

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra humanitních věd



Diplomová práce

Sociální postavení seniorů ve společnosti

Alexandra Bílá

© 2016 ČZU v Praze

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Provozně ekonomická fakulta

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Alexandra Bílá

Hospodářská a kulturní studia

Název práce

Sociální postavení seniorů ve společnosti

Název anglicky

Seniors' position in society

Cíle práce

Diplomová práce je v obecné rovině zaměřena na problematiku stárnutí a stáří. Hlavním cílem práce je získat empirická fakta o vnímání seniorů dnešní společností a srovnat pohledy na seniory mladou generací, generací středního věku a samotnými seniory.

Metodika

Práce je rozdělena na dvě hlavní části – teoretická část a praktická část. Teoretická část je zaměřena na představení dané problematiky, na vysvětlení klíčových pojmů a opírá se o studium příslušné odborné literatury a dalších relevantních informačních zdrojů souvisejících s daným tématem. Vlastní výzkumná část je založena na analýze statistických údajů týkajících se dané problematiky a dále na kvalitativně orientovaném výzkumu. Šetření bude probíhat formou polostrukturovaných rozhovorů. Na základě získaných teoretických poznatků a výsledků kvalitativního šetření budou formulovány závěry diplomové práce.

Doporučený rozsah práce

60 – 80

Klíčová slova

společnost, stáří, senior, ageismus, mezigenerační vztahy

Doporučené zdroje informací

- DVOŘÁČKOVÁ, D. – HROZENSKÁ, M. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0.
- GRUSS, P. *Perspektivy stárnutí : z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-605-6.
- HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038158-2.
- KOLESÁROVÁ, K. – SAK, P. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.
- MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3.
- Mc. DONALD, A. *Social Work with Older People*. Cambridge: Polity Press, 2010. ISBN-13: 978-0-7456-3956-7.
- VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

Předběžný termín obhajoby

2015/16 LS – PEF

Vedoucí práce

RNDr. Petr Kment, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra humanitních věd

Elektronicky schváleno dne 9. 11. 2015

doc. PhDr. Michal Lošťák, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 11. 11. 2015

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 28. 03. 2016

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci "Sociální postavení seniorů ve společnosti" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu použitých zdrojů na konci práce. Jako autorka uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 29. 3. 2016

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala RNDr. Petru Kmentovi, Ph.D. za odborné vedení diplomové práce. Dále bych chtěla poděkovat všem respondentům za jejich čas a ochotu poskytnout informace, díky kterým mohla vzniknout empirická část této práce.

Sociální postavení seniorů ve společnosti

Souhrn

Diplomová práce „Sociální postavení seniorů ve společnosti“ je v obecné rovině zaměřena na problematiku stáří a stárnutí ve společnosti. Cílem práce je zjistit, jak jednotlivé generace (mladá generace, generace středního věku, senioři) vnímají seniory. V teoretické části jsou postupně vysvětlovány klíčové pojmy týkající se zkoumané problematiky. Jednotlivé kapitoly jsou zaměřeny na vývojové etapy života, demografický vývoj, stárnutí a stáří, stáří a seniory, kvalitu života seniorů, seniory a společnost, seniory a rodinu a seniory a stát. V praktické části je provedena analýza statistických údajů se zaměřením na demografické stárnutí. Pro vlastní výzkum bylo využito kvalitativní metody. V praktické části jsou analyzovány jednotlivé rozhovory se zástupci mladé generace, generace středního věku a seniorů. Analýza je rozdělena do jednotlivých tematických celků zaměřených na vnímání stárnutí, stáří a seniorů, vnímání kvality života seniorů, trávení volného času seniorů, společnost v souvislosti se stářím, média v souvislosti se stářím, mezigenerační vztahy a rodinu a důchodový systém v České republice.

Výsledky vlastního výzkumu jsou shrnuty na základě výzkumných otázek.

Klíčová slova: společnost, generace, stáří, stárnutí, senior, kvalita života, mezigenerační vztahy

Seniors' position in society

Summary

The thesis "Seniors' position in society" is focused on the social issues of age and aging in society. The aim of the thesis is to determine how generations (young generation, generation of middle-aged and seniors) perceives the seniors. The theoretical part of the thesis gradually explains the key terms that relate to the issues. Individual chapters are focused on the developmental stages of life, the demographic trends, the aging and age, the age and seniors, the quality of life of seniors, seniors and society, seniors and families and seniors and the state. In the practical part of the thesis is an analysis of statistical data with focusing on the demographic aging. Within the framework of empirical research was used qualitative method. In the practical part of the thesis the interviews with representatives of the young generation, the generation of middle-aged and seniors were analyzed. The analysis is divided into thematic units such as perceptions of aging, age and seniors, the perceptions of the quality of life of seniors, the leisure times of seniors, the society in context with old age, the media in context with old age, intergenerational relationships and family and Czech Republic's pension system.

The results of the empirical research are summarized based on research questions.

Keywords: society, generation, old age, aging, senior, quality of life, intergenerational relationships

