

Vliv studia na univerzitě třetího věku na kvalitu samotného stáří

Bc. Renata Tesařová

Diplomová práce
2015



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií


INSTITUT
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Institut mezioborových studií
akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Renata Tesařová**
Osobní číslo: **H138286**
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Vliv studia na Univerzitě třetího věku na kvalitu samotného stáří**

Zásady pro vypracování:

Zadané a zvolené téma bude zpracováno podle pokynů obsažených v SR UTB ve Zlíně č. 7/2014, včetně příloh, případně podle dalších materiálů. Zejména bude dbáno na dodržování zásad publikační etiky a pravidel společenskovedního výzkumu. Průběžné výsledky práce budou pravidelně konzultovány s vedoucím diplomové práce. S vědomím těchto zásad a pravidel a po konzultaci s vedoucím bude práce zaměřena:

- na vnímání přínosu studia seniorů na jejich osobní život;
- na vliv studia na kvalitu stáří;
- na zjištění jejich vlastní motivace ke vzdělávání.

Součástí práce bude realizovaný kvantitativní výzkum zaměřený na zjištění vztahu seniorské populace ke studiu a ovlivnění kvality jejich života.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

ADAMEC, Petr; KRYŠTOF, David. Univerzity třetího věku na vysokých školách. Vyd. 1. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky, 2011.

135 s. ISBN 9788021056404.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají. Vyd. 1. Editor Milada Rabušicová, Ladislav Rabušic. Překlad Lubomír Kotačka. Praha: Grada, 2011. 141 s. ISBN 978-802-4736-044.

MÜHLPACHR, Pavel. Gerontopedagogika. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, 2004. 203 s. ISBN 8021033452.

PACOVSKÝ, Vladimír. O stárnutí a stáří. Vyd. 1. Praha: Avicenum, 1990. 135 s. ISBN 80-201-0076-8.

RABUŠICOVÁ, Milada; RABUŠIC, Ladislav. Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, 2008. 339 s. ISBN 978-80-210-4779-2.

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Ludmila Fejová

Institut mezioborových studií

Datum zadání diplomové práce:

4. listopadu 2014

Termín odevzdání diplomové práce:

31. března 2015

V Brně dne 4. listopadu 2014



doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.

děkanka




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

Prohlašuji, že

- beru na vědomí, že odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu nahlédnutí, že jeden výtisk diplomové práce bude uložen v příruční knihovně Fakulty humanitních studií Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně a jeden výtisk bude uložen u vedoucího práce;
- byl/a jsem seznámen/a s tím, že na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 2 a 3 autorského zákona mohu užít své dílo – diplomovou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s přípoštění-li tak licenční smlouva uzavřená mezi mnou a Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně s tím, že vyrovnání případného přiměřeného příspěvku na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše) bude rovněž předmětem této licenční smlouvy;
- beru na vědomí, že pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tedy pouze k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům;
- beru na vědomí, že pokud je výstupem diplomové práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji,

- že jsem na diplomové práci pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.
- že odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

V Brně 5. 12. 19

RENATA TEPAJOVÁ (K2)

.....
Jméno, příjmení a podpis diplomanta

ABSTRAKT

Tato práce řeší problematiku vzdělávání seniorů a vlivu studia na kvalitu jejich života. V teoretické části jsem se zaměřila na osobnost seniora v procesu stárnutí, kvalitu jejich života a na různé formy vzdělávacích programů jako jsou univerzity třetího věku.

V praktické části se zabývám objasněním vlivu studia současně vzdělávajících se seniorů na kvalitu jejich života. Na proces vnímání subjektivního hodnocení prožívání života odlišného v každé vývojové nebo životní etapě mapující přínos studia jak pro seniory tak pro společnost. Zvolený problém jsem vyřešila pomocí kvantitativního výzkumu opřené o metodu dotazníkového šetření.

Přínosem této práce je pozitivní zjištění vlivu studia na kvalitu života seniorů studentů. Na základě zjištěných údajů lze říci, že vzdělávání hraje důležitou roli v životě seniorů, aktivizuje ho jak po stránce duševní tak sociální.

Klíčová slova: vzdělání, senioři, Univerzita třetího věku, kvalita života

ABSTRACT

This thesis deals with the issue of education of seniors and influence of studying on quality of their lives. In the theoretical part I focused on the personality of seniors in the process of ageing, quality of their lives and various forms of educational programmes such as universities of the third age.

In the practical part I deal with the clarification of the influence of seniors' studying on the quality of their lives. Then on the process of perception of subjective evaluation of living life differing in each developing or life stage mapping the contribution of studying for seniors as well as for the society. I have solved the chosen problem using quantitative research with the help of a questionnaire survey.

The contribution of this thesis are positive findings of the influence of studying on the quality of senior students. Based on the ascertained facts can we say that education plays an important role in the lives of seniors and activates it from both the mental and the social side.

Keywords: education, seniors, University of Third Age, quality of life

Ráda bych poděkovala vedoucí diplomové práce Mgr. Ludmile Fejové za cenné rady a připomínky, které mi poskytovala v průběhu zpracování diplomové práce.

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

OBSAH

ÚVOD	8
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 STÁŘÍ - TEORIE STÁRNUTÍ	12
1.1 DEFINICE STÁŘÍ	12
1.2 TEORIE STÁRNUTÍ.....	14
1.3 BIOLOGICKÉ ASPEKTY STÁRNUTÍ	15
1.4 PSYCHICKÉ ASPEKTY STÁRNUTÍ	16
1.5 SOCIÁLNÍ ASPEKTY STÁRNUTÍ	16
2 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ	18
2.1 KVALITA ŽIVOTA - VYMEZENÍ POJMU	18
2.2 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ	19
2.3 VLIV STUDIA NA KVALITU ŽIVOTA SENIORŮ	21
2.4 SPIRITUALITA VE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	22
3 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	24
3.1 GERONTOPELAGOGIKA	25
3.2 CÍLE A FUNKCE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	26
3.3 MOTIVACE VZDĚLÁVÁNÍ U SENIORŮ	28
3.4 BARIÉRY SENIORŮ V PROCESU UČENÍ	30
4 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU	33
4.1 MEZINÁRODNÍ SDRUŽENÍ UNIVERZIT TŘETÍHO VĚKU.....	34
4.2 ASOCIACE UNIVERZIT TŘETÍHO VĚKU	35
4.3 DALŠÍ VZDĚLÁVACÍ PROGRAMY	37
4.4 U3V v ČESKÉ REPUBLICE	38
4.5 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V ZAHRANIČÍ	42
II PRAKTICKÁ ČÁST	47
5 METODOLOGIE VÝZKUMU	48
5.1 CÍL VÝZKUMU	48
5.2 METODY A ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ	48
5.3 STANOVENÍ HYPOTÉZ	49
5.4 ZPRACOVÁNÍ VÝSLEDKŮ DAT.....	50
5.5 VYHODNOCENÍ HYPOTÉZ.....	68
5.6 SHRNUTÍ VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	69
ZÁVĚR	71
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	73
SEZNAM GRAFŮ	77
SEZNAM TABULEK	78
SEZNAM PŘÍLOH	79

ÚVOD

Stáří a vzdělávání se mohou na první pohled zdát jako dva nesouvisející, neslučitelné pojmy. Stáří či stárnutí si lidé spojují s mnoha involučními procesy, jako je úbytek sil, slábnoucí zdraví, zapomínání a plno dalších kognitivních změn. Vzdělávání je považováno za výsadu především mladých lidí.

Mezi seniory je však mnoho jedinců, kteří svým entuziasmem, vnitřní energií a radostí ze života ohromili mnoho dospělých v produktivním věku. Vzdělávání rozhodně už není privilegiem jen mladých lidí. Člověk se může vzdělávat v každém věku.

Předmětem této práce je vzdělávání seniorů a vliv studia na kvalitu stáří. Řada seniorů vyhledává příležitost pro aktivní život, aby i ve vyšším věku našli smysluplnost svého života a mohli se po společenské stránce plnohodnotně zapojit. Kvalita života ve stáří je určována mnohými indikátory, jako je fyzické či psychické zdraví, úroveň nezávislosti, sociální vztahy, prostředí, ve kterém se nachází a hodnoty, které vyznává.

Důvodem k napsání této diplomové práce bylo setkání z fyzicky nemocnými 90-ti letými seniory, kteří měli neuvěřitelný životní optimismus a po mentální stránce byli plně orientováni. Pracuji jako zdravotní sestra na operačním sále a problematikou aktivního stáří mě tito senioři inspirovali. Ač jejich biologický věk inklinoval spíše ke konzervativnímu postupu, lékaři se vzhledem k jejich mentální orientaci a životního elánu rozhodli pro operační výkon. Velkým přínosem jejich duševní pohody, jako i celé pooperační léčby byl bezesporu jejich aktivní život v podobě vzdělávání na univerzitách.

Mezi seniory je mnoho aktivních a vitálních lidí, kteří se podílí na společenském dění, tvoří nevídaná díla a také přinášejí dalším generacím své bohaté životní zkušenosti. Zapojením se do aktivní činnosti po stránce fyzické či psychické prospívá nejen jejich duševnímu zdraví a spokojenosti, ale především obohacují své blízké a společnost.

Aktivním stárnutím se zabývá většina vyspělých zemí, tedy i Česká republika. Hlavní myšlenkou politiky, jako jednou ze složek aktivního stárnutí, je celoživotní učení a vzdělávání seniorů. Tímto problémem se začala zabývat i Světová zdravotnická organizace (WHO), která vytvořila koncept na odpovědi otázek jak prožít seniorská léta v co nejlepší fyzické a duševní kondici, s dobrým ekonomickým zázemím a s efektivně a smysluplně strávenými dny.

Česká republika aplikovala tuto koncepci v "Národním programu přípravy na stárnutí v roce 2003-2012". V roce 2013 byl schválen nový důležitý dokument "Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017". Tyto strategické listiny navazovaly na předešlý dokument přípravy na stárnutí. Program sloužil jako návod na kompenzaci jedince a společnosti s procesem stárnutí. Záměrem navazujícího programu je globální postoj k problematice stárnutí populace, optimální spolupráce a propojování individuálních dlouhodobých záměrů úřadů v rámci přístupů ke stárnutí a vybudování společných priorit všech potenciálních přijatých prostředků. Prioritní věcí Národního akčního plánu je záruka dodržování a ochrana lidských práv seniorů. Dále se zaměřuje na otázky *"zajištění a ochrany lidských práv starších osob, celoživotním učením, zaměstnáváním starších pracovníků a seniorů, dobrovolnictvím a mezigenerační spoluprací, kvalitním prostředím pro život seniorů, zdravým stárnutím a péčí o nejkřehčí seniory s omezenou soběstačností."*¹

Stárnutí je bio-psycho-sociální proces určující svým vývojem podobu a kvalitu života ve stáří. Bývá slučováno s regresivními změnami, přítomností chorob a postupným útlumem kognitivních funkcí. Tyto nežádoucí jevy stáří je možno zpomalit nebo alespoň oddálit formou aktivního stárnutí, celoživotním vzděláváním, absolvováním různorodých přednášek organizovaných na U3V, akademiích, nebo v jiných institucích směřující ke vzdělávání seniorů.

Ve své práci budu věnovat pozornost lidem, kteří se svým věkem stávají součástí skupiny seniorů a současně vyhledávají možnosti, jak si zajistit a udržet svůj dosavadní životní standard a zároveň smysluplně zaplnit své dny.

Nízký ekonomický a sociální status spojený se stárnoucí populací je problematikou globální, týká se tedy i České republiky. Postupná sociální marginalizace spojená se snižující se ekonomickou úrovní seniorů se stává rizikem stáří. Zamezením těmto nežádoucím efektům by mělo vzdělávání seniorů. Senioři se mohou vzdělávat v různých institucích, jako je například Univerzita třetího věku, aniž by museli být ekonomicky aktivní. Hlavním úkolem je umožnit těmto lidem navázání nových sociálních kontaktů, obeznámení je se současnými trendy a situacemi, ve kterých se budou muset umět orientovat a adaptovat, a zachovat si nebo dokonce vylepšit svůj psychický a fyzický stav.

¹ MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*. [online]. 2013[cit. 2015-02-02]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/14540>

Cílem této práce je provést rozbor vlivu studia současných studujících seniorů na kvalitu jejich života a zmapovat přínos studia na univerzitě třetího věku jak pro samotné seniory, tak pro společnost.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ - TEORIE STÁRNUTÍ

Historicky bylo stáří a i nadále je podstatným a vydělovaným stádiem životní etapy v každé společnosti. Speciálního statutu získali všichni ti, kteří byli označováni "staří". Byli jim určeny speciální pravidla pro vykonání patřící sociální role. Stáří bylo ovšem v různých kulturách různě ceněno a měřítko zacházení se starými příslušníky společenství byla vsutku široká, např. v Číně a Japonsku, ale i v afrických zemích sociální norma nařizovala starým členům rodu přestěhovat se do okrajové části sídla, kde byli pochováni zesnulí členové rodiny. Z toho je zřejmé, že každá společnost má od stáří určitá očekávání, ke stáří se pojí jak různé hodnoty, požadavky, mýty, tak i určitý druh chování i prožívání.

Ale kdo je vlastně senior? Současná literatura vychází z latinského slova senior, druhého stupně od slova senex, čili starý. Seniozem v České republice jsou označováni občané starší 60 let. Ve slovnících a encyklopediích se uvádí, že senior je vnímán jako starší anebo nejstarší příslušník nějakého společenství, který se obvykle těší nevšední úctě či právu.

O tom, co to je stárnout, být starým, jaký je pohled na staré lidi a jejich posuzování je ovlivněno představami, ideami a stereotypy. Pohled na stáří není pouze výsledek osobní zkušenosti, ale je dán zejména sociálními podmínkami viděné prostřednictvím kulturního hlediska.²

1.1 Definice stáří

Vymezit definici stáří je velice obtížné. Donedávna se předpokládalo, že stáří je životní období, ve kterém jedinec postupně přichází o tělesné a duševní síly. Ale ukázalo se, že některé schopnosti se snižují velice brzy a jiné později. Ukazatel, který by byl jasně měnitelným se hodnotícím kritériem v každém věku, tedy i v procesu stárnutí a stáří, se zatím nepodařilo nalézt. Podle definice zahrnuté v dokumentech OSN nastává proces stárnutí počítáním a plynně pokračuje až do smrti. Stárneme všichni a uvažování o stáří je tedy pro každého z nás aktuální.³ Lidský organismus má omezenou existenci. Jeho sebezničující

² MÜHLPACHR, Pavel a Miroslav BARGEL. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011, 94-95 s.

³ ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Medzigeneračné mosty*. Vyd. 1. Košice: MENTA MEDIA, 2009, 7 s.

proces je zabudován v genech stejně jako ostatní fáze lidského života, tj. všechny etapy života jsou geneticky předprogramované.⁴

Je to přirozená součást lidského života. Všeobecný, přirozený a zákonitý jev, kterému podléhá i člověk, jako všechny jiné živé bytosti. Pozvolný a nepřetržitě plynoucí proces změn, kterým organismus v průběhu času podléhá, je označován až v pozdějším věku. Zpočátku jsou projevy stárnutí nenápadné, v pokročilejším věku se změny zrychlují.⁵ Většina z nás vnímá změny jako ztrátu něčeho, protože nutí člověka ustoupit řadě situací, akceptovat nové role a někdy si poradit s omezenějšími schopnostmi. Podstatná rozmanitost a rychlost procesu změn se týká jak našeho fyzického vzhledu, tak životní energie, duševních schopností a celého společenského života.⁶

Podobně jako společnost musí vybudovat podmínky pro důstojný život seniorů, tak je povinen každý jedinec připravit se na přirozené období lidského života, na stáří. Spolupráce jednotlivých generací je nevyhnutelná. Podmínkou, ale i hranicí pro rozvíjení smysluplných aktivit pro seniory, je vhodné ekonomické a sociální zaopatření.⁷

V Praze v roce 1999, kdy probíhal Mezinárodní rok seniorů, byl zveřejněn program **Stárnout zdravě v České republice**. Tenkrát ještě Česká republika nebyla členem Evropské unie. V pozdějších letech byl přichystán **Národní plán přípravy na stárnutí**. Byl připraven pro období 2003-2007, ale pokračoval až do roku 2012. Jeho strategií bylo formovat společnost, která bude zavrňovat všechny formy ageismu, na základě věku nebude diskriminovat občany, bude chránit staré lidi před zneužíváním a násilím a striktně respektovat lidská práva. Podporováním aktivního stárnutí, prostředím a komunitou, která je vstřícná ke stáří, povzbuzováním rodiny i pečovateli a zejména zlepšováním zdraví a zdravotní péče ve stáří, to vše bylo cílem jak zvýšit kvalitu života ve stáří.⁸ Na tuto

⁴ SMETANA, Ivana. *Skrytý princip stárnutí: příroda klame lidské oko : fenomén stárnutí v novém světle poznání : empirická studie*. Vyd. 1. Olomouc: Fontána, c2013, 243 s.

⁵ ČORNANIČOVÁ, Rozália. *Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku*. 2., dopl. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2007, 40 s.

⁶ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Vyd. 1. Brno: Computer Press, 2009, 15 s.

⁷ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 90 s.

⁸ Tamtéž, str. 93

koncepti navazuje v roce 2013 nový dokument nazvaný "Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017", který se zaměřil na oblasti "*ochrany lidských práv starších osob, zaměstnávání starších osob ve vazbě na systém důchodového pojištění, celoživotní učení, zajištění kvalitního prostředí pro život seniorů i péči o seniory s omezenou soběstačností*".⁹

1.2 Teorie stárnutí

Pozdní fáze ontogeneze se nazývá stáří, přirozený proces života. Modifikací chorob, životních podmínek a způsobem života spolu s geneticky podmíněnými přirozeně stárnoucími procesy je konsekvencem stáří. Je ale také spojováno s řadou významných sociálních změn, jako změna sociální role, osamostatnění dětí, penzionování a dalších. Všechny tyto kauzální a následující změny se vzájemně propojují, některé jsou protichůdné a z toho důvodu je velmi obtížné jednotně definovat a periodizovat stáří. Involuční projevy stárnutí se stávají znatelnějšími přibližně přelomem čtyřicátého a padesátého roku života a jsou podmíněné obtížností prostředí.¹⁰

Přáním všech je žít dlouho, kvalitně a v plném zdraví. Takovému záměru může přispívat i program Evropské unie Zdravé stárnutí, jehož cílovou skupinou jsou lidé nad 50 let. Aby tato skupina žila dlouhá léta ve fyzické a psychické pohodě, má za povinnost důkladně a s přispěním společnosti pečovat o své zdraví tak, aby mohli bez diskriminace participovat na všech společenských a pracovních aktivitách, čili žili život bez omezení. S určitostí víme, že nemalý díl úspěchu ovlivňuje samotný jedinec, ale samozřejmě je nutná i společenská podpora.¹¹

Není žádného živého organismu nebo struktury, které by nepodlehly obecně biologickému jevu jako je stárnutí. Ale jedině člověk si uvědomuje svou smrtelnost a snaží ji odvrátit, nebo alespoň svůj život na tomto světě prodloužit. Nesmrtelný život je vytouženým cílem,

⁹ ŠTÁSTKOVÁ, Zlata. Senioři se seznámili s akčním plánem pozitivního stárnutí. *Týdeník školství*. Praha: Sofiprin, 2013. č. 16.

