

# Edukační možnosti muzea ve vztahu k seniorům

Romana Janíková

---

Bakalářská práce  
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií



INSTITUT  
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

Univerzita Tomáše Bati  
Institut mezioborových studií Brno  
akademický rok: 2013/2014

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Romana JANÍKOVÁ**  
Osobní číslo: **H118105**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Edukační možnosti muzea ve vztahu k seniorům**

### 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 textu. Zejména bude dbáno na dodržování zásad publikační etiky a pravidel společenskovědního 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:

- problematiku stáří a stárnutí, aktivní využití volného času
- edukační možnosti muzea a představení muzea jako jednu z možností aktivního trávení volného času v seniorském věku
- prospěšnost budování vztahu mezi muzeem a seniory

Součástí práce bude kvantitativní výzkum zaměřený na zjištění zájmu mezi seniory o aktivity v muzeu a důvody tohoto zájmu. Na základě výzkumu budou navrženy konkrétní aktivity pro seniory.



Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

**BENEŠ, Josef. Muzeum a výchova. Praha: Ústav pro informace a řízení v kultuře, 1980.**

**JAGOŠOVÁ, Lucie, Vladimír JÚVA a Lenka MRÁZOVÁ KRAJÍČKOVÁ. Muzejní pedagogika: metodologické a didaktické aspekty muzejní edukace. Brno: Paido, 2010.**

**JÚVA, Vladimír. Muzeum a výchova: edukační fenomén pro 21. století. Brno: Paido, 2004.**

**ŘÍČAN, Pavel. Cesta životem. Praha: Portál, 2006.**

**ŠOBÁŇOVÁ, Petra. Edukační potenciál muzea: tvorba, evidence, inventarizace a bezpečnost sbírek v muzeích a galeriích. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012.**

**VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie II: dospělost a stáří. Praha: Karolinum, 2007**

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

Vedoucí bakalářské práce:

**Mgr. Monika Tannenbergerová, DiS.**

Katedra pedagogiky a psychologie

Datum zadání bakalářské práce:

**11. listopadu 2013**

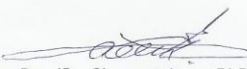
Termín odevzdání bakalářské práce:

**30. dubna 2014**

V Brně dne 11. listopadu 2013

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



  
doc. PaedDr. Slavomír Laca, Ph.D.  
vedoucí katedry

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

*POMONA JANÍKOVÁ*

.....  
Jméno, příjmení studenta

V Brně *14.2.2014* .....

*A*  
.....  
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 nevydělčně 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 počítovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

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

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

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

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

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). 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 jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlíží k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce se skládá ze dvou částí, teoretické a praktické části. V teoretické části jsou vysvětleny pojmy stáří, stárnutí a volný čas. Představeny jsou různé možnosti trávení volného času seniorů s tím, že větší pozornost je věnována muzeu a následnému vysvětlení pojmů souvisejících s výchovně vzdělávací činností muzeí. Praktická část je věnována dotazníkovému šetření s cílem zjistit zájem seniorů o doprovodné aktivity v muzeu. Na základě výsledků výzkumu byly vytvořeny návrhy konkrétních aktivit pro seniory.

Klíčová slova: stáří, stárnutí, senior, volný čas, muzeum, edukace.

## **ABSTRACT**

The bachelor thesis consists of practical and theoretical part. In the theoretical part are terms old age, ageing and free time explained. Presented are various possibilities of spending free time of the seniors, the main attention is paid on museums, and subsequent explanation of some concepts related to the educational and pedagogic activities of museums. The practical part is devoted to questionnaire survey aiming to determine the interest of seniors in accompanying activities at the museums. Based on the results of the research the proposals were developed for specific activities for seniors.

Keywords: old age, ageing, free time, museum, education

Děkuji Mgr. Monice Tannenbergerové, Ph.D., za trpělivé vedení práce, cenné rady a připomínky, které pomohly k dokončení celé práce.

Také děkuji všem seniorům, kteří si udělali čas na vyplnění dotazníku.

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

V Brně 22. 4. 2014

Romana Janíková

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>8</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>10</b>
<b>1 STÁŘÍ A UMĚNÍ STÁRNOUT</b> .....	<b>11</b>
1.1 VYMEZENÍ POJMU STÁRNUTÍ A STÁŘÍ .....	11
1.2 ZMĚNY VE STÁŘÍ .....	13
1.2.1 Tělesné změny .....	13
1.2.2 Psychické změny .....	14
1.2.3 Sociální změny .....	16
1.3 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ.....	16
<b>2 VOLNÝ ČAS SENIORŮ</b> .....	<b>19</b>
2.1 VOLNÝ ČAS VYMEZENÍ POJMU .....	19
2.2 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY .....	20
2.2.1 Pohybové aktivity .....	21
2.2.2 Práce na zahrádce .....	22
2.2.3 Sledování pořadů a čtení.....	22
2.2.4 Knihovny.....	23
2.2.5 Univerzity třetího věku .....	23
2.2.6 Výlety, zájezdy, výstavy a exkurze .....	24
2.2.7 Muzeum .....	24
2.3 MUZEJNÍ AKTIVITY .....	25
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>31</b>
<b>3 METODIKA PRÁCE</b> .....	<b>32</b>
3.1 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ.....	32
3.2 PŘÍPRAVA DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	32
3.3 MÍSTO ŠETŘENÍ .....	33
3.4 METODY PRÁCE .....	34
3.5 ZPRACOVÁNÍ ZÍSKANÝCH DAT .....	35
<b>4 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ</b> .....	<b>36</b>
4.1 VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKU .....	36
4.2 SHRNTÍ VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	50
4.3 NÁVRHY DOPROVODNÝCH AKTIVIT PRO SENIORY .....	51
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>55</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....	<b>57</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....	<b>60</b>
<b>SEZNAM GRAFŮ</b> .....	<b>61</b>
<b>SEZNAM TABULEK</b> .....	<b>62</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....	<b>63</b>

## ÚVOD

Cílem bakalářské práce je, představit muzeum jako jednu z možných variant trávení volného času seniorů a pokusit se vytvořit návrhy možných doprovodných aktivit pro seniory, které by mohly být využívány Národním zemědělským muzeem ve Valticích. Zvolené téma reaguje na aktuální stav současné společnosti. Zvyšující se počet seniorů, zavazuje společnost k vytváření příznivého prostředí pro aktivní a důstojné stárnutí. Muzea mají jedinečný potenciál pro působení ve společnosti, avšak jejich pozornost je stále více zaměřena na dětského návštěvníka a senioři zůstávají opomíjenou skupinou. Výběr tématu bakalářské práce je ovlivněn nejen důvody společenskými, ale také důvody pracovními a svým osobním postojem ke stáří. Jsem zaměstnancem Národního zemědělského muzea ve Valticích, které si ve svých dlouhodobých strategiích klade za cíl, co nejvíce se přiblížit k veřejnosti zejména pak seniorům. To se do jisté míry daří skrze stálé expozice a krátkodobé výstavy, ale speciální doprovodný program stále chybí. Mnohem větší vliv na výběr cílové skupiny měl však můj osobní postoj ke stáří a touha dokázat sobě a ostatním, že stáří nemusí být šedivou etapou lidského života. Často se totiž ve svém nejbližším okolí a mezi svými vrstevníky setkávám s názory, že stáří je pouze obdobím nemoci, nedostatku a trápení a vlastně nás v tomto období už nic pěkného nečeká. Nemyslím si to a každoročně pořádám svůj malý výzkum na pokladně muzea, kdy mám občas možnost prodávat vstupenky, a opakovaně se přesvědčuji, že stárnout se dá s grácií. Jsou to takové moje malé radosti a vždy mám lepší náladu, když vidím návštěvníka v „letech“ sršícího dobrou náladou, který má zájem dozvědět se něco nového, pobavit se či si jenom tak pobýt. Tito lidé jen potvrzují slova Petera Grusse, který říká, že: *„Každý člověk si může v rámci svých genetických a jiných předpokladů „vybrat“, jak bude jeho stáří vypadat, zda bude optimistické a otevřené novým věcem, činorodé nebo pasivní, nebo plné víry, trpělivé nebo plné neklidu. Smíření se stářím je založeno na předpokladu rozhodného člověka odpovědného za svůj život.“*<sup>1</sup> Já sama bych také jednou raději patřila do skupiny optimistických seniorů a proto, možná také trochu ze sobeckých důvodů, mě přitahuje příležitost, podílet se na rozšíření možností trávení volného času pro tuto věkovou kategorii.

---

<sup>1</sup> GRUSS, Peter. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, 2009. s. 168.



Práci jsem rozdělila na část teoretickou a praktickou. Cílem teoretické části bylo podrobně se seznámit s problematikou stáří, stárnutí a volného času. V první části teorie se věnuji vymezení pojmu stárnutí, stáří a popisu tělesných, psychických a sociálních změn, které k seniorskému věku neodmyslitelně patří. V druhé části teoretického výkladu se zabývám vysvětlením pojmu volného času a představuji některé možnosti trávení volného času seniorů. Závěr teoretické části je věnován muzeu jako jedné z možností aktivit určených pro seniory. Jsou zde definovány pojmy související s výchovně vzdělávací činností muzeí a nastíněny principy, metody a postupy při tvorbě muzejních edukačních programů.

Cílem praktické části bylo zjistit o jaké doprovodné aktivity je mezi seniory zájem, důvody tohoto zájmu a na základě výsledků výzkumu se pokusit navrhnout možné varianty doprovodných programů pro seniory. Pro dosažení tohoto cíle jsme zvolila metodu kvantitativního výzkumu. Šetření proběhlo formou dotazníku a bylo realizováno v Národním zemědělském muzeu ve Valticích. Respondenty výzkumu byli návštěvníci seniorského věku jmenovaného muzea. Výsledky výzkumu budou použity ve prospěch Národního zemědělského muzea ve Valticích.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 STÁŘÍ A UMĚNÍ STÁRNOUT

*„Stárnutí je děj velice složitý, ale ovlivnitelný“*

*S. Hamar a D. Gordon<sup>2</sup>*

Stárnutí je přirozený proces v životě člověka, který si dříve či později začne uvědomovat každý z nás. Stárneme my, naši rodiče, přátelé a v neposlední řadě i naše děti. Týká se nás všech a nemáme možnost volby, volit můžeme pouze způsob, jak se s ním vyrovnáme. Jednou z možností je, vnímat stárnutí jako cestu do svého dalšího životního období, které stejně jako ta předešlá má svůj smysl.

### 1.1 Vymezení pojmu stárnutí a stáří

Literatura zabývající se problematikou stárnutí a stáří nabízí mnoho definic týkajících se této poslední vývojové etapy člověka. O žádné však nelze s jistotou tvrdit, že je konečná. Což je zřejmě dáno tím, že stárnutí a stáří je zcela individuální a záleží na řadě faktorů, které mohou tento proces ovlivnit. Uvádím alespoň některé z nich.

Stárnutí Pacovský označuje jako „přechodnou vývojovou periodu mezi dospělostí a stářím.“<sup>3</sup> Vývojová psychologie pro sociální pedagogy dále pojem rozvádí a uvádí, že: „ Stárnutí je procesem involučním, nezvratným, biologicky zákonitým a individuálním (podmíněn je například genetickou výbavou jedince, jeho dosavadním stylem života, prodělanými chorobami, životními podmínkami apod.), nerovnoměrně postihujícím různé funkce a struktury organismu.“<sup>4</sup> Podle Stuarta – Hamiltona je stárnutí: „...závěrečnou fází lidského vývoje a je potřeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny. Avšak právě proto, že se jedná o proměnu kontinuální, je nesnadné najít uspokojivou definici okamžiku, ve kterém končí střední věk a začíná stáří.“<sup>5</sup>

---

<sup>2</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011, s. 12.

<sup>3</sup> PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990, s. 30.

<sup>4</sup> DOŇKOVÁ, Olga a NOVOTNÝ, Sebastian Jan. *Vývojová psychologie pro sociální pedagogy*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2010, s. 132.

<sup>5</sup> STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999, s. 18.

Stáří člověka „...je jiné než stáří jiných organismů. Tragika lidského stáří je v tom, že člověk ví, že stárne....“<sup>6</sup> Znamená v životě člověka poslední vývojovou etapu, která je provázena negativními, ale také pozitivními jevy. „Přináší nadhled a moudrost, pocit naplnění, ale také úbytek energie a nezbytnou proměnu osobnosti směřujícímu k jejímu konce. Je obdobím relativní svobody, ale i dobou kumulace nevyhnutelných ztrát ve všech oblastech.“<sup>7</sup>

Jak již bylo zmíněno stárnutí člověka, je vždy individuální záležitostí. Křivohlavý na základě toho rozlišuje tři různé stavy stárnoucích lidí. Normální stav to jsou zdraví lidé, které potkáváme v běžném životě. Optimální stav stárnoucího člověka je ideál, ke kterému by došlo, pokud by byl člověk po celý svůj život vystaven působení nejlepších podmínek životního prostředí. Nemocný či patologický stav, jehož charakteristickým znakem je přítomnost nemoci, kondice seniora je v tomto případě horší než běžná norma společnosti.<sup>8</sup> „Rozlišování těchto tří různých forem stárnutí je kriticky důležité, aby nedocházelo k tomu, že se začne považovat za normální stav stárnoucího člověka to, jak vypadají a jak se chovají lidé s Alzheimerovým syndromem. Tento přístup zkresluje situaci a škodí postoji společnosti ke stárnoucím lidem.“<sup>9</sup>

Urcit dobu, kdy se člověk stává skutečně starým, není jednoduché. Mezi lidmi nejčastěji využívaným měřítkem stáří je věk člověka. Kalendářní věk (chronologický, matriční) – číselný údaj určující dobu, která uběhla od narození do smrti. Je využíván na návrh Světové zdravotnické organizace (WHO) při rozdělování stáří do jednotlivých etap.

45 – 59 let: střední věk

60 – 74 let: vyšší (starší) věk, ranné stáří, předpolí stáří

75 – 89 let: pokročilý čili stařecký věk, vlastní stáří, sénium, opravdu staří („very old“) lidé

90 a více let: dlouhověkost

Chronologický věk je však pouze orientační a je považován za míru nepřesnou. Využívá se nejčastěji v demografii a statistice. Přesnějším ukazatelem stáří člověka zdá se být jeho

---

<sup>6</sup> VONDRÁČEK, Vladimír a Jan SRNEC. *Psychologické stáří*. [online] [cit.5. 3. 2014]Dostupné na: Caps.ecn.cz/dl/Vondracek\_Srniec\_Psychologie\_stari\_1959.pdf

<sup>7</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007, s.299.

<sup>8</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011.

<sup>9</sup> Tamtéž, s. 40.

funkční věk. Funkční věk (skutečný) – skutečný funkční potenciál jedince, nemusí být ve shodě s věkem kalendářním. Zahrnuje všechny možné symptomy, podle nichž lze zhodnotit celkovou zdatnost člověka. Hodnotí se subjektivní příznaky zdatnosti, tedy jak se člověk cítí, ale i objektivní příznaky, které mohou být po dlouhou dobu skryty.

## 1.2 Změny ve stáří

Stáří je provázáno objektivními na člověku nezávislými změnami. Dochází ke změnám tělesným, psychickým a sociálním. Průběh těchto změn je zcela individuální. Každého člověka zasáhnou v jinou dobu, liší se také míra a závažnost projevů. Příčinu těchto rozdílností shledává Vágnerová v genetické dispozici a vlivu vnějších faktorů působících na člověka. V dědičných buňkách je zakódován průběh i pravděpodobné trvání lidského života, tyto dědičné předpoklady jsou ovlivňovány případně kráceny způsobem života jedince. Důležité je jak člověk žil, co prožíval, co dokázal, co se mu povedlo či nepovedlo.

### 1.2.1 Tělesné změny

Probíhají na fyziologické úrovni u všech živých organismů. Dochází k omezení pohybového ústrojí, ubývá svalové síly, zhoršují se smysly, snižuje se schopnost adaptace a odolnosti k zátěži, mění se intenzita funkcí orgánů, klesá odolnost imunitního systému a objevují se hormonální změny. Dříve či později je člověk nucen vyrovnat se změnami pohybového, oběhového, respiračního, vylučovacího, trávicího, kožního, nervového systému,

se změnami smyslových orgánů apod.

Výběr prostředí a nastavování aktivit pro seniory se neobejde bez pečlivé pozornosti tělesným změnám ve stáří. S vědomím této důležitosti svůj následující výklad omezím na vysvětlení těch změn, které je důležité znát pro dosažení plánovaného cíle.

#### Pohybový systém

Zmenšuje se ohebnost meziobratlových plotének. Ubývá svalové hmoty. Řádnou a odvápnují se kosti. To přináší větší riziko úrazů, především pak zlomenin. Člověk se stává opatrnějším a pomalejším.