Obsah

1 Úvod	10
2 Cíl práce a metodika	11
2.1 Cíl práce	11
2.2 Metodika	11
3 Teoretická východiska	13
3.1 Vývojové etapy života.....	13
3.2 Stárnutí a stáří	14
3.2.1 Vymezení pojmů stárnutí, stáří, senior.....	14
3.2.2 Charakteristika stárnutí a stáří.....	15
3.2.3 Demografický vývoj, demografické stárnutí.....	18
3.3 Stáří a senioři	21
3.3.1 Stáří z pohledu seniora	21
3.3.2 Příprava na stárnutí a stáří.....	21
3.3.3 Sociální změny a zátěžové situace ve stáří.....	23
3.4 Kvalita života seniorů	27
3.4.1 Vymezení pojmu kvalita života.....	27
3.4.2 Hlediska kvality života.....	28
3.4.3 Úspěšné stárnutí, zdravé stáří.....	29
3.4.4 Aktivní stárnutí.....	30
3.5 Stáří, senior a společnost.....	31
3.5.1 Postavení seniorů ve společnosti.....	31
3.5.2 Pohledy na stáří – historie	31
3.5.3 Ageismus.....	32
3.5.4 Mýty, stereotypy a předsudky o stáří	33
3.5.5 Mediální obraz stáří a seniorů	35
3.6 Stáří, senior a rodina	36
3.6.1 Mezigenerační vztahy	36
3.6.2 Role rodiny.....	37
3.7 Stáří, senior a stát	37
3.7.1 Důchodový systém v ČR.....	37
3.7.2 Starobní důchod	38
3.7.3 Zdravotní a sociální služby pro seniory	39
4 Vlastní práce.....	41
4.1 Analýza demografických ukazatelů se zaměřením na demografické stárnutí v ČR ...	41
4.1.1 Demografické stárnutí	41
4.2 Výzkumná část.....	48
4.2.1 Metodika výzkumu.....	48

4.2.2	Průběh kvalitativního výzkumu	49
4.2.3	Výzkumné otázky.....	50
4.2.4	Charakteristika respondentů.....	50
4.2.5	Interpretace a analýza získaných dat.....	55
5	Výsledky a diskuse	76
5.1	Výsledky	76
5.1.1	HVO: Jak jednotlivé generace (mladá, střední, senioři) v rámci české společnosti pohlížejí na seniory?	76
5.1.2	DVO 1: Jak jednotlivé generace vnímají pojmy stárnutí a stáří?.....	77
5.1.3	DVO 2: Jaké faktory se dle jednotlivých generací nejvíce podílejí na kvalitě života ve stáří? 77	
5.1.4	DVO 3: Jaký dle jednotlivých generací vytváří společnost obraz o seniorech? .	78
5.1.5	DVO 4: Jaké stanovisko jednotlivé generace zaujímají k výši starobního důchodu v České republice?	78
5.2	Diskuse.....	79
6	Závěr	80
7	Seznam použitých zdrojů	82
8	Přílohy.....	87

Seznam obrázků

Obrázek 1	Typy věkových struktur.....	20
Obrázek 2	Tří – pilířový důchodový systém České republiky v letech 2013-2015	38
Obrázek 3	Vývoj počtu obyvatel v ČR v letech 1989-2014	42
Obrázek 4	Věková a pohlavní stuktura obyvatel v roce 1989 a 2013	43
Obrázek 5	Vývoj indexu stáří v ČR.....	44
Obrázek 6	Vývoj průměrného věku v ČR v letech 1989-2014.....	44
Obrázek 7	Vývoj naděje dožití při narození v ČR v letech 1989-2014	45
Obrázek 8	Vývoj naděje dožití ve věku 60 roků v ČR v letech 1989-2014.....	46
Obrázek 9	Vývoj průměrné výše starobního důchodu v ČR v letech 1898-2014.....	46
Obrázek 10	Vývoj výše starobního důchodu v ČR muži/ženy v letech 1997-2014.....	47

Seznam tabulek

Tabulka 1	Změny ve stáří	18
Tabulka 2	Změny a ztráty u seniorů	23
Tabulka 3	Přehled respondentů – mladá generace.....	50
Tabulka 4	Přehled respondentů – střední generace	52
Tabulka 5	Přehled respondentů – senioři.....	54

1 Úvod

Život každého z nás od narození až do smrti prochází určitými vývojovými etapami. Jednotlivé etapy svým způsobem ovlivňují kvalitu a způsob našeho života (Gruss, 2009).

Proces stárnutí se dotýká úplně každého. I ti jedinci, kteří žijí v přesvědčení, že jich se stáří netýká, jednoho dne dojdou k té obávané hranici, která udává stáří. V současné společnosti se zejména u mladších věkových kategoriích o stáří a všem ostatním, co s ním souvisí, příliš často nemluví. V dnešní době se lidé ztotožňují s trendem soustředěným na vlastní úspěch a osobní kariéru. Dnes se společnost charakterizuje rychlým životním stylem, kdy se mladí snaží co nejlépe využít své možnosti do té doby, než přijde na řadu stáří. V současnosti je v kurzu mladiství vzhled, svěžest, výkonnost a vše ostatní, co se od tohoto odlišuje, se považuje za podřadné (Vágnerová, 2007).

Skladba lidské populace se v současnosti mění. Celosvětově je zaznamenáván zvyšující se počet starších lidí. Prodlužuje se délka života a spolu s tímto faktem se stále více jedinců dožívá vyššího věku. Ze statistických prognóz vyplývá, že 21. století má být stoletím seniorů, tedy alespoň co se týče prvních padesáti let (Klevetová, Dlabalová, 2008).

Kultura a společnost spoluvytvářejí rámec pro psychické a biologické podmínky, na základě kterých se vytváří univerzalita stárnutí a stáří v mnohotvárných způsobech. O stáří se hovoří jako o sociální konstrukci. Věk, který je určující pro odchod do důchodu, je dán na základě věku chronologického. U jedince, jenž se nachází v poslední životní etapě, postupně dochází k morfologickým a funkčním změnám organismu a také se mění psychika. Tyto změny signalizují to, že se daný jedinec mění ve stárnoucího člověka, tedy takového, který si zachovává svou krystalickou inteligenci, psychickou vyrovnanost, životní moudrost či zkušenost (Sýkorová, 2007).

Stárnutí je možné označovat jako určitou zkušenost, jenž je vymezena předmětným tělesným obsahem stárnutí organismu. Kulturní očekávání zaujímají či tvarují konkrétní podoby a role ve společnosti. Stárnutí v průběhu let prošlo velkým a viditelným vývojem (Hasmanová Marhánková, 2013).

