

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

**MAGISTERSKÉ KOMBINOVANÉ
STUDIUM**

2012 – 2014

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Ivana Slezáková

**Motivace ke vzdělávání v postproduktivním věku na
příkladu občanského sdružení „Život 90“ v Praze**

Praha 2014

Vedoucí diplomové práce:
PhDr. Iva Borská, CSc.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

MASTER COMBINED (PART TIME)
STUDIES

2012 - 2014

DIPLOMA THESIS

Ivana Slezáková

**Motivation to learning at an advanced age on the
example of the „Život 90“ civic association in Prague**

Prague 2014

The Diploma Thesis Work Supervisor:
PhDr. Iva Borská, CSc.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

Jméno autorky

Poděkování

Chtěla bych poděkovat především paní PhDr. Ivě Borské, CSc. nejen za cenné rady, ale i velkou podporu při psaní diplomové práce.

Anotace

Diplomová práce se zabývá problematikou celoživotního vzdělávání, konkrétně oblastí vzdělávání v postproduktivním věku. V teoretické části diplomové práce jsou postupně rozebírána témata objasňující problematiku právě z oblasti vzdělávání v postproduktivním věku včetně zdůraznění významu aktivního života ve stáří. Záměrem praktické části je prostřednictvím kvalitativní metody strukturovaného rozhovoru s otevřenými otázkami zjistit a konkretizovat motivy vedoucí k účasti na dalším vzdělávání v postproduktivním věku. Pro potřeby výzkumného šetření byli vybráni účastníci vzdělávacích kurzů z občanského sdružení „Život 90“ v Praze. V závěru práce jsou uvedeny závěry a doporučení pro teorii i praxi.

Klíčové pojmy

Aktivní styl života, celoživotní vzdělávání a učení, diplomové práce, edukační aktivity, formy vzdělávání, gerontagogika, kvalita života, motivace, motivační tendence, postproduktivní věk, rozhovory, senioři, stáří.

Annotation

This thesis deals with the issue of lifelong learning, specifically learning at an advanced age. The theoretic part of the thesis examines topics clarifying the issues involved in learning at an advanced age, while emphasizing the importance of an active life in old age. The aim of the practical part is to use the qualitative method of structured interviews with open-ended questions to determine and specify the motives leading to participation in further learning at an advanced age. Participants in educational courses from the „Život 90“ civic association in Prague were selected for the research investigation. The last part of the thesis presents conclusions and recommendations for theory and practice.

Key words

Active lifestyle, advanced age, educational activities, forms of education, gerontagogy, interviews, lifelong education and learning, motivation, motivational tendencies, old age, quality of life, senior citizens, theses.

Obsah

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST	11
1 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ A UČENÍ	11
1.1 Úvod do problematiky.....	11
1.2 Vzdělávání v období preproduktivního věku	12
1.3 Vzdělávání v období produktivního věku	13
1.4 Vzdělávání v období postproduktivního věku	13
2 GERONTAGOGIKA, VÝCHOVA PRO STÁŘÍ	15
2.1 Gerontagogika - subdisciplína andragogiky	15
2.2 Předmět gerontagogiky	16
2.2.1 Vývoj gerontologie	18
3 SPECIFIKA VZDĚLÁVÁNÍ V POSTPRODUKTIVNÍM VĚKU	19
3.1 Období postproduktivního věku	19
3.1.1 Definice stáří.....	20
3.1.2 Mýty o stáří.....	22
3.2 Edukace seniorů	23
3.3 Formy edukace seniorů.....	26
3.3.1 Sdružení „Život 90“ v Praze	28
4 MOTIVACE LIDSKÉHO CHOVÁNÍ	30
4.1 Pojem motivace	30
4.1.1 Formy motivace.....	31
4.1.2 Výkonová motivace	33
4.2 Motivace ke vzdělávání v postproduktivním věku.....	34
5 VÝZNAM AKTIVNÍHO ŽIVOTA VE STÁŘÍ	39
5.1 Demografický vývoj.....	39
5.2 Význam aktivity v životě seniora	40
5.3 Význam aktivního života ve stáří pro společnost	42
PRAKTICKÁ ČÁST	45
6 POPIS VÝZKUMU	45
6.1 Cíl výzkumu	45
6.2 Výzkumné otázky a hypotézy	45
6.3 Charakteristika výzkumného vzorku	46
6.4 Metody sběru dat.....	46
6.5 Struktura rozhovoru	47
6.5.1 Transkripce rozhovorů.....	47

6.6 Kategorizace dat v tabulkách.....	68
6.7 Diskuze výsledků.....	85
6.8 Závěry a doporučení pro teorii i praxi	92
ZÁVĚR.....	95
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	97
SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK	99
SEZNAM PŘÍLOH.....	100

ÚVOD

„Čím více se vzděláváme, tím více oddálíme proces stárnutí. Vzdělání potlačuje nemoci mozku a duše, nemusíme uspět, ale cvičíme svůj mozek k udržení jeho funkčnosti.“

centrum denních služeb „Domu Portus“

V české společnosti, podobně jako v dalších evropských společnostech, dochází v populaci ke zvyšování podílu seniorů (občanů v postproduktivním věku) a naopak ke snižování podílu nově narozených dětí. Dochází tak ke stárnutí společnosti, které má mimo jiné nezanedbatelný vliv na celkový ekonomický rozvoj země. Snižující se příliv mladé generace na trh práce a naopak zvyšující se podíl občanů závislých na vyplácení starobních důchodů představují zvyšující se ekonomickou zátěž pro společnost. Celospolečenská otázka problematiky stárnutí a stárí se tak dostává do popředí zájmu. Z tohoto důvodu je nutné změnit postoj ke vzdělávání dospělých v postproduktivním věku. Senioři představují početnou sociální skupinu s významným potenciálem. Díky své zralosti, svým zkušenostem a nashromážděné životní moudrosti jsou bohatstvím, z něhož mohou čerpat nejen oni sami, ale především celá společnost. Naznačený potenciál seniorů je však nutné rozvíjet, přičemž jednu z možností představuje právě jejich další vzdělávání. Nejen v zájmu celé společnosti, ale i jednotlivých seniorů je nezbytné seniory k dalšímu vzdělávání motivovat.

Edukační aktivity v postproduktivním věku mají značný význam i pro seniory samotné. Přejít z produktivní etapy života „na odpočinek“ nemusí automaticky znamenat zhoršení kvality života. Právě účast na dalším vzdělávání přispívá velkou měrou k úspěšnému zvládnutí období stárnutí a stárí. Každé životní období má své kouzlo, jen je třeba nalézt v sobě vůli k hledání nové životní perspektivy, nového smyslu života. Málokdo z nás by nechtěl prodloužit dobu, kdy je aktivní a zmírnit tak příznaky stárnutí. Neopomenutelným faktorem rozvíjejícím aktivitu v této životní etapě je právě motivace, je jakousi hnací silou posouvající nás blíže k vytčenému cíli. Stanovování cílů má pro motivaci zásadní význam. Potřeba žít naplno a mít radost z úspěchu rozhodně nepatří pouze k mladému věku.

Neméně důležité jsou i podmínky, které jsou pro seniory vytvořeny. Podstatným motivačním faktorem je v tomto případě informovanost o nabídce dalšího vzdělávání

a ostatní zájmové činnosti pro seniory. Velkou roli hraje i dostupnost a vytvoření vhodného prostředí pro seniory.

Hlavním impulsem ke zvolení tématu diplomové práce pro mne bylo setkání s osmdesátiletou paní, která tento aktivní styl života vyznává. Jejím prostřednictvím jsem se seznámila s prostředím občanského sdružení „Život 90“ v Praze, kde již několik let navštěvuje kurz anglického jazyka. Sdružení sídlí v „Domu Portus“ v centru Prahy a v rámci své činnosti provozuje „Akademii seniorů“ zahrnující soubor aktivizačních programů pro seniory. Akademie nabízí širokou škálu vzdělávacích kurzů pro seniory jako např. studium jazyků, zdravotní cvičení, počítačové kurzy, kurzy šití, kurzy výtvarných technik apod. Probíhají zde i zkoušky pěveckého sboru „Seniorky“. Hlavním cílem sdružení „Život 90“, jak je prezentováno na webových stránkách této organizace, je *„změnit škodlivý postoj lidí ke stáří. Jako k procesu snižujícímu cenu života. Udržování a zvyšování aktivního přístupu seniorů k účasti na společenských i vzdělávacích aktivitách a využívání jejich potenciálu k realizaci programů pro ně samé. Tato aktivita vede ke zlepšení zdravotního stavu, omezuje růst počtu závislých seniorů a je podmínkou pro zajištění kvalitního a důstojného stárnutí. Jakákoliv činnost způsobí, že se cítíte živější, spokojenější s druhými a s přírodou, méně izolovaní.“*¹

Atmosféra „Domu Portus“ mě natolik zaujala, že jsem se rozhodla provést průzkumné šetření pro praktickou část diplomové práce právě zde.

Cílem diplomové práce je charakterizovat oblast vzdělávání v postproduktivním věku, zmapovat motivační tendence ke vzdělávání a zdůraznit význam aktivního stylu života v této životní fázi z individuálního i celospolečenského hlediska.

Teoretická část diplomové práce rozebírá témata objasňující problematiku oblasti vzdělávání v postproduktivním věku a zdůrazňuje význam aktivního života ve stáří.

Část praktická se zabývá hlavním cílem práce - zmapováním motivačních tendencí ke vzdělávání v postproduktivním věku. Metodou výzkumu byla zvolena kvalitativní metoda strukturovaného rozhovoru s otevřenými otázkami. Nejprve budou prezentovány výstupy z rozhovorů s respondenty, kteří byli vybráni z účastníků vzdělávacích a zájmových kurzů pro seniory - kurzu anglického jazyka, kurzu francouzské konverzace, počítačového kurzu, kurzu arteterapie a z pěveckého sboru „Seniorky“. Následnou analýzou dat z rozhovorů budou charakterizovány hlavní motivy vedoucí k účasti seniorů na dalším vzdělávání. V celkovém shrnutí práce budou uvedeny závěry a doporučení pro teorii a praxi.

¹ *Život 90* [online]. [cit. 2013-4-15]. Dostupné z WWW: <<http://www.zivot90.cz/4-socialni-sluzby/15-centrum-dennich-sluzeb/59-akademie-senioru>>.

TEORETICKÁ ČÁST

1 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ A UČENÍ

1.1 Úvod do problematiky

Celoživotní vzdělávání a učení je v literatuře definováno jako „*koncepte založená na potřebě permanentní kultivace člověka. Poskytuje možnost vzdělávat se v různých stádiích rozvoje jedince v souladu s jeho zájmy, úkoly a potřebami, a to až do úrovně jeho znalostí.*“²

Ideou celoživotního vzdělávání a učení se zabýval už Jan Amos Komenský. Jako první nastínil myšlenku celoživotního učení, poukazoval na nutnost učení se všemu a po celý život. V novodobé historii se úvahy o konceptu celoživotního vzdělávání začaly rozvíjet na začátku 70. let 20. století.

Jedním z mnoha mezinárodních vzdělávacích dokumentů věnující se této problematice je „Memorandum o celoživotním učení“. Tento dokument byl vydán Evropskou komisí v roce 2000. Prioritním cílem bylo stanovení strategie rozvoje celoživotního učení ve všech sférách veřejného a soukromého života. Memorandum zavádí i nový pojem „všeživotní učení“. Na rozdíl od termínu celoživotní učení, zdůrazňující hlavně časovou dimenzi, učení v průběhu života, termín „všeživotní učení“ zahrnuje učení probíhající stále, a to bez ohledu na životní etapu, v plném rozsahu života a v jakémkoliv jeho stadiu.³

Klíčovým vzdělávacím dokumentem v České republice pro oblast celoživotního učení je „Strategie celoživotního učení ČR“. Dokument vznikl ve spolupráci s Národním ústavem odborného vzdělávání a byl schválen vládou ČR 11. července 2007. Uvedené cíle směřují především k podpoře osobního rozvoje a vzdělávání, aktivního občanství a ke zvýšení konkurenceschopnosti obyvatel České republiky.

Celoživotní učení lze členit do dvou etap, které jsou označovány jako počáteční a další vzdělávání. Počátečním vzděláváním se rozumí vzdělávání uskutečňované před vstupem jedince na trh práce - vzdělávání dětí a mládeže, další vzdělávání probíhá po ukončení počátečního vzdělávání, tedy po vstupu do profesního života - vzdělávání dospělých.

² PALÁN, Z. a T. LANGER. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 43. ISBN 978-80-86723-58-7.

³ Tamtéž, s. 102-103.

Součástí celoživotního učení jsou tři základní kategorie učební činnosti, a to vzdělávání formální – realizované ve vzdělávacích institucích a vede k získání stupně vzdělání, vzdělávání neformální – mimoškolní např. rekvalifikační nebo zájmové kurzy, vzdělávání informální – neorganizované získávání vědomostí a dovedností z každodenních zkušeností a činností.

Pojem „všeživotní učení“ pak zdůrazňuje propojení a rovnoprávnost formálního, neformálního a informálního vzdělávání. Základem pro celoživotní učení je kvalitní vzdělávání od nejútlejšího dětství s cílem vytvořit pozitivní postoj k učení již v mladém věku. Počáteční i další vzdělávání by mělo připravit člověka na úspěšné řešení novodobých problémů, na fungování v ekonomice založené na znalostech a neposlední řadě by nemělo postrádat morální obsah.

1.2 Vzdělávání v období preproduktivního věku

Do oblasti vzdělávání v období preproduktivního věku náleží počáteční vzdělávání, tj. vzdělávání dětí a mládeže. Vzdělávání má charakter formálního vzdělávání ve školských institucích zahrnující mimo jiné povinnou školní docházku, může však probíhat i formou neformálního a informálního vzdělávání. Podobu současné vzdělávací soustavy upravuje zákon č. 561/2004 Sb., O předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (tzv. školský zákon) a zákon č. 111/1998 Sb., o vysokých školách (tzv. vysokoškolský zákon).

Současná vzdělávací soustava České republiky zahrnuje regionální školství, vysoké školství a školská zařízení pro děti a mládež.

1. Regionální školství:

- mateřská škola,
- základní škola - povinná školní docházka,
- střední škola - gymnázia, střední odborné školy,
- školy speciální - pro děti se sociálním nebo zdravotním postižením,
- vyšší odborné školy - profesně zaměřené.

2. Vysoké školství:

- bakalářský studijní program,
- magisterský studijní program,
- doktorské studium.

3. Školská zařízení pro výchovu mimo vyučování a péči o děti a mládež:

- předškolní zařízení - mateřské školy,

- výchovná školská zařízení - zájmové formy vzdělávání,
- zařízení pro výchovu mimo vyučování - školní družiny, domovy mládeže,
- účelová školská zařízení - pedagogicko-psychologické poradny, jídelny.⁴

1.3 Vzdělávání v období produktivního věku

Dalším významným subsystémem celoživotního učení je vzdělávání dospělých. Do této oblasti patří vzdělávání v období produktivního věku, tedy vzdělávání absolvované po vstupu na trh práce. Vzdělávání dospělých může probíhat jako řádné školské vzdělávání tzv. náhradní školní vzdělávání, nebo jako další vzdělávání. Absolvováním náhradního školního vzdělávání mají dospělí šanci získat druh a stupeň vzdělání, jaký se běžně nabývá v mládí v průběhu počátečního vzdělávání. Převážnou část vzdělávání dospělých tvoří další vzdělávání, které lze dále členit na další profesní vzdělávání, občanské vzdělávání a zájmové vzdělávání.

Další profesní vzdělávání následuje zpravidla po ukončení počátečního vzdělávání tj. po skončení odborného vzdělávání a přípravy na povolání ve školském systému. Zahrnuje kvalifikační vzdělávání - prohloubení či rozšíření stávající kvalifikace, rekvalifikační vzdělávání - změna původní kvalifikace a normativní vzdělávání - vyžadováno normou.

Občanské vzdělávání zahrnuje vzdělávání v oblasti občanského povědomí, společenských potřeb a zájmů občanů, jako např. výchova k právnímu vědomí, zdravotní výchova, občanská výchova apod. Hlavním úkolem je dotváření socializace a občanské hodnotové orientace.

Zájmové vzdělávání plní především funkci kultivace osobnosti na základě jejích zájmů a zálib, dotváří osobnost včetně její hodnotové orientace. Zájmové vzdělávání zahrnuje rozsáhlý výčet zájmových kurzů např. kurzy tance, krajinomalby, sportovní kurzy apod. Může probíhat také formou sebevzdělávání.

1.4 Vzdělávání v období postproduktivního věku

Období postproduktivního věku nastává zpravidla po ukončení produktivní etapy života, tj. po dosažení věku, kdy vzniká nárok na odchod do starobního důchodu.

⁴ KOHOUT, K. *Základy obecné pedagogiky*. 2. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2007, s. 73-74. ISBN 978-80-86723-38-9.

Období postproduktivního věku je především obdobím mnoha změn. Ukončení aktivního pracovního života sebou přináší jak ztrátu ekonomických jistot, tak i přerušení sociálních kontaktů s bývalými kolegy. Následuje pocit osamění a nepotřebnosti, který negativně ovlivňuje psychický i fyzický stav jedince.

Vzdělávání v této životní etapě a zejména podpora aktivního života ve stáří je nedílnou součástí konceptu celoživotního učení. „*Vzdělávání zde pomáhá při hledání nových jistot, nových postojů k životu, při hledání nového smyslu života.*“⁵

Vzdělávání seniorů probíhá obvykle jako zájmové vzdělávání, a to jak ve formě formálního vzdělávání ve vzdělávacích institucích, tak i formou neformálního vzdělávání v různých zájmových klubech, kulturních centrech apod.

Možné formy vzdělávání seniorů v České republice:

- Univerzity třetího věku (U3V) – studium na vysokoškolské úrovni,
- Akademie třetího věku – pod záštitou různých organizací např. Červený kříž,
- kluby aktivního stáří – společné trávení volného času seniorů se stejnými zájmy a zálibami,
- kluby seniorů, kluby důchodců,
- seniorská centra – propojená aktivní činnost s poskytováním stravování,
- různá sdružení zabývající se prohlubováním kvality života seniorů např. sdružení „Život 90“ v Praze,
- pořádání tematických zájezdů poznávacího charakteru pro seniory apod.

Senioři jsou z hlediska věku, individuálního zdravotního stavu a zejména nabytých životních zkušeností specifickou skupinou ve vzdělávacím procesu, proto je nutné přizpůsobit formy vzdělávání i podmínky učení jejich potřebám a možnostem. Problematikou edukační přípravy na stárnutí a stáří i samotného vzdělávání seniorů se zabývá pedagogická disciplína gerontagogika.

⁵ PALÁN, Z. a T. LANGER. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 64. ISBN 978-80-86723-58-7.

2 GERONTAGOGIKA, VÝCHOVA PRO STÁŘÍ

2.1 Gerontagogika - subdisciplína andragogiky

Pojem andragogika poprvé použil Alexandr Kapp v roce 1833, kdy jednu z kapitol svého spisu „Platónovo učení o výchově“ nazval „Andragogika neboli vzdělávání v dospělém věku“. Ve svém díle se tak pokusil definovat problematiku vzdělávání dospělých, která by měla být zcela odlišná od pedagogiky. V českých zemích se tento pojem ujal mnohem později, a to až v roce 1990, kdy zásluhou Vladimíra Jochmanna z olomoucké katedry andragogiky nahradil dříve užívaný pojem „pedagogika dospělých“.

Pojem andragogika je v Pedagogickém slovníku vysvětlen jako: „1. *Teorie vzdělávání dospělých, která se vyvíjí jako samostatný vědní obor vedle klasické (školské) pedagogiky. Andragogika má interdisciplinární charakter (čerpá z psychologie, sociologie, ekonomie, teorie profesí aj.), vědecky se rozvíjí zejména od 60. let na vysokých školách, má svou infrastrukturu, odborné časopisy, konference aj.* 2. *Studijní obor připravující specialisty pro práci v oblasti vzdělávání dospělých, personalistiky, řízení lidských zdrojů aj.*“⁶

Význam pojmu andragogika shrnul ve své knize Palán takto: „*Andragogiku můžeme považovat za vědu o vzdělávání dospělých, výchově a péči o dospělé, respektující všestranné zvláštnosti dospělé populace a zabývající se jejím rozvojem ve všech fázích jeho životní dráhy.*“⁷ Rozšiřující vysvětlení uvádí ve své knize Pavel Mühlpachr, kde popisuje koncepci integrální andragogiky. Koncepce integrální andragogiky uvádí širší pojetí andragogiky, především v oblasti péče o dospělé, a to: „*Andragogika není pouze pedagogickou disciplínou zabývající se výchovou a vzděláváním dospělých. Není humanitní vědou o člověku, ale pro člověka.*“⁸

Spolu s kulturní, sociální a personální andragogikou je gerontagogika zahrnuta mezi aplikované subdisciplíny andragogiky. To znamená, že teoretické poznatky andragogiky, jako vědní disciplíny, jsou aplikovány do praxe, v tomto případě do oblasti vzdělávání, výchovy a péče o seniory.

⁶ PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2003, s. 17. ISBN 80-7178-772-8.

⁷ PALÁN, Z. a T. LANGER. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 37. ISBN 978-80-86723-58-7.

⁸ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, s. 130. ISBN 978-80-210-5029-7.

2.2 Předmět gerontagogiky

Gerontagogika je andragogická disciplína zabývající se problematikou vzdělávání, výchovou a péčí o seniory, je přiřazována mezi vědy o člověku a společnosti. Předmětem gerontagogiky je člověk v postproduktivní fázi svého života. V širším pojetí je gerontagogika chápána jako: „*Studium a systematizace poznatků týkajících se široce chápané edukace (tj. výchovy a vzdělávání) ve vztahu k seniorskému věku člověka.*“⁹ V pedagogickém slovníku je pojem gerontagogika vysvětlen takto: „*Obor pedagogiky zabývající se učením a vzděláváním lidí v ekonomicky postaktivním věku (seniorů). Ústřední snahou gerontagogiky je zpřístupňovat vzdělávání bez ohledu na věkové stupně pro všechny členy učící se společnosti.*“¹⁰ Hlavním cílem gerontagogiky je pomoc člověku v této životní fázi a podpora aktivního životního programu seniorů.

Pavel Mühlpachr používá ve svých publikacích termín gerontopedagogika, jako synonymum výrazu gerontagogika. Podle zaměření rozlišuje dvojí význam gerontopedagogiky, a to gerontopedagogiku v užším a širším slova smyslu. Gerontopedagogiku v užším slova smyslu chápe jako pedagogickou disciplínu, jejíž hlavní náplní je výchova a vzdělávání seniorů. Má na mysli zvláště vzdělávání ve stáří a ke stáří. V tomto směru se jedná o výchovné působení na staré lidi, o jejich sebevýchovu a sebevzdělávání, o vzdělávajícího se jedince v průběhu celého života, tedy v dimenzích andragogiky, jejíž součástí gerontopedagogika je. V žádném případě nelze tyto výchovně vzdělávací aktivity vyčleňovat z kontextu širšího pojetí. Širším pojetím má na mysli gerontopedagogiku jako teoreticko empirickou disciplínu, která je schopna zabezpečit seniorům komplexní péči. Komplexní péčí označuje pomoc a péči seniorům při uspokojování jejich potřeb nejen ve smyslu vzdělávacích potřeb, ale i v medicínské dimenzi. Gerontopedagogiku tak představuje jako multioborovou disciplínu, ve které se prolínají poznatky z více oborů, především ze sociální práce, psychologie, sociologie, práva a samozřejmě andragogiky.

Gerontopedagogická praxe zahrnuje výchovu profesionálů pro problematiku volného času seniorů, pro seberealizaci seniorů, realizaci vzdělávacích programů pro seniory jako např. výchova metodiků pro činnost seniorských center, klubů aktivního stáří, akademií třetího věku apod. Kromě toho se také zabývá výchovou

⁹ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 19. ISBN 80-244-0879-1.

¹⁰ PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2003, s. 68. ISBN 80-7178-772-8.

terapeutů pro práci s různě handicapovanými geriatrickými pacienty, např. s demencí nebo kombinovaným postižením (zrak, sluch). V neposlední řadě je gerontopedagogika součástí andragogiky zabývající se pomocí seniorům v jejich osobnostním rozvoji a adaptací na nové životní podmínky (pozitivní myšlení, adaptace na stáří).¹¹

Gerontagogika má mnoho funkcí, tzn. oblasti úkolů a činností, ve kterých naplňuje svou existenci a smysl. Mezi nejdůležitější funkce gerontagogiky jsou řazeny:

- kognitivní funkce – zahrnuje poznání zákonů ovlivňující seniorské období života člověka,
- kulturní a edukační funkce – přispívá k udržení vysoké intelektuální, kulturní a etické úrovně všech věkových skupin společnosti tzn., že se podílí na kulturaci účastníků,
- společensko-informační funkce – pomáhá redukovat nebo odstraňovat mezigenerační konflikty,
- aktivizačně-stimulační funkce – pomáhá v lepší orientaci seniorů v možnostech udržení kvality života v období stáří,
- prognostická funkce – formuluje hypotézy o dalším možném vývoji edukace seniorů.¹²

Význam gerontagogiky výstižně shrnuje Határ. Uvádí hlavní cíl této disciplíny, a tím je především rozvoj a kultivace osobnosti seniora do maximální možné míry, eliminace sociálních rozporů mezi jednotlivci a prostředím, pomoc předcházet a řešit běžné, ale i složité životní situace. Cíl geragogiky vidí však i v rovině teoreticko-metodologické, v rámci které je usilováno o vědecké poznání edukační reality seniorů za účelem zdokonalování vlastní teorie, metodiky, metodologie, profese i praxe.¹³

Gerontagogika je poměrně novou, teprve se vyvíjející vědeckou disciplínou. Rozvoj činnosti této vědecké disciplíny navazuje na poznatky gerontologie, jež sahají až hluboko do historie lidstva. Gerontologie sice není samostatnou vědní disciplínou, ale zahrnuje veškeré výsledky zkoumání z oblasti stárnutí a stáří. Pedagogický slovník k významu pojmu gerontologie uvádí: „*Lékařský obor, který se zabývá procesy stárnutí a stářím, nemocemi ve stáří, jejich výskytem, příčinami vzniku, tříděním, léčbou, rehabilitací, resocializací příslušnými organizačními i sociálními opatřeními.*“¹⁴

¹¹ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, s. 11. ISBN 978-80-210-5029-7.

¹² PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 23. ISBN 80-244-0879-1.

¹³ HATÁR, C. *Seniori v systéme rezidenciální sociálně-edukační starostlivosti*. 1. vyd. Praha: Rozlet, 2011, s. 23. ISBN 978-80-904824-1-8.

¹⁴ PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2003, s. 69. ISBN 80-7178-772-8.

V současné době členíme gerontologii do tří oblastí:

- experimentální (biologická) gerontologie – zabývá se zkoumáním a příčinami stárnutí živých organismů,
- sociální gerontologie – oblastí zájmu je vzájemný vztah starého člověka a společnosti,
- klinická gerontologie – medicínský charakter.¹⁵

2.2.1 Vývoj gerontologie

V průběhu vývoje lidstva byla věnována problematice stáří a stárnutí velká pozornost. Počátky gerontologie sahají až do doby vzniku civilizace. Řadu zajímavých myšlenek na téma stárnutí a stáří lze nalézt například i mezi antickými filozofy.

Některé z nich uvádí ve své knize Pavel Mühlpahchr: *„Aristoteles považoval stárnutí za důsledek ztráty tepla, Hippokrates za důsledek ztráty vlhkosti. Platón chválí stáří, protože vede člověka k lepší životní harmonii, k opatrnosti a prohlubuje jeho moudrost. Starý člověk dovede lépe hodnotit kvality života, lépe jej umí prožít, má zdravý úsudek. Sokrates se naopak obává prodloužení života, neboť má strach, že bude muset zaplatit daň stáří, oslepne, ohluchne, nebude schopen se učit a bude rychle zapomínat. Cicero upozorňuje na to, že starý člověk musí prohloubit svoji sebekontrolu, aby nezkresleně vnímal změny, které ho ve stáří čekají jak v jeho individualitě, tak v okolní společnosti“¹⁶*

V období středověku byly z důvodu strachu ze stárnutí stáří úvahy o stárnutí a stáří potlačeny a odsunuty na okraj zájmu společnosti. Další rozvoj zájmu o tuto problematiku přineslo až 17. století, kdy své názory na stáří publikoval např. Jan Amos Komenský. Ve svém díle „Vševýchova“ formuloval „Školu stáří“ a vydal eticko-filozofický spis „Metuzalem, to jest o daru dlouhověkosti“. Další rozvoj gerontologie probíhá v období osvícenství a souvisí s rozmachem lékařských věd, má však výhradně medicínský charakter. Vědní disciplínou se gerontologie stává až na počátku minulého století, v této době se také ustálilo používání termínu gerontologie. Na základě poznatků gerontologie vzniká v 90. letech 20. století gerontopedagogika (gerontagogika), jako součást andragogiky.¹⁷

¹⁵ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 20. ISBN 80-244-0879-1.

¹⁶ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, s. 8.

ISBN 978-80-210-5029-7.

¹⁷ Tamtéž, s. 8.