¹⁰ MÜHLPACHR, Pavel a Miroslav BARGEL. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011, 13 s.

¹¹ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 24s.

ovšem nesplnitelným. V minulosti byl tento jev přisuzován bohům a je vlastností pohádkových bytostí.

Problémy, které jsou způsobené stářím, jsou specifické z populačního hlediska pouze lidské bytosti. Málokteré zvíře, které žije v přirozeném prostředí, se dožije takového věku, aby začal trpět počátečními nesnázemi způsobené stárnutím organismu. U některých biologických druhů dokonce vyhasíná život brzy po jejich splnění poslání.

Proces stárnutí se projevuje v postreprodukčním věku, tedy mimo pole působnosti mechanismů přirozeného výběru. Doposud nám nejsou známy mechanismy, které jsou zodpovědné za rozvoj stárnutí. Existuje jen řada názorů a hypotéz. V roce 1928 R. Pearl vyslovil teorii, že délka života je přímo závislá na rychlosti vydané energie organismu. Nazval ji teorie rychlosti života. Ke své teorii použil výzkum živočichů, kteří tráví část života v zimním spánku a po tuto dobu mají snížený metabolismus. R. Sohal provedl zajímavá měření, kde pozoroval radarem fyzickou aktivitu much a podal důkaz o souvislosti vyšší pohybové aktivity a kratší dobou života.¹²

1.3 Biologické aspekty stárnutí

Hypoteticky lze biologické stárnutí nazvat skutečnými parametry involučních změn, jako je úbytek funkční zručnosti, svalová atrofie, změny řídicích a přizpůsobovacích mechanismů. Tyto způsobené degresivní změny jsou zpravidla spojeny s nemocemi, které se vyskytují ve vyšším věku.

Biologické stárnutí je výstižnější pro konkrétního člověka než kalendářní věk, ale nevyužívá se z důvodu chybějících objektivních skutečností mezi dvěma lidmi stejného věku způsobené odlišnostmi involučních změn.¹³

Nemoci spojené se stárnutím mají vážné důsledky pro samotné starší jedince i pro celou společnost. Zařazení do běžného normálního života je díky dlouhodobé terapii a následné

¹² MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, 27 s.

¹³ MÜHLPACHR, Pavel a Miroslav BARGEL. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011, 13 s.

rehabilitaci těžký úkol. Člověk je ať už krátkodobě, dlouhodobě, nebo do konce života odkázaný na pomoc druhých.¹⁴

1.4 Psychické aspekty stárnutí

S přibývajícím věkem se objevují i změny psychické. U mnoha lidí nejsou změny tak výrazné, bývají skryté, či dokonce vědomě utajované. Všimne si jich jen nejbližší okolí. Lidé se často domnívají, že veškeré psychické změny projevující se ve stáří směřují k horšímu. Toto tvrzení platí pouze omezeně, i stáří přináší něco nového, tak jako každý jiný věk. Prohlubuje se vytrvalost a trpělivost a stoupá porozumění pro jednání a motivy svých vrstevníků. Projevuje se "moudrost stáří", kde nechybí soudnost, rozvaha a větší stabilita názorů. Mnozí lidé jsou i v pozdním věku činorodí a zachovávají si tvůrčí činnost. Osobní svoboda, která patří k přínosu vyššího věku, dovoluje seberealizaci a aktivitu nikoli z povinnosti, ale z vlastního zájmu a potřeby.¹⁵

1.5 Sociální aspekty stárnutí

Člověk je bytost sociální, závislá na společnosti. Reciproční vztahy jedince a společnosti se v procesu stáří a stárnutí v mnoha směrech modifikují. Leckdy se degraduje role geronta a mění se jeho společenský status. Potřeba vzájemného sdružování je pro živé bytosti přirozeným jevem a s přibývajícím věkem se zvyšuje, ale možnosti se zmenšují. Bezpečí, jistota, vzájemná pomoc, to vše vyzdvihuje význam sdružování. Samota vyvolává tísnivý pocit a starému člověku neprospívá. Dobrovolná izolace od společnosti je považována nebezpečným znamením stáří. Sklon k separaci od společnosti je hrozícím indikátorem stáří. Staří lidé mají oslabenou schopnost navazovat nové známosti a raději dávají přednost přátelům, které dobře znají.¹⁶ Typickým znakem sociálního stárnutí je pozvolné ubývání samostatnosti a zvyšování závislosti. Samostatnost je označována jako dostatek tělesných a duševních schopností, bez pomoci druhých při zvládnání běžných denních činností. Z jedné

¹⁴ BAYEROVÁ, Mária. *Senior a choroba*. In: MÜHLPACHR, Pavel. *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005, 174 s.

¹⁵ PACOVSKÝ, Vladimír. *Proti věku není léku?: úvahy o stárnutí a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997, 57 s.

¹⁶ BUMBÁLEK, Milan. *Stáří a osamělost*. In: MÜHLPACHR, Pavel. *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005, 24 s.

strany je dána funkčními schopnostmi jedince a z druhé nároky vnějšího prostředí. Má-li být zachována samostatnost i ve vyšším věku, musí si jedinec udržet výkonnost nebo snížit požadavky prostředí.

Protikladem samostatnosti je závislost. Pokud senior potřebuje jen pomoc s motivací k obvyklým denním aktivitám, dohled při jejich vykonávání, čas od času výpomoc od druhé osoby, občas lékařskou péči, mluvíme o lehké závislosti. Úplná, těžká závislost je dána handicapem, který je tak velký, že se neobejde bez cizí pomoci a kde jsou zabezpečovány základní životní potřeby někým jiným.

Sociální stárnutí je tedy determinováno postupným snižováním schopností vykonávat běžné denní činnosti, jako je péče sám o sebe, komunikace, snižování manuální zručnosti. Stáří komplikuje sociální život výskytem různých handicapů, jako je handicap sociální orientace, který se vyznačuje sníženou schopností spojenou s prostorem a lidmi, handicap sociální integrace, který omezuje jedince vhodným způsobem se zapojit do společenských vztahů a také handicap ekonomické samostatnosti.¹⁷

¹⁷ PACOVSKÝ, Vladimír. *Proti věku není léku?: úvahy o stárnutí a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997, 60 s.

2 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ

2.1 Kvalita života - vymezení pojmu

Kvalitu života hodnotili lidé už v dávné minulosti. Posuzovali ji z duchovní stránky, ze spirituální, hledali souvislost s dobrem a moudrem v protikladu k životu. Jiní se zaměřili na hledání smyslu života ve filozofické rovině, zvláště v etické a antropologické, kde hledali porozumění v protikladech dobra a zla.

Kvalitou života a dobrem se zabývali i angličtí filozofové, utilitaristé, kteří spojovali lidské jednání a její následky s podobou prospěšnosti a radosti nebo štěstím z utěšování svých osobních zájmů a potřeb. Člověka samotného vnímali po empirické stránce nejen prostřednictvím vlastní smyslové zkušenosti, ale hlavně jako soubor výsledků, které poskytuje všem ostatním aktivita člověka.¹⁸

Od dvacátých let minulého století se značně různily názory na pojem "kvalita života". V padesátých letech se uvažuje v rovině materiální podpory nižším společenským vrstvám a zaměřuje se na hospodářský rozvoj a závazku státu těmto vrstvám pomoci. Na nekonečný hospodářský rozvoj a hrozbu ekologických důsledků však upozorňovali američtí ekonomové. Idea stabilního rozšiřování průmyslové produkce nezaručovala blahobyt, ale prosazovala využití směru kvality života. Až během šedesátých let tehdejší prezidenti J. F. Kennedy a L. Johnson zavedli pojem "kvalita života" do politiky. Deklarovali tuto myšlenku jako jednu ze sociálně politických cílů americké správy. Společnost již nemá problémy s uspokojením hmotných prostředků a do protikladu pojmu kvality života se staví spotřební, konzumní způsob života. V sedmdesátých letech 20. století v Evropě prezentoval tehdejší německý kancléř Brandt politický program na docílení lepší kvality života pro všechny občany. Ve Skandinávii se počátkem sedmdesátých let rozvíjel výzkumný program zaměřený na blahobyt, který vytvořil systematiku, a na který se později obrátila i OECD pro vymezení sociálních indikátorů společnosti.

Kvalita života jako pojem se upevnil až později v odborných vědách, zprvu v sociologii, posléze v dalších humanitních vědách. V současné době je kvalita života mezioborovým studiem, které se věnuje kvalitou v rozdílných rovinách, hodnocením životní úrovně

¹⁸ VÁŽANSKÝ, Mojmir. *Kvalita života starších dospělých a seniorů v kontextu výchovné a sociální pomoci*. Brno: MSD, 2010, 16 s.

obyvatelstva, sledováním potřeb osobitých skupin a měřením jejich spokojenosti. V literatuře je uvedeno velké množství definic kvality života, ale ani v posledních třiceti letech se žádný pojem nestal všeobecně akceptovaným. Vymezuje se jako míra osobního blaha spojená se způsobem života a podmínkami, ve kterých člověk žije, jako naplňující a uspokojující pocit vycházející z faktorů vnějšího prostředí.¹⁹

Za podstatné komponenty kvality života se pokládá tělesné zdraví, hmotné a finanční zajištění, osobní bezpečnost, personální vztahy na pracovišti, participací ve společnosti, možnost k vlastní seberealizaci a uspokojení, sebenaplnění.²⁰

V současnosti dominují hlavní prvky kvality života ve vzájemně se prolínajících oborech, v medicíně, psychologii a sociologii. Každý specializovaný obor má svůj specifický pohled, viděný z různých zorných úhlů a lišícího se přístupu. Dostatečný prostor však poskytuje symbiózu všech variant.²¹

Kvalita života se do určité míry shoduje s definicí zdraví a zahrnuje tři důležité oblasti - fyzické prožívání, duševní vyrovnanost a společenské postavení se vzájemnými vztahy. Spokojenost v životě a kvalita života jsou tedy vzájemně spojeny se zdravotním stavem.²² Kvalita života ale není vázána výhradně na stav zdraví. Je to především subjektivní stav, kdy pouze sám člověk může prohlásit jak se cítí, zda je šťastný, nebo přinejmenším spokojený. Pohled z vnějšku může být mylný, možná i povrchní.²³

2.2 Kvalita života seniorů

Do oblasti stáří a stárnutí se v posledních letech kvalita života skloňuje v mnoha vědních oborech. Vyspělá společnost by měla pro seniorskou populaci za úkol zajistit důstojnou a kvalitní péči. Stárnutí se netýká pouze seniorů, ale je to proces, který se dotýká všech.

¹⁹ Tamtéž, str. 18-19

²⁰ Tamtéž, str. 24

²¹ Tamtéž, str. 25

²² ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Medzigeneračné mosty*. Vyd. 1. Košice: MENTA MEDIA, 2009, 58 s.

²³ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 254 s.

Toto období je doprovázeno četností regresivních somatických a psychických změn. Změny funkcí mají velmi výrazný dopad na kvalitu života jedince ve všech oblastech. Veřejností je většinou tato životní etapa chápána jako období chorob, bezmocnosti a samoty. Úsilím celé společnosti by mělo být tento názor změnit. Měly by být nastaveny takové podmínky, které by pomáhaly vylepšit kvalitu života seniorů a změnily by tak většinový negativní pohled na stáří. Zájem o seniorské období by měl být celoživotní, protože k podpoře zvýšit kvalitu života seniorů může jen změna myšlení celé společnosti každé věkové kategorie.²⁴

Neopomenutelným argumentem, proč je vzdělávání tak významným činitelem ve stárnoucí společnosti, je fakt, že česká společnost, jako jedna z vyspělých zemí, nabývá z různých důvodů individualizace sociálního státu. To ve výsledném efektu znamená, že jedinci jsou stále více odpovědní za svou kvalitu života, životní úroveň v každém stádiu svého života, hlavně ve stáří, a méně se mohou spoléhat na stát. Proto mají pedagogové, psychologové i sociologové jasné poslání, naučit lidské jedince stárnout. Vštípit člověku myšlenku, že tak jako je nutné se v mládí připravovat na profesní dráhu, tak je nezbytné se během života připravovat na seniorské období svého života. Vnutit ideu nastávající etapy života, života ve stáří a důchodu, kde je důležité zapojení se do konceptu aktivního stáří. Je třeba "vycvičit" populaci ve vyšším středním a v předseniorském věku k větší všímatosti a pozornosti ke svému vzdělávání, které umožní zvládnout kroky s dynamicky se rozvíjející společností stavěné na vědomostech.²⁵

Celá řada faktorů působí na kvalitu života seniorů. V první řadě mezi ně patří zdraví a zdravotní péče, životní styl, materiální zajištění, sociální prostředí, aktivita jedince, bydlení, nabízené sociální služby, vzdělávání a etické principy prosazované ve společnosti. Samotný občan, ale také úředníci a politici by měli mít zájem o zachování samostatnosti a nezávislosti stárnoucích jedinců. K nejvýznamnějším etickým principům patří úcta k individuálnosti člověka, respekt k jeho nezávislosti a k důstojnosti osobnosti, uznání práva na soukromí a práva vlastní volby. Tam, kde v rodině funguje mezigenerační solidarita a respekt ke starším lidem, je důležité podporovat toto snažení. Zásadním úkolem

²⁴ ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGVÁ. *Mezigeneračné mosty*. Vyd. 1. Košice: MENTA MEDIA, 2009, 9 s.

²⁵ RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC. *Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008, 273 s.

společnosti je vybudování emancipačních podmínek pro aktivní život seniorů, upevňování vzájemných mezigeneračních vztahů a v neposlední řadě bojování proti sociálnímu vyloučení seniorů.²⁶

Na vliv vnímání životní etapy a prožívání života stárí má nepochybně kvalita subjektivního vnímání vlastního zdraví. Není však důležitá samotná přítomnost nemoci, ale míra omezení způsobená nemocí, kterou starý člověk subjektivně vnímá.²⁷

2.3 Vliv studia na kvalitu života seniorů

Intenzivní rozvoj aktivní činnosti seniorů se stává aktuálním tématem vzhledem k nárůstu počtu seniorů z celkového počtu obyvatelstva. Mezi lidmi vyvolává pojem aktivního stárnutí představu o nějaké aktivní činnosti. Za nejpodstatnější však není pokládána činnost jako taková, ale prostý výrok "spojení s okolním světem", za kterým se mohou ukrývat rozdílné činnosti. Záleží jen na vůli a motivaci každého jedince, zda chce zachovat aktivní způsob života i ve stáří.²⁸ Senioři představují marginální skupinu, ohroženou, vystavenou izolaci a sociálnímu vyloučení. Této skupině je věnována v dnešní době pozornost a pobízí k přípravě na vlastní stáří. Programy, které se věnují fyzické a psychické aktivizaci seniorů se stávají nezbytností. Nevyhnutelné jsou i programy celoživotního vzdělávání.²⁹

Je známo, že úroveň získaného vzdělání působí na osobnost člověka a pro jeho další seberealizaci, má vliv na udržení tělesné a duševní aktivní činnosti, umožňuje lepší adaptaci jedince na aktuální změny přicházející s věkem, tedy na příčiny, které mají vliv na přicházející životní období. Úroveň vzdělání v každém věku determinuje aktivní postoj k životu. Společenské postavení není důležité jen v době ekonomické aktivity, ale se stejnou důležitostí se vztahuje k seniorskému věku.³⁰

²⁶ ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Medzigeneračné mosty*. Vyd. 1. Košice: MENTA MEDIA, 2009, 16 s.

²⁷ Tamtéž, str. 21

²⁸ BOČKOVÁ, Lenka, Šárka HASTRMANOVÁ a Egle HAVRDOVÁ. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut, 2011, 78 s.

²⁹ ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Medzigeneračné mosty*. Vyd. 1. Košice: MENTA MEDIA, 2009, 59 s.

³⁰ Tamtéž, str. 21

Bylo prokázáno, že studenti z řad seniorů, kteří aktivně navštěvují odborné přednášky, méně inklinují k sebepozorování a všímání si již existujících individuálních problémů, lépe je však zdolávají a zpravidla jsou méně nemocní. Nastavený program jim nedovoluje ležet, nic nedělat a přemýšlet nad svými fyzickými problémy. Aktivita a společné pochopení přeměňuje nebo odstraňuje současné příčiny. Senioři zabraný do studia nemají tolik času a zájmu docházet k lékaři.

Rozhovor s lékařem je mnohdy uskutečňován úplně pro jiné než zdravotní problémy. Senioři poskytují svým lékařům řadu symptomů, ale faktem je, že se domáhají dialogu se společensky respektovanou autoritou. Vyměníme-li pozici lékaře a přednášejícího, který má podobný status, odchází senioři z čekáren a ordinací a se zájmem usedají do univerzitních lavic.³¹

2.4 Spiritualita ve vzdělávání seniorů

Aktivní stárnutí pobízí k intenzivnějšímu zájmu o fyzickou a psychickou energii ve stáří, kterou určuje současný trend. Člověk je holistická bytost, v bio-psycho-socio-spirituální jednotě, a právě spirituální stránka člověka by neměla být opomíjena v procesu vzdělávání. Stáří přináší mnoho konfliktů a právě duchovní dimenze mnohdy umožňuje jak jejich úspěšné řešení, tak uvědomění si integrity osobnosti a své vlastní identity. Negativní zkušenosti se díky spiritualitě smysluplně integrují do stávajícího života, a tak dochází ke kognitivnímu přehodnocení, ke zmenšení bolestí a zmírnění pocitu bezmoci. Správně řízené meditace a duchovní praktiky redukuje pocitu nepokoje a stresu. Salutogenní funkce zahrnuje kultivaci duchovního života, hledání souladu fyzického, psychického a duchovního. Právě duchovně-duševní oblast má pro starého člověka značný potenciál, protože již nedisponuje podstatnými fyzickými, kapitálovými nebo sociálními schopnostmi.

Velkou tradici církevního vzdělávání seniorů mají v Německu, kde praktikují kultivaci duchovního života a duchovních kurzů. Toto spirituální vzdělávání je přímo spjaté s konkrétním náboženstvím, ale vyučují se zde i kurzy, které jsou nekonfesní, orientované na východní náboženství a gerotranscendenci. Informovanost a přijetí duchovních požadavků starších lidí by mělo být běžné jak pro pomáhající profese, tak i v oblastech

³¹ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 128 s.

poradenské a pedagogické činnosti směřované k seniorům. Starší lidé hledají integritu a smysl života, proto je jejich spiritualita mnohdy spojená s jiným způsobem myšlení. Uvědomění si pravosti vlastního života a vlastních individuálních příležitostí si starší lidé utvrzují v základním řádu a životních souvislostech.