Životní etapa stáří je stejně důležitá, jako kterákoliv jiná fáze života. I stáří si zaslouží stejnou pozornost a možnost rozvoje, jako je tomu u mládí či dospělosti. Je nezbytné, aby společnost chápala lidský život jako nepřetržitý vývoj od narození až po smrt. Soužití všech věkových kategorií dává možnost k vytvoření nového modelu osobnostního růstu (Klevetová, Dlabalová, 2008).

2 Cíl práce a metodika

2.1 Cíl práce

Diplomová práce je v obecné rovině zaměřena na problematiku stárnutí a stáří. Hlavním cílem práce je získat empirická fakta o vnímání seniorů dnešní společností, kdy výzkum bude zaměřen na mladou generaci, generaci středního věku a na samotné seniory a jednotlivé názory generací budou mezi sebou porovnány. Pro dosažení cíle je formulována hlavní výzkumná otázka:

„Jak jednotlivé generace (mladá, střední, senioři) v rámci české společnosti pohlíží na seniory?“

Od hlavní výzkumné otázky jsou dále odvozeny čtyři dílčí otázky:

DVO 1: *Jak jednotlivé generace vnímají pojmy stárnutí a stáří?*

DVO 2: *Jaké faktory se dle jednotlivých generací nejvíce podílejí na kvalitě života ve stáří?*

DVO 3: *Jaký dle jednotlivých generací vytváří společnost obraz o seniorech?*

DVO 4: *Jaké stanovisko jednotlivé generace zaujímají k výši starobního důchodu v České republice?*

Dílčím cílem práce je na základě statistických údajů analyzovat demografický vývoj České republiky se zaměřením na stárnutí populace.

2.2 Metodika

Práce je rozdělena na dvě hlavní části – teoretická část a praktická část. Teoretická část je zaměřena na představení dané problematiky, na vysvětlení klíčových pojmů a opírá se o studium příslušné odborné literatury a dalších relevantních informačních zdrojů souvisejících s daným tématem. Tato část práce je rozdělena do osmi hlavních kapitol – Vývojové etapy života, Stárnutí a stáří, Demografický vývoj, Stáří a senioři, Kvalita života seniorů, Stáří, senior a společnost, Stáří, senior a rodina, Stáří, senior a stát.

Vlastní výzkumná část je založena na analýze statistických údajů týkajících se dané problematiky a dále na kvalitativně orientovaném výzkumu. Statistická analýza bude vycházet především z dat Českého statistického úřadu (ČSÚ), kdy pozornost bude zaměřena na demografické charakteristiky týkající se demografického stárnutí. Stěžejní částí výzkumné práce bude kvalitativně orientované šetření, které bude probíhat formou

polostrukturovaných rozhovorů, kdy jednotlivé otázky budou uzpůsobeny dané generaci. Rozhovory budou probíhat podle předem připraveného scénáře, který bude obsahovat identifikační otázky, základní otázky, doplňující otázky a v případě potřeby budou použity také sondy. Na základě získaných teoretických poznatků a výsledků kvalitativního šetření budou formulovány závěry diplomové práce.

3 Teoretická východiska

3.1 Vývojové etapy života

Posloupnost neopakovatelných a nezvratných změn doprovází život každého jedince. Tyto proměny mají jednak svůj kvalitativní rozměr (ztráta zraku, sluchu, zapomínání), ale i kvantitativní rozměr (vypadávání zubů, vlasů apod.) a jsou označovány jako vývojové změny. Ty je možno podle směru svého působení dělit na:

- Evoluční – jedná se o samotný vývoj a postupné zdokonalování organismu (růst, rozvoj vztahů, získávání nových zkušeností atd.).
- Involuční – v tomto případě jde o postupné snižování fyziologických funkcí (zhoršování paměti, zraku, motoriky apod.).

Důležitým faktem ve vývoji jedince je, že jako celek probíhá v jednotlivých na sebe navazujících fázích, avšak není plynulý, ale naopak probíhá ve skocích. Zároveň se jedná o maximálně individuální proces (Bartoničková a kol., 2011). Jedná o celistvý a zároveň individuální proces, v němž je zahrnuta jednak somatická stránka osobnosti, ale i stránka psychická. Základními činiteli vývoje člověka jsou biologické, psychologické vlivy a také vlivy prostředí.

Diferenciace lidského života na období z pohledu různých autorů se může mírně odlišovat. Podle Světové zdravotnické organizace je možné členit období života jedince následovně:

- Dětský věk: 0-14 let;
- mladý věk: 15-29 let;
- dospělý věk: 30-44 let;
- střední věk: 45-59 let;
- starší věk (presenium): 60-74 let;
- starý věk (senium): 75-89 let;
- dlouhověkost: nad 90 let (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Věková skladba obyvatelstva je zejména ovlivňována porodností a plodností. Za jednu z dominantních charakteristik jsou považovány demografické procesy a změny, které jsou definovány zejména významných poklesem přirozeného přírůstku obyvatelstva, v počtu uzavřených manželství, rozvodovosti, změnami v natalitě atd. Hlavní věkové skupiny jsou rozděleny následovně: 0-17 let, 18-44 let, 45-64 let a 65 let a více. Celosvětově

je zaznamenáván trend stárnutí populace a to nejen ve vyspělých zemích. Jedním z příznaků stárnutí populace je považován nárůst procentuálního podílu staršího obyvatelstva na celkové populaci (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

3.2 Stárnutí a stáří

3.2.1 Vymezení pojmů stárnutí, stáří, senior

Proces stárnutí a stáří samotné je významným fenoménem života. Po celou dobu existence lidstvo projevuje zájem o procesy stárnutí, snaží se odhalit hlavní příčiny a oddálit tuto nevyhnutelnou součást života (Kalvach, Z., a kol., 2004).