3 SPECIFIKA VZDĚLÁVÁNÍ V POSTPRODUKTIVNÍM VĚKU

3.1 Období postproduktivního věku

Postproduktivním věkem je označována ta životní fáze člověka, která zpravidla nastává po dosažení věku pro vznik nároku na odchod do starobního důchodu. Tato životní etapa je prezentována především jako období stáří. Podle Vladimíra Pacovského je toto označení nepřesné, protože „*stáří nelze ztotožňovat se zákonným nárokem na starobní důchod! Ten je jednak rozdílný pro muže a ženy v jednotlivých státech (což znesnadňuje srovnávání), jednak nelze zapomínat, že „důchodci ze zákona“ mohou mít před sebou třeba ještě třetinu života. Pojem produkční věk a poprodukční věk (věk důchodový) je vhodný pouze pro ekonomickou klasifikaci a pro potřeby plánování pracovních sil.*“¹⁸

Součinnost období postproduktivního věku s etapou stárnutí a stáří bezesporu existuje. Helena Haškovcová v této souvislosti uvádí: „*Odborníci mají celou řadu důvodů, o kterou opírají své více či méně originální členění lidského života. V běžném životě je však vše zastíněno obvyklou praxí, totiž, že za starého člověka je považován každý, kdo dosáhl penzijního věku. I přes rozdíly penzijních systémů mezi jednotlivými státy je jím většinou 65letý občan. Jak se postupně zvyšuje věková hranice pro odchod do penze, „posunuje“ se i věkové pásmo, které označujeme jako období stáří.*“¹⁹

Období stárnutí a stáří bývá obvykle dále členěno podle různých kritérií do jednotlivých fází. V poslední době se nejčastěji uvádí členění podle kalendářního věku:

- mladí senioři (65-74 let), v popředí je problematika adaptace na penzionování, volného času, aktivity a je kladen důraz na seberealizaci,
- staří senioři (75-84 let), aktuálnější jsou zdravotní obtíže, změna funkční zdatnosti, osamělost,
- velmi staří senioři (85 a více let), důraz na zachování soběstačnosti a zabezpečení.²⁰

Z výše uvedeného vyplývá, že období postproduktivního věku je obsáhlou životní etapou, která má ovšem svá specifika. Plnohodnotnost této životní etapy závisí

¹⁸ PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990, s. 16. ISBN 80-201-0076-8.

¹⁹ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 20. ISBN 978-80-87109-19-9.

²⁰ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, s. 20-21. ISBN 978-80-210-5029-7.

na mnoha faktorech. Jedním z nich je samozřejmě individualita člověka, neboť každý stárne jinak a jiným způsobem se dokáže vyrovnávat s omezeními, která období stárnutí a stáří sebou přináší. Podstatnou roli hrají v tomto případě změny související se stárnutím organismu, jako např. změny kognitivních funkcí, změny v aktivačně motivační složce osobnosti, kdy se ztrácí energie a vůle ke stanovování cílů a překonávání překážek apod. Neopomenutelným faktorem je i úbytek fyzických sil omezující seniora v jeho každodenních činnostech.

Některé kladné změny v životě člověka související s odchodem do důchodu uvádí například Křivohlavý. V první řadě je to získání volného času jak pro sebe, tak pro nejbližší okolí. Náplň volného času si stanovuje každý sám na rozdíl od produktivní etapy života, kdy za něj v mnoha případech rozhodoval někdo jiný. Po odchodu do důchodu přichází pocit uvolnění, většinou není kam spěchat. Život plyne klidněji a je dostatek času k sebepoznávání a osobnímu dozrávání.²¹

3.1.1 Definice stáří

Existuje mnoho způsobů, jak definovat stárnutí a stáří. Stuart-Hamilton ve své knize uvádí: „*Stárnutí je závěrečnou fází životního vývoje a je třeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny. Avšak právě proto, že se jedná o proměnu kontinuální, je nesnadné nalézt uspokojivou definici okamžiku, ve kterém končí střední věk a začíná stáří.*“²²

Stárnutí je považováno za přirozený a biologicky zákonitý proces projevující se sníženou adaptační schopností organismu a úbytkem funkčních rezerv. Není však pravidlem, že jedinci stejného kalendářního věku mívají i stejný biologický věk. Na délku a kvalitu života mají podstatný vliv jak genetické faktory, tak i vnější podmínky.²³

Stáří je jakýmsi završením přirozeného průběhu života, je spojeno s řadou významných změn ve všech sférách života. Z hlediska zachování aktivního stylu života a zapojení se do edukačního procesu jsou podstatné změny především v oblasti kognitivních funkcí.

S obdobím stárnutí a stáří byl dlouho spojován pokles intelektové výkonnosti. Na základě závěrů mnoha výzkumů však bylo prokázáno, že pokles intelektové

²¹ KŘIVOHLAVÝ, J. in ONDRÁKOVÁ, J., et al. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. 1. vyd. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012, s. 17. ISBN 978-80-7465-038-3.

²² STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999, s. 18. ISBN 80-7178-274-2.

²³ ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 14. ISBN 80-7178-920-8.

výkonnosti s věkem není rovnoměrný, některé schopnosti se snižují rychleji a jiné pomaleji. Tento jev je vysvětlován rozlišením dvou typů inteligence. Na rozdíl od fluidní inteligence, která je označována jako geneticky podmíněná kapacita mozku rychle a organizovaně zpracovávat informace, je inteligence krystalizovaná výsledkem formálního vzdělávání, je založena na získávání zkušeností a dovedností potřebných k řešení obvyklých životních situací. Z tohoto důvodu úroveň krystalické inteligence nemusí ani s přibývajícím věkem klesat. S intelektem je spojována i schopnost se učit se a studovat. Významnou roli v tomto případě hraje právě krystalická inteligence, jako výsledek předcházejícího učení a životních zkušeností. Neopomenutelným faktorem je připravenost k učení ve starším věku zahrnující otevřenost k učení a vzdělávání. Další podstatné změny probíhají v oblasti pamětních funkcí a učení. Nejvýznamnější změny jsou přičítány oblasti krátkodobé paměti. Paměť lze udržovat a rozvíjet (trénovat) aktivní duševní činnostmi, a to především v oblasti dlouhodobé paměti a pamětních výkonů úzce spojených s pracovní činností.²⁴

Závažný vliv na výše jmenovanou „otevřenost k učení a vzdělávání“ mají změny v aktivačně motivační složce osobnosti. Tyto změny výstižně popisuje Farková:

- „výrazně se mění aktivačně motivační a volní zaměřenost – stárnoucí jedinec postupně (ale čím dál více) ztrácí sílu vůle a energii na překonávání překážek a různých zátěžových situací,
- klesá schopnost vynakládat zvýšenou námahu, ztrácí se iniciativa a vytrvalost,
- zvyšuje se unavitelnost, zužuje se zájmová oblast a často se dostavuje rezignace.“²⁵

Ve stáří se rovněž zhoršuje funkce smyslových orgánů (zrak, sluch). Tyto změny mají vliv zejména na jazykové schopnosti, jež zahrnují nejen tvorbu a porozumění řeči, ale také psaní a čtení.

Změny vybraných schopností ve vztahu k věku přehledně uvádí např. Šerák. Například bez změny nebo naopak s možností dalšího růstu je paměť pro jednoduché informace, profesní paměť, paměť pro tóny, slovní zásoba či všeobecná informovanost. Určitý pokles je zaznamenáván v motorické rychlosti, senzomotorické koordinaci, tradičním školním učivu a analogickém usuzování. Nejvýraznější pokles je

²⁴ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 31-32. ISBN 80-244-0879-1.

²⁵ FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. Vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 314. ISBN 978-80-86723-64-8.

pak v oblasti výbavnosti nových informací, učení se symbolům nebo všípivosti čísel a bezesmyšlných slabik.²⁶

V kontextu uvedených změn v období stáří je možné uvést, že stárnoucí lidé sice mohou být pomalejší a méně přesní při vykonávání určitých základních dovedností, ale v mnoha případech to dokáží kompenzovat svými zkušenostmi a lepší znalostní strategií. Bylo by chybou myslet si, že zkušený starší člověk je méně schopný než ten mladší. Z tohoto důvodu je základní podmínkou úspěšné činnosti, především v případě edukačních aktivit v období stárnutí a stáří, aby nejen formy vzdělávání, ale i výuka samotná byly přizpůsobeny specifičnosti této sociální skupiny, tzn. jejich potřebám, schopnostem a možnostem.

Stáří je právem považováno za výsledek předcházejících životních etap. Strategii, jak stárnout aktivně a zdravě představuje například „Srcovo heslo ROSA“.

R racionální postoj: rozumět svému stárnutí, být informován o nevyhnutelných změnách, předjímat je, připravit se na ně.

O orientace na budoucnost: plánovat, posilovat radostná očekávání, umět se na něco těšit.

S sociální kontakty: udržovat přátelské vztahy, zajímat se o dění kolem, snažit se o dosažení společenského uznání.

A aktivita: duševní a tělesná činnost, věnovat se svým koníčkům a zálibám.²⁷

Pro označení člověka žijícího v období stáří se ve vzdělávací praxi používá významově neutrální pojem senior.

3.1.2 Mýty o stáří

Mezi lidmi se šíří různé pravdy a polopravdy, na jejichž základě vznikají mýty. Nejinak je tomu i v oblasti stárnutí a stáří. Pro zajímavost některé z nejznámějších mýtů o stáří uvádí Haškovcová ve své knize.

Mýtus falešných představ – vychází z přesvědčení, že starý člověk nárokuje především ekonomické a materiální zajištění své existence; podle tohoto mýtu existuje přímá úměrnost mezi spokojeností a materiálním komfortem.

Mýtus zjednodušené demografie – přesvědčení, člověk se stává starým po odchodu do důchodu; zde je zcela opomíjen rozdíl mezi mladými a starými důchodci.

²⁶ ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 190. ISBN 978-80-7367-551-6.

²⁷ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 36. ISBN 80-244-0879-1.

Mýtus homogenity – potřeby starých lidí jsou stejné (homogenní); opak je pravdou, protože potřeby se odvíjí především od osobních cílů, a tudíž nemohou být stejné.

Mýtus neužitečného času – senioři jsou neprávem podezírání z nicnedělání, protože užitečný je pouze ten, kdo pracuje; tento pohled je velice nebezpečný, protože vede k despektu ke starým lidem.

Mýtus ignorance – domněnka, že se starým člověkem se nejen nemůže, ale ani nemá počítat; z tohoto pohledu stojí senioři na vedlejší koleji a je možné je ignorovat.

Mýtus o lékářích – představa, že všechny problémy starých lidí vyřeší medicína, tedy lékař.

Mýtus o chudobě seniorů – důvodem jsou nejen nízké starobní důchody, ale i stále prezentovaná nutnost změn v systému důchodového zabezpečení.

Mýty o stáří jsou pevně zakořeněny v naší společnosti. Bohužel mají značný vliv na vytváření všeobecného pojetí i sebepojetí stáří. Výsledkem je pak představa o stáří, která není příliš optimistická. Z tohoto důvodu je třeba změnit postoj celé společnosti ke stáří a ke starým lidem.²⁸

3.2 Edukace seniorů

Pojem edukace zahrnuje veškeré činnosti související s výchovou a vzděláváním člověka. V pedagogickém slovníku je k pojmu edukace uvedeno: „*Ve filozofii výchovy znamená edukace proces celkové výchovy vztahující se jen na člověka a termín je tu odvozován z lat. educatio (vychovávání). Edukace se tu považuje za celkové a celoživotní rozvíjení osobnosti člověka působením formálních (školských) výchovných institucí i neformálních (rodina aj.) prostředí.*“²⁹

Edukační aktivity jsou důležitým faktorem pro udržení kvalitního a důstojného života i v období postproduktivního věku. Pro ty seniory, kteří již nepokračují v pracovní činnosti, představují nové zaměstnání a napomáhají tak k získávání nových sociálních kontaktů. Kvalitu a efektivnost edukačního působení na občany v postproduktivním věku mohou ovlivňovat nejen biologické a psychické faktory, životní zkušenosti, názory a postoje, ale především vlastní aktivita a vnitřní motivace jednotlivce.³⁰

²⁸ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 42-47. ISBN 978-80-87109-19-9.

²⁹ PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ a J., MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2003, s. 53. ISBN 80-7178-772-8.

³⁰ HATÁR, C. *Seniori v systéme rezidenčialnej sociálno-edukačnej starostlivosti*. 1. vyd. Praha: Rozlet, 2011, s. 37. ISBN 978-80-904824-1-8.

Vznik a rozvoj edukace seniorů byl ovlivněn mnoha faktory. Jedním z hlavních důvodů je neustále se zvyšující zastoupení seniorů ve společnosti a prodlužující se čas lidského života ve stáří. Senioři jsou početnou skupinou, která má své specifické vzdělávací potřeby, a proto ji nelze vnímat jako okrajovou. Současně se také mění očekávání seniorů od života v důchodovém období. Velká část seniorů se snaží dosáhnout plnohodnotného a důstojného života i ve stáří. Stáří se tak stává rovnocenným a smysluplným obdobím, které má pro člověka nejen individuální význam, ale zároveň plní i společenské poslání. Současná společnost prochází mnoha změnami, zejména se jedná o změny v oblasti sociálních systémů. Edukace napomáhá seniorům se orientovat v procesech změny na všech úrovních, a to jak v oblasti změn celospolečenských, tak i oblasti změn vyplývajících z každodenního života.³¹

Vzdělání má vysokou hodnotu, a to jak individuální, tak i společenskou. Cílem a smyslem edukace seniorů je především kultivace osobnosti, obohacování života v této životní etapě, pomoc při udržování tělesné a duševní aktivity i orientace v životních změnách. Edukace naplňuje vzdělávací potřeby seniorů nejen podle jejich zájmů, ale také z pohledu získávání poznatků, informací a osvojování dovedností. Nejedná se však o pouhé získávání obecných vědomostí a dovedností, ale zejména o rozvoj schopností a obohacení znalostí, které souvisí s rozvojem osobnosti k seberealizaci. S rozvojem a kultivací osobnosti je spojována i oblast zájmových volnočasových aktivit, které napomáhají seniorům smysluplně kultivovat čas stárnoucích dní.

Vzdělávání seniorů z tohoto pohledu plní řadu důležitých funkcí:

- funkci preventivní – pozitivně ovlivňuje proces stárnutí,
- funkci rehabilitační – udržuje a rozvíjí duševní síly seniorů,
- funkci posilovací – rozvíjením zájmu podporuje kultivovaný obsah volného času,
- funkci komunikační – pomáhá udržovat a rozvíjet přátelské vztahy.³²

Význam volnočasových aktivit seniorů potvrzuje i Bočková, která uvádí: *„Volnočasové aktivity mohou u starších lidí výrazně napomoci v prevenci sociálního vyloučení, pocitů samoty a potřeby péče ze strany státu. Právě aktivní a různorodá činnost v důchodovém věku ve spolupráci s dostatečným zajištěním terénních sociálních služeb a rozvojem bytové politiky vhodné pro seniory, stejně jako zlepšování zdraví seniorů může také napomoci ve snižování potřeby speciální zdravotní péče či*

³¹ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 11. ISBN 80-244-0879-1.

³² HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 129. ISBN 978-80-87109-19-9.

*žádostí o umístění v pobytových zařízeních pro seniory, ve kterých v současné době poptávka výrazně převyšuje kapacitní možnosti.*³³

Přístup k učení a vzdělávání po celou dobu života je základním lidským právem. Stejně tak i edukace seniorů patří mezi kulturní práva každého člověka. Další rozvoj edukace seniorů je podmíněn zejména podporou státu, vytvořením vhodné společenské atmosféry a institucionálního systému celoživotního vzdělávání dostupným pro každého jednotlivce a individuálním předpokladem potenciálního i aktuálního účastníka edukace v seniorském věku pro účast na edukačních aktivitách, jeho poznávacími potřebami a touhou po seberealizaci.³⁴

Při realizaci edukačních aktivit pro seniory je nutné brát v potaz specifika této životní etapy. Jak již bylo uvedeno, proces učení ve stáří je odlišný od učení v mladém věku. Z tohoto důvodu je při vzdělávání seniorů nutné dodržovat některé zásady. V první řadě je nutné zachovat k pochopení nového vlastní způsob a vlastní tempo seniorů a postupovat na základě jejich reálných schopností a opírat se především o jejich možnosti a dovednosti. Dále je třeba pracovat s přehlednými a názornými písemnými informacemi a nové informace rozdělit na několik částí. Velmi důležitá je i forma projevu, je třeba mluvit pomalu a srozumitelně. Stejně tak není vhodné dávat několik úkolů najednou. Po seniorech také nelze chtít, aby se učili nazpaměť, ale naopak je nutné naučené neustále opakovat. Při edukaci seniorů je důležité ocenit snahu a píli, protože pocit úspěchu je velkou motivací pro zvládnání dalších úkolů. Výsledkem správného přístupu je úspěšnost a splnění daných cílů.³⁵

Význam edukačních aktivit v období postproduktivního věku výstižně shrnuje Határ, který uvádí, že hlavní příčinou není pouze budování vyšší vzdělanostní úrovně obyvatelstva, ale také zvyšování kvality života jednotlivých členů společnosti. Z tohoto důvodu je nutné zodpovědně a zejména flexibilně reagovat na demografické změny, a to nejen z ekonomického hlediska, ale též z hlediska sociálně-edukačního, a tím splácet seniorům určitý starý dluh a přispívat k jejich osobní spokojenosti se svým vlastním životem.³⁶

³³ BOČKOVÁ, L. et al. *50+ Aktivně. Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. 1. vyd. Praha: Respekt institut, 2011, s. 77. ISBN 978-80-904153-2-4.

³⁴ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 10. ISBN 80-244-0879-1.

³⁵ KLEVETOVÁ, D. a I. DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, s. 55. ISBN 978-80-247-2169-9.

³⁶ HATÁR, C. *Seniori v systéme rezidenčialnej sociálno-edukačnej starostlivosti*. 1. vyd. Praha: Rozlet, 2011, s. 52. ISBN 978-80-904824-1-8.

3.3 Formy edukace seniorů

Vzdělávání seniorů je plnohodnotnou součástí konceptu celoživotního učení. Může probíhat formou formálního vzdělávání ve vzdělávacích institucích či formou neformálního vzdělávání v různých sdruženích, nadacích, klubech apod. Výběr konkrétní vzdělávací aktivity je ovlivňován mnoha faktory např. dosaženou úrovní vzdělání, získanými životními zkušenostmi, individuálními zájmy a zálibami, sociálním postavením, finančními možnostmi apod. Stejně tak vzdělávací potřeby jednotlivých seniorů nejsou stejné, proto je nezbytné, aby formy vzdělávání včetně nabídky vzdělávacích programů byly rozmanité a měly různý charakter. V České republice existuje široká škála různých institucí a spolků, které se zabývají vzděláváním právě v oblasti postproduktivního věku.

Přehled nejvýznamnějších vzdělávacích institucí uvádí např. Šerák:

Univerzity třetího věku (U3V) – tento typ vzdělávání patří nejen k nejnámějším, ale také k nejnáročnějším. Pod toto označení je možné zahrnout veškerou nabídku vzdělávacích akcí pořádaných vysokými školami, které jsou určeny především pro seniory s maturitou. První instituce tohoto typu v Evropě byla založena v roce 1973 prof. Pierrem Vellasem při Univerzitě v Toulouse. V České republice vznikla první U3V roku 1986 Olomouci, později následovalo založení U3V při 1. Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze. V současné době je tento druh studia organizován zhruba na 45 vysokých školách v České republice. Hlavním důvodem vzniku bylo vytvoření druhého životního programu pro ty seniory, kteří se nechtěli spokojit jen se svými koníčky a cítili potřebu se dále vzdělávat. Univerzity třetího věku svým zaměřením plně pokrývají oblast zájmového vzdělávání seniorů spadající do konceptu celoživotního učení. Posláním U3V je rozšířit vzdělávací možnosti seniorů a zpřístupnit jim odpovídající formou nové informace, poznatky a dovednosti. Studium probíhá obvykle od jednoho do šesti semestrů a přednášky zde mají, na rozdíl od ostatních vzdělávacích aktivit, garantovanou nejvyšší možnou (vysokoškolskou) úroveň. Účastníci kurzů U3V mají zpravidla statut mimořádných studentů konkrétní vysoké školy. Nabídka studijních oborů je široká, největší zájem bývá o kurzy zaměřené na medicínské otázky, psychologii, dějiny umění a práci s výpočetní technikou. Univerzity třetího věku plní i další důležitou sociální funkci. Stávají se místem pravidelného a společného setkávání, což má podstatný význam v nalézání nových sociálních kontaktů, navazování nových přátelství a překonávání pocitu osamělosti.

Akademie třetího věku (A3V) – rovněž je lze zařadit mezi oblíbené formy vzdělávání. Na našem území fungují již od 80. let 20. Století a vznikají zejména v těch

regionech, kde je nedostačující nabídka ze strany vysokých škol. A3V mohou být organizovány pod záštitou různých institucí např. Červeného kříže, kulturních domů, knihoven apod. Na rozdíl od U3V, kde je účastník vzdělávacího kurzu nucen aktivně se zapojit do vzdělávacího procesu, A3V se vyznačuje podstatně menší náročností. Při výuce je kladen větší důraz na srozumitelnost výkladu a také obsahově se přizpůsobuje zejména místním potřebám. V rámci své činnosti nabízí A3V seniorům vzdělávání formou cyklů pestrých přednášek s různým zaměřením, ale též organizuje různé vzdělávací semináře, diskuze, doprovodné programy, sportovní aktivity apod.

Rozhlasová akademie třetího věku – samostatný pořad, který je vysílán na vlnách Českého rozhlasu 2 – Praha od roku 1997. Tento pořad nabízí seniorům další možnost vzdělávání. Posлуhači mohou prostřednictvím rozhlasu absolvovat vzdělávací cykly z různých oborů např. historie, literatury, psychologie, sociální komunikace apod. Součástí absolvování takového kurzu, jehož součástí je i vypracování písemné práce, je i vydání diplomu úspěšným absolventům. V rámci účasti na rozhlasovém kurzu jsou organizovány i další aktivity, kterými jsou zájezdy ke Dni seniorů, studijně-rehabilitační pobyty a jiná společná setkávání.

Kluby aktivního stáří, kluby seniorů, kluby důchodců – patří k nejrozšířenější formě sdružování seniorů v České republice. Mají podobné zaměření jako předchozí, ale vyznačují se méně formálními a trvalejšími vztahy účastníků. V popředí stojí rozvoj osobních zájmů a saturace sociálních potřeb. Kluby nabízejí účast na různých besedách, kulturních akcích, výletech nebo sportovních programech.

Sdružení „Život 90“ – nestátní a nezisková dobrovolnická organizace, která nabízí širokou škálu kulturně-vzdělávacích aktivit pro seniory. Sdružení organizuje pro seniory též rehabilitační programy, různé turistické akce, je zde možnost využití služeb informačního centra. V rámci sdružení je vydáván časopis „Senioři“.

Univerzity volného času (UVČ) – tato forma vzdělávání je určena pro všechny věkové kategorie, podmínkou účasti je dovršení 18 let. Mezi frekventanty patří z velké části právě osoby seniorského věku. První UVČ u nás byla založena roku 1993 v Praze. Hlavní náplní činnosti UVČ je systematické zájmové vzdělávání v oborech, o které je všeobecně velký zájem. Velkou výhodou tohoto typu vzdělávání je, že není stanovena žádná hranice dříve dosaženého vzdělání a studium je tak přístupné všem. UVČ mohou vykonávat svou činnost pod záštitou kulturních domů, knihoven apod.

Centrum celoživotního vzdělávání – toto sdružení sídlí od roku 2005 v Kulturním domě Vltavská v Praze a představuje specifický a ojedinělý druh organizace v oblasti vzdělávání. Svou činností sdružuje různé typy institucí, mezi které patří například

Univerzita volného času – naplňuje a rozšiřuje nabídku U3V, nabídkový kurz oborů U3V – má podobu nultého ročníku U3V, Centrum zdravého stárnutí – přednášky zaměřené na ochranu zdraví, psychickou a fyzickou kondici nebo Klub vzájemného porozumění – spolupracuje s Centrem celoživotního vzdělávání, nabízí jazykové kurzy, kurzy malování, ručních prací nebo tělesné výchovy.³⁷

Další možnosti programů seniorského vzdělávání realizovaných v České republice uvádí například Veteška, jsou to:

- seniorská centra – společná setkávání jsou propojena s aktivní činností a stravováním,
- vzdělávací programy typu 50+, 60+, 70+ - profesně orientované vzdělávání se zaměřením na komunikační technologie,
- výchovně-vzdělávací aktivity ve veřejných knihovnách – diskusní kluby, cestopisné přednášky apod.,
- tematické zájezdy poznávacího charakteru pro seniory,
- trénink paměti – pomoc při poruchách paměti, práce s dlouhodobou pamětí a kreativitou,
- sebemotivační a aktivizační programy seniorů – podpora osobního rozvoje,
- programy k rozvoji a podpory společenského vědomí – podpora prosazování zájmů seniorů v médiích, politice a státní správě,
- programy pohybových aktivit seniorů,
- sociální poradenství pro seniory – pomoc při řešení konkrétních problémů,
- adaptační programy v domovech důchodců,
- rehabilitační programy – probíhají především v sociálních zařízeních, a to různými moderními terapiemi jako např. muzikoterapie, psychoterapie, ergoterapie apod.,
- geriatrické programy přípravy na stáří a ke stáří – má preventivní aktivizační charakter.³⁸

3.3.1 Sdružení „Život 90“ v Praze

Občanské sdružení „Život 90“ bylo založeno roku 1990 manželi Blankou a Janem Lormanovými. Jedná se o nestátní a neziskovou dobrovolnickou organizaci, která prostřednictvím společenských a vzdělávacích akcí pomáhá seniorům udržet

³⁷ ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 196-201. ISBN 978-80-7367-551-6.

³⁸ VETEŠKA, J. a T. VACÍNOVÁ. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých. Andragogika na prahu 21. století*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2011, s. 143-144. ISBN 978-80-7452-012-9.

aktivní styl života i ve stáří. Poslání sdružení „Život 90“ zní: *„Jsme tu proto, abychom prohlubovali kvalitu života celé společnosti tím, že přispějeme svou humanitární činností k řešení specifických problémů seniorů, umožnili jim aktivně a smysluplně žít v jejich vlastním domově tak dlouho, jak je to jen možné, abychom provázeli seniory podzimem života tak, aby jejich stáří plynulo důstojně.“*³⁹ Sdružení „Život 90“ sídlí v prostorách historického „Domu Portus“, jež se nachází v ulici Karolíny Světlé v centru Prahy. „Dům Portus“ je jakýmsi komunitním centrem služeb pro seniory. V rámci *Centra denních služeb*, které je právem nazýváno srdcem „Domu Portus“, je provozována *Akademie seniorů*. Hlavní náplní akademie je organizace vzdělávacích kurzů pro seniory. Kurzy probíhají v dopoledních i odpoledních hodinách a jsou vedeny odbornými lektory. Nabídka kurzů je poměrně pestrá, v nabídce jsou např. vzdělávací kurzy (jazykové kurzy, počítačová a internetová výuka, individuální trénování paměti apod.), pohybové kurzy (rehabilitační tělocvik, jóga, Nordic Walking, organizace procházek starou Prahou apod.), výtvarné kurzy, kurzy keramiky. Dalšími možnostmi setkávání seniorů je členství v klubech (šachový klub, klub filatelistů) a účast na hudebních setkáních nebo módních přehlídkách. Kromě výše uvedených vzdělávacích akcí je sdružení „Život 90“ poskytovatelem i dalších sociálních služeb pro seniory. Jedná se o služby v oblasti sociální péče, sociální prevence a sociálního poradenství (senior telefon – telefonická krizová pomoc, tísňová péče AREÍON, odlehčovací pobytové a rehabilitační centrum, pečovatelská služba). V těchto dnech přichází sdružení „Život 90“ s celorepublikovou informační kampaní s názvem *„Žít déle doma“*. Tato kampaň je zaměřena na prevenci umístování starých lidí do ústavů trvalé péče a představuje tak alternativní možnosti a služby, které mohou využívat jak senioři, tak jejich rodiny. Neodmyslitelnou součástí „Domu Portus“ je *divadlo „U Valšů“*, jehož provozovatelem je též sdružení „Život 90“. Divadlo představuje pro seniory (a nejen pro ně) další příležitost ke společnému setkávání. Divadlo je profesionální divadelní scénou, v rámci své činnosti nabízí hry současných i zahraničních autorů. V divadle jsou pořádány i setkání se známými osobnostmi nebo koncerty a recitály. Po dobu své činnosti bylo sdružení „Život 90“ organizátorem několika významných akcí - v roce 1999 evropské konference seniorů *„EURAG“*, v roce 2008 konference *„Senioři naše šance?“*, v roce 2009 se stalo spolupořadatelem *„Evropské konference o péči a ochraně starších lidí“*. Na rok 2013 je připravována mezinárodní konference *„Stáří spojuje 2013“*, která se bude konat ve dnech 7. a 8. října 2013.⁴⁰

³⁹ *Život 90* [online]. [cit. 2013-7-22]. Dostupné z WWW: <<http://www.zivot90.cz/105-o-nas/148-poslani>>.

⁴⁰ *Život 90* [online]. [cit. 2013-9-24]. Dostupné z WWW: <<http://www.zivot90.cz/>>.

4 MOTIVACE LIDSKÉHO CHOVÁNÍ

4.1 Pojem motivace

Termín motivace vychází z latinského termínu „*moveo – hýbám se*“, jeho obsah však nelze v psychologii jednoznačně vymezit. Ve většině případů si pod pojmem motivace lze představit jakési hybné síly v činnostech, prožívání a chování osobnosti. Tyto hybné síly jsou označovány jako motivy. Motivace je tím, co člověka někam směřuje nebo mu naopak brání něco vykonat. Motivace je tedy hypotetický konstrukt, pomocí kterého je vysvětlováno cílené jednání a chování každého člověka.