Ve stáří se nepochybně kulminuje řada zátěžových situací. Duchovně vyspělý člověk i ve chvílích největších nesnází může přinejmenším vycítit, že vše má nějaký vyšší smysl, spojitost a širší souvislosti. Duchovní součást osobnosti člověka, spiritualita, se ukazuje ve všech vlastnostech dobrého stáří. V pocitech spokojenosti, životní rovnováhy a pohody, subjektivně dobrým zdravím, ale také ve smíření se sebou i s Bohem.³²

³² SUCHOMELOVÁ, Věra. *Spiritualita ve vzdělávání*. Andragogika: čtvrtletník pro vzdělávání dospělých. Praha: DAHA. 17 s.

3 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Úspěšně stárnout mohou i senioři, kteří zakončili svou ekonomickou aktivitu. Stačí si zodpovědně vybrat svou druhou životní cestu, třeba v podobě studia na Akademii nebo Univerzitě třetího věku, a přičiňovat se tak o udržení reálné nezávislosti, abychom odložili významné období stáří, ve kterém se ohlašují různé nemoci a obtíže. Garantem úspěšného stárnutí by neměla být medicína, která sice pomáhá, ale nezajistí štěstí a životní spokojenost.³³

Koncept aktivního stárnutí je prezentován jako model pozitivního stárnutí. Aktivita skýtá osobitý prostředek, jak čelit stereotypním názorům o životě ve stáří.³⁴ Nezbytným předpokladem aktivního stáří je péče o tělo i ducha.³⁵

Názory na vzdělávání a výchovu se různí, jedni je považují za prostředky vštěpující důležitost a názor, jiní je považují za instrument racionálního uvažování a jednotných vědomostí, další hovoří o nástroji poskytující odborné dovednosti nebo obráceně nacházející skrytý talent. Nejčastějším rysem lidského uvažování o vzdělání je rozumět mu jako produkci kulturního bohatství.³⁶ Osoby s dosaženým vyšším vzděláním investují do svého rozvoje a dalšího vzdělávání a projevují větší snahu učit se, a to hlavně ve svém profesním životě.³⁷

Ambice a vzorce chování k realizaci úkolů můžeme zdědit od svých předků, nebo se jim naučit v průběhu života. Lidská osobnost se formuje standardními cestami, jako je dědění nebo učení. Zásluhou dědičnosti jsou nám dány do života základní vzorce chování, které nám určují životnost a prospěch jednotlivců a rodů. Učením se rozšiřuje zděděná paleta našeho chování a naše osobnost se obohacuje. Díky učení nám stále větší zdroje vzorců chování umožňují dobře reagovat na neustále se zvyšující počet životních situací, stáváme

³³ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 25 s.

³⁴ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013, 91 s.

³⁵ BUDINSKÝ, Václav. *Příjemný zralý věk*. 1. vyd. Praha: Alfom, 2013, 20 s.

³⁶ LEIRMAN, Walter a Jiří VYMAZAL. *Čtyři kultury ve vzdělávání: expert, inženýr, prorok, komunikátor*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1996, 8 s.

³⁷ TURECKIOVÁ, Michaela. *Další vzdělávání jako nástroj rozvoje jednotlivce i společnosti*. Praha: Educa Service ve spolupráci s Českou andragogickou společností, 2008, 27 s.

se úspěšnějšími a odolnějšími při zdolávání překážek a potíží. Potíže a překážky můžeme dokonce v některých situacích předvídat, předcházet jim, eventuelně je zužitkovat ve svůj prospěch.³⁸

Současní senioři jsou odlišní od svých rodičů a stejně tak i příští generace seniorů bude jiná než ta současná, a to jak po stránce zdravotní, tak po stránce sociální a vzdělanostní. Dobrá fyzická a duševní kondice a aktivní participace na společenském životě je typická pro dnešní seniory, kteří se dožívají stále vyššího věku. Pro udržení kondice je nutný aktivní přístup k životu. Jednu z podob aktivního přístupu ke stáří je vzdělávání. Současným výchovně vzdělávacím znakem je edukace seniorů. V dnešní době je vzdělávající se senior označován za něco moderního, cílevědomého s informacemi a věděním pro vlastní orientaci v životě. Naukou o vzdělávání a péči o seniory se zabývá gerontagogika. Jejím významem je zejména podporování aktivní činnosti v životě seniorů.³⁹

3.1 Gerontopedagogika

Jedná se o multioborovou oblast vycházející ze základu gerontologie a navazující na vědomosti gerontopsychologie. Zabývá se problémy pozitivního osvojení procesu stárnutí použitím individuálně řešených pedagogických plánů a postupů, které jsou orientovány na edukaci seniorů. Tento obor se zakládá na výchově a vzdělávání osob ve vyšším věku, pomoci, péči a podpoře jedinců i skupin seniorů, kteří jsou na prahu stáří a připravují se na stárnutí. Záměrem je zasadit seniory do skutečného života, do normální sociální reality, podporovat je ve smysluplných a nejlépe vyhovujících věcech, kdy rozvíjí své tvůrčí schopnosti. Na vývoj gerontopedagogiky jako vědního oboru mají vliv aktuální životní požadavky, specifika vzdělávacího procesu seniorů, sociální situace, ve které se seniorská populace nachází a komplexní přístup při zpracovávání oboru s přihlédnutím na věkové rozlišení. Obor gerontopedagogika se rozvíjí mnohdy společně se studiem speciální či sociální pedagogiky, nebo sociální práce, které se vyučují v Praze, Brně, Olomouci,

³⁸ PLAMÍNEK, Jiří. *Vzdělávání dospělých: průvodce pro lektory, účastníky a zadavatele*. 2., rozš. vyd. Praha: Grada, 2014, 18 s.

³⁹VETEŠKA, Jaroslav a Jarmila SALIVAROVÁ. *Vzdělávání dospělých - příležitosti a úskalí v globalizovaném světě*. Vyd. 1. Praha: Educa Service, 2013, 258 s.

Bratislavě.⁴⁰ Na tuto aplikovanou andragogickou disciplínu můžeme nahlížet z různých úhlů, v různých souvislostech, které vymezují její vývoj. Jednak jde o edukaci odborníků pro práci se seniory a zároveň i specialistů, kteří se věnují aktivizaci, animaci, vzdělání a výchovou v sociálních zařízeních nebo v domech pro seniory, a edukací specialistů pro handicapované seniory. A je také vědeckou disciplínou, která se nově vytváří. Zejména jako věda stojí geragogika u zrodu svého vývoje. Stáří doprovází různé problémové situace. Největší z nich je deficit soběstačnosti a nezávislosti spojený se sociální izolací osobnosti, pasivitou a pocitu obtěžování okolí. Závěrem je umístění seniora v zařízení sociální péče, kde může nastat situace, kdy se člověk trápí a psychicky strádá. Na tomto místě má rozhodující roli edukace, animace a aktivizace a to včetně sociálního poradenství a pomoci. A právě pozice andragoga či gerontologa má doajista své místo jak v ambulantních zařízeních tak i pobytových.⁴¹

3.2 Cíle a funkce vzdělávání seniorů

Nejdůležitějším cílem vzdělávání je poskytnout motivovaným seniorům šanci vzdělávat se i ve vyšším věku, v životním období "zasloužilého odpočinku", umožnit jim společensky se uplatnit a rozumně využít volný čas.⁴² Učení třetího věku spadá do neformálního vzdělávání, kdy jsou činnosti pro seniory realizovány organizovaně a systematicky.⁴³ Ve stáří upadají cíle kognitivní a motorické a stupňují se cíle emoční, afektivní. Mezi cíle vzdělávání seniorů patří rozvoj schopností, rozvoj osobnosti k sebeuplatnění a obohacení znalostmi. Nejde o dosažení vědomostí a dovedností, které jsou předpokladem k výkonu. Mezi další cíle vzdělávání seniorů patří aktivity nasměřované na neobvyklé nebo obtížné situace, jako je zvládání moderních technologií. Cíle se mohou odlišovat a diferencovat věkem, ve kterém se jedinec nachází. Zprvu je to proseniorská edukace spojená s

⁴⁰ VÁŽANSKÝ, Mojmir. *Kvalita života starších dospělých a seniorů v kontextu výchovné a sociální pomoci*. Brno: MSD, 2010, 64 s.

⁴¹ SALIVAROVÁ, Jarmila a Jaroslav VETEŠKA. *Edukace seniorů v evropském kontextu: teoretická a aplikační východiska*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2014, 50 s.

⁴² PACOVSKÝ, Vladimír. *Proti věku není léku?: úvahy o stárnutí a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997, 34 s.

⁴³ FINDSEN, Brian a Marvin FORMOSA. *Lifelong learning in later life: a handbook on older adult learning*. Rotterdam: Sense, c2011, 131 s.

mezigenerační solidaritou, poté preseniorská edukace, zabývající se přípravou na stáří a pak vlastní edukace seniorů. V každé etapě můžeme vytyčit a vymežit rozdílné cíle vzdělávání.⁴⁴ Během vzdělávání jde o vztah a spojitost jeho skutků ke společnosti. Tato zásada platí i pro edukaci seniorů, která se zakládá ve dvou rovinách, jako postoj k jedinci, seniorovi a jako postoj jedince ke společnosti. Z pohledu seniora vzdělávání ulehčuje globálnímu nahlížení a porozumění vývojových fází života a přispívá k úspěšnému přechodu a přizpůsobení se změně způsobu života v období stáří. Přispívá k lepší orientaci v dosud nepoznaných situacích jedince, a tím i k redukci jeho patologických projevů. Výsledkem je získání nadhledu, vylepšení schopnosti se sám rozhodnout a oddálení stárnutí. Vzdělávání přispívá k pocitu optimismu a působí jako nástroj pro obohacování života seniorů.

Z pohledu společnosti vzdělávání podporuje vytváření pozitivního mínění na stáří a podílí se na chápání plnohodnotného života v období senia. Společnost také vnímá vzdělávání jako integrující součást mezigenerační solidarity a porozumění. Setkávání mladých a starých lidí pozitivně ovlivňuje jejich myšlení a dochází k mezigeneračnímu sblížení. Mladí lidé lépe rozumí nesnázím, které trápí lidi v pokročilém věku a dochází k oboustrannému porozumění a akceptaci, ale i k prevenci případného sociálního tlaku mezi generacemi.⁴⁵

Funkce vzdělávání se rozdělují na základě dvou prvotních hledisek, podle primárního cíle vzdělávání seniorů a podle její speciální orientace. K primárnímu směru pro rozvoj osobnosti seniora můžeme zařadit funkci vzdělávací, která se zaměřuje na získání znalostí, informací, dovedností, dále kulturně-kultivační funkce orientující se na neustálé vzdělávání osobnosti jedince prostřednictvím volnočasových aktivit, hobby, umění, kultury, pohybové výchovy a funkce sociálně psychologická zaměřená na zachování vhodné kvality života ve sféře sociálních vztahů a psychického rozvoje. Speciální zaměření hovoří o různých funkcích vzdělávání seniorů: preventivní, anticipační, rehabilitační, adaptační, posilovací, komunikační, kompenzační, aktivizační, relaxační a mezigeneračního porozumění.

⁴⁴ BENEŠOVÁ, Dana. *Gerontagogika: vybrané kapitoly*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, 97 s.

⁴⁵ Tamtéž, str. 98

Preventivní - tuto funkci zaplňují vzdělávací aktivity, které se realizují s potřebným předstihem a které pozitivně ovlivňují průběh stárnutí a kvalitu života ve stáří.

Anticipační - obsahuje vzdělávací aktivity zaměřené na pozitivní myšlení člověka v jeho pozdějších změnách skladby života.

Rehabilitační - tato funkce je spojená s opětovným nabytím a udržením fyzických a psychických sil.

Adaptační - zajišťuje stabilitu mezi prostředím a organismem člověka.

Posilovací - funkce, která se podílí na rozvoji zájmů, potřeb a schopností starších lidí.

Komunikační - při realizaci vzdělávacích aktivit setrvávají senioři i v pokročilém věku svého života v aktivní komunikaci se svým prostředím.

Kompenzační - vzdělávací aktivity substituují pokles sociálních kontaktů a deficit profesionální role, které přinesl odchod do důchodu.

Aktivizační - pomáhá k zapojení do společnosti, k fyzickému i duševnímu zdraví, k pocitu důstojnosti a životní spokojenosti.

Relaxační - orientované na kultivované trávení volného času, směřující k vnitřní harmonii člověka.

Mezigenerační porozumění - zaměřené ke zlepšení mezigeneračních vztahů, na jejich porozumění a prevenci vzájemného napětí.⁴⁶

3.3 Motivace vzdělávání u seniorů

Motivace není obsažena ve výrocích, které vyřkneme, ale v celém našem vztahu k člověku. Je to vztah důvěry, úcty, akceptování a pochopení, otevřeného přístupu, který je vnímán jako pomoc a bezpečí a který podporuje lidi každého věku.⁴⁷

⁴⁶ ČORNANIČOVÁ, Rozália. *Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku*. 2., dopl. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2007, 69 s.

⁴⁷ KUBŮ, Helena a Jarmila RADECHOVSKÁ. *Já a životní pohoda, aneb, Život je pohyb: inspirace pro cestu životem ve vyšším věku*. Vyd. 1. Praha: Remedium, 2006, 9 s.

Motivace je základním předpokladem aktivního zájmu na vzdělávání. Ve stáří se snižují požadavky pro nové intenzivní zážitky, senioři preferují stereotyp. Současně vyžadují subjektivně vhodný přístup stimulů.

Z hlediska potřeb členíme motivaci do třech okruhů:

- *"vzdělávací potřeby - držet krok s dobou,*
- *sociální potřeby - potřeba kontaktu s druhými lidmi,*
- *potřeba seberealizace - uplatnění se ve společnosti."*⁴⁸

Účastníci, kteří pravidelně navštěvují vzdělávací kurzy, zaregistrovali změnu aktuálního zdravotního stavu. Výsledné šetření ukázalo na pět nejčastěji uváděných faktorů, které se staly příčinou kladného vnímání změny zdravotního stavu.

➤ **Vytváření pozitivního myšlení**

Všichni studenti navštěvují kurzy s radostí. Jde o rozhodnutí z vlastní vůle, kde si student vybírá téma sám. Studium je uspokojuje, plní potřeby seberealizace a nových sociálních kontaktů, přátelské vztahy mnohdy přerůstají až za rámec vzdělávacích institucí. Nabyté vědomosti a dovednosti dávají možnost účastníkům plnohodnotně se začlenit do běžného života. Uplatňují nové komunikační technologie, využívají digitální techniku, PC, prostředky pro komunikaci jako skype, e-mail a další. Pozitivní myšlení jednoznačně přispívá k lepšímu psychickému stavu, tedy i celkového zdraví jedince.

➤ **Zdravý životní styl**

Na zdravý životní styl mají kladný vliv kurzy zdravovědy a tělesné výchovy. Nové vědomosti o vlivu tělesné výchovy na zdraví, důležitost relaxace a psychoterapie, to jsou otázky, na které dostanou účastníci odpovědi. Nabyté vědomosti je motivují natolik, změnu aplikují do svého životního stylu, které pak předávají dále na svou rodinu a přátele.

⁴⁸ Tamtéž, str. 258

➤ **Pozitivní přístup ke svému zdravotnímu stavu**

Mezi účastníky, v rámci studia i mimo ně, dochází ke vzájemné komunikaci, k výměně informací o chorobách, medikamentech, alternativní medicíně a lékářích. Senior zjistí, že se svou nemocí není sám, podělí se s druhými se svým i jejich zdravotním handicapem a je schopen začít brát svou chorobu z lepší stránky. Přemýšlí o schopnosti věnovat se i přes své onemocnění různým aktivitám, které si dříve zakazoval. Vytváří si pozitivní postoj ke svému zdravotnímu stavu.

➤ **Pravidelný pohyb a povinnost**

Pravidelná docházka na kurzy je spojená s vyšším nárokem na pohyb seniora, jako je chození či přeprava dopravním prostředkem, který vede ke zdolání současných osobních zdravotních potíží. Současně jde i o formu efektivní rehabilitace, kdy dochází k zlepšení objektivních pohybových potíží.

➤ **Stres**

Mnohdy dochází ke stresu, který způsobuje vlastní studium, zvýšené požadavky na účastníka, které nelze dosáhnout, nevhodná skupina studentů, pocit vlastní nespokojenosti aj. Jestliže stres má negativní účinky na psychiku, může špatně ovlivnit i zdravotní stav.

Senioři, kteří se vzdělávají v různých institucích subjektivně pocítují vliv, většinou pozitivní, na jejich zdravotní stav. Negativní byl shledán pouze z příčiny negativního stresu. Nestíhá-li student běžné tempo vzdělávání, lze tento negativní stres ovlivnit například individuálním přístupem lektora. Lektor, který vzdělává seniory, jeho osobnost a samotný přístup k jejich vzdělávání má pro studenty seniory velice podstatný význam a může být pro ně dalším motivátorem.⁴⁹

3.4 Bariéry seniorů v procesu učení

Na vnitřní podmínky vzdělanosti seniorů působí stárnutí, jednotlivé biologické, sociální a psychické změny, které provází stáří. Během organizování edukačních programů je podstatné seznámit se s psychickými, věkovými a individuálními zvláštnostmi účastníků

⁴⁹ VETEŠKA, Jaroslav a Jarmila SALIVAROVÁ. *Vzdělávání dospělých - příležitosti a úskalí v globalizovaném světě*. Vyd. 1. Praha: Educa Service, 2013, 259-260 s.

studia. Individuální a osobité specifika psychických a tělesných zvláštností seniorů, které vystupují jako základní determinanty procesu učení, i edukační proces je třeba respektovat.

Hlavní typické determinanty působící na vlastní proces učení seniorů je možno rozlišit na více tělesné a více intelektuální determinanty učení seniorů.

K větší části tělesných determinantů edukačních schopností seniorů patří především změny zasahující zejména smysly a nervový systém:

- pokles výkonnosti smyslů, především zraku a sluchu,
- omezená a nejistá pohyblivost.

O většině intelektuálních determinantů edukačních schopností seniora, kde stárnutím se vyvíjí i určité omezení, pojednávají různé psychologické prameny.

Nejčastěji se uvádějí:

- schopnost pojmout množství učení, snižující se v pokročilém věku,
- snadnost učení - rychlost naučení se určitého kvanta učiva, je registrován pokles na počátku pozdní dospělosti a vyžaduje vyšší nároky nezbytné na dobu na učení,
- stabilita výsledků učení se také ve stádiu stárnutí snižuje, zmenšuje se schopnost vzpomenout si,
- intenzita procesu učení je v období sénia velmi individuální a spočívá v názoru o důležitosti učení a jeho nutnosti, souvisí s ochotou učit se,
- paměť má výrazný dopad na proces stárnutí a změny po 70. roku věku, za které jsou zčásti zodpovědné přeměny v krátkodobé a mechanické paměti,
- inteligence - shrnutí celkové výkonnosti jedince konat účelně, racionálně uvažovat a efektivně řešit věci v jednotě s jeho prostředím.