Stárnutí je chápáno jako univerzální proces, jenž probíhá kontinuálně již od početí. Za jako skutečný projev je pak považován pokles funkcí nastávající po dosažení sexuální dospělosti (Kalvach, Z., a kol., 2004). Jedná se o proces velmi individuální, což se projevuje tím, že každý jedinec stárne různou rychlostí a samotné stáří mu přináší jiné změny. To je spojeno jednak s genetickým vybavením jedince, ale i s jeho životním stylem a prostředím, ve kterém žije (Stuart-Hamilton, 1999). Stárnutí nepřichází neočekávaně, není žádnou chorobnou změnou, ale probíhá v nezadržitelném toku vývoje jedince (Křivohlavý, 2002).

Stáří je obtížně definovatelnou závěrečnou etapou lidského života (Kalvach, Onderková, 2006). Stáří je chápáno jako vyvrcholení procesu stárnutí, je produktem společnosti a také i výpovědí o ní. Stáří je potřeba chápat s kontextem celého životního cyklu, kdy způsob života v průběhu dětství, mládí a dospělosti významně ovlivňuje kvalitu stáří. Jedná se o životní fázi člověka, jenž je ohraničena dvěma časovými body. V případě horní hranice stáří je ostré vymezení smrtí. U spodní věkové hranice není vymezení pevné, zejména z důvodu, že procesy tvořící stáří vstupují do života jedince postupně (Sak, Kolesárová, 2012). Stáří je charakteristické svou specifičností a komplexností, což znamená, že se v období stáří prolíná oblast sociální, psychosociální a fyzická (Kalvach, Onderková, 2006).

Je možné pozorovat i generační podoby stáří, přičemž každá generace je charakteristická svou vlastní podobou stáří. Míra odlišnosti generační podoby stáří je dána zejména dynamičností společnosti a doby, ve která daná generace žila. Zcela odlišné stáří je možné vidět například v případě porovnání dnešních seniorů a seniorů před sto lety. V té době byla střední délka života o třicet let nižší než dnes, ale také i životní styl byl zcela odlišný (Sak, Kolesárová, 2012).

Jednotlivé jevy a procesy, jenž jsou náplní stáří, nemají jen biologický charakter, ale také sociální, psychický a kulturní. To znamená, že problematika stáří nesouvisí pouze s tématem biologie a medicíny, ale též psychologie a sociologie. Lze tedy konstatovat, že stáří a senioři jsou předmětem multidisciplinárního a interdisciplinárního zkoumání (Sak, Kolesárová, 2012).

Z pohledu sociálního je doba stáří zpravidla definována odchodem člověka do tzv. starobního důchodu (Gruberová, 1999). Sociální stáří v životě jedince představuje významnou změnu zejména z důvodu, že dochází k vynucené a ne vždy zcela dobrovolné změně jeho sociálních rolí a statusu ve společnosti (Vágnerová, 2008).

Senior je označení pro jedince, jenž dovršuje životní fázi se specifickým společenským postavením. Člověk se jím stává tehdy, pokud překročí střední generaci. Jedná se o neodvolatelný status, do jehož vymezení lze zahrnout sociální a biologické znaky (Sak, Kolesárová, 2012). Další označení staršího jedince, které se ve společnosti vyskytují, jsou např. důchodce, penzista, stařec apod. Tato označení zní nedůstojně, kdežto slovo senior je považováno za významově neutrální a v zájmu celé společnosti by se měl tento výraz užívat (Jarošová, 2006).

3.2.2 Charakteristika stárnutí a stáří

V obecné rovině jsou vnímány dva rozdílné pohledy na stárnutí a stáří. V prvním případě je stáří vnímáno jako období úpadku, postupného zhoršování psychických a tělesných funkcí jedince. Ve druhém případě je stáří bráno jako období aktivity, životní moudrosti, vyrovnanosti, klidu a radosti (Matýsková, 2004).

Toto období je všeobecně bráno a chápáno negativně a s obavami. Očekávány jsou problémy jako například omezení v důsledku ztráty soběstačnosti, snížení mentálních funkcí, ztráta možnosti seberealizace apod. To může vést ke strachu z ponížení, ze ztráty lidské důstojnosti, ztráty respektu atd. Není však automatické, že při fyziologickém průběhu stárnutí a stáří vždy k těmto problémům dochází. Vše je závislé na konkrétním průběhu stárnutí. Existuje i mnoho lidí, jenž stárnutí a stáří považují na jedno z nejkrásnějších období lidského života. Chápu ho jako období klidu a zaslouženého odpočinku, kdy nalézají čas na činnosti, pro které dříve například z časových důvodů nebyl prostor (Malíková, 2011). Stárnutí lze rozlišovat na dva typy:

- Fyziologické stárnutí – přirozené, je normální součástí života jedince, jedná se o zákonitou epochu vývoje jedince od oplození až po zánik.
- Patologické stárnutí – projevy mohou být různými způsoby – předčasným stárnutím, nepoměrem mezi kalendářním a funkčním věkem; projevem je mimo jiné například snížená soběstačnost (Vokurka, Hugo, 1998).

Proces stárnutí se charakterizuje strukturálními a funkčními změnami organismu, dále pak poklesem schopností a výkonnosti daného jedince. Každý jedinec stárne sám od sebe, a zda se mu jeho stáří vydaří či nikoliv, již závisí na každém jedinci individuálně. Zestárnout tím správným způsobem není vůbec jednoduché, a proto je vyžadován trénink. Jsou určitá pravidla, která představují umění stárnout, a jenž platí pro každého (Grün, 2009).