#### Smyslové orgány

Smyslové orgány jsou důležitým nástrojem jedince ve styku s okolním světem. Zhoršující se stav smyslů znamená pro člověka značné omezení prožívat svůj život naplno.

Zrak – objevuje se dalekozrakost stárnoucích, což je vada způsobená ztrácející se pružností a schopností akomodace očí. Člověk přichází o schopnost zaostřovat do blízka. Nošením brýlí či kontaktních čoček je možné tuto vadu lehce kompenzovat. Zrak starších lidí bývá často poznamenán neschopností vidět za šera tedy šeroslepostí.<sup>10</sup>

Sluch – slábne postupně během celého života. S určitou ztrátou sluchu se s přibývajícím věkem musí vyrovnávat stále více lidí. Nejdříve bývají změny patrné u vyšších tónů, později přechází i na tóny nižší frekvence. Zhoršující se sluch lze vyrovnávat pomocí naslouchadel.

Hmat – je pro člověka důležitou spojnici s okolím. Získávání informací probíhá na základě vnímání bolesti, tlaku, dotyku, vibrací, tepla. Člověk s přibývajícím věkem tyto pocity vnímá hůře. Souvisí to se změnami kůže, v které jsou uložena hmatová čidla.

Čich – schopnost vnímat i rozlišovat prostřednictvím čichu se snižuje. Tuto postupnou ztrátu způsobuje ubývání vláken čichového nervu. Ztrácející čich se projevuje u seniorů opomínáním hygieny nebo naopak přílišnou péčí projevující se nadměrným užitím parfémů. Podstatnějším projevem, který může být pro člověka až na životě ohrožujícím, je neschopnost zaznamenat kouř nebo unikající plyn.

Chuť – klesá schopnost rozeznávat slané, hořké a kyselé chutě. Tato zhoršující vnímavost chutí je dána úbytkem chuťových pohárků. Relativně menší úbytek je zaznamenán u pohárků vnímající chuť sladkou, proto také mají senioři rádi sladké.

Z uvedeného vyplývá, že tělesné změny ve stáří do značné míry omezují život člověka. Předností pro uskutečnění plánovaného cíle této práce bude prostředí zohledňující zmíněné změny. Samozřejmostí by měl být bezbariérový přístup, dobře osvětlená místnost s dostupným sociálním zázemím. Výhodou bude vhodně zvolený sedací nábytek a dobře čitelné materiály.

### 1.2.2 Psychické změny

Psychické změny jsou dalším projevem lidského stárnutí, přestože nejsou většinou tak patrné, mohou seniorům přinášet řadu problémů. Změny psychiky člověka je potřeba posuzovat společně se změnami tělesnými, které k nim neodmyslitelně patří a navzájem se

---

<sup>10</sup> TVAROH, František. *Všichni stárneme*. Praha: Avicenum, 1984.

ovlivňují. Opět je to záležitost zcela individuální, každý člověk se s nimi potýká v jinou dobu, v jiné intenzitě a odlišný je i způsob vyrovnávání se s těmito změnami. Důležité však je, že všechny nemusí mít pouze sestupný charakter, řada funkcí zůstává nezměněna, některé z nich dokonce vykazují známky zlepšení.

Zhoršuje se vstřípivost a výbavnost paměti. Zpomaluje se psychomotorické tempo. Ubývá představitosti, nápaditosti, objevnosti a vynalézavosti. Snižuje se intenzita emocí. Nemění se slovní zásoba a jazykové dovednosti. Totéž se dá říci o některých částech intelektu. Zlepšuje se rozvaha, charakteristická je větší stálost názorů, člověk bývá vytrvalejší a trpělivější.<sup>11</sup> Je potřeba počítat s tím, že psychická činnost seniorů je ve srovnání s mladým organismem zpomalená. Úbytek paměti se projevuje zhoršující se schopností vybavovat si nové události, zatímco vybavování událostí dávno minulých zůstává nezměněno. Příjem a zapamatování si informací v tištěné či psané podobě je snazší nežli zachycení a vstřípení si informace z mluveného projevu. Přibývá problémů se soustředěním a zaměřením pozornosti na podstatné informace, klesá schopnost vylučovat informace nepotřebné. Přesouvání a dělení pozornosti podle okolností na větší množství podnětů bývá obtížnější.

Oslabení zraku a sluchu je příčinou narušení příjmu podnětů důležitých pro orientaci v prostředí. Používáním potřebných pomůcek lze tyto nedostatky dobře redukovat. Větší unavitelnost a zpomalení výkonu mají za následek potřebu delšího času k vykonání určitého úkonu. Snižuje se spontánnost a intenzita emocí. Nadšení pro nové záležitosti postupně ubývá, za to přibývá schopnosti řešit věci více v klidu a s nadhledem. Obtížné bývá vyrovnávání se s nepatrnými změnami a zvládání krizových situací. Zhoršující se činnost centrální nervové soustavy má za následek změny emoční regulace, což vede k neschopnosti ovládat vlastní jednání. Změny v sebeovládání se mohou projevit úzkostí, strachem, neklidnou či nutkavou činností, agresí nebo nezájmem.<sup>12</sup>

Z výkladu výše zmíněných tělesných a psychických změn je zřejmé, že se lidé s přibývajícím věkem musí vyrovnávat s potížemi, které do jisté doby potížemi vůbec nebyly. Jejich prostřednictvím se dostávají do dosud pro ně neznámých situací a zvykají si na novou sociální roli.

---

<sup>11</sup> PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990.

<sup>12</sup> Tamtéž.

### 1.2.3 Sociální změny

Stáří člověka je provázáno také změnami sociálními. Týkají se různých oblastí sociálního života jedince, mohou to být jeho vztahy ke společnosti, k okolí, k sobě samému a ke společenským aktivitám. Významným sociálním aspektem negativně ovlivňující život člověka je odchod do důchodu. Člověk si zvyká na novou roli důchodce, ta s sebou přináší změnu ekonomické situace limitovanou penzí, což u většiny seniorů znamená nižší životní úroveň a nevyhovující změny životního stylu. Těžce je vnímána ztráta životního partnera, která s sebou přináší osamělost. Nemoc a úraz ve stáří pak mohou být původci sociální izolace a jeho fyzické závislosti na okolí.

Vyrovnaní se s těmito změnami záleží do jisté míry na osobnosti seniora. Důležité je zvážit, co ještě člověk zvládne sám a případný úbytek schopností kompenzovat tím, že si řekne o pomoc. Postoje se seniorů jsou různé a každý z nich volí odlišný přístup a strategii:<sup>13</sup> Rozlišujeme strategii: konstruktivnosti – člověk se dokonale adaptuje na stáří, má optimistický pohled na svět, raduje se ze života, je přizpůsobivý, snášenlivý, vstupuje do nových sociálních vztahů, udržuje a rozvíjí vztahy stávající, závislosti – lidé volící tuto strategii jsou pasivní, směřují k hmotné i psychické závislosti na svém okolí, mají rádi klid, pohodu a bezpečí z těchto důvodů dávají přednost rodinnému zázemí, obraného postoje – tato strategie je typická pro seniory, kteří dříve aktivně pracovali, stavěli a staví svůj život na vlastní soběstačnosti, zapojují se do společenského života, z důvodu udržení si sociální pozice a strachu ze ztráty prestiže odkládají odchod do důchodu, nepřátelství – tito lidé mají pocit, že za jejich život, který se jim jeví jako nevydařený, může jejich okolí, projevují se často podezíravě, agresivně, mrzutě, hněvivě, sebenenávisti – člověk toho postoje mívá své negativní projevy proti sobě, podceňuje se a snižuje význam svého dosavadního života, je lítostivý a depresivní

### 1.3 Příprava na stáří

Příprava provází člověka od jeho narození. Nejprve se připravuje na vstup do školy, později na budoucí povolání stejně tak na roli matky či otce. Příprava na stáří zůstává často opomíjena a její potřebu si člověk většinou uvědomí až s nástupem do penze. Rychlé

---

<sup>13</sup> DOŇKOVÁ, Olga a NOVOTNÝ, Sebastian Jan. *Vývojová psychologie pro sociální pedagogy*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2010.



pracovní tempo střídá přemíra volného času a člověk se cítí zaskočen. Často pak přemýšlí o své užitečnosti a prospěšnosti a smyslu života. Nenachází - li uspokojivé odpovědi na své otázky, může podléhat depresím, což s sebou přináší celkové zhoršení zdravotního stavu.

Otázkou celoživotní přípravy na stáří se zabýval již Komenský ve své *Vševýchově* a doslova říká: „*Tedy, kdo si nepřeješ stáří neplodné, těžké, hladové, naplňuj své sýpky, spíže, sklepy zásobárnou moudrosti a jinými potřebami života, pevného zdraví atd., dokud to dovoluje věk života a síla věku. Pak teprv budeš moci doufat, že stáří (přijde-li) nebude ti smutné, nýbrž příjemné ne tíživé, nýbrž vítězné, jestliže mu zavčas opatříš náležité opory.*“<sup>14</sup> Pacovský považuje přípravu na stáří za celoživotní úkol člověka a dělí ji na přípravu dlouhodobou, krátkodobou a středně dlouhou přípravu na stáří.<sup>15</sup>

Dlouhodobá příprava na stáří – chápe stáří jako neoddělitelnou součást života a člověk si jeho kvalitu určuje sám. Důraz je kladen na celoživotní vzdělávací, výchovné a zdravotně – osvětové působení na celou populaci. Podstatné je ovlivňování stylu života v těch směrech, které by se později mohly stát příčinou problémů ve stáří. Předpokladem je péče o správnou životosprávu, racionální výživa, manželská a rodičovská výchova, odstranění negativně působících návyků a pěstování úcty ke stáří.

Středně dlouhá příprava – měla by začít kolem 45. roku života. Zaměřuje se na tři základní oblasti problémů. Biologická rovina znamená přípravu, která spočívá v bezpodmínečném osvojení si zásad správného životního stylu. Psychická rovina znamená navyknout si praktikovat zásady duševní hygieny, učit se přijímat stáří jako součást života a postupně akceptovat roli, která mě čeká. Sociální rovina se soustředí především na mimopracovní aktivity, vytváření a udržování osobních vztahů a společenských styků i mimo vlastní pracoviště. Důležité je věnování se vlastním koníčkům a rozvíjení zájmů nesouvisejících s výkonem profese.

Krátkodobá příprava na stáří – jedná se o přípravu začínající 3 – 5 let před nástupem do penze. Znamená vlastně přípravu na přechod do psychicky náročného období, kterým odchod do důchodu z důvodu ztráty sociálního postavení bývá a měla by pomoci lidem toto období zvládnout. Do této přípravy spadá pořádání různých kurzů a přednášek. Tyto aktivity mohou pomoci člověku získat optimistický pohled na svůj stávající život.

<sup>14</sup> KOMENSKÝ, Jan Amos. *Vševýchova: Pampedia*. V Praze: Státní nakladatelství, 1948, s. 221.

<sup>15</sup> PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990.

Seznamují člověka se zásadami zdravého životního stylu a věnují se i otázkám volného času. Měly by podněcovat člověka v hledání koníčků podle svých zájmů, které mohou velice dobře zaplnit vzniklý volný čas. Člověku, který se nevěnoval přípravě a cítí se přechodem do důchodu zaskočen, pomáhá tato příprava překonat strach s nadcházejícího období.

## 2 VOLNÝ ČAS SENIORŮ

„Seniorský věk není nic jiného, než další etapa života, kde slovo musím, nahradím, slovem chci.“

*Eliška Tkáčová, účastnice programu „Senioři vítáni“<sup>16</sup>*

Odchod do důchodu znamená pro člověka vstup do další etapy života. Ta s sebou přináší změnu ekonomické situace a sociálních vztahů, ale také změnu dosavadního životního stylu. Z hlediska stresové zátěže může být velice rizikovou událostí a je důležité, aby si člověk svůj život utřídil tak, aby jej bylo možné prožívat plnohodnotně a kvalitně. Ne každému se daří s tímto úkolem vypořádat.

Podstatné je, vyrovnat omezení, k nimž v průběhu stárnutí dochází. Nahradit snižující se schopnosti a kompenzovat ztrátu energie. Zúžit tedy selektovat rozsah, toho čemu se člověk v nadcházející etapě bude věnovat. Utřídit si žebříček hodnot, cílů a vymezit si to, co je v životě důležité a o co v následujícím životě půjde. Snažit se přinést do života to nejlepší a obohacovat svůj, ale nejen svůj život. Vzor nabízený Baltesem a Baltesem ke zvládnání problémů vyššího nazvaný model kompenzace za spoluúčasti selekce a optimalizace vychází z názorů římského filozofa Cicera.<sup>17</sup> Cicero viděl na stáří nejen to, co je negativní, ale všiml si také kladů, které jsou životu ve stáří vlastní. Svůj optimistický pohled na stáří prezentoval mimo jiné těmito slovy: „*Ve stáří je člověku možno konečně se soustředit v plné míře na další vývoj a rozvoj duševního života, radovat se z něho – nebýt přitom obtěžován tím, co v mládí v tom brání.*“<sup>18</sup>

### 2.1 Volný čas vymezení pojmu

Velkou část dne v životě člověka tvoří volný čas. Nebylo tomu tak vždy. Pohledem do historie je zřejmé, že období antiky a středověku tvořila práce jednu až dvě třetiny roku, po zbývajících část roku byla práce pozastavena z důvodu klimatických podmínek. Volný čas, tak jak ho známe dnes, souvisí podle některých odborníků s průmyslovým rozvojem, někteří sociologové jsou však toho názoru, že vznik volného času souvisí až s nástupem

---

<sup>16</sup> Senioři vítáni. [online] [cit. 1.3.2014] Dostupné na: <http://www.osf.cz/publikace/senori-vitani>

<sup>17</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011.

<sup>18</sup> Tamtéž, s. 54.

osmihodinové pracovní doby. Čas se začal dělit na dobu určenou k práci a dobu po práci. Vědeckotechnický pokrok přispěl k významným změnám v uspořádání společnosti, ty se pak odrazily v hloubce samotného jedince a měly zjevný vliv na jeho hodnotovou orientaci, životní styl a způsoby trávení volného času.

Dnešní volný čas lze uchopit dvěma způsoby. Může být chápán pouze jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností<sup>19</sup>, nebo jako čas, který dává volnost a svobodu jedinci pro neomezený výběr a realizaci svých aktivit. Výstižnější vymezení pojmu přináší Hofbauer, který jej definuje jako činnost: „...do níž člověk vstupuje s očekáváními, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí, a která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení.“<sup>20</sup>

Volný čas má v životě člověka svůj význam a své funkce. Nejobecnějšími a nejčastěji uváděnými funkcemi jsou odpočinek, zábava a rozvoj osobnosti. Podrobnější dělení nabízí Vážanský a Smékal a za základní funkce volného času považují:<sup>21</sup> kompenzaci (odstranění frustrací a zklamání), komunikaci (partnerství a sociální kontakty), regeneraci (obnovení psychických a fyzických sil), rekreaci (zotavení se a osvěžení), kontemplaci (rozjímaní a zastavení se v tichu), edukaci (získávání nových znalostí a poznatků, poznávání života lidí, nových míst a nových světů, dotýkání se historie a současnosti), kultivace (zdokonalování sebe sama na základě získaných prožitků, zážitků, vědomostí, znalostí a zkušeností).

Správně sestavený volný čas vyplněný vhodnými aktivitami může kromě jiného plnit funkci prevence sociálně patologický jevů a podílet se na vytváření aktivního postoje k životnímu stylu. Vhodné nastavení volného času seniorů může tedy působit jako prevence proti sociální izolaci a ztotožnění se s negativními stereotypy starších lidí.

## 2.2 Volnočasové aktivity

Jistou výhodou mají senioři, kteří v penzi navážou na koníčky, na které dříve neměli tolik času, ostatní by měli hledat zájmy nové, protože jak tvrdí Vondráček: „*Člověk nezestárne*

---

<sup>19</sup> KRAUS, Blahoslav a Petr SÝKORA. *Sociální pedagogika I*: Brno. Institut mezioborových studií Brno, 2009.

<sup>20</sup> Tamtéž, s. 50.

<sup>21</sup> Tamtéž.

zcela, dokud od života něco očekává, dokud neutuchnou jeho zájmy: “<sup>22</sup> Ve výhodě jsou podle něj lidé tvořiví a zdůrazňuje, že: „*Tvůrčí síla a schopnosti mohou být zachovány do vysokého věku.*“<sup>23</sup> Je možné, že výběr zájmů bude odlišný u důchodce žijícího na venkově a jeho protějšku ve městě. Ať už je však volba jakákoliv, důležité je, že člověk dělá to, co ho baví, přináší mu radost a uspokojení. Může se věnovat četbě, sportu, práci na zahrádce, navštěvování kulturních akcí, cestování nebo péči o vnoučata. Jinou variantou může být využití speciálních nabídek věnovaných seniorům a pořádaných např.: vysokými školami, knihovnami, muzei či občanskými sdruženími.