Význam motivace stručně shrnuje např. Farková:

- „*je příčinou pohybu,*
- *je abstrakcí v průběhu aktivace,*
- *je důsledkem změn stavu organismu,*
- *je určující při zaměřeném chování,*
- *je výkladem souvislostí duševního života,*
- *dává směr rozhodování v situacích volby.*“⁴¹

V pedagogickém slovníku je pojem motivace vysvětlen jako: „*Souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které 1. vzbuzují, aktivují, dodávají energii lidskému jednání a prožívání; 2. zaměřují toto jednání a prožívání určitým směrem; 3. řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků; 4. ovlivňují též způsob reagování jedince na jeho jednání a prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu.*“⁴² Význam motivace, a to především v souvislosti s rozvojem osobnosti, potvrzuje i Nakonečný, který uvádí: „*Motivace je jednou ze složek psychické regulace činnosti: zajišťuje fungování učení, aktivizuje kognitivní a motorické systémy k dosahování určitých cílů, tj. podněcuje k chování, které udržuje dynamický růst osobnosti a její vnitřní rovnováhu.*“⁴³

V tradičním pojetí byla motivace spojována především s myšlenkou, že vše v lidském životě je spojeno s biologicky danými a neovlivnitelnými instinkty. Toto pojetí se opírá o dva základní termíny – *instinkt* a *pud*. Novější pojetí motivace, která vznikají cca od 50. let 20. století s sebou přináší rozšíření o další základní pojmy, jako např.:

- podněcení, aktivace – během situace, kdy na člověka působí podnět,

⁴¹ FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 84. ISBN 978-80-86723-64-8.

⁴² PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2003, s. 127. ISBN 80-7178-772-8.

⁴³ NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. 1. vyd. Praha: Academia, 1997, s. 8. ISBN 80-200-0592-7.

- homeostáza a udržení homeostázy – relativní rovnováha v těle,
- potřeby – biologické i kognitivní,
- nasycení, saturace – stav uspokojení potřeby,
- směřování k aktivaci.⁴⁴

4.1.1 Formy motivace

Mezi základní formy motivace patří především potřeby a jejich saturace. Hlavním znakem potřeby je prožívaný nedostatek něčeho, který nemusí být vždy zcela uvědomovaný, ale vždy je pociťován jako nepříjemné vnitřní napětí.

Potřeby lze rozlišit do dvou skupin dle původu:

- biogenní (fyziologické) – biologické potřeby organismu, potrava, spánek, pohyb,
- sociogenní (psychogenní) – potřeby člověka jako sociální bytosti, uznání, prestiž.

V psychologických koncepcích existuje na pojetí potřeb a jejich nasycení více pohledů. Farková uvádí některé z nich:

Madsenovo pojetí motivů: 1. primární motivy (hlad, žízeň, teplo, spánek, aktivita apod.), 2. sekundární motivy (sociální kontakt, výkon, prestiž) 3. emocionální motivy (bezpečí, agrese),

Murrayovy indexy potřeb: 1. viscerogenní (fyziologické potřeby), které jsou dále rozděleny na nedostatkové potřeby (potrava, dojmy), nadbytkové potřeby (exkrementy), potřeby vyhnutí (horko, zima), 2. psychogenní potřeby, které jsou dále členěny na zjevné potřeby (dosažení výkonu, připojení se, poddání se) a skryté potřeby (agrese, ovládání, pomoc, sexualita),

Maslowovo hierarchické pojetí potřeb (nejznámější): rozděluje potřeby do tří úrovní dle naléhavosti. Na nejnižším stupni pomyslné pyramidy figurují základní potřeby člověka (hlad, žízeň, bezpečí), další v pořadí jsou potřeby psychologické a psychosociální (láska, uznání, respekt), na vrcholu pyramidy se nachází potřeby spojené se sebeaktualizací (osobní rozvoj). Tato nejvyšší potřeba sebeaktualizace (potřeba osobního růstu) se nevyskytuje automaticky u většiny populace, ale jen u malé části lidí. Podmínkou je nejen splnění potřeb v nižší úrovni, ale především schopnost vážít si sebe sama a respektovat své sebepojetí. Postup do vyšší hierarchie

⁴⁴ FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. Vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 84. ISBN 978-80-86723-64-8.

je možný pouze v tom případě, kdy jsou ve větší míře uspokojeny potřeby z hierarchie nižší.⁴⁵

Obrázek 1: Maslowova pyramida potřeb



Zdroj: FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. Vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 87. ISBN 978-80-86723-64-8.⁴⁶

Dalšími faktory ovlivňujícími motivaci člověka jsou zájmy, hodnoty a ideály. Tyto faktory mají podstatný vliv zejména na všeobecný rozvoj člověka včetně jeho schopností.

Zájmy – trvalejší zaměření člověka na určitou oblast předmětů nebo jevů, může se jednat o profesní či mimoprofesní zájmy, jsou rozhodujícím parametrem ve směru motivačního zaměření každého člověka.

Hodnoty – mají individuální charakter, dle přisuzovaného významu určitým jevům, předmětům nebo vlastnostem tvoří hodnotový systém jedince, který dále ovlivňuje konkrétní jednání člověka v různých situacích.

Ideály – pozitivně hodnocené jevy, předměty nebo vlastnosti, které jsou považovány za jakýsi vzor.

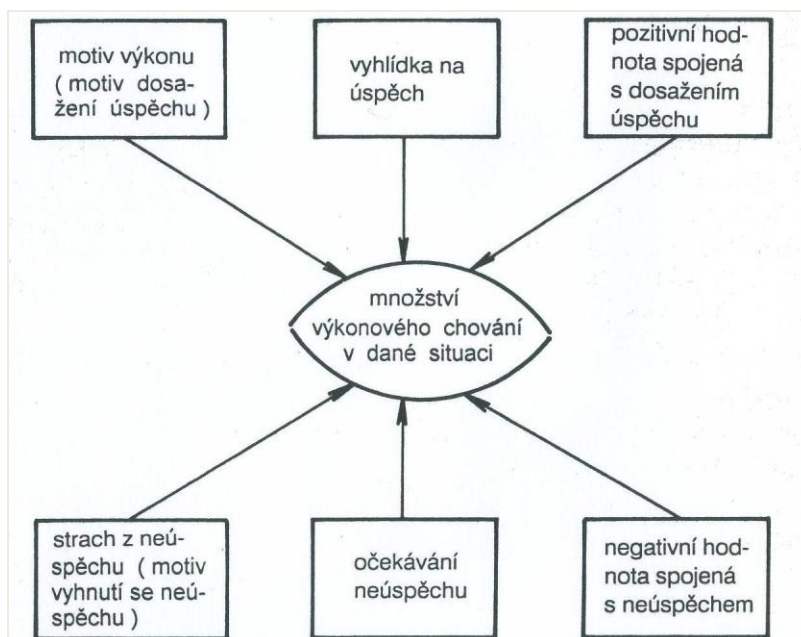
⁴⁵ FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 85-88. ISBN 978-80-86723-64-8.

⁴⁶ Tamtéž, s. 87.

4.1.2 Výkonová motivace

Zásadním podnětem lidského chování je i motivace vztahující se k pracovnímu prostředí tzn. motivace, která bezprostředně souvisí s profesním životem člověka. Je nazývána motivem výkonu, či výkonovou motivací. Pracovní výkon je zde prostředkem k dosažení cíle, kterým je zejména očekávaný užitek z vykonané činnosti. Zároveň je uspokojována potřeba dosáhnout úspěchu, popřípadě vyhnout se neúspěchu. Potřeba úspěchu je popisována jako proces uplatňování svých schopností při překonávání překážek, je jakousi snahou vykonávat obtížné zadání tak, jak nejrychleji a nejlépe to jde. Výkonová motivace se utváří již v raném dětství, velkou roli zde hraje nejen výchova v rodině, ale i míra motivace na výkon rodičů dítěte.⁴⁷

Obrázek 2: Subjektivní determinanty výkonového chování



Zdroj: NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. 1. vyd. Praha: Academia, 1997, s. 225. ISBN 80-200-0592-7.⁴⁸

V dnešní postmoderní společnosti patří výkonnost k základním žádoucím charakteristikám člověka. Z tohoto důvodu je problematice výkonové motivace věnována velká pozornost a v této oblasti bylo realizováno mnoho výzkumů. Nakonečný uvádí např. klasický McClellandův výzkum vycházející z pojetí motivu, jako

⁴⁷ FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 88-89. ISBN 978-80-86723-64-8

⁴⁸ NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. 1. vyd. Praha: Academia, 1997, s. 225. ISBN 80-200-0592-7.

na „zkušenosti závislém spojení očekávání afektivní změny s určitými podmínkami této změny. Výkonová motivace je pak chápána jako očekávání určitých afektivních změn ve vztahu k dosažení či nedosažení cíle; konkrétně jde o motivační vliv naděje na úspěch a strachu z neúspěchu, závislý na zkušenostech jdoucích až k výchově v rodině, na kauzálních atribucích a dalších činitelích.“⁴⁹ Z výše uvedeného vyplývá, že všichni lidé touží po úspěchu, ale síla motivu výkonu je u každého odlišná. Vždy záleží na poměru touhy po úspěchu ke strachu z neúspěchu. Výše míry výkonové motivace každého jedince má podstatný vliv na jeho další rozvoj. Je také významným činitelem v oblasti uspokojování vzdělávacích potřeb.

4.2 Motivace ke vzdělávání v postproduktivním věku

Základní formou motivace, jak již bylo uvedeno, jsou potřeby a jejich saturace.

Obecně se z hlediska vzdělávání jedná především o potřeby:

- poznávací – získávání nových znalostí, vědomostí a dovedností,
- citové – emocionální a citové stavy, které se objevují v procesu učení,
- výkonové – obtížnost úkolů a problémů, které jsou řešeny,
- sociální – sociální vztahy aktérů při edukačních činnostech.

Tyto potřeby se navzájem prolínají. Pro úspěšný edukační proces je nutné znát, které potřeby jsou v subjektivní hierarchii jedince prioritní.⁵⁰

Naopak motivy seniorů při dalším vzdělávání mohou být velmi různorodé.

Nejčastěji jsou uváděny následující potřeby a motivy:

- kognitivní potřeby a zájmy – potřeba doplnit a rozšířit stávající poznatky a zároveň získat nové poznatky, potřeba orientovat se v současném společenském dění,
- sociální potřeby – potřeba kontaktu s vrstevníky a tím překonat pocity osamocení,
- potřeba aktivity, produktivnosti – vykonávat smysluplnou činnost, potřeba být užitečný,
- potřeba kompenzovat pocíťované nedostatky – ve sféře intelektuální i emocionální,

⁴⁹ NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. 1. vyd. Praha: Academia, 1997, s. 225. ISBN 80-200-0592-7.

⁵⁰ VETEŠKA, J. a T. VACÍNOVÁ. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých. Andragogika na prahu 21. století*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2011, s. 71. ISBN 978-80-7452-012-9.

- potřeba seberealizace - úsilí o potvrzování identity, snaha získat kontrolu nad svým životem i prostředím.⁵¹

Z psychologického hlediska je pro aktivní život ve stáří velmi důležité zachování všech majoritních potřeb středního dospělého věku, a to zejména potřeby aktivity a užitečnosti. V této souvislosti, jak uvádí Šerák, se jedná zejména o saturaci následujících potřeb:

- nezávislost – možnost ke vzdělání a ke službám,
- participace – přístup k zapojení se do procesů rozhodování, předávání vlastních poznatků, podíl na zakládání spolků a sdružení,
- seberealizace – rozvoj potenciálu člověka, přístup ke vzdělávacím a kulturním zdrojům,
- důstojnost – prevence proti vykořisťování a zneužívání, potřeba slušného zacházení,
- dostupnost péče – možnost přístupu ke zdravotnickým, sociálním službám.

Motivace seniorů pro vstup do dalšího vzdělávacího procesu je velmi individuální. Hlavním motivem může být např. potřeba udržení psychické a sociální aktivity, snížení pocitu osamění, udržení soběstačnosti, potřeba věnovat se naplno svým zájmům nebo třeba uskutečnit to, co lidé nestihli v období produktivního věku. Z hlediska saturace potřeby užitečnosti na významu nabývá zejména taková činnost, při které senior naplno využívá svůj potenciál a své znalosti a zkušenosti předává dalším generacím.⁵²

Motivací může být například i potřeba dokázat svému okolí, že je možné i v pokročilém věku dosáhnout úspěchu ve studiu. Hlavním faktorem je zde potřeba uznání a respektu. Každý senior je pyšný na to, že může svým potomkům a vnoučatům prezentovat výsledky své práce, a tím třeba je samé motivovat k lepším výkonům. Příklad této situace uvádí Haškovcová. Říká: „*Vzpomínám na seniorku, která přišla s prosbou, abych jí napsala slovní hodnocení jejího studia. To proto, že pubertální vnuk právě lajdačil a ona ho svým příkladem chtěla přimět k zvýšenému studijnímu výkonu, což se jí tímto způsobem skutečně podařilo.*“⁵³ Nezapomenutelným zážitkem a jakousi třešničkou na dortu je pak slavnostní promoce, při které senior pociťuje hrdost z dobře vykonané práce.

⁵¹ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 68. ISBN 80-244-0879-1.

⁵² ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 193-4. ISBN 978-80-7367-551-6.

⁵³ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 140. ISBN 978-80-87109-19-9.

Další z mnoha případů, kdy se hlavním motivem k dalšímu studiu stala potřeba překonat pocit nepotřebnosti a zbytečnosti, uvádí například Petřková. Prezentuje pocity šedesátileté ženy, která začala studovat na doporučení své spolubydlící: „*Matka se dá na studie, k čemu Ti to bude a co z tebe bude*“, *takové poznámky vyslechla šedesátiletá žena, když oznámila své rodině, že bude studovat. Ale ona chtěla dokázat sobě i druhým, že pro sebe může ještě něco udělat. Její spolubydlící na onkologické rekondici (osmdesátiletá žena z Prahy) jí poradila, aby se přihlásila na univerzitu 3. věku. „ Díky všem přednáškám, které jsem vyslechla, překonávám těžkosti života. Dokázala jsem se alespoň částečně změnit, dívám se na svět jinýma očima, nevidím všechno černě a nelituji se; mnoho lidí je na tom daleko hůř.*“⁵⁴

Byť z výše uvedeného vyplývá, že vzdělávání pomáhá seniorům naplňovat jejich potřeby a dává tak jejich životu nový smysl, je motivace k dalšímu studiu ovlivňována mnoha faktory (bariérami). Může se jednat například o bariéry související se subjektivními či objektivními podmínkami učení v seniorském věku.

Subjektivními podmínkami učení mohou být např.:

- osobnost učícího se seniora, jeho intelektové schopnosti, poznávací styly a styl učení, motivační mechanismy,
- vitální a psychické mechanismy stáří, věkově dlouhodobá perzistence, uchování především výkonů, které souvisí s pochopením informací, slovní zásobou a definicí slov,
- postupná kompenzace věkem, kompenzace tělesného výkonu psychickým, rychlost výkonu je nahrazena přesností,
- fyzické podmínky, věk, pohlaví a zdravotní stav jedince,
- sociální a sociokulturní podmínky, sociální status, rodinná situace, dosažené vzdělání.

Nejčastější subjektivní bariérou ke vstupu do vzdělávacího procesu seniorů je pak zejména strach z poklesu senzomotorických a kognitivních schopností a s tím spojené nízké sebehodnocení, nedůvěra ve vlastní schopnosti, obava a tréma z nových situací, nedostatek energie a vitality a nerozhodnost k aktivní činnosti.

Seniorům mohou bránit v účasti na dalším vzdělávání i objektivní podmínky a bariéry učení, jsou jimi např.:

- konkrétní charakteristiky učení, obsah a rozsah učiva, obtížnost a metody realizace učení,

⁵⁴ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 66. ISBN 80-244-0879-1.

- vzdělavatel, organizátor vzdělávání, osobnostní a profesní kompetence,
- realizace výuky, materiální vybavení prostředí, hygienické normy, dostupnost.
- nedostačující informace o edukačních příležitostech a špatný přístup k těmto informacím,
- nevyhovující doba konání vzdělávacích akcí,
- velká vzdálenost do místa konání vzdělávacích akcí,
- finanční náročnost pro seniora.⁵⁵

Problematikou vzdělávání dospělých ve všech fázích života se zabýval i výzkumný projekt s názvem „Vzdělávání dospělých v různých fázích životního cyklu: priority, příležitosti a možnosti rozvoje“. Tento projekt probíhal rámci výzkumného programu „Moderní společnost a její proměny“ v roce 2005 za podpory Ministerstva práce a sociálních věcí České republiky. Výstupem z tohoto projektu je publikace s názvem „Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice“. Publikace prezentuje výsledky průzkumného šetření i z oblasti případných bariér ovlivňujících motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání.

V rámci zjišťování těchto bariér bylo respondentům předloženo několik možných typů překážek (bariér), které jsou nejčastěji spojovány s neúčastí na neformálním vzdělávání.

Obrázek 3: Bariéry v účasti na neformálním vzdělávání

	Souhlas (%)	Nesouhlas (%)
Účast ve vzdělávacích kurzech nebo na školeních pro mě nemá smysl	67	33
Nemám momentálně dostatek finančních prostředků	51	49
Mám obavy, že bych to nezvládl/a	48	52
Mám hodně koníčků, takže na další vzdělávací akce nemám čas	42	58
Myslím, že na další vzdělávání nemám dostatečné vzdělání	42	58
Pracovně jsem příliš zaneprázdněn/a	38	62
Neexistuje dostatek informací o vhodných vzdělávacích kurzech	36	64
Není dost vhodných kurzů samotných	29	71
Nemohu se účastnit ze zdravotních důvodů	29	71
Kvalita kurzů bývá poměrně nízká	27	73
Na další vzdělávání nemám čas kvůli starosti o děti nebo rodinu	23	78

Zdroj: RABUŠICOVÁ, M., RABUŠIC, L. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. 1.vyd Brno: Masarykova univerzita, 2008, s. 283. ISBN 978-80-210-4779-2.⁵⁶

⁵⁵VETEŠKA, J. a T. VACÍNOVÁ. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých. Andragogika na prahu 21. století*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2011, s. 145-146. ISBN 978-80-7452-012-9.

⁵⁶RABUŠICOVÁ, M. a L. RABUŠIC. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. 1.vyd Brno: Masarykova univerzita, 2008, s. 283. ISBN 978-80-210-4779-2.

Respondenti byli následně požádáni, aby vyjádřili míru souhlasu či nesouhlasu s jednotlivými možnými bariérami. Otázky se týkaly například informovanosti o nabízených kurzech, finanční a časové náročnosti kurzů, dostupnosti kurzů, kvality kurzů i subjektivních důvodů (obavy z nezvládnutí učiva, nedostatek času) apod. Průzkum ukázal, že nejčastější příčinou neúčasti seniorů na dalším vzdělávání je domněnka, že další studium již pro ně nemá smysl a obava z toho, že výuku ve svém věku nezvládnou. Tento výsledek bohužel potvrzuje fakt, že čeští senioři jsou málo sebevědomí a s odchodem do starobního důchodu podléhají spíše pasivitě.⁵⁷

Motivy ke vzdělávání dospělých v postproduktivním věku jsou velmi různorodé. Podstata motivace je závislá na dosavadních životních zkušenostech seniorů, na jejich zralosti a nashromážděné životní moudrosti. Podstatným faktorem ovlivňujícím motivaci k dalším činnostem je také tvořivost. Rheinwaldová k tomu uvádí: *„Jednou z důležitých charakteristik životní síly je tvořivost. Tvořiví lidé v sobě tuto sílu obnovují tím, že se stále na něco těší, o něco usilují. Mají před sebou cíle, které je motivují k produktivitě“*.⁵⁸

Motivaci mohou také výrazně ovlivňovat i vnější podmínky, které jsou pro seniory vytvořeny např. informovanost o vzdělávacích možnostech, snadná dostupnost kurzů, zaměření kurzů apod.

⁵⁷RABUŠICOVÁ, M. a L. RABUŠIC. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. 1. vyd Brno: Masarykova univerzita, 2008, s. 282-283. ISBN 978-80-210-4779-2.

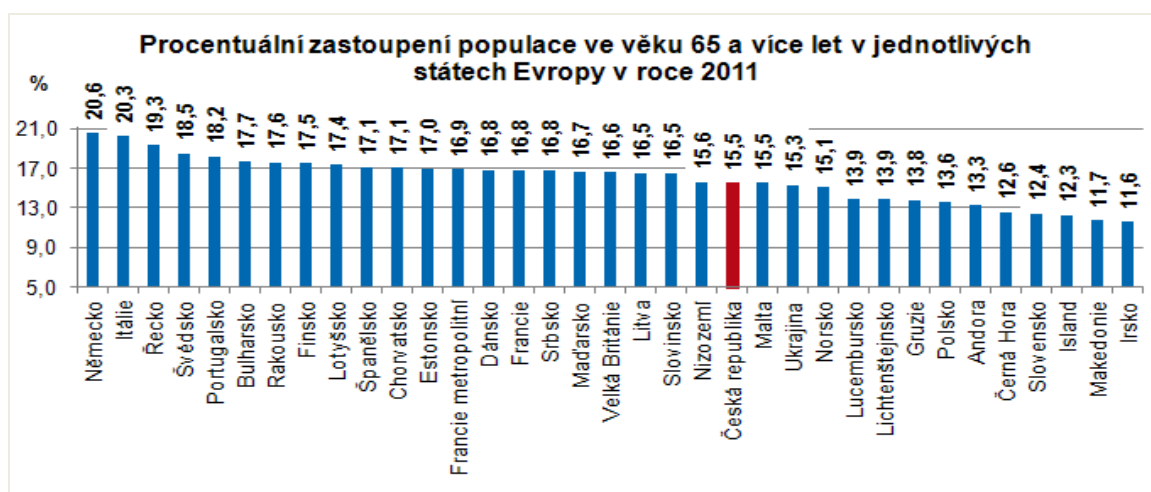
⁵⁸RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999, s. 17. ISBN 80-7169-828-8.

5 VÝZNAM AKTIVNÍHO ŽIVOTA VE STÁŘÍ

5.1 Demografický vývoj

V české společnosti, podobně jako v dalších evropských společnostech, v současné době intenzivně probíhají procesy shrnované pod pojem demografické stárnutí. V jejich důsledku dochází v populaci ke zvyšování podílu seniorů, tedy občanů v postproduktivním věku, a zároveň naopak ke snižování podílu osob v předproduktivním věku, tedy dětí. Dle údajů Českého statistického úřadu seniori či přesněji řečeno občané starší 65 let, současné době tvoří více než 15% celkové populace České republiky.⁵⁹

Obrázek 4: Zastoupení seniorů v populaci



Zdroj: Český statistický úřad. [online]. [cit. 2013-8-22].
Dostupné z WWW: <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori>

Počet seniorů bude v nadcházejících desetiletích relativně rychle narůstat. Podle různých prognóz by měl podíl občanů starších 65 let na celkové populaci České republiky po roce 2030 přesáhnout hranici 20%. Tím se česká společnost definitivně zařadí mezi tzv. společnosti staré. Nejzávažnějším problémem stárnoucí společnosti je vznik velké skupiny ekonomicky závislé populace se specifickým životním stylem a specifickými potřebami v oblasti spotřeby, zdravotní péče a bydlení. Se stárnutím společnosti souvisí i proměna sociálního klimatu (mentalita společnosti), dále se budou

⁵⁹ Český statistický úřad [online]. [cit. 2013-8-22].
Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori>>.

zvyšovat počty osamocené žijících jednotlivců (především žen). Nepříznivý populační vývoj by mohl mít vliv především na celkový ekonomický rozvoj země. Hlavními důvody jsou nejen nedostatečný příliv mladé generace na trh práce a naopak větší podíl stárnoucí síly, ale zejména zvyšování ekonomické zátěže na vyplácení starobních důchodů a výdajů na zdravotní zabezpečení.⁶⁰

Do popředí se dostává i problém mezigenerační solidarity. Stárnutí populace má značný vliv i na negativní vztah mladší generace k seniorům, který pramení především ze životního stylu moderní společnosti zaměřené na výkon a úspěch. Objevuje se tzv. ageismus (věková diskriminace), který nejvíce zasahuje právě starší generaci. Na základě této skutečnosti se mění i postoj ke vzdělávání dospělých v postproduktivním věku. Zatímco dříve bylo vzdělávání seniorů motivováno zejména snahou o zvyšování důstojnosti a kvality života, nyní se do popředí zájmu dostávají především ekonomické aspekty. Z tohoto důvodu je aktivní práce se seniory považována za společenskou nutnost.⁶¹

5.2 Význam aktivity v životě seniora

Období stárnutí a stáří je poměrně složitou životní etapou. K tomu přispívá i fakt, že v naší společnosti panují negativní představy o stárnutí, které vedou k obavám a strachu. Tradiční představou je, že člověk má být starý a nepotřebný už okolo 70 let. Toto očekávání opravdu ovlivňuje průběh stárnutí. Samozřejmě vždy závisí na individuálnosti každého člověka. Nepříjemné znaky stáří se objevují většinou u těch, kteří si myslí, že mají život za sebou a očekávají pokles začínající penzí a končící smrtí. Naopak zdravěji a plni energie se cítí ti, kteří o svém věku nepřemýšlejí, jsou aktivnější a věří, že prožijí ještě mnoho zajímavého. Velmi podstatná je jakákoliv další činnost nejen mentální, ale i fyzická. Fyziologové i lékaři se shodují v tom, že fyzická činnost i když namáhavá, vede v každém věku ke zdraví. Nedostatek činnosti vede i u zdravých lidí k únavě, slabosti a ke zhoršení životních funkcí. Bohužel bývá tato skutečnost často mylně přičítána věku. Právě fyzická aktivita je velmi důležitá pro úspěšné prožití období stáří. Je dokázáno, že dobrá fyzická kondice vede

⁶⁰ RABUŠIC, L. *Česká společnost stárne*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1995, s. 90-91. ISBN 80-210-1155-6.

⁶¹ ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 186-187. ISBN 978-80-7367-551-6.

ke zvýšení rezistence proti infekcím a rychlejšímu zotavování se například z nemoci nebo zranění.⁶²

Význam pohybových aktivit ve stáří potvrzuje i Štilec, který uvádí: „*Pohyb je jedním z rozhodujících faktorů, které mohou u člověka působit jako prevence obtíží v oblasti zdravotní i prožitkové. Pohybovými aktivitami lze pak vysoce efektivně motivačně působit na životní postoj starších, často osaměle žijících lidí.*“⁶³

Na problematiku významu aktivního života seniorů byl zaměřen i projekt s názvem „*Pohybové aktivity jako prostředek aktivního stylu života seniorů*“, který probíhal ve čtyřletém období na Fakultě tělovýchovy a sportu UK Praha. Cílem projektu bylo vyhodnotit dlouhodobý vliv pravidelně absolvovaných pohybově-prožitkových činností na životní styl a pocit osobní nezávislosti seniorů. Na základě výsledků pak navrhnout a ověřit model pomáhající racionálnímu stylu života ve stáří. Výstup z tohoto projektu potvrdil, že aktivní styl života má vliv na zpomalení projevů stárnutí, a to v oblasti psychické, funkční i motorické. Stejně tak se zvýšila i „radost“ seniorů ze života a důvěra ve vlastní schopnost, a s tím související schopnost pružněji reagovat na životní okolnosti.⁶⁴

Pro úspěšné zvládnutí období stárnutí a stáří a udržení odpovídající kvality života jsou neméně významné edukační aktivity seniorů. Jsou prostředkem ke zvyšování kompetence a produktivity občanů starší generace, pomáhají jim přizpůsobit se novým podmínkám, které přináší dnešní moderní společnost. Edukační aktivity mají také sociální rozměr, umožňují navazování nových sociálních kontaktů a pro ty seniory, kteří dále nepokračují v pracovní činnosti, představují nové zaměstnání.

Edukační aktivity seniorů přispívají především:

- ke zvýšení možnosti naplňovat poznávací a zájmové potřeby,
- k navozování, stimulaci a udržování vývojových potenciálů,
- k záměrnému působení na charakterové vlastnosti, vzorce chování a hodnotové orientace,
- k pochopení vývojových úkolů v období seniorského věku, k jejich přijetí a smíření se závěrem života,
- ke zlepšení kvality života a zvýšení pocitu životního optimismu,
- poskytují prostřednictvím nových informací možnost volby k uspořádání svého vlastního života,

⁶² RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999, s. 15-16. ISBN 80-7169-828-8.

⁶³ ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 13. ISBN 80-7178-920-8.

⁶⁴ Tamtéž, s. 31-32.