Stárnutí snižuje schopnost pohotově řešit potíže, klesá energie na řešení spleťtých problémů, začíná funkční fluktuace, t.j. není souvislost s výkonem, jednoduché nezvládá, těžké zdolává. Pro samotné učení, které je také schopností, platí to co pro jiné schopnosti. Pokud ji používáme, můžeme ji rozvíjet, pokud ne může zakrnět.⁵⁰

⁵⁰ ČORNANIČOVÁ, Rozália. *Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku*. 2., dopl. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2007, 72 s.

Negativní zkušenosti směřují většinou k negativnímu vztahu ke vzdělávání. To je nejčastější psychologická překážka. Další psychologickou bariérou je obava neschopnosti se vzdělávat ve svém věku, nízké sebevědomí způsobené dřívějšími školními neúspěchy, obavy z neznámých a nových okolností, skupiny cizích lidí, učitelů, neznámého místa, ve kterém se má senior vzdělávat. Následující obavy se týkají náročnosti požadavků vzdělávacího procesu, množství a komplikovanosti informací. A v neposlední řadě se obávají negativního přístupu ke své osobě za strany vyučujících, pořadatelů a ostatních účastníků studia z důvodu jejich kritiky, potlačení samostatnosti, neuznávání svých názorů, nerespektování individuálního stylu učení.⁵¹

⁵¹ MACHALOVÁ, Mária. *Psychológia vo vzdelávaní dospelých*. Vyd. 2. Bratislava: Gerlach Print, 2006, 96 s.

4 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU

Skončí-li první, pracovní životní program, nastává druhý a je na každém z nás jaký životní program si zvolí. Jedním z nich je systém celoživotního vzdělávání, vyučovaný například prostřednictvím Univerzit třetího věku (U3V), který aktivuje seniory a nedovoluje sociální vyloučení.

První univerzita byla založena v Toulouse ve Francii v roce 1973. Jejím zakladatelem byl profesor lékařství Pierre Vellas, který se stal rovněž v sídle Toulouse prezidentem Asociace univerzit třetího věku. U nás byla první U3V otevřena pod záštitou Československého červeného kříže v roce 1986/1987 v Olomouci. Jako první U3V na univerzitní půdě byla v roce 1987/1988 zahájena na Fakultě všeobecného lékařství UK v Praze. Kurzy byly hojně navštěvovány a postupem let došlo k proměně a pomalému rozšiřování. Vedle studia pouze pro seniory jsou zaváděny i kombinované kurzy, kdy formou výběrových přednášek spolu studují mladí lidé a senioři. Vysokoškolské vzdělání včetně titulu získalo v důchodovém věku i několik studentů. V rámci posilování mezigenerační solidarity se rozvíjí v Praze Experimentální univerzita třetího věku. Do studia jsou zapojeny prarodiče spolu s vnoučaty. Obdobným studiem, méně náročnějším je studium pro seniory na Akademiích třetího věku. Rozvíjí se i Univerzity volného času.⁵²

Výchozí ideou tvůrců univerzity třetího věku bylo vybudovat druhý životní program pro takové seniory, kteří nechtěli stát v ústraní společnosti a pěstovat jen své koníčky. Senioři, kteří se hlásili ke studiu na U3V si chtěli dále rozšiřovat obzory ať už ve svém původním oboru, nebo v odlišném, který je zajímavý, ale na studium neměli dostatek času. Ale i ti, kteří měli zájem studovat, ale znemožňovali jim to životní okolnosti.

Program zvolen touto univerzitou, byl podstatný pro další aktivní činnost seniorů. Měl zachovávat medicínské, sociální i sociokulturní prvky. Tato vzdělávací instituce, která je jako akademická půda vysoce společensky ceněna, se stala místem vzájemného společenského setkávání. Zprvu byl program koncipován jen pro určitou skupinu posluchačů systémem výběrových přednášek, ale později se rozšířil o příležitost získání úplného vysokoškolského vzdělání včetně oprávněného diplomu a to v jakémkoli věku, tedy i v tom důchodovém. V dnešní době je celoživotní vzdělávání uznávanou realitou.

⁵² HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 167 s.

Ne každý senior preferuje tento druhý životní program, bez ohledu na to, že studium lze realizovat pouze v univerzitních městech. Otevření nové univerzity pro seniory je vzhledem k vysoce heterogenní seniorské populaci nesnadným úkolem, nemůže všem vyhovět, je vítána pro určitou část, která však není bezvýznamná.

Na Toulouský popud pokračovalo v prvním desetiletí budování univerzit pro studium seniorů v Belgii, Francii, Španělsku a poté i v Polsku. Univerzity třetího věku byly dlouhé roky výhradně evropskou záležitostí, v amerických zemích se zpočátku neujaly, některé se zrodily později. Důvodem byl zčásti lišící se vzdělávací systém a z části velká vzdálenost do univerzitních měst. V USA některé formy distančního studia vyhovovaly nárokům seniorského studia. V dnešní době hraje kladnou roli e-learningové vzdělávání, v poslední době hojně využívané i seniory.

V prvním desetiletí univerzity třetího věku zaregistrovaly náhle se zvyšující růst. Za **Rok univerzit třetího věku v Evropě** byl prohlášen rok 1993. V dnešní době jsou pokládány U3V za samozřejmost a se zájmem se rozvíjí rozmanitá nabídka kurzů.⁵³

4.1 Mezinárodní sdružení univerzit třetího věku

O expanzi a zvyšování kvality studia pro seniory se snaží i několik mezinárodních organizací. Jednou z nich je i neznámější AIUTA (Association internationale des universites de troisième âge). Mezinárodní sdružení univerzit třetího věku vzniklo v roce 1975 a v roce 1981 seskupilo 170 členských organizací. Prezidentem AIUTA byl zvolen v lednu 2011 syn Pierra Vellase Francois Vellas. Tato organizace připravuje každoročně hojně navštěvované mezinárodní kongresy.⁵⁴

Jejím nejdůležitějším cílem je vylepšit životní podmínky starším jedincům pomocí vzdělávání. Po celém světě pomáhá zakládat univerzity třetího věku, stará se o kontakty

⁵³ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 128 s.

⁵⁴ *Univerzity třetího věku*. [online]. 26.4. 2012[cit. 2015-02-20]. Dostupné z: <http://www.tretivek.cz/201204/univerzity-tretiho-veku/>

členů, rozvíjí jakékoliv zájmy včetně krajových, které se vztahují ke vzdělávání seniorů a umožňuje poskytovat informační služby.⁵⁵

Je to nejstarší organizace s celosvětovou účinností, největšímu rozvoji se však těší ve frankofonních regionech. Ve Francii funguje pod národní obměnou UFUTA (Union Française des Universités Tout Age). Další významnou národní organizací je Německá BAG (Bundesarbeitgemeinschaft), na Slovensku funguje přes dvacet let podobně jako v České republice organizace nazvaná Asociácia univerzít tretieho veku. AIUTA je v první řadě spojovatelem organizátorů studia a dalších organizací pro seniory. EFOS (European Federation of Older Students at the Universities) - Evropská federace starších studentů na vysokých školách - je především organizací samotných studentů seniorů.⁵⁶ Vznikla v roce 1990 v Innsbrucku, podporuje akademické vzdělávání starších lidí společně s mladšími žáky, přispívá ke společným projektům seniorů v celé Evropě. Vzdělávání se v každé zemi liší, jak ve formě tak i v obsahu. Proto se členové institucí, studenti senioři i emeritní členové schází každého půl roku v různých městech, vyměňují si zkušenosti a diskutují o společných projektech.⁵⁷

4.2 Asociace univerzit třetího věku

V Čechách funguje Asociace univerzit třetího věku (AU3V). Jedná se o občanské sdružení institucí, které poskytují a spravují vzdělávací aktivity vymezené pro občany v důchodovém věku na úrovni vysokoškolského vzdělávání.

AU3V vznikla na popud několika dobrovolníků v roce 1993. Tito dobrovolníci se věnovali vzdělávání seniorů na svých mateřských univerzitách a zároveň tuto problematiku monitorovali v evropské i světové míře. Vzdělávání seniorů je prestižní záležitostí a preferují ho mnoho vyspělých států i moderních univerzit. Z tohoto důvodu má AU3V za úkol dva zásadní cíle: postarat se o oboustranný přenos informací mezi svými členy a zajistit mezinárodní styky s vedoucími členy evropských organizací.

⁵⁵ 20 years of EFOS 1990 - 2010. [online]. 2010[cit. 2015-02-20]. Dostupné z: <http://www.efos-europa.eu/en/history/>

⁵⁶ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 128 s.

⁵⁷ 20 years of EFOS 1990 - 2010. [online]. 2010[cit. 2015-02-20]. Dostupné z: <http://www.efos-europa.eu/en/history/>

Zhruba kolem 80. let 20. století se uskutečnilo v České republice vzdělávání seniorů pod záštitou Klubu aktivního stáří (KLAS) a Československého červeného kříže, který se stal zřizovatelem Akademie třetího věku. Z Akademií třetího věku se postupem času vytvořili Univerzity třetího věku, které byli již bez účasti Československého červeného kříže a zcela pod organizací vysokých škol.

Asociace univerzit třetího věku byla založena 9.6.1993 v Praze za přítomnosti 36 delegátů vysokých škol a fakult. Zasedáním byl zmocněn předběžnou komisí zástupce Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy PhDr. Zdeněk Palán a předsedal jí prorektor Vysoké školy zemědělské Prof. Ing. Karel Velda, CSc. Stala se nevýdělečnou zájmovou organizací, která měla za úkol v České republice přispívat na vysokých školách k budování univerzit třetího věku, pořádat shromáždění a kurzy na zaangažovaných školách a fakultách z důvodu výměny informací, znalostí a zkušeností. Dalším úkolem byla koordinace aktivit U3V na všech vysokých školách v ČR a vyměňování informací o chodu aktivit na fakultách a propagaci v masmédiích. Cílem bylo i navazování mezinárodních kontaktů a usilování o jejich členství, vytváření podmínek pro mezigenerační diskuzi s cílem podpořit vzájemnou solidaritu.⁵⁸

Ve stejném roce, 1993, se stala AU3V součástí AUITA, v následujícím roce, 1994, se stala členem Evropské federace studentů seniorů (EFOS). Do předsednictva EFOS za Českou republiku byla zvolena Prof. PhDr. RNDr. Helena Haškovcová, CSc. Asociace udržuje od roku 1995 úzké spojení s Centrem všeobecného vědeckého vzdělávání (ZAWiW) v Ulmu, kterou řídí akademická ředitelka Carmen Stadelhofer. Jako jedna z prvních organizací porozuměly závažnosti moderních komunikačních technologií a vzdělávání seniorů. Rozjela množství evropských projektů, které spojují seniory i organizátory po mezinárodních sítích internetu a na kterých také participují vysoké školy z České republiky. Asociace zorganizovala několik akcí pro ZAWiW a EFOS, každý rok pořádá konference a odborné semináře, kterých se účastní delegáti z evropských států, především Německa, Maďarska, Slovenska, Španělska, Polska a Finska. Také delegovala své zástupce do komise expertů EU, která připravovala hodnotící kritéria pro celoživotní

⁵⁸ *Historie AU3V*. [online]. [cit. 2015-02-15]. Dostupné z: <http://www.au3v.org/home/historie>

vzdělávání v roce 2000-2002 a v roce 2010 se zúčastnili konference Evropského parlamentu o vzdělávání seniorů.⁵⁹

4.3 Další vzdělávací programy

Akademie třetího věku (A3V) mají dlouhou tradici. Zaměřují se na aktuální požadavky seniorů posluchačů, pořádají řady přednášek s rozmanitými náměty. Československý červený kříž a Socialistická akademie v době socialismu, pořádali pod složkami Národní fronty osvětové přednášky. Po roce 1989 došlo k rozšíření A3V, jejich působnost se rozpínala do všech větších měst a začali se hojně navštěvovat. Podstatné je, že A3V umožňují svým účastníkům rozšířit si své vědomosti a zároveň dávají prostor pro navázání kontaktů a zpevnění mezilidských vztahů.⁶⁰

Kluby aktivního stáří dávají možnost lidem v seniorském věku zapojit se do různých aktivit a naplno se věnovat druhé polovině svého života s podobně kladně naladěnými lidmi. Instituce, které se věnují aktivitě seniorů, nabízí přednášky na různá témata, jako je bezpečnost, zdravotnictví, historie apod., pořádají kulturní programy, výtvarné kurzy, trénink paměti a motoriky, psychorelaxační techniky, organizují poznávací výlety a věnují se novým pohledům na konkrétní témata.

Virtuální univerzita třetího věku (VU3V) je adresována seniorům v oblastech, kde se lidé nemohou vzdělávat v sídlech univerzit a vysokých škol. Seniorům, kterým brání zdravotní stav, časové důvody, nebo finanční problémy spojené s dopravou k návštěvě těchto institucí. Virtuální U3V umožňují dostupnost všem seniorům, kteří mají zájem o vysokoškolské studium na celém území České republiky, a to bez rozdílu místa pobytu, čímž dává rovné možnosti všem seniorům a tvoří tak novodobou moderní variantu ke klasickému prezenčnímu studiu na U3V. Využívá moderních technologií, jako je internet, má formu distančního vzdělávání a e-learningu a výuka je uzpůsobena typickým zvláštěnostem seniorského vzdělávání.⁶¹

⁵⁹ Tamtéž

⁶⁰ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Seniori mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 49 s.

⁶¹ *Univerzita třetího věku – U3V*. [online]. [cit. 2015-02-25]. Dostupné z: <http://www.e-senior.czu.cz/>

Účastníky studia se mohou stát senioři, kteří přesáhli 50 let věku, nebo kteří mají status důchodce či invalidního důchodce, kdy tento handicap není vázán na věk. Hlavní předností tohoto studia je dosažitelnost z jakéhokoli místa. Důležitá je znalost práce s počítačem, která je spojena s touto formou studia. Zároveň dochází ke zlepšování a zdokonalování počítačových a informačních vědomostí. Výuka se realizuje tam, kde je možná dostupnost k internetu, např. informační střediska, knihovny, školy, domovy pro seniory a jiné. Virtuální studium má velkou výhodu v opětovné možnosti prezentace přednášek, což je pro seniory velmi výhodné.⁶²

4.4 U3V v České Republice

Vysoké učení technické v Brně

U3V byla založena v roce 2000 díky iniciativě a podpoře ředitele školy prof. Ing. Petra Vavřína, DrSc., který přišel s nápadem rozšířit výuku o vzdělávání seniorů. Základní kurz trvá 3 roky, který je navštěvován 1 hodinu týdně po dobu 6 semestrů. Celkově tedy tvoří 52 až 54 lekcí. Má 8 fakult, každá z nich má možnost prezentovat svůj specializovaný kurz. Každý ze seniorů má možnost vybrat kurz, který by rád studoval. Tyto kurzy zahrnují i laboratorní praxe a semináře. Pro úspěšné dokončení kurzu je důležitá 60 % účast ze všech lekcí. Po dokončení základního kurzu mohou pokračovat ve specializovanějším kurzu. V prvním roce otevření univerzity bylo přihlášeno 128 účastníků kurzu.

Polygrafická univerzita v Jihlavě

Byla otevřena v březnu 2005 doc. RNDr. Zdeňkem Laštovičkou, CSc. Doc. Laštovička vystudoval geologii a působil jako vysokoškolský profesor. Mezi rokem 2004 a 2007 působil jako prorektor celoživotního vzdělávání na této škole. Výuka byla zahájena třemi dvouletými kurzy: *Cesta za zdravím*, *Pracujeme s počítačem* a *Z historie našeho regionu*. Kurzy byly vyučovány buď vysokoškolskými profesory nebo externími pracovníky s praxí v oboru. První rok se přihlásilo 123 účastníků. Po postavení nových učeben, podpořených ministerstvem školství se začali vyučovat předměty jako jsou práce s počítačem, historie regionu, gps a její využití v cestovním ruchu, fotografování, kameraman, základy práva pro

⁶² BENEŠOVÁ, Dana. *Gerontagogika: vybrané kapitoly*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, 136 s. ISBN 978-80-7452-039-6.

seniory, jazykové kurzy, životní styl seniorů, duchovní hygiena a mezilidské vztahy, genealogie.

Univerzita Karlova v Praze

Je to největší poskytovatel seniorského vzdělávání v celé České republice. V současné době má 17 fakult a 14 z nich se podílí na vzdělávání seniorů v rámci U3V. Samotné počátky, staré 25 let, jsou spojené se jménem prof. MUDr. Vladimír Pacovský, DrSc., který v tehdejších socialistických podmínkách díky svému vlivu prosadil tento typ vzdělávání.

Vysoké učení technické v Praze

Jako jedna z nejstarších technických univerzit v Evropě nabízí technické kurzy pro seniory, kterým byl udělen starobní důchod a nejsou profesionálně aktivní. Univerzita organizuje kurzy U3V na všech svých osmi fakultách. První kurz byl otevřen v akademickém roce 1998/1999.

Česká zemědělská univerzita v Praze

Vzdělávání starších občanů bylo zavedeno v akademickém roce 1990/91 studijním programem nazvaným *Člověk, zemědělství a příroda* na tehdejší Fakultě agronomie. O tři roky později se lesnická fakulta zapojila do U3V a připravila studijní program *Člověk a les*. Iniciátorem a supervizorem byl prof. Ing. J. Hubáček, Csc. V současnosti studenti U3V na ČZUP mají možnost získávat vědomosti v oblastech ekonomie, agronomie, lesnictví.

Vysoká škola chemicko-technologická v Praze

Počátkem roku 1990 byla založena U3V na Fakultě potravinářské a biochemické technologie. Byla zahájena kurzem *Potraviny a výživa* v akademickém roce 1991/1992.⁶³

Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem

Univerzita třetího věku byla založena v roce 1994 na základě tehdejšího rektora univerzity prof. RNDr. Jana Kopka, CSc. Inspirací mu byla návštěva U3V na Masarykové univerzitě v Brně. Na nově vznikající U3V se také podílel PhDr. Sáva Suchevič, geograf a historik,

⁶³ ADAMEC, Petr a David KRYŠTOF. *Universities of the third age at Czech universities*. 1st ed. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky, 2012, 22-27 s.

který měl již bohaté zkušenosti z organizací U3V z německého Berlína a z Karlovy univerzity v Praze.

Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava

U3V začala ve třech různých letech na různých fakultách. Obsah jednotlivých programů je v režii jednotlivých fakult. První fakulta, která začala s výukou U3V, byla Fakulta těžby a geologie s výukovým programem *astronomie* v roce 1991. V roce 2010 již fungovalo šest výukových programů. Druhá fakulta vyučovala od roku 2000 *metalurgii a materiálové inženýrství*, třetí Fakulta ekonomická začala v roce 2007 s mnoha jinými dalšími programy.

JAMU Brno

Je to první umělecká univerzita v ČR, která otevřela U3V. Byla zahájena v roce 2012 se dvěma studijními programy: *Jak začalo divadlo existovat I* - kde se vyučuje seznámení s historií, teorií, divadlem a praxí a *Jak začalo divadlo existovat II* - vyučují se specifika vývoje moderního divadla. Lekce jsou vedeny učiteli divadelní fakulty. Součástí programu jsou exkurze do divadel, včetně zákulisí.