### 2.2.1 Pohybové aktivity

Pravidelný pohyb má pro člověka nezpochybnitelný význam. S přibývajícimi léty jeho význam roste. Nedostatek pohybu dříve či později i u zdravého člověka vede k celkovému snížení fyzické činnosti. Přidává se únava, slabost a zhoršuje se koordinace pohybů. Mnozí lidé si neuvědomují důležitost pohybu a jeho provázanost s výše zmíněnými projevy, často se pak mylně domnívají, že únava souvisí s jejich věkem. Špatná kondice doprovázena snížením imunity nebo pomalý průběh rekonvalescence pro nemoci či úrazu jsou způsobeny právě nečinností člověka. Ta může být v případě seniorů velkým nebezpečím pro jejich zdraví.

Menší pohybová aktivita ve stáří je mnohdy ovlivněna přijetím mylného názoru, že s přibývajícimi lety by měl skončit s aktivním pohybem. Ztotožnění se s těmito chybnými názory může výrazně ovlivnit kvalitu zdraví seniora, případně vést až k velkým ztrátám na zdraví. Smysluplná pohybová činnost by měla být provázena nadšením, které představuje zásobárnu energie potřebnou pro vykonávaný pohyb a cvičení. Radost a potřeba pohybu mohou dokonce předcházet či zpomalovat proces patologického stárnutí.

Senioři mohou provozovat většinu sportů jako lidé mladšího věku. Výběr by však měl odpovídat fyzické kondici a zdravotnímu stavu jedince. Nejdostupnější formou je cvičení kondiční. Jde o cvičení, které rozvíjí a udržuje pohybové schopnosti a jeho výhodou je, že je možné ho vykonávat prakticky všude. Kromě aktivního pohybu přináší lidem možnost setkávání, navazování nových či upevňování starých přátelství. Stále oblíbenějším

---

<sup>22</sup> VONDRÁČEK, Vladimír a Jan SRNEC. *Psychologické stáří*. [online] [cit.5.3.2014] dostupné na: [Caps.ecn.cz/dl/Vondracsek\\_Srniec\\_Psychologie\\_stari\\_1959.pdf](http://Caps.ecn.cz/dl/Vondracsek_Srniec_Psychologie_stari_1959.pdf)

<sup>23</sup> Tamtéž.

a rozšířenějším sportem i mezi seniory je cyklistika. Jízda na kole nezatěžuje klouby, zvyšuje fyzickou kondici, je dobrou prevencí vzniku srdečně cévních onemocnění a pomáhá se vypořádat s úzkostí. Senior si sám určuje míru zátěže a vzdálenosti, které odpovídají jeho možnostem. Dalším vyhledávaným sportem seniorů je plavání. Ať už jde o plavání v přírodě nebo bazénu důležitý je jeho pozitivní vliv na celý pohybový aparát. Voda odlehčuje páteři a pohyb dolních i horních končetin příznivě rozvíjí pohyblivost kloubů zejména kyčelních. Mimoto má dobrý vliv na oběhový systém a dechovou soustavu. Pozitivní působení plavání se odráží nejen na fyzické kondici jedince, ale v důsledku pravidelného kontaktu s vodou se zlepšuje i jeho kondice psychická. Náročnější a především zdatnější senioři se zapojují do míčových her. S ohledem na zdraví je nejvíce preferovaný volejbal, který z důvodu minimálního kontaktu představuje menší riziko zranění. Dalšími možnostmi mohou být posilovna, sjezdové lyžování nebo mezi seniory hodně oblíbený běh na lyžích. Ať už je volba jakákoliv vždy by měla respektovat momentální stav zdraví a kondice daného jedince. Nenáročnou možností pohybu je v neposlední řadě chůze. Patří k nejpřirozenějšímu pohybu člověka, vhodná je i pro lidi s některými zdravotními omezeními a je možné s ní začít v kterémkoliv věku. Může jít o aktivní turistiku nebo každodenní procházky. Provozovat ji lze prakticky kdekoliv a za jakéhokoliv počasí. Má příznivý vliv na zdraví, pomáhá udržovat fyzickou i psychickou kondici.

### 2.2.2 Práce na zahrádce

Výhodou této činnosti je, možnost vykonávat ji v domácím prostředí. Příznivě působí nejen na tělo, ale také na duši. Prací si člověk protáhne ztuhlé svaly a klouby, procvičí smysly zejména pak zrak, hmat a čich. Zapamatování názvů květin, různých odrůd zelenin a ovoce pomáhá udržet si svěží paměť. Realizace zahrady podněcuje tvořivost a práce na záhoncích přináší uspokojení ve formě výpěstků, ale i pocitu z dobře vykonané práce. Členství v zahrádkářských sdruženích a klubech s sebou nese bohatší společenský život a rozvíjení dalších znalostí z oboru. Účast na zahrádkářských výstavách může probudit zájem o cestování.

### 2.2.3 Sledování pořadů a čtení

Sledování televize patří mezi nenáročnou činnosti a nabízí seniorů možnost vzdělání a rozvoj obzorů z pohodlí domova. Oblíbené jsou zejména zábavné a naučné pořady. Pozitivním dopadem zhlédnutých pořadů může být i následná diskuze plná zajímavých

a konstruktivních postřehů. Nebezpečí tkví pouze ve vytvoření závislosti na sledování nekvalitních a komerčních pořadů, které většinou nepřinášejí nic dobrého.

Čtení je činností nevyžadující velkou fyzickou zátěž. Představuje zábavu pro lidi jakékoliv věku. Zrakově postižení senioři mohou dát přednost předčítání nebo využít současnou nabídku audioknih. Bohužel z důvodu postupné ztráty čtenářských dovedností dávají senioři přednost literatuře lehčího žánru. Únava a chybějící motivace ke čtení složitějších a náročnějších textů vedou k výběru krátkých, stručných a informativních textů nabízených především novinami a časopisy. Zájem o čtení v seniorském věku je srovnatelný se zájmem lidí mladších, liší se pouze výběrem čtiva.

#### 2.2.4 Knihovny

Současné knihovny nejsou jen informačními institucemi, ale postupně se rozvíjejí jejich funkce společenská, která může pomoci rozvíjet pozitivní vztahy ve společnosti. Senioři jsou z cílových skupin zaměření programů. Charakter aktivit pořádaných knihovnami může být jednorázový, ale také dlouhodobý. Dlouhodobé programy představují souhrn tématicky zaměřených činností, které lze dělit na vzdělávací, pomáhající a zábavné. Oblíbenou jednorázovou akcí jsou autorské diskuze. Mezi dlouhodobé programy patří například trénování paměti, počítačové kurzy, kurzy kreslení, ale mohou to být také programy zaměřené na zdraví a duševní pohodu, hudební večery nebo programy týkající se daného regionu.

Aktivita organizované knihovnami pomáhají seniorům upevňovat osobní vztahy s ostatními generacemi. Mohou zvyšovat sebeúctu a stimulovat smysly. Snižují izolaci a osamocení. Nabízejí možnost sdílení životních zkušeností a dovedností.

#### 2.2.5 Univerzity třetího věku

Učení je celoživotní proces. Vzdělávání seniorů může mít pozitivní dopad jak na samotného jedince, tak na celou společnost. Jednou z možných aktivit určených seniorům jsou univerzity třetího věku. Tato činnost pořádaná vysokými školami může mít velice pozitivní vliv na životy dnešních seniorů. Univerzita třetího věku představuje jednu z možných variant naplnění volného času. Podporuje aktivizaci starší generace. Zpřístupňuje vědomosti a dovednosti, které lze využít dále pro svůj osobní rozvoj. Podporuje fyzickou i psychickou svěžest a autonomii osob ve vyšším věku. Eliminuje sociální vyloučení seniorů do jisté míry je zárukou jejich autonomie a integrace do

společnosti. Umožňuje navazování nových přátelství a překonávání pocitu osamělosti.<sup>24</sup> Jde však o náročný způsob vzdělávání, organizovaný institucemi poskytující seniorům studium v nejrůznějších vysokoškolských oborech. Výuka je podávána nejčastěji formou seminářů nebo přednášek a je nabízena téměř všemi současnými vysokými školami. V České republice to jsou Univerzita Karlova v Praze, Mendlova zemědělská a lesnická univerzita v Brně, Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Univerzita Palackého v Olomouci a mnoho dalších.

Vzdělávací aktivity mohou pomoci ve vyšším věku s překonáváním těžkostí provázející toto životní období a mohou usnadnit lepší adaptaci na novou životní situaci. Usnadňují orientaci v nových životních podmínkách a posilují schopnost samostatného rozhodování.

#### 2.2.6 Výlety, zájezdy, výstavy a exkurze

Oblíbenou činností starších lidí jsou výlety, zájezdy, výstavy a exkurze. Zpočátku jsou předmětem jejich zájmu zpravidla památky a pamětihodnosti blízkého okolí, postupně se jejich zájem rozšiřuje na vzdálenější místa a senioři tak v současné době tvoří významnou skupinu návštěvníků hradů a zámků. Touto činností získávají nové informace a opakovaná návštěva památek u nich vyvolává příjemné vzpomínky a zážitky. Exkurze a výstavy vytvářejí podmínky pro lidi s podobnými zájmy. Lidé si jejich prostřednictvím mohou předávat poznatky a zkušenosti, začleňují se do určité skupiny a dostává se jim pocitu potřeby.

#### 2.2.7 Muzeum

Muzea v dnešní době patří k nejvýznamnějším kulturním zařízením. Postupně se stávají oblíbenými kulturními, edukačními a společenskými centry současné společnosti. Fungují zejména jako místa neformálního vzdělávání především ve vztahu ke školským institucím, ale stále častěji jsou vyhledávanými místy k trávení volného času všech generací tedy i seniorů. Současná muzea jsou si vědoma, že senioři tvoří a do budoucna budou tvořit stále větší skupinu návštěvníků a na základě toho se snaží přizpůsobovat svoji nabídku programů. Muzejně pedagogické programy určené seniorům jsou zaměřeny na vzdělávání,

---

<sup>24</sup> Filozofie a poslání univerzit třetího věku (U3V): Univerzita třetího věku na univerzitě Palackého v Olomouci [online] [cit. 20. 3. 2014]. Dostupné na: <http://www.u3v.upol.cz>



rozvíjení dovedností, zručností, schopností, znalostí a vědomostí. Formují správné společenské postoje, názory a vlastnosti.

Aktivity přispívají k pocitu důstojnosti, životního uspokojení a začlenění do společnosti. Prostředí muzea je vhodné pro setkávání lidí různých generací, což ocení zejména senioři, kteří mají většinou málo příležitostí setkat se s dětmi nebo mladými lidmi. Vzájemný kontakt je důležitý z důvodu vzájemného poznávání, komunikace a vnitřního obohacení, překonávání mezigeneračních bariér. Kulturní život a společenský styk pozitivně ovlivňují duševní aktivitu seniorů a jsou vhodnou náplní jejich volného času.

### 2.3 Muzejní aktivity

Okruh zaměření muzeí je dán odrazem vývoje lidské kultury a přírody v nejšířším slova smyslu. Důležitým zájmem těchto kulturních zařízení je snaha o zpřístupňování sbírek, protože jak říká Žalman: „*Žádné veřejné muzeum totiž nebylo založeno proto, aby „mělo“ sbírku, ale proto, aby jejím prostřednictvím – zjednodušeně řečeno – znovu a znovu pomáhalo lidem pátrat po odpovědi na věčnou otázku, kdo jsme, odkud přicházíme, kam směřujeme.*“<sup>25</sup> Současně usilují o naplňování základních funkcí muzea definovaných Mezinárodní radou muzeí ICOM: „*Muzeum je stálá nevýdělečná instituce ve službách veřejnosti a jejího rozvoje, otevřená veřejnosti, která získává, uchovává, zkoumá, zprostředkuje a vystavuje hmotné doklady o člověku a jeho prostředí za účelem studia, vzdělání, výchovy a potěšení.*“<sup>26</sup> Tyto funkce muzea platí po celou dobu jeho vývoje. Rozdíly lze zaznamenat pouze v naplňování a preferování jednotlivých funkcí v určitých obdobích. Klasické pojetí muzea bylo orientováno především na činnost vědeckou a odbornou. Současné muzea kladou důraz na edukační funkci, převažuje dokonce názor, že by k ní měla směřovat veškerá činnost muzea.

Vymezení výchovně vzdělávací a společenské úlohy muzeí nabízí již zmíněný Profesionální etický kodex organizace ICOM a doslova uvádí: „*Muzeum je institucí sloužící společnosti a jejímu rozvoji a musí tedy být pro veřejnost otevřeno (i když v případě některých specializovaných muzeí je okruh návštěvníků omezen).* Jednou ze základních povinností

---

<sup>25</sup> ŽALMAN, Jiří a kol. *Příručka muzejníková I. Tvorba, evidence, inventarizace a bezpečnost sbírek v muzeích a galeriích*. Praha: Asociace muzeí a galerií, 2002, 13. s.

<sup>26</sup> Muzeum definice[online][cit. 28. 3. 2014]. Dostupné na: <http://icom.museum/the-vision/museum-definition/>

muzea je rozvíjet svoje výchovně vzdělávací působení a rozšiřovat je na stále širší vrstvy veřejnosti, místní populace nebo specializované skupiny, kterým má sloužit. Mělo by poskytovat veřejnosti možnost, aby se aktivně zapojila do rozvoje muzea a podporoval jeho cíle a činnost. Spolupráce s veřejností je nedílnou součástí naplňování výchovně vzdělávací role muzea k jejímu uskutečňování může muzeum zaměstnávat kvalifikované pracovníky.<sup>27</sup> Seznámení se s podstatou edukační funkce muzea je důležité pro uvědomění si jakým směrem se bude edukační činnost ubírat, na koho bude působit, jakou formou a o které prostředky se bude opírat.

Muzejní edukace představuje základní kategorii muzejní pedagogiky, která patří mezi rozvíjející se pedagogické disciplíny. Muzejní pedagogika (Museumpädagogik, Museum Education) patří mezi moderní sociální vědy. Obecně je vnímána jako věda o edukačních procesech probíhajících v muzeu, všímající si všeho, co tyto procesy provází. Využívání poznatků pedagogiky, muzeologie, sociologie, psychologie a jiných ji řadí mezi vědy interdisciplinární.

Vymezení pojmu muzejní edukace vychází ze současného pojetí muzea a edukce. Edukace nebo také výchova představuje jednu z mnoha okolností ovlivňujících rozvoj psychických, fyzických i sociálních kvalit jedince. Termínem edukace podle Průchy označujeme: „...takové činnosti lidí, při nichž se nějaký subjekt učí a jiný subjekt mu toto učení zprostředkovává, tj. vyučuje (může to být i technické zařízení).“<sup>28</sup> Edukace probíhá v určitém edukačním prostředí, které je dáno: „...jednak fyzikálními podmínkami, jednak zúčastněnými subjekty, jejich komunikací a psychosociálními vztahy, Zúčastněné subjekty a jejich vzájemné vztahy pak vytvářejí určité edukační klima.“<sup>29</sup>

Edukace v muzejním prostředí může mít charakter přímý či nepřímý. O přímém výchovném působení mluvíme tehdy: „...když zdrojem informací a celkového působení je vychovatel a jeho ovlivňování přímo a bezprostředně vychovávaného zasahuje.“<sup>30</sup> Přímé výchovné působení je v muzejním prostředí ztělesněno osobou muzejního pedagoga.

---

<sup>27</sup> Profesionální etický kodex muzeí ICOM 1987 [online] [cit. 28. 3. 2014]. Dostupné na: [http://www.museum.cz/web/deni\\_v\\_oboru/eticky-kodex-muzei](http://www.museum.cz/web/deni_v_oboru/eticky-kodex-muzei)

<sup>28</sup> KRAUS, Blahoslav, JÚZL, Miloslav a TANNENBERGEROVÁ, Monika. Teorie výchovy. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011, s. 31.

<sup>29</sup> Tamtéž, s. 31.

<sup>30</sup> JÚVA, Vladimír. Základy obecné pedagogiky, vývoj muzejní edukace [online] [cit. 29.3.2014]. Dostupné na: [mcmp.cz/upolads/ke\\_stazeni/metodika/texty-a.../Teze-MP-Jva.pdf](http://mcmp.cz/upolads/ke_stazeni/metodika/texty-a.../Teze-MP-Jva.pdf)

O nepřímém výchovném působení mluvíme tehdy, pokud se: „...ovlivňování děje prostřednictvím jiných činitelů (prostředí, situací) a prostředníků (médií) a vychovatel zůstává jakoby v pozadí tohoto působení.“<sup>31</sup> Lidé podílející se na tvorbě muzejního prostředí muzea by měli věnovat pozornost nepřímému výchovnému působení a usilovat o takové prostředí, pro něž bude charakteristická odborná i estetická úroveň a pozitivní sociální vztahy.