- poskytují podněty pro sebevýchovu, tzn. pomocí vlastních aktivních zásahů do stylů chování, postojů nebo názorů ovlivňují poznávací a citovou stránku,
- pomáhají oddálit stárnutí, bojovat proti němu a uchovat si schopnost samostatně se rozhodovat.⁶⁵

Prožít aktivním způsobem i závěrečné období našeho života je v dnešní moderní době nezbytné. Podmínkou je uchovat si nadšení pro život, které dodává člověku vitalitu vedoucí k produktivitě, a s tím spojenému zdraví a dlouhověkosti. Existuje několik nepsaných pravidel, která jsou pro zdravý aktivní život v postproduktivním věku velmi významná. Štilec například doporučuje neuzavírat se do sebe, ale naopak se snažit vyhledávat nové kontakty a nové přátele a vracet se k zájmům a koníčkům, na které dříve nebyl čas. Podstatné je nepropadat skepsi, že už jsme staří a nešikovní a nalézt v sobě touhu učit se novým věcem, zdokonalovat své vědomosti např. využít studium na univerzitě třetího věku, případně účastnit se jiné přednáškové činnosti. Pečovat o své zdraví, o svůj tělesný i duševní rozvoj aktivním přístupem k životu. Vytvořit si volný čas pro pohybově-prožitkové aktivity a snažit se minimalizovat promarněný čas např. pasivní sledování televize a více chodit do přírody, za kulturou, cestovat apod.⁶⁶

Smysluplnost edukačních aktivit i aktivního stylu života obecně dokládá například shrnutí Rheinwaldové: *„Nikdo zatím nedokázal, že by byla činnost mozku omezena v jakémsi časovém limitu. Jde tedy opět spíše o vlastní limitování strachem ze všeho nového a o malou přizpůsobivost. Jedná se o důsledky snížené, nebo žádné duševní činnosti. Přestali jsme cvičit myšlení, koncentraci a paměť, a přesto se divíme, že nám už tak neslouží. Ten, kdo nepřestal žít aktivně, jak byl po celý život zvyklý, ani nepostřehl, že léta přibývají.“*⁶⁷

5.3 Význam aktivního života ve stáří pro společnost

Stárnutí populace je fenoménem dnešní moderní doby, z tohoto důvodu by se řešení otázek týkajících se období stárnutí a stáří mělo stát prioritou každé vyspělé společnosti. Problematika stárnutí a stáří byla také hlavním tématem „Světového shromáždění o stárnutí“, které se uskutečnilo v roce 1982 ve Vídni pod záštitou

⁶⁵ PETŘKOVÁ, A. a R., ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 52-53. ISBN 80-244-0879-1.

⁶⁶ ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, s. 130-131. ISBN 80-7178-920-8.

⁶⁷ RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999, s. 17. ISBN 80-7169-828-8.

Organizace spojených národů. Na tomto shromáždění byl přijat akční program kladoucí důraz na kvalitu života ve stáří s názvem „*Mezinárodní plán aktivit ke stárnutí*“. Stárnutí je zde chápáno jako celoživotní proces, příprava na pozdější stádia života by měla být integrální součástí sociální politiky. Tato příprava by měla zahrnovat faktory z oblasti duševní, tělesné, ekonomické, kulturní i zdravotní. Je nutné, aby byly respektovány potřeby a zájmy stále početnější skupiny seniorů včetně kvality jejich života, ale neméně podstatné jsou i sociálně ekonomické důsledky stárnutí populace.⁶⁸

Na základě výstupů z výše uvedeného akčního programu je ve všech vyspělých společnostech kladen důraz zejména na přípravu společnosti na stárnutí. Hlavním cílem této přípravy je zabránit diskriminaci na základě věku a ageistickým stereotypům ve společnosti a naopak poukázat na možný přínos starších lidí nejen pro rodinu, ale i ekonomiku a celou společnost. V České republice byl vytvořen „*Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí*“, nyní pro období let 2013 – 2017, který bezprostředně navazuje na předchozí dokument – „*Národní program přípravy na stárnutí 2008-2012*“. Pro období let 2013 – 2017 byly v dokumentu stanoveny následující priority:

- 1) Zajištění a ochrana lidských práv starších osob.
- 2) Celoživotní učení.
- 3) Zaměstnávání starších pracovníků a seniorů ve vazbě na systém důchodového pojištění.
- 4) Dobrovolnictví a mezigenerační spolupráce.
- 5) Kvalitní prostředí pro život seniorů.
- 6) Zdravé stárnutí.
- 7) Péče o seniory s omezenou soběstačností.

Důležitost navržených opatření na základě statistických dat, mezinárodních výzkumů a trendů a aktuální situace v České republice dokládá „*Podkladová studie*“, která je nedílnou součástí akčního plánu.⁶⁹

Klíčovou roli ve snaze o zajištění kvalitnějšího a důstojnějšího života v seniorském věku hrají edukační aktivity, díky kterým se zvyšující počet starších lidí může naopak stát významným potenciálem pro sociální a ekonomický rozvoj země. Většina edukačních aktivit má sice zájmový charakter, ale právě z důvodu měnící se demografické situace vzrůstá i význam dalšího profesního vzdělávání starších osob.

⁶⁸ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 8-9. ISBN 80-244-0879-1.

⁶⁹ *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*. [online]. Praha: MPSV ČR, [cit. 2013-9-18]. Dostupné z WWW:<<http://www.mpsv.cz/cs/14540>>.

Šerák k tomu dodává: „*Především v důsledku stárnutí populace a postupného úbytku ekonomicky aktivních osob bude pro společnost životně důležité, aby se jí podařilo integrovat do pracovní sféry i seniory (např. zvyšováním věku odchodu do důchodu, prosazováním snížených pracovních úvazků nebo bojem proti věkové diskriminaci).*“⁷⁰

Důležitou podmínkou, která výrazně ovlivňuje dlouhodobější aktivitu na trhu práce, je zejména schopnost starších pracovníků držet krok s rozvojem nových technologií a nových poznatků, které jsou hlavním znakem vývoje společnosti. Nezbytnost dalšího vzdělávání seniorů podtrhuje i fakt, že v české společnosti, stejně jako v ostatních zemích, dochází z různých důvodů k individualizaci sociálního státu. Důsledkem je, že se jedinci mohou stále méně spoléhat na stát a naopak budou více odpovědní za svou životní úroveň i kvalitu života, a to především ve stáří.

Edukace seniorů by měla představovat cílevědomý proces, který má své úkoly a zaměření, a to nejen v individuální rovině, ale především v rovině společenské. Ve vztahu ke společnosti edukační aktivity seniorů představují:

- možnost společenské podpory života ve stáří,
- kladný prvek při utváření názorů společnosti na stáří,
- pomáhá akceptovat model plnohodnotného životního stylu ve stáří příslušnou společností,
- obohacení plnohodnotného života člověka každé jeho etapě,
- přispívá k mezigeneračnímu pochopení a ovlivňuje postoje úcty k životu,
- je součástí základních sociálních programů,
- významné jsou především institucionalizované edukační aktivity (jasný cíl edukace, propracované učební plány, kvalifikovanost vzdělavatelů apod.),
- podstatná je nejen vlastní edukace seniorů, ale zejména edukace všech členů společnosti ve smyslu výchovy ke stáří.⁷¹

Z kontextu výše uvedeného vyplývá, že hlavním posláním edukace seniorů je nejen rozvíjet jejich osobnost do maximální možné míry, a to po všech stránkách (individuální aspekt), ale také vytvářet optimální podmínky pro jejich integraci do společnosti, a tím se aktivně podílet na jejím dění. Výsledkem tohoto procesu je přínos nejen pro celou společnost, ale i pro seniory samotné a jejich blízké (společenský aspekt).⁷²

⁷⁰ ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009, s. 183. ISBN 978-80-7367-551-6.

⁷¹ PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 53. ISBN 80-244-0879-1.

⁷² HATÁR, C. *Seniori v systéme rezidenční sociálně-edukačnej starostlivosti*. 1. vyd. Praha: Rozlet, 2011, s. 52. ISBN 978-80-904824-1-8.

PRAKTICKÁ ČÁST

6 POPIS VÝZKUMU

6.1 Cíl výzkumu

Význam vzdělávání v postproduktivním věku, tedy seniorů, neustále roste. Počet seniorů, kteří se dále účastní nějaké vzdělávací aktivity, je stále nedostačující. Jedním z rozhodujících faktorů pro aktivní účast na dalším vzdělávání je vhodná motivace. Cílem diplomové práce je nejen charakterizovat oblast vzdělávání v postproduktivním věku, ale především zmapovat motivační tendence ke vzdělávání v této životní fázi. Praktická část se zabývá hlavním záměrem práce, a to charakterizovat hlavní motivy vedoucí k účasti seniorů na dalším vzdělávání. Na základě analýzy výsledků šetření pak stanovit, jaké vnitřní i vnější podmínky ovlivňují seniory při rozhodnutí dále se vzdělávat a nalézt vhodná řešení, která by vedla ke zvýšení zájmu o další vzdělávání v postproduktivním věku.

6.2 Výzkumné otázky a hypotézy

Na základě hlavního záměru práce byly stanoveny výzkumné otázky a následně hypotézy, které budou prostřednictvím výzkumného šetření buď potvrzeny, nebo vyvráceny:

Výzkumná otázka 1: Jak ovlivňují zájmy a záliby v produktivní etapě života motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?

H1: V postproduktivní fázi života je determinujícím motivem k dalšímu vzdělávání splnění neuskutečněných cílů z produktivní etapy života.

Výzkumná otázka 2: Jaký vliv na motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání má možnost kontaktu s vrstevníky?

H2: Motivaci seniorů k účasti na vzdělávacích kurzech výrazně ovlivňuje sociální rozměr výuky a potřeba navázání nových sociálních vztahů.

Výzkumná otázka 3: Jak ovlivňují vnější podmínky, jako např. informovanost, dostupnost, atmosféra prostředí, motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?

H3: Snadná dostupnost sdružení „Život 90“ v centru Prahy a přátelské prostředí má aktivizující vliv na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání.

6.3 Charakteristika výzkumného vzorku

Pro potřeby výzkumného šetření byli vybráni účastníci vzdělávacích kurzů z občanského sdružení „Život 90“ v Praze. V rámci své činnosti sdružení nabízí seniorům širokou škálu vzdělávacích kurzů z oblasti studia cizích jazyků, počítačových dovedností, výtvarných technik, zpěvu, rehabilitačního a zdravotního cvičení, ručních prací apod. Bylo osloveno celkem patnáct respondentů z různých oborů vzdělávacích kurzů. Účast ve výzkumném šetření potvrdilo dvanáct respondentů, a to devět žen a tři muži ve věkové kategorii 63 – 84 let. Z toho čtyři respondenti navštěvují jazykové kurzy (angličtina a francouzština), čtyři respondenti kurz počítačových dovedností, dvě respondentky kurz arteterapie a dvě respondentky jsou členkami pěveckého souboru „Seniorky“. Všichni respondenti byli seznámeni s tím, že popis i analýza rozhovorů budou použity pouze k účelům této práce a nebudou žádným jiným způsobem prezentovány.

6.4 Metody sběru dat

Metodou výzkumu byla zvolena metoda kvalitativního šetření – strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Struktura rozhovoru je vyznačována určitým počtem předem formulovaných otázek, na které mají jednotliví respondenti odpovídat.⁷³ Výzkum byl realizován v průběhu června – října 2013, rozhovory probíhaly v klubové kavárničce „U Elišky“, která je nedílnou součástí sdružení „Život 90“. Otázky do rozhovorů byly předem připraveny tak, aby plně korespondovaly s cíli práce a na základě odpovědí bylo možné potvrdit či vyvrátit stanovené hypotézy. Otázky byly respondentům pokládány ve stejném pořadí. K zaznamenávání odpovědí nebyla použita žádná technika (diktafon), ale pouze tužka a papír.

Ze získaných informací od respondentů byly nejprve technikou shrnujícího protokolu provedeny transkripce rozhovorů. Následně byly získané informace analyzovány, včleněny do jednotlivých kategorií a prezentovány v přehledných tabulkách.

⁷³ HENDL, J. *Úvod do kvalitativního výzkumu*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1999, s. 111. ISBN 80-246-0030-7.

6.5 Struktura rozhovoru

Respondentům bylo prostřednictvím rozhovoru položeno celkem 18 otázek. Otázky byly rozděleny do několika okruhů. První okruh otázek byl zaměřen na druh kurzu, který v rámci sdružení „Život 90“ navštěvují, a jak tento druh činnosti koresponduje s jejich zájmy z období produktivního věku. Další okruh otázek se věnoval zejména oblasti sociálních vztahů respondentů, a to jakým způsobem vnímají kontakt se svými vrstevníky, případně zda zde našli nové přátele. Následující okruh otázek se týkal informovanosti o existenci sdružení „Život 90“, spokojenosti či nespokojenosti s nabídkou služeb a jak na respondenty působí, prostředí „Domu Portus“, ve kterém sdružení „Život 90“ sídlí. Předposlední otázka byla možnost pomyslně poslat vzkaz těm, kteří se dosud žádné vzdělávací aktivity neúčastní. Poslední otázka se týkala osobních údajů respondentů (věk, dosažené vzdělání, povolání před odchodem do důchodu).

6.5.1 Transkripce rozhovorů

Respondent č. 1

Respondent č. 1 je žena ve věku 77 let (paní Eva). Paní Eva má středoškolské vzdělání, před odchodem do starobního důchodu pracovala jako manažer exportu ve státním podniku. V rámci svého zaměstnání se účastnila několika vzdělávacích kurzů souvisejících s oborem činnosti: „Pokud jsem chtěla mít přehled a držet krok s vývojem oboru, tak jsem se musela neustále učit nové věci.“

Paní Eva je velice energická a aktivní paní, v rámci sdružení „Život 90“ navštěvuje kurz anglické a francouzské konverzace, občas se prý účastní i vycházek k architektonickým památkám, které jsou také organizovány pod záštitou sdružení „Život 90“. Mimo tyto aktivity se sama podílí na činnosti tohoto sdružení, neboť zde vede jako lektor kurz konverzace němčiny: „Když jsem se dozvěděla o možnosti vést jako dobrovolník kurz němčiny, tak jsem ani chvíli nezaváhala. Jsem moc ráda, že můžu pomoci dobré věci a ještě navíc mě to baví.“

Na otázku „Co bylo hlavním impulsem k přihlášení se do kurzů?“ paní Eva odpověděla: „Především jsem chtěla zůstat aktivní, protože jsem různé aktivity vyhledávala po celý život a vždy jsem byla zvyklá mít kolem sebe kolektiv lidí. Navíc zde se setkávám s lidmi, kteří mají obdobné zájmy a máme si tak co říct.“

Paní Eva se v produktivním věku věnovala hlavně rodině, tak na její záliby nezbývalo tolik času. Na četbu knih či sportovní aktivity si vždy chvíli našla,

ale na zdokonalování v cizích jazycích už moc času nezbylo. Umět jazyky sice potřebovala i ve svém profesním životě, ale vystačila si pouze se znalostmi souvisejícími s jejím oborem. K tomuto tématu uvedla: „Neměla jsem nikdy času nazbyt, proto oceňuji, že mohu dohonit to, co jsem nestihla dříve, nyní v seniorském věku. Ještě se chystám na studium dějin umění v rámci Univerzity třetího věku, ale až budu mít více času.“

Paní Eva jednoznačně preferuje kolektivní formu výuky před individuální: „V konverzačních kurzech probíráme v příslušném jazyce navštívené koncerty, výstavy, divadla nebo třeba přečtené knihy. Člověk se vždy něco dozví a případně si odnese nějaké doporučení.“

Paní Eva, pokud jí to zdraví dovolí, velice ráda cestuje, a tak se jí neustálé procvičování jazyků velice hodí. Ráda pomáhá i svým dvěma vnukům, se kterými se snaží hovořit anglicky a ve studiu jazyků je jim velkou oporou.

Paní Eva je velice společenská bytost, z tohoto důvodu nikdy neměla problém navazovat nová přátelství. Nejinak je tomu i v rámci navštěvovaných kurzů. Řekla: „Nejen na francouzštině, ale i na angličtině se sešla dobrá parta. Na setkání s nimi se vždy moc těším, protože kromě učení zažijeme i spoustu legrace. Mám zde dvě opravdu dobré kamarádky, se kterými se vídáme pravidelně i mimo čas kurzu. Máme svojí oblíbenou kavárnu, kde vždy probereme svoje radosti i starosti.“

Jak už dříve paní Eva uvedla, tak kontakt s vrstevníky považuje za velmi důležitý a přínosný: „Mimo jiné je dobré si uvědomit, že léta utíkají všem stejně a je lepší prožít zbytek života mezi svými než o samotě.“

Z odpovědí na předchozí otázky je jasné, že aktivní styl života je pro paní Evu naprostou samozřejmostí. Přesto jí otázka „Myslíte si, že aktivní styl života je podstatný i v postproduktivním věku?“ byla položena. Podle očekávání odpověděla: „Aktivní styl života je nejdůležitější právě v období stáří. Vždyť už nám mnoho času nezbyvá, tak proč zahálet doma. Do konce života toho můžeme ještě mnoho stihnout a to, co prožijeme, to nám nikdo nevezme.“

Paní Eva se o činnosti sdružení „Život 90“ dozvěděla od kamarádky, která hledala „partačku“ do kurzu angličtiny. Další informace si našla na webových stránkách sdružení „Život 90“ a pak, jak řekla: „Už šlo všechno jako na drátku. Nejdříve jsem začala s angličtinou, pak s francouzštinou a nakonec jsem zkusila vést kurz němčiny.“

Nabídka kurzů paní Evě vyhovuje, možná by mohlo být více příležitostí ke společnému setkávání, a to především na půdě „Domu Portus“. Paní Eva má na mysli zejména pořádání různých besed se zajímavými lidmi apod.

„Dům Portus“, ve kterém sídlí sdružení „Život 90“ působí na paní Evu velice přívětivě: „Mám to tu moc ráda, hodně s kamarádkami využíváme zdejší kavárničku „U Elišky“, kde si můžeme popovídat. Panuje zde přátelská atmosféra, i to bylo důvodem, proč jsem se do prvního kurzu přihlásila.“

Paní Eva se ráda pohybuje ve starém centru Prahy, a jak již uvedla, ráda se účastní vycházek k architektonickým památkám. Z tohoto důvodu jí umístění „Domu Portus“ právě ve starém centru Prahy velmi vyhovuje. „Nikdy mě neomrzí procházky historickou Prahou. Vždy, když jdu do kurzu, tak na mě dýchne atmosféra starých časů.“

Kdyby mohla paní Eva vzkázat něco těm, kteří sedí doma a nemají odvahu zkusit něco nového, tak by řekla: „Nebojte se a zapojte se do dění v Životě 90, prohlubujte své koníčky, poznávejte nové přátele. Je přece škoda sedět doma.“

Respondent č. 2

Respondent č. 2 je muž ve věku 70 let (pan Josef). Pan Josef vystudoval České vysoké učení technické, konkrétně elektrotechnickou fakultu. Před odchodem do starobního důchodu pracoval jako projektant ve stavební firmě. Pan Josef uvádí, že za dobu své profesní kariéry byl na několika školeních, ale cíleně se nikdy dále nevzdělával.

Pan Josef navštěvuje ve sdružení „Život 90“ kurz anglického jazyka a je jediným mužem mezi osmi ženami, což jak uvedl: „Není vůbec na škodu.“ Kurzu se účastní již třetím rokem a zatím neuvažuje o tom, že by skončil. Do kurzu se přihlásil hlavně proto, aby si udržoval mozkovou kondici a dodal: „Jak člověk stárne, tak cítí, že už mu to tak nemyslí. Když se mozek neustále zatěžuje, tak stárne pomaleji. Nebo se to se to jen tak říká?“

Pan Josef vždy vyhledával různé aktivity. V mládí se věnoval především sportu, dokonce nějakou dobu trénoval košíkovou mládeže. Rád pořádal turistické výpravy pro své přátele. Byl a dosud je vášnivým chalupářem, jak řekl: „O zábavu je vždy postaráno.“ Na své koníčky si vždy dokázal najít dost času, i když po roce 1990, z důvodu vytíženosti v zaměstnání, to bylo obtížnější.

Na otázku, zda si studiem angličtiny splnil nějaké přání z předchozích let, odpověděl, že nikoliv: „To nějak vyplynulo ze situace, začali jsme s manželkou více cestovat a domluvit se bylo potřeba. Navíc, jak už jsem řekl, je to výborný způsob trénování mozku.“

Pan Josef jednoznačně preferuje kolektivní formu výuky, i když výhodnější se mu jeví menší kolektiv, asi tak sedm lidí. Dodal: „Pro anglickou konverzaci je samozřejmě lepší, když je nás víc. Když je nás ale moc, tak se skoro nedostanu ke slovu, a to se mi nelíbí. Jak říkám, ideální skupina je pro mě maximálně sedm lidí.“

Znalost cizího jazyka využije pan Josef především v oblasti svých zájmů. Mimo to, že rád cestuje, tak se rád dívá na filmy cizí produkce. V rámci tréninku využívá své znalosti angličtiny a odmítá dabované filmy. „Filmy v původním znění si mnohem víc užiju,“ potvrdil pan Josef.

Stejně, jako paní Eva našel v „Životě 90“ nové přátele a vůbec mu nevádí, že jsou to jen ženy. Po skončení kurzu rád využívá kavárničku „U Elišky“, kde s přáteli, jak řekl: „Společně besedujeme o životě.“ To, že tráví volné chvíle se svými vrstevníky, mu připadá přirozené a dodal: „Důležité je srovnání s ostatními, výměna názorů a zkušeností s okolním životem.“

Na téma aktivní styl života se pan Josef více rozpovídal. Pro něj je nepředstavitelné, že by jen pasivně přijímal to, co život přináší. Celý život se snažil nejen sportovat, ale i chodit za kulturou. Dnes tomu není jinak, a i když ho občas trápí zdravotní problémy, tak se stále snaží být aktivní: „Cítím, že každá činnost mě posiluje a nedává mi šanci myslet na to, kde mě co bolí. Proto myslím, že aktivní styl života je důležitý v každém věku.“

O existenci „Života 90“ se pan Josef dozvěděl od bývalé kolegyně. Řekl si, že za zkoušku nic nedá a zapsal se do kurzu anglického jazyka. S tímto kurzem je velice spokojen, jak dodal: „Jinak už bych si našel něco jiného.“ Celkovou nabídku sdružení „Život 90“ nemůže hodnotit, protože vzhledem k ostatním zájmům, kterých má hodně, již nemá na jiné kurzy dostatek času.

Prostředí „Domu Portus“ panu Josefovi plně vyhovuje, velmi kladně hodnotí možnost občerstvení a posezení i mimo učebny: „V Kavárničce „U Elišky“ si vždycky rád posedím, dám si kafe a domácí buchtu.“ Doporučil by však zvukově odizolovat dveře učeben, protože hlasitý hovor z kavárničky někdy ruší výuku. Pan Josef je také pravidelným návštěvníkem divadla „U Valšů“.

Na otázku, zda ho prostředí „Domu Portus“ nějak ovlivnilo v rozhodnutí přihlásit se do nějakého kurzu, odpověděl: „Prostředí jsem před návštěvou kurzu neznal, tudíž neovlivnilo. Musím ale přiznat, že se tu cítím velmi dobře. Vyhovuje mi i snadná dostupnost. Bydlím sice na sídlišti, ale metrem jsem tu za chvíli.“

Na závěr rozhovoru ještě uvedl doporučení pro ty, kteří se ještě žádné vzdělávací či společenské aktivity neúčastní: „Každému doporučuji, aby se dále

vzdělával, a to jak pro možnost kolektivního uplatnění, tak i individuálních zájmů. Jde jen o ten první krok, pak už to půjde samo.“

Respondent č. 3

Respondent č. 3 je žena ve věku 76 let (paní Helena). Paní Helena má vysokoškolské vzdělání. Před odchodem do starobního důchodu pracovala ve školství jako středoškolská profesorka. Paní Helena se ve svém životě stále průběžně vzdělávala, neboť to vyžadovala její profese: „Ve školství bylo normální, že jsme se stále museli učit nové věci. Byli jsme zodpovědní za to, že studentům předáváme správné informace. Navíc jsem měla pocit, že jdu dobrým příkladem.“ V současné době paní Helena navštěvuje ve sdružení „Život 90“ kurz francouzské konverzace.

Na otázku, co bylo hlavním impulsem k přihlášení do kurzu francouzštiny, paní Helena uvedla: „V první řadě jsem si přála prohloubit znalost jazyka tak, abych se domluvila. Mým velkým snem je číst knihy v originále, takže se snažím být pilnou žačkou.“

Paní Helena se vždy snažila najít čas na své záliby, ale pracovní povinnosti a shon okolo rodiny jí to leckdy překazily. Když měla chvilku volného času, tak velmi ráda navštívila nějakou výstavu nebo šla do divadla. O francouzštinu se začala zajímat až později, když děti odrostly: „Jsem moc ráda, že mám konečně dost času věnovat se jazykům, zejména francouzštině. V devadesátých letech jsem s manželem navštívila Paříž a francouzský jazyk jsem si zamilovala.“

V kolektivní formě výuky vidí paní Helena velkou výhodu: „Jsem velice ráda mezi lidmi, a proto je pro mě skupina to pravé. Pro konverzační cvičení je lepší víc lidí. Hledáme témata, která nás zajímají, a tak si nejen procvičíme francouzštinu, ale dozvíme se i nějaké novinky ze života. Navíc kolektivní forma výuky dává možnost srovnání úrovně se spolužáky.“

Znalost francouzského jazyka paní Heleně pomáhá, jak již uvedla v jiné odpovědi, ke splnění snu, a to číst knihy v originále. Zatím čte se slovníkem v ruce, ale zlepšení určitě vidí. Zároveň se zde seznámila s příjemnými lidmi, se kterými se vidá zatím jen v čase kurzu, ale jak s úsměvem řekla: „Co není, může být.“

Paní Helena se domnívá, že kontakt s vrstevníky je velmi důležitý, a to především z „lidského hlediska“. Na dotaz, jaký konkrétní přínos v tomto kontaktu vidí, odpověděla: „Nejpodstatnější je pro mě to, že společně řešíme podobné problémy a můžeme se vzájemně podpořit, to má pro mě velký význam. Někdy člověk neví kudy kam a právě popovídání s přáteli a ujištění, že v tom nejsem sama, mi moc pomůže.“

„Aktivní styl života je důležitý v každém věku, pokud je člověk zdravý, měl by využít všechny možnosti,“ myslí si paní Helena. Celý život se snažila být aktivní, jen sport jí nikdy nic neříkal. „Doma jsem nikdy zbytečně neseseděla, a dokud to jde, tak se snažím využít každou volnou chvíli k nějaké činnosti. Cítím se pak líp fyzicky a je mi dobře na duši.“

Paní Helena cíleně hledala nějaké zařízení, kde by se mohla dále vzdělávat ve francouzském jazyce. O existenci sdružení „Život 90“ se dozvěděla z internetu. Nabídka vzdělávacích kurzů byla zajímavá, a tak se paní Helena rozhodla zkusit studium právě zde. S náplní kurzu je velmi spokojena: „Obsah kurzu mi vyhovuje, procvičujeme gramatiku i konverzaci. Jak už jsem řekla, dokonce se mi zdá, že dělám pokroky.“

Na otázku, jak na ni působí prostředí „Domu „Portus“ paní Helena odpověděla: „Dům Portus“ je příjemným místem a myslím, že to není jen můj názor. Občas protáhneme hodinu ještě posezením v místní kavárničce. Je dobře, že tu ta možnost je.“ Paní Helena také dodala, že jí toto milé prostředí možná podvědomě ovlivnilo, aby se zde přihlásila do kurzu. Paní Helena sice bydlí v okrajové části Prahy, ale přesto jí umístění sdružení „Život 90“ v centru Prahy vyhovuje: „Dostanu se častěji do centra Prahy, které mám moc ráda.“

Na poslední otázku, jaký vzkaz by poslala těm, kteří se žádné vzdělávací aktivity zatím neúčastní, odpověděla paní Helena krátce, ale výstižně: „Neházejte flintu do žita a snažte se ve všem novém najít nějakou radost.“

Respondent č. 4

Respondent č. 4 je žena ve věku 78 let (paní Jarmila). Paní Jarmila má vysokoškolské vzdělání, které absolvovala na Českém vysokém učení technickém v Praze. Před odchodem do starobního důchodu pracovala jako stavební inženýr v poměrně velké stavební firmě. V rámci svého oboru se paní Jarmila účastnila nespočetně různých školení, seminářů apod. Jelikož pracovala ve firmě, která se zabývala i exportem, bylo nutné znát alespoň jeden cizí jazyk, v jejím případě to byla angličtina.

Domnívá se, že znalost jazyka je třeba neustále prohlubovat, a proto se přihlásila na kurz angličtiny ve sdružení „Život 90“. Vysvětlila: „Musím si ta anglická slovíčka neustále procvičovat, jinak bych všechno zapomněla. To by byla přece velká škoda.“ Její velmi dobrá kamarádka navštěvuje stejný kurz, a tak mají příležitost se častěji vídat.