Masarykova univerzita Brno

U3V byla založena v roce 1990 pod záštitou prof. MUDr. Květoslava Šipra, CSc. V současnosti jsou zde programy pro téměř 1900 účastníků. Od roku 2009 Masarykova univerzita pracuje s univerzitou v Lipsku, kde dochází ke vzájemným výměnným programům studentů.

Mendelova univerzita Brno

Počátky U3V se datují od roku 2003. Je spojena se založením Institutu celoživotního vzdělávání pod vedením tehdejšího lektora Prof. Ing. Stanislava Procházky, CSc. První kurz byl věnován programu *Člověk a příroda v 21. století*.

Palackého univerzita Olomouc

Pro seniory se začalo přednášet v říjnu 1986. Zakladatelem byl MUDr. Jaromír Vachutka, CSc. První U3V na Palackého univerzitě byla otevřena roku 1991 Prof. PhDr. Josefem Jařabem, CSc. V současnosti je zde téměř 1200 studentů.⁶⁴

⁶⁴ Tamtéž, str. 28-30

Slezská univerzita v Opavě

Zde má na starosti U3V katedra celoživotního vzdělávání. Mají svou vlastní knihovnu i kroniku. Výuka probíhá na podnikatelské fakultě v Karviné. Pro Karvinou je typické, že se snaží zapojit i tělesně postižené. Spolupracuje s polskými partnery.

Technická univerzita v Liberci

Byla založena v akademickém roce 1998/1999 díky iniciativě doc. Ing. Jiřího Vacka, doc. RNDr. Jaroslava Vildy a RNDr. Evě Dvořákové. Spolupracuje se Saskem. Je podporována Evropským regionálním rozvojovým fondem. V roce 2011 si Technická univerzita v Liberci zažádala o grand projektu: "Více než sousedi" společně s dalšími šesti institucemi z EU.

Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně

Škola byla založena v lednu 2001. První ročník studií U3V byl zahájen v říjnu 2002. V roce 2002 prorektor pro vzdělávací aktivity doc. PhDr. Ing. Aleš Gregar, CSc a děkan Fakulty managementu a ekonomiky Prof. Ing. František Trnka, CSc učinili první kroky k založení U3V na UTB Zlín. V současnosti na U3V studuje okolo 600 seniorů v 19 studijních programech organizovaných ve Zlíně, Vsetíně, Uherském Hradišti a Kroměříži.

Vysoká škola ekonomická v Praze

Byla otevřena v roce 1988. U3V se podílí na mezinárodní spolupráci se vzdělávací nadací v Horním Sasku v Německu. Má také vlastní nejmodernější učebny s interaktivními tabulemi, které umožňují přehrávání přednášek.

Univerzita Hradec Králové

Začátky se datují od roku 1984, kdy se pořádali kurzy pro seniory za pomoci Československého červeného kříže. K základům budoucí U3V přispěl doc. RNDr. Josef Louda, CSc. Zajímavostí jsou zde přednáškové cykly "Finanční trhy a my", které jsou pod vedeny pod dohledem zaměstnanců České národní banky v Praze a shledávají se s obrovským úspěchem.⁶⁵

⁶⁵ Tamtéž, str. 31-35

Univerzita Pardubice

U3V vznikla na Dopravní fakultě Jana Pernera a probíhá na detašovaném pracovišti v České Třebové od roku 1999. Soustřeďuje se na dopravní záležitosti a je silně podporovaná zastupitelstvem České Třebové a nadací Jana Pernera.

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Zde U3V začala fungovat na Fakultě zdraví a sociálních studií v roce 1991. Spoluiniciátory vzniku U3V byli tehdejší rektor doc. PhDr. Jiří Divíšek, CSc. a děkanka Fakulty zdraví a sociálních studií doc. PhDr. Jana Šemberová CSc. Univerzita se zapojila do mezinárodního projektu SoLiLL (Self organized Learning in Later Life), který probíhal v roce 2000 - 2002, spolu s dalšími šesti partnerskými zeměmi. Projekt řešil společná témata týkající se seniorů a vzdělávání. Zúčastnila se také projektu eLLiL (e-Learning in Later Life) v letech 2006-2008, který mapoval využívání moderních technologií ve vzdělávání seniorů.

Veterinární a farmaceutická univerzita Brno

V červnu 2000 prorektor pro vzdělávání Prof. MVDr. Zdeněk Pospíšil, DrSc a ředitelka Institutu celoživotního vzdělávání a ekonomie MVDr. Dana Foitová stanovili základní podmínky pro zahájení U3V. V akademickém roce 2001/2002 bylo zahájeno vzdělávání na U3V. Cílem programu bylo umožnit účastníkům získat informace z veterinární medicíny, o hygieně potravin a farmacii.

Západočeská univerzita v Plzni

Vzdělávání na U3V bylo zahájeno v roce 1992. Iniciátory vzniku univerzity byli Doc. RNDr. František Ježek, CSc a tehdejší sekretářka pro U3V Mgr. Zdeňka Klepetková. Svá detašovaná pracoviště mají v Aši a Chebu.⁶⁶

4.5 Vzdělávání seniorů v zahraničí

Slovensko

Vzdělávání na Slovensku je velmi podobné jako v České republice. Stejně jako u nás funguje Asociácia univerzit tretieho veku (ASUTV). Funguje zde 13 univerzit třetího věku, které navštěvuje přes pět tisíc uchazečů. První U3V byla otevřena v roce 1990 v Bratislavě

⁶⁶ Tamtéž, str. 36-41

na Univerzitě Komenského. Vedle U3V také fungují kluby důchodců a akademie třetího věku. Nezávislé občanské sdružení občanů v důchodovém věku na Slovensku založilo Jednotu dôchodcov (JSD), která je velmi aktivní a v současnosti má cca 74 tisíc členů. JSD participuje na vytváření a realizaci Národního programu ochrany starších lidí. Také aktivně působí v oblastech turistiky, kultury či sportu pro seniory.

Polsko

První univerzita třetího věku ve střední Evropě se zrodila v roce 1975 v Polsku ve Varšavě. O rok později, v roce 1976 vznikla ve Wroclavi další univerzita třetího věku. V současnosti v Polsku funguje 22 U3V, kam se každým rokem zapíše více než 15 tisíc studentů seniorů.

Německo

V roce 1994 byla v Německu založena nejznámější vzdělávací instituce pro seniory Univerzita v Ulmu jako Centrum pro další všeobecné vědecké vzdělávání (ZAWIW). Vznikla jako odezva na stoupající zájem po vzdělání dospělých, především pro seniorskou populaci. Nejpodstatnější úkoly centra se zakládají na rozvoji nových metod a strategií ve vzdělávání, které jsou pod vědeckým patronátem. Obsahová nabídka studia se řídí z větší části požadavky účastníků vzdělávání. Vedle univerzit třetího věku fungují v každém okrese v Německu tzv. Lidové vysoké školy, vedle kterých fungují i akademie pro seniory. Přednášky jsou zde na různá témata, od přírodních věd přes filozofii, matematiku, až po jazykové kurzy. Další možností vzdělávání pro seniory je vzdělávání po internetu tzv. SeniorenNet, klub seniorů na internetu, zásluhou kterého se mohou senioři spojit s celým světem a nacházet tak nové přátele. Organizují se i shromáždění členů internetového klubu. Pro seniory jsou internetové stránky speciálně upravené, jako je zvětšení písma, nebo například předčítání textu.

Rakousko

V Rakousku senioři mají možnost studovat na vysokých školách společně s mladší generací. Umělecké obory jsou však podmíněné úspěšným složením přijímacích a talentových zkoušek. Senioři si vzdělávání v celém Rakousku platí sami. Tradice U3V ve Vídni je dlouholetá a sahá už před rok 1970. Věk pro uchazeče U3V je nižší než u nás, ženy mohou navštěvovat kurzy od 40 let a muži od 45 let. Ve Vídni, Innsbrucku, Grazu, Linzu a Klagenfurtu fungují vzdělávací fóra pro seniory - Bildungsforum. Záměrem fóra je podporovat růst kvality života ve stáří, pomáhat zvyšovat schopnosti seniorů a zesilovat jejich společenské uznání.

Holandsko

Holandsko dává možnost seniorům vzdělávání prostřednictvím kurzů, které jsou na úrovni univerzit a college HOVO (Hoger Onderwijs voor Ouderen), Vyšší vzdělávání pro starší. Tyto kurzy nabízí více jak 50 let. Vzdělávání v kurzech není podmíněno speciálním vzděláním. Úkolem HOVO je zvýšit zájem o vzdělávání pro starší lidi ve všech jeho formách, zejména ve vyšším vzdělávání. Pořádají se v rozmezí 5 - 10 týdnů a jednou týdně se organizují velice populární přednášky nebo workshopy. Některé instituce umožňují účastníkům podílet se na výzkumných projektech..

Švýcarsko

Ve Švýcarsku fungují samostatné školské instituce tzv. Seniorenuniversität, které mohou navštěvovat senioři od 60 let věku. Senioři se snaží mezi sebou zachovat aktivní kontakt. Jsou zde i U3V, které organizují počítačové kurzy, exkurze, prohlídky památek, různé výlety a workshopy, pořádají diskusní kroužky a přednášky.⁶⁷

Velká Británie

V Anglii funguje U3V, lépe řečeno U3A - University of the Third Age, obvykle na bázi dobrovolnictví. Kurzy jsou řízeny svépomocí, dobrovolnou účastí lektorů, popřípadě za nízké dávky, které slouží k pokrytí výloh. V Cambridge v roce 1981 vznikla první britská U3A. Mottem této univerzity je učení pro radost. K získání cílů není třeba žádných zkoušek, zápočtů, ani žádné hodnocení či kvalifikace. Hlavním úkolem U3A je zpřístupnění vzdělávání veškerým starším jedincům a vznik, rozvoj a kooperace U3A ve všech regionech. Pomáhá studentům seniorům k vzájemnému sdílení vědomostí a znalostí, zájmů a osobních zkušeností a přičiňuje se k prosazení schopností a důležitosti starších občanů pro dobro společnosti. Dalším záměrem je vyhovět rozšířené paletě zálib, a to jak v oblasti vzdělávací, tak i v rekreační, pohybové a sociální. Důležité jsou i vhodné nástroje ke vzdělávání, které se snaží vyhledávat a zároveň usilují o využívání současných moderních technologií.

Ve Velké Británii fungují od roku 1969 i Open University, kde mohou zájemci získat akademické vzdělání. Vzdělávání na Open Univerzity je vázáno studiem několika

⁶⁷ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. BULUŠKOVÁ, Lucie. *Vzdělávání seniorů v zahraničí*. Andragogika: čtvrtletník pro vzdělávání dospělých. Praha: DAHA. ročník XIV/březen 2010, s. 12

semestrů, v průběhu kterých se pořádají různé kongresy nebo exkurze hromadně s mladými studenty. Lidé zde mohou studovat od svých 50 let.

Finsko

Ve Finsku byla první U3V založena v roce 1985 v Jyväskylä. V současnosti jich ve Finsku existuje devět a na účastníky zde nejsou kladeny žádné nároky, ani ze strany věkové hranice či dosaženého vzdělávání.

Spojené státy americké

Na podobném principu jako U3A funguje v USA a Severní Americe tzv. Osher. Jsou připojeny k významným univerzitám, s nimiž má shodné jen jméno. Studují zde lidé dobrovolně, jen ti, kdo mají o studium zájem. Lektory jsou zde většinou pedagogové v penzi. Velmi běžné je používání internetu za účelem vzdělávání. V Severní Americe se prezentuje online společnost starších internetových uživatelů tzv. Elderweb, který byl založen na Fakultě vědy a umění na Grant MacEwan v roce 1994 v Edmontonu. Jejimi uživateli jsou lidé nad 45 let a cílem tohoto projektu je pomoci lidem s přibývajícím věkem k lepší orientaci s rychle se měnícími technologiemi. Členové mají možnost navštěvovat diskusní skupiny a fóra, kde mohou mluvit o problémech spojené s PC. V oblasti počítačové technologie a internetu pro vzdělávání je v Americe nejuznávanější SeniorNet. Je určen pro populaci 50+ a poskytuje na nejrůznějších úrovních počítačové kurzy, rovněž i e-learningové vzdělávání s rozsáhlou řadou nabízených kurzů.

Austrálie a Nový Zéland

Austrálie má v současné době 125 univerzit třetího věku. Nejstarší byla založena v roce 1984 v Melbourne. Navštěvují ji studenti starší 50 let, kteří nemají zaměstnání na trvalý pracovní poměr, nebo jsou již v důchodě. Je zde také možnost studia na Virtuálních univerzitách třetího věku, kterou založila Austrálie jako první online U3V na světě při Griffithské univerzitě. Nový Zéland disponuje 20 U3V.

Jihoafrická republika

Jihoafrickou republiku reprezentují univerzity třetího věku v dobrovolnických a neziskových organizacích. Studium probíhá obvykle v domě učitele a tak každý kurz má

svoje specifické provedení. Vyučujícími jsou buď akademičtí profesori v důchodě nebo dobrovolníci.⁶⁸

⁶⁸ Tamtéž, str. 13

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 METODOLOGIE VÝZKUMU

Praktická část diplomové práce bude věnována výzkumu v oblasti vzdělávání a jejího vlivu na kvalitu stáří. Samotní senioři studenti se budou vyjadřovat k tomu, jak studium ovlivňuje jejich životní dráhu v postproduktivním věku.

Vzdělání jako nástroj zvyšování kvality života seniorů a jeho důležitost pro jednotlivce je vnímána u každého z nich zcela odlišně, jelikož na každého z nich působí různé faktory. Těmito faktory myslíme jejich různorodé zdravotní potíže, finanční možnosti, motivace, aj. Velkou roli zde hraje i demografické rozložení U3V a jejich dosažitelnost. K analýze posouzení kvality života ve stáří vlivem vzdělávání byla použita metoda dotazníkového šetření v lokalitě Brno, Pardubice a Liberec.

5.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumného šetření je objasnění vlivu studia současně vzdělávajících se seniorů na kvalitu jejich života, na proces vnímání subjektivního hodnocení prožívání života odlišného v každé vývojové nebo životní etapě mapující přínos studia obecně jak pro seniory, tak pro společnost. Podcílem bylo taktéž zjištění jaké motivy vedou seniora k jeho dalšímu vzdělávání, jakými vnitřními zdroji disponuje, jakou hraje roli podpora rodiny na proces vzdělávání seniora a zda má vliv studia na proces socializace.

5.2 Metody a způsob zpracování

Pro práci byla použita metoda kvantitativního výzkumu vycházející z pravidel vedení pedagogického výzkumu dle Petera Gavory.⁶⁹ Vzhledem k věkové skupině respondentů jsem zvolila formy skladby otázek řídicí se pravidly dle E. R. Babbieho, taktéž citované v knize výše uvedeného autora. Prvním krokem bylo stanovení výzkumného vzorku, především jeho velikosti. Dotazníkem jsem oslovila úzkou skupinu seniorů od 50 let výše, kteří aktivně navštěvovali U3V. Následně jsem provedla pilotáž, taktéž dotazníkovou

⁶⁹ GAVORA, Peter. *Výzkumné metody v pedagogice: příručka pro studenty, učitele a výzkumné pracovníky*. Brno: Paido, 1996, 54 s.

metodou. Na základě pilotáže jsem mohla přikročit k formulaci nástrojů pro sběr dat. V této fázi jsem pouze ověřovala, zda dotazovaní konstrukci otázek rozumí a jsou ochotni na ně odpovídat a budou pro mě mít potřebnou validitu. Poté jsem přistoupila k samotnému sběru dat formou osobního předání. Celkem bylo rozdáno 140 dotazníků, 120 vráceno vyplněných a 105 jich bylo hodnotných pro interpretaci potřebných dat. Vyhodnocení probíhalo v počítačové formě, kde jsem sdružovala odpovědi dle jejich podobnosti. V poslední fázi jsem získaná data podrobila analýze a zaznamenala do níže uvedených tabulek a grafů.

5.3 Stanovení hypotéz

Obecná hypotéza: Studium na U3V ovlivňuje kvalitu života seniorů.

Pracovní hypotézy:

H1: Ženy jsou aktivnější v navštěvování vzdělávacích institucí než muži.

H2: Aktivní životní styl, jako hlavní motiv pro návštěvu školy uvádí senioři do 70 let častěji než senioři nad 70let.

H3: Ženy častěji uvádějí pozitivní vliv studia k navazování nových sociálních kontaktů než muži.

H4: Ženy se více setkávají s účastníky studia mimo školící program než muži.

H5: Většina respondentů U3V studia uvádí, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě.

Procesem operacionalizace z pojmů obsažených v obecné hypotéze vytváříme proměnné. Použila jsem jak ordinální tak nominální proměnné, které pro mě měli validní hodnotu.

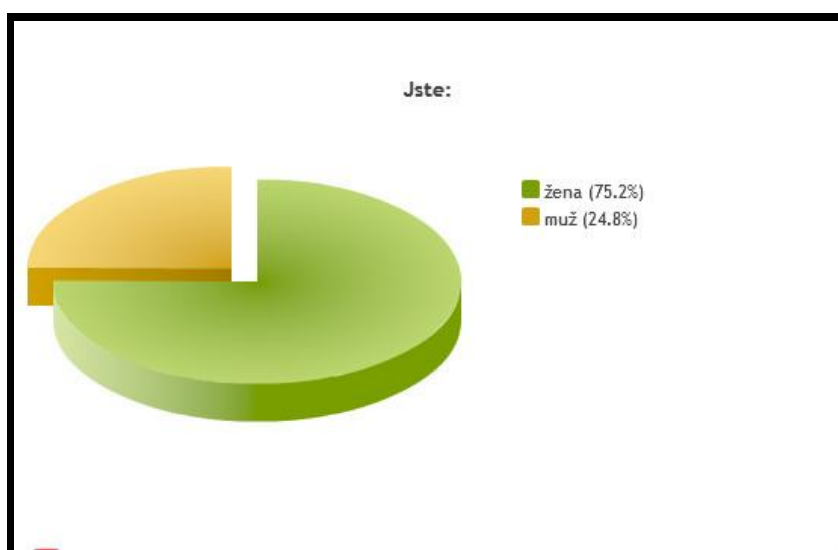
5.4 Zpracování výsledků dat

Dosažená data jsou vymezena ve faktických číslech a v procentech zaokrouhlených na jedno desetinné číslo. Pro přehlednost jsou výsledky utříděné v tabulkách a grafech.