Muzejní edukace může mít charakter formálního, neformálního a informálního vzdělávání. Formální vzdělávání – představuje klasický způsob vzdělávání ve školských institucích. Jde o povinné vzdělávání vycházející z uznávaných společenských ustanovení a směřující k získání všeobecně uznávané kvalifikace. Jedná se o záměrné a soustavné vzdělávání. Neformální vzdělávání se vyznačuje vzdělávání probíhajícím mimo formální soustavu vzdělávání. Zahrnuje široké spektrum aktivit, kterými mohou být zájmové kroužky vedené minimálně proškolenými pracovníky. Většina aktivit probíhajících v muzeu pod vedením muzejního pedagoga nebo odborného pracovníka spadá do kategorie neformálního vzdělávání. Mezi tradiční neformální muzejní aktivity patří přednášky, umělecké a pracovní dílny, komentované prohlídky, besedy, soutěže a muzejní noci s doprovodnými aktivitami. Informální vzdělávání je nejstarší forma učení. Jedná se o nezáměrné učení probíhající po celý život člověka. Dochází k němu vlivem každodenních zkušeností. Charakteristickými rysy informálního učení jsou neorganizovanost a nesystematičnost. Muzea dávají příležitosti k informálnímu vzdělávání prostřednictvím svých expozic, výstav a publikační činnosti. Zprostředkovanou formu informálního vzdělávání pak představují webové prezentace či odborné spolupráce s masmédií.<sup>32</sup>

Významnou postavou pro rozvoj muzejní pedagogiky byl i americký filozof a pedagog John Dewey. Muzeum považoval za „akumulovanou zkušenost celého lidstva.“<sup>33</sup> Nenahraditelnou funkcí muzea je podle něj rozvoj lidské zkušenosti. Poznávací proces chápe především jako nástroj, s nímž se člověk orientuje ve světě, řeší nastalé problémy a adaptuje se na proměnlivou realitu. Klíčovou funkcí v poznávacím procesu představuje

---

<sup>31</sup> Tamtéž.

<sup>32</sup> Tamtéž.

<sup>33</sup> JAGOŠOVÁ, Lucie, JŮVÁ, Vladimír a MRÁZOVÁ KRAJÍČKOVÁ, Lenka. *Muzejní pedagogika: metodické a didaktické aspekty muzejní edukace*. Brno: Paido, 2010, s. 25.

vlastní lidská činnost.<sup>34</sup> Ze základních principů muzejní práce, kterými jsou princip názornosti, aktivity, přiměřenosti a emocionálnosti, považoval za nejdůležitější právě princip názornosti. Více zkušeností a vědomostí lze získat podle něj učením opírajícím se o aktivní činnost a vlastní zkušenost.

S rozvíjející se edukační činností muzeí vyvstala potřeba kompetentních pracovníků, kteří se jí budou věnovat. Posláním edukačních pracovníků je, neustále usilovat o probouzení zájmu o poznání kultury a umění prostřednictvím muzejních sbírek. „*Měli by být „duší“ všeho vědění spojeného s informativními, zprostředkovatelskými službami muzeí návštěvníkům a zároveň garantem pedagogické a didaktické kvality tohoto dění.*“<sup>35</sup> Cílem muzejních pedagogů je zaujmout návštěvníka a následně vyvolat schopnost kombinovat vizuální prožitky s tvůrčími aktivitami či různými podobami verbální či nonverbální komunikace. Rozsáhlý záběr činností muzejního pedagoga vyžaduje: „*...dostatečné a kvalitní vzdělání zahrnující celé pracovní spektrum muzejní pedagogiky, ať už v rovině teoretické či v rovině praktické, tzn. široce pojaté všeobecné vzdělání spolu s poměrně rozsáhlým pedagogickým, psychologickým a sociálním aspektem a doplněné o zkušenosti z praxe v různých zařízeních muzejního typu.*“<sup>36</sup> Důležité však jsou také osobnostní předpoklady pracovníka, klíčovými jsou zejména kladný vztah k lidem, komunikativnost, trpělivost, kreativnost, nápaditost, všestrannost a pohotovost. Muzejní pedagog by měl mít schopnost zaujmout posluchače. Svůj výklad by měl přizpůsobovat věku a znalostem publika. Jeho cílem by mělo být upoutat návštěvníkovu pozornost a vzbudit zájem o další vzdělávání. To se děje za využití různých forem a metod.

Metody jsou koordinované postupy, kterými je dosahováno stanovených cílů. Formy jsou způsoby předávání informací návštěvníkovi. Muzejně pedagogické metody dělíme na klasické výukové metody, aktivizující (metody diskusí, situační, řešení problémů, metody inscenační a didaktické hry) a komplexní výukové metody (individuální výuka, partnerská výuka, skupinová výuka, kritické myšlení, brainstorming, výuka dramatem, otevřené učení, učení v životních situacích, individuální a individualizovaná výuka, televizní výuka, výuka podporovaná počítačem, projektová výuka, frontální výuka). Klasické metody se dále dělí na metody slovní (vyprávění, přednáška, práce s textem, rozhovor, vysvětlování),

---

<sup>34</sup> Tamtéž.

<sup>35</sup> Tamtéž, s. 150.

<sup>36</sup> Tamtéž, s. 151.

názorně demonstrační metody (práce s obrazem, předvádění a pozorování, instruktáž), dovednostně – praktické metody (napodobování, manipulování, vytváření dovedností, laborování a experimentování, produkční metody. Volba konkrétní výukové metody závisí na stanovených cílech. Její výběr by měl odpovídat prostředí, ve kterém bude používána. Důležité je zvážit vnější i vnitřní podmínky důležitých pro funkčnost dané metody, popřípadě ji doplnit technickými pomůckami. Výběr metody by měl zohledňovat věk cílové skupiny. Správně zvolená metoda, časová náročnost, prostor a technické pomůcky jsou předpoklady úspěšné edukace.

Metodicky promyšlená, organizovaná a plánovaná činnost by měla vést k požadovaným individuálním a společenským cílům (edukačním, kompenzačním, rekreačním, komunikačním). Před každou vzdělávací akcí je nutné si vypracovat projekt, v němž je důležité určit vzdělávací cíle, formulovat je, zvolit obsah a rozsah. Je třeba identifikovat profil účastníků, zvolit formy a metody vzdělávání (ve spolupráci s cílovou skupinou). Naplánovat finanční, technické a organizační zabezpečení. Před tvorbou a plánováním edukačního programu je dobré zahájit sociologický průzkum názorů, postojů a zájmů. Důležité je shromáždit údaje o zdravotním stavu cílové skupiny. Osvědčuje se také nezávazně hovořit s účastníky a na základě informací zpracovat rozbor, z kterého vyhodnotíme motivaci, možnosti a především přání klientů. Ze zjištěného profilu jednotlivce a tím i celé sledované skupiny může muzejní pedagog společně s dalšími odbornými pracovníky muzea navrhnout témata, posloupnost a vývoj témat celkové expozice a úpravy při výstavbě samotné výstavy. Autor výstavy s kolektivem potom vybírá formu interpretace, doprovodné pomůcky a materiály. Nalézají účinné didaktické nástroje a prvky, které si vytipovala cílená skupina jako předmětné. Důraz je kladen na umění poskládat a sestavit výstavu v odpovídajícím rozpočtu, na určené (často omezené) ploše do kýženého výsledku. Důraz by se měl klást na uspořádání tematických celků, logické posloupnosti vývoje tématu a poskytnout maximální rozvoj osobnosti účastníků. Postupy podněcující motivaci seniorů, a zároveň respektující jejich individualitu, zajišťují zpětnou vazbu seniorům i pracovníkům muzea a umožňují využití poznatků v pracovním životě

a při další práci. Vždy je nutné provést vyhodnocení, rozbor činností a vzít si ponaučení. Zpětná vazba podává vždy obraz o realizaci, průběhu a výsledcích edukačního programu.<sup>37</sup>

---

<sup>37</sup> HONZÍKOVÁ, Barbora. *Výchovně vzdělávací činnost muzeí ve vztahu k seniorům na základě aktuálních gerontagogických poznatků*. Brno: 2012. Diplomová práce (Mgr.). Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, Ústav archeologie a muzeologie, 2008-06-30. [online] [29.3.2014] Dostupné na: [http://is.muni.cz/th261099/ff\\_m/](http://is.muni.cz/th261099/ff_m/).

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

### 3 METODIKA PRÁCE

#### 3.1 Dotazníkové šetření

Pro zjištění zájmu seniorů o muzejní aktivity jsem zvolila metodu kvantitativního výzkumu, šetření proběhlo formou dotazníku. Jedná se o standardizovaný soubor otázek, který je předložen respondentům.<sup>38</sup> *Obsahuje otázky a možnosti odpovědí, popřípadě ponechává i místo na spontánní odpověď. Dotazník je v sociologickém výzkumu velmi oblíbený. Umožňuje totiž u reprezentativního souboru dotázaných poměrně snadnou kontrolu reprezentativity a data pomocí něho získaná se dají rychle zpracovat.*<sup>39</sup>

#### 3.2 Příprava dotazníkového šetření

Samotnému naformulování dotazníku předcházelo stanovení následujících cílů a hypotéz.

Cíl 1: Zjistit důvod zájmu seniorů o muzeum a muzejní doprovodné aktivity

H 1: Domnívám se, že respondenti z řad seniorů nejčastěji uvedou, že si od návštěvy muzea slibují aktivní využití volného času.

Cíl 2: Zjistit o jaké aktivity mají senioři zájem.

H 2: Předpokládám, že workshopy budou nejméně žádanou aktivitou.

Cíl 3: Zjistit, zda nabídka doprovodných aktivit je přínosem pro tuto věkovou kategorii návštěvníků.

H 3: Myslím si, že většina respondentů seniorského věku shledává osobní přínos nabídky doprovodných aktivit v možnosti seberealizace.

Cíl 4: Na základě odpovědí respondentů navrhnout možné varianty doprovodných programů pro seniory.

Následovalo sestavení dotazníku a jeho schválení vedoucí práce. Šetření probíhalo od 16. 2. 2014 do 31. 3. 2014. Respondenty výzkumu byli návštěvníci Národního zemědělského muzea ve Valticích ve věku 60 a více let. Rozdáno bylo 100 dotazníků, návratnost byla 100% tedy 100 dotazníků.

---

<sup>38</sup> VAVŘÍK, Michal a JILČÍK, Tomáš. *Základy sociologie*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011.

<sup>39</sup> JANDOUREK, Jan. *Průvodce sociologií*. Praha: Grada, 2008, s. 45.



### 3.3 Místo šetření

Muzeum vinařství, zahradnictví a životního prostředí ve Valticích je pobočkou Národního zemědělského muzea Praha. V současné době, sídlí muzeum na valtickém náměstí, v jeho těsné blízkosti stojí kostel Nanebevzetí Panny Marie a Městské muzeum Valtice. Počátek zrodu dnešního muzea ve Valticích však spadá do roku 1953, kdy představitelé, Vysoké školy zemědělské v Brně a Československé myslivecké jednoty v Praze, přistoupili na požadavek pánů Kopečka, Kostroně a Kožiny založit v Lednici na Moravě Státní výukové centrum pro myslivost. Slavnostní otevření prvních expozic se uskutečnilo 9. května 1955 u příležitosti 10. výročí osvobození ČSR od fašismu. Nově otevřená expozice nesla název „Vývoj lovu od pravěku po současnost.“ Přes řadu nedostatků se tato expozice stala významným přínosem pro celý Lednicko –valtický areál. V roce 1967 bylo v Lednici založeno zahradnické oddělení Československého zemědělského muzea a svou činnost začalo rozvíjet ihned od počátku roku 1968. Myslivecká část muzea byla postupně nahrazována zahradnickými expozicemi a výstavami, během let vznikaly nové expozice o vývoji zahrad a parků, o vývoji ovocnářství a vinařství, byly také pořádány krátkodobé výstavy květin. Rozvíjející se činnost muzea však od počátku čelila snahám o vystěhování z lednického zámku, kde bylo muzeum pouze v pronájmu. Snaha o získání vlastního objektu byla naplněna v roce 1985, kdy muzeum získalo budovu ve Valticích a v roce 1988 se dále rozšířilo o umělou zříceninu Janova hradu. Po rekonstrukci budovy ve Valticích se depozitáře i vedení muzea přestěhovali do Valtic a postupně se sem přesunula i výstavní činnost, v roce 1999 byly otevřeny zahradnické expozice a v následujícím roce bylo Národní zemědělské muzeum v zámku Lednice na Moravě uzavřeno pro veřejnost. Koncem roku 2002 přišlo o budovu Janova hradu, která byla převedena pod správu Národního památkového ústavu a jedinou budovou moravské pobočky Národního zemědělského muzea tak zůstává budova ve Valticích.<sup>40</sup>

Současná expozice valtické pobočky Národního zemědělského muzea Praha prezentuje historii vývoje zelinářství a ovocnářství od středověku až po moderní velkovýrobu. Vinařská expozice se zabývá historií pěstování a zpracování vína a představuje mimo jiné i historické vinařské lisy a nástroje. Nově otevřená výstava „Život v krajině Lednicko –

---

<sup>40</sup> KORDIOVSKÝ, Emil a kol. *Městečko Lednice*. V Brně: Pro obec Lednice vydala Muzejní a vlastivědná společnost v Brně, 2004.

valtického areálu“ představuje přírodu tohoto nádherného krajinného komplexu, její jednotlivé biotopy a živočichy zde žijící. Návštěvníci se mohou seznámit s běžnými i vzácnými druhy ryb, žijících v lednických rybnících i tůních lužního lesa, nebo mohou poznávat zástupce ptačí říše, jejichž druhovou pestrostí je příroda Lednicko – valtického areálu vyhlášena. Samozřejmostí nově instalovaných výstav je velké množství interaktivních prvků a příjemnou atmosféru muzea dotváří každoročně výstava letniček a balkónových květin umístěná na nádvoří muzea. Muzeum ve Valticích kromě jiného pořádá krátkodobé výstavy a připravuje doprovodné a vzdělávací programy pro děti a školní mládež. Ve svých dlouhodobých strategiích si pobočka Národního zemědělského muzea Praha klade za cíl přiblížit se, co nejvíce místní veřejnosti zejména pak seniorům.<sup>41</sup> To se do jisté míry daří prostřednictvím stálé expozice a krátkodobých výstav, avšak doprovodné a vzdělávací aktivity muzea jsou stále více zaměřeny na dětského návštěvníka. Jedním z možných důvodů odsouvání realizace programů pro seniory byly chybějící prostory vyhovující této věkové skupině návštěvníků. Situace se mění a v těchto dnech se vyřizují poslední potřebná povolení na výstavbu multifunkční místnosti na nádvoří muzea, která by měla zohledňovat veškeré potřeby seniorů. Tvorba programů pro seniory nabývá na aktuálnosti a v souvislosti s tím vyvstala potřeba zmapovat zájem této věkové kategorie návštěvníků o doprovodné muzejní aktivity, sestavit odpovídající nabídku s cílem zaujmout a stát se jednou z vyhledávaných možností trávení volného času.

### 3.4 Metody práce

K dosažení cíle bakalářské práce jsem použila metodu dotazníku. Jedná se o nejčastěji využívanou techniku kvantitativního výzkumu a její výhodou je rychlost, v krátkém čase je možné získat informace od velkého počtu lidí. Dotazník určený návštěvníkům seniorského věku obsahuje 13 otázek (příloha č. P I.). Z 13 otázek dotazníku je 6 otázek uzavřených ( č. 1, 2, 6, 8, 9, 11). Výhodou uzavřených otázek je, že respondent odpovídá přesně na to, co tazatel potřebuje a snadná je i kvantifikace respondentů. Nevýhodou může být, že respondent si nemůže vybrat variantu odpovědi, která není uvedena, i když se na něho vztahuje.<sup>42</sup> 6 dalších otázek je polouzavřených ( č. 3, 4, 5, 7, 10, 12 ), respondent si může

---

<sup>41</sup> Národní zemědělské muzeum Praha [online]: Muzeum vinařství, zahradnictví a životního prostředí, [cit. 13.4.2014] Dostupné na: <http://www.nzm.cz/valtice/>

<sup>42</sup> VAVŘÍK, Michal. *Základy sociologie*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011.

zvolit buď předem naformulovanou odpověď, nevyhovuje-li mu žádná z nabízených odpovědí má možnost uvést svoji vlastní. Poslední otázka je otevřená (č. 13). Výhodou otevřených otázek je, že respondent uvede i to, na co se přímo neptáme a nemusí se předem stanovit varianty odpovědí. Problém nastává, když respondent nepochopí otázku a ztrácí se kontrola nad tím, zda skutečně odpovídá na to, co chce tazatel. Obtížné bývá také vyhodnocení otevřených otázek a následné rozřídění do kategorií.<sup>43</sup>

### 3.5 Zpracování získaných dat

Data byla seřazena do pracovních tabulek četností. Sumární tabulky četnosti a grafy byly vytvořeny na základě výsledných součtů absolutních a relativních četností. K výpočtu a konstrukci byl využit program Microsoft Excel. Jednotlivé položky byly uspořádány do tabulek, ty byly popsány a graficky znázorněny. Absolutní četnost znamená v tabulce počet respondentů volících stejnou odpověď z nabídnutých možností. Relativní četnost je údaj poskytující přehled o tom, jak velká část z celkového počtu hodnot připadá na danou dílčí hodnotu. Data získaná prostřednictvím otevřených otázek byla seřazena od nejčastějších odpovědí po nejméně časté.