Paní Jarmila odjakživa ráda chodila za kulturou, hlavně divadlo měla a dosud má moc ráda. Občas zašli s manželem na nějakou výstavu. Na otázku, zda měla vždy dostatek času se těmto zálibám věnovat, odpověděla: „Času nebylo nikdy nazbyt, ale vždycky se nějaký čas našel. Chtěla jsem začít ještě s němčinou, i v práci by mi to pomohlo, ale to jsem nějak nestihla.“

Paní Jarmila se domnívá, že si dalším vzděláváním žádný sen z předchozích let nesplnila: „Angličtinu jsem se učila celá léta, to mě moc bavilo. Doufám, že se mi ještě podaří ta němčina, ale přece jen čím jsem starší, tak už to jde hůř. Jestli mi to zdraví umožní, tak se asi přihlásím příští rok. No, ještě to musím promyslet.“

Paní Jarmila vždy pracovala ve velkém kolektivu, proto určitě preferuje kolektivní výuku: „Pro znalosti je lepší individuální výuka, ale já dávám přednost skupině. Sice se toho možná méně naučím, ale to společenské hledisko je pro mě důležitější. Za prvé je to zábavnější a i méně stresové.“ Angličtinu paní Jarmila využívá poměrně málo, jen když si dopisuje s kamarádkou, která žije v Anglii. Na dotaz co jí účast v dalším vzdělávání přináší, uvedla: „Dobrý pocit, že to ve svém věku ještě zvládnou. To mi bohatě stačí.“

Paní Jarmila, jak už uvedla v předchozí odpovědi, ráda pobývá ve větším kolektivu a navazuje nová přátelství. Nejinak je tomu i nyní. Během těch několika let, kdy se účastní kurzu anglického jazyka, si zde našla hodně nových přátel. Scházejí se společně i mimo čas kurzu, občas navštíví nějakou výstavu nebo jdou na procházku: „Každý rok podnikneme několik akcí, třeba minulý týden jsme slavili s kamarádkou její osmdesáté narozeniny a bylo to moc prima.“

Kontakt s vrstevníky považuje paní Jarmila za velmi důležitý. Velkým přínosem je pro ni především kontakt s lidmi stejného zaměření. K tomu paní Jarmila s úsměvem dodala: „Podělujeme se společně nejen o svoje radosti, ale i problémy a starosti. Třeba v případě zdravotních potíží se vždycky najde dobrá rada, jak si od nich případně pomoci.“

Paní Jarmila si myslí, že aktivní styl života je důležitý i v postproduktivním věku: „Aktivita mi pomáhá překonávat moje zdravotní potíže, snažím se jim nepoddávat. Každý den se na něco nového těším, a to je ten nejlepší lék na všechny nemoci.“

O existenci sdružení „Život 90“ se paní Jarmila dozvěděla právě od kamarádky, která kurz angličtiny navštěvuje již asi 10 let. Ze široké nabídky kurzů využívá zatím jen angličtinu a s výukou je spokojena: „Vyhovuje mi, že jsou hodiny vedeny zábavnou formou. Samozřejmě dostáváme úkoly, které musíme doma vypracovat, ale hrajeme

i různé hry, třeba tázací kvíz. Také máme rozečtenou knihu, každou lekci přečteme dvě strany. Všichni jsme stále aktivně zapojeni do hodiny, a to mě moc baví.“

Na otázky z okruhu prostředí „Domu Portus“, kde sdružení „Život 90“ sídlí, paní Jarmila odpověděla: „Prostředí je dobré, líbí se mi, že se můžeme setkat před nebo po kurzu a dát si třeba čaj, kávu a zákusek.“ Myslí si ale, že ji toto prostředí nijak neovlivnilo při rozhodování, zda se do kurzu přihlásí. Jak už uvedla, ovlivnila ji především její kamarádka. To, že se „Dům Portus“ nachází v centru Prahy, považuje paní Jarmila za velkou výhodu: „Bydlím na Smíchově, a tak sednu na tramvaj a jedu k Národnímu divadlu. Pak už je to jen kousek pěšky.“

Kdyby paní Jarmila mohla poslat vzkaz těm, kteří žádný vzdělávací kurz nenavštěvují, řekla by: „Zkuste to, ve starším věku je vždy dobré mozek něčím zaměstnávat, jinak začne ochabovat.“

Respondent č. 5

Respondent č. 5 je muž ve věku 67 let (pan Jaroslav). Pan Jaroslav má středoškolské vzdělání technického zaměření. Před odchodem do starobního důchodu pracoval na několika různých pracovních pozicích, vždy se jednalo o dělnické profese – provozní, chemik a skladník. Během své profesní kariéry neměl mnoho příležitostí se dále vzdělávat, absolvoval jen zaškolení při změně zaměstnání.

Pan Jaroslav se rozhodl doplnit si počítačové znalosti, a proto navštěvuje ve sdružení „Život 90“ kurz, který se nazývá „Počítačové minimum“. Hlavním impulsem, jak uvedl, byla nabídka této možnosti, kterou našel na internetových stránkách sdružení „Život 90“. Nespornou výhodou je pro pana Jaroslava i to, že absolvování kurzu je zdarma.

Pan Jaroslav má velkou rodinu, na dotaz jaké byly jeho záliby v produktivním věku, uvedl: „Živil jsem pět dětí, tak na nějaké záliby nebylo moc času. Pokud to okolnosti dovolily, tak jsme s celou rodinou vyráželi na výlety po Čechách. Moc rád jsem na cestách fotografoval a tenhle koníček mi vydržel až dodneška.“ Pan Jaroslav má doma počítač a jak řekl: „Rád surfuji po internetu, to mi celkem jde a dozvím se spoustu zajímavostí.“

Na dotaz, zda si myslí, že si účastí v kurzu splnil nějaké přání z minulých let, odpověděl pan Jaroslav následovně: „Asi ano, konečně mám dost času věnovat se tomu, co mě baví. Děti mají vlastní život a už mě nepotřebují. Jde taky o to ve stáří nerezignovat a nehnít doma.“

Pan Jaroslav jednoznačně preferuje kolektivní formu výuky. V rámci kurzu si vzájemně mohou poradit a pomoci si s novými úkoly: „V kolektivu to jde lépe, důkladněji se vše probere,“ dodal pan Jaroslav. Skupina šesti lidí, která se v rámci tohoto kurzu sešla, je pro něj plně dostačující: „Kdyby nás bylo víc, tak by asi vznikl chaos. Pořád se na něco ptáme lektora, a kdyby nás bylo víc, tak by nestíhal všem dopodrobna odpovídat.“

Zdokonalením počítačových znalostí a dovedností si pan Jaroslav neustále rozvíjí svého nového koníčka – internet. Domnívá se, že znalost internetu a jeho možností je v dnešní době povinností: „Na internetu lze najít různé užitečné informace, jako třeba odjezdy autobusů, vlaků nebo třeba programy kin a divadel.“ V tom vidí pan Jaroslav velkou výhodu.

Pan Jaroslav uvedl, že si v kurzu nové přátele nenašel: „Vidíme se jen na kurzu, a to mi stačí. Jsou to pro mě jen kolegové, kamarádů mám dost jinde.“ Překvapivě také odpověděl na otázku, zda považuje kontakt s vrstevníky za důležitý: „Myslím si, že mí vrstevníci jsou pro mne staří. Opravdu! Cítím se plný energie a života. Nechci se bavit o nemocech a stáří, na to mám ještě čas.“

Pan Jaroslav nečekaně odpověděl i na otázku ohledně důležitosti aktivního stylu života v postproduktivním věku, protože jeho odpověď: „Asi je aktivní styl života důležitý, i když si to nemyslím,“ popírá to, co uvedl dříve. Dále se k tomuto tématu nechtěl pan Jaroslav vyjadřovat.

Jak již pan Jaroslav uvedl, o existenci sdružení „Život 90“ se dozvěděl z internetu. Dále si vzpomněl, že zmínku o tomto sdružení zahlédl i v nějakém časopise, ale už si nepamatuje v jakém. I když dochází jen do kurzu počítačových dovedností, kde je celkem spokojen, tak celkovou nabídku kurzů sdružení „Život 90“ zná. Myslí si, že je naprosto dostačující a každý si může vybrat to, co by ho bavilo.

Celkové prostředí „Domu Portus“ na pana Jaroslava působí příznivě: „Je to příjemné prostředí a působí na mne velmi pozitivně. Jen učebna, ve které se koná počítačový kurz, působí poněkud stísněně. Je tu velmi málo místa, a jak už jsem řekl, být nás víc, tak vznikne chaos. Na druhou stranu chápu, že nejsou peníze, tak zaplaťpánbůh za to.“ Dále dodal, že příjemné prostředí „Domu Portus“ ho určitě ovlivnilo k přihlášení se do kurzu.

Pan Jaroslav sice bydlí na druhém konci Prahy, ale dojíždění do centra mu nevádí: „Mám dost času, tak mi delší cesta nevádí. Manželka jede občas se mnou a zatím, co se učím, tak se prochází centrem nebo zajde na nákupy.“

Pokud by pan Jaroslav mohl něco vzkázat těm, kteří nemají odvahu se účastnit dalších vzdělávacích aktivit, tak by řekl: „Chce to tu odvahu prostě najít a tvrdohlavě chtít. Pak už to půjde samo.“

Respondent č. 6

Respondent č. 6 je žena ve věku 69 let (paní Eliška). Paní Eliška má středoškolské vzdělání, vystudovala obor zdravotní sestra. Svému oboru se věnovala celý život, byla zdravotní sestrou v jedné velké pražské nemocnici. Ve zdravotnictví je samozřejmostí stále se průběžně vzdělávat, a tak i paní Eliška po dobu svého profesního života absolvovala mnoho školení, vzdělávacích seminářů apod. „V minulosti jsme sice nemuseli sbírat kredity tak, jako dnes, ale další vzdělávání v oboru bylo nutností. Vždyť zdravotnictví se neustále vyvíjí,“ doplnila k tématu paní Eliška.

V rámci sdružení „Život 90“ paní Eliška, stejně jako pan Jaroslav, navštěvuje kurz „Počítačové minimum“. Do tohoto kurzu se přihlásila především proto, aby si zopakovala základní principy ovládnutí počítače: „S počítačem jsem začala pracovat ještě před odchodem do důchodu, ale už jsem se toho nestihla moc naučit. Teď se snažím dohnat, co se dá.“

Paní Elišku, kromě výchovy dětí, bavila četba knih, ruční práce a ráda se účastnila různých turistických výletů, které byly pořádány v rámci první lékařské fakulty v Praze. Moc času na svoje zájmy prý neměla, protože jako zdravotní sestra se starala o nemocné a postižené občany i ve svém volném čase: „Pracovala jsem jako dobrovolník v domě se sociální službou a musím říci, že jsem to dělala ráda, i když to bylo na úkor mého volného času.“

Díky prohlubování počítačových dovedností si paní Eliška plní své přání z předchozích let, a to číst více knih. Na konkrétní otázku, zda si aktivní účastí splnila nějaké přání z předchozích let, odpověděla: „Ano, prostřednictvím internetu jsem si rozšířila oblast kultury, včetně možnosti navštěvovat knihovny a půjčovat si knihy.“

Stejně tak, jako většina dotazovaných paní Eliška preferuje kolektivní formu výuky: „Ano, kolektivní forma výuky se mi jeví jako lepší z důvodů většího množství informací, které si mohu zapamatovat. Vzájemně si sdělujeme, jaké novinky jsme objevili na internetu.“ Velkou výhodou vidí i v tom, že se navzájem doplňují a pomáhají si s úkoly, které jim dává lektor.

Jak už paní Eliška uvedla, využívá zde nabyté znalosti například při obsluze svého čtenářského konta přes internet. Ještě doplnila: „Prostřednictvím internetu si

rozšiřuji znalosti a vědomosti v řadě oblastí například v kultuře. Poslední dobou jsem několikrát zkusila i nákupy přes internet a musím říci, že je to o mnoho pohodlnější.“

Na otázku, zda si zde našla nové přátele, paní Eliška odpověděla záporně: „Nové přátele jsem zatím nezískala, ale to mi nevadí. Chodím do kurzu teprve dva měsíce a jsem toho názoru, že skutečného přítele v tak krátké době nelze poznat. Občas si po kurzu posedíme v místní kavárničce, ale probíráme spíš to, co se musíme naučit do příště.“

Paní Eliška považuje kontakt se svými vrstevníky za důležitý: „Největším přínosem je podle mého výměna názorů na literaturu, umění i osobního postoje při překonávání vzniklých problémů v životě.“ Neméně důležitý považuje paní Eliška i kontakt s mladou generací. K tomu dodala: „Člověk se nemůže stýkat jen se stejně starými, to by zakrněl.“

Aktivní styl života je pro paní Elišku podstatný v každém období: „Celý život jsem pracovala a byla aktivní jak v práci, tak i v osobním životě. Teď se snažím být aktivní hlavně psychicky, proto jsem přivítala možnost dále se vzdělávat.“

Paní Eliška se o existenci sdružení „Život 90“ dozvěděla právě z internetu. S kurzem je zatím spokojena: „Kurz mi vyhovuje, pan lektor je moc milý a vždy nám trpělivě všechno vysvětluje. Někdy to má s námi těžké.“ Ráda by se někdy zašla podívat na setkání „Kulturního klubu“, ale zatím se jí to nepovedlo.

Prostředí „Domu Portus“ působí na paní Elišku velice hezky a příjemně: „Je to příjemné prostředí, pracují tu ochotní lidé na recepci i v kavárničce.“ Stejně tak uvedla, že kdyby se jí tu nelíbilo, tak by asi hledala podobný kurz někde jinde. Umístění „Domu Portus“ v centru Prahy paní Elišce vyhovuje: „Mám dobré spojení z domova, jedu autobusem a pak tramvají. Zastávka je nedaleko.“

Na poslední dotaz, co by vzkázala těm, kteří se zatím dále nevzdělávají, paní Eliška odpověděla: „Neváhejte a přijďte se podívat, jsou tu příjemní lektori i prostředí. Bude se Vám tu líbit a něco nového se naučíte.“

Respondent č. 7

Respondent č. 7 je žena ve věku 66 let (paní Marie). Paní Marie má střední odborné vzdělání. Paní Marie před odchodem do důchodu pracovala jako poštovní zaměstnankyně, a to nejprve jako poštovní doručovatelka, později pracovala na poště za přepážkou. Během svého profesního života neabsolvovala žádné další vzdělání, jen povinné školení před změnou pracovního zařazení.

Ve sdružení „Život 90“ navštěvuje paní Marie vzdělávací kurz „Počítačové minimum“. Na otázku, co bylo hlavním impulsem k přihlášení se do tohoto typu kurzu, odpověděla: „Děti mi koupily k narozeninám počítač. Prý, abych šla s dobou. Já jsem sice na poště s počítačem pracovala, ale byly to jen stereotypní operace, které jsem potřebovala. Proto jsem se rozhodla, že zkusím nějaký vzdělávací kurz počítačových dovedností.“

Paní Marie v minulosti velmi ráda navštěvovala divadelní představení, a tato záliba jí vydržela dodnes: „Mám moc ráda divadlo, když byly děti malé, tak jsme společně často chodili do „Říše loutek“ na pohádky. Tak dvakrát do roka jsme s mužem navštívili nějaký koncert vážné hudby.“ Paní Marie ještě dodala, že také ráda četla a poslouchala vážnou hudbu. Moc času jí na její zájmy nezbyvalo, na poště pracovala na směny a domů chodila velmi unavená. I z tohoto důvodu odpověděla kladně na otázku, zda si aktivní účastí na dalším vzdělávání splnila nějaké přání z předchozích let: „Tím, že se zdokonaluji v počítačových dovednostech, se lépe orientuji na internetu. Nejvíce využívám kulturní přehledy divadel a různých kulturních akcí.“

Paní Marie každopádně preferuje kolektivní formu výuky před individuální. K tomuto tématu paní Marie dodala: „Mám ráda společnost. Na poště, kde jsem pracovala, jsme byli dobrý kolektiv a společnost mi teď chybí. Při výuce je lepší, když je nás víc, vzájemně se můžeme srovnávat. Vždycky se mi trochu zvedne sebevědomí, když zjistím, že nedělám chyby jenom já.“

Paní Marie využívá především internet a na psaní, třeba dopisů, počítač nepoužívá. Velmi oceňuje možnost on-line rezervace vstupenek na různé akce. Před časem si takto zajistila vstupenky na vánoční koncert Jaroslava Svěceného, který se bude konat v „Chodovské tvrzi“. „Taky se mohu blýsknout před vnučkou, aby viděla, jak má moderní babičku,“ s úsměvem dodala paní Marie.

Na dotaz, zda si v kurzu našla nové přátele, odpověděla: „Nemohu říci přímo přátele, ale nové známé určitě. Zatím se mimo kurz nevidáme, na to se známe moc krátce. Občas se sejdeme před kurzem a kontrolujeme si, jak jsme udělali úkoly. Chceme, aby nás pan lektor pochválil.“ Paní Marie považuje kontakt s vrstevníky za velmi důležitý: „Jsem ve společnosti, a to je to hlavní. Navíc řešíme podobné starosti a můžeme se lépe pochopit. Když mám nějaký problém, tak jdu raději za kamarádkou než za dcerou nebo synem, protože mladí to vidí jinak.“

Paní Marie se domnívá, že aktivní životní styl je důležitý právě v postproduktivním věku: „Kdy jindy, konečně je dostatek času věnovat se sama sobě.“

Dělám to, co mě baví a ne to, co musím.“ Paní Marie potvrzuje i názor předchozích respondentů, a to, že vhodnou aktivitou lze oddálit proces stárnutí.

O existenci sdružení „Život 90“ se paní Marie dozvěděla od kamarádky, která již několik let navštěvuje kurz keramiky a zpívá se sborem „Seniorky“. Celkovou nabídku sdružení nemůže hodnotit, ale s organizací kurzu počítačových dovedností je spokojena: „Chodím sem teprve dva měsíce, ale moc se mi tu líbí.“ Kamarádka ji přemlouvá ještě do kurzu keramiky, ale paní Marii se do toho moc nechce. „Na ruční práce jsem nikdy moc nebyla,“ vysvětluje proč.

Na otázky ohledně prostředí „Domu Portus“ paní Marie odpověděla: „Cítím se tady příjemně, je tu klid a pohoda i útulná kavárnička s milou obsluhou. Náš kurz sice probíhá v malé učebně, ale to mi nevadí.“ Paní Marie se nad otázkou, zda ji atmosféra „Domu Portus“ nějak ovlivnila při jejím rozhodování, zamyslela: „Asi ano, napřed jsem se tu byla podívat a domluvit se se zdejší koordinátorkou kurzů, paní Habrcetlovou. Je to moc milá slečna a všechno mi hned vysvětlila a ukázala. Zkrátka, cítila jsem se tady příjemně, tak jsem to zkusila.“ Umístění „Domu Portus“ v centru Prahy paní Marii také vyhovuje: „Myslím, že je to dostupné pro většinu z nás. Bydlím sice na Chodově, ale metrem a tramvají je to celkem rychlé.“

Na dotaz, co by vzkázala těm, kteří se zatím do žádného vzdělávacího kurzu nepřihlásili, odpověděla jasně, a stručně: „Pojďte to zkusit.“

Respondent č. 8

Respondent č. 8 je muž ve věku 67 let (pan Pavel). Pan Pavel má střední odborné vzdělání, před odchodem do starobního důchodu pracoval jako řidič z povolání. Během svého profesního života se pan Pavel nikdy cíleně nevzdělával: „Ke své práci jsem se vzdělávat nepotřeboval, jen jsem pravidelně absolvoval povinné profesní školení řidičů a nějaké ty psychotesty.“

Pan Pavel se v rámci sdružení „Život 90“ přihlásil do kurzu „Počítačové minimum“. Na otázku, jaké důvody ho vedly k přihlášení se do tohoto kurzu, odpověděl: „Chtěl jsem zkusit něco nového. S počítačem nemám velké zkušenosti, a tak bych se rád něco naučil.“ Pan Pavel ještě dodal, že jeho manželka zatím stále pracuje, a tak mu byla doma dlouhá chvíle. Počítačový kurz mu připadal nejzajímavější.

Pan Pavel je od pohledu technický typ, jeho velkou zálibou byla vždy auta. Dokonce se jednou zúčastnil terénních závodů jako navigátor. Na druhou stranu rád pracuje na chalupě na zahrádce. Na svoje záliby, jak uvedl, si vždycky nějaký čas

našel: „Okolo aut jsem se pohyboval i v práci, a když jsem měl o víkendu čas, tak jsem se jel podívat s kamarádem na závody terénních aut.“

Na otázku, zda si účastí na vzdělávacím kurzu splnil nějaké přání z předchozích let, uvedl: „Možná částečně, zatím chodím do kurzu krátce a baví mě to. Když jsem ještě chodil do práce, tak jsem neměl příležitost ani čas něco takového podniknout.“

Pan Pavel dává jednoznačně přednost kolektivní formě výuky: „Jak už jsem říkal, hledal jsem něco, co by mě bavilo. Jsem rád, že přijdu mezi lidi a třeba si i najdu nové kamarády. Myslím, že i při výuce je to lepší a hlavně zábavnější.“ Zatím pan Pavel své nabyté vědomosti moc nevyužívá: „Až se s počítačem pořádně naučím, tak se mi to bude určitě hodit. Zatím je pro mě nejdůležitější, že neseďm doma.“

Se svými kolegy v kurzu se pan Pavel zatím „ořukává“, ale všichni kolegové jsou mu sympatičtí. Nejvíce si povídá s panem Jaroslavem, občas zůstanou po kurzu na kávu. Dokonce si naplánovali, že spolu půjdou někdy „na pivo“. S ostatními účastníky kurzu probírají hlavně témata vztahující se k počítačům: „Řešíme hlavně to, co jsme se naučili nebo co nám nejde a radíme si navzájem.“

Kontakt s vrstevníky považuje pan Pavel za důležitý: „Určitě je důležitý, nejsem sám a poznám nové lidi. Mrzí mě, že jsme jenom dva muži v kurzu, přece jen si máme víc co říct.“ Stejně tak pan Pavel kladně odpověděl na dotaz, zda si myslí, že aktivní styl života je důležitý i v postproduktivním věku. Domnívá se, že není dobré nic nedělat, protože člověk prý zbytečně zleniví: „Vím to z vlastní zkušenosti, když mám dlouhou chvíli a lenoším, tak se mi pak nic nechce. Naopak se mi zdá, že jsem čím dál víc unavený.“

O existenci sdružení „Život 90“ se dozvěděl od manželky. Maminka její kolegyně již několik let dochází do kurzu jógy a je moc spokojená. Z nabízených kurzů ho zaujal zatím jen kurz počítačových dovedností. Rád by zkusil i něco jiného, ale připadá mu, že ostatní nabízené kurzy jsou zaměřené spíše na ženy. Jak uvedl, o jazyky a kulturu se nikdy moc nezajímal: „Na jazyky nemám hlavu, ve škole jsem se učil ruštinu, ale moc mi to nešlo. A cvičit jógu, to pro mě není. Možná se zajdu podívat na kurz trénování paměti, to je určitě praktické.“

Prostředí „Domu Portus“, ve kterém sídlí sdružení „Život 90“ působí na pana Pavla přívětivě: „Prostředí je tu příjemné, ale jako chlap to asi nedovedu ocenit tak, jako třeba ženy. Občas využívám služby zdejší kavárničky a jsem spokojen.“ Pan Pavel se domnívá, že právě příjemné prostředí „Domu Portus“ ho nějakým způsobem ovlivnilo při rozhodování, zda se do nějakého kurzu přihlásí. Uvedl: „Myslím, že ovlivnilo, líbí se mi tu.“

Umístění „Domu Portus“ v centru Prahy panu Pavlovi také vyhovuje. Uvedl, že sice bydlí na okraji Prahy a cesta mu trvá asi jednu hodinu, ale to prý není na překážku: „Nemám to z domova nejbliž, ale nevidím to jako problém. Času mám dost.“

Kdyby pan Pavel mohl něco vzkázat těm, kteří zatím nenašli odvahu se do nějakého vzdělávacího kurzu přihlásit, tak by řekl: „Zkuste to jako já, určitě nebudete litovat.“

Respondent č. 9

Respondent č. 9 je žena ve věku 79 let (paní Anna). Paní Anna vystudovala střední průmyslovou školu uměleckého zaměření. Před odchodem do starobního důchodu pracovala v jednom pražském podniku, jako technik. Během svého profesního života absolvovala paní Anna pouze profesní školení v oboru: „Dříve takové možnosti vzdělání nebyly. Museli jsme se učit všechno nové postupně sami.“

Paní Anna v rámci sdružení „Život 90“ navštěvuje několik kurzů, a to kurz arteterapie, keramiky, základy krajinomalby a nově i kurz trénování paměti. Paní Anna před časem prodělala cévní mozkovou příhodu, a tak se snaží znovu se aktivně zapojit do života. Na otázku, co bylo hlavním impulsem k přihlášení se do těchto kurzů, odpověděla: „Po mozkové příhodě se potřebuji dát znovu dohromady. Od mládí jsem ráda malovala a teď mi malování pomáhá ke zlepšení koordinace pohybů. Paměť si zase trénuji v jiném kurzu, tak snad budu brzy fit.“

Studium na střední umělecké škole je dokladem toho, že rozmanité výtvarné činnosti byly pro paní Annu velkou zálibou po celý život. Paní Anna k tomu doplnila: „Pokračuji ve svých koníčcích z mládí.“ Na své záliby, jak uvedla, měla v minulosti velmi málo času, starala se o rodinu a měla poměrně časově náročné zaměstnání. Proto na další otázku, zda si nyní plní nějaké přání z předchozích let, souhlasně odpověděla: „Ano, realizuji se tím. Doháním to, co jsem nestihla dříve. Nechodím sem proto, abych zabila volný čas, ale protože mě to opravdu baví.“

Kolektivní forma výuky je podle paní Anny určitě lepší: „Panuje tu dobrá nálada, hlavně na arteterapii se často zasmějeme. I když minule se tu jedna paní rozplakala, ale to souviselo s jejím špatným psychickým stavem. Při malování si popovídáme a zavzpomínáme na staré časy. Pro mě je nejpodstatnější, že jsem v kontaktu s lidmi.“ Paní Anna si i doma často maluje a snaží se používat nové techniky, které se zde naučila.

Na otázku, zda si zde našla nové přátele, paní Anna odpověděla: „Ano, přátele jsem tady určitě našla. Mimo kurzy se zatím nescházíme, ale není to do budoucna vyloučené. Zatím si vystačíme s časem, který máme při malování. Vypovídáme se dosytosti.“ Rovněž kontakt s vrstevníky považuje paní Anna za důležitý, protože jak dodala: „Ano, je velmi důležitý. Máme stejný okruh zájmů, lépe si tak rozumíme. A navíc máme podobné vzpomínky.“

Na otázku, zda si myslí, že aktivní styl života je podstatný i v postproduktivním věku, souhlasně přikyvovala: „Ano, určitě! Je nutné mít nějaké záliby nebo koníčky, kterým se věnujeme. Zejména kontakt s mladší generací mně nabíjí energii.“

O existenci sdružení „Život 90“ se paní Anna dozvěděla z internetových stránek. Nabídka služeb jí zcela vyhovuje, v kurzech, které navštěvuje je moc spokojená. Nejvíce se jí líbí arteterapie, která má trochu nádech psychoterapie. Paní Anna se domnívá, že právě arteterapie jí pomáhá nejvíce. Ještě dodala: „Arteterapie by měla být pro všechny klienty, kteří dochází do „Života 90“, dostupná a možná i povinná. Ze své zkušenosti vím, že je kurz arteterapie velmi užitečný a přínosný.“

Prostředí „Domu Portus“, ve kterém sídlí sdružení „Život 90“, se paní Anně moc líbí. V první řadě zmínila vstřícný přístup všech, co tu pracují. Dle jejího mínění je právě jejich zásluhou, že se tu všichni cítí tak příjemně. Na otázku, zda ji toto prostředí ovlivnilo k rozhodování o přihlášení do kurzů, odpověděla: „Myslím, že ne. Mě hlavně zajímala nabídka kurzů, a ta je tady opravdu velká.“

Paní Anna po prodělané mozkové příhodě špatně chodí, musí využívat chodítko. Z tohoto důvodu ji do „Domu Portus“ doprovází manžel nebo syn. Umístění v centru Prahy jí celkem vyhovuje, protože jak řekla: „Bydlíme na Žižkově, a tak jedeme tramvají až k Národnímu divadlu. Odtud už pomalu dojdu.“

Na poslední otázku, co by vzkázala těm, kteří se ještě žádné vzdělávací nebo zájmové aktivity neúčastní, rázně odpověděla: „Chce to nebát se a přijít mezi lidi! Nikdo se nebude smát, že něco nedovedete, důležité je to zkusit.“

Respondent č. 10

Respondent č. 10 je žena ve věku 63 let (paní Hana). Paní Hana má vysokoškolské vzdělání v oboru Ekonomie. Před odchodem do starobního důchodu pracovala jako úřednice ve státní správě. Během svého profesního života absolvovala paní Hana nespočet různých školení a seminářů, které se vztahovaly k oboru její činnosti.

V současnosti paní Hana navštěvuje v rámci sdružení „Život 90“ kurz arteterapie. K odpovědi ještě doplnila: „Zatím jsem se přihlásila jen na kurz arteterapie, ale možná zkusím také něco jiného. Ale to až za rok. Letos navštěvuji na Univerzitě třetího věku kurzy biologie a historie, a tak už mi nezbyvá moc času.“

Na otázku, co jí vedlo k přihlášení se do kurzu arteterapie, odpověděla. „Hlavně jsem chtěla začít znovu malovat. Navíc při arteterapii je malování velmi zajímavé a působí dobře i na psychiku člověka. Nikdy nevím dopředu, co vlastně namaluji. Probíhá to tak, že nejprve nám lektorka přečte nějaký příběh, třeba z historie, potom se snažíme namalovat nějakou situaci z příběhu. Ale ne cíleně, nejprve nakapeme barvu na papír, následně jí roztíráme nebo rozfoukáváme a teprve potom dotváříme obraz. Hodně záleží na fantazii každého.“

Paní Hana v minulosti velmi ráda cestovala nebo třeba pracovala na zahradě. V mládí, když ještě chodila do školy, ráda malovala, ale jak řekla: „Po škole jsem se vdala, a tak jsem neměla na malování tolik času, kolik bych si přála. Když přišly děti, tak jsem se naučila plést a šít. Tenkrát to byla nutnost, ale musím říci, že mě to také moc bavilo.“

Na otázku, zda si nyní plní nějaké přání z předchozích let, odpověděla: „Jsem ráda, jak už jsem uvedla, že můžu znova malovat. Tím jsem si asi přání z minulosti splnila. Sice ze mě nikdy žádný malíř nebude, ale dělám to, co mám ráda.“

Paní Hana preferuje individuální výuku, tedy spíše malou skupinku do čtyř lidí. Vysvětluje to tím, že při malování by měl být klid, aby se mohla soustředit na práci. Povídání během hodiny jí ruší, ale to neznamená, že nemá ráda kolektiv. Účast v kurzu přináší paní Haně především uspokojení a dobrou náladu a v tom vidí hlavní smysl jakékoliv zájmové činnosti či dalšího vzdělávání: „Vždyť proto to dělám, abych se cítila dobře.“

V kurzu arteterapie našla paní Hana výborné přátele, se kterými vždy ráda posedí v kavárničce „U Elišky“. „Při kávě si popovídáme třeba o životě nebo o tom, co se nám povedlo namalovat. Zůstáváme na kávu pravidelně, je to pro nás vlastně součástí kurzu,“ dodala paní Hana.

Kontakt s vrstevníky považuje paní Hana za důležitý: „Ráda poznávám nové lidi, vždy najdeme společné téma k hovoru.“ Problém však vidí v nedostatku příležitosti: „Člověk musí být sám aktivní a hledat nové kontakty. Mně se to povedlo, a to jak tady, tak i na Univerzitě třetího věku jsem nové přátele našla.“ Tím vlastně kladně odpověděla i na další otázku, a to zda si myslí, že aktivní styl života je podstatný i v postproduktivním věku.

O existenci sdružení „Život 90“ se paní Hana dozvěděla vlastně náhodou: „Jednou jsem šla na procházku do centra Prahy a procházela jsem okolo „Domu Portus“. Přečetla jsem si vývěsku, a nabídka kurzů mě zaujala. Kontaktovala jsem paní Habrcetlovou, která se stará o organizaci kurzů, aby mi podala další informace. No, a tak jsem tady.“

Nabídka služeb sdružení „Život 90“ paní Haně vyhovuje. Domnívá se, že nabídka kurzů je opravdu pestrá a zahrnuje od každého trošku. Jak již uvedla, nemá zatím dost času zkusit i něco jiného, ale určitě má to v plánu do budoucna.

Prostředí „Domu Portus“ je dle paní Hany příjemné a milé. Oceňuje hlavně vstřícnost a ochotu personálu, vždy dovedou pomoci a poradit. Na dotaz, zda ji toto prostředí nějak ovlivnilo v rozhodování, zda se do nějakého kurzu přihlásí, paní Hana odpověděla: „Určitě. Mám ráda staré budovy, proto často chodím na procházky právě do historické části města. „Dům Portus“ je velice citlivě zrekonstruovaný, cítím se tu dobře.“ Umístění v centru Prahy, jak vyplývá z předchozí odpovědi, paní Haně plně vyhovuje: „Spojím tak dohromady dvě věci, které mě baví. Malování a procházku místy, která mám ráda.“

Kdyby mohla paní Hana něco vzkázat těm, kteří nemají odvahu se do nějakého typu vzdělávacího kurzu přihlásit, bylo by to: „Zkuste to alespoň jedenkrát přijít a podívat se, jak to tu chodí. Za zkoušku nic nedáte a třeba se Vám tu zalíbí jako mně.“

Respondent č. 11

Respondent č. 11 je žena ve věku 72 let (paní Soňa). Paní Soňa vystudovala střední filmovou školu s maturitou, poté absolvovala dva roky na Filmové akademii múzických umění v Praze. Před odchodem do starobního důchodu pracovala jako pomocná režisérka nejprve československé, pak české televize a později televize Nova a Prima. Paní Soňa po celý profesní život sledovala novinky z oboru, ale žádných cílených vzdělávacích akcí se nikdy neúčastnila.

Paní Soňa v rámci sdružení „Život 90“ v minulosti navštěvovala kurz anglického jazyka, nyní je členkou pěveckého sboru „Seniorky“. Tento pěvecký sbor je organizován též pod záštitou sdružení „Život 90“. Na otázku, co bylo hlavním impulsem účasti se tohoto typu zájmové činnosti, paní Soňa odpověděla: „Od dětství ráda zpívám a za celý život jsem prošla několika sbory, a tak když jsem se stala seniorkou, jsem chtěla pokračovat ve své zálibě. Nabídla se mi možnost zpívat se sborem „Seniorky“, této možnosti jsem využila a určitě toho nelituji.“

Paní Soňa v minulosti, kromě zpívání, velmi ráda tancovala a sportovala. Nejraději prý měla plavání a lyžování. Stejně, jako většina žen uvedla, že na své koníčky měla málo času: „S nedostatkem času jsem zápasila vždycky, rodina si žádala své.“ V současné době dohání to, na co jí nezbyval dříve čas. Zpívání zůstalo jejím velkým koníčkem, a tak na otázku, zda si aktivní účastí na dalším vzdělávání plní nějaké přání z předchozích let, odpověděla dle očekávání kladně.

Kolektivní forma výuky je při sborovém zpěvu nutností, ale v kurzu angličtiny, který paní Soňa absolvovala v minulosti, jednoznačně preferuje individuální formu výuky. Paní Soňa se domnívá, že: „Všechno chce své. Ve sboru je nás asi padesát, zpíváme trojhlasně, a tak čím je nás více, tím lépe. Ale třeba v kurzu angličtiny je to naopak, individuální výuka je mnohem intenzivnější.“

Paní Soňě přináší zpívání především potěšení. Na dotaz, zda zde nabyté dovednosti využívá i v osobním životě, odpověděla: „Ano, využívám. Více si doma zpívám neb mi to přináší radost.“

Paní Soňa se účastní zkoušek sboru „Seniorky“ již řadu let. Našla si zde několik kamarádek, se kterými se vídá i mimo zkoušky a vystoupení. Oproti tomu na otázku, zda považuje kontakt s vrstevníky za důležitý, odpověděla: „Nepovažuji. Ráda se stýkám s mladými inteligentními lidmi. Rozšiřuje mi to obzory.“ Aktivní styl života v postproduktivním věku je podle paní Soňy velice podstatný. Především proto, že obohacuje život člověka, a to nejen v seniorském věku.

Na otázku, jak se o existenci sdružení „Život 90“ dozvěděla, paní Soňa s úsměvem odpověděla: „Vlastně detektivním pátráním. Slyšela jsem relaci v rozhlase, ale zapomněla jsem si zapsat kontakt. Kamarádka mi dala telefon na domov seniorů v Krči, kde bydlí paní Žáková, dirigentka sboru „Seniorky“. Ta mi řekla všechny potřebné informace.“

Paní Soňa je s nabídkou služeb, které poskytuje sdružení „Život 90“, spokojena. I když, jak říká, zatím jiné služby než účast ve sboru a občasnou kávu s kamarádkami v kavárničce „U Elišky“ nevyužívá: „O úrovni všech kroužků nevím, ale co znám mohu doporučit.“ Prostředí „Domu Portus“ na paní Soňu působí příjemně a také hned vysvětlila proč: „Cítím se tady dobře, protože se tu setkávám s lidmi, které mám ráda.“

Na otázku, zda jí prostředí „Domu Portus“ ovlivnilo při rozhodování přihlásit se do sboru, paní Soňa odpověděla: „Ani ne, hledala jsem hlavně dobrou partu, a na tom, že se tu cítím příjemně, mají zásluhu především ostatní členky sboru. To, že je to tady hezké a panuje tu přátelská atmosféra, je jakýmsi bonusem navíc.“ Umístění v centru Prahy paní Soňě vyhovuje, jelikož bydlí na Vinohradech, tak to má opravdu kousek.

Na otázku, jestli by chtěla něco vzkázat těm, kteří zatím nenašli odvalu se nějakých vzdělávacích či společenských aktivit účastnit, odpověděla paní Soňa následovně: „Nic vzkazovat nechci. Každý člověk je svého štěstí strůjcem a cestičku si má najít sám. Pak z toho má i větší radost.“

Respondent č. 12

Respondent č. 12 je žena ve věku 84 let (paní Blanka). Paní Blanka má středoškolské vzdělání, vystudovala gymnázium. Před odchodem do starobního důchodu pracovala jako účetní. Paní Blanka, vyjma pravidelných školení v oboru, navštěvovala několik let kurz anglického jazyka.

Zpočátku vedla paní Blanka ve sdružení „Život 90“ kurzy angličtiny, v současné době je, stejně jako paní Soňa, členkou pěveckého sboru „Seniorky“. Na otázku, proč se do tohoto typu kurzu přihlásila, odpověděla: „Zpívám moc ráda. Po úmrtí manžela a odchodu dospělých dětí jsem se cítila osamocená, a tak jsem hledala něco, čím bych se zabavila.“

Paní Blanka má ráda hudbu od mládí, s tím souvisel i její další koníček, a to tanec. Bohužel ze zdravotních důvodů musela tanec opustit, ale jak dodala: „Hlavně, že můžu zpívat, to mi stačí.“ V době, kdy chodila do práce a starala se o rodinu, neměla paní Blanka moc času se svým zálibám naplno věnovat. Občas zašli s manželem do divadla nebo si zatancovat do klubu.

K dotazu, zda si aktivní účastí ve sboru plní nějaké přání z předchozích let, paní Blanka uvedla: „Myslím, že ano. Ve sboru jsem moc spokojena. Dříve jsem zpívala jenom amatérsky, ale teď jsem se naučila mnoho nového. Asi osm let jsem vedla kurz anglického jazyka, a to jsem také dělala ráda.“

Paní Blanka preferuje kolektivní formu výuky, a jak řekla: „ V kolektivu je příjemněji a veseleji. Než začneme zpívat, povíme si co je nového. Na začátku každého měsíce si řekneme, která z nás bude slavit svátek či narozeniny a popřejeme jí. Je to takový hezký zvyk.“

Paní Blanka je ve sboru velmi spokojena, jak potvrdila odpovědí na otázku, co jí účast ve sboru přináší: „Účast ve sboru mi přináší mnoho radostí. Občas vystupujeme i v užším kroužku, třeba v Domově pro seniory „Slunečnice“ v Bohnicích, kde teď bydlím. Stručně řečeno, žiju v souladu se svými zájmy.“

Jak vyplývá z předchozích odpovědí, paní Blanka má ve sboru mnoho přítelkyň se kterými se vídá i mimo prostory sdružení „Život 90“. K další otázce uvedla: „Jsem

ráda ve společnosti dobrých lidí, a to se mi zde splnilo. Každý týden se scházíme o něco dřív, abychom stihli společnou kávu a zákusek.“

Paní Blanka se domnívá, že kontakt s vrstevníky je nutný v každém věku a dodala: „Samozřejmě, že je důležitý. Člověk se podělí o radosti i starosti, není na všechno sám. Stejná generace si nejlépe rozumí.“ Stejně kladně odpověděla i na otázku ohledně aktivního stylu života: „Určitě je důležitý, člověk nemá část se zaobírat hloupostmi.“

Jelikož je paní Blanka aktivním účastníkem kurzů již od roku 1991, tak si přesně nevzpomíná, jak se o existenci sdružení „Život 90“ dozvěděla: „Myslím, že asi z rozhlasu, ale je to tak dávno, že už si to nepamatuji.“

Paní Blance nabídka služeb sdružení „Život 90“ vyhovuje. Vítá, že jsou tu prostory určené i k setkávání mimo čas kurzu: „Mám na mysli nejen kavárničku „U Elišky“, ale i venkovní terasu, kde je v teplých měsících příjemné posezení. Zkrátka se tu cítím dobře.“ Tím vlastně paní Blanka odpověděla i na další otázku týkající se prostředí „Domu Portus“, ve kterém sdružení „Život 90“ sídlí.

Na otázku, zda ji toto prostředí ovlivnilo k přihlášení se do kurzu, odpověděla následovně: „Do sdružení „Život 90“ docházím od počátků jeho existence, letos je to už 22 let. Do „Domu Portus“ se sdružení přestěhovalo až mnohem později.“ Umístění „Domu Portus“ v centru Prahy je podle paní Blanky velmi výhodné: „Myslím, že dostupnost je dobrá pro každého. Já bydlím v Bohnicích, tak mi cesta trvá trochu déle, ale to mi nevadí.“

Na dotaz, co by vzkázala těm, kteří se žádné zájmové aktivity neúčastní, paní Blanka odpověděla: „Nevím, co bych řekla. Asi ať to zkusí, není dobré sedět doma a nečinně se koukat do čtyř stěn. Jistě si něco najdou.“

6.6 Kategorizace dat v tabulkách

V rámci výzkumného šetření byli osloveni účastníci vzdělávacích kurzů občanského sdružení „Život 90“ v Praze. V následujících tabulkách jsou znázorněna kategorizovaná data z výsledků výzkumného šetření.

Poznámka: čísla tabulek neodpovídají číslům otázek.

Tabulka 1: Zastoupení mužů a žen

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Žena	9	X		X	X		X	X		X	X	X	X
Muž	3		X			X			X				
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Výzkumného šetření se zúčastnilo celkem 12 respondentů, z toho 9 žen a 3 muži.

Tabulka 2: Zastoupení respondentů podle věku

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Věková kategorie 65 -74 let	7		X			X	X	X	X		X	X	
Věková kategorie 75 – 84 let	5	X		X	X					X			X
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Rozdělení respondentů do kategorií podle věku:

65 – 74 let (mladí senioři) – celkem 7 respondentů

75 – 84 let (staří senioři) – celkem 5 respondentů

Tabulka 3: Výše dosaženého vzdělání respondentů

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
SŠ	8	X				X	X	X	X	X		X	X
VŠ	4		X	X	X						X		
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Rozdělení respondentů do kategorií podle výše dosaženého vzdělání: SŠ (středoškolské) – celkem 8 respondentů, VŠ (vysokoškolské) – celkem 4 respondenti

Tabulka 4: Druh dalšího vzdělávání v produktivní fázi života

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Vzdělávání v oboru činnosti	5	X		X	X		X				X		
Profesní školení	2									X			X
Vzdělávání mimo obor činnosti	1												X
Žádné	5		X			X		X	X			X	
Celkový výskyt	13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:

Vzdělával/la jste se nějakým způsobem i v produktivní fázi Vašeho života?

Z celkového počtu 12 respondentů se 5 respondentů zúčastnilo nějakého typu dalšího vzdělávání vztahujícího se k oboru činnosti, 2 respondenti absolvovali pouze profesní školení v rámci svého oboru, 1 respondent se dále cíleně vzdělával mimo obor své činnosti a 5 respondentů se žádného typu dalšího vzdělávání nezúčastnilo.

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 13.

Tabulka 5: Typ kurzu navštěvovaný respondenty

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Anglický jazyk	3	X	X		X								
Francouzská konverzace	2	X		X									
Počítačové minimum	4					X	X	X	X				
Arteterapie	2									X	X		
Kurz keramiky	1									X			
Základy krajinomalby	1									X			
Kurz trénování paměti	1									X			
Pěvecký sbor Seniorky	2											X	X
Celkový výskyt	16	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Jaký kurz nyní v rámci sdružení „Život 90“ navštěvujete?

Z celkového počtu 12 respondentů 3 respondenti navštěvují kurz anglického jazyka, 2 respondenti kurz francouzské konverzace, 4 respondenti kurz počítačového minima, 2 respondenti kurz arteterapie, kurz keramiky, kurz základů krajinomalby a kurz trénování paměti navštěvuje 1 respondent a do pěveckého sboru Seniorky docházejí 2 respondenti. Přičemž 2 respondenti navštěvují více typů kurzů (R1, R9). Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 16.

Tabulka 6: Důvod k přihlášení se do kurzu

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Zůstat aktivní	2	X	X										
Prohloubení znalostí	4			X	X		X	X					
Zkusit něco nového	2					X			X				
Návrat k zájmům a zálibám	3										X	X	X
Zlepšení zdravotního stavu	1									X			
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Co bylo hlavním impulsem k přihlášení se do tohoto druhu kurzu?

Z celkového počtu 12 respondentů se 2 respondenti přihlásili do kurzu z důvodu zůstat aktivní, celkem 4 respondenti si chtěli prohloubit stávající znalosti, 2 respondenti chtěli zkusit něco nového, 3 respondenti se vrátili ke svým zájmům z produktivní fáze života a 1 respondent se do kurzu přihlásil z důvodu zlepšení zdravotního stavu. Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 12.

Tabulka 7: Zájmy a záliby respondentů v produktivním věku

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Sport a turistika	6	X	X			X	X				X	X	
Kulturní akce	5	X		X	X		X	X					
Tanec a hudba	2											X	X
Výtvarné činnosti	2									X	X		
Ostatní	2					X			X				
Celkový výskyt	17	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Jaké byly Vaše záliby a zájmy v produktivním věku?

Z celkového počtu 12 respondentů se v produktivním věku 6 respondentů zajímalo o sport a turistiku, 5 respondentů vyhledávalo různé kulturní akce, 2 respondenti uvedli, že měli v oblíbenosti hudbu a tanec, dva respondenti se zabývali výtvarnými činnostmi a 2 respondenti uvedli ostatní zájmy (fotografování – R5; autosport R8). Přičemž celkem 5 respondentů uvedlo více než jeden druh zájmů a zálib (R1, R5, R6, R10, R11).

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 17.

Tabulka 8: Čas se svým zálibám věnovat

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Dostatek času	4		X	X	X				X				
Nedostatek času	8	X				X	X	X		X	X	X	X
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Měl/la jste v minulosti dostatek času se těmito zálibám naplno věnovat?

Z celkového počtu 12 respondentů měli v minulosti dostatek času se věnovat svým zájmům a zálibám celkem 4 respondenti a naopak 8 respondentům čas na své zájmy a záliby chyběl.

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 12.

Tabulka 9: Splnění přání z minulé doby

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Více času na zájmy a záliby	6	X		X		X				X	X	X	
Využití získaných znalostí	3						X	X					X
Částečně, zatím nelze hodnotit	1								X				
Nesplnil/la	2		X		X								
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Splnil/la jste si aktivní účastí na dalším (zájmovém) vzdělávání nějaké přání z předchozích let?

Z celkového počtu 12 respondentů má celkem 6 respondentů více času na své zájmy a záliby, 3 respondenti využívají získané znalosti, 1 respondent uvedl, že zatím situaci nemůže hodnotit a 2 respondenti si žádné přání z minulosti nesplnili.
 Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 12.

Tabulka 10: Upřednostňování kolektivní formy výuky před individuální

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Možnost komunikace s ostatními	10	X	X	X	X		X	X	X	X		X	X
Možnost srovnání s ostatními	2			X				X					
Možnost vzájemné pomoci	2					X	X						
Ne, nemožnost soustředit se	1										X		
Celkový výskyt	15	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku: *Preferujete kolektivní formu výuky před individuální? Pokud ano, z jakého důvodu?*

Z celkového počtu 12 respondentů preferuje kolektivní formu výuky 11 respondentů a naopak 1 respondent preferuje formu výuky individuální. Celkem 10 respondentů uvedlo jako výhodu možnost komunikace s ostatními, 2 respondenti možnost srovnání s ostatními a 2 respondenti uvedli možnost vzájemné pomoci. Přičemž celkem 3 respondenti uvedli více důvodů (R3, R6, R7).

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 15.

Tabulka 11: Využití nabytých vědomostí a dovedností v osobním životě

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Využití v oblasti zájmů a zálib	9	X	X	X		X	X	X		X		X	X
Dobrá pocit z aktivity	5				X				X		X	X	X
Ne, zatím nevyužívám	3				X				X		X		
Celkový výskyt	17	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku: *Co Vám účast na dalším (zájmovém) vzdělávání přináší? Využíváte své zde nabyté vědomosti a dovednosti v osobním životě?*

Z celkového počtu 12 respondentů využívá nabyté vědomosti a znalosti v oblasti svých zájmů a zálib celkem 9 respondentů, 5 respondentů má dobrý pocit z aktivity a 3 respondenti uvedli, že nabyté znalosti a vědomosti zatím nevyužívají. Přičemž 5 respondentů uvedlo více než jednu odpověď (R4, R8, R10, R11, R12).

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 17.

Tabulka 12: Získání nových přátel během kurzu

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Získal/la, setkávání i mimo kurz	3	X			X							X	
Získal/la, setkávání jen v místě kurzu	3		X						X		X		
Získal/la, setkávání jen v době kurzu	4			X				X		X			X
Zatím nezískal/la	2					X	X						
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:

Získal/la jste zde nové přátele, se kterými se vidáte i mimo čas kurzu?

Z celkového počtu 12 respondentů získali 3 respondenti nové přátele, se kterými se setkávají i mimo navštěvovaný kurz, stejně tak 3 respondenti získali nové přátele, ale setkávají se pouze v místě kurzu (kavárnička „U Elišky“), 4 respondenti uvedli, že nové přátele získali, ale vidají se pouze v době kurzu a 2 respondenti v navštěvovaném kurzu žádné přátele nezískali.

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 12.

Tabulka 13: Důležitost a největší přínos kontaktu s vrstevníky

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Ano, možnost srovnání s ostatními	1	X											
Ano, výměna názorů a zkušeností	3		X		X		X						
Ano, podobné zájmy a vzájemná podpora	8			X	X		X	X	X	X	X		X
NE, je třeba získávat energii od mladších	2					X						X	
Celkový výskyt	14	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku: *Považujete kontakt s vrstevníky za důležitý? Pokud ano, co vnímáte jako největší přínos.*

Z celkového počtu 12 respondentů potvrdilo celkem 10 respondentů důležitost kontaktu s vrstevníky. Možnost srovnání s ostatním, jako největší přínos, uvedl 1 respondent, možnost výměny názorů a zkušeností 3 respondenti, podobné zájmy a možnost vzájemné podpory uvedlo celkem 8 respondentů. Naopak 2 respondenti nepovažují kontakt s vrstevníky za důležitý. Přičemž celkem 2 respondenti uvedli více než jednu odpověď (R4, R6).

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 14.

Tabulka 14: Důležitost aktivního stylu života v postproduktivním věku

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Ano, příležitost dohnat resty z minulosti	2	X						X					
Ano, prevence zdravotních a psychických problémů	5		X		X		X		X	X			
Ano, prevence proti stárnutí	4		X	X				X		X			
Zkvalitnění života a nové kontakty	3										X	X	X
Ne, nemyslím si	1					X							
Celkový výskyt	15	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku: *Myslíte si, že aktivní styl života je podstatný i v postproduktivním věku?*

Z celkového počtu 12 respondentů celkem 11 respondentů potvrdilo důležitost aktivního stylu života v postproduktivním věku. Příležitost dohnat resty z minulosti, jako hlavní důvod, uvedli 2 respondenti, prevenci zdravotních a psychických problémů 5 respondentů, prevenci proti stárnutí 4 respondenti a zkvalitnění života a nové kontakty uvedli 3 respondenti. Pouze 1 respondent si nemyslí, že je aktivní styl života podstatný i v postproduktivním věku. Přičemž celkem 3 respondenti uvedli více než jednu odpověď (R2, R7, R9).

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 15.

Tabulka 15: Prvotní informace o občanském sdružení „Život 90“

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Zprostředkovaně od známých	5	X	X		X			X	X				
Z Internetu	4			X		X	X			X			
Z rozhlasu	3					X					X	X	
Nevzpomíná si	1												X
Celkový výskyt	13	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Jak jste se o existenci sdružení „Život 90“ dozvěděl/la?

Z celkového počtu 12 respondentů se 5 respondentů o existenci občanského sdružení „Život 90“ dozvědělo od známých, 4 respondenti prostřednictvím internetových stránek, 3 respondenti z rozhlasu, 1 respondent si již nevzpomíná. Přičemž 1 respondent uvedl více než jednu odpověď (R5).

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 13.

Tabulka 16: Spokojenost s nabízenými službami občanského sdružení „Život 90“

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Zcela vyhovuje	8	X			X	X	X			X	X	X	X
Z důvodů nedostatečných informací nelze hodnotit	4		X	X				X	X				
Spokojenost s navštěvovaným kurzem	12	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Celkový výskyt	24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku: *Vyhovuje Vám nabídka služeb, které jsou zde poskytovány? Pokud ne, o jaký druh činnosti byste měl/la zájem?*

Doplňující otázka:

Jste spokojen/na s úrovní navštěvovaného kurzu?

Z celkového počtu 12 respondentů si 8 respondentů myslí, že nabídka služeb je zcela vyhovující, 4 respondenti uvedli, že z důvodu nedostatečných informací nemohou situaci hodnotit. Následně všech 12 respondentů uvedlo, že jsou s úrovní navštěvovaného kurzu spokojeni.

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 24.

Tabulka 17: Vnímání prostředí „Domu Portus“, sídla občanského sdružení „Život 90“

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Přátelská atmosféra	2	X								X			
Možnost posezení v kavárničce	8	X	X	X	X			X	X			X	X
Příjemné prostředí	10		X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
Vstřícný personál	2									X	X		
Celkový výskyt	22	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:

Jak na Vás působí prostředí „Domu Portus“, ve kterém sídlí sdružení „Život 90“?

Z celkového počtu 12 respondentů přátelskou atmosféru „Domu Portus“ vnímají 2 respondenti, možnost posezení v kavárničce ocenilo 8 respondentů, celkem 10 respondentů uvedlo, že na ně prostředí „Domu Portus“ působí příjemně a 2 respondenti pochválili vstřícný personál. Přičemž celkem 10 respondentů (vyjma R5 a R6) uvedli více než jednu odpověď.

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 22.

Tabulka 18: Vliv prostředí „Domu Portus“ na přihlášení se do kurzu

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Vliv přátelské a milé atmosféry	6	X		X		X	X		X		X		
Rozhodující byl vstřícný personál	1							X					
Rozhodující byla nabídka kurzů	1									X			
Neovlivnilo	4		X		X							X	X
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku: *Myslíte si, že Vás toto prostředí a celková atmosféra „Domu Portus“ nějak ovlivnily při rozhodování, zda se nějakého kurzu přihlásíte?*

Z celkového počtu 12 respondentů si 8 z nich myslí, že je prostředí „Domu Portus“ ovlivnilo při přihlášení se do nějakého typu kurzu. Z toho 6 respondentů uvedlo ovlivnění přátelskou a milou atmosférou, pro jednoho respondenta byl rozhodující vstřícný personál, stejně tak pro jednoho respondenta byla rozhodující nabídka kurzů. Naopak 4 respondenti si myslí, že je prostředí domu Portu nijak neovlivnilo. Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 12.

Tabulka 19: Spokojenost s umístěním občanského sdružení „Život 90“ v centru Prahy

R=Respondent	Σ	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Malebné prostředí historické části města	3	X		X							X		
Snadná dostupnost z místa bydliště	6		X		X		X	X		X		X	
Umístění nehraje roli	3					X			X				X
Celkový výskyt	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: Vlastní zpracování

Tato tabulka znázorňuje v kategorizované formě odpovědi respondentů na otázku:
Vyhovuje Vám umístění sdružení „Život 90“ v centru Prahy?

Z celkového počtu 12 respondentů je 9 respondentů spokojeno s umístěním domu občanského sdružení „Život 90“ v centru Prahy. Malebné prostředí historické části města, jako hlavní důvod, uvedli 3 respondenti, snadnou dostupnost z místa bydliště potvrdilo 6 respondentů. Celkem 3 respondenti uvedli, že umístění občanského sdružení „Život 90“ pro ně nehraje žádnou roli.

Celkový výskyt kategorizovaných odpovědí je 12.

6.7 Diskuze výsledků

Předmětem výzkumného šetření diplomové práce bylo zmapovat motivační tendence ke vzdělávání v postproduktivním věku a na základě výsledků zodpovědět stanovené výzkumné otázky. Výzkum probíhal mezi účastníky vzdělávacích a zájmových kurzů občanského sdružení „Život 90“ v Praze, a to v průběhu června až října 2013.

V první fázi výzkumu byla kontaktována, spolu s koordinátorkami kurzů, vedoucí tohoto sdružení paní Mgr. Blanka Lormanová. Po získání souhlasu s realizací výzkumného šetření a na základě doporučení koordinátorek kurzů byly vytipovány následující kurzy – kurz anglického jazyka, kurz francouzské konverzace a kurz počítačového minima. Později byl doplněn kurz arteterapie a zkoušky pěveckého sboru „Seniorky“, a to z důvodu zastoupení respondentů nejen ze vzdělávacích, ale i zájmových kurzů.

Ve druhé fázi výzkumu byly všechny uvedené kurzy postupně navštíveny a zmonitorovány. Při návštěvě v kurzu arteterapie bylo dokonce paní lektorkou vyžadováno aktivní zapojení pozorovatele, což se mimo jiné ukázalo jako získání cenné zkušenosti. Během návštěv v jednotlivých kurzech bylo osloveno celkem patnáct seniorů, z nichž jich dvanáct přislíbilo účast ve výzkumném šetření.