Definice staršího člověka bývá dosti variabilní, zejména co se týče z hlediska intraindividuální variability, kam lze zahrnout pokles výkonnosti v jedné oblasti a zároveň nárůst schopností v oblasti jiné. Dále také v oblasti interindividuálních rozdílů, kam se řadí rozdíly mezi zástupci stejné věkové skupiny ovlivněné jejich aktuálním zdravotním stavem. Nesmí se opomenout ani společenský aspekt, který má svůj podstatný význam. Do této kategorie spadá zejména to, kdy je člověk považován za starého, pokud je takto označován a vnímán svým okolím (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Z pohledu geriatrů¹ je spodní věková hranice určena 65. rokem věku člověka. Zájem z oblasti medicínských specialistů se orientuje na procesy organismu, na biologické a funkční změny seniora. Každá společnost má zastoupení občanů různé věkové skupiny a je možné jejich dělení dle mnohých určujících faktorů. Pro představu je uvedeno následné dělení:

- Věk chronologický – může se uvádět i věk kalendářní, je totožný se skutečně prožitým časem, není přihlíženo na stav organismu jedince.
- Věk biologický – je výsledkem geneticky řízeného programu, působení vnějšího prostředí, způsobu života jedince a také výskytu chorob či úrazů.
- Věk funkční – je určený souhrnem biologických, psychologických a sociálních charakteristik a je totožný s funkčním potencionálem člověka.
- Věk psychologický – je odrazem funkčních změn během stárnutí, individuálních osobnostních rysů a subjektivního věku.

¹ Geriatrie je řazena mezi lékařské disciplíny. Hlavní oborem jsou medicínské aspekty stáří a stárnutí. Svou pozornost věnuje zejména nemocím, jejich etiologii a patogenezi (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

- Věk sociální – do určité míry je závislý na důchodovém věku a zahrnuje přítomnost, resp. nepřítomnost životního programu (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Konečná etapa procesu stárnutí se nazývá stáří. Stáří jako samostatnou vývojovou etapu života jedince je možné rozdělit na tři podobdobí. Nejprve se jedná o počáteční stáří (od 60-65 let věku), dále je to pokročilé stáří (do 75 let věku) a poslední etapou je vrcholné stáří (od 75 let věku). Toto období se také někdy označuje jako dlouhověkost (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Obecně lze říci, že kvalita života jedince ve stáří je závislá na každém z nich. Například podobu stáří významným způsobem ovlivňuje samotný přístup a postoj jedince k vlastnímu stáří. Proces stárnutí je do značné míry ovlivnitelný a nemusí být brán pouze jako období ztrát, smutku nebo úbytku sil. I tato životní etapa může být plna radosti a optimismu (Ondrušová, 2011).

Teorie stárnutí

Je známo nespočet teorií o stárnutí. Stárnutí lze charakterizovat jako specifický biologický proces. Ten je charakteristický tím, že je dlouhodobě nakódovaný, nezvratný, neopakuje se. Je různý svou povahou, zanechává trvalé stopy a jeho rozvoj se řídí druhově specifickým časovým zákonem. Mimo to také podléhá působení formálních vlivů prostředí. Proces stárnutí je provázen morfologickými a funkčními změnami (tab. 1). Tyto změny je možno porovnat a rozdělit následovně:

- Primární stárnutí = tělesné změny stárnoucího organismu,
- sekundární stárnutí = změny, jenž se v průběhu stáří objevují častěji, avšak nejsou jeho nutným průvodním znakem,
- terciální stárnutí = prudký a velmi nápadný tělesný úpadek, který bezprostředně předchází smrti.

Tabulka 1 Změny ve stáří

Typ změny	Projevy změny
Tělesné změny	změny vzhledu, úbytek svalové hmoty, změny termoregulace, změny činnosti smyslů, degenerativní změny smyslů, kardiopulmonální změny, změny v trávicím systému, změny vylučování moči, změny sexuální aktivity
Psychické změny	zhoršení paměti, problematičtější osvojování si nového, nedůvěřivost, snížená sebedůvěra, sugestibilita, emoční labilita, změny vnímání, zhoršení úsudku
Sociální změny	odchod do důchodu, změna životního stylu, stěhování, ztráta blízkých lidí, osamělost, finanční problémy

Zdroj: Hrozenková, Dvořáčková, 2013

3.2.3 Demografický vývoj, demografické stárnutí

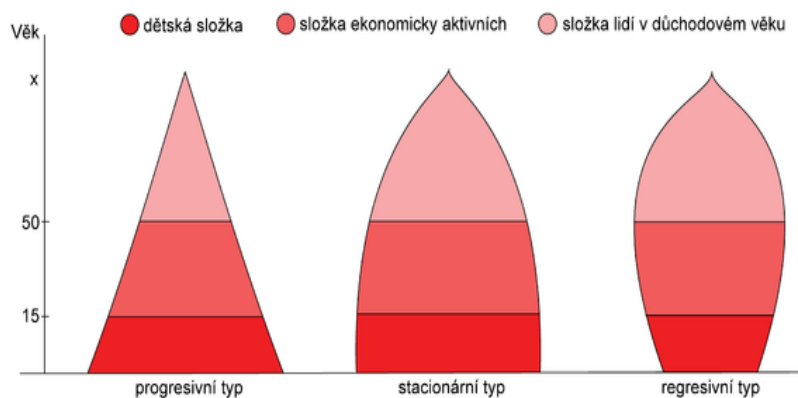
Demografie je vědní disciplínou, která se zaměřuje na demografické zkoumání stavu obyvatelstva (demografická statistika) a na demografické zkoumání pohybu obyvatelstva (demografická dynamika). V průběhu zkoumání jsou sledovány vždy kvantitativní i kvalitativní znaky populace (Roubíček, 1997). S demografií pak souvisejí pojmy jako generace, obyvatelstvo a populace. Generací lze chápat určitou skupinu osob s totožným kalendářním rokem narození. Tímto termínem je možné označit také skupinu jedinců, kteří se narodili ve stejném věkovém rozmezí. Obyvatelstvem se rozumí soubor jedinců, jenž žijí na území určitého státu, kraje, okresu, města nebo obce. V rámci demografické statistiky je obyvatelstvo chápáno jako jedinci s trvalým pobytem na daném území. Pojem populace pak označuje soubor osob, mezi kterými probíhá proces reprodukce (Löster a kol., 2009).