---

<sup>43</sup> Tamtéž.

## 4 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

### 4.1 Vyhodnocení dotazníku

#### 1. otázka – 3. otázka

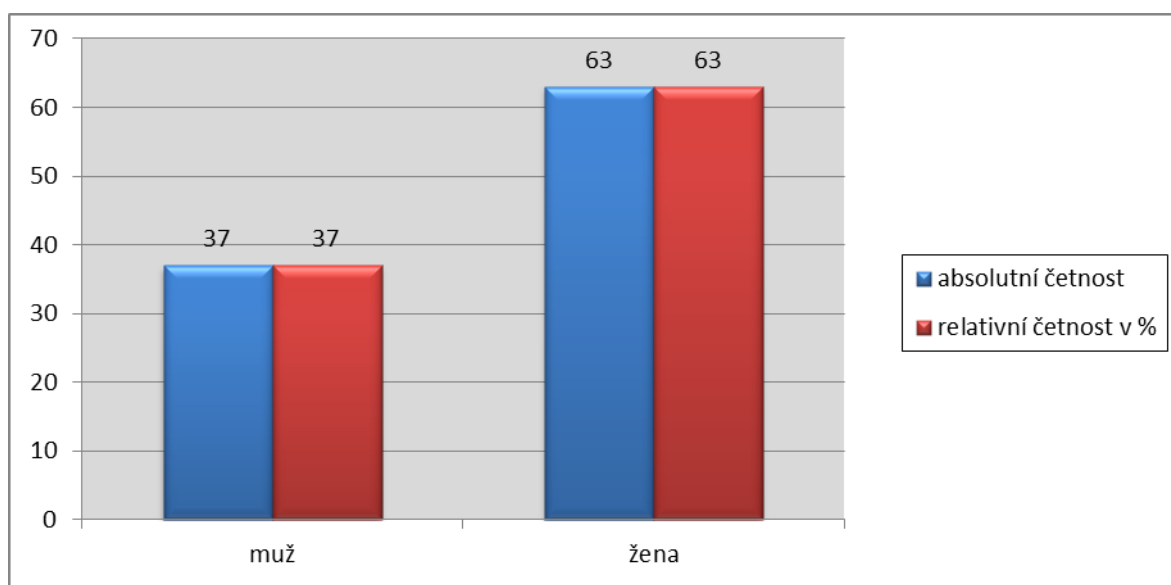
Otázkami na pohlaví a věk respondentů jsem chtěla zmapovat skupinu seniorů, pro které by byly připravovány doprovodné aktivity. Otázka bydliště je pak důležitá pro načasování programů. Bude – li zájem větší mezi turisty, měly by být doprovodné programy směřovány především do hlavní sezóny tedy do období prázdnin. Lidé místní či z blízkého okolí mohou navštěvovat muzeum celoročně a tomu by měla být přizpůsobena i nabídka muzea.

#### Otázka č. 1: Pohlaví

Tab. č. 1. Pohlaví

pohlaví	absolutní četnost	relativní četnost v %
muž	37	37
žena	63	63
celkem	100	100

Graf č. 1. Pohlaví



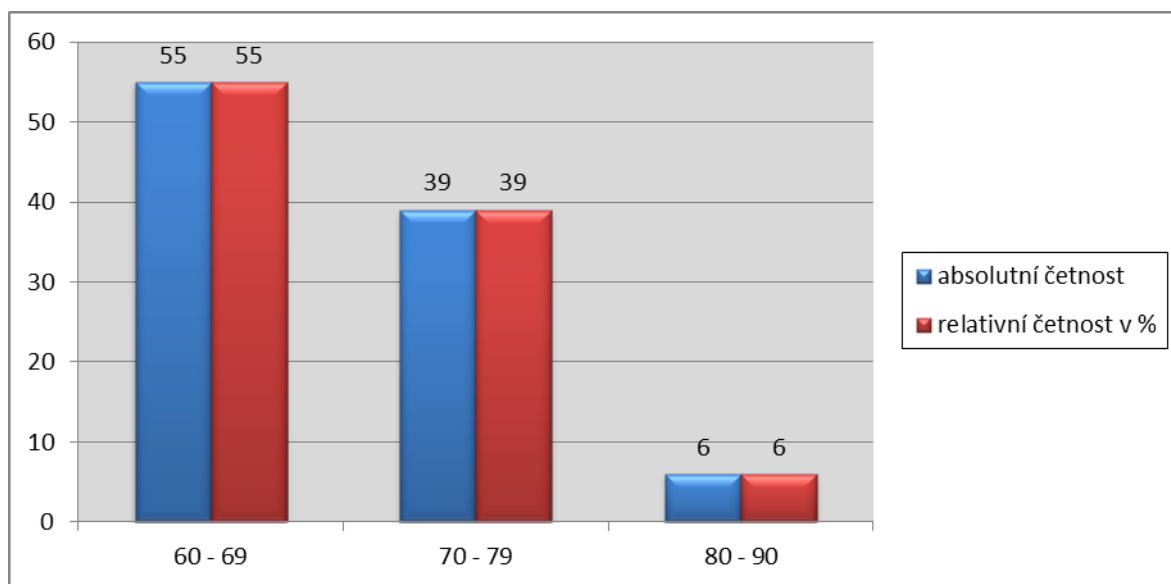
Z celkového počtu 100 respondentů bylo 37 mužů, což je 37% a 63 žen, což je 63%. Domnívám se, že větší zastoupení ženského pohlaví může být dáno tím, že ženy se zpravidla dožívají vyššího věku nebo také tím, že jsou aktivnější než muži a častěji se zajímají o kulturní dění.

Otázka č. 2: Věk

Tab. č. 2. Věk respondentů

věk	absolutní četnost	relativní četnost v %
60 - 69	55	55
70 - 79	39	39
80 - 90	6	6
celkem	100	100

Graf č. 2. Věk respondentů



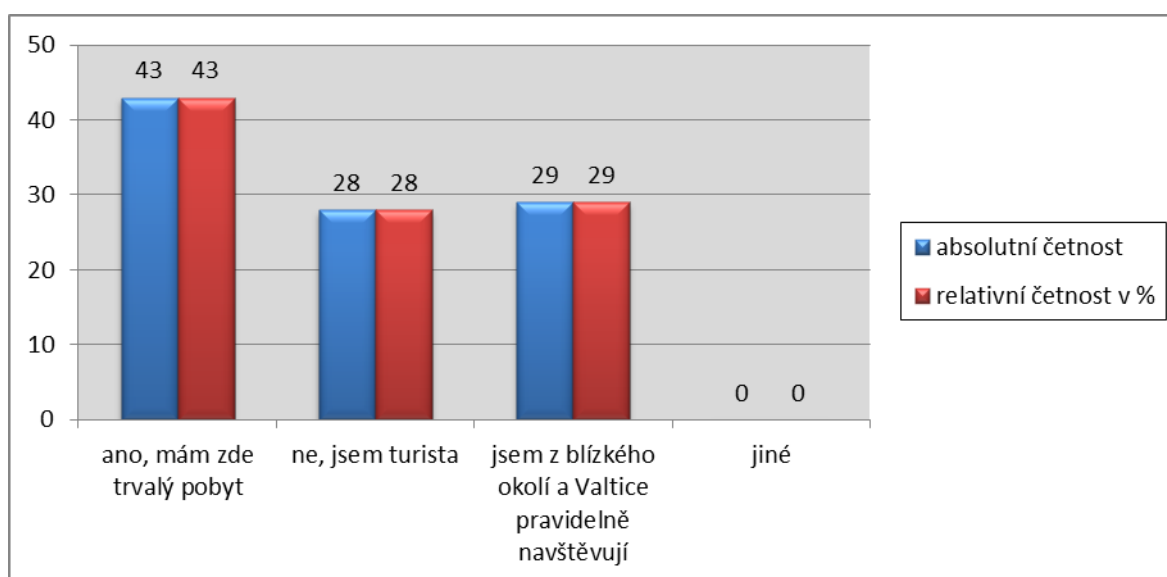
Nejvíce byla zastoupena kategorie 60 – 69 let a to 55 lidmi, to je 55%. Kategorii 70 – 79 let tvořilo 39 lidí, což představuje 39% z celkového počtu respondentů. Nejméně byla zastoupena kategorie 80 – 90 let, která byla zastoupena 6 lidmi, tj. 6% respondentů.

Otázka č. 3: Žijete ve Valticích?

Tab. č. 3 Žijete ve Valticích?

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
ano, mám zde trvalý pobyt	43	43
ne, jsem turista	28	28
jsem z blízkého okolí a Valtice pravidelně navštěvují	29	29
jiné	0	0
celkem	100	100

Graf č. 3 Žijete ve Valticích?



43% dotázaných respondentů tedy 43 seniorů tvoří lidé s trvalým pobytem ve Valticích. Dalších 29% tedy 29 seniorů uvedlo, že jsou z blízkého okolí. Turisté jsou zastoupeni 28 seniory a tvoří tak 28% z celkového počtu dotázaných. Skupina lidí s trvalým pobytem a lidí z blízkého okolí představuje 72 seniorů tedy 72% dotázaných. Tato skupina návštěvníků může využívat služeb muzea celoročně a tomu by měla odpovídat i nabídka doprovodných programů. Možnosti jiné nevyužil žádný z respondentů.

## 4. otázka

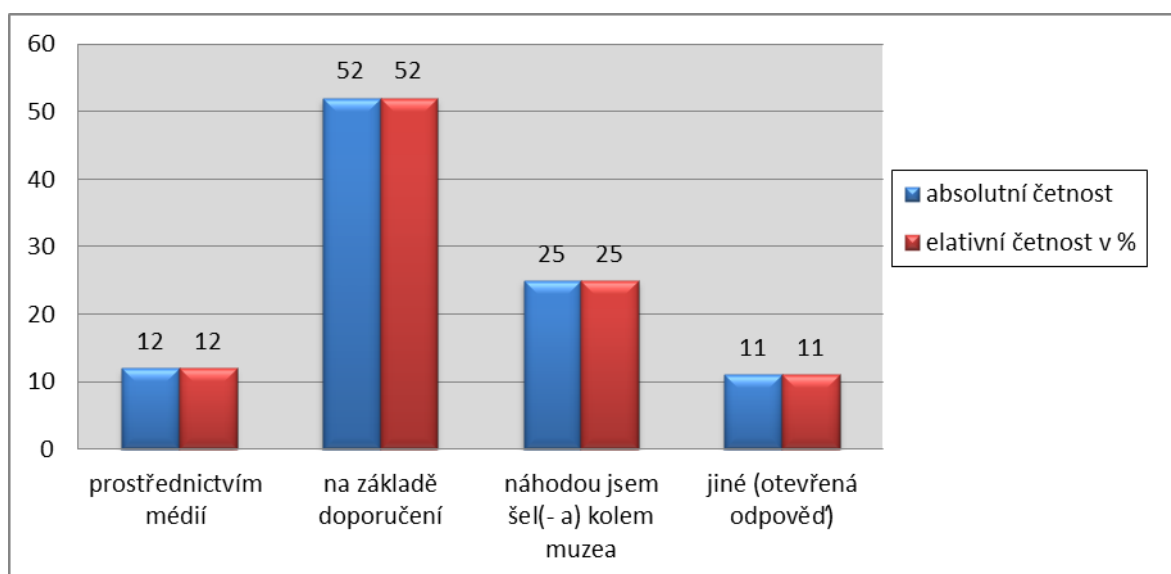
Touto otázkou jsem chtěla zjistit, jakým informačním zdrojům dávají senioři přednost, jak se o muzeu dozvídají a zda se vyplatí otázkám reklamy v případě doprovodných programů pro seniory věnovat pozornost.

Otázka č. 4: Jak jste se o Národním zemědělském muzeu dozvěděl (-a)?

Tab. č. 4 Jak jste se o Národním zemědělském muzeu dozvěděl (-a)?

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
prostřednictvím médií (internet, televize, rozhlas, leták)	12	12
na základě doporučení přátel	52	52
náhodou jsem šel(- a) kolem muzea	25	25
jiné (otevřená odpověď)	11	11
celkem	100	100

Graf č. 4 Jak jste se o Národním zemědělském muzeu dozvěděl (-a)?



Více jak polovina dotázaných (52%) tedy 52 respondentů odpověděla, že o muzeu se dozvěděla na základě doporučení přátel. Potvrzuje to moje přesvědčení, že nejlepší reklamou je dobře odvedená práce. Návštěvník odcházející z muzea s dobrým

pocitem rád předá své dojmy dalším lidem a to je podle mne ta nejlepší a nejlevnější reklama. 25% respondentů tedy 25 seniorů uvedlo, že muzeum navštívili náhodou, když šli kolem muzea. Představuje to celou jednu čtvrtinu dotázaných a přijde mi důležité věnovat tomu pozornost. Samozřejmostí pro náhodně kolemjdoucí by měla být správně nastavená reklama a informace v bezprostředním okolí budovy muzea. Důležité je i návštěvnické zázemí včetně pokladní, která podá, lidem potřebné informace. 12% dotázaných tedy 12 seniorů uvedlo, že se o muzeu dozvědělo prostřednictvím médií (internet, televize, rozhlas, leták). Není to mnoho. Je to podle mne ovlivněno tím, že televize a rozhlas jsou finančně náročné zdroje reklamy a muzeum si je nemůže dovolit. Internet patří sice k dostupnějším zdrojům ze strany muzea, ale zdá se mi stále těžce dostupný pro dnešní generaci seniorů, to se však může s postupujícím časem měnit. Možnost jiné zvolilo 11% respondentů tedy 11 seniorů. Nejčastěji uváděným informačním zdrojem bylo Turistické informační centrum Valtice, které sídlí vedle muzea. Ostatní lidé uvedli, že se zajímají o dění ve Valticích, ale neuvedli zdroje, které k tomu používají.

#### 5. otázka

Otázka č. 5: Národní zemědělské muzeum navštěvujete:

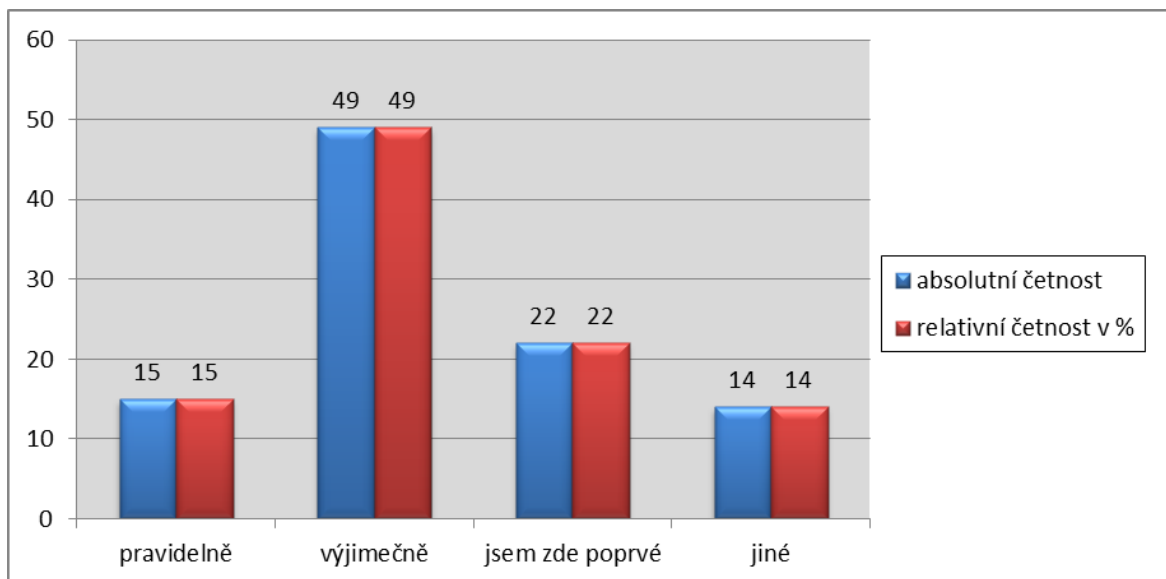
Cílem této otázky bylo, udělat si představu o tom, jak často senioři muzeum navštěvují.

