

Univerzita třetího věku jako forma aktivizace seniorů

Bc. Lenka Krajíčková

Diplomová práce
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií


INSTITUT
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: Bc. Lenka KRAJÍČKOVÁ
Osobní číslo: H128157
Studijní program: N7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální pedagogika

Téma práce: Univerzita třetího věku jako forma aktivizace seniorů

Zásady pro vypracování:

Zadané a zvolené téma bude zpracováno podle pokynů obsažených v materiálu IMS "Metodika psaní odborného textu a výzkum v sociálních vědách" (IMS 2009). Případně podle dalších materiálů, z nichž některé jsou obsaženy v literatuře připojené k tomuto studijnímu textu. Zejména bude dbáno na dodržování zásad publikační etiky a pravidel společenskovedního výzkumu. Průběžné výsledky práce budou pravidelně konzultovány s vedoucím bakalářské práce.

S vědomím těchto zásad a pravidel a po konzultaci s vedoucím bude práce zaměřena:

- na otázku motivace seniorů navštěvovat Univerzitu třetího věku,
- na otázku seberealizace účastníků Univerzity třetího věku,
- na otázku zkvalitnění osobního a společenského života účastníků Univerzity třetího věku.

Součástí práce bude kvantitativní výzkum zaměřený na zjištění zkušeností seniorů se studiem Univerzity třetího věku. Sběr dat se uskuteční formou dotazníku. Předpokládaná velikost výzkumného vzorku je 40 respondentů.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: tištěná/elektronická

Seznam odborné literatury:

BOČKOVÁ, V. Úvod do teorie vzdělávání dospělých. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1983.

MÚHLPACHR, P. Gerontopedagogika. Brno: Masarykova univerzita, 2009.

MÚHLPACHR, P., BARGEL, M. Senioři z pohledu sociální pedagogiky. Brno: Institut mezioborových studií, 2011.

ŘÍČAN, P. Cesta životem. Praha: Portál, 2006.

STUART-HAMILTON, I. Psychologie stárnutí. Praha: Portál, 1999.

VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří. Praha: Portál, 2000.

Další literatura bude obsažena v Projektu diplomové práce a průběžně doplňována během práce na tomto textu.


Vedoucí diplomové práce: doc. Ing. Antonín Řehoř, CSc.

Institut mezioborových studií

Datum zadání diplomové práce: 30. listopadu 2012

Termín odevzdání diplomové práce: 31. března 2014

V Brně dne 30. listopadu 2012


prof. PhDr. Pavel Mühlpachr, Ph.D.
vedoucí ústavu

L.S.


doc. PhDr. Miloslav Jůzl, Ph.D.
vedoucí katedry

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 ¹⁾;
- 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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Lenka Krajíčková
.....
Jméno, příjmení studenta

V Brně *4.3.2014*

Krajíčková Lenka
.....
Podpis

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 nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo roznoženy.

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

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

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

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

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

ABSTRAKT

Stárnutí populace je celosvětovým problémem. Velké pokroky v medicíně ve zdravotní péči i celkové společenské změny se přenášejí na člověka a přinášejí pro něj příznivé změny ve zdravotním stavu. Tím se zároveň posouvají hranice stáří. I když se tyto změny ve složení společnosti projevují později, je nutné se připravit na řešení problémů, které mají souvislost s kvalitou života v seniorském věku. Teorie aktivního stárnutí říká, že i ve stáří jsou zachovány potřeby středního věku, zejména potřeba udržovat se aktivním, mít pocit užitečnosti. Současná generace lidí v období pozdní dospělosti je mnohdy zcela soběstačná a její zájem o zapojení do společenských aktivit je velký. Jedním ze způsobů, jak zvyšovat kvalitu života je právě vzdělávání a to zejména vzdělávání na úrovni Univerzity třetího věku.

Hlavním cílem této diplomové práce bylo zjistit, jaká je motivace seniorů navštěvovat Univerzity třetího věku a jaký má tato forma celoživotního vzdělávání dopad na zvýšení kvality jejich života.

Cílem teoretické části diplomové práce bylo z odborné literatury vymezit seniory, jako specifickou sociální skupinu. Definovat stáří v oblasti sociální, psychologické i fyzické. Dále se zabývat kvalitou života seniorů a s tím spojený vliv vzdělávání.

Cílem kvantitativního výzkumu v metodologické části bylo formou dotazníku zjistit, jak seniorům vyhovuje nabídka kurzů U3V, jak se zlepšila kvalita jejich života vlivem návštěv U3V a jaké navázali nové sociální vztahy díky studiu na U3V.

Klíčová slova:

Senioři, stáří, stárnutí, kvalita života, Univerzita třetího věku, vzdělávání, aktivizace, motivace, životní styl, životní spokojenost.

ABSTRACT

Ageing of the population is a problem widespread across the world. Great development in medicine, in health care and global social changes carry over people and they bring positive changes of health. At the same time, it moves a border of the old age. Even so the changes of population structure will become evident later, it is necessary for us to get ready for a solution of the problems relating with life quality during the retired age. According to the theory of active ageing, the needs of mid-age are kept in old age, especially the demand to be active all the time, to have a sense of usefulness. The current generation of people in later adult age is very often fully self-sustaining and their interest in participating in social activities is big. One of the ways how to enhance the life quality is just an education, namely the education on the level of Universities of Third Age.

The main aim of this diploma thesis is to find which is the motivation of older people to attend courses of the University of Third Age and which impact has got this form of life-long learning on increasing their life quality.

The goal of the theoretical part of the diploma thesis was to define – on the base of scholarly literature - older people as a specific social group. To define the older age in the social, psychological and physical spheres. Be concerned with the life quality of retired people and with the influence of education to their life.

The goal of the quantitative survey in the methodological part was to find through questionnaire how corresponds the offer of courses of the University of Third Age with retired people's needs, which effect brought the attending of the University of Third Age on their life-enhancing and which new social relations they established thanks the study at the University of Third Age.

Keywords:

Older people, retired people, old age, aging, quality of life, University of Third Age, education, aktivation, motivation, lifestyle, life satisfaction.

Poděkování

Především bych chtěla poděkovat doc. Ing. Antonínu Řehořovi, CSc. za odborné konzultace, cenné rady a pomoc, kterou mi poskytl při zpracování mé diplomové práce. Dále bych chtěla poděkovat lektorům U3V VUT v Brně, kteří mi umožnili zadat dotazníky v jejich kurzech a posluchačům za ochotu tyto dotazníky vyplnit.

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

.....
PODPIS

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 SENIOŘI A STÁRNUTÍ	12
1.1 STÁŘÍ	12
1.2 SENIOŘI	15
1.3 PSYCHICKÉ ASPEKTY STÁRNUTÍ	16
1.4 BIOLOGICKÉ ASPEKTY STÁRNUTÍ	18
1.5 SOCIÁLNÍ ASPEKTY STÁRNUTÍ	19
2 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ	24
2.1 DEFINICE POJMU	24
2.2 FAKTORY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI	27
2.3 KONCEPT KVALITNÍHO STÁRNUTÍ.....	29
3 VZDĚLÁVÁNÍ	33
3.1 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ	33
3.2 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	37
3.3 FORMY VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	42
3.4 DOKUMENTY KE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	44
4 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU	46
4.1 DEFINICE U3V	46
4.2 HISTORIE U3V	47
4.3 U3V NA VUT V BRNĚ	52
II PRAKTICKÁ ČÁST	55
5 METODOLOGIE A OGRANIZACE VÝZKUMU	56
5.1 CÍLE PRÁCE	56
5.2 FORMULACE HYPOTÉZ.....	56
5.3 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU A POUŽITÉ METODY	57
5.4 PREZENTACE VÝSLEDKŮ A JEJICH INTERPRETACE	58
ZÁVĚR	69
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	71
SEZNAM PŘÍLOH	74

ÚVOD

Lidstvo celosvětově, tedy i obyvatelstvo České republiky, stárne. Mnoho fundovaných odborníků, kteří se zabývají demografickými změnami, říká, že v posledních deseti letech byla nejméně 1/5 obyvatel Evropy starší šedesáti a více let, a nejvíce přibyla věková skupina osmdesátiletých občanů. Demografické změny přinášejí větší nároky na financování jak oblasti sociální péče, tak zdravotní. Teorie aktivního stárnutí říká, že ve stáří bývají většinou zachovány potřeby středního věku, a to například potřeba užitečnosti nebo potřeba udržovat svůj život aktivní. Tyto potřeby bývají ohroženy zejména přechodem z aktivního života do důchodu. Současná generace lidí v období pozdní dospělosti je mnohdy zcela soběstačná a její zájem o zapojení do společenských aktivit je velký.

Jedním ze způsobů, jak kompenzovat následky stáří je vzdělávání lidí seniorského věku. Poznávat nové zkušenosti, vědomosti, navazovat nové sociální kontakty, přátelství, která jsou v pozdním věku tak velmi důležitá. To vše jistě přispívá k jejich pocitu pozitivního sebepojetí. Vzdělávání seniorů je v současnosti stále dostupnější a získává si stále větší oblibu. V České republice patří mezi nejnavštěvovanější Univerzity třetího věku, Akademie třetího věku nebo Kluby aktivního stáří. Můžeme předpokládat, že v následujících letech bude téma vzdělávání seniorů stále více aktuální.

Celoživotní vzdělávání tvoří základ koncepce aktivního stárnutí. Jde o snahu zkvalitnit život seniorů a umožnit jim účast na společenském životě celé společnosti. Univerzity třetího věku jsou zřizovány dnes na každé větší vysoké škole již od 90. let. Univerzity tak velice rychle zareagovaly na společenskou poptávku po vzdělání seniorské části obyvatel. Nabídka kurzů bývá velice pestrá a dokáže uspokojit každého zájemce.

Hlavním cílem diplomové práce je zjistit, jaká je motivace seniorů navštěvovat Univerzity třetího věku a jakou má tato forma celoživotního vzdělávání dopad na zvýšení kvality jejich života.

Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se budu zabývat v první kapitole definováním základních pojmů. Mezi ně patří pojem stáří, senioři a stárnutí. Druhá kapitola je věnována definováním kvality života seniorů. Ve třetí části se hodlám zabývat různými formami vzdělávání seniorů a ve čtvrté kapitole pak seznámit čtenáře činnostmi Univerzit třetího věku (dále jen U3V).

Tato práce je si jako hlavní hypotézu zvolila tvrzení, že Univerzita třetího věku zvyšuje kvalitu života seniorů. Tato i další hypotézy budou ověřovány formou dotazníku,

které budou zpracovány v empirické části diplomové práce. Dotazníky budou rozdány mezi účastníky kurzů U3V na Fakultě stavební Vysokého učení technického v Brně. Tato zjištění mohou přinést odpovědi na otázku, jaký má U3V vliv na kvalitu života seniorů a jejich aktivizaci.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 SENIOŘI A STÁRNUTÍ

První kapitola se zabývá definováním základních pojmů, jako jsou senioři a stáří. Následně se zabývá biologickými, psychickými a sociálními aspekty stáří. Velké pokroky v medicíně ve zdravotní péči i celkové společenské změny se přenášejí na člověka a přinášejí pro něj příznivé změny ve zdravotním stavu lidské populace. Tím se zároveň posouvají hranice stáří. Dnešní společnost preferuje mládí, krásu a zdraví. Lidé tak mají ze stárnutí strach, obávají se ztráty zaměstnání v souvislosti s nižším pracovním výkonem, který důsledkem stárnutí nastává. Senioři jsou specifickou sociální skupinou, která s přibývajícím věkem má své specifické potřeby.

1.1 Stáří

Stárnutí je celoživotní proces. Stáří lze rozdělit podle Mühlpachra¹ na biologické stáří, kalendářní stáří a sociální stáří.

- **Biologické stáří:** je hypotetické označení míry involučních změn (atrofie, pokles funkční zdatnosti, změny regulačních a adaptačních mechanismů) a s těmito změnami propojené choroby, vyskytující se ve vysokém věku. Příčiny stáří a stárnutí však nejsou stále přesvědčivě vysvětleny.
- **Kalendářní stáří:** Je vymezeno dosažením určitého stanoveného věku, od něhož se obvykle nejnápadněji projevují involuční změny. V 60 letech minulého století Světová zdravotnická organizace doporučila patnáctiletou periodizaci lidského života a za hranici stáří označila věk 60 let.

15 – 29	postpubescence a mečítma,
30 – 44	adultium,
45 – 59	interevium, střední věk,
60 – 74	senescence, počínající, časně stáří,
75 – 89	kmetství, senium, vlastní stáří,
90 a více	patriarchium, dlouhověkost.

¹ MÜHLPACHR, P. *Základy gerontologie*. Brno: MSD, s.r.o., 2008, s. 18-21

- **Sociální stáří:** To členění je dáno změnou rolí v životě člověka, jeho životního stylu a ekonomického zajištění. V souvislosti se sociálním stářím se lidský život člení do čtyř období, tzv. věků:

První věk označován jako předproduktivní. Je obdobím dětství, mládí přípravou na budoucí povolání, získávání zkušeností a vzděláním.

Druhý věk je věkem produktivním. Je to období dospělosti, biologické produktivity, sociálního a pracovního vrcholu.

Třetí věk je postproduktivní. Začíná období poklesu fyzické i psychické zdatnosti člověka.

Čtvrtý věk také označován jako období závislosti.

Stárnutí se podle Langmaiera a Krejčířové² popisuje jako souhrn změn ve struktuře a funkci organismu, které podmiňují jeho zvýšenou zranitelnost a pokles schopností jedince a které kulminují v terminálním stadiu a ve smrti. Poukazují na fakt, že v roce 1800 byl za starého člověka běžně posuzován člověk, který se dožil čtyřiceti let a v roce 1890 byl padesátník považován za kmeta. Za hlavní změny pozorované u stárnoucích lidí pak podle Langmaiera a Krejčířové lze uvést zejména:

- a) **Zhoršuje se smyslové vnímání.** U zhruba 90% osob je zjištěn zhoršující se stav zrakové percepce a u asi 30% se zhoršuje sluch.
- b) **Zhoršuje se paměť.** A to zejména paměť krátkodobá, která uchovává nové prožitky, avšak vzpomínky na minulost, například dětství, zůstávají zpravidla velmi dobře zachovány.
- c) **Intelligence zřetelně klesá ve vyšším věku.**
- d) **Afektivní prožívání** nabývá se zvyšujícím se věkem jiné kvality. Člověk se již tak snadno nenadchne pro nové věci a řadu situací dokáže hodnotit klidněji a s větším nadhledem. Pro mnohé lidi je to doba pro přehodnocení života. Zejména na počátku stáří vzniká silná potřeba seberealizace a potřeba být užitečný také jiným lidem. Kdežto v pozdějším stáří jsou lidé soustředěni zejména na sebe a na své potřeby.

² LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, s. 184-1186

- e) **Tvořivost.** Statistiky uvádějí, že počet nejvýznamnějších uměleckých, vědeckých a jiných prací, klesá již od hranice střední dospělosti. Podle těchto statistik dosahují lidé ve všech odvětvích tvořivé činnosti vrcholu mezi 30-40 rokem života. Záleží však na každém jednotlivci, na jeho motivaci a vytrvalosti, neboť právě mnozí lidé se vysokém věku učí novým dovednostem, jazykům a pokračují na růstu své osobnosti.
- f) **Citové vztahy ve stáří.** S věkem význam rodiny a citových vztahů mezi jejími členy znovu stoupá. V širší rodině má starý člověk silnou pozitivní roli, zejména role prarodiče. Také manželské vztahy v tomto období lidského života nabývají na významu a sílí. Ztráta jednoho z partnerů je v tomto období velmi závažnou událostí.
- g) **Sociální zařazení starého člověka.** Dnešní společnost z hlediska demografického stárne a dochází k nárůstu procentuálního zastoupení seniorů ve společnosti.
- h) **Osobnost starého člověka.** Ta je tvořena celkovým předchozím vývojem a souvisí s vyrovnáváním se problémy stáří. Jak píše Langmaier a Krejčířová³, lze vyléhnout pět strategií, které pomáhají vyrovnat se se stářím:

Konstruktivní strategie: Člověk je stále aktivní, nepřestává mít radost ze života a z citových vztahů s jinými lidmi.

Strategie závislosti: Lidé jeví sklony k závislosti na jiných lidech a jen málo spoléhají na svoje vlastní schopnosti.

Strategie obranná: Lidé se projevují přehnanou aktivitou, která má překonat starosti a negativní myšlenky. Člověk koná přehnaně podle zvyků a konvencí, pedanticky.

Strategie hostility: (nepřátelství a negace vůči jiným lidem) Projevuje se sklonem dávat vinu za své nezdary a neúspěchy jiným lidem nebo okolnostem. Lidé tohoto typu jsou většinou agresivní a věční stěžovatelé.

³ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, s. 186-191

Strategie sebenenávisti: Lidé ve stáří mají sklony posuzovat život, který prožili jako selhání a přejí si ho prožít znovu. Jsou k sobě nadměrně kritičtí a obracejí agresivitu vůči sobě.

1.2 Senioři

Pojem senior se vyskytuje v mnoha oborech. Samotný pojem stáří lze definovat několika různými způsoby. Světová zdravotnická organizace (WHO) stanovila pro stáří věk 65 let. Tato hranice se však dle různých autorů posouvá. Například Příhoda⁴ uvádí následující dělení:

60 – 74	senescence, počínající stáří, časné stáří,
75 – 89	kmetství, senium, vlastní stáří,
90 a více	patriarchium, dlouhověkost,

Mühlpachr píše⁵, že v současné době se nejvíce uplatňuje následující členění:

65 – 74	mladí senioři,
75 – 84	staří senioři,
85 – více	velmi staří senioři.

Podle Eriksonovy psychologické teorie⁶ je vývoj člověka členěn do osmi vývojových etap. Každé vývojové období Erikson popsal jako konflikt dvou tendencí, pozitivní a negativní. Další psychologický rozvoj jedince je závislý na vyřešení konfliktu, příslušného vývojového období. Jak píše Langmaier a Krejčířová,⁷ stáří je podle Eriksona náplní osmého vývojového období, období pozdní dospělosti. V tomto období má člověk dosáhnout opravdového osobní integrity, jež znamená „přijetí životního běhu jako něčeho, co muselo být a co nezbytně nemohlo být jinak“. Tato integrita tak má být výsledkem zhodnocení jeho celého života tak jak jej prožil, se všemi negativy i pozitivy. Na druhé straně nedostatek této integrity je ohlašován strachem ze smrti.

⁴ PŘÍHODA, V. I *Ortogeneze lidské psychiky I*. Praha: SPN, 1974. s. 62

⁵ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Masarykova univerzita v Brně, 2009. s. 20

⁶ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000, s. 23

⁷ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, s. 233

1.3 Psychické aspekty stárnutí

Ve stáří dochází u většiny kognitivních funkcí k jejich proměně. Tato zhoršení však nemusí být rovnoměrná. Pro stárnutí je typické zpomalení psychických funkcí, zhoršení kvality percepce, pozornosti i paměti. Toto celkové zpomalení je výsledkem obecnějších biologických změn ve fungování mozku. Dochází k nerovnoměrnému úbytku rozumových schopností jedince, zejména pak v oblasti fluidní inteligence.