Otázka 1: Jste

Tabulka 1: Jste

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ženy	79	75,2%
Muži	26	24,8%
Celkem	105	100%

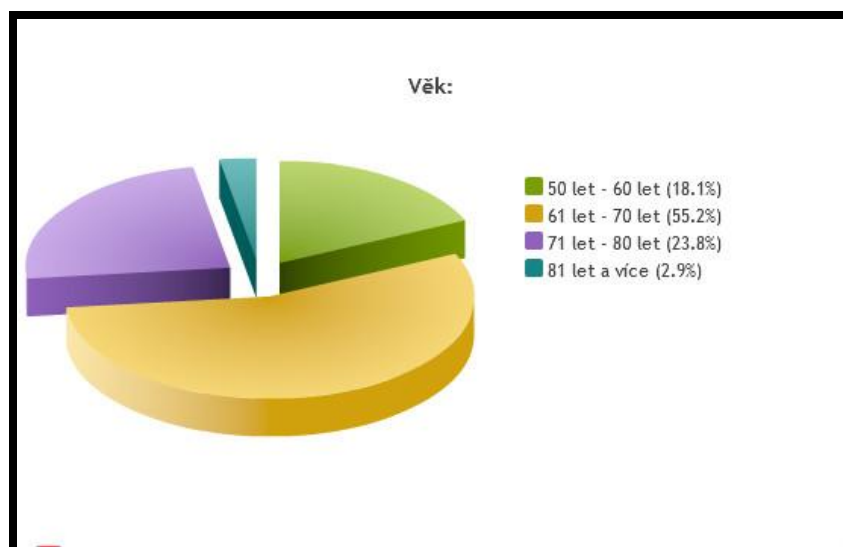


Graf 1: Jste

Výzkumu se zúčastnilo 79 žen a 26 mužů.

Otázka 2: Věk*Tabulka 2: Věk*

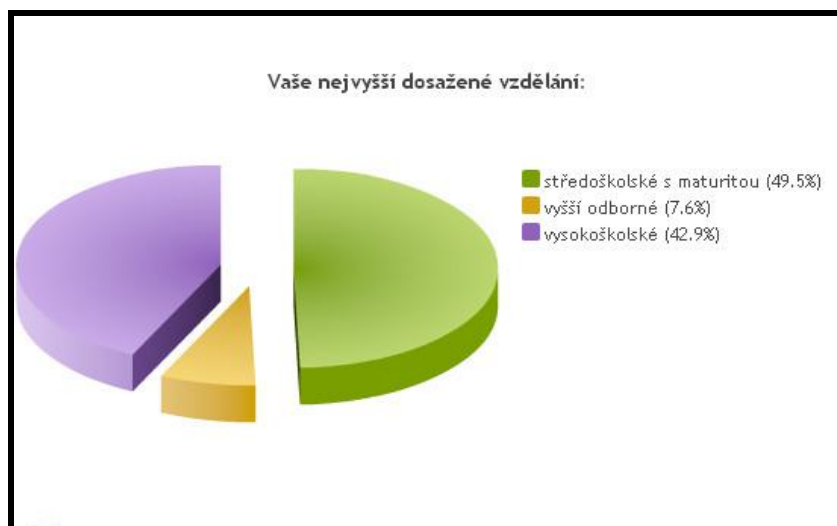
	Absolutní četnost	Relativní četnost
50 - 60 let	19	18,1%
61 - 70 let	58	55,2%
71 - 80 let	25	23,8%
81 a více let	3	2,9%
Celkem	105	100%

*Graf 2: Věk*

Největší věkovou skupinou zainteresovaného výzkumu byla kategorie 61 - 70 let, kde bylo 58 respondentů.

Otázka 3: Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?*Tabulka 3: Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?*

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Středoškolské s maturitou	52	49,5%
Vyšší odborné	8	7,6%
Vysokoškolské	45	42,9%
Celkem	105	100%

*Graf 3: Vaše nejvyšší dosažené vzdělání*

V otázce dosaženého vzdělání byl téměř vyrovnaný stav mezi středoškolským vzděláním s maturitou, kde se zúčastnilo 52 respondentů a vysokoškolským vzděláním se 45 respondenty.

Otázka 5: Je pro Vás rozsah studijních programů dostačující?*Tabulka 4: Je pro Vás rozsah studijních programů dostačující?*

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	39	37,1%
Spíše ano	51	48,6%
nevím	9	8,6%
Spíše ne	6	5,7%
Rozhodně ne	0	0%
Celkem	105	100%

*Graf 4: Je pro Vás rozsah studijních programů dostačující?*

Zda je pro uchazeče studia vnímán studijní program za dostačující odpovědělo 39 dotazovaných rozhodně ano a 51 spíše ano. Je to zřejmě otázka požadovaného očekávání od samotného studia.

Otázka 6: Je dle Vašeho názoru výuka kvalitní?*Tabulka 5: Je dle Vašeho názoru výuka kvalitní?*

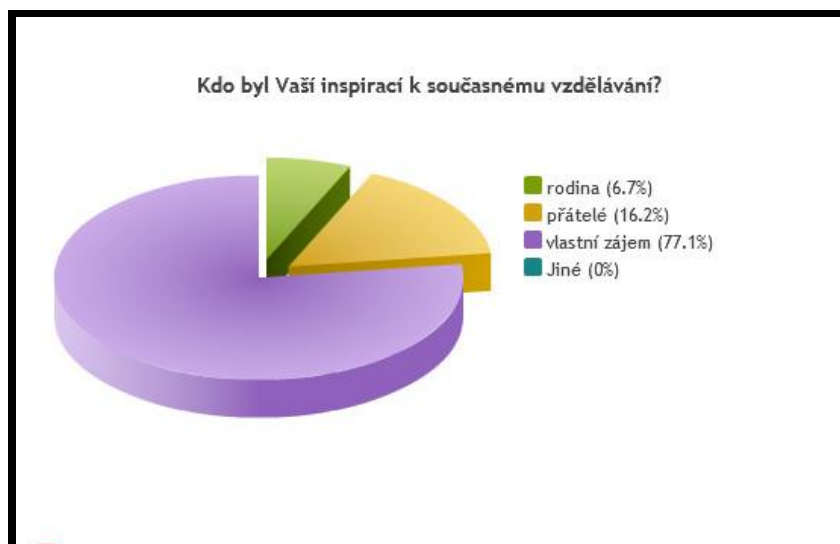
	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	45	42,9%
Spíše ano	52	49,5%
Nevím	4	3,8%
Spíše ne	3	2,9%
Rozhodně ne	0	0%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%

*Graf 5: Je dle Vašeho názoru výuka kvalitní?*

I tato otázka je značně subjektivní. Většina respondentů se shodla na pozitivním hodnocení. 45 odpovědělo rozhodně ano a 52 spíše ano.

Otázka 7: Kdo byl Vaší inspirací k současnému vzdělávání?*Tabulka 6: Kdo byl Vaší inspirací k současnému vzdělávání?*

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rodina	7	6,7%
Přátelé	17	16,2%
Vlastní zájem	81	77,1%
Celkem	105	100%

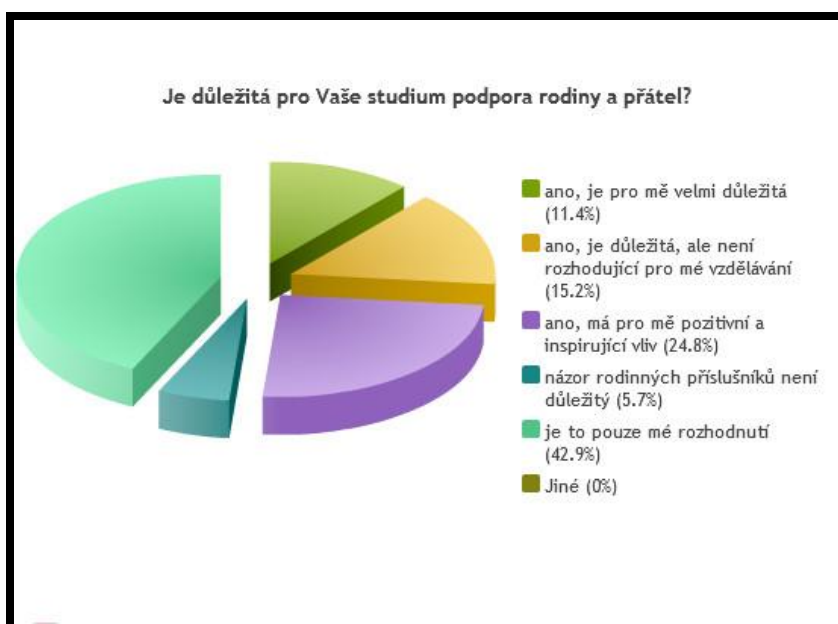
*Graf 6: Kdo byl Vaší inspirací k současnému vzdělávání?*

Vlastní zájem o studium v 81 případech měl převahu nad ostatními indikátory vedoucí k inspiraci.

Otázka 8: Je důležitá pro Vaše studium podpora rodiny a přátel?

Tabulka 7: Je důležitá pro Vaše studium podpora rodiny a přátel?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, je pro mě velmi důležitá.	12	11,4%
Ano, je důležitá, ale není rozhodující pro mé vzdělávání.	16	15,2%
Ano, má pro mě pozitivní a inspirující vliv.	26	24,8%
Názor rodinných příslušníků není důležitý.	6	5,7%
Je to pouze mé rozhodnutí.	45	42,9%
Celkem	105	100%



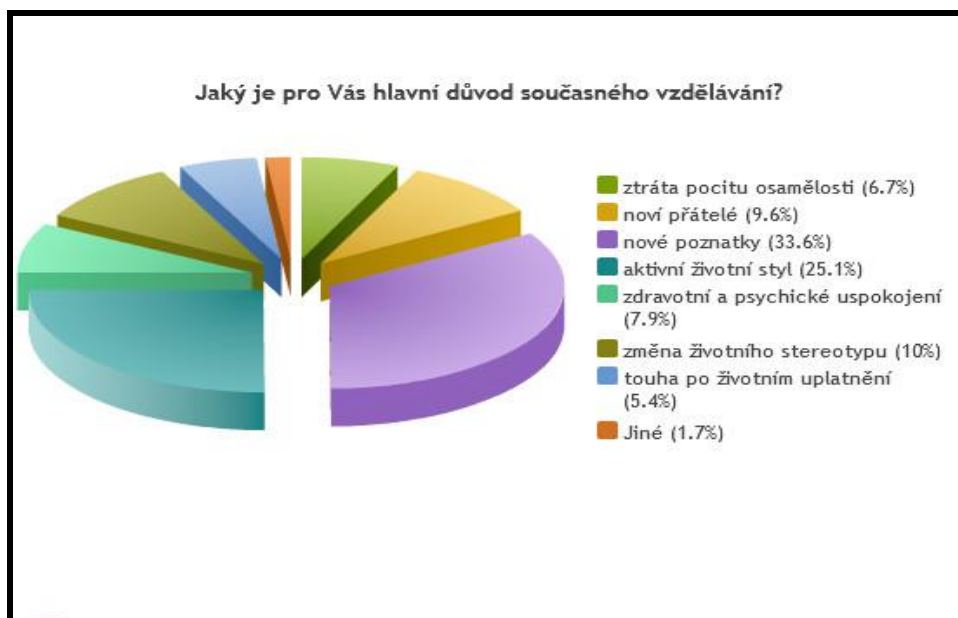
Graf 7: Je důležitá pro Vaše studium podpora rodiny a přátel?

Podpora rodiny a přátel pro studium je samozřejmě pro mnoho seniorů důležitá, ale každý tomu přikládá jinou váhu. Pro 26 respondentů má podpora pozitivní a inspirující vliv, 12 odpovědělo, že je velmi důležitá, pro 16 respondentů sice je důležitá, ale není pro jejich studium rozhodující. Největší část, s 45 studenty, byla označena s osobním přesvědčením pouze jejich rozhodnutí.

Otázka 9: Jaký je pro Vás hlavní důvod současného vzdělávání?

Tabulka 8: Jaký je pro Vás hlavní důvod současného vzdělávání?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ztráta pocitu osamělosti	7	6,7%
Noví přátelé	10	9,6%
Nové poznatky	35	33,6%
Aktivní životní styl	26	25,1%
Zdravotní a psychické uspokojení	8	7,9%
Změna životního stereotypu	11	10%
Touha po životním uplatnění	6	5,4%
Jiné	2	1,7%
Celkem	105	100%

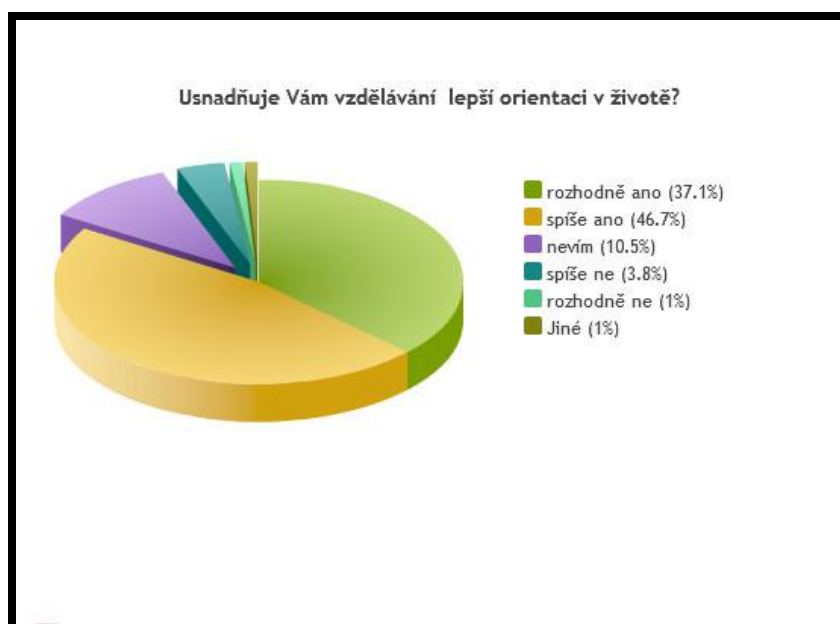


Graf 8: Jaký je pro Vás hlavní důvod současného vzdělávání?

Dva nejvíce zodpovězené předložené argumenty jako důvod pro vzdělávání byly nové poznatky, uvedlo 35 respondentů, a aktivní životní styl 26 respondentů.

Otázka 10: Usnadňuje Vám vzdělávání lepší orientaci v životě?*Tabulka 9: Usnadňuje Vám vzdělávání lepší orientaci v životě?*

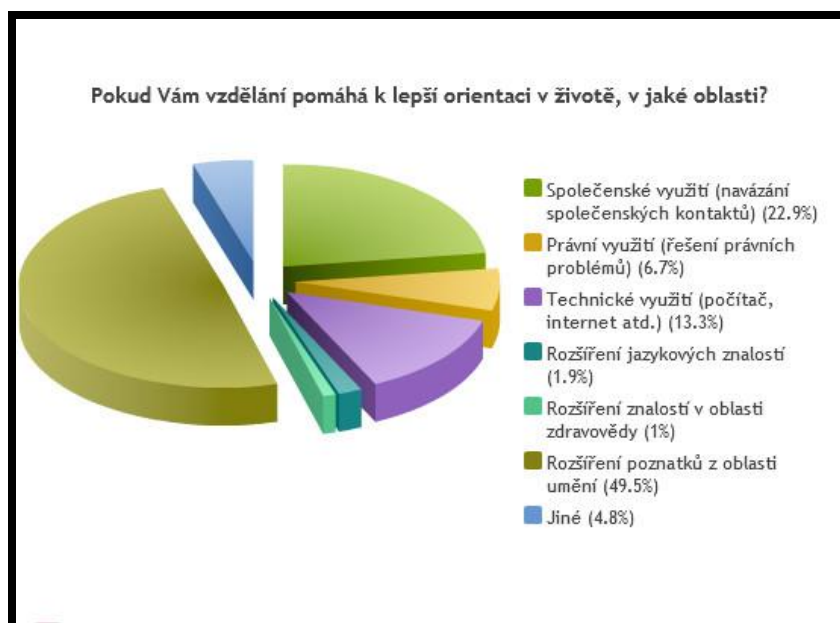
	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	39	37,1%
Spíše ano	49	46,7%
Nevím	11	10,5%
Spíše ne	4	3,8%
Rozhodně ne	1	1%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%

*Graf 9: Usnadňuje Vám vzdělávání lepší orientaci v životě?*

Tato otázka se shledala ve většině případů, u 88 respondentů, s velmi pozitivní odezvou. Senioři vyhledávají okruhy zájmů, které jim sice nebyly utajeny, ale přáli si je prozkoumat. Více informací tudíž znamená lepší orientace v daném problému.

Otázka 11. Pokud Vám vzdělávání pomáhá k lepší orientaci v životě, v jaké oblasti?*Tabulka 10: Pokud Vám vzdělávání pomáhá k lepší orientaci v životě, v jaké oblasti?*

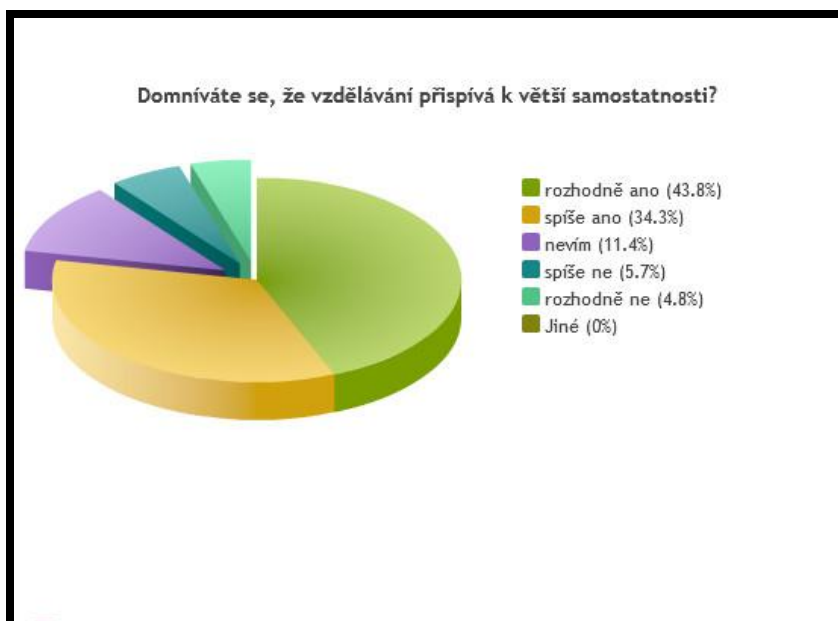
	Absolutní četnost	Relativní četnost
Společenské využití	24	22,9%
Právní využití	7	6,7%
Technické využití	14	13,3%
Rozšíření jazykových znalostí	2	1,9%
Rozšíření znalostí v oblasti zdravotvědy	1	1%
Rozšíření poznatků v oblasti umění	52	49,5%
Jiné	5	4,8%
Celkem	105	100%

*Graf 10: Pokud Vám vzdělávání pomáhá k lepší orientaci, v jaké oblasti?*

Tato otázka je z větší části daná tématem, které si frekventanti vybrali pro své studium. Nejrozšířenější kategorie poznatků v oblasti umění byla označena 52 respondenty.