*Tab. č. 5 Národní zemědělské muzeum navštěvujete:*

	absolutní četnost	relativní četnost v %
pravidelně	15	15
výjimečně	49	49
jsem zde poprvé	22	22
jiné	14	14
celkem	100	100



Graf č. 5 Národní zemědělské muzeum navštěvujete:



Skoro polovina dotázaných tedy 49% to je 49 seniorů odpověděla, že muzeum navštěvují výjimečně. Výjimečně znamená, že čas od času navštíví muzeum. Výhodou dle mého názoru je, že tito lidé prostředí muzea znají, odpadá tím strach z neznámého prostředí a je tedy šance především správně nastavenou nabídkou motivovat tyto návštěvníky k pravidelnější návštěvě. Pravidelnými návštěvníky bylo 15% dotázaných, což je 15 seniorů. 22% tedy 22 respondentů odpovědělo, že je v muzeum poprvé, což je celkem velký počet, ale výhodou opět je podle mne seznámení se s prostředím a personálem, a stále je tu jistá naděje, že se dá na tento prvotní zájem navázat a nadále jej rozvíjet vhodným programem. Možnost jiné zvolilo 14 respondentů tedy 14% z celkového počtu dotázaných. Uvedené odpovědi nepřinesly nic nového, nejčastější byla odpověď příležitostně, následovala občas.

#### 6. otázka

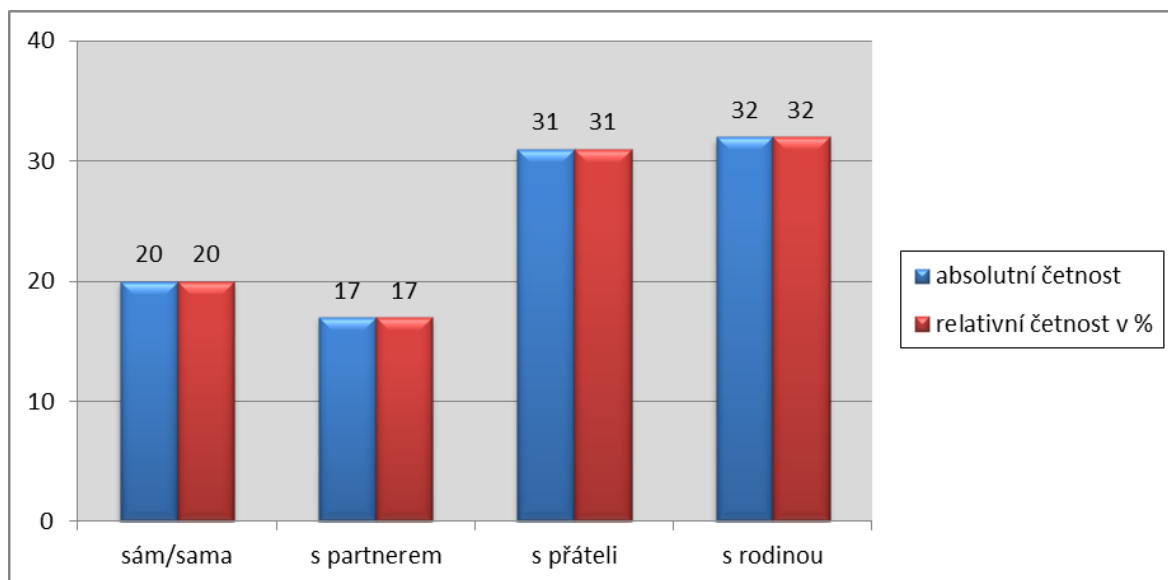
##### Otázka č. 6: Národní zemědělské muzeum navštěvujete nejraději:

Preferují senioři raději samostatnou návštěvu či návštěvu ve skupinách? Myslím že, zodpovězení této otázky, je důležité ke správnému nastavení programů pro tuto věkovou kategorii návštěvníků.

Tab. č. 6 Národní zemědělské muzeum navštěvujete nejraději:

	absolutní četnost	relativní četnost v %
sám/sama	20	20
s partnerem	17	17
s přáteli	31	31
s rodinou	32	32
celkem	100	100

Graf č. 6 Národní zemědělské muzeum navštěvujete nejraději:



Nejvíce respondentů 32%, znamená to, že 32 seniorů navštěvuje muzeum s rodinou, obliba návštěv s rodinou může být využita k sestavování mezigeneračních programů. 31% tedy 31 seniorů upřednostňuje návštěvu s přáteli, v doprovodu partnera navštíví muzeum 17 seniorů což je 17%. Samostatně se do muzea vydá 20 seniorů, což představuje 20% respondentů. Z uvedených výsledků vyplývá, že senioři preferují více návštěvu ve skupinách. Jedním z důvodů upřednostňování návštěvy ve skupinách může být nesmělost, senior se cítí ve společnosti druhé osoby jistěji, ale může to být také potřeba sociálního kontaktu a komunikace. Společné sdílení zážitku a následná komunikace umocňují prožitky.

## 7. otázka

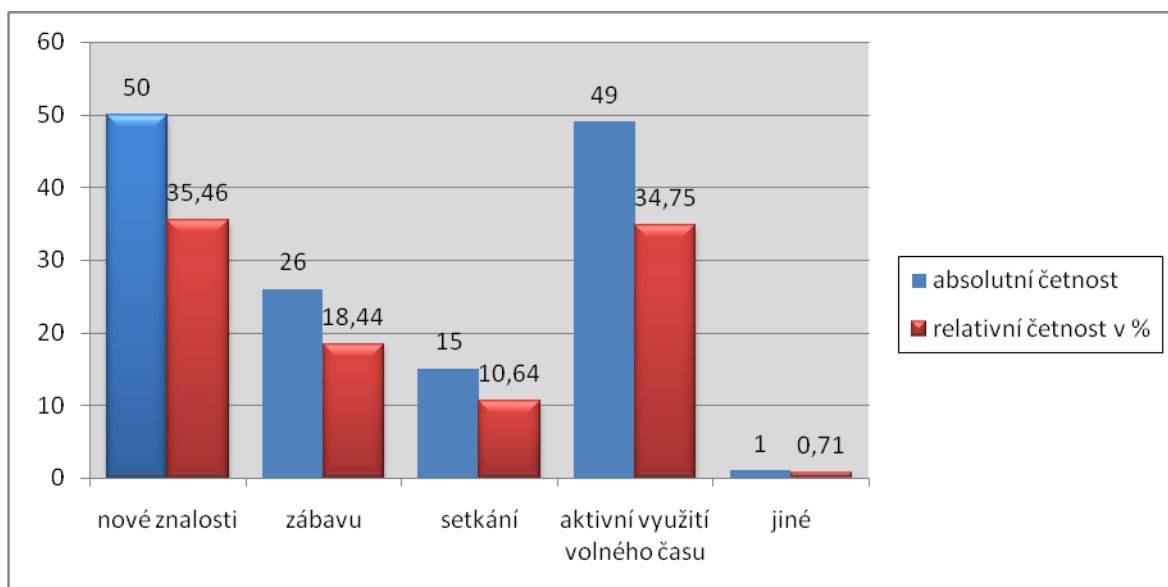
Otázka č. 7: Co si od návštěvy Národního zemědělského muzea slibujete? (zakroužkujte libovolný počet odpovědí)

Správné nastavení programu se neobejde bez zjištění návštěvnických očekávání. Tato zjištění mohou vést k přesnějšímu nastavení programů. Respondenti měli možnost zvolit si více odpovědí nebo doplnit svou vlastní. Domnívala jsem se, že respondenti z řad seniorů nejčastěji uvedou, že si od návštěvy muzea slibují aktivní využití volného času (H1).

Tab. č. 7 Co si od návštěvy Národního zemědělského muzea slibujete?

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
nové znalosti	50	35,46
zábavu	26	18,44
setkání	15	10,64
aktivní využití volného času	49	34,75
jiné	1	0,71
celkem	141	100

Graf č. 7 Co si od návštěvy Národního zemědělského muzea slibujete?



Nejčastěji si senioři od návštěvy muzea slibují nové znalosti. Tato odpověď byla zvolena v 50 případech, což představuje 35,46%. 49x byla zvolena odpověď, že návštěvu muzea si spojují s aktivním využitím volného času, představuje to 37,75%. Možnost odpovědi zábavy byla zvolena ve 26 případech, což je 18,44%. Odpověď setkání byla zvolena v 15 případech, to je 10,64%. Pouze jeden respondent zvolil možnost vlastní odpovědi a uvádí, že od návštěvy muzea si slibuje zábavu pro děti i dospělé. Hypotéza č. 1 se nepotvrdila, ale rozdíl mezi nejčastěji zvolenou možností a mnou předpokládanou možností je minimální. Z výsledků usuzuji, že do muzea chodí lidé, kteří se chtějí dozvědět něco nového a jsou dostatečně motivováni k aktivnímu stárnutí.

8. otázka

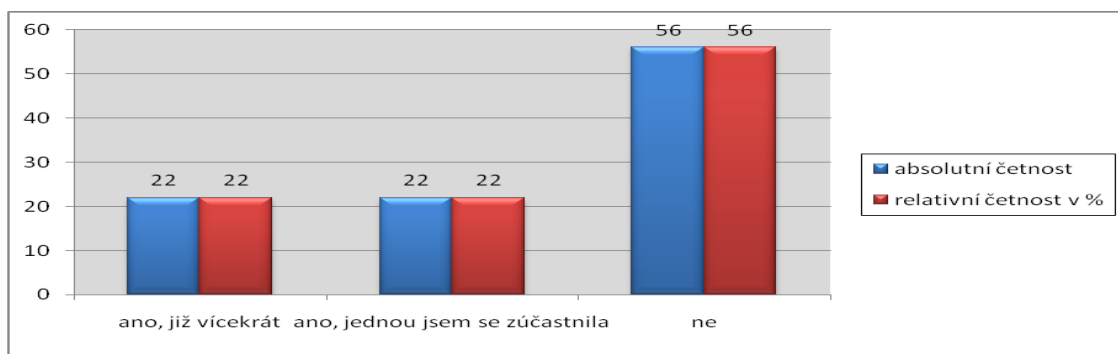
Otázka č. 8: Účastníte se doprovodných programů muzea?

Otázkou jsem chtěla zjistit, zda se senioři někdy nějakého programu zúčastnili. Opět se dá navázat na předešlou zkušenost.

Tab. č. 8 *Účastníte se doprovodných programů muzea?*

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
ano, již vícekrát	22	22
ano, jednou jsem se zúčastnila	22	22
ne	56	56
celkem	100	100

Graf č. 8 *Účastníte se doprovodných programů muzea?*



56% dotázaných tedy 56 seniorů se neúčastní doprovodných programů, 22% tedy 22 seniorů se vícekrát doprovodných programů zúčastnilo a stejný počet tedy opět 22 seniorů,

což je 22% se zúčastnilo doprovodných programů jednou. 44 seniorů ze 100 se už někdy doprovodných programů muzea zúčastnilo.

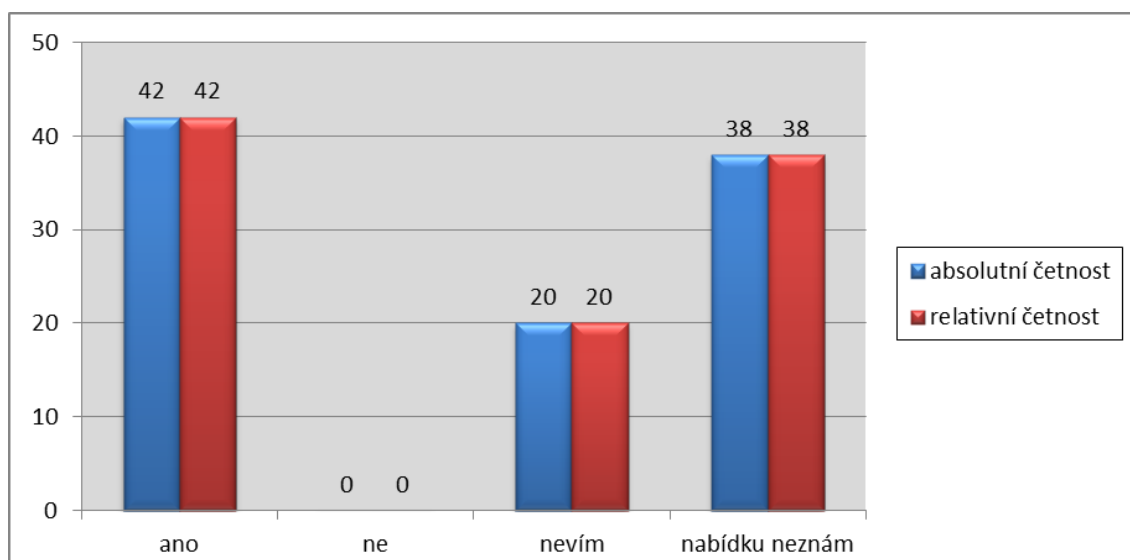
9. otázka

Otázka č. 9: Jste s nabídkou doprovodných programů Národního zemědělského muzea spokojen (-a)?

Tab. č. 9 *Jste s nabídkou doprovodných programů Národního zemědělského muzea spokojen (-a)?*

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost
ano	42	42
ne	0	0
nevím	20	20
nabídku neznám	38	38
celkem	100	100

Graf č. 9. *Jste s nabídkou doprovodných programů Národního zemědělského muzea spokojen (-a)?*



42% tedy 42 seniorů je spokojeno s nabídkou, což je pro mne překvapivě dost lidí. Co mě nepřekvapuje je 38 seniorů tedy 38%, kteří zvolili možnost, nabídku neznám. Jak již bylo zmíněno výše, současná nabídka muzea doprovodných programů není široká, programů je

málo a proto ji také lidé neznají. 20% dotázaných tedy 20 seniorů neví, zda jsou s nabídkou programů spokojeni. Žádný z respondentů ne zvolil odpověď ne.

10. otázka

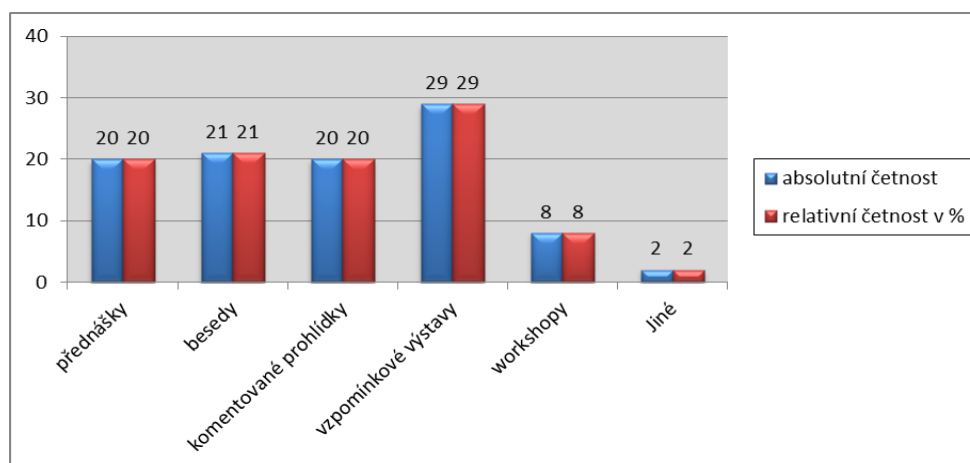
Otázka č. 10: Jaký typ doprovodného programu byste uvítal (-a)?

Zodpovězení této otázky je důležité pro zvolení vhodné podoby doprovodných aktivit. Předpokládala jsem, že workshopy budou nejméně žádanou aktivitou (H2).

Tab. č. 10 Jaký typ doprovodného programu by jste uvítal(-a)?

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
přednášky	20	20
besedy	21	21
komentované prohlídky	20	20
vzpomínkové výstavy	29	29
workshopy	8	8
Jiné	2	2
celkem	100	100

Graf č. 10 Jaký typ doprovodného programu by jste uvítal (-a)?



Nejvíce respondentů přesněji 29% tedy 29 seniorů by uvítalo vzpomínkové výstavy. Další navrhované možnosti doprovodných programů byly zvoleny vyrovnaně. Besedu by uvítalo 21% respondentů tedy 21 seniorů, 20 seniorů tedy 20% z celkového počtu dotázaných by

uvítalo doprovodný program ve formě přednášek, stejný počet respondentů si přeje komentované prohlídky. 8 seniorů tedy 8% zvolilo možnost workshopů. Hypotéza č. 2 byla správná. Nejméně zvolenou aktivitou byly workshopy. Domnívám se, že řada seniorů neví, co si pod tímto názvem představit a raději zvolila jinou možnost, která jim byla bližší.