Významnou změnou, jak píše Wagnerová,⁸ je celkové zpomalení poznávacích procesů. Starší lidé bývají pomalejší a toto zpomalení vede ke zhoršení kvality kognitivních funkcí. Toto zpomalení nemusí být pouze bráno jako negativní. Starší člověk, který si uvědomuje fakt, že není schopen pracovat a reagovat rychle a zároveň i kvalitně, je pomalejším tempem v práci kterou odevzdává pečlivější.

Percepce: proces schopností přijímat podněty, které jsou nezbytné pro orientaci jedince v prostředí, může být u seniorů ztížen z důvodu zhoršení jeho sluchových nebo zrakových schopností. Pro staršího člověka je namáhavější vstřebávat veškeré podněty, které ho obklopují, musí vydávat větší úsilí, leckdy používat různé kompenzační pomůcky, např. naslouchátka nebo brýle. Člověk, který má zhoršený zrak nebo sluch a tím pádem si není zcela jistý orientací s prostředím, se v mnoha případech stahuje do soukromí, nebo na spousta činností rezignují.

Pozornost: V průběhu stárnutí se schopnost soustředit se na potřebné informace, přesouvat a rozdělovat získané informace podle potřeby postupně zhoršuje. Pokud člověk vykonává nějakou činnost, kterou dobře zná a není při ní vyrušován rušivými podněty, tak koncentrace pozornosti se mnoho nemění. U změny pozornosti v důsledku stáří dochází v rozdělování a přenášení pozornosti.

Paměť: Nedostatky paměťové funkce a s nimi spojené potíže v učení se začínají objevovat již v raném stáří. Se zhoršenou pamětí souvisí potíže s koncentrací pozornosti i unavitelností organismu. Může také souviset s některým somatickým onemocněním, např. postižení CNS. Zhoršení paměti nezávisí pouze na biologických změnách organismu, ale také na celkovém zdraví, genetických předpokladech jedince a vůbec na celkovém postoji

⁸ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2008, s. 318-322

k duševní činnosti. Kvalita paměťové funkce také závisí na vzdělání, úrovni rozumových schopností a na míře užívání paměti. Lidé s nižším vzděláním mají větší potíže s pamětí než lidé se vzděláním vyšším, anebo lidé, kteří mají paměť trénovanou a mají více intelektuálních zájmů a koníčků. Pokles paměti, jak píše Wagnerová,⁹ má tři hlavní důvody: omezení schopnosti zpracovávat informace, pokles rychlosti a narušení inhibičních funkcí.

Krátkodobá paměť – udržuje informaci ve vědomí, než bude dále zpracována. Poté je buď ztracena, nebo přesunuta do registru dlouhodobé paměti. Vlivem stárnutí se však proces percepce zpomaluje a snižuje se tempo a kvalita zpracování vnímaných podnětů. Krátkodobá paměť se skládá ze dvou složek, **primární a pracovní**.

Primární paměť umožní uschovat pasivně informace a slouží k jejich bezprostřední reprodukci. V době mezi 60 a 70 lety dochází k mírnému poklesu v této oblasti a starší lidé tak jsou schopni udržet pouze 85% dřívější kapacity.

Pracovní paměť získané informace nejen uchovává a zároveň i zpracovává. Někteří senioři mají potíže s udržení všech potřebných informací, pokud mají zároveň zpracovávat další, které na ně navazují nebo z nich vyplývají. Z toho důvodu dochází při převádění informací z krátkodobé paměti do dlouhodobého registru k jejich zkreslení nebo úplné ztratě.

Proces stárnutí však ovlivňuje i **dlouhodobou paměť**. Senioři disponují s méně dokonalými metodami uložení informací do paměti a mívají proto problémy i s vybavováním informací. Informace, které mají uloženy v dlouhodobé paměti dlouhodobě, někdy i celý život, se jim mohou vybavovat často nepřesně a pomalu.

Dle obecných představ o inteligenci s sebou stáří nese větší moudrost, nárůst obecných vědomostí za cenu delší doby, po kterou je třeba věci domýšlet. Psycholog R. B. Cattell¹⁰ identifikoval takové specializované dovednosti a pojmenoval je **krystalická a fluidní inteligence**. Krystalická inteligence je jako suma vědomostí, které člověk v průběhu svého života získal (například odborné znalosti, vědomosti terminologie). Fluidní inteligenci můžeme definovat jako schopnost řešit problémy, které se nedají řešit na základě dosaženého

⁹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2008, s. 322-324

¹⁰ HOLMEROVÁ, I., JURAŠKOVÁ B., ŽIKMUNDOVÁ, K. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: 2007, s. 62-63

vzdělání, zkušenosti nebo dané kultury. Fluidní inteligence slábne u člověka již po 30. roce života. Krystalická inteligence naopak zůstává věkem téměř nedotčena.

Ke změnám dochází také ve **struktuře osobnosti**.¹¹ Akcentují se původní rysy osobnosti člověka, jako jsou například egocentrismus, dominance, laskavost, dobrota, empatie nebo schopnost naslouchat jinému člověku. Může docházet i ke změně v hierarchii hodnot. Ve stáří může docházet k touze po klidu, sklonu k samotářství. Někteří lidé jsou rádi sami, jiní naopak. Je rozdíl „být sám“ a „cítit se sám“. Hranice toho být sám a být s druhými lidmi má nastavenou každý člověk individuálně.

Obecně je značně rozšířen mýtus,¹² že většina starých lidí žije osamocená. To je způsobeno tím, že mnoho z nich nedožívá svůj život „obklopeno“ milující rodinou a přáteli, ale spíše v ústraní léčeben dlouhodobě nemocných a nemocničních pokojů. Tento mýtus však nemusí být pravdivý, neboť sociální izolaci a na ní navazující osamělost zažívá pouze část seniorů, a to zejména v případě dlouhověkosti a závažných zdravotních obtíží.

1.4 Biologické aspekty stárnutí

Biologické stáří je hypotetické označení konkrétní míry involučních změn (atrofie, funkční zdatnost, změny regulačních mechanismů), obvykle propojených se změnami způsobenými těmi nemocemi, které se vyskytují s vysokou frekvencí převážně ve vyšším věku (např. ateroskleróza).¹³

Úbytek funkcí lidského těla nezačíná stářím, ale jde o přirozený vývoj, který začíná již v rané dospělosti kole 30 let. Tyto změny se ve stáří stávají výraznější. Stárnutí je tedy přirozený proces lidského života, není samo o sobě žádným chorobným stavem, ale v průběhu stárnutí dochází ke kumulaci negativních vlivů, a k přibývání nemocných lidí.

Proces stárnutí je také závislý na interakci dědičných předpokladů a důsledků různých vlivů prostředí.¹⁴ Základním znakem nemocnosti starých lidí je jejich polymorbidita. Zna-

¹¹ HOLMEROVÁ, I., JURAŠKOVÁ B., ZIKMUNDOVÁ, K. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: 2007, s. 62-63

¹² MÜHLPACHR, Pavel. *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005, s. 21

¹³ MÜHLPACHR, P. *Základy gerontologie*. Bratislava: MSD, s.r.o. 2008, s. 19

¹⁴ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000, s. 448

mená to, že staří lidé trpí současně větším počtem různých nemocí, která jsou po většinou chronická.

V důsledku stáří lze na člověku pozorovat mnoho vnějších změn. Tyto změny se týkají jak tělesné hmotnosti, tak výšky člověka. Také dochází ke změně elasticity kůže vlivem úbytku podkožního tuku a obsahu vody, dále se zpomaluje růst nehtů, vlasy šedivý, vypadávají.¹⁵ Stejně tak jsou křehčí i kosti. Starý člověk je méně hbitý a obratný a proto je zde výskyt různých úrazů častější.

Také trávicí soustavy pracuje mnohem pomaleji při vstřebávání živin, dýchací soustava pracuje s menší kapacitou kyslíku, což se odráží v negativní činnosti mozku. Oběhová soustava také vykazuje viditelné změny. Srdce již není tak silné, zužují se mu periferní cévy, což vede k tomu, že k rozvodu krve po těle potřebuje daleko více energie.¹⁶

Další změny nastávají u smyslových rozlišovacích schopností. Jako jeden z nejdůležitějších smyslů pro člověka se jeví zrak. Vlivem stáří se zraková ostrost snižuje, zhoršuje se jak zraková ostrost, tak rozlišovací schopnost barev.¹⁷

Sluch je pro člověka další důležitý smysl. Vlivem stárnutí také u tohoto smyslu dochází k degenerativním změnám. Problémy se sluchem, se zhoršenými rozlišovacími sluchovými vjemy může u seniora vyvolat nejistotu, podráždění a útek do izolace. Pokud senior nesprávně vnímá informace, které se k němu mluveným slovem dostávají, může to u něj ovlivňovat negativně jeho sociální prostředí, vztahy s jinými lidmi.

Změny ostatních lidských smyslů jako jsou čich a chuť již psychiku seniorů tak zásadně neovlivňují a nemají negativní vliv na jeho sociální interakce s okolním prostředím.

1.5 Sociální aspekty stárnutí

Tento problém nastává u seniorů jejich odchodem z aktivního života do důchodu. Mění se jejich sociální role. Seniori se stávají specifickou sociální skupinou, která je výrazně

¹⁵ ŠIMÍČKOVÁ ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2003, s. 131

¹⁶ STUART-MAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. 1999, s. 23

¹⁷ ŠIMÍČKOVÁ ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2003, s. 133

izolovaná od společenského dění ve společnosti. Jejich život se začíná stále více odehrávat v rámci rodiny, nejbližšího okolí bydliště a nejbližších přátel. Pro řadu seniorů je změna sociální role velice bolestivá, zvláště pokud byly v profesním životě aktivní, zastávali významnější posty a cítí se po zdravotní stránce v pořádku. Zde velmi záleží na citlivém přístupu nejbližší rodiny a přátel, aby jim v této, pro seniory složité době byli oporou.

Jak píše Vágnerová,¹⁸ senioři prožívají své stáří v rámci několika sociálních skupin:

- **Rodina** – nejvýznamnější sociální skupina, život s partnerem, kontakt s rodinami dětí a sourozenců.
- **Přátelé a známí ze sousedství** – jsou to lidé, kteří představují určité sociální kontakty, senioři s nimi mohou sdílet nějaké aktivity.
- **Společenství obyvatel určité instituce** – mohou to být domovy důchodců, nemocnice nebo LDN.

Starší lidé prožívají svůj život v určitém teritoriu, které představuje jejich dům nebo byt. Do tohoto teritoria lze zahrnout v širším smyslu i okolí bydliště, popřípadě víkendový domek, chata. Zde se cítí v bezpečí, představuje jistotu, neboť zde to senior dobře zná, umí se zde orientovat. Také jeho kontakty s jinými seniory probíhají v těchto teritoriích nebo v jejich domovech.

Důležitou formou sociálního kontaktu je pro seniory **komunikace**. Ve stáří však dochází zpravidla ke zhoršování sluchu. Pokud starší lidé trpí nedoslýchavostí, musí vynaložit více úsilí při soustředění při poslechu a komunikace je proto pro ně velmi vyčerpávající. Také nejistota porozumění či porucha interpretace zvyšuje jejich napětí a vyvolává pocit nepohody.¹⁹ Z tohoto důvodu se senioři často vyhýbají společenským setkáním, nejsou pro ně příjemná a jsou pro ně stresující.

Zcela specifickou formou komunikace, je komunikace mezi staršími manžely. Tato komunikace se vyznačuje jistým stereotypem a také tím, že se straší manželé již tak pozorně neposlouchají. Většinou se znají tak dobře, že vědí co ten druhý myslí, jak bude reagovat, jejich hovory jsou stereotypní a témata se opakují. Tato komunikace bývá dost často

¹⁸ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2008, s. 350

¹⁹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2008, s. 351

neverbálního charakteru, neboť si tito lidé rozumí pomocí známých gest a výrazům svého dlouholetého partnera.²⁰

U starších lidí po 70. roce dochází také ke změně **morálního uvažování a vztahu k sociálním normám**. U seniorů vzrůstá rigidita, důsledné lpění na dodržování zavedeného řádu. A právě dodržování daných řádů znamená pro seniory pocit jistoty a bezpečí. Proto u nich klesá tolerance ke změnám, k méně obvyklým nebo různým rušivým projevům chování.

Jak píše Wagnerová²¹ pro stáří je typický **úbytek a proměna sociálních rolí**. Příčiny mohou být následující:

- a) Sociálně podmíněnou změnou role je **odchod do důchodu**. Starý člověk ztrácí prestiž, která byla spojena s jeho profesí.
- b) Změna dalších rolí je podmíněna **biologicky**. Ztrátou životního partnera člověk získá roli vdovce, získanou nemocí se stává pacientem nebo odchodem do domova důchodců se z něj stává obyvatel domova pro seniory.
- c) Změnu sociálních rolí ovlivňují i **ekonomické faktory**. Role vázané na členství v nějakém společenství, role zákazníka.

Změny rolí, které jsou typické pro stáří, vedou ke stále větší anonymizaci, ke ztrátě individuálně specifických znaků.²²

Odchod do důchodu je jednoznačným znakem stáří. Pro člověka tak končí jeho profesní kariérní život. Život, kdy byl člověk společensky aktivní, jeho postavení mu přinášelo jistou prestiž, byl ekonomicky nezávislý. Tato etapa lidského života byla velice dlouhá a změna v novou roli důchodce bývá proto často velmi těžká. Společnost také pohlíží na seniory v důchodu jako na sociální minoritu, která je chápána jako nevýznamná, nebo neproduktivní. Jako taková je ekonomicky závislá na společnosti, ale do dění společnosti může zasahovat jen omezeně.

Ekonomickou stránkou odchodem do důchodu se zabývá také Řičan.²³ Píše, že se seniory se bojí odchodu do důchodu kvůli ekonomické nejistotě. A to nejen v rozdílu platu

²⁰VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2008, s. 353-354

²¹VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000, s. 464

²²VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000, s. 464

a důchodu, ale i ztráty náhrad formou stravenek, možností výhodných protislužeb mezi spolupracovníky, možností používat výpočetní techniku a internet a různých odměn.

Odchod do důchodu je snazší pro lidi, pro které nebyla profese jedinou náplní života. Lidí, kteří měli vždy spoustu koníčků, zájmů, přátel, zvládají odchod do důchodu lépe. Mohou se těšit na to, že konečně budou mít čas na rodinu, přátele, koníčky, na svůj klid i když vědí, že zároveň ztrácí pocit seberealizace nebo sebeúcty, která vyplývala z jejich práce.

Všeobecně rozšířeným pocitem těch, kteří přestali pracovat, je pocit ztráty. Skoro polovina čerstvým důchodců si myslí, že je čeká nelehké období snah vyrovnat se se stavem, na který dříve nemysleli a pro který si nevytvořili žádné plány. Výzkum v USA prokázal,²⁴ že tři ze čtyř dospělých osob se cítí mladší, než je jejich skutečný věk. Lidé mezi 70-80 lety si připadali, jako 60letí a ti, kterým bylo kolem 60 let, tvrdili, že se cítí na 50 let. Tento posun souvisí se vzrůstajícím průměrným věkem a lepší kvalitou života ve srovnání s minulostí. Stejně jako sportovci, kteří dosáhli slávy a úspěchu, tak i mnozí důchodci pokračují ve své práci. V tomto případě nikoliv za účelem vydělávání peněz, ale pro vlastní uspokojení

Někteří lidé, jak píše Wagnerová,²⁵ nejsou nikterak motivováni k odchodu do důchodu. Snaží se proto udržet svoji pozici v zaměstnání co nejdéle, nebo si najít zaměstnání jako pracující důchodce. Snaží se oddálit odchod do důchodu co nejdéle. Jejich motivace může spočívat zejména v těchto oblastech:

- a) **Skutečný zájem o profesi** – pro tyto lidi je jejich práce i koníčkem.
- b) **Uchování sociálního statusu, daného profesí** – snaha o udržení sociální prestiže, vyplývajícího z funkčního zařazení.
- c) **Zachování životního stylu** – docházka do pravidelného zaměstnání.
- d) **Kontakt s lidmi** – strach z izolace, zejména u samostatně žijících lidí.
- e) **Ekonomické důvody** – strach z poklesu životní úrovně.

²³ ŘIČAN, P. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004, s. 346

²⁴ *Zdraví pro třetí věk*. 1. vyd. Čestlice: Rebo, 2006, s. 15

²⁵ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000, s. 466

Člověk přechodem z profesního života do důchodu musí nutně změnit svůj životní styl. Najít nový smysl života, jinou motivaci k uspokojování své potřeby seberealizace, zhodnotit svůj život, bilancovat. Ujistit se v tom, že odchodem do důchodu neztrácí jako člověk na svých kvalitách.

2 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ

Seniorský věk sebou přináší mnohé změny. Jak jsme uvedli v předchozí kapitole, jsou to změny nejen psychické, biologické nebo sociální. To vše se na kvalitě života seniorů velice projevuje. Na každém člověku záleží jak se se změnami, které člověka provází v seniorském věku, vyrovná. Je nutno se těmto změnám přizpůsobit a zachovat si aktivní přístupy k takovým podmínkám, které mají vliv na stimulaci psychické činnosti. K takovým aktivitám můžeme počítat například vzdělávání dospělých formou návštěv Univerzity třetího věku. Nahradit tak sociální vazby, které byly zprerthány odchodem do důchodu se spolupracovníky nebo zákazníky a klienty a vybudovat nové se svými budoucími spolužáky v kurzech. Tyto vzdělávací aktivity tak mohou být velmi výraznými při pocitu seberealizace i při hodnocení kvality života.

2.1 Definice pojmu

Pojem kvalita života poprvé použil Pigou v roce 1920 ve své práci zabývající se sociálním zabezpečením a ekonomikou.²⁶ Tehdy se však ještě tento pojem nesetkal s větším ohlasem a byl znovu objeven až po druhé světové válce. OSN v roce 1961 přijala 12 faktorů, které označila jako „podmínky života“: stav ochrany zdraví, životní prostředí, vzdělání, pracovní podmínky, stav zaměstnanosti, uspokojení potřeb a zásoby, doprava a komunikace, byty a jejich výstavba, odpočinek a zábava, oblékání, sociální jistoty, osobní svoboda.

O kvalitě života se vedou dlouhé diskuse. Kvalita života se stala trvalou součástí všech vědních oborů a to zejména v lékařství.

Podle Vaňurové a Mühlpachra²⁷ má pojem kvalita života multidimenzionální charakter, kulturně podmíněný, dynamický a subjektivní charakter na jednoznačně teoretickém základě. Na problematiku kvality života tak bude jinak nahlížet psychologie, jinak medicína nebo sociologie. Na této termín tak neexistuje jedna univerzální definice.

WHO – Světová zdravotnická organizace definuje kvalitu života jako: „jedincovu percepci jeho pozice v životě v kontextu své kultury a hodnotovém systému a ve vztahu

²⁶ VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. *Kvalita života*. Brno: MU, 2005. s. 7

²⁷ VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. *Kvalita života*. Brno: MU, 2005. s. 11

*k jeho cílům, očekáváním, normám a obavám. Jedná se velice široký koncept, multifaktoriálně ovlivněný jedincovým fyzickým zdravím, psychickým stavem, osobním vyznáním, sociálními vztahy a vztahem ke klíčovým oblastem jeho životního prostředí.*²⁸

Vymětal²⁹ píše, že je velmi důležité také vědět, že jsou dvě dimenze pojmu kvalita života: objektivní a subjektivní:

- a) **Subjektivní kvalita života** – týká se jedinci všeobecné spokojenosti se životem a jeho hodnocení života. Kvalita života je tak vnímána tak, jak ji jedinec vnímá a jak hodnotí své postavení ve světě, ve kterém žije, a to ve vztahu k jeho očekáváním, zájmům a osobním cílům.
- b) **Objektivní kvalita života** – lze ji charakterizovat jako výsledek sociálních, ekonomických, zdravotních a environmentálních podmínek života člověka. Týká se požadavků, které se týkají materiálních a sociálních podmínek života, zdraví nebo sociálního statusu.

Vaňurová a Mühlpachr³⁰ se rovněž zmiňují, že kvalitu života podle Jesenského představuje rozsáhlá oblast činitelů. Tyto činitele lze rozdělit do dvou skupin:

- **Vnitřní činitelé** – mezi tyto vnitřní činitele patří aspekty ovlivňující rozvoj a integritu osobnosti. Patří sem somatické a psychické vybavení ovlivněné defektem, onemocněním či poruchou.
- **Vnější činitelé** – zde se jedná o podmínky jejich existence. Patří sem ekonomické, vzdělávací, společensko-kulturní, ekologické a materiálně technické faktory.

K hodnocení kvality života lze přistupovat také dle různých přístupů. Jak píše Vaňurová a Mühlpachr³¹ může se jednat o tyto přístupy:

²⁸ VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. Kvalita života. Brno: MU, 2005. s. 11

²⁹ VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2003, s. 198

³⁰ VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. Kvalita života. Brno: MU, 2005. s. 18

³¹ VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. Kvalita života. Brno: MU, 2005. s. 29-36

- **Psychologický přístup ke kvalitě života:**

jedná se jedincův přístup k prožívání, hodnocení, myšlení, sebehodnocení, sebeaktualizaci člověka, jeho potřeby a přání a negativní indikátory, jako např. deprese, trauma, porucha nálad. Platí, že každý člověk považuje svůj dosavadní život za kvalitní, pokud jsou jeho očekávání ve shodě životní realitou, kterou hodnotí subjektivně. U tohoto přístupu se setkáváme s termínem „well-being“, který znamená spokojenost nebo životní pohodu.

- **Sociologické aspekty kvality života:**

jedná se komplexní oblast, kdy do kvality života z pohledu sociologie lze zahrnout životní úroveň, způsob života, životní styl, potřeby nebo hodnoty.

- **Životní úroveň:**

vyjadřuje zejména materiální a ekonomické podmínky člověka.

- **Způsob života:**

vyjadřuje strukturovaný projev duchovního a materiálního života jedince, jeho součástí je životní úroveň.

- **Životní styl:**

je definován jako specifický druh chování člověka, popřípadě sociální skupiny s ustálenými způsoby chování, sklony a zvyky.

- **Potřeby:**

jsou zdrojem lidského chování. Maslow vytvořil pěti stupňové rozlišení potřeb mezi dvěma extrémy – zajištěním existence a dosažením kvality života. Tvoří ji fyziologické potřeby, potřeba bezpečí, potřeba lásky, potřeba uznání, potřeba seberealizace. Potřeby související s kvalitou života tvoří vrchol této Maslowovy pyramidy.

- **Hodnoty:**

jevy, které mají pro konání a jednání jedince zásadní význam. O hodnoty usiluje, požaduje nebo zamítá. Hodnoty se mohou během lidského života měnit.

- **Ekologické a environmentální hledisko kvality života:**

jak jsme již řekli, pojem kvalita života přesahuje rámec pouze jednoho vědního oboru. Každý člověk má právo na život v příznivém životním prostředí.

- **Kvalita života a vzdělání:**

nevyhnutelnou součástí kvality lidského života je bezesporu vzdělání. Vzdělání a přístup ke vzdělání je pro současnou společnost prioritou číslo jedna. Zejména v posledních letech se dostává do popředí zájmu vzdělávání v dospělém věku a to formou celoživotního vzdělávání. Vzdělávání i v pozdějším věku tak přináší pocit seberealizace.

2.2 Faktory životní spokojenosti

Každý člověk by si jistě přál být šťastný a spokojený. Životní spokojenost nutně souvisí s takovými pojmy, jako jsou životní úroveň, osobní pohoda, splnění životních cílů, štěstí nebo naplnění potřeb. Životní spokojenost tedy je u každého člověka individuální a závisí na mnoha faktorech. Mohou to být například zaměstnání, trávení volného času, spokojené manželství nebo partnerství, dobré vztahy k vlastním dětem, trávení volného času, dobrá finanční situace, příjemné bydlení, přátelé nebo dobré zdraví. Životní spokojenost může také nahradit pojmem životní štěstí. Špok píše,³² že americký psycholog Martin Seligman, na základě mnoha psychologických výzkumů, zformuloval teorii štěstí a dlouhodobé životní spokojenosti. Pocit životního štěstí a naplněnosti podle něj ovlivňuje pět faktorů, které lze vyjádřit akronymem PERMA (česky „stálý“). Těchto pět faktorů se podle této teorie vzájemně doplňuje a ovlivňuje, žádný nefunguje izolovaně a pouze sám o sobě.

- **P – pleasure, positive emotions.** Představuje takový životní styl, který přináší pocity spokojenosti, úspěchy, pocity z dobře vykonané práce, dobrou komunikaci, prožívání hodnotných vztahů, dobrý pocit z pomoci druhých apod. Opakem pak může být negativismus, pocit prázdnoty neschopnost prožívat radost.
- **E-engagement.** Můžeme přeložit jako závazky, angažovanost. Tento faktor v sobě zahrnuje pracovitost, věnování se oblíbeným činnostem, vstupování do závazků, provádění aktivit. Opakem pak může být nečinnost či lenost.

³² ŠPOK, D. *Povolání, osobní naplnění, spokojenost: životní štěstí*. Et Labora. [online]. [cit. 2013-06-12]. Dostupné z: <http://www.etlabora.cz/psychologie-stesti/>

- **R-relationships-vztahy.** Patří sem především hodnotné vztahy, pozitivní, smysluplné. Každý člověk je jak pasivním, tak aktivním účastníkem vztahů. Opakem pak může být izolovanost a samota.
- **M-meaning-smysl.** Patří sem činnosti a prožitky, které doprovázejí ostatní zde popsané faktory, směřují k nějakému smyslu, mají pro jedince důležitost a smysl, který přesahuje uspokojování pouze základních potřeb. Patří sem dobrá výchova dětí, vytváření takových hodnot, které „po nás zůstanou“. Opakem je pak individuální prospěch, pocíťovaná prázdnota, bezesmyslnost.
- **A-achievement-dosažení, úspěch.** Pro dosažení pozitivní emoce a nacházení smyslu v dobře vykonané práci, je nutno se věnovat aktivitám naplno a snažit se o dosahování cílů. Je nutno vidět také výsledek za dobře odvedenou práci. K tomu je zapotřebí pevná vůle a odhodlání překonávat překážky. Opakem je váhavost, nerozhodnost, strach a bázlivost.

Aktivizace

Aktivizace je dle Haškovcové³³ cílené zvyšování činnosti organismu a tím i výkonu. V případě seniorů je vhodné udržovat nebo rozvíjet přiměřené aktivity, tak aby byla zachována, popřípadě se mírně zvýšila jejich praktická – **soběstačnost**. Někteří senioři jsou od přírody aktivní, a dokonce je třeba některé jejich aktivity mírnit. Problémem je však značná pasivita velkého počtu seniorů, které je zapotřebí motivovat a promyšleně pečovat o jejich psychickou i fyzickou zdatnost. V civilním životě seniorů se nabízí celá řada nestátních i státních institucí, s naučným, sportovním nebo zábavním zaměřením. I nemocné seniory je třeba aktivovat tak, aby byla jejich soběstačnost alespoň částečně obnovena. Jestliže to není možné, pak má aktivace sloužit k zvýšenému pocitu pohody.

Hartl a Hartlová ve svém Psychologickém slovníku charakterizují aktivizaci takto: „širěji nespecifické označení úrovně aktivity, činnosti, vybuzenosti, založené na smyslové, žlázoové, hormonální a svalové připravenosti k činnosti.“³⁴

³³ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb senioři mezi námi*. Praha: Galén 2012, s. 48

³⁴ HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. s. 27

Aktivita člověka je pro jeho rozvoj velice potřebná, a to zejména pro rozvoj lidského mozku. Za aktivizaci tak můžeme považovat jakoukoliv činnost, která způsobí, že mozek je nucen vykonávat a zpracovávat různé podněty. Člověk může být aktivní i v nemoci, pokud je ochoten pro své zdraví něco udělat nebo si zachová některé své oblíbené aktivity

Aktivizace tak může sloužit jako jeden z faktorů životní spokojenosti seniorů.

2.3 Koncept kvalitního stárnutí

Stárnutí populace je jedním z nejvýznamnějších jevů dnešní společnosti a to nejen v Evropě, ale i ve vyspělých státech na všech kontinentech světa. Tomuto problému je věnována zvýšená pozornost. Svědčí o tom například konání dvou světových shromáždění (ve Vídni v roce 1982 a v Madridu v roce 2002), kde se tyto otázky řešily. Také Česká republika se zabývá problematikou stárnutí obyvatel. Vznikly četné dokumenty, např. Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012, Národní akční plán sociálního začleňování nebo Národní koncepce rodinné politiky. Ve svém usnesení č. 8/2008 o Národním programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 se vláda české republiky obrátila na hejtmány, primátory a představitele samospráv a vyzvala je ke spolupráci na realizaci opatření programu a podpoře regionálních a místních aktivit v této oblasti.³⁵

Celosvětový význam problematiky stárnutí dokazuje i fakt, že rok 2012 byl vyhlášen mezinárodním dnem seniorů a mezigenerační solidarity.

Stárnutí lidské populace znamená zvyšování podílu starších obyvatel ve společnosti k podílu osob mladších. To s sebou nese řadu sociálních, ekonomických, zdravotních a jiných problémů. Zvyšují se požadavky na zajištění sociální a zdravotní péči a rovněž se zvyšují i požadavky na důchodový systém.

Jedním z možných řešení problému se stárnutím obyvatelstva je takzvaný koncept **aktivního stárnutí**. Světová zdravotnická organizace (WHO) chápe aktivní stárnutí jako celoživotní proces formovaný různými faktory, které jednotlivě i ve vzájemné interakci

³⁵ Magistrát města Brna. *Profil aktivního stárnutí*. [online].[cit. 2014-28-01]. Dostupné z: <http://www.zdravemesto.brno.cz/download/kbzm/1366706544.pdf>

přispívají ke zdraví, participaci a bezpečí ve vyšším věku. Pod pojmem **aktivní stárnutí** je podle tohoto dokumentu míněno „*plnohodnotné prožívání života i ve vyšším věku, odpovědný přístup ke zdraví, život v bezpečí a důstojnosti a s možností účastnit se dění ve společnosti*“.³⁶

Aktivní stárnutí z hlediska jedince spočívá v takém způsobu života, kde se neprojeví nebo jsou značně omezovány důsledky, které vyplývají ze:

- zhoršujícího se zdravotního stavu seniorů (nemoci, menší pohyblivost, únava, zhoršení psychické i fyzické kondice),
- zmenšující se ekonomické a finanční možnosti seniorů (omezení ekonomických aktivit, nízká výše důchodu),
- ztráta sociálních kontaktů (odchod do důchodu a výše popsané vlivy).

Celý koncept aktivního stárnutí má na zřetelu skutečnost, že seniory nelze považovat za homogenní skupinu a navíc rozdíly mezi nimi se věkem zvětšují. Aby měl proces aktivního stárnutí smysl, je nutné vytvořit takové prostředí, které umožní seniorům co nej-samostatnější život.

Aktivní stárnutí souvisí s těmito oblastmi:

- Zdraví a zdravotní péče ve stáří (podpora zdravotní gramotnosti, programy k udržení nezávislého samostatného života).
- Zaměstnávání a uplatnitelnost seniorů (nabídka celoživotního vzdělávání, profesní uplatnění, podnikání).
- Omezení rizika chudoby seniorů (zapojení seniorů do života komunity, do společenských a jiných aktivit, dostupnost sociálních služeb).
- Přátelské prostředí k seniorům (dostupnost bydlení, bezbariérovost, ochrana životního prostředí).

³⁶ Magistrát města Brna. *Profil aktivního stárnutí*. [online].[cit. 2014-28-01]. Dostupné z: <http://www.zdravemesto.brno.cz/download/kbzm/1366706544.pdf>

- Podpora rodinám se seniory a pečovatelům (podpora péče v domácím prostředí, rozvoj nabídky sociálních služeb, podpora fungování širší rodiny).
- Zapojení do kulturních, pohybových, vzdělávacích a jiných aktivit (dostupnost a nabídka kulturních, informačních, pohybových a jiných aktivit a programů vhodných pro seniory).
- Zapojení seniorů do občanského života, účast na rozvoji města (nabídka do zapojení do charitativních nebo dobrovolnických aktivit, různé zapojení do života obce/komunity).
- Dostupnost informací pro seniory (týkajících se možností zdravého a aktivního stárnutí).
- Ochrana lidských práv (prevence proti diskriminaci na základě věku, prevence porušování lidských práv seniorů).

Koncept úspěšného stárnutí vznikl především v USA. Zdůrazňuje, že nemám být věnována největší pozornost zvyšování kapacit pro zvládnutí přibývajících nesoběstačných osob, ale pozornost má být především zaměřena na zlepšování zdravotního a funkčního stavu osob stárnoucích s maximální prevencí vzniku závislosti.

Oddálení nemocnosti, nemůže zabránit nárůstu potřeby dlouhodobé zdravotní péče v souvislosti s přibýváním seniorů, avšak mohou tento růst redukovat a uchránit kvalitu života.

Mühlpachr³⁷ uvádí, že stárnutí podle těchto představ může být:

- **Obvyklé, normální** – funkční i zdravotní stav seniora spolu s jeho sociální rolí je normě, která odpovídá jeho vrstevníkům, a normě mezinárodního standardu.
- **Úspěšné** – funkční i zdravotní stav seniora je lepší než stav jeho vrstevníků a umožňuje jeho plnou soběstačnost.

³⁷ MÜHLPACHR, P. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: IMS 2004, s. 34

- **Neúspěšné, patologické** – zdravotní a funkční stav seniora je výrazně horší, než je u jeho vrstevníků obvyklé. Dominuje závislost a dojem vyššího biologického věku než kalendářního, tedy progerie (předčasné stárnutí).

Oddálit stáří bylo vždy snem mnoha generací. Vždy hledali způsob, jak život prodloužit pomocí všelijakých elixírů mládí, kamenů mudrců, ale vždy marně. I současnosti jsou tyto snahy stále živé.

Vždyť každý člověk chce žít dlouho, kvalitně a zdravý. Takovému cíli také může být nápomocen projekt Evropské unie Zdravé stárnutí.³⁸ Cílovou skupinou tohoto projektu jsou již lidé nad 50 let, kteří se s podporou společnosti budou aktivně starat o své zdraví tak, aby mnoho let lili jak v psychické tak fyzické pohodě.

Ve společnosti je velké množství seniorů, kteří i když již ukončili svou ekonomickou činnost, mohou úspěšně stárnout. V této snaze se jim snaží být nápomocné například Akademie a Univerzity třetího věku.

³⁸ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb senioři mezi námi*. Praha: Galén, 2012, s. 8

3 VZDĚLÁVÁNÍ

Dnes, v době, kdy člověk je prezentován jako člověk *homo sociologicus*, je nemožné prožít plnohodnotný život bez bezproblémového začleňování, bez akceptování základních sociálních norem a hodnot, bez přijímání převládající sociální filozofie, bez učení.

Podle Mühlpachra³⁹ se odborníci v oblasti vzdělávání shodují na existenci formule, která v podstatě vyjadřuje schopnost společnosti, vyrábět národní statky ve 21. století.

Je to: **1/2 - 2 - 3**

Tato formulka nám říká, že bude potřeba jenom jedna polovina pracovních sil, ale ta musí být dvakrát schopnější, připravenější, čili takzvaně vzdělanější, a budou tedy vyrábět třikrát více, než v současnosti. Tato formulka nám jinými slovy říká, že nejdůležitější investicí pro budoucnost je vzdělávání celé společnosti.

3.1 Celoživotní vzdělávání

Celoživotní vzdělávání představuje koncepční změnu pojetí vzdělávání, jeho organizačního principu, kdy všechny možnosti učení, ať již v tradičních vzdělávacích institucích či mimo ně, jsou chápány jako jeden navzájem propojený celek, který dovoluje přechody mezi vzděláváním a zaměstnáním a který umožňuje získat stejné kvalifikace různými cestami a to kdykoliv během celého života.⁴⁰

Memorandum o celoživotním vzdělávání, které vydala Evropská komise v roce 2000, definuje celoživotní učení jako cílevědomou neustálou činnost, vykonávanou s cílem zlepšovat znalosti, dovednosti a kompetence.⁴¹

Celoživotní vzdělávání, charakterizuje také Bočková⁴² jako potřebu permanentní kultivace člověka a jeho rozvoj. Podílí se na socializaci člověka a je nástrojem začleňování se

³⁹ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. s. 120-125

⁴⁰ PALÁN, Z. *Celoživotní učení*. In: Kalous, J., Veselý, A.: *Vybrané problémy vzdělávací politiky*. Praha, Karolinum 2006. s. 25

⁴¹ Národní vzdělávací fond. *Memorandum o celoživotním učení*. [online]. [cit. 2014-03-02]. Dostupné z: <http://old.nvf.cz/archiv/memorandumuobsah.htm>

⁴² BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 9

do kultury příslušné společnosti. Svou podstatou je celoživotní vzdělávání demokratické, neboť vzdělávání je přístupné kterémukoliv jedinci a to jakékoliv etapě jeho života. Člověk tak vstupuje do vzdělávacího procesu v jakémkoliv okamžiku své životní cesty a tím si tak doplnit své vzdělání.