Otázka 12: Domníváte se, že vzdělávání přispívá k větší samostatnosti?*Tabulka 11: Domníváte se, že vzdělávání přispívá k větší samostatnosti?*

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	46	43,8%
Spíše ano	36	34,3%
Nevím	12	11,4%
Spíše ne	6	5,7%
Rozhodně ne	5	4,8%
Celkem	105	100%

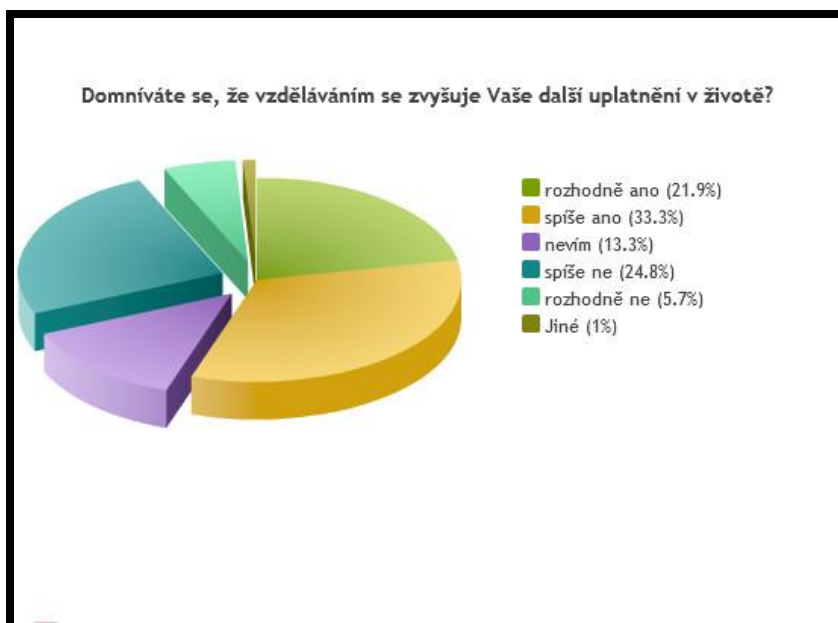
*Graf 11: Domníváte se, že vzdělávání přispívá k větší samostatnosti?*

Pocit soběstačnosti a samostatnosti v životě seniora je velmi důležitý. I v této otázce se z velké části frekventanti studia pozitivně shodují v prospěšnosti studia. Rozhodně ano a spíše ano uvedlo 82 respondentů.

Otázka 13: Domníváte se, že vzděláváním se zvyšuje Vaše další uplatnění v životě?

Tabulka 12: Domníváte se, že vzděláváním se zvyšuje Vaše další uplatnění v životě?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	23	21,9%
Spíše ano	35	33,3%
Nevím	14	13,3%
Spíše ne	26	24,8%
Rozhodně ne	6	5,7%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%



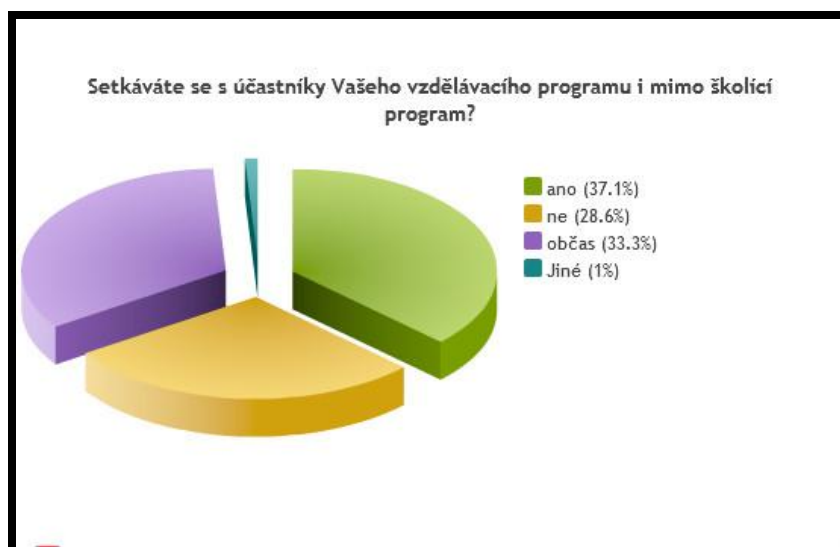
Graf 12: Domníváte se, že vzděláváním se zvyšuje Vaše další uplatnění v životě?

Rozhodně ano a spíše ano odpovědělo 58 respondentů. Spíše ne odpovědělo 26 respondentů a rozhodně ne 6 dotazovaných. Tato otázka byla dána věkem.

Otázka 14: Setkáváte se s účastníky Vašeho vzdělávacího programu i mimo školící program?

Tabulka 13: Setkáváte se s účastníky Vašeho vzdělávacího programu i mimo školící program?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano	39	37,1%
Ne	30	28,6%
Občas	35	33,3%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%



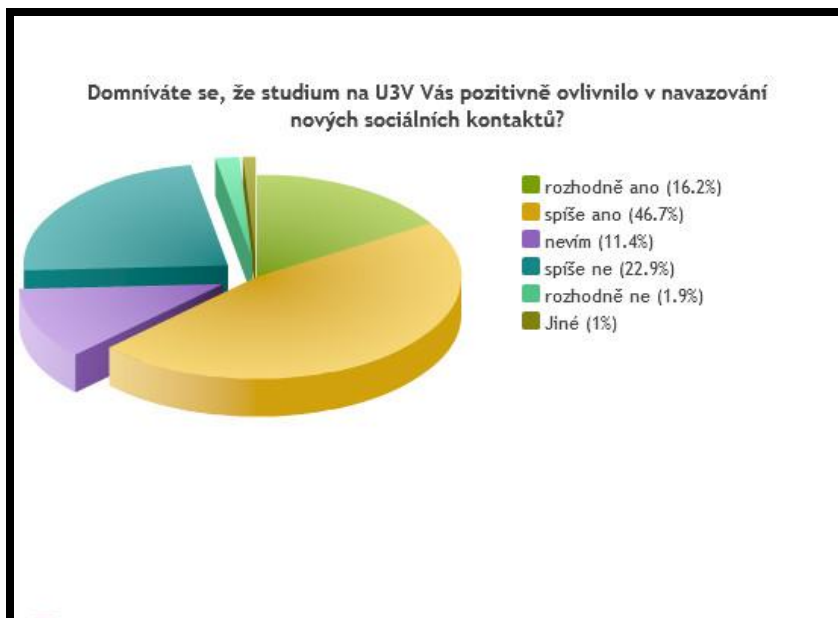
Graf 13: Setkáváte se s účastníky Vašeho vzdělávacího programu i mimo školící program?

Na otázku ano odpovědělo 39 frekventantů, 30 jich odpovědělo ne a 35 napsalo občas.

Otázka 15: Domníváte se, že studium na U3V Vás pozitivně ovlivnilo v navazování nových kontaktů?

Tabulka 14: Domníváte se, že studium na U3V Vás pozitivně ovlivnilo v navazování nových sociálních kontaktů?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	17	16,2%
Spíše ano	49	46,7%
Nevím	12	11,4%
Spíše ne	24	22,9%
Rozhodně ne	2	1,9%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%

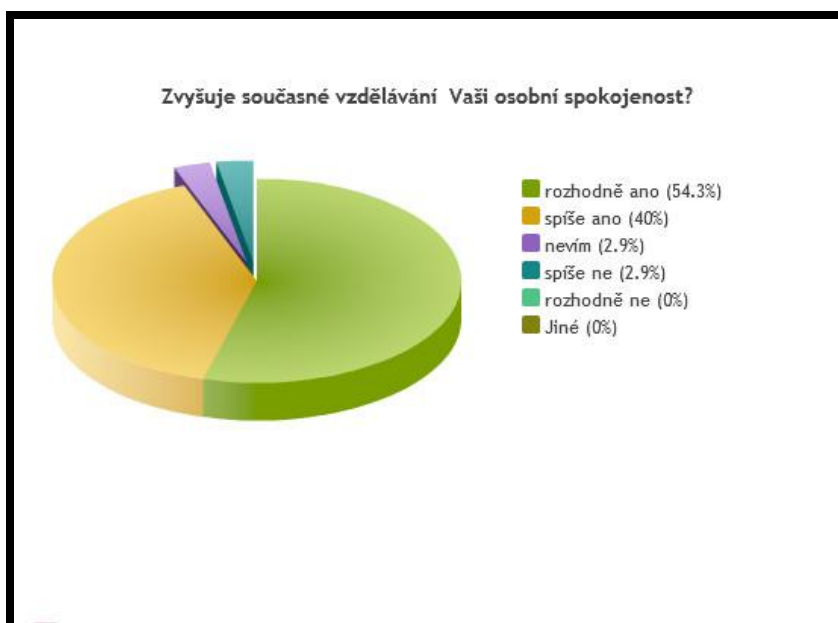


Graf 14: Domníváte se, že studium na U3V Vás pozitivně ovlivnilo v navazování nových sociálních kontaktů?

Příznivý vliv studia v navazování nových sociálních kontaktů sdílelo odpovědi rozhodně ano a spíše ano 66 frekventantů.

Otázka 16: Zvyšuje současné vzdělávání Vaši osobní spokojenost?*Tabulka 15: Zvyšuje současné vzdělávání Vaši osobní spokojenost?*

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	57	54,3%
Spíše ano	42	40%
Nevím	3	2,9%
Spíše ne	3	2,9%
Rozhodně ne	0	0%
Celkem	105	100%

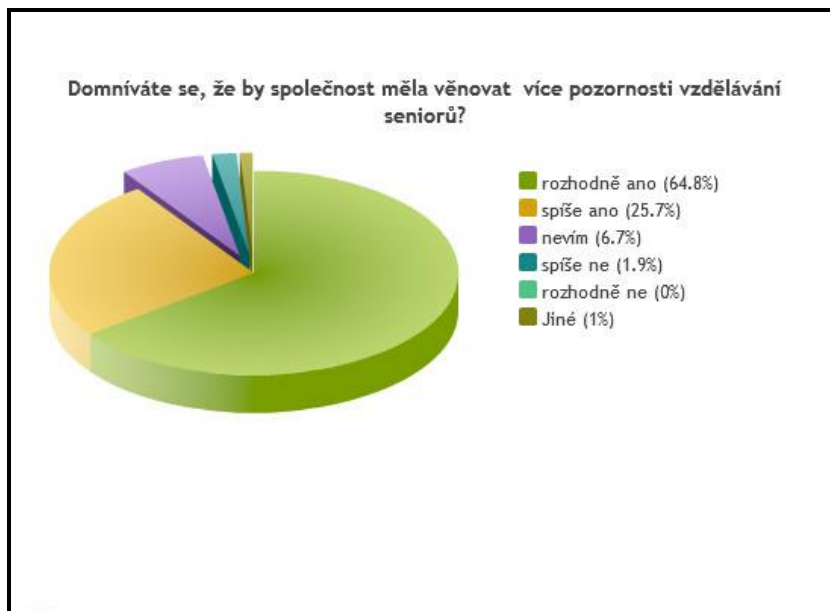
*Graf 15: Zvyšuje současné vzdělávání Vaši osobní spokojenost?*

Individuální spokojenost nejen seniora, ale i každého z nás je dána postojem v životě. Současné vzdělávání zvolené seniory je dáno osobní volbou. Rozhodně ano a spíše ano si vybralo 99 seniorů.

Otázka 17: Domníváte se, že by společnost měla věnovat více pozornosti vzdělávání seniorů?

Tabulka 16: Domníváte se, že by společnost měla věnovat více pozornosti vzdělávání seniorů?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	68	64,8
Spíše ano	27	25,7%
Nevím	7	6,7%
Spíše ne	2	1,9%
Rozhodně ne	0	0%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%



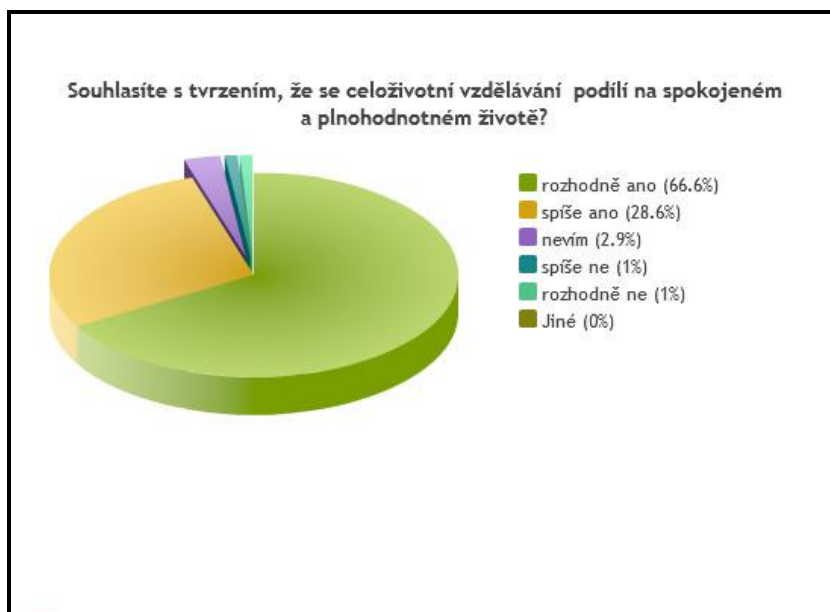
Graf 16: Domníváte se, že by společnost měla věnovat více pozornosti vzdělávání seniorů?

Otázka vzdělávání v postproduktivním věku je zřejmě pro seniory velice důležitá. Pro zvyšování zájmu vzdělávání seniorů odpovědělo rozhodně ano a spíše ano celkem 95 respondentů.

Otázka 18. Souhlasíte s tvrzením, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě?

Tabulka 17: Souhlasíte s tvrzením, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	70	66,6%
Spíše ano	30	28,6%
Nevím	3	2,9%
Spíše ne	1	1%
Rozhodně ne	1	1%
Celkem	105	100%



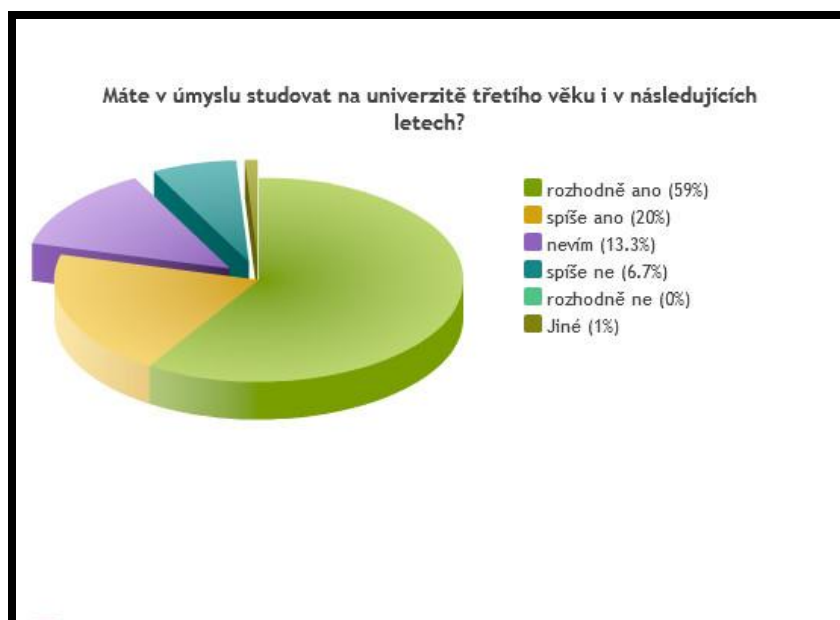
Graf 17: Souhlasíte s tvrzením, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě?

Otázka daná životními prioritami je taktéž velice pozitivní. Pro odpověď rozhodně ano a spíše ano se rozhodlo 100 respondentů.

Otázka 19: Máte v úmyslu studovat na univerzitě třetího věku i v následujících letech?

Tabulka 18: Máte v úmyslu studovat na univerzitě třetího věku i v následujících letech?

	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně ano	62	59%
Spíše ano	21	20%
Nevím	14	13,3%
Spíše ne	7	6,7%
Rozhodně ne	0	0%
Jiné	1	1%
Celkem	105	100%



Graf 18: Máte v úmyslu studovat na univerzitě třetího věku i v následujících letech?

Většina respondentů se rozhodovala pro další pokračování studia s ohledem na věk. Ale i tak s pokračováním studia korespondovalo s odpovědí rozhodně ano a spíše ano 83 dotazovaných.

5.5 Vyhodnocení hypotéz

H1: Ženy jsou aktivnější v navštěvování vzdělávacích institucí než muži.

Pro vyhodnocení této hypotézy jsem vypracovala otázku č. 1, která se týkala rozdělení pohlaví. Z celkového počtu 105 uchazečů seniorského vzdělávání bylo 79 (75,2%) žen a 26 (24,8%) mužů. Ženy více navštěvují instituce pro vzdělávání než muži. **Hypotéza byla verifikována.**

H2: Aktivní životní styl, jako hlavní motiv pro návštěvu školy uvádí senioři do 70 let častěji než senioři nad 70let.

Hypotéza byla vyhodnocena z otázky č. 2, týkající se věku seniorů a otázky č. 9, kde měli senioři určit hlavní motiv ke svému vzdělávání. Jako hlavní motiv pro navštěvování studia seniorů do 70 let tj. 77 respondentů, uvedlo ve 24 případech (31%) aktivní životní styl a senioři nad 70 let, 28 respondentů označilo ve 2 případech (7%) aktivní životní styl. Senioři do 70 let častěji vyhledávají vzdělávání jako svoji vlastní další činnost. **Hypotéza byla verifikována.**

H3: Ženy častěji uvádějí pozitivní vliv studia k navazování nových sociálních kontaktů než muži.

Hypotéza byla zpracována z otázky č. 1, rozdělení pohlaví a otázky č. 15 týkající se vlivu studia a navazování nových sociálních kontaktů. Odpověď rozhodně ano a spíše ano označilo 66 respondentů, z toho 56 (70%) žen a 10 (38%) mužů. Ženy vnímají pozitivněji působení studia při navazování nových sociálních kontaktů než muži. **Hypotéza byla verifikována.**

H4: Ženy se více setkávají s účastníky studia mimo školící program než muži.

Pro vyhodnocení této hypotézy byla vypracována otázka č. 1, týkající se rozdělení pohlaví a otázka č. 14, kde se ptáme, zda se senioři setkávají i mimo školící program. Ze 105 respondentů 39 odpovědělo ANO, z toho 37 (47%) žen a 2 (8%) mužů. Můžeme tedy vyhodnotit, že ženy se ve větší míře setkávají s ostatními seniory studenty mimo výukový program. **Hypotéza byla verifikována.**

H5: Většina respondentů U3V studia uvádí, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě.

Tato hypotéza byla vyhodnocena z otázky č. 18. Z celkového počtu 105 respondentů označilo odpověď ANO, jako pozitivní vztah mezi vzděláváním a spokojeným a plnohodnotným životem, 90 (95%) respondentů. **Hypotéza byla verifikována.**

5.6 Shrnutí výzkumného šetření

Výzkumu se zúčastnilo 105 respondentů, z toho 79 žen a 26 mužů, největší věkovou skupinu tvořili senioři v rozmezí 61 - 70 let s 58 respondenty, z čehož vyplývá, že se dále vzdělávají právě stávající penzisté. Otázka č. 4 byla směřována na vzdělávací program, který studenti senioři navštěvují. Dotazníky byly rozdány pouze studentům působící v humanitním směru, kteří se vzdělávali i v několika programech najednou, jako je historie, dějiny umění, filozofie, psychologie a heraldika. Program připravený pro vzdělávání seniorů byl frekventanty ohodnocen z 85% za dostačující a kvalita přednášek byla označena 92% respondenty za hodnotnou. Impuls, který byl hlavní pohnutkou ke studiu byl ze 77% z vlastní iniciativy. K tomu se váže i další otázka, týkající se důležitosti podpory rodiny a přátel ve vzdělávání seniorů. Rodina je pro seniory velmi důležitá, ale i z podstatné části 43% označili senioři, že studium je pouze jejich rozhodnutí. Je to pozitivní zjištění, které poukazuje ne na pasivní jedince, ale na ty, kteří se chtějí dobrovolně zapojovat do procesu aktivního stárnutí a chtějí tak vylepšovat svůj sociální status. Hlavním důvodem, proč studovat byla označena 34% respondenty odpověď - nové poznatky, 25% seniorů označilo aktivní životní styl a 10% změna životního stereotypu. Zajímavostí v této otázce bylo porovnání priorit vzdělávání v každém věkovém rozmezí. Senioři do 70 let věku poukazovali na aktivní životní styl a touhu po životním uplatnění. Naopak senioři nad 70 let směřovali spíše k sociálním záležitostem v podobě hledání nových přátel a ztrátě pocitu osamělosti. Vzdělávání v seniorském věku nepatří jen mezi aktivizační prvky, ale má velmi významný sociální kontext. Vzdělávání pomáhá také seniorům v lepší orientaci v životě, označené 85% respondenty. Studium přívětivě podporující samostatnost pozitivně ohodnotilo 78% seniorů. V navazování sociálních kontaktů, včetně spojitosti s udržováním těchto sociálních vztahů a provázanosti se vzdělávací institucí je pro 66% seniorů důležitý, 25% nepovažuje za důležité studium a navazování nových sociálních kontaktů. Můžeme jen usuzovat, že tito senioři nemají sociální blok při navazování společenských kontaktů. Značnou osobní spokojenost

spojenou se současným vzděláváním označilo 94% respondentů. Psychická stabilita v životě seniorů hraje důležitou roli v prevenci vzniku fyzických chorob. Je s tímto spojena i otázka podílu celoživotního vzdělávání na spokojeném a plnohodnotném životě, kterou sdílí 95% seniorů. Lze říci, že je pro seniory studium velice inspirující a nabádá k dalšímu jejímu vyhledávání. To se projevuje i v otázce pokračování studia v následujících letech. 79% projevilo souhlas s dalším vzděláváním. Objevili se i odpovědi obracející se na svůj věk a možné zdravotní komplikace, které by mohli znemožnit v pokračování studia. Obavy mají tito senioři oprávněné, ale je povzbuzující, jak se k této problematice staví a dokážou v mnoha věcech najít to pozitivní.

ZÁVĚR

Proces aktivního stárnutí je procesem optimalizace možností v oblasti zdraví s cílem zkvalitnit život jedince v jeho poslední fázi života. Aktivně stárnout pomáhá lidem plně rozvinout svůj potenciál, vytváří lepší sociální a duševní pohodu v průběhu celého jejich života a přispívá ke zdravému sociálnímu začleňování. Podporování aktivního stárnutí vyžaduje podporu napříč všemi generacemi.⁷⁰ I samotný stát se snaží zlepšit podmínky seniorů a lépe využít jejich potenciál. Starší lidé tak dostanou více možností, jak se vzdělávat nebo začít podnikat. S čímž počítá i Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období 2013-2017. Celoživotní vzdělávání by se tak mělo rozšířit díky husté síti knihoven i do menších měst a obcí a mělo by tak být dostupnější pro větší část seniorské populace. Vzdělávání je důležité v každém věku a to i v seniorském, jedná se nejen o přísun nových informací, ale především o sociální prvek sdružování lidí. Stáří se jistě stane více důležitým politickým tématem. Zatímco lidé nad 65 let představují necelých 16 procent české populace, za dvacet let budou podle odhadů tvořit již čtvrtinu a za půlstoletí až třetinu celé společnosti. Tudíž bychom se měli snažit využít zkušenosti a znalosti seniorů taktéž ke zvýšení ekonomického potenciálu a konkurenceschopnosti naší země.⁷¹

V teoretické části jsem se tedy věnovala jednou z možných forem vzdělávání seniorů a to na univerzitách třetího věku, která má více jak dvacetiletou historii a v současné době probíhá téměř na všech českých vysokých školách. Účastníky univerzity třetího věku jsou lidé s touhou po dalším vědění či doplněním si svých dosavadních znalostí. Dále jsou to lidé, kteří touží po pocitu seberealizace a pro mnohé z nich je výuka společenskou událostí.

Zabývala jsem se i problematikou hodnoty kvality života, jejími vnitřními i vnějšími činiteli a rolí vzdělávání v něm. Charakterizovala jsem funkci, cíle, motivy a bariéry v procesu vzdělávání seniorů. Uvádím zde výčet nejčastějších vzdělávacích programů jak na území ČR tak i v zahraničí.

⁷⁰ VETEŠKA, Jaroslav a Jarmila SALIVAROVÁ. *Vzdělávání dospělých - příležitosti a úskalí v globalizovaném světě*. Vyd. 1. Praha: Educa Service, 2013, 261 s.

⁷¹ JIŘIČKA, Jan. *Senior budoucnosti: pilně se vzdělává, podniká a nestraní se lidí*. [online deník]. 13. února 2013 [cit. 2015-01-20] Dostupný z: http://zpravy.idnes.cz/strategie-starnuti-seniori-dp4-/domaci.aspx?c=A130213_135510_domaci_jj

V empirické části se přímo věnuji vlivu vzdělávání na kvalitu života seniorů. Důležitými oblastmi zkoumání se pro mě staly vztahy osob seniorského věku k dalšímu vzdělávání v postproduktivním věku. S čímž souvisí determinanty jako pohlaví, věk a ekonomická situace seniora studenta. Z celkového průzkumu vyplynulo, že celoživotní vzdělávání má smysl v každém věku a celkově pozitivně ovlivňuje životní dráhu seniora.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

MONOGRAFIE

ADAMEC, Petr a David KRYŠTOF. *Universities of the third age at Czech universities*. 1st ed. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky, 2012, 43 s. ISBN 978-80-214-4627-4.

BAYEROVÁ, Mária. *Senior a choroba*. In: MÜHLPACHR, Pavel. *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005, 174 s. ISBN 80-210-3838-1.

BENEŠOVÁ, Dana. *Gerontagogika: vybrané kapitoly*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, 136 s. ISBN 978-80-7452-039-6.

BOČKOVÁ, Lenka, Šárka HASTRMANOVÁ a Egle HAVRDOVÁ. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut, 2011, 95 s. ISBN 978-80-904153-2-4.

BUDINSKÝ, Václav. *Příjemný zralý věk*. 1. vyd. Praha: Alfom, 2013, 225 s. ISBN 978-80-87785-02-7.

BUMBÁLEK, Milan. *Stáří a osamělost*. In: MÜHLPACHR, Pavel. *Schola gerontologica*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005, 24 s. ISBN 80-210-3838-1.

ČORNANIČOVÁ, Rozália. *Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku*. 2., dopl. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2007, 163 s. ISBN 978-80-223-2287-4.

FINDSEN, Brian a Marvin FORMOSA. *Lifelong learning in later life: a handbook on older adult learning*. Rotterdam: Sense, c2011, xviii, 218 s. ISBN 978-94-6091-649-6.

GAVORA, Peter. *Výzkumné metody v pedagogice: příručka pro studenty, učitele a výzkumné pracovníky*. Brno: Paido, 1996, 130 s. ISBN 80-85931-15-x.

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013, 170 s. ISBN 978-80-7419-152-7.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 194 s. ISBN 978-80-7262-900-8.

KUBŮ, Helena a Jarmila RADECHOVSKÁ. *Já a životní pohoda, aneb, Život je pohyb: inspirace pro cestu životem ve vyšším věku*. Vyd. 1. Praha: Remedium, 2006, 162 s. ISBN 80-7254-905-7.

LEIRMAN, Walter a Jiří VYMAZAL. *Čtyři kultury ve vzdělávání: expert, inženýr, prorok, komunikátor*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1996, 157 s. ISBN 80-7184-168-4.

MACHALOVÁ, Mária. *Psychológia vo vzdelávaní dospelých*. Vyd. 2. Bratislava: Gerlach Print, 2006, 222 s. ISBN 80-89142-07-9.

MÜHLPACHR, Pavel a Miroslav BARGEL. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011, 146 s. ISBN 978-80-87182-21-5.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, 203 s. ISBN 978-80-210-5029-7.

PACOVSKÝ, Vladimír. *Proti věku není léku?: úvahy o stárnutí a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997, 124 s. ISBN 80-7184-486-1.

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Vyd. 1. Brno: Computer Press, 2009, 239 s. ISBN 978-80-251-2104-7.

PLAMÍNEK, Jiří. *Vzdělávání dospělých: průvodce pro lektory, účastníky a zadavatele*. 2., rozš. vyd. Praha: Grada, 2014, 336 s. ISBN 978-80-247-4806-1.

RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC. *Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008, 339 s. ISBN 978-80-210-4779-2.

SALIVAROVÁ, Jarmila a Jaroslav VETEŠKA. *Edukace seniorů v evropském kontextu: teoretická a aplikační východiska*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2014, 120 s. ISBN 978-80-7452-102-7.

SMETANA, Ivana. *Skrytý princip stárnutí: příroda klame lidské oko : fenomén stárnutí v novém světle poznání : empirická studie*. Vyd. 1. Olomouc: Fontána, c2013, 269 s. ISBN 978-80-7336-734-3.

TURECKIOVÁ, Michaela. *Další vzdělávání jako nástroj rozvoje jednotlivce i společnosti*. Praha: Educa Service ve spolupráci s Českou andragogickou společností, 2008, 132 s. ISBN 978-80-87306-00-0.

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Kvalita života starších dospělých a seniorů v kontextu výchovné a sociální pomoci*. Brno: MSD, 2010, 200, [14] s. ISBN 978-80-7392-130-9.

VETEŠKA, Jaroslav a Jarmila SALIVAROVÁ. *Vzdělávání dospělých - příležitosti a úskalí v globalizovaném světě*. Vyd. 1. Praha: Educa Service, 2013, 416 s. ISBN 978-80-87306-12-3.

ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Medzigeneračné mosty*. Vyd. 1. Košice: MENTA MEDIA, 2009, 112 s. ISBN 978-80-89392-08-7.

PERIODIKUM

SUCHOMELOVÁ, Věra. *Spiritualita ve vzdělávání*. *Andragogika: čtvrtletník pro vzdělávání dospělých*. Praha: DAHA. ročník XIV/prosinec 2012. 17 s. ISSN 1211-6378. 4x ročně.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. BULUŠKOVÁ, Lucie. *Vzdělávání seniorů v zahraničí*. *Andragogika: čtvrtletník pro vzdělávání dospělých*. Praha: DAHA. ročník XIV/březen 2010, s. 12.

ŠTÁSTKOVÁ, Zlata. *Senioři se seznámili s akčním plánem pozitivního stárnutí*. *Týdeník školství*. Praha: Sofiprin, 2013. č. 16. ISSN 1210-8316. 1x týdně.

INTERNETOVÉ ZDROJE

JIRIČKA, Jan. *Senior budoucnosti: pilně se vzdělává, podniká a nestraní se lidí*. [online deník]. 13. února 2013 [cit. 2015-01-20] Dostupný z: http://zpravy.idnes.cz/strategie-starnuti-seniori-dp4-/domaci.aspx?c=A130213_135510_domaci_jj

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*. [online]. 2013 [cit. 2015-02-02]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/14540>

Univerzity třetího věku. [online]. 26.4. 2012 [cit. 2015-02-20]. Dostupné z: <http://www.tretivek.cz/201204/univerzity-tretiho-veku/>

20 years of EFOS 1990 - 2010. [online]. 2010 [cit. 2015-02-20]. Dostupné z: <http://www.efos-europa.eu/en/history/>

Historie AU3V. [online]. [cit. 2015-02-15]. Dostupné z: <http://www.au3v.org/home/historie>

Univerzita třetího věku – U3V. [online]. [cit. 2015-02-25]. Dostupné z: <http://www.e-senior.czu.cz/>

SEZNAM GRAFŮ

<i>Graf 1: Jste</i>	50
<i>Graf 2: Věk.....</i>	51
<i>Graf 3: Vaše nejvyšší dosažené vzdělání</i>	52
<i>Graf 4: Je pro Vás rozsah studijních programů dostačující?</i>	53
<i>Graf 5: Je dle Vašeho názoru výuka kvalitní?</i>	54
<i>Graf 6: Kdo byl Vaší inspirací k současnému vzdělávání?</i>	55
<i>Graf 7: Je důležitá pro Vaše studium podpora rodiny a přátel?</i>	56
<i>Graf 8: Jaký je pro Vás hlavní důvod současného vzdělávání?</i>	57
<i>Graf 9: Usnadňuje Vám vzdělávání lepší orientaci v životě?</i>	58
<i>Graf 10: Pokud Vám vzdělávání pomáhá k lepší orientaci, v jaké oblasti?</i>	59
<i>Graf 11: Domníváte se, že vzdělávání přispívá k větší samostatnosti?</i>	60
<i>Graf 12: Domníváte se, že vzděláváním se zvyšuje Vaše další uplatnění v životě?</i>	61
<i>Graf 13: Setkáváte se s účastníky Vašeho vzdělávacího programu i mimo školící program?</i>	62
<i>Graf 14: Domníváte se, že studium na U3V Vás pozitivně ovlivnilo v navazování nových sociálních kontaktů?</i>	63
<i>Graf 15: Zvyšuje současné vzdělávání Vaši osobní spokojenost?</i>	64
<i>Graf 16: Domníváte se, že by společnost měla věnovat více pozornosti vzdělávání seniorů?</i>	65
<i>Graf 17: Souhlasíte s tvrzením, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě?</i>	66
<i>Graf 18: Máte v úmyslu studovat na univerzitě třetího věku i v následujících letech?</i>	67

SEZNAM TABULEK

<i>Tabulka 1: Jste</i>	50
<i>Tabulka 2: Věk</i>	51
<i>Tabulka 3: Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?</i>	52
<i>Tabulka 4: Je pro Vás rozsah studijních programů dostačující?</i>	53
<i>Tabulka 5: Je dle Vašeho názoru výuka kvalitní?</i>	54
<i>Tabulka 6: Kdo byl Vaší inspirací k současnému vzdělávání?</i>	55
<i>Tabulka 7: Je důležitá pro Vaše studium podpora rodiny a přátel?</i>	56
<i>Tabulka 8: Jaký je pro Vás hlavní důvod současného vzdělávání?</i>	57
<i>Tabulka 9: Uspadňuje Vám vzdělávání lepší orientaci v životě?</i>	58
<i>Tabulka 10: Pokud Vám vzdělávání pomáhá k lepší orientaci v životě, v jaké oblasti?</i>	59
<i>Tabulka 11: Domníváte se, že vzdělávání přispívá k větší samostatnosti?</i>	60
<i>Tabulka 12: Domníváte se, že vzděláváním se zvyšuje Vaše další uplatnění v životě?</i>	61
<i>Tabulka 13: Setkáváte se s účastníky Vašeho vzdělávacího programu i mimo školicí program?</i>	62
<i>Tabulka 14: Domníváte se, že studium na U3V Vás pozitivně ovlivnilo v navazování nových sociálních kontaktů?</i>	63
<i>Tabulka 15: Zvyšuje současné vzdělávání Vaši osobní spokojenost?</i>	64
<i>Tabulka 16: Domníváte se, že by společnost měla věnovat více pozornosti vzdělávání seniorů?</i>	65
<i>Tabulka 17: Souhlasíte s tvrzením, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě?</i>	66
<i>Tabulka 18: Máte v úmyslu studovat na univerzitě třetího věku i v následujících letech?</i>	67

SEZNAM PŘÍLOH

P I Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Vážené dámy a pánové,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění dotazníku sloužícího ke zjištění vlivu studia v seniorském věku na kvalitu života. Studuji magisterské studium na Institutu mezioborových studií v Brně, obor Sociální pedagogika. Všechny údaje jsou anonymní a poslouží ke zpracování diplomové práce. Děkuji za spolupráci.

Bc. Renata Tesařová

1. Jste:

- žena
- muž

2. Věk:

- 50 let – 60 let
- 61 let – 70 let
- 71 let – 80 let
- 81 let a více

3. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- středoškolské s maturitou
- vyšší odborné
- vysokoškolské

4. Jaký vzdělávací program jste si vybral/a?

.....

5. Je pro Vás rozsah studijních programů dostačující?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

6. Je dle Vašeho názoru výuka kvalitní?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

7. Kdo byl Vaší inspirací k současnému vzdělávání?

- rodina
- přátelé
- vlastní zájem
- jiný :

8. Je důležitá pro Vaše studium podpora rodiny a přátel?

- ano, je pro mě velmi důležitá
- ano, je důležitá, ale není rozhodující pro mé vzdělávání
- ano, má pro mě pozitivní a inspirující vliv
- názor rodinných příslušníků není důležitý
- je to pouze mé rozhodnutí
- jiný:

9. Jaký je pro Vás hlavní důvod současného vzdělávání?

- ztráta pocitu osamělosti
- noví přátelé
- nové poznatky
- aktivní životní styl
- zdravotní a psychické uspokojení
- změna životního stereotypu
- touha po životním uplatnění
- jiné:

10. Usnadňuje Vám vzdělávání lepší orientaci v životě?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

11. Pokud Vám vzdělání pomáhá k lepší orientaci v životě, v jaké oblasti?

- Společenské využití (navázání společenských kontaktů)
- Právní využití (řešení právních problémů)
- Technické využití (počítač, internet atd.)
- Rozšíření jazykových znalostí
- Rozšíření znalostí v oblasti zdravotědy
- Rozšíření poznatků z oblasti umění
- Jiné :

12. Domníváte se, že vzdělávání přispívá k větší samostatnosti?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

13. Domníváte se, že vzděláváním se zvyšuje Vaše další uplatnění v životě?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

14. Setkáváte se s účastníky Vašeho vzdělávacího programu i mimo školící program?

- ano
- ne
- občas
- jiné:.....

15. Domníváte se, že studium na U3V Vás pozitivně ovlivnilo v navazování nových sociálních kontaktů?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

16. Zvyšuje současné vzdělávání Vaši osobní spokojenost?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

17. Domníváte se, že by společnost měla věnovat více pozornosti vzdělávání seniorů?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne
- jiné:

18. Souhlasíte s tvrzením, že se celoživotní vzdělávání podílí na spokojeném a plnohodnotném životě?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše
- rozhodně ne
- jiné:

19. Máte v úmyslu studovat na univerzitě třetího věku i v následujících letech?

- rozhodně ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- rozhodně ne

20. Liší se účast na studiu od toho, co jste očekával/a? V čem?

.....

.....

.....