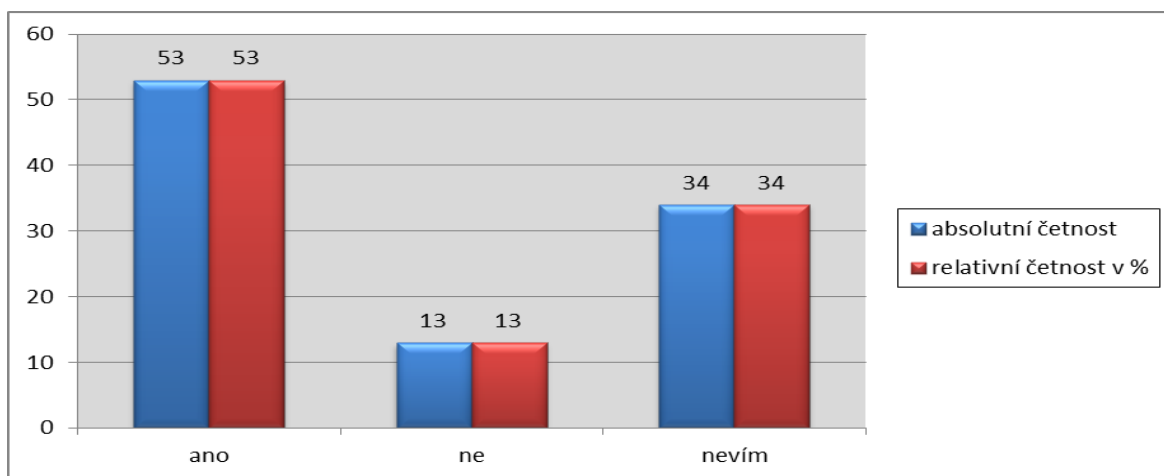
11. otázka

Otázka č. 11: Byl by konkrétní doprovodný program podnět k Vaší pravidelné návštěvě Národního zemědělského muzea?

Tab. č. 11. *Byl by konkrétní doprovodný program podnět k Vaší pravidelné návštěvě Národního zemědělského muzea?*

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
ano	53	53
ne	13	13
nevím	34	34
celkem	100	100

Graf č. 11 *Byl by konkrétní doprovodný program podnět k Vaší pravidelné návštěvě Národního zemědělského muzea?*



Více jak polovina dotázaných tedy 53%, což představuje 53 seniorů si myslí, že konkrétní doprovodný program by byl podnětem k pravidelné návštěvě muzea. Tento výsledek je podle mne velmi pozitivní a může být dobrou motivací tvůrcům doprovodných programů. 34% respondentů tedy 34 lidí neví, jestli by nabídka měla vliv na jejich častější

návštěvnost. Domnívám se, že tento výsledek může souviset s tím, že řada seniorů má jiné zájmy, jiné způsoby trávení volného času a je tedy možné, že si nedokážou představit, že by ke stávajícím zájmům přidaly další aktivity. V této kategorii respondentů mohou být však také senioři, kteří svůj okruh zájmu a způsoby trávení volného času teprve hledají a neví, zda by chtěli a byli ochotni, využívat pravidelných doprovodných programů nabízených muzeem. 13 seniorů tedy 13% dotázaných je přesvědčeno, že nabídka doprovodných programů muzea nebude mít vliv na jejich návštěvu. I v této kategorii mohou být senioři s jinými zájmy a způsoby trávení volného času a je pochopitelné, že o žádné další aktivity nestojí.

12. otázka

Otázka č. 12: V čem spatřujete vy osobně přínos nabídky doprovodných aktivit pro seniory?

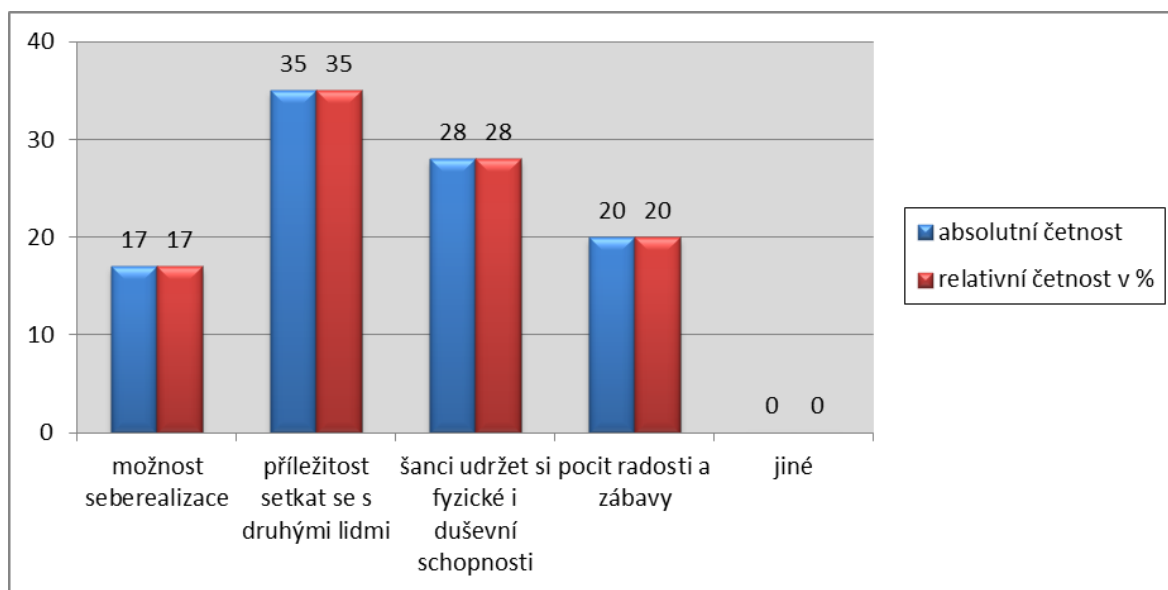
Myslím si, že tvůrce programu by měl vědět, co to dané cílové skupině přinese. Je tak lépe motivován ke své práci a práce ho více naplňuje. Předpokládala jsem, že většina respondentů seniorského věku shledává osobní přínos nabídky doprovodných aktivit v možnosti seberealizace (H3).

Tab. č. 12 V čem spatřujete vy osobně přínos nabídky doprovodných aktivit pro seniory?

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost v %
možnost seberealizace	17	17
příležitost setkat se s druhými lidmi	35	35
šanci udržet si fyzické i duševní schopnosti	28	28
pocit radosti a zábavy	20	20
jiné	0	0
celkem	100	100



Graf č. 12 V čem spatřujete vy osobně přínos, nabídky doprovodných aktivit pro seniory?



Nejčastěji zvolenou odpovědí tedy v 35 případech, což je, 35% respondentů byla zvolena odpověď příležitost se setkat s druhými lidmi. To je podle mne zajímavý výsledek, protože v otázce č. 7, kde lidé volili, co si od návštěvy muzea slibují, byla možnost setkání zvolena jen 15x. Pochopitelné však je, že příležitost setkat se s druhými lidmi je pro seniory důležitá. Často se mohou cítit osamoceni, ať už z důvodu odchodu do důchodu nebo vlivem předčasného úmrtí kamarádů a známých. 28 seniorů tedy 28% si myslí, že nabídka aktivit jim přináší šanci udržet si fyzické i psychické schopnosti. 20% respondentů tedy 20 seniorů si myslí, že doprovodné aktivity přinesou zábavu a pocit radosti. Možnosti seberealizace využilo 17 respondentů tedy 17% dotázaných. Hypotéza č. 3 se nepotvrdila.

13. otázka

Otázka č. 13: Nějaký jiný námět z Vaší strany? Komentář?

V této otázce měli senioři možnost vyjádřit svůj vlastní názor popřípadě navrhnout vlastní řešení. Této možnosti využilo 11 respondentů ze 100. Odpovědi jsem uspořádala od nejčastější po nejméně časté a rozdělila je na náměty a technické připomínky.

Náměty: Ochutnávka vín, pěstování a využívání léčivých bylin, pěstování a ošetřování ovocných stromů, ukázka práce s historickým náradím, výstavy k vánočním a velikonočním svátkům, témata reagující na aktuální problémy např. životní prostředí.

Technické připomínky: Lavičky pro odpočinek a větší písmo u exponátů.

## 4.2 Shrnutí výsledků dotazníkového šetření

Mezi návštěvníky seniory bylo rozdáno 100 dotazníků a stejný počet byl vyplněn. Návratnost je tedy 100%. Výzkumu se zúčastnilo 63 žen a 37 mužů. Více jak polovina seniorů tedy 55% spadá do kategorie 60 – 79 let, 39% dotázaných bylo ve věku 70 – 79 let, nejméně bylo seniorů mezi 80 – 90 lety. Výzkumu se zúčastnilo 43% seniorů s trvalým pobytem ve Valticích, 29% seniorů bylo z blízkého a 28% z celkového počtu dotázaných byli turisté. 52% oslovených respondentů se o muzeu dozvěděla na základě doporučení přátel, 25% uvedlo, že jejich návštěva je čistě náhodná a 12% seniorů se o muzeu dozvěděla z médií. Tři respondenti jako zdroj informací uvedli Turistické informační centrum Valtice. Senioři navštěvují muzeum spíše výjimečně (49%), pravidelně muzeum navštěvuje (15%) a někteří ze seniorů byli v muzeu poprvé (22%). Senioři dávají přednost skupinovým návštěvám, muzeum navštěvují nejraději s rodinou (22%), s přáteli (31%) nebo s partnerem (17%). Samostatnou návštěvu využívá 17% dotázaných. Oslovení senioři si od návštěvy muzea nejčastěji slibují nové znalosti (35,46%) a aktivní využití volného času (34,75%). Z důvodu zábavy vyhledává muzeum 26% dotázaných a 15% si od návštěvy muzea slibuje setkání. Většina oslovených respondentů (56%) se neúčastní doprovodných programů muzea, někteří (22%) se již jednou zúčastnili a shodné zastoupení (22%) je těch, kteří se zúčastnili vícekrát. Nabídka doprovodných programů vyhovuje 42% seniorů, 38% nabídku nezná a 20% neví. Z výzkumu vyplývá, že senioři jako typ doprovodného programu uvítají jakýkoliv typ doprovodného programu. Preference jsou celkem vyrovnané vzpomínkové výstavy (29%), přednášky (26%), besedy (21%), komentované prohlídky (20%). Nejméně volenou formou programu, byly workshopy (8%). Pro většinu seniorů (53%) by byl konkrétní doprovodný program podnětem pro pravidelnou návštěvu Národního zemědělského muzea, 34% dotázaných neví a pro 13% respondentů by to nebyl impuls k jejich pravidelnější návštěvě. Přínosem pořádaných aktivit je pro 35% seniorů, příležitost setkat se s druhými lidmi, 28% seniorů spatřuje přínos v šanci udržet si fyzické a psychické schopnosti, pro 20% dotázaných přináší nabídka aktivit pocit radosti a zábavy a 17% seniorů oceňuje možnost seberealizace. 11 respondentů využilo možnost vlastního komentáře. Někteří měli připomínky technického rázu, kterými byly lavičky pro odpočinek a větší písmo u exponátů. Nejčastěji navrhovanými tématy doprovodných programů byly ochutnávky vín, pěstování a využívání léčivých bylin, pěstování a ošetřování ovocných stromů, ukázka práce s historickým

nářadím, výstavy k vánočním a velikonočním svátkům a témata reagující na aktuální problémy např. životní prostředí.

### 4.3 Návrhy doprovodných aktivit pro seniory

Tuto část bakalářské práce věnuji vytvoření návrhů doprovodných aktivit, které mohou být pořádány v Národním zemědělském muzeu ve Valticích. Cílovou skupinou jsou senioři, kterým jejich zdravotní stav umožňuje fyzickou návštěvu muzea. Posláním všech doprovodných aktivit je zejména přispět ke zkvalitnění života seniorů. Příprava doprovodných aktivit vychází ze stávající nabídky muzea, snažila jsem se využít specifických možností muzea a zohlednila jsem výsledky výzkumu.

Stálá expozice NZM Valtice, která je zaměřena na vývoj zelinářství, ovocnářství a vinařství, může být dobrým výchozím bodem pro všechny typy doprovodných programů určených pro seniory. Všem plánovaným doprovodným aktivitám určených pro stálou expozici NZM Valtice by dle mého názoru, měla předcházet tradiční komentovaná prohlídka. Senioři se prostřednictvím komentované prohlídky seznámí s tématem, na které budou navazovat další aktivity.

Návrhy doprovodných aktivit pro stálou expozici:

#### Zemědělská vzpomínková výstava

*Cílová skupina:* senioři

*Tématická oblast:* historie zemědělství

*Cíl:* oboustranné obohacení všech zúčastněných, podpora aktivního života seniorů s důrazem na trénování dlouhodobé paměti

*Stručný popis programu:*

Tato doprovodná aktivita spočívá v zorganizování výstavy na konkrétní téma samotnými seniory. V našem případě půjde o výstavu zemědělskou. Patří mezi vzpomínkové aktivity. Samotnému vzpomínání by mělo předcházet prvotní seznámení s expozicí, které by proběhlo formou komentované prohlídky. Senioři se obeznámí s historií, postupy, stroji i nářadím využívaných při pěstování a zpracování zemědělských plodin. Předpokládám, že účastníci této doprovodné aktivity budou mít k prezentovaným zemědělským oborům v NZM Valtice blízký vztah. Vhodně vedený komentář ze strany kurátora a bezprostřední kontakt především se zemědělským nářadím v nich může vyvolat vzpomínky na plní

práce, práci ve vinicích a sadech, kterých se sami účastnili nebo je znají z vyprávění svých rodičů či prarodičů. Mohou to být vzpomínky na jiné přístupy, postupy a nářadí používaných v zemědělství a byla by škoda jich nevyužít. Po prohlídce by následovala diskuze, kde by senioři utřídili své vzpomínky a dohodli se na předběžné podobě výstavy.

*Časová náročnost:* předpokládaná délka programu je deset sezení, jednou za týden v délce 60 minut

*Pomůcky:* nářadí, fotografie, články, knihy, recepty apod., které poskytnou senioři, kancelářské potřeby

### Muzejní kufřík

*Cílová skupina:* senioři

*Tématická oblast:* historie zemědělství

*Cíl:* odlehčení výkladu k stávající expozici, vyvolání vzpomínek, pobavení

*Stručný popis programu:*

Tato speciální pomůcka může být vhodným doplňkem výkladu k stávající expozici. Muzejní kufříky aktivizují návštěvníka a symbolizují fakt, že v muzeu se nemusíme jen dívat, ale že tam lze něco dělat, tedy tvořit a aktivně poznávat. Muzejní kufřík je přímou pobídkou k tvořivé aktivitě v muzeu.<sup>44</sup> Kufříky mohou obsahovat soubor různých didaktických pomůcek, kterými jsou katalogy, pracovní listy, CD-ROMy, ale i různé výtvarné potřeby. V našem případě, tedy aktivitě určené pro seniory, bych volila soutěžní variantu kufříků. Vytvoříme sadu kufrů, do kterých umístíme předměty z depozitářů, senioři budou hádat, k jakému účelu vybrané předměty sloužily. Časová náročnost přípravy této aktivity je minimální a jejím cílem je především zábava pro všechny zúčastněné.

*Časová náročnost:* 60 minut

*Pomůcky:* kufr, předměty z depozitáře

---

<sup>44</sup> ŠOBÁŇOVÁ, Petra. *Muzejní edukace*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012.

Muzejní noc s ochutnávkou vína

*Cílová skupina: dospělí a senioři*

*Tématická oblast: vinařství*

*Cíl:* předat návštěvníkům znalosti z oboru vinařství a obohatit je o informace o kultuře pití a stolování vína

*Stručný popis programu:*

Muzejní noc patří mezi oblíbené edukační programy. Muzeum je otevřeno dlouho do noci, vstupné bývá snižené nebo úplně zdarma. Národní zemědělské muzeum ve Valticích pravidelně pořádá muzejní noc, většinou je však pozornost zaměřena na dětského návštěvníka. Ochutnávky vín, které si žádají někteří účastníci výzkumu, by mohly být vhodným doplněním programu muzejní noci. Ochutnávání nápojů, ale i jídel je jistě příjemnou záležitostí, ale vzhledem k tomu, že většina seniorů si od návštěvy muzea slibuje nové znalosti, přijde mi vhodné samotnou ochutnávku doplnit ještě o informace vztahující se k tomuto nápoji. Ochutnávce by měla tedy předcházet komentovaná prohlídka, kde se návštěvníci seznámí s pěstováním révy vinné a výrobou vína. Následoval by krátký výklad sommeliera o způsobech stolování a konzumace vína. Samotná degustace bude probíhat v příjemném prostředí vinařské místnosti přístupné z nádvoří muzea, kde zkušený sommelier představí deset druhů různých vín, popíše, jak mají jednotlivá vína chutnat a vonět. Účastníci programu si budou moci vyzkoušet své schopnosti a pokusit se poznat o jaké víno se jedná.

*Časová náročnost: 120 minut*

Ošetřování letniček a balkonových rostlin

*Cílová skupina: dospělí a senioři*

*Tématická oblast: květinářství*

*Cíl:* předat informace o zásadách pěstování balkonových květin a letniček a naučit se starat a pečovat o květiny

*Stručný popis programu:*

Každoročně je na nádvoří v Národním zemědělském muzeu připravená výstava „Balkonové květiny a letničky“. Návštěvníci mohou obdivovat pelargónie, petúnie, surfínie a jiné druhy květin. Tato výstava u návštěvníků velmi oblíbená mezi seniory

obzvlášť. Barevnost květin vytváří příjemnou atmosféru muzea, návštěvníci si ji mohou vychutnat a posedět na lavičkách umístěných na nádvoří muzea. Řada z nich se však nespokojí pouze s příjemným vjemovým zážitkem a zajímají se o postupy při pěstování květin. Pro tyto návštěvníky by mohl být pořádán seminář, kde by se prostřednictvím odborného pracovníka seznámili s druhy květin vystavovaných na nádvoří muzea, s jejich pěstováním, nároky na stanoviště a výživu a způsoby ošetřování. Následovala by praktická ukázka na nádvoří muzea, kde by si sami mohli vyzkoušet ošetřování rostlin. Pro umocnění zážitku příjemného nádvoří muzea mohou zdatnější z nich vyzkoušet stávající doprovodnou aktivitu, kterou je pocitový chodník. Jedná se o chodník vytvořený z písku, kůry, oblázků, kamínků, pecek, šišek a kaštanů, je možné se po něm projít bosýma nohama a vnímat přírodní materiály. Chůze na boso v terénu se zajímavým povrchem klade nároky na rovnováhu a masíruje reflexní body na chodidlech, které odpovídají za funkci tělesných orgánů. Poskytuje úlevu a posílení celému organismu a je prospěšná jak fyzickému, tak i duševnímu zdraví.

*Časová náročnost:* 120 minut

## ZÁVĚR

Zvolené téma reaguje na aktuální stav současné společnosti. Zvyšující se počet seniorů v populaci, zavazuje společnost k vytváření příznivého prostředí pro aktivní a důstojné stárnutí. Muzea jsou si vědoma, že návštěvníci seniorského věku budou v blízké době tvořit významnou skupinu uživatelů a chtějí se přiblížit této věkové kategorii návštěvníků. Snaží se oslovit starší generaci, hledají cesty, jak zpřístupnit a zatraktivnit muzejní prostředí a usilují o zapojení starších osob do kulturních aktivit. Přizpůsobení nabídky stávajících služeb pro tuto věkovou kategorii návštěvníků se neobejde bez zjištění jejich specifických požadavků. Získané znalosti a jistá dávka empatie pak mohou vést k citlivé muzejní edukaci a muzea se mohou stát příjemným místem seberealizace řady seniorů.

Výběr tématu byl ovlivněn mými pracovními důvody, ale především osobním postojem ke stáří. Nemyslím si, že stáří musí být jen dobou přijímání důchodu a pasivního způsobu života, ale může přinášet i poměrně široké spektrum možností pro rozvoj různých aktivit. S vědomím všech úskalí, které s sebou tvorba aktivit pro zvolenou cílovou skupinu přináší, jsem přesvědčená, že muzeum může být jednou z nich. Přestože muzea a muzejní pracovníci stále raději zaměřují svoji pozornost na dětského návštěvníka a seniorů se pořád tak trochu obávají, myslím si, že při troše odvaze můžou vznikat velmi krásné vzájemně se obohacující se vztahy a naplnění se tak dostane nejen seniorům, ale i zaměstnancům muzea v podobě smysluplné práce.

V teoretické části jsem se zabývala pojmy stárnutí, stáří, tělesnými změnami probíhajícími ve stáří a zaměřila jsem se také na jednotlivé etapy přípravy na stáří. Druhou část teorie jsem věnovala vysvětlení pojmu volný čas a vyjmenování některých možných aktivit pro seniory. Větší pozornost jsem pak věnovala muzeu jako jedné z možností trávení volného času seniorů. Jsou zde vysvětleny pojmy související s výchovně vzdělávací činností muzeí.

Praktická část je věnována výzkumu. Dotazníkovým šetřením jsem se snažila zjistit zájem o doprovodné aktivity v muzeu. Šetření proběhlo v Národním zemědělském muzeu ve Valticích a respondenty byli návštěvníci seniorského věku tohoto muzea a na závěr jsem se pokusila nastínit možné návrhy doprovodných aktivit k stávající expozici Národního zemědělského muzea ve Valticích.

Z výzkumu vyplývá, že senioři mají o doprovodné aktivity v muzeu zájem. Většina z nich uvedla, že konkrétní doprovodný program by byl impulsem k jejich pravidelnější návštěvě. Na základě výsledků výzkumu usuzuji, že muzea navštěvují dobře motivováni návštěvníci,

kteří si od návštěvy muzea slibují především nové znalosti a aktivní využití volného času a v podstatě jsou otevřeni všem možným typům doprovodných programů. V neposlední řadě vnímají návštěvu muzea jako společenskou událost a příležitost setkat se s druhými lidmi. Budování vztahu mezi muzeem a seniory, dle mého názoru má smysl, i když cesta k návštěvníkovi seniorovi je možná obtížnější, určitě se vyplatí. Dobrou motivací všem, kdo se pokouší hledat nové možnosti a přístupy k seniorům, mohou být slova Ladislava Smoljaka: „*Myslím, že hlavní naděje nespočívá v přesvědčení, že ta věc dopadne dobře, ale v přesvědčení, že to, co děláte, má smysl.*“<sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Grada, 2011, s. 136.



## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

### Monografie a knihy

- [1] DOŇKOVÁ, Olga a NOVOTNÝ, Sebastian Jan. *Vývojová psychologie pro sociální pedagogy*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2010
- [2] GRUSS, Peter. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, 2009. 222 s. ISBN 978-80-7367-605-6.
- [3] CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.
- [4] JAGOŠOVÁ, Lucie, JŮVA, Vladimír a MRÁZOVÁ KRAJÍČKOVÁ, Lenka. *Muzejní pedagogika: metodologické a didaktické aspekty muzejní edukace*. 1. Brno: Paido, 2010. 298 s. ISBN 978-80-7315-207-9.
- [5] JANDOUREK, Jan. *Průvodce sociologií*. Praha: Grada, 2008. 208 s. ISBN 978-80-247-2397-6.
- [6] JŮVA, Vladimír. *Dětské muzeum: edukační fenomén pro 21. století*. Brno: Paido, 2004. 264 s. ISBN 80-7315-090-5.
- [7] KOMÁRKOVÁ, Anna a BURIÁNKOVÁ, Michaela. *Muzeum a změna III.: sborník z mezinárodní muzeologické konference: Národní muzeum v Praze*. Praha: Asociace muzeí a galerií České republiky, 2009. 226 s. ISBN 978-80-86611-34-1.
- [8] KOMENSKÝ, Jan Amos. *Vševýchova: Pampaedia*. V Praze: Státní nakladatelství, 1948. 270 s.
- [9] KORDIOVSKÝ, Emil a kol. *Městečko Lednice*. V Brně: Pro obec Lednice vydala Muzejní a vlastivědná společnost v Brně, 2004. 598 s. ISBN 80-7275-055-0.
- [10] KRAUS, Blahoslav, JŮZL, Miroslav a TANNENBERGEROVÁ Monika. *Teorie výchovy*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011. 92 s. ISBN 978-80-87182-04-8.
- [11] KRAUS, Blahoslav a SÝKORA, Petr. *Sociální pedagogika I*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2009. 62 s.
- [12] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011. 141 s. ISBN 978-80-247-3604-4.

- [13] ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Praha: Karolinum, 2011. 168 s. ISBN 978-80-246-1997-2.
- [14] OUBRECHTOVÁ, Marcela a ZEMAN, Václav. *Fenomén Muzeum v 19. a první polovině 20. století*. Ústí nad Labem: Alois International, 2011. 218 s. ISBN 978-80-86971-31-5.
- [15] PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. 135 s. ISBN 80-201-0076-8.
- [16] POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. 158 s. ISBN 978-80-247-3271-8.
- [17] ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. 390 s. ISBN 80-7367-124-7.
- [18] STRÁNSKÝ, Zbyněk. *Úvod do studia muzeologie*. Brno: Universita J. E. Purkyně, 1984. 167 s.
- [19] STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. 319 s. ISBN 80-7178-274-2.
- [20] SUCHÁ, Jitka, JINDROVÁ, Iva a HÁTLOVÁ, Běla. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. 173 s. ISBN 978-80-262-03335-3.
- [21] SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2007. 284 s. ISBN 978-80-86429-62-5.
- [23] ŠOBÁŇOVÁ, Petra. *Edukační potenciál muzea*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 394 s. ISBN 978-80-244-3034-8
- [24] ŠOBÁŇOVÁ, Petra. *Muzejní edukace*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 140 s. ISBN 978-80-244-3003-4.
- [25] TVAROH, František. *Všichni stárneme*. Praha: Avicenum, 1984. 248 s.
- [26] VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. Praha: Avicenum, 1984. 248 s. ISBN 978-80-246-1318-5.
- [27] VAVŘÍK, Michal a JILČÍK, Tomáš. *Základy sociologie*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011. 64 s.
- [28] WOLF, Josef a kol. *Umění žít a stárnout*. Praha: Svoboda, 1982. 365 s.
- [29] ŽALMAN, Jiří. *Průručka muzejníková. I, Tvorba, evidence, inventarizace a bezpečnost sbírek v muzeích a galeriích*. Praha: Asociace muzeí a galerií České republiky, 2010. 75 s. ISBN 978-80-86611-41-9.

## Internetové zdroje

- [1] VONDRÁČEK, Vladimír a Jan Srnec. *Psychologické stáří*. [cit. 5.3.2014]  
Dostupné na [Caps.ecn.cz/dl/Vondracsek\\_Srnec\\_Psychologie\\_stari\\_1959.pdf](http://Caps.ecn.cz/dl/Vondracsek_Srnec_Psychologie_stari_1959.pdf)
- [2] Senioři vítáni [cit. 1. 3 2014] Dostupné na <http://www.osf.cz/publikace/seniori-vitani>
- [3] Filosofie a poslání univerzit třetího věku (U3V): Univerzita třetího věku na univerzitě Palackého v Olomouci [cit. 20. 3. 2014] Dostupné na <http://www.u3v.upol.cz>
- [4] Muzeum definice [cit. 28.3. 2014] Dostupné na <http://Ivon.museum/the-vision/museum-definition/>
- [5] *Profesní etický kodex muzeí ICOM 1987* [cit. 28. 3. 2014]. Dostupné na [http://www.cz – museum.cz/web/deni v oboru/eticky-kodex – muzei](http://www.cz-museum.cz/web/deni-v-oboru/eticky-kodex-muzei)
- [6] JŮVA, Vladimír. *Základy obecné pedagogiky, vývoj muzejní edukace* [cit. 29. 3. 2014]. Dostupné na: [mcpmp.cz/upolads/ke\\_stazeni/metodika/texty-a.../Teze-MP\\_Jva.pdf](http://mcpmp.cz/upolads/ke-stazeni/metodika/texty-a.../Teze-MP_Jva.pdf)
- [7] HONZÍKOVÁ, Barbora. *Výchovně vzdělávací činnost muzeí ve vztahu k seniorům na základě aktuálních geronagogických poznatků*. Brno: 2012. Diplomová práce (Mgr.). Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, Ústav archeologie a muzeologie, 2008-06-30. [cit. 29. 3. 2014] Dostupné na: [http://is.muni.cz/th261099/ff\\_m/](http://is.muni.cz/th261099/ff_m/)
- [8] Národní zemědělské muzeum Praha: Muzeum vinařství, zahradnictví a životního prostředí, [cit. 13. 4. 2014] Dostupné na: <http://www.nzm.cz/valtice/>

## **SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

ICOM International Council of Museum

NZM Národní zemědělské muzeu

**SEZNAM GRAFŮ**

- Graf č. 1. Pohlaví
- Graf č. 2. Věk
- Graf č. 3. Žijete ve Valticích?
- Graf č. 4. Jak jste se o Národním zemědělském muzeu dozvěděla (-a)?
- Graf č. 5. Národní zemědělské muzeum navštěvujete:
- Graf č. 6. Národní zemědělské muzeum navštěvujete nejraději:
- Graf č. 7. Co si od návštěvy Národního zemědělského muzea slibujete?
- Graf č. 8. Účastníte se doprovodných programů muzea?
- Graf č. 9. Jste s nabídkou doprovodných programů Národního zemědělského muzea spokojen (-a)?
- Graf č. 10. Jaký typ doprovodného program by jste uvítal (-a)?
- Graf č. 11. Byl by konkrétní doprovodný program podnět k Vaší pravidelné návštěvě Národního zemědělského muzea?
- Graf č. 12. V čem spatřujete vy osobně přínos nabídky doprovodných aktivit pro seniory?

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka č. 1 Pohlaví

Tabulka č. 2 Věk respondentů

Tabulka č. 3 Žijete ve Valticích?

Tabulka č. 4 Jak jste se o Národním zemědělském muzeu dozvěděl (-a)?

Tabulka č. 5 Národní zemědělské muzeum navštěvujete:

Tabulka č. 6 Národní zemědělské muzeum navštěvujete nejraději:

Tabulka č. 7 Co si od návštěvy Národního zemědělského muzea slibujete ? (zakroužkujte libovolný počet odpovědí)

Tabulka č. 8 Účastníte se doprovodných programů muzea?

Tabulka č. 9 Jste s nabídkou doprovodných programů Národního zemědělského muzea spokojen (-a)?

Tabulka č. 10 Jaký typ doprovodného programu by jste uvítal (-a)?

Tabulka č. 11 Byl by konkrétní doprovodný program podnět k Vaší pravidelné návštěvě Národního zemědělského muzea?

Tabulka č. 12 V čem spatřujete vy osobně přínos nabídky doprovodných aktivit pro seniory?

## **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha č. 1    Dotazník

## **PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK**

Vážení návštěvníci,

Dovoluji si Vás poprosit o vyplnění dotazníku. Dotazník je anonymní. Získané informace budou použity pro moji bakalářskou práci: „Edukační možnosti muzea ve vztahu k seniorům.“

1. Pohlaví:

- a) muž
- b) žena

2. Věk:

3. Žijete ve Valticích?

- a) ano, mám zde trvalý pobyt
- b) ne, jsem turista
- c) jsem z blízkého okolí a Valtice pravidelně navštěvuji
- d) jiné (otevřená odpověď).....

4. Jak jste se o Národním zemědělském muzeu dozvěděl (-a)?

- a) prostřednictvím médií (internet, televize, rozhlas, leták)
- b) na základě doporučení přátel
- c) náhodou jsem šel (-a) kolem muzea
- d) jiné (otevřená odpověď).....

5. Národní zemědělské muzeum navštěvujete:

- a) pravidelně
- b) výjimečně
- c) jsem zde poprvé
- d) jiné (otevřená odpověď).....

6. Národní zemědělské muzeum navštěvujete nejraději:

- a) sám/sama



b) s partnerem

c) s přáteli

d) s rodinou

7. Co si od návštěvy Národního zemědělského muzea slibujete? (zakroužkujte libovolný počet odpovědí)

a) nové znalosti

b) zábavu

c) setkání

d) aktivní využití volného času

e) jiné (upřesněte).....

8. Účastníte se doprovodných programů muzea?

a) ano, již vícekrát

b) ano, jednou jsem se zúčastnil (-a)

c) ne

9. Jste s nabídkou doprovodných programů Národního zemědělského muzea spokojen (-a)?

a) ano

b) ne

c) nevím

d) nabídku neznám

10. Jaký typ doprovodného programu by jste uvítal (-a)?

a) přednášky

b) besedy

c) komentované prohlídky

d) vzpomínkové výstavy

e) workshopy

f) jiné (upřesněte).....

11. Byl by konkrétní doprovodný program podnět k vaší pravidelné návštěvě Národního zemědělského muzea?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím

12. V čem spatřujete vy osobně přínos nabídky doprovodných aktivit pro seniory?

- a) možnost seberealizace
- b) příležitost setkat se s druhými lidmi
- c) šanci udržet si fyzické i psychické schopnosti
- d) pocit radosti a zábavy
- e) jiné (otevřená odpověď).....

13. Nějaký jiný námět z Vaší strany? Komentář?

.....

.....

.....

.....

.....

Děkuji za vyplnění dotazníku.

Romana Janíková

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Institut mezioborových studií Brno