Populace je dle stupnice OSN považována za starou tehdy, jestliže podíl osob ve věku nad 65 let dosahuje 7 % a více. V dnešní době se demografický trend vyznačuje klesající porodností, snižováním úmrtnosti, zvyšováním střední délky života a nárůstem počtu velmi starých lidí nad 80 let věku, ale také nárůstem indexu feminity. Téměř celá Evropa je charakteristická klesající porodností. Tento fakt má svůj významný podíl na stárnutí společnosti. Daný fenomén má svou příčinu i v ekonomice zejména proto, že ekonomika ovlivňuje populaci a zároveň populace také významně ovlivňuje ekonomiku (Hrozenková, Dvořáčková, 2013).

Ze sociologicko-ekonomického pohledu je jednou z příčin stárnutí populace a snižování porodnosti nedostatečné naplnění pojistných fondů a současně i zvýšené požadavky na výplaty důchodů. V dnešní době nastává také problém na trhu práce, kdy se velmi těžko prosazují jedinci v předdůchodovém věku. Vyspělé země jsou charakteristické vyšším důchodovým věkem a to 65 let. Tím je zapříčiněno, že velký podíl starších osob je pracovně aktivních. Podílejí se tak na formování kvality vlastní životní úrovně a také na tvorbě zdrojů pro důchodové zabezpečení (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Z pohledu demografie je stárnutí proces, kdy se v jeho průběhu mění věková struktura obyvatelstva a zároveň dochází ke zvyšování podílu osob starších 60 či 65 let a současně klesá podíl osob mladších 15 let. V rámci demografie se rozeznává stárnutí absolutní a relativní. V případě absolutního stárnutí dochází ke zvyšování počtu starých lidí v populaci. U relativního stárnutí se zvyšuje podíl starých lidí v populaci a zároveň dochází k poklesu podílu mladých lidí a je charakteristická nízká porodnost (Kavlach, Onderková, 2006).

Konkrétně v případě české populace se očekává, že i nadále bude docházet ke zvyšování podílu starších osob. Co se týče věkové struktury české společnosti, nejedná se pouze o náhodnou či biologickou záležitost. Závislé je to také na sociálních procesech. V případě zastoupení jednotlivých věkových skupin a generací je Česká republika charakteristická dosti nepravidelnou věkovou strukturou, kdy je patrné časté střídání populačně silných a slabých generací. V tomto případě se jedná o věkovou strukturu regresivního typu (obr. 1), která je stejně tak typická i pro velkou část evropských zemí. Regresivní věková struktura, jenž je charakterizována stárnutím populace, je zapříčiněna nízkou úrovní plodnosti, zlepšením úmrtnostních poměrů a snižováním podílu dětí a mládeže. Vliv na utvoření této struktury měly zejména dvě světové války, hospodářská krize a také změna společenského uspořádání po roce 1989 (Sak, Kolesárová, 2012).



Obrázek 1 Typy věkových struktur

(https://cs.wikipedia.org/wiki/V%C4%9Bkov%C3%A1_pyramida)

Dle vývoje naděje dožití je patrný dlouhodobý trend postupného prodlužování délky života. V průběhu posledních padesáti let se naděje dožití v Evropské unii prodloužila přibližně o deset let. V posledním století se tento vývoj délky života dá označit za dramatický (Sak, Kolesárová, 2012).

Stárnutí společnosti je chápáno jako jeden z významných trendů současnosti, kdy v rámci celosvětového měřítka se stává problémem 21. století (Kalvach, Onderková, 2006). Ve spojitosti s procesem stárnutí a stárí se v poslední době začal výrazně objevovat pojem demografické stárnutí (Vidovičová, 2013). Tento pojem označuje celkové stárnutí populace, které se charakterizuje nízkou porodností a současně narůstající dobou dožití (Dvořáčková, 2012). K demografickému stárnutí a s tím spojenému zvyšujícímu se počtu seniorů ve společnosti je vázáno řada ekonomických, politických a sociálních problémů. Z pohledu ekonomického se tento trend zvyšujícího se počtu seniorů ve společnosti podílí na stále vyšším nepoměru v počtu ekonomicky aktivního a neaktivního obyvatelstva, kdy jsou senioři ekonomy vnímáni jako přítěž. Řešením bývá například zvyšování věku pro odchod do důchodu. Avšak dopady, jenž jsou spojeny se stárnutím společnosti, se projevují či budou projevovat i v jiných oblastech a to například ve financování zdravotnictví či poskytování sociálních služeb (Vohralíková, Rabušic, 2004).

Dalším pojmem objevujícím se v souvislosti se stárnutím populace je demografická panika. Ta vyjadřuje skutečnost, že demografické stárnutí populace veřejnost nesprávně vnímá jako celospolečenskou hrozbu. Jedná se tedy označení strachu ze zvyšujícího se podílu starších občanů ve společnosti. Demografická panika je hojně podporována

ze strany médií, kdy v častých případech bývají podávány zkreslené informace. Tímto média prohlubují nesnášenlivý postoj společnosti vůči starým občanům. Dále také prostřednictvím médií dochází k přetváření sociální reality, což lze považovat za živnou půdu pro vznik a šíření demografické paniky (Vidovičová, 2008).

3.3 Stáří a senioři

3.3.1 Stáří z pohledu seniora

Dle Vágnerové (2007) proces vedoucí k vytvoření optimálního postoje k vlastnímu stáří spojuje schopnost racionálně zhodnotit a emočně se vyrovnat s nepříznivými změnami, dále pak aktivně přistupovat k řešení určitých problémů a hledat různé možnosti, jak vynahrazovat úbytek různých funkcí v období stáří.

Samotný postoj jedince ke svému stárnutí a stáří je zcela individuální a velmi proměnlivý v průběhu času. Jsou tací, jenž stáří přijímají statečně a pozitivně, mají radost z poklidného života v důchodu, těší se ze své zralosti a vyrovnanosti. Na druhé straně jsou i jedinci, kteří trpí pocitem méněcennosti, nadbytečnosti, neschopnosti. To, že každý člověk své stáří vnímá odlišně, je dáno zejména různými životními podmínkami, příležitostmi a zkušenostmi, rozdílnými osobními rysy, hodnotami apod. (Vágnerová, 2007).

Jako významné kritérium stáří vnímají senioři svůj zdravotní stav a také svou fyzickou soběstačnost. Právě zmiňovaná fyzická soběstačnost je pro velkou část seniorské populace realitou, ze které mají obavy. Tento strach, že budou závislí na někom jiném, se projevuje pocity nepotřebnosti a bezmoci a současně s tímto je patrná i obava ze samoty a smrti. Časté jsou pak případy, kdy staří lidé se stáhnou do ústraní, přeruší kontakty s okolím, objevují se pocity deprese a lhostejnosti. Vše zmiňované může vést v závěru až k úplné sociální izolaci (Jarošová, 2006).

3.3.2 Příprava na stárnutí a stáří

Staří je považováno za významný milník v životě člověka. Je tedy nezbytné, aby byl na tuto životní změnu jedinec připraven a byl schopen přijmout ji. Schopnost adaptovat se závisí na několika faktorech, jako jsou věk, osobnost jedince, jeho myšlení, aktivity, zájmy apod. Je definováno několik typických způsobů, jak se samotní senioři vyrovnávají s faktem, že stáří vstoupilo do jejich života. Mezi tyto způsoby patří:

- Konstruktivní způsob, jenž je charakteristický pozitivním náhledem do budoucna, týká se seniorů, kteří mají zájem o okolní společenské dění, snaží se vést aktivní život.
- Obranný postoj, který je typický u jedinců, jenž jsou ve vedoucích pozicích a mají problém smířit se s nadcházející životní změnou.
- Závislost se týká především lidí, kteří již v minulosti byli pasivní a závislí na ostatních.
- Nepřátelský postoj se objevuje u těch starších osob, mající sklon ke svalování viny na druhé.
- Sebenenávist projevují ti, kteří mají pocit samoty (Mlýnková, 2011).

V případě praktické přípravy na stáří se rozlišuje příprava dlouhodobá, střednědobá a krátkodobá. Dlouhodobá příprava na stáří v sobě skrývá výchovu již od raného věku, kdy důležitou roli hraje vedení dětí a mládeže k úctě vůči starším spoluobčanům. U střednědobé přípravy se jedná zejména o období zhruba deseti let před nástupem do důchodu. V této době by se měl člověk začít smířovat, že přijde den, kdy opustí své zaměstnání a stane se důchodcem. Měl by postupně začít přemýšlet nad tím, jakou cestou se vydá, jaký bude jeho nový program a smysl života. V krátkodobé přípravě na stáří jsou shrnuty zejména praktické věci běžného života jedince. Člověk by měl zapřemýšlet nad tvorbou určité finanční rezervy, úpravou bytu či stěhováním se blíže ke své rodině, dostupností zdravotní péče atd. (Haškovcová, 2010).

Proces stárnutí je charakteristický změnou postoje jedince vůči sobě samému i k jeho jednání. Do pozadí se dostávají takové vlastnosti jako například fyzická atraktivita, zdatnost, dobrý zdravotní stav, samostatnost a stárnoucí jedinci začínají postupně uvažovat odlišným způsobem, mění své myšlení, dávají důraz jiným vlastnostem, rolím či vztahům než tomu bylo v minulosti. Postoj seniorů ke svému stáří je rozdílný i v rámci pohlaví. Pro stárnoucího muže je spíše typická menší závislost na vnějších sociálních faktorech. Jako první podstatný milník je pro ně až odchod do penze, se kterým je spojena i změna jeho postavení ve společnosti. Muž se může cítit jako nejistý a ohrožený, což je zapříčiněno zejména tím, že svou identitu řeší individuálně a spíše vnitřně. V případě starší ženy je tento postoj poněkud odlišný. Ta v procesu stárnutí prochází výraznějšími biologickými i sociálními změnami. Po dovršení určitého věku končí její plodnost a i nároky rodiny se postupně snižují. To ve svém závěru přináší více volného času, větší svobodu, postupně narůstá jejich

dominance a nezávislost. Avšak i přesto se od nich očekává, že i ve vyšším věku budou udržovat rodinné vztahy a podporovat mezigenerační solidaritu (Vágnerová, 2007).

3.3.3 Sociální změny a zátěžové situace ve stáří

Stáří se bere jako pokračování dospělého věku. Každý jedinec se v průběhu svého života setkává s různými zvraty, životními změnami, musí se vyrovnávat s různými ztrátami (tab. 2). A právě tím, že člověk někoho ztrácí, opouští, odmítá, tím se vyvíjí a roste. Není pravdou, že tyto ztráty a životní zvraty jsou specifické pouze pro období stárnutí a stáří. V průběhu celého života získává určitou zkušenost se ztrátou, zvraty. Ale právě v průběhu stáří je typické, že se všechny tyto zátěžové situace nahromadí a tím se staří jedinci stávají slabšími a zranitelnějšími (Pichaud, Thareauová, 1998). Pro představu je uvedeno několik nejvýznamnějších zátěžových situací ve stáří.

Tabulka 2 Změny a ztráty u seniorů

Změny	Ztráty
Pracovní role	Ztráta pracovního kolektivu a navyklých pracovních činností
Role otec/matka – prázdné hnízdo	Odchod dospělých dětí
Společenská role – odchod do důchodu	Sociální izolace
Rozvod – nemoc – smrt partnera	Osamělost/samota
Bydlení – odchod do nemocnice, do domova pro seniory	Soukromí, vlastní domov
Snížení fyzických sil	Neschopnost sebepečce – závislost na druhých
Změna fyzického vzhledu	Ochota něco nového si koupit, zkrášlit své tělo, jít do společnosti
Smyslové funkce	Okamžitá orientace a jednání

Zdroj: Klevetová, Dlabalová, 2008

Odchod do důchodu

Odchod do důchodu je významným momentem, je považován za hlavní událost v životě člověka, jedná se o přechod či zlom, jenž odděluje konec jednoho období a začátek období dalšího (Pichaud, Thareauová, 1998). Signalizuje přechod ze středního věku do stáří, čímž se uzavírá velmi dlouhá fáze v lidském životě, která byla spojena s profesní činností. Jedná se o symbolický odchod jedince ze společnosti, kde již naplnil svůj vyměřený úkol. Následuje úplně nová životní situace, kdy člověk mění a přehodnocuje své životní role, hodnoty a postoje (Vágnerová, 2007).