Existují tři základní účelové učební činnosti:⁴³

- **Formální vzdělávání** – tato forma probíhá ve vzdělávacích institucích, jejichž funkce, cíle, způsoby hodnocení i prostředky jsou dány příslušnou legislativou a jsou přesně definovány. Typickou institucí je škola. Formální vzdělávání je charakteristické také vzdělávacími stupni, které na sebe navazují. Např. základní povinné vzdělávání, středoškolské a vysokoškolské. Absolvování každého stupně tohoto vzdělávání je ohodnoceno různým druhem certifikátu. Může to být vysvědčení, výuční list, maturitní vysvědčení nebo vysokoškolský diplom.
- **Neformální vzdělávání** – organizované vzdělávání, které bývá realizováno mimo formální vzdělávací instituce. Mohou ho organizovat například pracoviště, nadace, kluby nebo různá občanská sdružení. Jsou zaměřeny na programy spojené s rekvalifikačními kurzy, mohou se zaměřovat na sportovní i kulturní aktivity apod.
- **Informální vzdělávání** – Toto vzdělávání můžeme označit za proces získávání dovedností, vědomostí i postojů z každodenních zkušeností. Tento typ vzdělání probíhá v rodině, mezi vrstevníky, v zaměstnání, ve volném čase, při běžných denních aktivitách. Tento typ vzdělávání není na rozdíl od formálního a neformálního vzdělávání organizovaný, nekoordinovaný a mnohdy není záměrný.

Vzdělávání probíhá vždy v nějakém prostředí, v určitých ekonomických podmínkách. A se změnami podmínek se do jisté míry mění také vzdělávání. Pro současnou společnost jsou charakteristické změny, které zasahují do života jednotlivce zásadním způsobem. Za ty nejvýznamnější lze považovat rozvoj informačních technologií, demografické

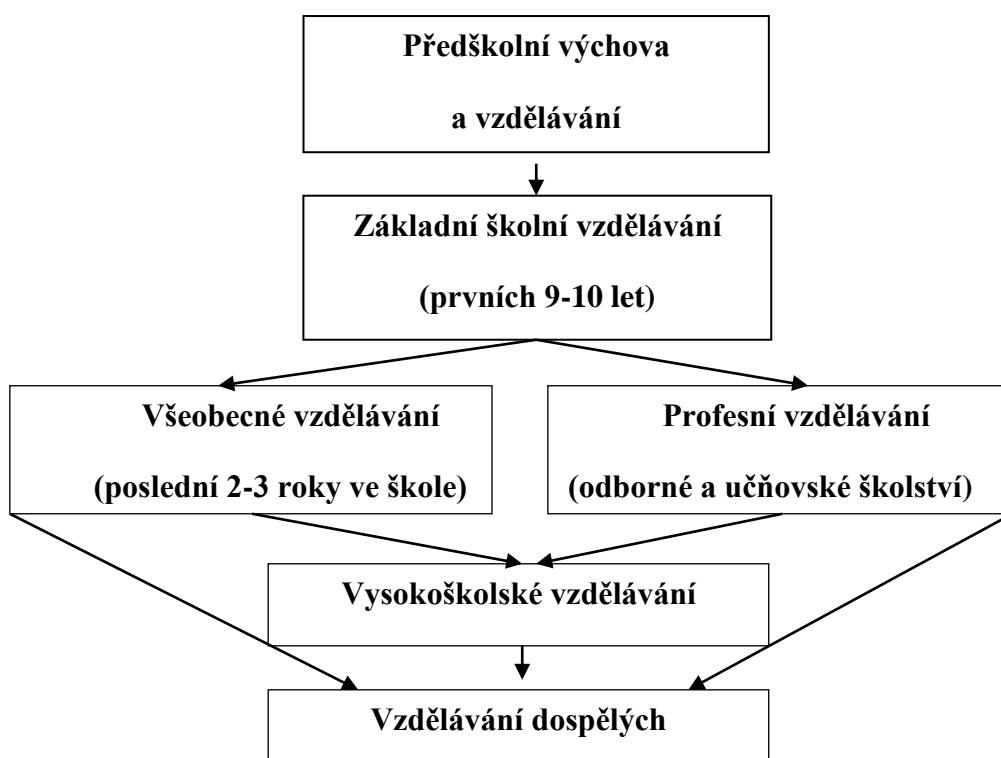
⁴³ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 12

změny, růst nezaměstnanosti a zejména globalizaci. Se všemi těmito změnami ve společnosti přicházejí také nároky na vzdělanost lidí.

Vzdělávání dospělých může zahrnovat také další profesní vzdělávání, zájmové nebo občanské. Vždy jde o zkvalitňování člověka, jako občana, pracovníka o jeho seberealizaci, sebehodnocení o jeho osobní rozvoj.

Průběh celoživotního vzdělávání můžeme chápat jako vzdělávací řetězec, který zachycuje etapy celoživotního vzdělávání:⁴⁴

Obr. č. 1
VZDĚLÁVACÍ ŘETĚZEC



⁴⁴ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 11

Celoživotní vzdělávání může také narážet na různé překážky neboli bariéry, které znesnadňují proces vzdělávání. Mezi tyto bariéry mohou patřit například:⁴⁵

- **Tradiční postoj ke vzdělání.** Lidé si vzdělávání spojují především se školním vzděláváním dětí. Vzdělávání dospělých je stále považováno za něco speciálního a spojováno hlavně s rozšířením kvalifikace.
- **Dostupnost celoživotního vzdělávání.** Starší lidé mívají zpravidla přístup ke vzdělání složitější. Mají různé pracovní nebo rodinné povinnosti, které způsobují nedostatek volného času, který by mohli věnovat vzdělávání.
- **Motivace.** Problémem zůstává, že lidé si stále dostatečně neuvědomují potřebu, se celoživotně vzdělávat.
- **Organizace vzdělávání.** Vzdělávání probíhá zpravidla ve větších městech. Pokud člověk musí za vzděláním dojíždět, zajímá se především také o ekonomickou stránku věci, kolik času a financí ho bude dojíždění stát. A dále je to otázka dojíždění pro lidi s handicapem (staří, nemocní, méně pohybliví).
- **Vztah ke vzdělání a různé společenské vrstvy.** Je známo, že existují rozdíly na vzdělávání mezi mladšími a staršími občany, mezi muži a ženami, mezi lidmi s vyšším nebo nižším formálním vzděláním.

Vzdělávání se musí přizpůsobit změnám ve společnosti, novým společenským potřebám a roli, kterou ve společnosti zastává. Pro každou zemi by se mělo stát prioritou vzdělávání, jako proces dosažení odpovídajícího vzdělání.

Jedním z východisek, na kterých jsou změny jednotlivých zemí v oblasti vzdělávání postaveny, je zpráva mezinárodní komise UNESCO Vzdělávání pro 21. století *Učení: dosažitelný poklad*. Jako klíčové byly v této zprávě uvedeny čtyři pilíře vzdělávání, které jsou základem pro pojetí vzdělávání v 21. století.⁴⁶

⁴⁵ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 12

⁴⁶ Media4u Magazine 1/9009. *Rozvoj ICT a jejich vliv na vysokoškolské vzdělávání na příkladu Univerzity Hradec Králové*. [online]. [cit. 2014-28-01]. Dostupné z: <http://www.media4u.cz/mm012009.pdf>

- 1) **Učit se poznávat**, to znamená naučit se spojovat široké obecné znalosti s detailními znalostmi oboru, umět těžit ze vzdělávacích příležitostí v celém životě, zkrátka učit se učit.
- 2) **Učit se jednat**, tj. umět si osvojit si správné pracovní kompetence, umět pracovat s týmem a v týmu, vyrovnávat se s různými situacemi.
- 3) **Učit se žít společně**, tj. být empatický, umět rozvíjet pochopení pro druhé lidi, zvládat konflikty a to vše v duchu úcty k vzájemnému porozumění a hodnotám pluralizmu.
- 4) **Učit se být**, tj. schopnost jednat s větší autonomií, rozvíjet vlastní osobnost, vlastní úsudek a využívat osobnostní potenciál.

3.2 Vzdělávání seniorů

V této kapitole se blíže seznámíme s různými typy vzdělávání a jejich formami a funkcemi.

Jan Amos Komenský pojímal celý život jako školu. Jeho pojetí výchovy zahrnuje všechny věkové stupně, tedy i stáří a smrt. Tzv. škola stáří má podle něj naučit lidi moudře využívat výsledků své práce a prožívat správně zbytek svého života. Komenský ve svém díle „Vševýchova“ položil základy celoživotního vzdělávání. Podle něj „je každý věk určen k učení“.⁴⁷

Vzdělávání dospělých

Vzdělávání dospělých můžeme brát jako ucelený systém institucionálně organizovaných i individuálních veškerých vzdělávacích aktivit, které doplňují nebo nahrazují či jinak obohacují dosud získané vzdělávání dospělých jedinců, kteří zcela záměrně rozvíjejí

⁴⁷ SIKOROVÁ, E. *Univerzita třetího věku na Slezské univerzitě, Obchodně podnikatelské fakultě v Karviné v kontextu národního, evropského a světového vývoje*. In *Univerzita třetího věku: historie, současnost a perspektivy dalšího rozvoje: sborník příspěvků z konference konané u příležitosti 20. Výročí založení Univerzity třetího věku na MU 6.-7. dubna 2010 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita, 2010. s. 143

své dovednosti, vědomosti, zájmy, postoje a jiné osobnostní a sociální kvality, jež činí jejich život plnohodnotným jak v pracovní, tak mimopracovní.⁴⁸

Vzdělávání dospělých zahrnuje tyto formy:

- **Školní vzdělávání** (Formální vzdělávání získané na školách. Úspěšné absolvování je stvrzeno příslušným certifikátem. Dospělí jej získávají většinou souběžně se zaměstnáním v externí, dálkové nebo večerní formě studia).
- **Další profesní vzdělávání** (Toto vzdělání získává člověk v průběhu svého aktivního profesního života. Slouží k rozvoji a rozšíření vědomostí a dovedností, které vyžaduje výkon určitého povolání).
- **Občanské vzdělávání** (Toto vzdělání má za úkol formovat vědomí a povinnosti osob v jejich roli občana. Je v ní zahrnuta problematika právní, zdravotnická, estetická, ekologická, politická, sociální či etická).
- **Zájmové vzdělávání** (Má za úkol uspokojovat vzdělávací potřeby v souladu s osobním zaměřením každého člověka. Je realizována především prostřednictvím různých zájmových organizací, jako jsou například Svaz včelařů, filatelistů, kynologů a podobně).

Každý účastník vzdělávání dospělých se vyznačuje určitými společnými znaky. Dle Bočkové⁴⁹ jsou to :

- Dospělost.
- Ustálené chování.
- Stabilizovaný systém hodnot.
- Vytvořený životní styl.
- Různé pracovní a životní zkušenosti.
- Změny v senzomotorických a paměťových funkcích.
- Obtížnější soustředěnost z rodinných, osobních, pracovních a jiných důvodů.

⁴⁸ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 15

⁴⁹ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 17

Schopnost učit se je však u každého jedince jiná. Podléhá různým vlivům, jako je úroveň vzdělání, věk, pohlaví, druh práce, sociální a rodinné poměry apod.

Současná situace ve vzdělávání dospělých má své pozitiva i negativa.

K pozitivním stránkám poptávek po vzdělávacích příležitostech patří: dobrá úroveň vzdělanosti dospělých jedinců, vliv tržního prostředí na motivaci a stimulaci dospělých ke vzdělání, tlak na certifikaci kvalifikace v oblasti vzdělávání dle evropských norem.

Mezi negativa můžeme řadit: nedostatek finančních prostředků k pokrytí nákladů na vzdělávání, vzdělávací potřeby nejsou dostatečně obsažené v kvalifikačních požadavcích na výkon dané profese, obtížná orientace v nabídkách vzdělávacích příležitostí.

Na vzdělávání dospělých se podílejí také některá nevládní sdružení. Zejména k nim patří Asociace institucí vzdělávání dospělých (AIVD). Cílem této organizace je především:⁵⁰

- Sdružovat instituce vzdělávání dospělých a prosazovat jejich zájmy
- Dbát o profesionalitu svých členů
- Spolupracovat se státními orgány při přípravě legislativních opatření

Vzdělávání seniorů

Jak již bylo řečeno dříve, lidský věk se prodlužuje, kvalita života se zvyšuje a odchodem do důchodu pro mnohé lidi aktivní život nekončí. Mezi nejdůležitější kritéria kvality života se považuje potřeba být i nadále potřebný, být aktivní a mít pocit užitečnosti. Jednou z forem podpory kvality života člověka je vzdělávání.

Jak píše Mühlpachr,⁵¹ že ukončením pracovní aktivní činnosti ztrácí jedinec jak svoji profesní roli tak i funkční identitu. Jako jeden z kompenzačních mechanismů je právě je spatřován v rozvíjení systému vzdělávání pro starší populaci. Vzdělávání může seniorům tak pomoci v lepší orientaci v nových životních situacích, lepšímu pochopení měnícího se

⁵⁰ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 17

⁵¹ MÜHLPACHR, P. *Univerzity třetího věku jako forma socioedukativní intervence u seniorů*, *Pedagogika* 2002, s. 41

světa. Nové informace tak poskytují seniorům možnosti volby jak uspořádat svůj život, jak být spokojenější a psychicky vyrovnanější.

Podle Schmidta⁵² je možné rozdělit život do tří etap:

- První etapa – studující myslí na své vzdělání.
- Druhá etapa – studující myslí na své profesní uplatnění.
- Třetí etapa – studující myslí na utváření „podvečera“ svého života.

Motivace starších dospělých ke studiu dle Schmidta: „*Člověk si stanovuje úkol a důsledně jde za stanoveným cílem*“.

Funkce vzdělávání jsou, jak uvádí Mühlpachr:⁵³

- **Preventivní** (jsou naplňována různými opatřeními, za předpokladu, že jsou prováděny v určitém předstihu).
- **Anticipační** (důležitá k pozitivní připravenosti na změny životního stylu, nejčastěji odchod do důchodu).
- **Rehabilitační** (nutná k udržení fyzických i duševních sil).
- **Posilovací** (nejvýznamnější, slouží k rozvoji zájmů a schopností, podpoře aktivity).

Čornaničová⁵⁴ rozšiřuje tyto kategorie vzdělávacích funkcí dle výsledků výzkumu, který probíhal na Filozofické fakultě Univerzity Komenského v Bratislavě:

I. Funkce vzdělávání seniorů podle základního měření vzdělávacích aktivit:

- **Vzdělávací** – zaměřené na získávání informací, poznatků.
- **Kulturně-kultivační** – rozvíjení osobnosti člověka pomocí umění a kultury.
- **Sociálně-psychologické** – zaměřené na kvalitu života v oblasti sociálních vztahů, osobní aktivity.

⁵² SCHMIDT, H. *Proč starší lidé studují?* Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory. Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. s. 45

⁵³ MÜHLPACHR, P., *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. s. 138

⁵⁴ ČORNANIČOVÁ, R. *Funkcie výchovy a vzdelávania seniorov*. In Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory. Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. s. 62-64

II. Funkce vzdělávání seniorů podle specifického cíle vzdělávacích aktivit:

- **Preventivní** – pomocí opatření, která jsou prováděna v určitém předstihu.
- **Anticipační** - důležitá k pozitivní připravenosti na změny životního stylu, nejčastěji odchod do důchodu.
- **Rehabilitační** – funkce spojená se znovuobnovením fyzických i duševních sil.
- **Adaptační** – zabezpečuje rovnováhu mezi prostředím a organismem člověka.
- **Stimulační** – přispívá k rozvoji zájmů, schopností a potřeb.
- **Komunikační** – aktivní komunikace s okolím a celou společností.
- **Kompenzační** – vzdělávací aktivity nahrazují ztrátu profesní role.
- **Aktivizační** – začlenění do společnosti, pocit životní spokojenosti.
- **Relaxační** – kvalitní trávení volného času.
- **Mezigeneračního porozumění** – prevence napětí mezi generacemi.
- **Kultivační** – životní orientace na rozvoj a osobní růst v seniorské etapě života.

Senioři vyhledávají různé vzdělávací aktivity z mnoha důvodů. Od potřeby seberealizace, získání nových zkušeností a dovedností, rozvíjení svých původních profesních zájmů i potřeby aktivizace. Mohou také chtít zachovat intelektuální i tělesné síly, pěstovat nové sociální kontakty nebo uchovat stávající schopnosti, vědomosti a dovednosti.

Studenti senioři si nevolí své studijní zaměření na profesní orientaci, ale pro svůj osobní rozvoj. Cíle vzdělávání v pozdní dospělosti a ve stáří není tedy jen v oblasti kognitivní, ve vstřebávání nových informací či v prohlubování nových poznatků a udržení duševní aktivity, ale i v oblasti sociální a duchovní.⁵⁵

Vzdělávání seniorů patří mezi vzdělávání dospělých jako součást celoživotního vzdělávání.

⁵⁵ BOČKOVA, V., PETŘKOVÁ, A. *Univerzita 3. Věku jako specifická forma vzdělávání dospělých*. In Sborník příspěvků z odborného semináře se za-hraniční účastí. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. s. 65

3.3 Formy vzdělávání seniorů

Pro vzdělávání seniorů existuje více možností. K těm nejznámějším se řadí Lidové univerzity, Kluby aktivního stáří, Akademie třetího věku a v neposlední řadě Univerzity třetího věku.

Univerzity třetího věku

Je neznámější formou vzdělávání seniorů v současnosti. Univerzity třetího věku (dále U3V) poskytují kvalitní neucelené studium vysokoškolské úrovně a to v nejrůznějších oborech. Tato forma vzdělávání má charakter osobnostního rozvoje a nezakládá nárok na profesní uplatnění.

S Univerzitou třetího věku se blíže seznámíme v následující kapitole.

Lidové univerzity

Tato forma vzdělávání seniorů představuje určitou specifickou formu vzdělávání, která se osvědčila především v německy mluvících zemích a ve Skandinávii. U této formy vzdělávání je specifické to, že starší člověk, který má zájem o studium, absolvuje vzdělávací program spolu s mladými posluchači.⁵⁶ Na této formě vzdělávání seniorů je pozitivní to, že jde o vzájemné ovlivňování a sblížování dvou lidských generací. Mladí lidé tak mají možnost porozumět problémům starší generace a naopak starší generace získává pocit akceptování společností.

Akademie třetího věku

Tato forma vzdělávání seniorů uspokojuje vzdělávací potřeby seniorů zejména tam, kde nejsou vysoké školy. Akademie třetího věku jsou organizovány pod záštitou organizací, jako jsou například Červený kříž nebo institucemi jakými jsou například Akademie J. A. Komenského nebo různá kulturní střediska.

⁵⁶ MÜHLPACHR, P. *Univerzity třetího věku jako forma socioedukativní intervence u seniorů*, *Pedagogika* 2002, s. 43

V české republice vznikla první Akademie třetího věku již v roce 1983 v Přerově.⁵⁷ Přednášky se uskutečňovaly ve čtrnáctidenních intervalech a rozsah studia byl naplánovaný na deset setkání.

Pro tuto formu vzdělávání jsou typické jednosemestrální vzdělávací cykly, více-semestrální a krátkodobé studijní programy. Při výuce se uplatňují nejen přednášky a disku-se, ale i exkurze, turistické programy nebo tematické procházky. Vyznačují se tím, že vý-klad a obsah přednášek se přizpůsobuje místním potřebám a také individuálním zájmům seniorů.

Pro účastníky Akademií třetího věku není dána podmínka dosažení určité úrovně vzdělání. Účastníci této formy vzdělávání jsou lidé, kteří dosáhli důchodového věku, horní věkový limit není nikterak stanoven. Účastníci této formy vzdělávání také neskládají žádné zkoušky a na základě presence se vydává potvrzení o absolvování studijního programu.

Kluby aktivního stáří

Tato vzdělávací forma seniorů plní obdobnou funkci jako Akademie třetího věku. Odlišuje se od ní trvalejšími neformálními vztahy účastníků, uspokojováním potřeby vzá-jemného kontaktu a rozvíjení osobních zájmů seniorské populace.⁵⁸

Univerzita volného času

Pro tuto vzdělávací formu neplatí žádná věková ani jiná omezení. Dává šanci stu-dovat všem těm, kteří mají dostatek volného času, ale nemají dostatek financí. Zde se platí pouze zápisné.⁵⁹ Tato forma vzdělávání na akademické půdě vznikla v Praze v roce 1993. Ve studijním roce 1998/1999 bylo otevřeno pět oborů: psychologie, dějiny umění, světové a české dějiny, dějiny hudby a zdravý životní styl.

⁵⁷ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 25

⁵⁸ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. s. 139

⁵⁹ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 26

Elderhostel

Bočková⁶⁰ také zmiňuje tuto formu vzdělávání, která nabízí vzdělávání seniorům v Kanadě a USA. Elderhostel je podle ní dobrovolnou neziskovou organizací, která ve spolupráci s různými univerzitami organizuje letní vzdělávací programy zaměřené na seniory.

Účastníci se zapisují do týdenních kurzů různého zaměření. Mohou tak během léta vystřídat různé typy kurzů na různých univerzitách.

Tato vzdělávací forma se rychle rozšířila od poloviny sedmdesátých let na vysokých školách USA a Kanadě. Dle statistik zde každý rok studuje až 250 000 seniorů. Myšlenka Elderhostelů se rozšířila i do Evropy. V roce 1997 Univerzita Komenského v Bratislavě pro družební univerzitu v USA zorganizovala „Elderhostel 97“ zaměřenou na poznání Slovenska.

3.4 Dokumenty ke vzdělávání seniorů

Vzdělávání v České republice je legislativně ošetřeno několika základními dokumenty. Jsou to především **Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy České republiky z roku 2007 a Bílá kniha - Národní program rozvoje vzdělávání v České republice**. Bílá kniha se zabývá vzdělávání dospělé populace a to dalším profesním vzděláváním, vzděláváním dospělých na školách i různým rekvalifikačním formám vzdělávání.⁶¹ I když se tyto dokumenty zabývají také vzděláváním dospělých, vzdělávání seniorů v nich není jednoznačně zmíněno. Jak Bílá kniha, tak i Dlouhodobý záměr zmiňují potřebu dalšího vzdělávání nebo zvyšování profesních dovedností.

O vzdělávání seniorů hovoří **Dlouhodobý záměr seniorského vzdělávání na vysokých školách na období 2008 – 2015**. Tento navazuje na Dlouhodobý záměr Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT), na dokument Ministerstva práce a sociálních věcí (MPSV) „Návrh opatření na přípravu České republiky na stárnutí populace“ a na Program Zdraví 21 Ministerstva zdravotnictví (Mzd). Východiska Dlouhodobého záměru se

⁶⁰ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 26

⁶¹ MŠMT. *Bílá kniha- národní program rozvoje vzdělávání v české republice*. [online. [cit. 2014-06-02]. Dostupný z: <http://aplikace.msmt.cz/pdf/bilakniha.pdf>

niorského vzdělávání na vysokých školách na období 2008 – 2015 vycházejí z vyhodnocení mezinárodních kontaktů, vzdělávacích projektů a dalších činností na vysokých školách, které jsou sdruženy v Asociaci Univerzit třetího věku v ČR v období 1993 – 2007. Tyto jednotlivé cíle mají oporu v analýzách silných a slabých stránek vzdělávání seniorů na vysokých školách⁶².

Vzdělávání seniorů patří pod celoživotní vzdělávání, které je legislativně upraveno **Zákonem č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů**, a to v paragrafu 60, který pravidla o uskutečňování celoživotního vzdělávání upravuje:

§ 60

„Celoživotní vzdělávání

(1) V rámci své vzdělávací činnosti může vysoká škola poskytovat bezplatně nebo za úplaty programy celoživotního vzdělávání orientované na výkon povolání nebo zájmově. Bližší podmínky celoživotního vzdělávání stanoví vnitřní předpis. Účastníci celoživotního vzdělávání s ním musí být seznámeni předem.

(2) O absolvování studia v rámci celoživotního vzdělávání vydá vysoká škola jeho účastníkům osvědčení. Úspěšným absolventům celoživotního vzdělávání v rámci akreditovaných studijních programů, pokud se stanou studenty podle zákona (§48 až 50). Může vysoká škola uznat kredity, které získali v programu celoživotního vzdělávání až do výše 60% kreditů potřebných k řádnému ukončení studia.

*(3) Účastníci celoživotního vzdělávání nejsou studenty podle tohoto zákona.*⁶³

Nejdůležitější mezinárodní dokumenty, které upravují legislativně celoživotní vzdělávání, jsou dle Mühlpachra:⁶⁴

- **Learning: The treasure within – Učení: dosažitelný poklad** je zprávou pro UNESCO.
- **Lifelong learning for all – celoživotní učení pro všechny** – publikace OECD
- **White Paper on education and training – Bílá kniha o vzdělávání** – dokument EU

⁶² Asociace U3V. *Dlouhodobý záměr seniorského vzdělávání na VŠ na období 2008-2015*. [online]. [cit. 2014-02-02]. Dostupný z: http://au3v.vutbr.cz/soubory/DZ_AU3V_CR.doc

⁶³ MŠMT. *Zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů*. [online]. [cit. 2014-02-02]. Dostupný z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/zakon-c-111-1998-sb-o-vysokych-skolach-text-se-zpracovanymi>

⁶⁴ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. s. 126

4 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU

Univerzity třetího věku (U3V) jsou specifickou součástí celoživotního vzdělávání.⁶⁵ Patří k nejnámějším formám vzdělávání seniorů a také k nejnáročnější. Smyslem tohoto typu vzdělávání je nabídnout seniorům další životní program (když ten pracovní již skončil), aktivizovat je a nepřipustit sociální vyloučení.⁶⁶

Institucionální vzdělávání seniorů ve formě U3V nemá pouze charakter organizační, ale i zdravotně – pečovatelský. Vždyť studium na U3V přispívá o oddalování nemocí, které jsou typické pro osoby vyššího věku, pomáhá ke zpomalení involučních procesů ve stáří a nabízí kvalitní trávení volného času. Univerzity tak mají také možnost prezentovat jejich práci, stav vědeckých poznatků a využívané technologie.

Obsah studijních přednášek zpravidla koresponduje se zaměřením mateřské vysoké školy. Nabídka kurzů je velmi bohatá a zahrnuje téměř všechny vědní obory. Podmínky pro přijetí do studia si stanovují příslušné vysoké školy. Zpravidla platí, že jsou přijímáni senioři, kteří dosáhli důchodového věku. Délka vzdělávacích kurzů je různá, od tří do čtyř let. Kurz je ukončen slavnostním předáváním osvědčení, certifikátu nebo pod. Studium na U3V je zpoplatněno. Platí se kurzovné, které bývá v řádech několika stokorun za semestr. Tento poplatek však zdaleka nestačí pokrýt náklady, spojené pořádání U3V. Vysoké školy tak hledají další zdroje financování, ať již jsou to rozvojové projekty MŠMT nebo zdroje z EU.

4.1 Definice U3V

Podle Mühlpachra⁶⁷ je základní charakteristikou Univerzity třetího věku to, že poskytuje seniorům vzdělání na nejvyšší, tedy na vysokoškolské úrovni, což ji odlišuje od ostatních forem vzdělávání, které jsou orientované na seniorskou populaci. Účastníci této formy vzdělávání tak mají statut mimořádných studentů dané vysoké školy nebo univerzity. Tato forma vzdělávání má charakter osobnostního rozvoje a nezakládá nárok na profesní uplat-

⁶⁵ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. s. 140

⁶⁶ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb senioři mezi námi*. Praha: Galén, 2012, s. 167

⁶⁷ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. s. 140-142

nění. Poslání U3v je tak nejen v zabezpečování práva seniorů na vzdělávání, ve zlepšování jejich fyzické kondice, ale také v aktivitách výzkumných.

Bočková⁶⁸ charakterizuje Univerzitu třetího věku jako nejznámější vzdělávací příležitost pro seniory. U3V tak představuje instituci, která starším občanům poskytuje neucelené studium vysokoškolské úrovně v nejrůznějších oborech.

Průcha, Walterová a Mareš⁶⁹ definují Univerzitu třetího věku jako specifickou formu vzdělávání dospělých, určenou především pro vzdělávání seniorské. Je realizována prostřednictvím přednášek anebo jako ucelené studium v různých oborech, ať již humanitních, přírodovědných nebo společenských. Výuku zajišťují vysokoškolští nebo jiní odborníci. Studium není ukončeno získáním titulu, ale jde hlavně o aktivní naplnění života.

Hartl a Hartlová ve svém psychologickém slovníku, charakterizují Univerzitu třetího věku takto: „*cyklus přednášek pořádaných nějakou univerzitou pro osoby v důchodovém věku; má motivační vliv na účastníky, probíhá u nich posun k pozitivním hodnotám, cítí se mladší než jejich současníci a cítí se lépe zdravotně, i když objektivně k tomu často nejsou důvody.*“⁷⁰

4.2 Historie U3V

Již v období středověku byly klasickými rolmi univerzit, které jsou považovány za vrchol vzdělávání, výchova profesních odborníků a vědecký výzkum. V období poloviny 20. století se těmito dvěma základními rolmi přidává třetí, a to služba veřejnosti. Univerzity se začaly zaměřovat nejen na mladé lidi, ale i na další věkové kategorie. Službu veřejnosti tak lze chápat jako snahu o zlepšení morální, etické a kulturní úrovně společnosti a to přes zvýšení obecné úrovně vzdělanosti až po zvládnutí moderních technologií. Jednou z možností těchto vyjmenovaných aktivit se staly rozličné formy vzdělávání, které se později uskutečňovaly na vysokých školách nebo univerzitách a které si vytyčily dva hlavní cíle, a to vzdělávání a zlepšení kvality života seniorů.

⁶⁸ BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání-výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. s. 24

⁶⁹ PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2001. s. 265

⁷⁰ HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. s. 665

Vznik Univerzit třetího věku je spjat se jménem prof. Pierre Vellas. Pojem „Univerzita třetího věku“ poprvé použil prof. Vellas v roce 1973 na Fakultě práva a ekonomie Univerzity sociálních věd ve francouzském Toulous.⁷¹ Úlohy seniorského vzdělávání spatřoval v kontinuálním vzdělávání jako příspěvku ke zlepšení veřejného zdraví, a zejména ve výchově a vzdělávání těch, kdo pracují v sociálních službách, ve zdravotnictví a kteří se profesně zabývají seniorskou populací. Další úkol spatřoval ve výzkumu právní, psychologické, sociální, hospodářské a zdravotní problematiky seniorů.

V čase svého vzniku, představovaly Univerzity třetího věku symbol aktivního, nového, cílevědomého a informovaného přístupu seniora k životu. Životu, ve kterém se vzdělávání stává jednou z možností vytvářet nové oblasti zájmu, kontaktů, aktivit, rozvoje a udržování kvality života.

Seniorské vzdělávání se v průběhu let specializovalo. Na některých univerzitách a vysokých školách se začaly vyučovat obory, jako jsou geragogika nebo gerontagogika, které se zaměřují na vzdělávání osob v seniorském věku.

Paradigmatem U3V je doplňovat vzdělání, podporovat rozvoj osobnosti i ve vyšším věku, udržet integraci co nejvyššího počtu stárnoucích osob do moderní společnosti, rozvíjet jejich aktivity. Všechny tyto prvky pak vzájemně propojovat a doplňovat.⁷²

Vzdělávání na Univerzitách třetího věku ve vybraných zemích

Francie – jak jsem již uvedla, U3V vznikly ve Francii v roce 1973 na Univerzitě sociálních věd v Toulous. Prof. Vellase k založení U3V inspirovaly zkušenosti s prázdninovým kurzem, které pro seniory univerzita pořádala. Tyto zkušenosti popsal ve své monografii „L'Université du troisième âge“.⁷³ Kurzy i kniha měly mimořádný úspěch a rychle se idea U3V rozšířila na další univerzity nejen ve Francii, ale také do Belgie, Polska, Itálie, Španělska. Následovaly univerzity v Kanadě, USA, Británii, Německu, Africe i Asii.

⁷¹ ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. s 12

⁷² PACOVSKÝ, V. *Dvacetileté zkušenosti I. LF UK v Praze*. In *Univerzita třetího věku: historie, současnost a perspektivy dalšího rozvoje: sborník příspěvků z konference konané u příležitosti 20. Výročí založení Univerzity třetího věku na MU 6.-7. dubna 2010 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita, 2010. s. 127

⁷³ ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. s 15

U3V ve Francii vznikly ve Francii jako reakce na generační konflikt, který se na vysokých školách vyhrotil na konci 60. let.⁷⁴ Nabízely nejen vzdělání seniorům ale i možnost pedagogicky působit penzionovaným pedagogům.

V roce 1975 vznikla ve Francii **AIUTA**, Association Internationale des Universités du troisième âge. V roce 1981 sdružovala 170 členských zemí. Aktuální stav lze zjistit na webových stránkách www.aiu3a.com. Prezidentem AIUTA byl v lednu 2011 zvolen François Vellas, syn Pierra Vellese.

Rakousko – zde vzdělávání seniorů probíhá tak, že senioři zasedají do lavic společně se studenty řádného denního studia a také mají možnost s nimi skládat řádné zkoušky. Pokud by se jim to podařilo, mohou získat odpovídající vysokoškolskou kvalifikaci. Této možnosti však většina nevyužívá a studují jen pro radost. Nejvíce studentů z řad seniorů mají v Grazu, ve Vídni nebo Innsbrucku.

Velká Británie – zde funguje národní organizace TAT (The Third Age Trust), která sdružuje Univerzity třetího věku. Jednotlivé U3V jsou spolky, kluby seniorů, kteří již nepracují na plný úvazek ale i nadále chtějí studovat se stejně starými lidmi. Kurzy U3V však organizují i věhlasné univerzity jako jsou Oxford nebo Cambridge. Přednášky jsou organizovány s prohlídkami muzeí, galeriemi a toto vzdělávání nemá sloužit k získání kvalifikace.

Historie Univerzit třetího věku v České republice

Na území ČR vznikají U3V v druhé polovině osmdesátých let. Historie univerzitního vzdělávání seniorů v ČR se začíná psát v Olomouci. U3V v Olomouci zahájila svou činnost 23. 10. 1986. Její vznik je úzce spojen s Československou gerontologickou společností a obsahové zaměření kurzů je orientováno především na problematiku zdraví a její prevenci.

Další univerzitou, na které Univerzita třetího věku vznikla, byla Univerzita Karlova v Praze. První ročník byl zahájen v říjnu 1987 na 1. Lékařské fakultě (dříve Fakultě všeobecného lékařství).

⁷⁴ MÜHLPACHR, P. *Univerzity třetího věku jako forma socioedukativní intervence u seniorů*, Pedagogika 2002, s. 45

Asociace Univerzit třetího věku

U3V, které jsou zakládány na vysokých školách a univerzitách, fungují zpočátku samostatně. Neexistovala pro ně žádná sdružení nebo organizace, která by jejich činnost koordinovala a v jejichž rámci by bylo možné pořádat diskuse, které se seniorského vzdělávání týkají.

Rok 1993 byl vyhlášen jako Evropský rok starších lidí a solidarity mezi generacemi, jako pocta ke dvacátému výročí založení první U3V v Toulouse. Česká republika v návaznosti na tuto událost, začala na úrovni MŠMT iniciovat vznik dalších U3V na území ČR a navázání spolupráce se zahraničními U3V. Bylo zřejmé, že U3V je nutno sjednotit pod jednu organizaci. Ustavující shromáždění Asociace univerzit třetího věku se konalo 9. 6. 1993 v Praze, za přítomnosti 36 zástupců vysokých škol a fakult.⁷⁵ Byly schváleny Stanovy Asociace Univerzit třetího věku (AU3V), sestaven výbor, který byl pověřen jednání o členství v AIUTA (Mezinárodní organizaci univerzit třetího věku). Členem AIUTA se stala ČR v roce 1993 a v roce 1994 členem sdružení EFOS (Evropská federace studentů seniorů).

Mezi hlavní činnosti AU3V patří koordinace činností U3V ČR, výměna informací, propagace v médiích, navazování styků s organizacemi s obdobným zaměřením na mezinárodní úrovni. Dalším úkolem Asociace je získávání finančních prostředků na podporu vzdělávání seniorů od Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) a Ministerstva práce a sociálních věcí (MPSV). 1. byl projekt Rozvoj, podpor a koordinace činnosti univerzit třetího věku na vysokých školách v ČR. V roce 1999 při příležitosti Mezinárodního roku seniorů, byla ustanovena vládní komise, která byla složena ze zástupců ministerstev sociálních věcí, zdravotnictví a školství. Tato komise připravila podklady pro vznik Národního programu přípravy na stárnutí a rozsáhlejší podporu vzdělávání seniorů z prostředků MPSV s humornou poznámkou, že pro státní rozpočet je lepší, když „senioři sedí v posluchárnách než v čekárně u lékaře.“⁷⁶

V současné době sdružuje Asociace Univerzit třetího věku 38 aktivních členů. Tito členové působí na 22 vysokých školách nebo univerzitách. Asociaci předsedá doc. Ing.

⁷⁵ ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. s 23

⁷⁶ ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. s 25

Pavel Máchal, CSc. Sídlo Asociace sídlí v prostorách rektorátu Vysokého učení technického v Brně. Informace o činnosti Asociace jsou dostupné na stránkách: <http://au3v.vutbr.cz/>.

Nejvýznamnější zakladatelé Univerzit třetího věku v České republice:⁷⁷

Doc. PhDr. Věra Bočková, CSc. – patří k zakladatelům andragogiky a je autorkou mnoha učebnic této disciplíny. Spolu s doc. Petřkovou se významně podílela na vzniku Univerzity třetího věku na univerzitě v Olomouci.

Prof. MUDr. Radomír Čihák, DrSc. – spolu s prof. Pacovským stál u zrodu Univerzity třetího věku na Univerzitě Karlově v Praze.

PhDr. Vilém Klega, CSc. – patří k zakladatelům andragogiky v Českých zemích. Ve svém výzkumu se orientoval na problematiku sebevýchovy, sebezvzdělávání dospělých, dějiny a vývoj vzdělávání dospělých a firemní vzdělávání.

Prof. MUDr. Vladimír Pacovský, DrSc. – pracoval na Univerzitě Karlově v Praze. Koncipoval a realizoval vysokoškolské vzdělávání sester jako první v Evropě. Působil jako děkan 1. lékařské fakulty na UK a z titulu této funkce se mu podařilo spolu s kolegy prosadit vznik založení U3V na této fakultě.

Doc. Ing. Anna Petřková, CSc. – ve své práci se věnovala psycholingvistice, psychologii učení. V roce 1986 stála u zrodu U3V v Olomouci.

Prof. RNDr. MUDr. Jaroslav Slípka, DrSc. – byl u zakládání U3V v českých zemích a jeho zásluhou vznikla tato univerzita na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Plzni.

Prof. MUDr. ThLic. Květoslav Šipr, CSc. – jeho přičiněním vznikla v roce 1983 první Akademie třetího věku v Přerově, přispěl ke vzniku U3V v Olomouci a v roce 1990 založil U3V na Masarykově univerzitě.

MUDr. Jaromír Vachutka, CSc. – jako představitel nejvyšších orgánů Československého červeného kříže se významně podílel na založení U3V v Olomouci.

⁷⁷ ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. s. 126

Virtuální Univerzita třetího věku

Univerzity třetího věku jsou v současnosti široké veřejnosti již dostatečně známé. Zájem o toto studium je velmi vysoký a stále roste. Problém je, že tento typ studia je vázán na sídlo vysoké školy. Spousta zájemců o tento typ studia však pochází z míst, kde vysoké školy nesídlí a oni z mnoha různých důvodů nemohou za výukou dojíždět.

A na tyto zájemce o studium Asociace U3V myslela a v roce 2007 byl zahájen projekt pod názvem „Virtuální U3V“ (VU3V), která umožňuje určitou formu výuky rozšířit i do neuniverzitních měst. Tato forma U3V vznikla z iniciativy Provozně ekonomické školy České zemědělské univerzity v Praze a Matematicko fyzikální fakulty UK v Praze.

Přednášky jsou pro frekventanty dostupné prostřednictvím Internetu, který je v současné době dostupný pro většinu domácností a počítačová gramotnost dnešních seniorů je již na dobré úrovni. Tato forma výuky však není jen virtuální. Výuka se odehrává také v takzvaných regionálních konzultačních střediscích, které mohou tvořit například knihovny, kulturní střediska nebo pobočky VŠ. Kurzy jsou jednosemestrální a základem je 6 videopřednášek. Na závěr kurzu píše posluchači závěrečný esej, který však není povinný. Posluchači, kteří s úspěchem ukončí šest semestrů, dostávají Osvědčení o absolvování tříletého programu U3V nazvaného „Svět okolo nás“. Do roku 2011 studovalo kurzy VU3V 761 posluchačů v 53 střediscích.⁷⁸

4.3 U3V na VUT v Brně

První běh Základního kurzu byl zahájen v říjnu 2000 se 128 posluchači. Přednášky se konaly v barokní hale Centra VUT v Brně.⁷⁹

Základní schéma bylo postaveno tak, že základ bude tvořit tříletý Základní kurz, který bude sestaven z hodinových přednášek, které budou probíhat jednou týdně po dobu 4 semestrů. Ve třetím ročníku pak budou kurzy rozčleněny do specializovaných kurzů, dle

⁷⁸ ŠOLC, M. *Virtuální Univerzita třetího věku*. In ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. Univerzity třetího věku na vysokých školách. Brno: AU3V, 2011. s. 114

⁷⁹ SHROMÁŽDILOVÁ, L., VAVŘÍN, P. Vysoké učení technické v Brně. In ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. s. 102

nabídky jednotlivých fakult VUT. Tento kurz byl otevřen v souladu s Dlouhodobým záměrem VUT a se Statutem VUT v Brně a bude otevírán každé dva roky.

V letošním roce bude na U3V na VUT v Brně otevřen tříletý základní kurz „Moderní technologie“ 2014-2017.⁸⁰ Cena tohoto kurzu činí 400,- Kč za semestr.

1. ročník je rozdělen do osmi tematických okruhů:

1. Moderní informační a komunikační technologie
2. Stavby století
3. Energetika minulosti, současnosti a zítřka
4. Architektonické a urbanistické dědictví českých zemí
5. Minulost a současnost letectví
6. Aplikace výpočetní techniky v inženýrství a architektuře
7. Vývoj a historie dopravy
8. Moderní design

2. ročník je rozdělen do sedmi tematických okruhů:

1. Digitální audiovizuální systémy, Počítačové vidění a grafika
2. Naše současné finanční, podnikatelské, burzovní a výrobní prostředí
3. Dopravní systémy, současnost a výhled
4. Dopravní systémy, současnost a výhled
5. Materiály včerejška, dneška a zítřka
6. Moderní bydlení, technika prostředí, trvale udržitelný rozvoj, výstavba bytů
7. Chemie a lidské zdraví

3. ročník bude probíhat na zvolených fakultách dle specializace:

1. Stavitelství, historie a současnost
2. Moderní multimediální elektronika
3. Jaderná energetika
4. Chemie v běžném životě
5. Ekonomika a management

⁸⁰ Univerzita třetího věku VUT v Brně. *Tříleté základní studium* [online]. [cit. 2014-10-02]. Dostupný z: <http://www.li.vutbr.cz/trilete-zakladni-studium-1383038325>

Aktuální nabídku kurzů na rok 2014/2015 tvoří: Významné osobnosti, České a moravské šlechtické rody, Komunikace a jiné. Úplná nabídka kurzů je zveřejněna na stránkách U3V VUT v Brně.⁸¹

Podmínka úspěšného zakončení studia je nejméně 60% účast na všech výukových programech. Závěr tříletého kurzu tvoří společná týmová prezentace. Po absolvování Základního kurzu je možnost navštěvovat další specializované kurzy na U3V VUT v Brně.

V roce 2002 byl zvolen předsedou AU3V prof. Ing. Petr Vavřín, DrSc., který v letech 1994 – 2000 zastával funkci rektora Vysokého učení technického v Brně. V současnosti je prof. Vavřín předsedou Rady U3V na VUT v Brně. V prostorách rektorátu Vysokého učení technického v Brně sídlí Asociace Univerzit třetího věku.

⁸¹ Univerzita třetího věku VUT v Brně. *Aktuální nabídka kurzů U3V* [online]. [cit. 2014-10-02]. Dostupný z: <http://www.lli.vutbr.cz/aktualni-nabidka-odbornych-kurzu-u3v-1380787894>

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 METODOLOGIE A OGRANIZACE VÝZKUMU

5.1 Cíle práce

Cílem diplomové práce bylo zjistit, jaká je motivace senaiorů navštěvovat Univerzity třetího věku a jakou má tato forma celoživotního vzdělávání dopad na zvýšení kvality jich života.

Cílem teoretické části diplomové práce bylo z odborné literatury vymezit seniory, jako specifickou sociální skupinu. Definovat stáří v oblasti sociální, psychologické i fyzické. Dále se zabývat kvalitou života seniorů a s tím spojený vliv vzdělávání.

Cílem kvantitativního výzkumu v metodologické části bylo pak formou dotazníku zjistit, jak seniorům vyhovuje nabídka kurzů U3V, jak se zlepšila kvalita jejich života vlivem návštěv U3V a jaké navázali nové sociální vztahy díky studiu na U3V.

5.2 Formulace hypotéz

Při stanovení hypotéz jsem vycházela z výše uvedených cílů diplomové práce. Z nich vplynuly tyto hypotézy:

Hlavní hypotéza:

H : Univerzita třetího věku zvyšuje kvalitu života seniorů.

Vedlejší hypotézy:

H1: Seniorům, kteří navštěvují U3V na VUT v Brně, vyhovuje nabídka jejich kurzů.

(otázka č. 1, 2)

H2: Senioři, kteří navštěvují U3V na VUT v Brně mají pocit seberealizace.

(otázka č. 3, 4)

H3: Senioři získali díky návštěvám kurzů U3V na VUT v Brně nové přátele.

(otázka č. 5, 6, 7)

H4: Senioři získali díky návštěvám kurzů U3V znalosti z jiných oborů, než kterým se věnovali v aktivním profesním životě.

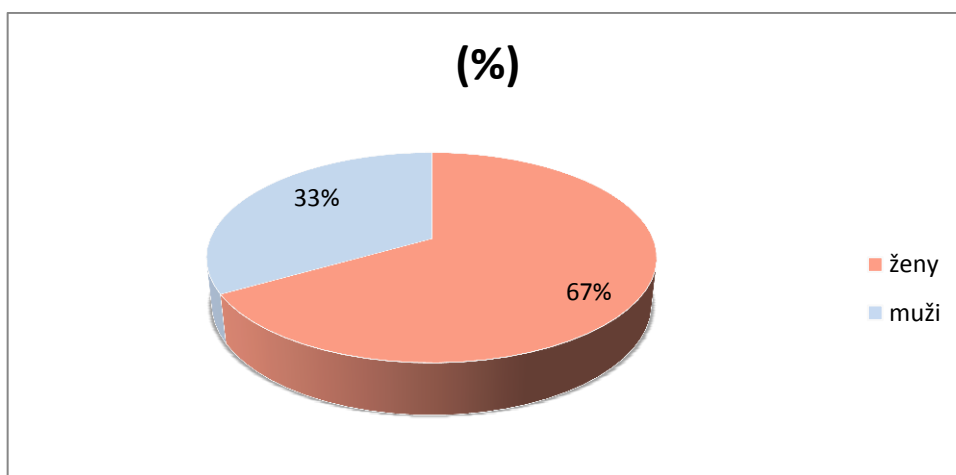
(otázka č. 8, 9, 10, 11)

5.3 Charakteristika výzkumného vzorku a použité metody

Výzkum byl prováděn na Fakultě stavební Vysokého učení technického v Brně. Výzkumný soubor byl tvořen dostupným výběrem mezi účastníky kurzů Univerzity třetího věku. Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 48 posluchačů U3V, z toho 32 žen a 16 mužů.

Tab. č. 1: Charakteristika výzkumného vzorku dle pohlaví

	Ženy	Muži	Posluchači celkem
N	32	16	48
(%)	66,7	33,3	100



Graf č. 1: Charakteristika výzkumného vzorku dle polaví

Diplomová práce byla zpracována pomocí kvantitativní výzkumné metody, prostřednictvím dotazníkového šetření. Dotazník (viz příloha č. 1) obsahoval 11 otázek, které byly uzavřené. Administrace dotazníků byla provedena během výuky, za přítomnosti a souhlasu vyučujícího. Posluchačům U3V jsem se představila, vysvětlila důvod narušení jejich výuky a požádala jsem je o vyplnění dotazníků. Účastníci kurzů U3V byli ujištěni o anonymitě svých výpovědí i o tom, že výsledky budou použity pouze pro potřebu diplomové práce. Měli rovněž možnost se doptávat, pokud nějaké otázky zcela nerozuměli. Dotazník byl rozdán 48 posluchačům; všichni posluchači ho vrátili vyplněný.

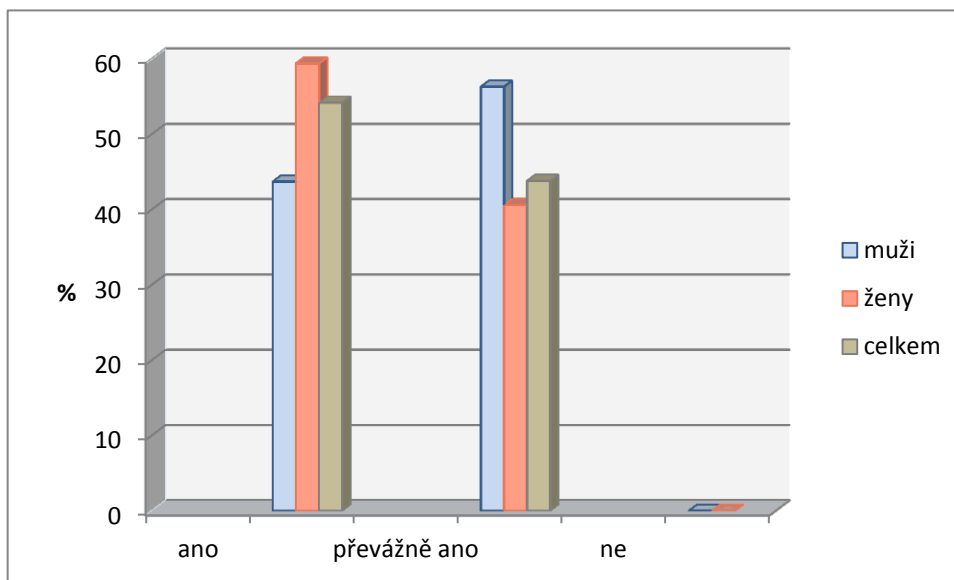
5.4 Prezentace výsledků a jejich interpretace

H1: Seniorům, kteří navštěvují U3V na VUT v Brně, vyhovuje nabídka jejich kurzů.

Otázka č. 1: Splnila nabídka kurzů U3V Vaše očekávání?

Tab. č. 2: Splnila nabídka kurzů U3V Vaše očekávání?

	Ano		Převážně ano		Ne	
	N	%	N	%	Ne	%
Muži	7	43,7	9	56,3	0	0
Ženy	19	59,4	13	40,6	0	0
Posluchači celkem	26	54,2	22	45,8	0	0



Graf č. 2: Splnila nabídka kurzů U3V Vaše očekávání?

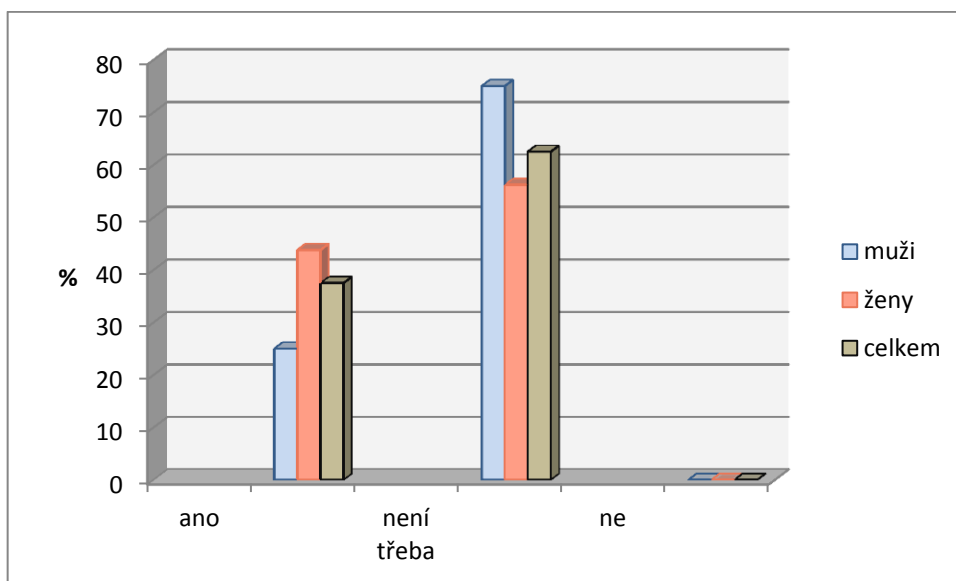
Z Tab. č. 2 a Grafu č. 2 vyplývá, že z celkového počtu 48 posluchačů, pro 26 posluchačů (54,2%) splnila nabídka jejich očekávání, pro 21 (43,8%) posluchačů převážně splnila nabídka kurzů očekávání.

Z celkového počtu 16 mužů splnila nabídka kurzů očekávání u 7(43,7%) posluchačů a u 9 (56,3%) splnila nabídka kurzů očekávání převážně. Z celkového počet 32 žen nabídka kurzů splnila očekávání u 19 (59,4%) z nich a převážně splnila o čekávání u 13 (10,6%) žen.

Otázka č. 2: Přáli byste si pestřejší nabídku kurzů U3V?

Tab. č. 3 Přáli byste si pestřejší nabídku kurzů U3V?

	Ano		Není třeba		Ne	
	N	%	n	%	N	%
Muži	4	25	12	75	0	0
Ženy	14	43,8	18	56,2	0	0
Posluchači celkem	18	37,5	30	62,5	0	0



Graf č. 3: Přáli byste si pestřejší nabídku kurzů U3V?

Tab. č. 3 a Graf č. 3 nám říká, že z celkového počtu 48 posluchačů celých 18 (37,5%) by si přálo pestřejší nabídku kurzů a 30 (62,5%) posluchačů považuje nabídku kurzů za dostačující.

Z celkového počtu 16 mužů pouze 4 (25%) by si přáli pestřejší nabídku ale většina, tedy 12 (75%) je s nabídkou kurzů spokojena.

Z celkového počtu 32 žen, by 18 (37,5%) chtělo nabídku rozšířit, ale pro 30 (62,5%) posluchaček je nabídka kurzů dostatečně pestrá.

Z uvedených Tab. č. 2, 3 a Grafů č. 2, 3 vyplývá, že pro většinu posluchačů splnila nabídka kurzů U3V jejich očekávání a nabídka kurzů U3V pro většinu z nich byla dostatečně pestrá. Z celkového počtu 48 posluchačů splnila nabídka kurzů očekávání 26 (54,2%) studentům a pro 30 (62,5%) posluchačů je nabídka dostatečně pestrá.

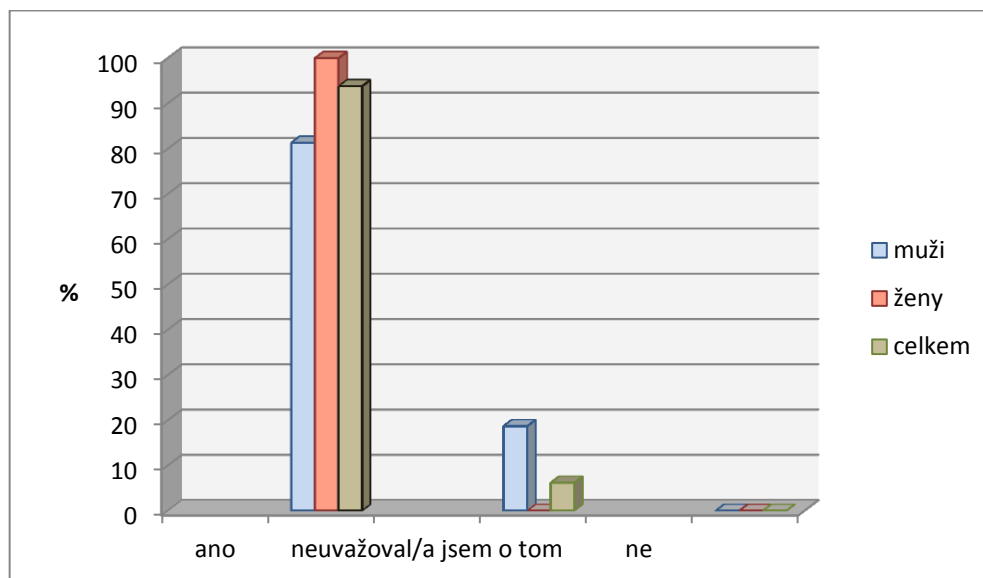
Údaje, které nám dává Tab. č. 2, 3 a zobrazené Grafy č. 2, 3 nám říkají, že **hypotéza č. 1 se potvrdila.**

H2: Senioři, kteří navštěvují U3V na VUT v Brně mají pocit seberealizace.

Otázka č. 3: Hlásili jste se na U3V s cílem zvýšení aktivity ve svém životě?

Tab. č. 4 Hlásili jste se na U3V s cílem zvýšení aktivity ve svém životě?

	Ano		Neuvažoval/a jsem o tom		Ne	
	N	%	N	%	N	%
Muži	13	81,3	3	18,7	0	0
Ženy	32	100	0	0	0	0
Posluchači celkem	45	93,8	3	6,2	0	0



Graf č. 4 Hlásili jste se na U3V s cílem zvýšení aktivity ve svém životě?

Z Tabulky č. 4 a Grafu č. 4 může vyčíst, že z celkového počtu 48 posluchačů, 45 studentů (93,8) se hlásilo na U3V s cílem zvýšit aktivitu svého života.

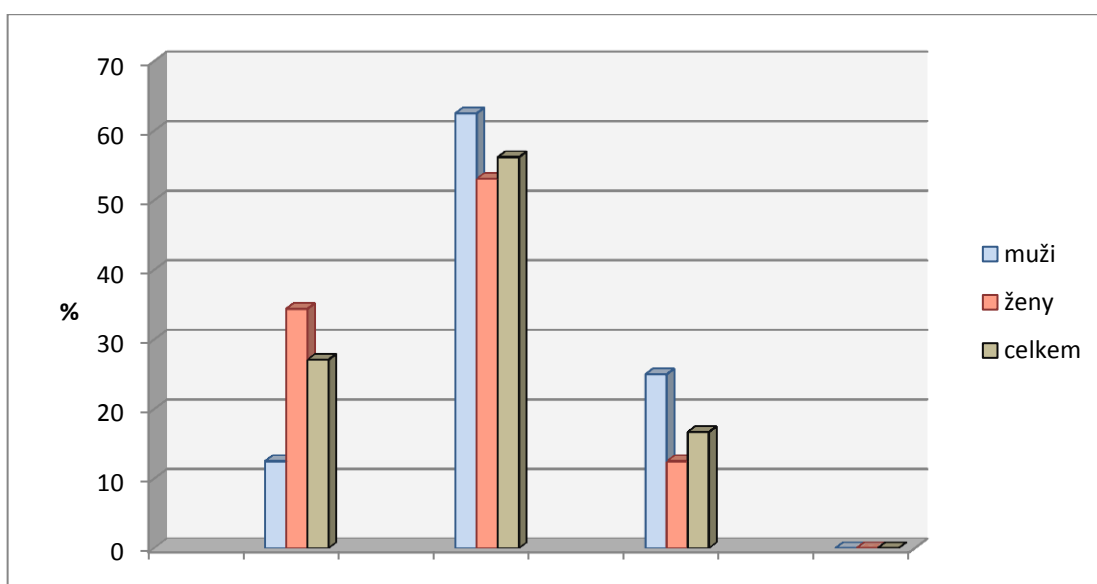
Z Tabulek č. 4 a Grafu č. 4 také lze vyčíst, že z celkového počtu 16 mužů, pouze 3 (18,7%) o tom neuvažovali.

Tabulka č. 4 a Grafu č. 4 nám také říkají, že všechny ženy se hlásily na U3V za účelem zvýšit aktivitu svého života.

Otázka č. 4: Máte při navštěvování kurzů U3V pocit seberealizace?

Tab. č. 5 Máte při navštěvování kurzů U3V pocit seberealizace?

	Ano		Většinou ano		Někdy ne		Ne	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Muži	2	12,5	10	62,5	4	25	0	0
Ženy	11	34,4	17	53,1	4	12,5	0	0
Posluchači celkem	13	27,1	27	56,2	8	16,7	0	0



Graf č. 5 Máte při navštěvování kurzů U3V pocit seberealizace?

Tabulka č. 5 a Graf č. 5 nám podávají informaci o tom, že většina mužů (75%) má pocit seberealizace navštěvováním kurzů U3V. Tento pocit má i většina oslovených žen (58,3%).

Z Tabulek č. 4, 5 a Grafů č. 4, 5 lze také odvodit, že celkem 45 posluchačů (93,8%) se hlásilo na U3V s cílem zvýšit aktivitu svého života a také, že většina posluchačů, což je 40 (83,3%) má pocit seberealizace.

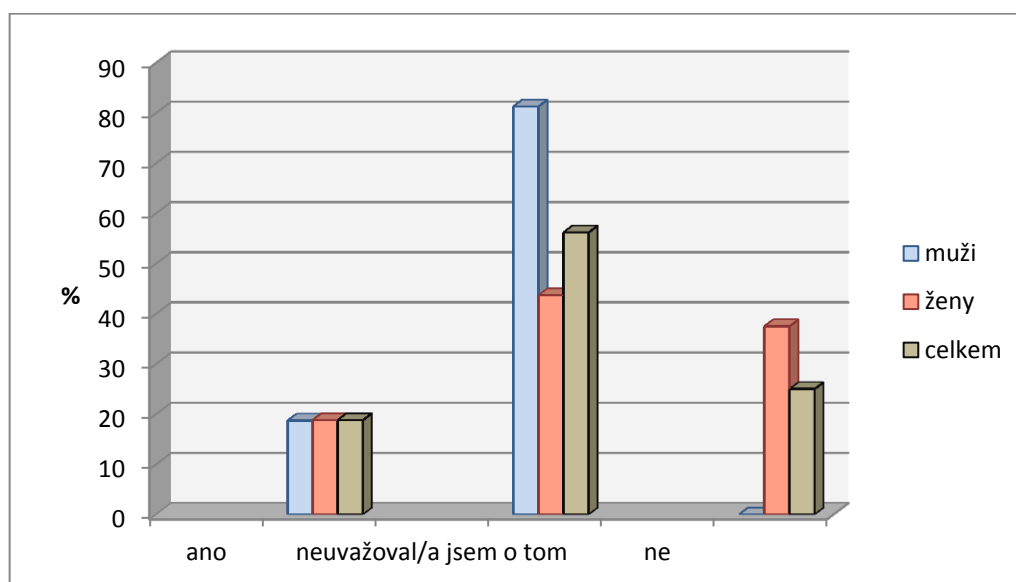
Tyto údaje nám říkají, že **hypotéza č. 2 se potvrdila.**

H3: Senioři získali díky navštěvám kurzů U3V na VUT v Brně nové přátele.

Otázka č. 5: Hlásili jste se na U3V s cílem získat nové přátele?

Tab. č. 6 Hlásili jste se na U3V s cílem získat nové přátele?

	Ano		Neuvažoval/a jsem o tom		Ne	
	N	%	N	%	N	%
Muži	3	18,7	13	81,3	0	0
Ženy	6	18,8	14	43,7	12	37,5
Posluchači celkem	9	18,8	27	56,2	12	25



Graf č. 6 Hlásili jste se na U3V s cílem získat nové přátele?

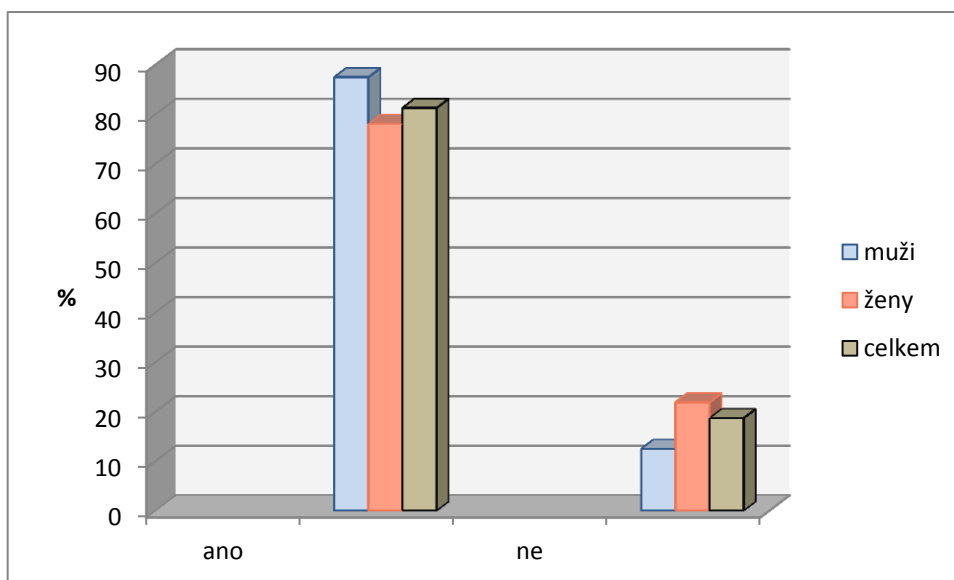
Z Tabulky a Grafu č. 6 je zcela zřetelně vidět, že pouze 9 studentům (18,8 %) doufalo, že se na kurzech U3V seznámí s novými přáteli. Naprostá většina všech posluchačů 56,2% neuvažovalo o možnosti, že by jim účast na kurzech U3V přinesla nová přátelství.

Z celkového počtu 32 žen, jich 12 (37%) vůbec nepočítalo s tím, že se na kurzech U3V spřátelí.

Otázka č. 6: Získali jste nové přátele v kurzech U3V?

Tab. č. 7 Získali jste nové přátele v kurzech U3V?

	Ano		Ne	
	N	%	N	%
Muži	14	87,5	2	12,5
Ženy	25	78,1	7	21,9
Posluchači celkem	39	81,3	9	18,7



Graf č. 7 Získali jste nové přátele v kurzech U3V?

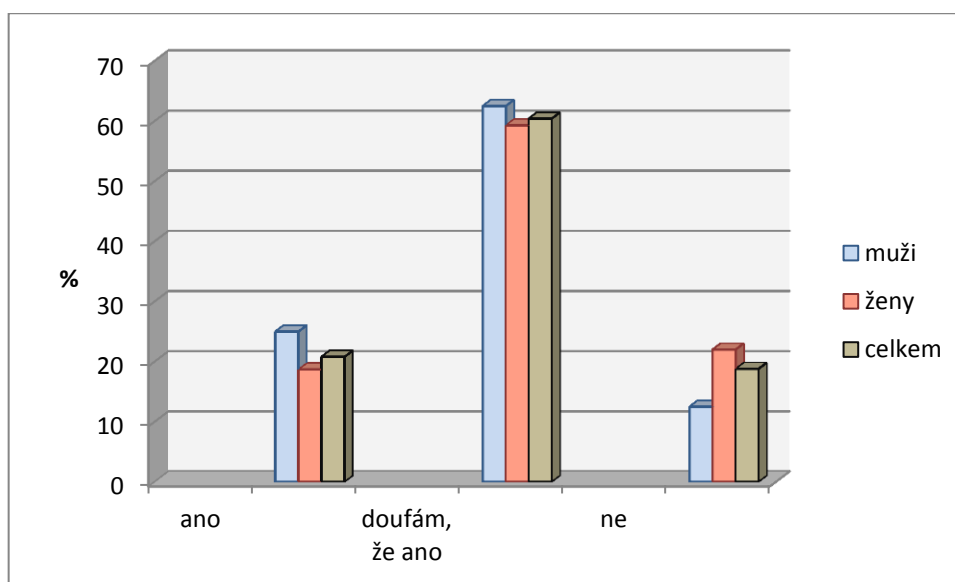
Z Tabulky č. 7 a Grafu č. 7 může zjistit, že drtivá většina posluchačů (81,3%) mělo to štěstí a získalo díky účasti na kurzech U3V nové přátele.

Z celkového počtu 32 žen si našlo nové přátele 25 (78,1%) žen a z celkového počtu 16 si nové přátele našlo také 14 (87,5%) mužů. Toto štěstí nemělo pouze 18,7% posluchačů.

Otázka č. 7: Plánujete další setkávání s novými přáteli z U3V i mimo kurzy nebo po jejich skončení?

Tab. č. 8 Plánujete další setkávání s novými přáteli z U3V i mimo kurzy nebo po jejich skončení?

	Ano		Doufám, že ano		Ne	
	N	%	N	%	Ne	%
Muži	4	25	10	62,5	2	12,5
Ženy	6	18,7	19	59,3	7	22
Posluchači celkem	10	20,8	29	60,4	9	18,8



Graf č. 8 Plánujete další setkávání s novými přáteli z U3V i mimo kurzy nebo po jejich skončení?

Z Tabulky a Grafu č. 8 je zcela zřetelně vidět, že pouze 9 (18,8%) účastníků kurzů U3V neplánuje žádná setkávání s ostatními posluchači po ukončení kurzů. Naopak 29 (60,4%) posluchačů v to doufá a 10 (20,8%) je o tom přesvědčeno a počítá s tím.

Tabulky č. 5, 6, 7 a Grafy č. 5, 6 a 7 nám říkají, že ač většina posluchačů (81,2%) neplánovala najít v kurzech U3V nová přátelství, většině z nich (81,3%) se to podařilo a 81,2% doufá, anebo je o tom přesvědčeno, že se budou s novými přáteli stýkat i po skončení kurzů.

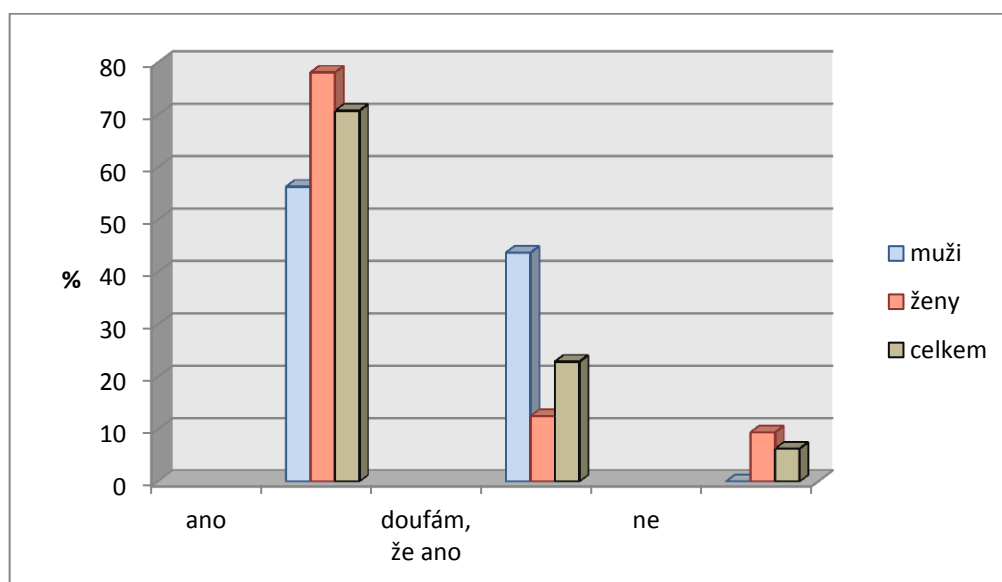
Z Tabulek a Grafů č. 5, 6, 7 vyplývá, že pro posluchače U3V je přátelství velmi důležité - **hypotéza č. 3 se potvrdila.**

H4: Senioři získali díky návštěvám kurzů U3V znalosti z jiných oborů, než kterým se věnovali v aktivním profesním životě.

Otázka č. 8: Hlásili jste se na U3V s cílem získat znalosti z jiných oborů, než kterému jste se věnovali v profesním životě?

Tab. č. 9 Hlásili jste se na U3V s cílem získat znalosti z jiných oborů, než kterému jste se věnovali v profesním životě?

	Ano		Doufám, že ano		Ne	
	N	%	N	%	Ne	%
Muži	9	56,3	7	43,7	0	0
Ženy	25	78,1	4	12,5	3	9,4
Posluchači celkem	34	70,8	11	22,9	3	6,3



Graf č. 9 Hlásili jste se na U3V s cílem získat znalosti z jiných oborů, než kterému jste se věnovali v profesním životě?

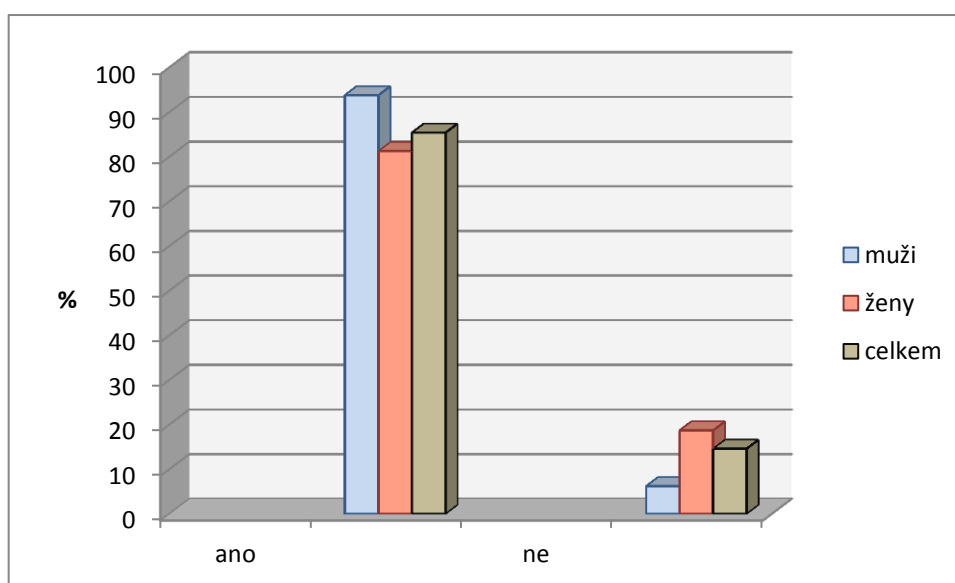
Tabulka č. 9 a Graf č. 9 nám podávají informaci o tom, že 34 (70,8%) posluchačů kurzů U3V se hlásilo do kurzů již s úmyslem získat nové znalosti z jiných oborů, než kterému se věnovali v profesním životě.

Z celkového počtu 32 žen tento úmysl mělo celkem 25 žen (78,1%), u mužů byl procentní podíl menší, s tímto úmyslem začalo studovat pouze 56,3%. 3 ženy (9,4%) tento úmysl nemělo vůbec.

Otázka č. 9 : Získali jste v kurzech U3V znalosti z jiných oborů, než kterým jste se věnovali?

Tab. č. 10 Získali jste v kurzech U3V znalosti z jiných oborů, než kterým jste se věnovali?

	Ano		Ne	
	N	%	N	%
Muži	15	93,8	1	6,2
Ženy	26	81,3	6	18,7
Posluchači celkem	41	85,4	7	14,6



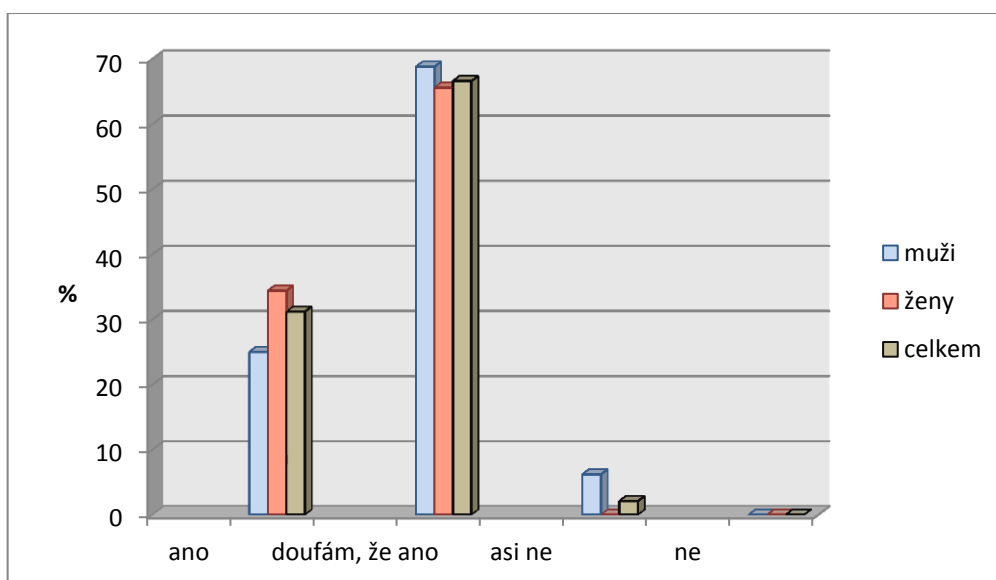
Graf č. 10 Získali jste v kurzech U3V znalosti z jiných oborů, než kterým jste se věnovali?

Tabulka č. 10 a Graf č. 10 zaznamenávají počet 41 posluchačů (85,4%), kteří jsou přesvědčeni, že v kurzech U3V získali znalosti i z jiných oborů, než kterým se věnovali ve svém profesním životě. U mužů je o tom přesvědčeno drtivých 93,8%. Toto přesvědčení nesdílí pouhých 7 (14,6%) účastníků kurzu.

Otázka č. 10: Budete v budoucnu využívat znalostí z jiných oborů, které jste získali na U3V?

Tab. č. 11 Budete v budoucnu využívat znalosti z jiných oborů, které jste získali na U3V?

	Ano		Doufám, že ano		Asi ne		Ne	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Muži	4	25	11	68,8	1	6,2	0	0
Ženy	11	34,4	21	65,6	0	0	0	0
Posluchači celkem	15	31,2	32	66,6	1	2,1	0	0



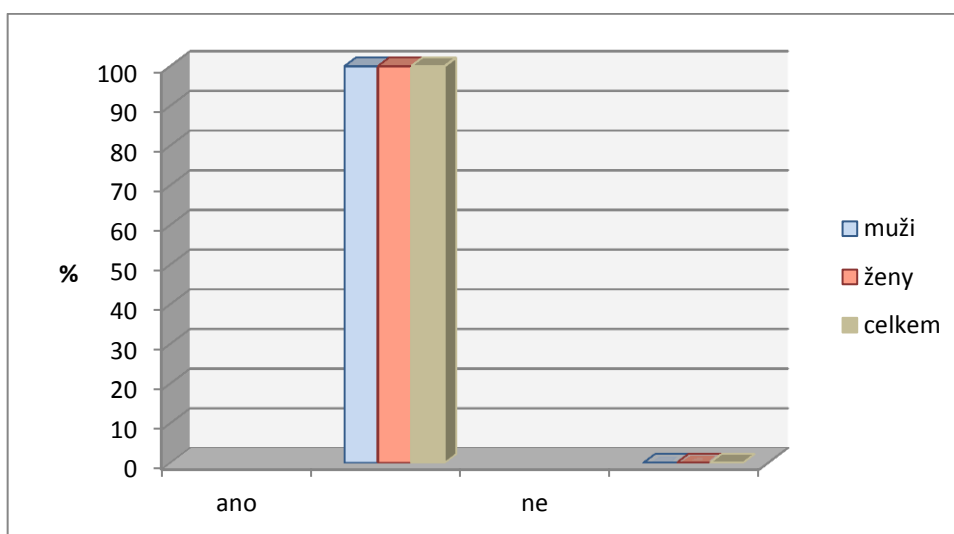
Tab. č. 11 Budete v budoucnu využívat znalosti z jiných oborů, které jste získali na U3V?

Tabulka č. 11 a Graf č. 11 obsahují data, která říkají, že celých 47 (97,8%) posluchačů kurzů U3V je přesvědčeno nebo doufá, že bude mít možnost využít v životě znalosti, které získali v kurzech. Pouze 1 muž (2,1%) je přesvědčen, že tyto nové znalosti nevyužije. Ženy naopak jsou optimistky, ve využití kurzů věří nebo v ně doufá celých 100%.

Otázka č. 11: Začali jste se zajímat o přednášené obory na U3V nad rámec výuky?

Tab. č. 12 začali jste se zajímat o přednášené obory na U3V nad rámec výuky?

	Ano		Ne	
	N	%	N	%
Muži	16	100	0	0
Ženy	32	100	0	0
Posluchači celkem	48	100	0	0



Graf č. 12 začali jste se zajímat o přednášené obory na U3V nad rámec výuky?

Tabulka č. 12 a Graf č. 12 je jednoznačný. Všichni muži i všechny ženy potvrdili, že o přednášené obory v kurzech U3V se začali zajímat i nad rámec výuky. Svědčí to zřejmě o jejich dobrém výběru kurzů a zřejmě i schopnostech lektora, zaujmout přednášeným oborem.

Tabulky č. 9, 10, 11, 12 a Grafy č. 9, 10, 11, 12 nám jasně ukazují, že 34 (70,8%) posluchačů kurzů U3V se hlásilo do kurzů již s úmyslem získat nové znalosti z jiných oborů, než kterému se věnovali v profesním životě. 41 posluchačů (85,4%), jsou přesvědčeni, že v kurzech U3V získali znalosti i z jiných oborů, než kterým se věnovali ve svém profesním životě. Naprostá většina, (97,8%) posluchačů kurzů U3V je přesvědčeno nebo doufá, že bude mít možnost využít v životě znalosti, které získali v kurzech. Plných 100% účastníků kurzu potvrdilo svůj zájem o zvolený obor i nad rámec výuky.

Tyto výsledky říkají, že **hypotéza č. 4 se potvrdila**. Na základě těchto dílčí potvrzených hypotéz můžeme říci, že i **hlavní hypotéza byla potvrzena: Univerzita třetího věku zvyšuje kvalitu života seniorů**.

ZÁVĚR

Ve své diplomové práci jsem se zabývala úlohou Univerzity třetího věku, jako jednou z možností aktivizace seniorů. Současná společnost je tvořena z velké část seniory, kteří stále mají chuť a schopnosti trávit svůj život aktivním způsobem. Vyhledávají různé možnosti trávení volného času, anebo hledají aktivity, které by jejich život naplnil, obohatil jej a zkvalitnil. Seniorské vzdělávání je pro tyto aktivní seniory ideální volbou. Zejména Univerzita třetího věku poskytuje kvalitní formu vzdělávání i způsob navazování nových sociálních kontaktů. Důkazem toho, že zájem z řad seniorů je o tento typ trávení volného času značný, je vysoký počet členů Asociace univerzit třetího věku v České republice. V současnosti působí U3V na 22 vysokých školách nebo univerzitách a zájem z řad seniorské veřejnosti převyšuje počet nabízených míst v kurzech.

Diplomová práce je rozdělena na dvě části, na část teoretickou a část praktickou. Teoretická část je rozdělena do čtyř kapitol. První kapitola se zabývá definováním takových základních pojmů, jako je stáří, senior a zabývá se psychickými, biologickými a sociálními aspekty stárnutí. Druhá kapitola je zaměřena na definování kvality života seniorů, snahu pojmenovat a určit faktory životní spokojenosti seniorů a pojmenovat koncept kvalitního stárnutí. Problematice vzdělávání seniorů se věnuje třetí kapitola. Seznamuje s různými formami vzdělávání a uvádí dokumenty, které vzdělávání seniorů legislativně upravují. Poslední, čtvrtá kapitola teoretické části diplomové práce, je věnována Univerzitě třetího věku, její definici a historii jejího vzniku. Poslední podkapitola seznamuje s Univerzitou třetího věku, která funguje na Vysokém učení technickém v Brně.

V empirické části diplomové práce je popsán kvantitativní výzkum. Nejprve se seznamuji s cílem diplomové práce, formuluji hypotézy a uvádím charakteristiku výzkumného vzorku a použitou metodu. Za metodu techniky sběru dat byl zvolen dotazník. Následuje prezentace výsledků a jejich interpretace. Dotazníkové šetření probíhalo na kurzech, které pořádala Univerzita třetího věku Vysokého učení technického v Brně. Jednalo se o kurzy, které zabezpečuje Fakulta stavební VUT v Brně.

Výsledky tohoto dotazníkového výzkumu ukázaly, že seniorům, kteří navštěvují U3V na VUT v Brně plně nabídka kurzů vyhovuje a mají při jejich návštěvách pocit sebe-realizace. Také nám potvrdily, že účastníci kurzů U3V na VUT v Brně si zde našli nové přátele a získali díky této formě vzdělávání znalosti i z jiných oborů, než kterým se věnovali ve svém profesním životě.

Při návštěvách v jednotlivých kurzech jsem si rovněž uvědomila, jak důležitá je role lektora. Vzdělávání seniorů je totiž velmi náročné. Dobrý lektor ve vzdělávání seniorů musí akceptovat seniory jako rovnocenné účastníky vzdělávacího procesu, mít k nim respekt, umět pozorně naslouchat, mít velmi dobré komunikační schopnosti, odolnost vůči zátěži, toleranci vůči odlišnostem (rozdíl ve vzdělání, zdravotní stav) a velkou míru empatie a vřelosti.

Vzdělávání na Univerzitách třetího věku se postupem doby vyvíjí. Obsahové zaměření kurzů se z původních zdravotnědých doplnilo o humanitní, přírodovědné a umělecké. V posledních letech se zapojují i obory technické a to zejména kurzy zaměřené na zvládnutí informačních a komunikačních technologií. S měnící se dobou se mění i požadavky a osobnosti seniorů. Dnešní senior je aktivní, vyhledává takové způsoby trávení volného času, které mu přinášejí nejen pocit seberealizace, nové informace a vědomosti, ale i nové sociální kontakty. To vše je pro něj velmi důležité při celkové orientaci ve společnosti.

Věřme, že vzdělávání seniorů formou Univerzit třetího věku, se bude i nadále rozvíjet a že má před sebou bohatou budoucnost.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] ADAMEC, P., KRYŠTOF, D. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: AU3V, 2011. 135 s. ISBN 978-80-210-5640-4.
- [2] BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání – výzva nebo povinnost?* Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. 29 s. ISBN 80-244-0155-X.
- [3] BOČKOVÁ, V. *Úvod do vzdělávání dospělých*. Olomouc: Univerzita Palackého, 1983. 108 s.
- [4] ČORNANIČOVÁ, R. *Funkcie výchovy a vzdelávania seniorov*. Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory. Sborník příspěvků z odborného semináře se za-hraniční účastí. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. 85 s. ISBN 80-7067-824-0.
- [5] BOČKOVÁ, V., PETŘKOVÁ, A. *Univerzita 3. věku jako specifická forma vzdělávání dospělých*. Sborník příspěvků z odborného semináře se za-hraniční účastí. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. 85 s. ISBN 80-7067-824-0.
- [6] HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. 774 s. ISBN 80-7178-303-X.
- [7] HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 194 s. ISBN 978-80-7262-900-8.
- [8] HOLMEROVÁ, I., JURAŠKOVÁ B., ZIKMUNDOVÁ, K. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. 3., přeprac. a dopl. vyd. Praha: EV public relations, 2007, 143 s. ISBN 978-80-254-0179-8.
- [9] LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, 1998. 343 s. ISBN 80-7169 -195-XM.
- [10] MÜHLPACHR, P., BARGEL, M. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: IMS Brno, 2011. 146 s. ISBN 978-80-87182-21-5
- [11] MÜHLPACHR, P. *Andragogika*. Brno: IMS, 2010. 36 s.
- [12] MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. 203 s. ISBN 978-80-210-5029-7
- [13] MÜHLPACHR, P. *Základy gerontologie*. Brno: MSD, s.r.o., 2008. 203 s. ISBN 978-80-7392-072-2
- [14] MÜHLPACHR, P. *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005, 314 s. ISBN 80-210-3838-1.
- [15] MÜHLPACHR, P. *Univerzity třetího věku jako forma socioedukativní intervence u seniorů*, Pedagogika 2002.
- [16] NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 2009. 620 s. ISBN 978-80-200-1680-5
- [17] NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. Praha: Academia, 1996. 270 s. ISBN 80-200-0592-7

- [18] NAKONEČNÝ, M. *Lexikon psychologie*. Praha: Vodnář, 1995. 398 s. ISBN 80-85255-74-X.
- [19] PALÁN, Z. *Celoživotní učení*. In: Kalous, J., Veselý, A.: *Vybrané problémy vzdělávací politiky*. Praha: Karolinum, 2006. 159 s. ISBN 80-246-1259-3
- [20] PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2001. 322 s. ISBN 80-7178-579-2.
- [21] PŘÍHODA, V. I. *Ortogeneze lidské psychiky I*. Praha: SPN, 1974. 495 s.
- [22] ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. 390 s. ISBN 8071788295.
- [23] SCHMIDT, H. *Proč starší lidé studují? Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory*. Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. 85 s. ISBN 80-7067-824-0.
- [24] STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. 319 s. ISBN 80-7178-274-2.
- [25] ŠIMÍČKOVÁ ČÍŽKOVÁ, J a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2003. 175 s. ISBN 80-244-0629-2
- [26] ŠVANCARA, J. *Psychologie stárnutí a stáří*. Praha: SPN, 1983. 111 s.
- [27] VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita, 2005. 143 s. ISBN 80-210-3754-7
- [28] VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha: Karolinum, 2010. 467 s. ISBN 978-80-246-1832-6
- [29] VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II*. Praha: Karolinum, 2008. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5
- [30] VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. Praha: Univerzita Karlova, 2007. 461 s. ISBN 978
- [31] VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0
- [32] VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2003. 262 s. ISBN 80-7178-274-2.
- [33] *Univerzita třetího věku: 20 let*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2012. 63 s. ISBN 978-80-261-0212-
- [34] *Univerzita třetího věku: historie, současnost a perspektivy dalšího rozvoje: sborník příspěvků z konference konané u příležitosti 20. Výročí založení Univerzity třetího věku na MU 6.-7. dubna 2010 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita, 2010. 183 s. ISBN 978-80-210-5158-4.
- [35] *Zdraví pro třetí věk. 1. vyd.* Čestlice: Rebo, 2006, 270 s. ISBN 80-7234-536-2.

Jiné zdroje:

- [36] MŠMT. *Zákon č. 11/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů*. [online]. [cit. 2014-02-02]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/zakon-c-111-1998-sb-o-vysokych-skolach-text-se-zpracovanymi>.
- [37] MŠMT. *Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy ČR*. [online]. [cit. 2014-03-02]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/ministerstvo/dlouhodoby-zamer-vzdelavani-a-rozvoje-vzdelavaci-soustavy-cr>.
- [38] MŠMT. *Bílá kniha- národní program rozvoje vzdělávání v české republice*. [online]. [cit. 2014-06-02]. Dostupné z: <http://aplikace.msmt.cz/pdf/bilakniha.pdf>.
- [39] Ministerstvo práce a sociálních věcí. *Národní koncepce rodinné politiky*. [online]. [cit. 2014-28-01]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/2125/koncepce_rodina.pdf.
- [40] Národní vzdělávací fond. *Memorandum o celoživotním učení*. [online]. [cit. 2014-03-02]. Dostupné z: <http://old.nvf.cz/archiv/memorandumúobsah.htm>.
- [41] Asociace U3V. *Dlouhodobý záměr seniorského vzdělávání na VŠ na období 2008-2015*. [online]. [cit. 2014-02-02]. Dostupné z: http://au3v.vutbr.cz/soubory/DZ_AU3V_CR.doc.
- [42] Media4u Magazine 1/9009. *Rozvoj ICT a jejich vliv na vysokoškolské vzdělávání na příkladu Univerzity Hradec Králové*. [online]. [cit. 2014-28-01]. Dostupné z: <http://www.media4u.cz/mm012009.pdf>.
- [43] ŠPOK, D. *Povolání, osobní naplnění, spokojenost: životní štěstí*. Et Labora [online]. [cit. 2013-06-12]. Dostupné z: <http://www.etlabora.cz/psychologie-stesti/>.
- [44] Univerzita třetího věku VUT v Brně. *Tříleté základní studium* [online]. [cit. 2014-10-02]. Dostupné z: <http://www.lli.vutbr.cz/trilete-zakladni-studium-1383038325>.
- [45] Magistrát města Brna. *Profil aktivního stárnutí*. [online]. [cit. 2014-28-01]. Dostupné z: <http://www.zdravemesto.brno.cz/download/kbzm/1366706544.pdf>.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1 DOTAZNÍK

Dobrý den, jmenuji se Bc. Lenka Krajičková a jsem studentkou Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně a Institutu mezioborových studií v Brně, obor Sociální pedagogika. Součástí mé diplomové práce s názvem „Univerzita třetího věku jako forma aktivizace seniorů“ je i výzkum, jehož cílem je zjistit, jakou roli hraje navštěvování Univerzity třetího věku (U3V) v jejich životě. Chtěla bych Vás požádat o vyplnění tohoto dotazníku. Odpovědi jsou anonymní a slouží pouze k ověření několika hypotéz mé diplomové práce. Za vyplnění dotazníku Vám velice děkuji.

Instrukce pro vyplnění dotazníku:

Zakroužkujete prosím pouze jednu z nabízených možností.

Vyplňte prosím Vaše osobní údaje:

Pohlaví:

a) žena

b) muž

1. Splnila nabídka kurzů U3V Vaše očekávání?

a) ano

b) převážně ano

c) ne

2. Přáli byste si pestřejší nabídku kurzů U3V?

a) ano

b) není třeba

c) ne

3. Hlásili jste se na U3V s cílem zvýšení aktivity ve svém životě?

a) ano

b) neuvažoval/a jsem o tom

c) ne

4. Máte při navštěvování kurzů U3V pocit seberealizace?

a) ano

b) většinou ano

c) někdy ne

d) ne

5. ***Hlásili jste se na U3V s cílem získat nové přátele?***
a) ano b) neuvažoval/a jsem o tom c) ne
6. ***Získali jste nové přátele v kurzech U3V?***
a) ano b) ne
7. ***Plánujete další setkávání s novými přáteli z U3v i mimo kurzy nebo po jejich skončení?***
a) ano b) doufám, že ano c) ne
8. ***Hlásili jste se na U3V s cílem získat znalosti z jiných oborů, než kterému jste se věnovali v profesním životě?***
a) ano b) doufám, že ano c) ne
9. ***Získali jste v kurzech U3V znalosti z jiných oborů, než kterým jste se věnovali?***
a) ano b) ne
10. ***Budete v budoucnu využívat znalostí z jiných oborů, které jste získali na U3V?***
a) ano b) doufám, že ano c) asi ne d) ne
11. ***Začali jste se zajímat o přednášené obory na U3V nad rámec výuky?***
a) ano b) ne

Příloha č. 2
FOTOGALERIE

Kurzy Univerzity třetího věku na Fakultě stavební VUT v Brně



Promoce absolventů Univerzity třetího věku na Vysokém učení technickém v Brně