Výzkumného šetření se zúčastnilo celkem 12 respondentů, z toho 9 žen a 3 muži (Tabulka 1). Původním záměrem výzkumu bylo získat stejný počet žen i mužů, ale bohužel jsou mezi účastníky vzdělávacích i zájmových kurzů ženy ve značné převaze. Respondenti byli rozděleni podle věku do dvou kategorií, a to 65-74 let – celkem 7 respondentů a 75-84 let – celkem 5 respondentů (Tabulka 2). Z celkového počtu 12 respondentů dosáhlo středoškolského vzdělání celkem 8 respondentů a vysokoškolského vzdělání celkem 4 respondenti (Tabulka 3). Z tohoto poměru lze vyvodit závěr, že větší zájem o další vzdělání mají senioři se středoškolským vzděláním než se vzděláním vysokoškolským.

První okruh otázek směřoval k zodpovězení první výzkumné otázky: **„Jak ovlivňují zájmy a záliby v produktivní etapě života motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?“**. Nejprve byla respondentům položena otázka týkající se jejich zkušenosti s dalším vzděláváním v produktivním věku. Celkem 5 respondentů uvedlo, že nemá žádné zkušenosti s dalším vzděláváním, neboť se produktivní fázi života nikdy dále nevzdělávali. Stejný počet respondentů se nějakým způsobem v minulosti vzdělával, ale vždy to souviselo s oborem jejich činnosti. Jen 2 respondenti mají zkušenost pouze s profesním školením. Z celkového počtu 12 respondentů

se jediné 1 v minulosti cíleně vzdělával mimo obor své činnosti (Tabulka 4). Z tohoto výčtu je patrné, že v minulosti se dalšímu vzdělávání nepřikládal takový význam, jako je tomu v dnešní době, kdy je naopak další vzdělávání nezbytné.

V současné době z celkového počtu 12 respondentů navštěvují 2 respondenti ve sdružení „Život 90“ kurz anglického jazyka (1 žena, 1 muž), 1 respondentka kurz francouzské konverzace, 1 respondentka oba typy kurzů tzn. anglického jazyka i francouzské konverzace, 4 respondenti kurz počítačového minima (2 ženy, 2 muži), dále kurz arteterapie 1 respondentka, 1 respondentka navštěvuje celkem čtyři typy kurzů, a to kurz arteterapie, keramiky, základů krajinomalby a trénování paměti. Zbývající 2 respondentky jsou členkami pěveckého sboru „Seniorky“ (Tabulka 5). Následně byli respondenti dotazováni na hlavní důvod, který je vedl k přihlášení se do kurzu. Nejčastějším uvedeným důvodem bylo prohloubit si stávající znalosti a dovednosti. V tomto smyslu odpověděli celkem 4 respondenti. Vrátit se ke svým dřívějším zájmům a zálibám se zdálo být důležité pro 3 respondenty. Zůstat aktivní si přáli 2 respondenti a stejně tak 2 respondenti chtěli zkusit něco nového. Zlepšení zdravotního stavu si na základě navštěvovaných kurzů slibuje 1 respondent (Tabulka 6). *Ve výše uvedených odpovědích je naznačena i možná odpověď na první výzkumnou otázku. Celkem tři respondenti uvedli, že se do kurzu přihlásili proto, aby dále pokračovali ve svých zájmech z předchozí etapy života a stejný počet respondentů si chtěl prohloubit své znalosti z minulosti.*

Poté respondenti konkretizovali své zájmy a záliby z produktivní fáze svého života. Respondenti uvedli rozličné druhy zájmů, které byly pro větší přehlednost rozděleny do několika oblastí. Sport a turistiku v minulosti vyhledávalo celkem 6 respondentů, kulturní akce 5 respondentů, tanec a hudbu 2 respondenti, výtvarnými činnostmi se zabývali 2 respondenti a 2 respondenti uvedli ostatní zájmy (fotografování a autosport). Jak je z výčtu patrné, několik respondentů uvedlo více zálib najednou (Tabulka 7). Současně 8 respondentů potvrdilo nedostatek času se svým zájmům a zálibám v minulosti věnovat a naopak 4 respondenti si na své záliby vždy nějaký čas dokázali najít (Tabulka 8).

Poslední otázkou prvního okruhu bylo, zda si respondenti aktivní účastí v kurzu plní nějaké přání z předchozích let. Kladně odpověděla většina, celkem 10 respondentů. Z toho 6 respondentů nejvíce oceňuje skutečnost, že mají na své zájmy a záliby mnohem více času než dříve a mohou se jim tak naplno věnovat. Využití získaných znalostí, jako hlavní důvod kladné odpovědi, uvedli 3 respondenti.

Jen 2 respondenti se nedomnívají, že si aktivní účastí v kurzu splnili nějaké přání z předchozích let a 1 respondent uvedl, že zatím nemůže hodnotit (Tabulka 9).

Aby bylo možné zodpovědět první výzkumnou otázku: **„Jak ovlivňují zájmy a záliby v produktivní etapě života motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?“** a potvrdit či vyvrátit s ní související hypotézu: **„V postproduktivní fázi života je determinujícím motivem k dalšímu vzdělávání splnění neuskutečněných cílů z produktivní etapy života“**, bylo nutné porovnat odpovědi jednotlivých respondentů. Celkem u sedmi respondentů (R1, R3, R4, R9, R10, R11, R12) plně korespondují zájmy a záliby z minulosti s typem navštěvovaného kurzu v současné době. Stejní respondenti uvedli, že si aktivní účastí v dalším vzdělávání plní nějaké přání z předchozích let. Zbývajících pět respondentů (R2, R5, R6, R7, R8) navštěvuje kurz, který je svým zaměřením odlišný od uvedených zájmů a zálib v předchozích letech. Nutno dodat, že ve čtyřech případech se jedná o účastníky kurzu počítačového minima, který je svým zaměřením specifický. **Z výše uvedeného vyplývá, že hypotéza č. 1 nebyla vyvrácena, protože sedm respondentů, z celkového počtu dvanácti, potvrdilo vzájemný vztah neuskutečněných cílů z produktivní etapy života s motivem k účasti na dalším vzdělávání.**

Další okruh otázek byl zaměřen na sociální rozměr výuky a směřoval k zodpovězení druhé výzkumné otázky: **„Jaký vliv na motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání má možnost kontaktu s vrstevníky?“**. Respondenti byli dotazováni, zda preferují kolektivní formu výuky před individuální či nikoliv. V případě kladné odpovědi měli uvést z jakého důvodu. Kromě jednoho, všichni ostatní respondenti jednoznačně preferují kolektivní formu výuky pře individuální. Nejčastěji uváděným důvodem byla možnost komunikace s ostatními účastníky, takto odpovědělo celkem 10 respondentů. Z tohoto počtu 2 respondenti přidali ještě možnost srovnání s ostatními a 1 respondent možnost vzájemné pomoci. Pouze možnost vzájemné pomoci upřednostňuje 1 respondent. Respondent, který kolektivní formu výuky nepreferuje, uvedl jako důvod nemožnost dobře se soustředit (Tabulka 10).

Další otázka směřovala k přínosu navštěvovaného kurzu pro jednotlivé respondenty, a zda či případně jakým způsobem nově nabyté vědomosti a dovednosti využívají v osobním životě. Pouze 3 respondenti zatím nevyužívají získané vědomosti a dovednosti v osobním životě, ale účast na dalším vzdělávání jim přináší zejména dobrý pocit z aktivity, což rozhodně není málo. Ostatních 9 respondentů odpovědělo, že nově nabyté vědomosti a dovednosti využívají především v oblasti svých zájmů a zálib, z toho 2 respondenti ještě přidali dobrý pocit z aktivity (Tabulka 11).

K zodpovězení druhé výzkumné otázky byly podstatné odpovědi na následující otázku, a to zda si respondenti v průběhu konání kurzu našli nové přátele, se kterými se případně vídají i mimo čas kurzu. Většina dotazovaných, celkem 10 respondentů, si prostřednictvím aktivní účasti v kurzu nové přátele našla. Z toho 3 respondenti uvedli, že se společně setkávají ve svém volnu i mimo čas kurzu, stejně tak se 3 respondenti setkávají jen v prostorách „Domu Portus“, zejména v kavárničce „U Elišky“. V době kurzu, tedy jen přímo v kurzu, se vídají 4 respondenti. Respondenti, zbylí 2, kteří si nové přátele zatím nenašli, uvedli jako důvod příliš krátkou účast ve vzdělávacím kurzu (Tabulka 12).

Na důležitost a případný přínos kontaktu s vrstevníky byla zaměřena další otázka. Pouze 2 respondenti si myslí, že je třeba získávat energii od mladších, a tudíž není kontakt s vrstevníky důležitý. Pro ostatních 10 respondentů je naopak kontakt s vrstevníky velmi důležitý. Podobné zájmy a možnost vzájemné podpory, jako hlavní přínos, uvedlo 8 respondentů, z tohoto počtu 2 respondenti přidali ještě možnost výměny názorů a zkušeností. Hlavním přínosem pro 1 respondenta je také možnost výměny názorů a zkušeností a stejně tak 1 respondent uvedl, že hlavním přínosem je pro něj možnost srovnání s ostatními (Tabulka 13).

K zodpovězení druhé výzkumné otázky: **„Jaký vliv na motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání má možnost kontaktu s vrstevníky?“** a současně potvrzení či vyvrácení související hypotézy: **„Motivaci seniorů k účasti na vzdělávacích kurzech výrazně ovlivňuje sociální rozměr výuky a potřeba navázání nových sociálních vztahů“**, bylo opět nutné analyzovat odpovědi jednotlivých respondentů. Kolektivní formu výuky, vyjma jednoho respondenta (R10), preferuje drtivá většina respondentů. Nejčastěji uváděným důvodem je zde možnost komunikace s ostatními, což by samo o sobě mohlo stačit k potvrzení dané hypotézy. Stejně tak většina respondentů, kromě dvou (R5, R6) uvedla, že si díky navštěvovaným vzdělávacím kurzům našla nové přátele. Někteří z nich se dokonce scházejí i mimo čas strávený na vzdělávacích kurzech. Kontakt s vrstevníky vnímá z nějakého důvodu jako důležitý celkem deset respondentů, což je také většina z dotazovaných. Pouze dva respondenti (R5, R11) raději komunikují s mladší generací. **Výčet uvedených odpovědí potvrzuje, že ani hypotézu č. 2 se nepodařilo vyvrátit, jelikož většina respondentů potvrdila souvislost mezi navštěvovanými vzdělávacími kurzy a potřebou navázání nových sociálních kontaktů.**

Problematika aktivního životního stylu, a to nejen v průběhu produktivní fáze života, ale především ve fázi postproduktivní, stále nabývá na významu. Z tohoto

důvodu byla respondentům položena otázka týkající se právě důležitosti aktivního životního stylu v postproduktivním věku. Pouze 1 respondent odpověděl, že pro něj není aktivní styl života důležitý. Ostatních 11 respondentů považuje naopak aktivní životní styl za velmi důležitý a uváděli i více důvodů najednou. Nejčastěji zazněla odpověď, že aktivní styl života může působit jako prevence zdravotních a psychických problémů – 5 respondentů, nebo jako prevence proti stárnutí - 4 respondenti. Příležitost dohnat resty z minulosti vidí v aktivním životním stylu 2 respondenti. Celkem 3 respondenti si myslí, že jim aktivní styl života přináší kvalitnější život a příležitost k navázání nových kontaktů. Prostřednictvím odpovědí respondentů se potvrdila skutečnost, že aktivní styl života je důležitý v každém věku, přičemž v tom postproduktivním dvojnásob (Tabulka 14).

Poslední okruh otázek byl zaměřen na vnější podmínky, které mohou seniory ovlivnit ke vstupu do dalšího vzdělávání s cílem zodpovědět výzkumnou otázku č. 3: **„Jak ovlivňují vnější podmínky, jako např. informovanost, dostupnost, atmosféra prostředí, motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?“** Nejprve byla respondentům položena otázka, jak se o občanském sdružení „Život 90“ a nabídce vzdělávacích kurzů dozvěděli. Celkem 5 respondentů uvedlo, že prvotní informaci o existenci tohoto sdružení se dozvěděli od známých či přátel. Informaci o nabídce sdružení na internetových stránkách našli 4 respondenti, z nichž si 1 respondent vzpomíná, že slyšel zmínku o „Životě 90“ i v rozhlasovém vysílání. Tuto skutečnost potvrdili i další 2 respondenti, kteří se o existenci sdružení také dozvěděli z rozhlasového vysílání, a 1 respondent uvedl, že si již nevzpomíná, jak se o sdružení dozvěděl. Z odpovědí je patrné, že informovanost o nabídce sdružení je poměrně malá, zvláště v médiích by informace tohoto druhu měly být zastoupeny ve větší míře (Tabulka 15).

Další otázka byla zaměřena na spokojenost s celkovou nabídkou služeb občanského sdružení „Život 90“ i s úrovní navštěvovaného kurzu. Celkem 8 respondentů si myslí, že nabídka vzdělávacích kurzů je zcela vyhovující a tak rozmanitá, že si každý může vybrat kurz z oblasti jeho zájmů a zálib. Nedostačující informace o celkové nabídce, jak uvedli ve svých odpovědích, mají 4 respondenti, a z tohoto důvodu nabídku vzdělávacích kurzů nemohli zhodnotit. S úrovní navštěvovaného kurzu i stylem výuky jsou naprosto spokojeni všichni respondenti (Tabulka 16).

Na vnímání prostředí „Domu Portus“, ve kterém sídlí sdružení „Život 90“ a možný vliv tohoto prostředí na přihlášení se do vzdělávacího kurzu právě zde, byly zaměřeny následující dvě otázky. Respondenti měli vyjádřit, jak na ně prostředí „Domu Portus“

působí a opět většina z nich uvedla více odpovědí. O příjemném prostředí hovořilo 8 respondentů, přátelskou atmosféru přidali 2 respondenti. Vstřícný a vždy milý personál uvedli také 2 respondenti. Často byla oceňována možnost posezení v místní kavárničce „U Elišky“, tu uvedlo celkem 8 respondentů (Tabulka 17). Kavárnička „U Elišky“ byla zmiňována v rozhovorech velmi často, a to především jako možnost společného setkávání. Právě příjemné prostředí a přátelská atmosféra byly pro 6 respondentů hlavním impulsem k přihlášení se do nějakého typu vzdělávacího kurzu právě zde. Vstřícnost a ochota personálu byla podstatná pro 1 respondenta a stejně tak pro 1 respondenta byla rozhodující rozmanitá nabídka kurzů. Celkem 4 respondenti si myslí, že je prostředí „Domu Portus“ nijak neovlivnilo k přihlášení se do kurzu, protože právě prostředí nepřikládají větší význam (Tabulka 18).

Poslední otázka z tohoto okruhu měla za úkol zjistit, zda respondentům vyhovuje umístění občanského sdružení „Život 90“ v centru Prahy. Většině dotazovaných umístění vyhovuje, a to nejčastěji díky snadné dostupnosti z místa bydliště, takto odpovědělo 6 respondentů. Malebné prostředí historické části města a možnost procházek v okolí oceňují 3 respondenti. Stejně tak 3 respondenti uvedli, že umístění sdružení „Život 90“ pro ně není podstatné, a tudíž nehraje žádnou roli (Tabulka 19).

K zodpovězení poslední výzkumné otázky: **„Jak ovlivňují vnější podmínky, jako např. informovanost, dostupnost, atmosféra prostředí, motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?“** i potvrzení či vyvrácení poslední hypotézy: **„Snadná dostupnost sdružení „Život 90“ v centru Prahy a přátelské prostředí má aktivizující vliv na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání“**, bylo opět nutné analyzovat jednotlivé odpovědi dotazovaných. Z odpovědí vyplývá, že nejvíce respondentů se o existenci sdružení „Života 90“ dozvědělo od známých (R1, R2, R4, R7, R8) a z internetových stránek (R3, R5, R6, R9). Z médií je zastoupen pouze rozhlas (R5, R10, R11), televizní vysílání nebylo zmíněno vůbec, což je z hlediska informovanosti určitě nedostačující. Dále všichni respondenti kladně ohodnotili úroveň navštěvovaného vzdělávacího kurzu a uvedli, že jsou s náplní kurzu spokojeni. Na otázku možného ohodnocení celkové nabídky sdružení „Život 90“ odpovědělo 8 respondentů (R1, R4, R5, R6, R9, R10, R11, R12), kteří si myslí, že nabídka je naprosto vyhovující. Ostatní čtyři respondenti celkovou nabídku nehodnotili. Stejně tak prostředí „Domu Portus“ kladně vnímá všech dvanáct respondentů, ať z důvodu přátelské atmosféry, příjemného prostředí, možnosti posezení v kavárničce „U Elišky“ či díky vstřícnému personálu. Z celkového počtu dvanácti dotazovaných jich osm (R1, R3, R5, R6, R7, R8, R9, R10) potvrdilo skutečnost, že právě výše popsané prostředí

a rozmanitá nabídka kurzů je ovlivnila v rozhodnutí přihlásit se zde do nějakého typu vzdělávacího kurzu. Umístění občanského sdružení „Život 90“ v centru Prahy, vyjma tří respondentů (R5, R8, R12), většinou dotazovaných vyhovuje, a to především díky snadné dostupnosti z místa bydliště. **Na základě analýzy odpovědí se ani hypotézu č. 3 se nepodařilo vyvrátit. Ve většině případů se potvrdil aktivizující vliv vnějších podmínek, jako např. vliv přátelského prostředí i snadná dostupnost občanského sdružení „Život 90“, na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání.**

Na závěr rozhovoru byla položena všem respondentům otázka: „Pokud byste mohl/la těm, kteří nemají odvahu účastnit se dalších vzdělávacích nebo společenských aktivit něco vzkázat, co by to bylo?“. Níže jsou uvedeny citované odpovědi jednotlivých respondentů.

Respondent č. 1: „Nebojte se a zapojte se do dění v „Životě 90“, prohlubujte své koníčky, poznávejte nové přátele. Je přece škoda sedět doma.“

Respondent č. 2: „Každému doporučuji, aby se dále vzdělával, a to jak pro možnost kolektivního uplatnění, tak i individuálních zájmů. Jde jen o ten první krok, pak už to půjde samo.“

Respondent č. 3: „Neházejte flintu do žita a snažte se ve všem novém najít nějakou radost.“

Respondent č. 4: „Zkuste to, ve starším věku je vždy dobré mozek něčím zaměstnávat, jinak začne ochabovat.“

Respondent č. 5: „Chce to tu odvahu prostě najít a tvrdohlavě chtít. Pak už to půjde samo.“

Respondent č. 6: „Neváhejte a přijďte do „Portusu“, jsou tu příjemní lektoři včetně prostředí. Bude se Vám tu líbit a něco nového se naučíte.“

Respondent č. 7: „Pojďte to zkusit.“

Respondent č. 8: „Zkuste to jako já, určitě nebudete litovat.“

Respondent č. 9: „Chce to nebát se a přijít mezi lidi! Nikdo se nebude smát, že něco nedovedete, důležité je to zkusit.“

Respondent č. 10: „Zkuste to alespoň jedenkrát přijít a podívat se, jak to tu chodí. Za zkoušku nic nedáte a třeba se Vám tu zalíbí jako mně.“

Respondent č. 11: „Nic vzkazovat nechci. Každý člověk je svého štěstí strůjcem a cestičku si má najít sám. Pak z toho má i větší radost.“

Respondent č. 12: „Nevím, co bych řekla. Asi ať to zkusí, není dobré sedět doma a nečinně se koukat do čtyř stěn. Jistě si něco najdou.“

6.8 Závěry a doporučení pro teorii i praxi

Cílem výzkumného šetření bylo zmapovat motivační tendence ke vzdělávání v postproduktivním věku a na základě výsledků šetření stanovit, jaké vnitřní či vnější podmínky ovlivňují seniory při rozhodování aktivně se účastnit nějakého typu vzdělávacího kurzu. V samém počátku výzkumu byly stanoveny tři výzkumné otázky a s nimi související tři hypotézy, které měly být prostřednictvím výzkumného šetření buď potvrzeny, nebo naopak vyvráceny. Výzkum probíhal mezi účastníky různých typů vzdělávacích kurzů občanského sdružení „Život 90“ v Praze. Do výzkumu se aktivně zapojilo celkem dvanáct respondentů, a to devět žen a tři muži. Výzkum probíhal v průběhu června – října 2013.

Metodou výzkumu byla zvolena metoda kvalitativního šetření – strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Otázky byly rozděleny do tří okruhů, aby plně korespondovaly se stanovenými výzkumnými otázkami a na základě odpovědí bylo možné potvrdit či vyvrátit související hypotézy.

První okruh čítal celkem šest otázek směřujících k zodpovězení první výzkumné otázky: „**Jak ovlivňují zájmy a záliby v produktivní etapě života motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?**“ Na základě analýzy odpovědí jednotlivých respondentů hypotéza č. 1: „**V postproduktivní fázi života je determinujícím motivem k dalšímu vzdělávání splnění neuskutečněných cílů z produktivní etapy života,**“ nebyla vyvrácena. Z výzkumného šetření vyplynulo, že celkem sedm respondentů, což je více než polovina, potvrdilo vzájemný vztah neuskutečněných cílů z produktivní etapy života s motivem k účasti na dalším vzdělávání.

Druhý okruh otázek byl zaměřen především na sociální rozměr výuky s cílem zodpovědět druhou výzkumnou otázku: „**Jaký vliv na motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání má možnost kontaktu s vrstevníky?**“ Ani hypotéza č. 2: „**Motivaci seniorů k účasti na vzdělávacích kurzech výrazně ovlivňuje sociální rozměr výuky a potřeba navázání nových sociálních vztahů,**“ nebyla následnou analýzou odpovědí respondentů vyvrácena. Většina respondentů jednoznačně potvrdila souvislost mezi navštěvovanými vzdělávacími kurzy a potřebou navázání nových sociálních kontaktů.

Respondentům byla mimo jiné položena i otázka týkající se jejich názoru na aktivní styl života v postproduktivním věku. Drtivá většina dotazovaných, vyjma jednoho, považuje aktivní styl života v postproduktivním věku za velmi důležitý ať už z důvodu prevence zdravotních i psychických potíží nebo jako prevence proti stárnutí.

Poslední okruh otázek byl zaměřen na zmapování možných vnějších podmínek, které mohou taktéž ovlivnit motivaci seniorů k účasti na dalším vzdělávání. Na základě odpovědí měla být zodpovězena třetí výzkumná otázka: „**Jak ovlivňují vnější podmínky, jako např. informovanost, dostupnost, atmosféra prostředí, motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání?**“ Z analýzy odpovědí posledního okruhu otázek jasně vyplývá, že ani hypotéza č. 3: „**Snadná dostupnost sdružení „Život 90“ v centru Prahy a přátelské prostředí má aktivizující vliv na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání,**“ nebyla vyvrácena. Podle odpovědí respondentů se ve většině případů potvrdil aktivizující vliv vnějších podmínek, jako například vliv přátelského prostředí i snadná dostupnost občanského sdružení „Život 90“, na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání.

Edukační aktivity seniorů jsou neopominutelnou součástí této životní fáze. Pomáhají úspěšně zvládnout období stárnutí a stáří a udržet odpovídající kvalitu života co možná nejdéle. Počet seniorů, kteří aktivně vyhledávají nějaký typ dalšího vzdělávání, je stále nízký (Příloha B). Výsledky výzkumu potvrzují, že aktivní účast seniorů v dalším vzdělávání je výrazně ovlivňována jejich motivací, a to jak vnitřní, tak i vnější. Vnitřní motivací je např. návrat k zájmům a zálibám z minulé doby či potřeba navázání nových sociálních kontaktů. Vnější motivace souvisí především s podmínkami, které jsou v této oblasti seniorům vytvořeny. Právě tyto podmínky je třeba neustále zlepšovat a přibližovat potřebám seniorů.

Z výsledků výzkumu je zřejmé, že nedostatečná je zejména informovanost o možnostech dalšího vzdělávání. Respondenti se o nabídce kurzů dozvěděli většinou od známých nebo z internetových stránek. V tom druhém případě je nutné dodat, že ve dvou případech ze čtyř se jednalo o účastníky kurzu „Počítačové minimum“, a tudíž je jasné, že v hledání na internetových stránkách mají určitou praxi. Naprostá většina seniorů, zejména těch starších, počítač nemá. Je třeba přiblížit se seniorům a informace poskytovat tam, kde se senioři nejvíce pohybují, co je zajímavá a co poslouchají. Lze například vycházet z toho, že senioři často poslouchají rozhlasové vysílání a zařadit do programu různé besedy s lektory či aktivními účastníky vzdělávacích kurzů. Jedna respondentka byla mimo rozhovor dotázána, zda a jak často poslouchá rozhlasové vysílání. Odpověď zněla, že každý den, ale žádné pořady o možnostech vzdělávání pro seniory nezaznamenala. To je přece velká škoda. Stejně tak by se mohla zapojit veřejnoprávní televize prostřednictvím reportáží z klubů pro seniory, univerzit třetího věku či právě občanského sdružení „Život 90“.

Informovanost o možnostech dalšího vzdělávání je také možné zvýšit pomocí informačních brožurek či letáků. Konkrétně sdružení „Život 90“ má poměrně přehledný leták (Příloha D), ale je možné ho získat většinou jen v prostorách „Domu Portus“, kde toto sdružení sídlí. Nebylo by určitě od věci umístit stojany s těmito letáky třeba do čekáren praktických lékařů nebo do obchodů. Záslužnou činnost v tomto směru vyvíjejí např. pražské městské části vydávající vlastní noviny nebo časopisy, které distribuují prostřednictvím České pošty do schránek všech obyvatel svého obvodu. Informace o nabídce kulturních i vzdělávacích akcí, a to i pro seniory, se dostanou téměř ke každému.

Neméně důležitá je i informovanost samotných poskytovatelů edukačních aktivit. Je nutné zvýšit možnost dalšího vzdělávání pracovníků v oblasti edukace seniorů, a to především proto, aby byli schopni podávat seniorům relevantní informace o možnostech dalšího vzdělávání a poskytovat kvalitní poradenské služby. Nabídka možností studia na vysokých školách v oborech zabývajících se vzděláváním dospělých, a to zejména v kombinované formě, je nedostačující. V tomto případě je důležitá spolupráce pedagogické sféry, středního a zejména vysokého školství, se sférou sociální. Tato by měla prostřednictvím zpětné vazby specifikovat požadavky na odbornost pracovníků právě pro oblast edukace seniorů.

Další možností, jak zvýšit motivaci seniorů k dalšímu vzdělávání je odstranění některých bariér. Seniorům, jak již bylo uvedeno, často schází sebevědomí a s odchodem do starobního důchodu podléhají spíše pasivitě. Mají strach, že nové věci nezvládnou, a proto je ani nezkusí. Tuto bariéru je možné minimalizovat či úplně odstranit např. prostřednictvím otevřených hodin či přednášek. Senioři si mnohdy neumí představit, co mohou od vzdělávacího kurzu očekávat a informační návštěva kurzu by se mohla stát tím pravým motivem. S tímto naprosto koresponduje i pomyslný vzkaz jednoho respondenta právě těm, kteří ještě nenašli odvalu se nějakého vzdělávacího kurzu zúčastnit: *„Zkuste to alespoň jedenkrát přijít a podívat se, jak to tu chodí. Za zkoušku nic nedáte a třeba se Vám tu zalíbí jako mně.“*

V oblasti motivace k dalšímu vzdělávání dospělých v postproduktivním věku lze jistě mnohé zlepšit, a to nejen ve vnímání důležitosti tohoto vzdělávání samotnými seniory. Je nutné hledat rezervy především ve společnosti a postupovat tak, aby byly naplněny priority stanovené v *„Národním akčním plánu podporující pozitivní stárnutí“* (kapitola 5.3). Jednou z hlavních priorit tohoto plánu je problematika celoživotního učení, jež zahrnuje i oblast vzdělávání v postproduktivním věku.

ZÁVĚR

Stárnutí populace je fenoménem dnešní moderní doby. Prožít aktivním způsobem nelehké období stárnutí a stáří se z tohoto důvodu zdá být nezbytné. Klíčovou roli mají v tomto případě edukační aktivity, jejichž prostřednictvím lze dosáhnout kvalitnějšího a důstojnějšího života v seniorském věku. Velkou roli zde hraje i samotná motivace vedoucí seniory k aktivní účasti na nějakém typu edukační aktivity. Cílem diplomové práce bylo charakterizovat oblast vzdělávání v postproduktivním věku, zmapovat motivační tendence ke vzdělávání a zdůraznit význam aktivního stylu života v této životní fázi z individuálního i celospolečenského hlediska.

V teoretické části práce jsou postupně rozebírána témata z oblasti problematiky celoživotního vzdělávání, konkrétně vzdělávání v postproduktivním věku. Jsou zde popsána specifika vzdělávání seniorů včetně možných typů motivace vedoucích k jejich účasti na dalším vzdělávání. V závěru této části práce je poukázáno na nezanedbatelný význam aktivního života ve stáří.

Prioritním záměrem praktické části práce bylo naplnit hlavní cíl práce, a to zmapovat motivační tendence ke vzdělávání v postproduktivním věku. Aby bylo možné specifikovat motivy, a to vnitřní i vnější, které mohou ovlivnit seniory při rozhodování přihlásit se do nějakého typu vzdělávacího kurzu, byly nejprve stanoveny výzkumné otázky včetně souvisejících hypotéz. Metodou výzkumu byla zvolena metoda kvalitativního šetření – strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Výzkum probíhal, jak už je patrné z názvu práce, za účasti dvanácti respondentů, kteří navštěvují vzdělávací kurzy v občanském sdružení „Život 90“ v Praze. Výzkumné otázky i hypotézy byly zaměřeny na zmapování tří hlavních motivů, které mohly vést respondenty k aktivní účasti na dalším vzdělávání. Hypotéza č. 1: *„V postproduktivní fázi života je determinujícím motivem k dalšímu vzdělávání splnění neuskutečněných cílů z produktivní etapy života,“* nebyla vyvrácena. Vzájemný vztah neuskutečněných cílů z produktivní etapy života s motivem k účasti na dalším vzdělávání v postproduktivním věku se výzkumným šetřením potvrdil. Zjistit význam sociálního rozměru výuky a možnosti navázání nových kontaktů bylo předmětem druhé výzkumné otázky a taktéž hypotézy č. 2: *„Motivaci seniorů k účasti na vzdělávacích kurzech výrazně ovlivňuje sociální rozměr výuky a potřeba navázání nových sociálních vztahů.“* Ani tuto hypotézu se nepodařilo vyvrátit, většina respondentů totiž jednoznačně potvrdila souvislost mezi navštěvovanými vzdělávacími kurzy a potřebou navázání

nových sociálních kontaktů. Poslední hypotéza: „*Snadná dostupnost sdružení „Život 90“ v centru Prahy a přátelské prostředí má aktivizující vliv na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání,*“ byla zaměřena na vnější podmínky, které mohou velkou měrou ovlivnit motivaci seniorů k účasti na dalším vzdělávání. I v tomto případě se potvrdila souvislost vlivu prostředí či snadná dostupnost na zvýšení zájmu seniorů o další vzdělávání, a tudíž ani poslední hypotézu se výzkumným šetřením nepodařilo vyvrátit.

Jak uvádějí statistiky, počet seniorů, kteří aktivně vyhledávají nějaký typ dalšího vzdělávání, je stále nízký. Důvodem může být právě nízká motivace, a to vnitřní i vnější. Vnější motivaci lze ovlivnit zvláště zlepšením podmínek, které jsou v této oblasti seniorům vytvořeny. Právě tyto podmínky je třeba neustále přibližovat potřebám seniorů. Z provedeného výzkumu například vyplývá, že informovanost o nabídce edukačních aktivit je zcela nedostačující. Ke zlepšení této situace by mohla přispět i vzájemná spolupráce všech zainteresovaných účastníků tohoto vzdělávacího procesu. Stejně tak by bylo vhodné do problematiky vzdělávání seniorů více zapojit média, třeba rozhlas či televizní vysílání.

Na základě zjištěných výsledků se potvrdilo, že v oblasti motivace k dalšímu vzdělávání dospělých v postproduktivním věku je nezbytné mnohé zlepšit. Výzkum probíhal v jedné z mnoha institucí nabízejících seniorům další vzdělávací aktivity. Tato práce by se mohla stát vodítkem pro realizaci dalších výzkumů v této oblasti. Určitě by bylo vhodné podobný výzkum provést i v ostatních institucích pro vzdělávání v postproduktivním věku a navzájem porovnat jednotlivé výsledky. Je nutné podotknout, že nějakého typu dalšího vzdělávání se účastní především ti aktivnější jedinci. Z tohoto důvodu by bylo třeba zaměřit se i na občany v seniorském věku, kteří nic takového neabsolvují. Na základě výzkumných šetření pak zjistit, jaké bariéry jim brání se dalšího vzdělávání účastnit a následně stanovit opatření pro zmírnění či úplné odstranění těchto bariér.

Jsem si vědoma, že provedený výzkum byl pouze jakousi sondou do problematiky vzdělávání v postproduktivním věku. Mně osobně však přinesl mnoho cenných zkušeností. Strávila jsem hodně času nejen v samotném prostředí „Domu Portus“, ale i s účastníky jednotlivých kurzů, což pro mne bylo velmi přínosné.

Na závěr bych ráda opětně uvedla část výstižného shrnutí Evy Rheinwaldové (kapitola 5.2) o smysluplnosti edukačních aktivit i aktivního stylu života obecně: „***Ten, kdo nepřestal žít aktivně, jak byl po celý život zvyklý, ani nepostřehl, že léta přibývají.***“

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

BÁRTLOVÁ, S., P. SADÍLEK a V. TÓTHOVÁ. *Výzkum a ošetřovatelství*. 2. vyd. Brno: NCO NZO, 2008. ISBN 978-80-7013-467-2.

BOČKOVÁ, L. et al. *50+ Aktivně. Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. 1.vyd. Praha: Respekt institut, 2011. ISBN 978-80-904153-2-4.

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-64-8.

HÁŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

HENDL, J. *Úvod do kvalitativního výzkumu*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 80-246-0030-7.

CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

KLEVETOVÁ, D. a I. DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

KOHOUT, K. *Základy obecné pedagogiky*. 2. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2007. ISBN 978-80-86723-38-9.

KOLEKTIV AUTORŮ. *Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci*. 4. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2012. ISBN 978-80-7452-024-2.

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

NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. 1.vyd. Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0592-7.

ONDRÁKOVÁ, J. et al. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. 1.vyd. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3.

PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

PALÁN, Z. a T. LANGER. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-58-7.

PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0879-1.

PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-772-8.

RABUŠICOVÁ, M. a L. RABUŠIC. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. 1.vyd Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2.

RABUŠIC, L. *Česká společnost stárne*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1995, s. 90-91. ISBN 80-210-1155-6.

RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. ISBN 80-7169-828-8.

SLEZÁKOVÁ, I. *Faktory ovlivňující motivaci dospělých ke vzdělávání*. Praha, 2012. Bakalářská práce. Univerzita Jana Amose Komenského Praha.

STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.

VETEŠKA, J. a T. VACÍNOVÁ. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých. Andragogika na prahu 21. století*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2011. ISBN 978-80-7452-012-9.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

HATÁR, C. *Seniori v systéme rezidenčialnej sociálno-edukačnej starostlivosti*. 1. vyd. Praha: Rozlet, 2011. ISBN 978-80-904824-1-8.

Seznam použitých internetových zdrojů

Český statistický úřad [online]. [cit. 2013-8-22].
Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori>>

Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017. [online]. Praha: MPSV ČR, [cit. 2013-9-18].
Dostupné z WWW:<<http://www.mpsv.cz/cs/14540>>

Život 90 [online]. [cit. 2013-9-24]. Dostupné z WWW:< <http://www.zivot90.cz/>>

SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK

Seznam obrázků

OBRÁZEK 1: MASLOWOVA PYRAMIDA POTŘEB.....	32
OBRÁZEK 2: SUBJEKTIVNÍ DETERMINANTY VÝKONOVÉHO CHOVÁNÍ	33
OBRÁZEK 3: BARIÉRY V ÚČASTI NA NEFORMÁLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ	37
OBRÁZEK 4: ZASTOUPENÍ SENIORŮ V POPULACI.....	39

Seznam tabulek

TABULKA 1: ZASTOUPENÍ MUŽŮ A ŽEN.....	68
TABULKA 2: ZASTOUPENÍ RESPONDENTŮ PODLE VĚKU	68
TABULKA 3: VÝŠE DOSAŽENÉHO VZDĚLÁNÍ RESPONDENTŮ	69
TABULKA 4: DRUH DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ V PRODUKTIVNÍ FÁZI ŽIVOTA.....	69
TABULKA 5: TYP KURZU NAVŠTĚVOVANÝ RESPONDENTY	70
TABULKA 6: DŮVOD K PŘIHLÁŠENÍ SE DO KURZU.....	71
TABULKA 7: ZÁJMY A ZÁLIBY RESPONDENTŮ V PRODUKTIVNÍM VĚKU	72
TABULKA 8: ČAS SE SVÝM ZÁLIBÁM VĚNOVAT	73
TABULKA 9: SPLNĚNÍ PŘÁNÍ Z MINULÉ DOBY	74
TABULKA 10: UPŘEDNOSTŇOVÁNÍ KOLEKTIVNÍ FORMY VÝUKY PŘED INDIVIDUÁLNÍ ...	75
TABULKA 11: VYUŽITÍ NABYTÝCH VĚDOMOSTÍ A DOVEDNOSTÍ V OSOBNÍM ŽIVOTĚ	76
TABULKA 12: ZÍSKÁNÍ NOVÝCH PŘÁTEL BĚHEM KURZU	77
TABULKA 13: DŮLEŽITOST A NEJVĚTŠÍ PŘÍNOS KONTAKTU S VRSTEVNÍKY	78
TABULKA 14: DŮLEŽITOST AKTIVNÍHO STYLU ŽIVOTA V POSTPRODUKTIVNÍM VĚKU...	79
TABULKA 15: PRVOTNÍ INFORMACE O OBČANSKÉM SDRUŽENÍ „ŽIVOT 90“	80
TABULKA 16: SPOKOJENOST S NABÍZENÝMI SLUŽBAMI OBČANSKÉHO SDRUŽENÍ „ŽIVOT 90“	81
TABULKA 17: VNÍMÁNÍ PROSTŘEDÍ „DOMU PORTUS“, SÍDLA OBČANSKÉHO SDRUŽENÍ „ŽIVOT 90“	82
TABULKA 18: VLIV PROSTŘEDÍ „DOMU PORTUS“ NA PŘIHLÁŠENÍ SE DO KURZU	83
TABULKA 19: SPOKOJENOST S UMÍSTĚNÍM OBČANSKÉHO SDRUŽENÍ „ŽIVOT 90“ V CENTRU PRAHY.....	84

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A – Otázky do strukturovaného rozhovoru	I
Příloha B – Účast na vzdělávání a přípravě v rámci celoživotního vzdělávání..	II
Příloha C – Přehled aktivizačních činností sdružení „Život 90“	III
Příloha D – Leták sdružení „Život 90“	IV
Příloha E – Leták divadla „U Valšů“	V
Příloha F – Obálka časopisu sdružení „Život 90“	VI

PŘÍLOHY

Příloha A – Otázky do strukturovaného rozhovoru

1. Vzdělával/la jste se nějakým způsobem i v produktivní fázi Vašeho života?
2. Jaký kurz nyní v rámci sdružení „Život 90“ navštěvujete?
3. Co bylo hlavním impulsem k přihlášení se do tohoto druhu kurzu?
4. Jaké byly Vaše záliby a zájmy v produktivním věku?
5. Měl/la jste v minulosti dostatek času se těmto zálibám naplno věnovat?
6. Splnil/la jste si aktivní účastí na dalším (zájmovém) vzdělávání nějaké přání z předchozích let?
7. Preferujete kolektivní formu výuky před individuální? Pokud ano, z jakého důvodu?
8. Co Vám účast na dalším (zájmovém) vzdělávání přináší? Využíváte své zde nabyté vědomosti a dovednosti v osobním životě?
9. Získal/la jste zde nové přátele, se kterými se vídáte i mimo čas kurzu?
10. Považujete kontakt s vrstevníky za důležitý? Pokud ano, co vnímáte jako největší přínos.
11. Myslíte si, že aktivní styl života je podstatný i v postproduktivním věku?
12. Jak jste se o existenci sdružení „Život 90“ dozvěděl/la?
13. Vyhovuje Vám nabídka služeb, které jsou zde poskytovány? Pokud ne, o jaký druh činnosti byste měl/la zájem?
Doplňující otázka:
Jste spokojen/na s úrovní navštěvovaného kurzu?
14. Jak na Vás působí prostředí „Domu Portus“, ve kterém sídlí sdružení „Život 90“?
15. Myslíte si, že Vás toto prostředí a celková atmosféra „Domu Portus“ nějak ovlivnily při rozhodování, zda se nějakého kurzu přihlásíte?
16. Vyhovuje Vám umístění sdružení „Život 90“ v centru Prahy?
17. Pokud byste mohl/la těm, kteří nemají odvahu účastnit se dalších vzdělávacích nebo společenských aktivit něco vzkázat, co by to bylo?
18. Osobní údaje (věk, dosažené vzdělání, povolání před odchodem do důchodu)

Příloha B – Účast na vzdělávání a přípravě v rámci celoživotního vzdělávání

ŠKOLSTVÍ, KULTURA, ZDRAVOTNICTVÍ

EDUCATION, CULTURE, HEALTH

7.7. Celoživotní vzdělávání - účast na vzdělávání a odborné přípravě¹⁾ *Lifelong learning - participation in education and training¹⁾*

Pramen / Source: Eurostat, 30/11/2010

Země	2005				2010				Country
	25 - 54 let		55 - 74 let		25 - 54 let		55 - 74 let		
	25 - 54 years old		55 - 74 years old		25 - 54 years old		55 - 74 years old		
	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	
	Females	Males	Females	Males	Females	Males	Females	Males	
EU 27	11,8	10,1	3,5	2,8	11,4	9,5	4,3	2,9	EU 27
EU 25	12,5	10,7	3,8	3,0	12,0	10,0	4,5	3,1	EU 25
Eurozóna 17	9,7	9,2	2,4	1,9	9,6	8,8	3,0	2,3	Euroarea 17
v tom:									incl.:
Belgie	9,7	9,2	2,8	3,0	8,4	7,9	3,2	2,8	Belgium
Bulharsko	1,6	1,7	.	.	1,6	1,4	.	.	Bulgaria
Česká republika	7,3	6,1	1,2	1,6	9,5	8,7	2,1	2,2	Czech Republic
Dánsko	33,7	26,4	21,0	12,5	41,8	29,1	31,0	15,7	Denmark
Estonsko	9,1	5,0	.	.	15,2	10,0	4,2	1,9	Estonia
Finsko	29,5	22,0	12,9	8,1	31,2	22,4	14,1	8,2	Finland
Francie	8,6	8,4	1,7	1,3	6,4	5,5	1,8	1,2	France
Irsko	8,8	6,5	3,3	2,0	7,9	7,2	3,4	1,9	Ireland
Itálie	7,5	6,5	1,2	1,2	7,6	6,8	2,0	1,8	Italy
Kypr	7,3	6,2	1,5	1,6	8,8	8,7	3,3	2,1	Cyprus
Litva	9,3	4,7	.	.	5,8	3,8	.	.	Lithuania
Lotyšsko	12,5	6,0	2,4	0,9	7,9	4,0	1,2	0,8	Latvia
Lucembursko	9,7	9,9	2,0	2,1	15,7	14,4	4,2	4,4	Luxembourg
Maďarsko	5,8	3,9	0,2	.	3,8	3,3	0,2	0,3	Hungary
Malta	5,2	6,7	.	.	7,5	7,0	.	.	Malta
Německo	8,7	9,5	1,7	1,8	9,0	9,1	2,1	1,9	Germany
Nizozemsko	18,2	18,2	6,6	5,0	19,7	18,5	7,3	6,3	Netherlands
Polsko	6,6	5,0	0,5	0,9	7,5	5,8	0,8	0,8	Poland
Portugalsko	5,2	4,9	0,5	.	6,7	6,6	0,9	0,7	Portugal
Rakousko	15,4	14,1	5,4	4,1	16,6	14,5	6,4	4,6	Austria
Rumunsko	2,0	1,9	.	.	1,8	1,5	.	.	Romania
Řecko	2,3	2,4	.	.	3,6	3,8	0,3	0,3	Greece
Slovensko	5,7	4,8	1,3	1,5	4,1	2,6	0,5	0,5	Slovakia
Slovensko	19,8	15,6	4,9	4,0	21,5	16,6	6,3	4,6	Slovenia
Spojené království	33,8	25,9	25,2	15,1	24,3	18,2	12,3	7,4	United Kingdom
Španělsko	12,8	11,1	4,7	2,6	13,0	11,3	5,9	3,4	Spain
Švédsko	28,3	19,0	16,8	9,4	34,3	20,1	20,0	9,5	Sweden
Ostatní země									Other countries
Chorvatsko	2,8	2,6	.	.	2,9	3,4	.	.	Croatia
Island	32,5	23,1	13,9	12,5	32,1	23,1	15,9	10,8	Iceland
Norsko	22,0	18,3	8,0	7,8	21,6	18,4	9,0	7,6	Norway
Švýcarsko	28,6	29,7	14,9	14,6	31,7	33,6	17,8	18,8	Switzerland
Turecko	2,8	3,0	0,2	0,1	Turkey

¹⁾ % obyvatel účastníků se vzdělávání a odborné přípravy během 4 týdnů předcházejících šetření

¹⁾ % of population participating in education and training over the four weeks prior to the survey

Příloha C – Přehled aktivizačních činností sdružení „Život 90“

PŘEHLED AKTIVIZAČNÍCH ČINNOSTÍ - 2013/2014	
místnost "DŘEVÁK"	
PO	9:00 - 10:30 Cvičení "jóga" (Bilková) 13:00 - 14:00 Zdravotní cvičení (Příbramská)
ÚT	9:30 - 11:00 Francouzština - mírně pokročilí + konverzace (Langerová) 12:00 - 13:30 Angličtina pokročilí (Vostřezová) 13:45 - 15:15 Angličtina pokročilí (Kula/Clooney) 15:30 - 17:40 Zkouška pěveckého souboru "Seniorky" (Zázková)
ST	9:00 - 10:30 Cvičení "jóga" (Richterová) 10:45 - 12:15 Cvičení "jóga" (Richterová) 14:15 - 15:45 Povídání o Praze (Štěpánová) - 2. ST v měsíci 14:15 - 15:45 Chi-Kung (Osm kusů brokůtu) (Šámalová) - 1., 3., 4. ST v měsíci
ČT	9:00 - 10:00 Břídění tance (Brožová) 10:30 - 12:00 Německá konverzace pokročilí (Žikovská) 12:30 - 13:30 Pilates I. (Hovorková) 13:45 - 14:45 Pilates II. (Hovorková) 15:00 - 16:30 Zdravotní společnostka (Vlažkyová) - 1. ČT v měsíci 16:45 - 18:15 Filatelisté - 1. ČT v měsíci
PÁ	9:30 - 11:00 Cvičení "jóga" (Pletichová)
NE	14:00 - 16:00 Koncert souboru Heligony (Taubler/Jičho) - 2. NE v měsíci
UČEBNA E. II	
PO	10:45 - 12:15 Angličtina středně pokročilí (Šimáčková) 13:30 - 15:00 Klub Kontakt (Městková) 16:30 - 18:00 Angličtina konverzace pokročilí + konverzace (Váchová)
ÚT	8:30 - 10:00 Angličtina středně pokročilí (Barbošová) 10:15 - 11:45 Francouzština pokročilí + konverzace (Fochová) 12:15 - 13:45 Francouzština pokročilí (Fochová) 15:00 - 16:30 Italština pokročilí (Hoffmannová)
ST	10:45 - 12:15 Francouzština pokročilí konverzace (Langer/Wágenerová) 12:30 - 14:00 Angličtina středně pokročilí (Klausová/Kula - gram. vždy 1. hod. v měs.) 14:15 - 15:45 Angličtina středně pokročilí (Strnadová) 17:30 - 19:00 Německá začátečníci (Poldáňská)
ČT	9:00 - 10:30 Angličtina konverzace (Hawker) 10:45 - 12:15 Angličtina mírně pokročilí (Musilová/Harcubová) 12:30 - 14:00 Angličtina pro pokročilé (Vaisová) 14:15 - 16:00 ŠPI začátečníci (Sýkorová) - 1., 3., 4. ČT v měsíci 14:15 - 15:45 Kulturní klub (Himmlerová) - 2. ČT v měsíci
ÚT	10:45 - 12:15 Antiterapie (Kárpšová) 12:30 - 14:00 Keramika (Kárpšová)
S	9:00 - 11:00 Antiterapie - Krájinmalba I. (Beránek)
T	11:00 - 13:00 Antiterapie - Krájinmalba II. (Beránek)
	13:00 - 15:00 Antiterapie - Krájinmalba III. (Beránek)
ČT	9:00 - 10:30 Německá začátečníci (Šimonovská) 11:00 - 12:30 Německá mírně pokročilí (Šimonovská) 14:15 - 16:00 ŠPI začátečníci - 2. ČT v měsíci (Sýkorová)
místnost "REMINISCENCE"	
PO	9:00 - 10:30 Francouzština mírně pokročilí (Langerová) 10:45 - 12:15 Angličtina pokročilí (Wilhelmová) 12:30 - 14:00 Italština středně pokročilí (Vojtíšková)
ÚT	10:45 - 12:15 Německá konverzace (Machová) 12:30 - 14:00 Angličtina začátečníci (Clooney) 14:15 - 15:45 Italština konverzace pokročilí (Vojtíšková)
ST	14:15 - 15:45 Chi-Kung (meditace) (Šámalová) - 2. ST v měsíci
ČT	9:00 - 10:30 Angličtina mírně pokročilí (Fistungová) 10:45 - 12:15 Trénování paměti (Něžková)
PÁ	9:00 - 10:30 Angličtina pokročilí (Štejskal) 14:00 - 15:30 Kroužek 80 - (Stojanová) - 2. a 4. pátek v měsíci
místnost "KOUTEK"	
PO	9:00 - 10:30 Angličtina konverzace pro pokročilé (Vaisová) 10:45 - 12:15 Angličtina mírně pokročilí (Kucharová) 12:30 - 14:00 Angličtina mírně pokročilí (Kucharová)
ÚT	9:00 - 10:30 Sponzářtina pro pokročilé + konverzace (Barbošová) 10:45 - 12:15 Německá konverzace (Žikovská) 12:30 - 14:00 Německá konverzace pokročilí (Pihá) 14:15 - 14:45 Angličtina mírně pokročilí (Zábranská)
ST	10:45 - 12:15 Angličtina pokročilí (Štejskal) 12:30 - 14:00 Angličtina pokročilí (Veselá)
ČT	9:00 - 10:30 Angličtina konverzace (Vojtíšková) 10:45 - 12:15 Angličtina mírně pokročilí (Štejskal)
PÁ	13:30 - 16:00 Klub 80 (Dudková)
UČEBNA PC	
PO	9:00 - 10:30 Průřezový kurz - začátečníci 11:00 - 16:00 Internetová kavárna/Individuální výuka PC
ÚT	9:00 - 10:30 Průřezový kurz - mírně pokročilí 11:00 - 16:00 Internetová kavárna/Individuální výuka PC
ST	9:00 - 10:30 Průřezový kurz - mírně pokročilí 11:00 - 16:00 Internetová kavárna/Individuální výuka PC
ČT, PÁ	9:00 - 16:00 Internetová kavárna/Individuální výuka PC
DRÁDLKO 90 U VALŠU	
PO	14:30 - 16:00 Mědlní přehlídka - 4. PO v měsíci

DOTAZY A INFORMACE
Mgr. Lada Habrečtová
vedoucí Centra denních služeb a aktivizačních programů
ŽOVOT90, o. s.
lada.habrecetova@zivot90.cz, 222 333 545 (514), 739 477 609

7 MĚSÍČNÍ DOTYKOVÝ VYHRAŽENÝ POSKYTOVATELŮM SLUŽEB

Příloha D – Leták sdružení „Život 90“

NAŠE AKTIVITY

CENTRUM DENNÍCH SLUŽEB

- **Pohybové aktivity**
zdravotní cvičení, pilates, bříšní tance, chi-kung, jóga
- **Procvičování mysli**
tréninky paměti, arteterapie
- **Procvičování jemné motoriky**
keramika, šití, krajinaomalba
- **Počítačové lekce**
od začátečníků pro pokročilé
- **Dále**
možnost stravování a občerstvení v místní restauraci, možnost využít naše prostory pro osobní hygienu klientů, kteří potřebují pomoc druhé osoby

AKADEMIE SENIORŮ

- **Jazykové kurzy**
angličtina, němčina, francouzština, italština, španělština
- **Přednášky**
historie, zdraví, cestování a další
- **Sportovní aktivity**
turistika, nordic walking, vlastivědné vycházky
- **Kluby a skupiny**
klub osamělých žen, klub „80“, klub filatelistů, zdravotní samoobsluha, výstavy
- **Kulturní pořady**

DOBROVOLNÍCI

Seniorské dobrovolníky považujeme za srdce centra denních služeb a aktivizačních programů. Podílejí se na přímé práci ve skupinových aktivitách, pomáhají s přípravou a realizací programů Akademie seniorů i dalších našich aktivit. Působí u nás desítky dlouhodobých seniorských dobrovolníků, i těch, kteří s námi spolupracují jednorázově. Chcete se stát dobrovolníkem? Kontaktujte nás na emailu dobrovolnici@zivot90.cz nebo telefonem **222 333 545**.

KLUBOVÁ KAVÁRNIČKA „U ELIŠKY“

Nabízíme čerstvé občerstvení vlastní výroby za velmi rozumné ceny. Můžete u nás posedět u kavy, sklenky vína, punče i grugu. Zdejší prostředí je bezbariérové a nekuřácké. V naší milé kavárně můžete potkat mnoho svých vrstevníků a nových přátel.



Kavárnička „U Elišky“
Karolíny Světlé 18, Praha 1, 1. patro
Otevírací doba:
Po–Pá 8:30–16:00 hod.
Telefon: 222 333 510

SENIOR BAZAR

V obchodě Života 90 najdete oděvy, doplňky a obuv, i dekorativní předměty, CD a DVD za příznivé ceny. Senior bazar je tu nejen pro seniory ale i pro výtvarníky, divadelníky, kostyméry a pro každého, koho baví vintage styl a rád se nechá překvapit. Zboží přijímáme jako dary v nepoškozeném stavu.

Senior bazar
Karolíny Světlé 18., Praha 1, přízemí
Otevírací doba:
Po–Čt: 8:00–16:30 hod., Pá: 8:00–15:30 hod.
Telefon: 222 333 561



Příloha E – Leták divadla „U Valšů“

DIVADLO U VALŠŮ

program září / říjen 2013 zahajujeme 10. divadelní sezónu



Foto Pavel Štol

Manžel pro Opalu John Patrick a další skvělé hry

DIVADLO U VALŠŮ
Karolíny Světlé 18, Praha 1 - Dům PORTUS
Pokladna a rezervace: 222 333 555
Pokladna otevřena v pracovních dnech od 8:00 do 15:30
a hodinu před představením
www.divadlouvalsu.cz



Divadlo U Valšů
Karolíny Světlé 18, Praha 1 – Dům PORTUS
Pokladna 222 333 555, otevřena v pracovních dnech od 8.00 do 15.30 a hodinu před začátkem představení, **rezervace 222 333 512**
E-mail: divadlo@zivot90.cz, www.divadlouvalsu.cz

Prostor pro naše partnery:



Divadlo U Valšů hraje za laskavé podpory MPSV, MK ČR MČ – Praha 1 a Magistrátu HMP

Program září - říjen 2013

Po 23.9.	Legendy opery / Alfréd Hampel pořádek provází Radmila Hrdinová 16:00
Čt 26.9.	Benefice / Luba Skořečková pořádek provází Jan Lorman 15:30
Út 8.10.	Past / Robert Thomas detektivní komedie 16:00
St 9.10.	Manžel pro Opalu / John Patrick komedie 16:00
Po 14.10.	Manželské štěstí aneb hospodyně na zabití / Jiří Just komedie na současném manželském téma 15:00
St 16.10.	Deč na jednoho Yvonne Přenosilová a Jana Chládková komponovaný pořad 16:00
Čt 17.10.	Hodný pan doktor / Neil Simon povídky na motivy A.P. Čechova 16:00
Po 21.10.	Vzpomínkobraní / Hana Hnátová - Lustigová pořádek provází Jan Lorman 10:00
St 23.10.	Manžel pro Opalu / John Patrick komedie 15:00
Čt 24.10.	Legendy opery / Nadě Šormová pořádek provází Radmila Hrdinová 16:00
St 30.10.	Stará láska nerezaví / Richard Adam hostem pořadu bude Dalimil Klapka 16:00
Čt 31.10.	Past / Robert Thomas detektivní komedie 16:00

Změna programu VYHRAZENA!

Tel.: **222 333 555 a 512**
Rezervace v pokladně nebo divadlo@zivot90.cz
Informace: www.divadlouvalsu.cz

Příloha F – Obálka časopisu sdružení „Život 90“

Zveme vás v roce 2013:



ROTARY
DRAGON BOAT
CHARITY CHALLENGE



Seniorská míle







Calendar

Charitativní závod dračích lodí na Vltavě

I sobota 1. června | 11 - 18:00 hodin
I Smíchovská pláž / Hořejší nábřeží / Praha

Loď a posádka o. s. Život 90 zve všechny své fanoušky na napínavé závody a bohatý doprovodný program!

12. ročník Seniorské míle

I sobota 5. října | dopoledne
I Vystaviště Praha Holešovice

Hledáme finanční prostředky na zajištění této tradiční akce. Držte nám palce nebo pomozte.
Tel. 606 088 992 / fr@zivot90.cz

Benefiční představení pro Život 90

I úterý 1. října | 18:30 hodin
I Státní opera Praha

Slavnostní večer na podporu naší organizace spojený s představením Mozartovy opery Figarova svatba a poděkováním partnerům a dobrovolníkům.

Vánoční projížďka Prahou

I sobota 14. prosince
I Praha

Tradiční a oblíbená předvánoční akce pro osamělé či handicapované seniory



Podus
Dům aktivních seniorů

Zpravodaj o. s. Život 90

ČERVEN 2013
ROČNÍK XII. | CENA 15 Kč | VYDÁVÁ ŽIVOT 90, o. s.

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Ivana Slezáková

Obor: Andragogika

Forma studia: Kombinované

Název práce: Motivace ke vzdělávání v postproduktivním věku na příkladu občanského sdružení „Život 90“ v Praze

Rok: 2014

Počet stran textu bez příloh: 88

Celkový počet stran příloh: 6

Počet titulů českých použitých zdrojů: 24

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 1

Počet internetových zdrojů: 3

Počet ostatních zdrojů: 0

Vedoucí práce: PhDr. Iva Borská, CSc.