Pojmem důchod se rozumí opuštění zaměstnání, ztráta profese, která určitým způsobem definovala ekonomicky aktivní jedince. Společně s odchodem do důchodu se mění i jejich identita a je nezbytné, aby se s tímto faktem a novou realitou dokázal každý vyrovnat a přijmout ji (Pichaud, Thareauová, 1998).

Odchodem do starobního důchodu dojde k narušení zažitého životního rytmu. Někteří mívají problém s tím, že nejsou schopni si najít novou a vhodnou náplň svých dní. Ztráta této sociální role může mít za následek ztrátu místa ve společnosti, pocity prázdnoty či zbytečnosti. Pro některé seniory je tato životní událost velmi stresující, těžko se s ní smířují a následně může docházet k jejich izolaci, zdravotním problémům, neschopnosti plnohodnotně využívat čas. Na druhé straně jsou samozřejmě i tací, kteří se na důchod vyloženě těší a jasně plánují, jak v penzi budou využívat svůj čas (Vágnerová, 2007).

Samotná adaptace na odchod do penze je ovlivněna různými faktory, jako jsou například zdravotní stav, finanční situace, stupeň soběstačnosti, sociální zázemí a jeho úroveň, zda byl odchod dobrovolný a ve standardní době apod. Další významnou roli zde hraje i pohlaví. Obecně ženy svůj odchod do důchodu snášejí lépe, odcházejí s větším uspokojením a častěji dobrovolně než muži. Ti společně se ztrátou profese navíc ztrácí také sociální atraktivitu (Vágnerová, 2007).

Nedílnou součástí penzionování jsou i změny v ekonomickém zajištění seniorů. V případě, kdy jedinec dosáhne zákonem stanovené věkové hranice, ztrácí své místo na finančním trhu. Tím, že dojde ke ztrátě placeného zaměstnání, dochází k závislosti na systému sociálního zabezpečení. Touto závislostí dochází i k významnému snižování statusu seniorů. Vědomí, že po opuštění zaměstnání dojde k finančnímu poklesu, způsobuje zvyšování zájmu jedinců o vytváření úspor a to již v předdůchodovém období (Sýkorová, 2007).

Odchod dětí z domova, narození vnoučat

Další, zcela jinou událostí, jenž poznamená rodinný život a zejména život rodičů, je odchod dětí z domova. Problém je spatřován zejména v tom, že se manželé najednou ocitají samotní jeden s druhým. Je nezbytné nacházet nový styl manželského života bez dětí, najít novou rovnováhu. Touto změnou může jednak dojít ke sblížení životních partnerů a upevnění vztahů, ale na druhé straně je tu i riziko, že dojde k vyprovokování nebo zhoršení již existujících či skrytých konfliktů nebo dojde ve vztahu k usazení prázdnoty (Pichaud, Thareauová, 1998).

V dnešní době došlo k určité změně oproti předchozím generacím, mladí lidé začínají svůj odchod z domova a následně své rodičovství stále více odkládat, znatelně déle setrvávají doma u svých rodičů. Dříve byla mladá generace charakteristická opouštěním domova většinou ihned po dokončení školy, následovala svatba a děti (Vágnerová, 2007).

A právě s příchodem vnoučat někteří jedinci začnou mít pocit užitečnosti, a že jsou pro své děti opět potřebnými. Ztráta rodičovské role je tak nahrazena rolí prarodičů. Standardní odchod dětí z domova není považován za tolik traumatizující životní událost, zvláště pak, pokud následuje narození vnoučat (Pichaud, Thareauová, 1998).

Partnerský život, ztráta životního partnera

Jak uvádí Vágnerová (2007) ztráta celoživotního partnera bývá pro starší občany téměř nenahraditelná a jsou jí ovlivňovány veškeré složky jejich života. I vzhledem k faktu, že smrt se ve stáří bere jako přirozený a zcela očekávaný konec života, jedná se o tak významnou ztrátu, že se jen obtížně na ní dokáží lidé připravit.

Smrt životního partnera je nepochybně brána jako jedna z nejtěžších událostí v životě jedince, se kterou se musí vyrovnat. S úmrtím životního partnera je spojena i řada dalších ztrát jako například pocit bezpečí, radost a přítomnost partnera jako opory (Pichaud, Thareauová, 1998). Stres, jenž je součástí ztráty partnera, roste přímo úměrně s věkem. Jedinci ve vyšším věku přijímají partnerovu smrt podstatně hůře, jsou známy i případy, kdy dotyčný si přeje zemřít také a následovat tím svého blízkého (Vágnerová, 2007).

Zvládnout zátěž, která je spojena s ovdověním, je velmi náročný proces. Dotčení jedinci obvykle již náhradu za partnera nehledají, spíše se soustředí na jiné způsoby, jak se s onou ztrátou vyrovnat. Častou možností pak bývá hledání určité aktivity nebo nějakého jiného sociálního kontaktu, jako třeba s dětmi či vnoučaty (Vágnerová, 2007).

Změna bydlení, institucionalizace

Sociální a zdravotní péče o seniory si klade za hlavní cíl udržet co nejdéle stárnoucího jedince v jeho původním, domácím prostředí. V období, kdy u seniora dochází k postupnému zhoršování jeho zdravotního stavu, zužování sociálních kontaktů a roste jeho závislost na pomoci druhých, má domácí prostředí a pravidelný kontakt s nejbližšími nenahraditelnou úlohu (Hegyí, