohradu, vždycky rodičů těch mojich vrstevníků.“*



**Co Vám pomáhalo nejvíc při těžkých životních chvílích během období dospělosti? (například neshody a problémy v rodině, těžké rozhodování, problémy v práci, trápení s dětmi).**

*„No, takové těžké chvíle jsem většinou řešil s rodinou, to mi pomáhala rodina. Jak mi třeba onemocněla maminka, tak jsem jako byl doma a řešil jsem to s rodiči. Takže jako vždycky doma, s manželkou třeba a tak.“*

**Takže v těžkých chvílích pro Vás byla větší oporou rodina, než vrstevníci/kamarádi?**

*„No, jako no, i s kamarády, ale jak co, to se nedá tak paušálně říct, podle toho co to bylo, ale že většinou se to řešilo jako v rodině“*

**Jak byste charakterizoval přínos vrstevnických vztahů v období dospělosti? Jaké spatřujete pozitiva nebo negativa?**

*„No, jak bych to řekl, co to přinášelo. No bylo to takové spíš stmelení toho spolku věkově blízkých. Takové uvolnění, řekl bych i únik z takových těch vážných věcí, že. Takže to je pozitivum, negativního asi nic, to si myslím by ani nešlo.“*

**Ovlivňovali Vás vaši vrstevníci? (ať už pozitivně či negativně). Popište případně, za jakých situací.**

*„No, tak to mě ovlivňovali. Já jsem po skončení průmyslovky nechtěl jít nikam na školu, ale chtěl jsem být zaměstnaný, protože my jsme byli čtyři sourozenci, tak abych jaksi ulevil rodičům. No ale potom mě ovlivnili, jak tatínek, tak i vrstevníci. Říkali, herdek, udělej si školu, běž dál jako po průmyslovce. Tak jsem jako dálkově začal studovat Vysoké učení technické v Brně.“*

**Takže tímto říkáte, že Vás vrstevníci pozitivně ovlivnili?**

*„Ano, prostě mě nasměrovali na to, abych šel jaksi do sebe a začal znovu studovat.“*

**A ovlivnili Vás někdy i negativně?**

*„Ani ne, to bych neřekl. Protože to by byla jiná úroveň, to už jsme byli všichni starší, to už měl každý svou hlavu.“*

**Jaké Vás v současné době obklopují osoby, jaké tvoříte sociální vztahy?**

*„No, tak mám kolem sebe rodinu, no a potom. My po průmyslovce máme pravidelně každoročně takzvané třídní srazy, kde teda, nechci říct obnovujeme vztahy, ale vzpomínáme na dobu studií a bavíme se, kdo jakou má rodinu, kolik má dětí, kolik má prostě vnuků a pravnuků a to je pravidelně každý rok. My se celá třída, celý bývalý kolektiv třídní pravidelně scházíme.“*

**A jakou cestou si dáváte o srazu vědět?**

*No tak posílá se to formou dopisů, v současné době formou mailů.*“

**Popište mi, zda s vrstevníky, se kterými jste nyní v kontaktu, se znáte již delší dobu (z mládí, studií, zaměstnání) nebo s těmito osobami jste se poznali až během seniorského věku?**

*„No, ano to jsem říkal, to my se známe ze studia, z průmyslovky.“*

**A jste v kontaktu i s bývalými spolužáky z vysoké školy či s bývalými kolegy z práce?**

*„Z vysoké školy už ten kontakt je takový, bych řekl, řidší, protože každý z nás je v rámci republiky na jiném místě, ale domlouváme se telefonicky třeba.“*

**S vrstevníky, se kterými jste v kontaktu, jsou už dlouhodobě známí, anebo jste si našel nějaké vrstevníky během seniorského věku?**

*„Všechny mám buď ze školy nebo zaměstnání. No, nebo třeba manželské páry z rodiny, ale to je všechno už delšího rázu vlastně, že. Jsme třeba jezdili na hájenku k hajným, celá rodina, teď se s nimi taky setkávám, bavíme se, ale zase především formou telefonu. Někteří samozřejmě bohužel už umřeli, ale většinou pořád jsme v kontaktu.“*

**Jak často se vídáte s vrstevníky (přáteli) a jakou cestou (pomocí setkávání tváří v tvář/po telefonu/emailu)?**

*„Jak jsem říkal, my se scházíme každoročně na tom srazu s těmi spolužáky, no a potom samozřejmě si občas napíšeme, na mailu, co je nového, jak se daří a takové, že. Jinak občas se setkáváme i s těmi z rodiny, ty manželské páry, co jsme se setkávali, občas přijedou na návštěvu, no. Ti jako jsou taky stejného věku, takže to se počítá jako vrstevník? Asi jo, že.“*

**Popište, jaké aktivity a jak často v současné době provozujete se svými přáteli (vrstevnickou skupinou)? Navštěvujete nějaké zájmové útvary, akce pro seniory, kluby apod.?**

*„No tak já jsem členem filatelistického klubu nebo kroužku, čili sbírám známky, čili jsem blázen (smích). No a tam se diskutuje o různých věcech spíš odborných z toho hlediska sběratelského a podobně.“*

**A do tohoto sběratelského klubu dochází stejně staří lidé jako vy (vrstevníci)?**

*„Jsou tam i mladší i starší, je to tam takové namíchané.“*

**Popište vzpomínku (za poslední rok), která se Vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.**

„No, tak třeba srazy, ale ty jsou pravidelné, takže to těžko jako.“

**A měli jste sraz i minulý rok, když bylo období koronaviru?**

„Ano. Ale byl to sraz jenom přes mail. Čili jako ne přímo osobně.“

**Jindy máte srazy osobně, někde posedíte?**

„Ano, to se scházíme osobně, každý rok. Akorát teď, kvůli tomu kovidu to bylo přes mail.“

**Jaké pocity ve Vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)?**

„No, dobré pocity je to obnovení vzpomínek a osobního kontaktu. Samozřejmě to člověka taky povzbudí, že“

**Jaká pozitiva kontaktu s vrstevníky vnímáte (co přesně se Vám na tom líbí, co Vám to dává?)**

„Tak jak říkám, ty vzpomínky, člověk má radost. To je jasné. Jak tam vzpomínáme, co jsme tam vymňoukli na dílnách, no tak to se každý zasměje a zapomene i na to, že je starý a nemocný (smích).“

**A naopak spatřujete nějaká negativa v kontaktu s vrstevníky? (co se Vám na tom nelíbí, trápí Vás)?**

„Negativního ne. Negativní jedině v tom smyslu, že třeba někdo odejde na věčnost. Ale vždycky se na to já osobně těším a mám radost, když se sejdeme a můžeme si prostě posedět a povykládat. A samozřejmě zavzpomínat.“

**Popište mi, jestli na Vás mají vrstevníci určitý vliv (ať už pozitivní či negativní)**

„No, dá se říct, že někteří ve smyslu takového povzbuzení, nabuzení, elámu. No a třeba i nových informací.“

**A co třeba určité názory od vašich vrstevníků. Změnil jste někdy svůj názor na základě názoru odlišného?**

„No tak to jsem převážně nezměnil vždycky. Já mám svůj názor anebo diskutuji a dohaduji se, ale těžko mě někdo změnil. Třeba abych se dal do strany nebo tak. Mě to nevadilo, jestli byl komunista, nebo lidovec nebo čert ví jak. Ale já mám svůj názor a ten mi málokdo změní nebo zviklá mě z něho.“

**Litovali jste někdy určitého činu, který jste udělala na základě rady některého vrstevníka? Popřípadě popište tuto zkušenost/situaci.**

*„To ne, ne. To asi fakt ne. Jak říkám, já se nenechám zviklat, ni názor, ani do ničeho, takže prostě to ne. To jsem asi nelitoval. To zase bych si nenechal od nich nic takové toto, no.“*

**Můžete mi popsat, co nebo kdo a jakým způsobem Vám pomáhá, když potřebujete s něčím pomoc, když si nevíte s něčím rady nebo Vás něco trápí? Spíše rodina, nebo vrstevníci?**

*„Převážně to řeším s tou dcerou, s tou starší, to diskutuji. Řekl bych, že cizím se tak ani nějak nesvěřuji, snažím se to podle hesla co je doma, to se píše.“*

**Charakterizujte vaši potřebu být v kontaktu s vrstevníky.**

*„No, to ano. To já potřebuji, protože vždycky mi to dá něco nového, že se setkáme po určité době a za to dobu se změnilo moře věcí. Ale vždycky mě to jaksi potěší, že se setkáme, zavzpomínáme a poklábosíme.“*

**Myslíte si, že v současné době máte dostatek sociálního kontaktu?**

*„No to si myslím, že ano.“*

**Nastala někdy v období vašeho stáří situace, kdy jste se cítil/a sám/sama, v izolaci? Popište případně toto období.**

*„No, to se nedá říct. Já si myslím, že jsem se nikdy necítil, že bych byl sám. Ať už rodina, nebo kamarádi, ti vrstevníci, ale vždycky jsme se na někoho mohl upnout a obrátit.“*

## PŘÍLOHA P IV: UKÁZKA PROVEDENÉHO KÓDOVÁNÍ

Popište mi, zda s vrstevníky, se kterými jste nyní v kontaktu, se znáte již delší dobu (z mládí, studií, zaměstnání) nebo s těmito osobami jste se poznali až během seniorského věku?

„No, já nevím, s kým se tak. Kamarádím se hodně z toho dětství. Bud' to jsou ti příbuzní, nebo ti z toho dvorku. A ti, co se se mnou učili, jako z té základky a tak, tak to si zavoláme čas od času. Když něco potřebujeme nebo nás něco upoutalo, tak mi někdo zavolá a řekne ty viš o tom že ten umřel nebo tak něco, tak v takové rovině si zavoláme. Nebo jednu mám v Domě umění a řekne ty, je vernisáž, přijď. Ale úplně ze stáří, to ne, to nemám nové. To spíš ti jubilanti teď, jak za nimi chodím. Já tam mám teď ještě tak tři dárky nachystané. Takže oni potom řeknou a přijďte ještě jednou.“

Setkáváte se s jubilanty? Jak jste k tomu přišla?

„Tady byl svaz žen, taková organizace a někdo mě tam navrhnul, tak jsem se tam dostala do toho svazu žen. Nakonec jsem byla předsedkyně a scházely jsme se na vrátnici v nemocnici. A dělaly jsme takové různé besedy a akce. A potom přišli z magistrátu, jestli bych nepřevzala tady v tom okrsku a nechodila k těm jubilantům. To znamená že tam na magistrátu, kde se dělají sňatky, vítají se novorozeňata, tak se tam dávají i gratulace od osmdesáti let. A pokud je někomu devadesát, tak se mu dává dárek. A protože těch už je asi moc, asi sto padesát, tak vytipovali lidi z těch okrsků. A mám seznam na celý rok. No a já jsem kdysi chodila do města pro ty dárky, teď už to vozí na magistrát a já si pro to chodím. No a ten den, kdy to mají, tak jdu k nim, nesu jim to za ten magistrát, za primátora. A oni se hrozně, tak jsou různé typy ale. Někteří jsou už ležáci, tak to ta rodina přijme, ale někteří jsou tak povídají.“

Popište, jaké aktivity a jak často v současné době provozujete se svými přáteli (vrstevnickou skupinou)? Navštěvujete nějaké zájmové útvary, akce pro seniory, kluby apod.?

„Tak, já chodím na vernisáže. Já tam mám tu spolužačku v Domě umění, jo. Tak tam vždycky obrázím ty galerie a oni mi vždycky už posílají, kdy bude další vernisáž. Tak tam jsem se naučila chodit po těch vernisážích, a máme tam další známé, s Libou zase chodím na cimbálku, takže tam jsou další známé. Takže navazuji a potom se bavíme s těma.“

### A co různé kluby seniorů apod.?

„To moc ne. Akorát jak měl kamarád přednášku na jednom setkání seniorské, <sup>POVINNOST</sup> tak říkal pojď se mnou, tak to jsem šla. Ale jinak nemám čas. <sup>NOVÉ KONTAKTY</sup> <sup>NEODVÁTEK ČASU</sup> Já nemám čas na ty seniorské. Protože teď se mi pokazil stroj, teď já mám se vším problémem. Stroj potřebuji promazat, zavolám si odborníka.“

### Popište vzpomínku (za poslední rok), která se Vám jako první vybaví na téma vrstevník, kamarád, přítel, známý.

„No, já jsem toho zažila moc, ale že by nějaký velký dojem. Já nevím, co tak bylo, já bych se musela podívat na kalendář. <sup>DOBŘÍ VZPOMÍNKY</sup> Toho je hodně. <sup>LIMITACE KONTAKTU</sup> Sraz myslím loni nebyl, ze základky máme jednu za deset let, z průmyslovky máme, <sup>NAVLEDKY STÁŘI</sup> teď jsme se zase loni nesešli, <sup>FORMA KONTAKTU</sup> my jsme všichni staří, já jsem tam zůstala jediná holka, už tam není žádná holka. O dvou nevíme, se někde ztratili ve světě. A chodí nás tam šest. Jeden byl pak letec, tak ten mi <sup>FORMA KONTAKTU</sup> občas volá, ten lítal i do Ameriky. No, tak to se s nimi scházím. Ale to se <sup>FORMA KONTAKTU</sup> scházíme tak, že přijedeme do Svinova na nádraží a kolik se nás sejde. Šest, sedm? Jedeme dvě zastávky dál do nějaké té. Jeden je z Oder, jeden z Bohumína, takže my z odevšad.“

### A kdo tyto srazy organizuje, vy?

„No, já, s tím Vaškem asi, s tím letcem. <sup>VRSTEVNÍK</sup> Takže jsem i s tou průmyslovkou tak ve styku no. Ale nás bylo patnáct ale někteří už umřeli, někteří se tak ztratili. Takže vloni, to nevím, co by tak bylo. <sup>FORMA KONTAKTU</sup> No. <sup>NAVLEDKY STÁŘI</sup> Ale tak skajpuju a vlastně. Takže, <sup>FREKVENCE KONTAKTU</sup> Křenek mi umřel, Karhánek tady chodí každý den v pět. Ale on mi <sup>POMOC</sup> chodí hakupovat, on je zvláštní člověk, ale já ho znám už z mládí, no a začal tady pak ke mně chodit, <sup>URČENÍ OSOBNÍHO KONTAKTU</sup> tak s námi chodí i na srazy. <sup>OBJEM VETKÁNÍ</sup> My si dáváme každý den deci vína, <sup>NEODVÁTEK ČASU</sup> my máme tu sedmičku na třikrát. No, takže, já myslím, že nežiji tak moc samotářsky. Kolikrát si říkám, že bych měla tolik věcí udělat.“

### Jaké pocity ve Vás vyvolává setkání s vrstevníky (přáteli)?

„No dobré, dobré pocity. <sup>MOŽNOST VOLBY</sup> No a když nechci, tak tam nejdu. Ale to nebývá. Ti co mě pozvou, nebo se scházíme, tak ráda jdu. Ale mám lidi, které nemusím.“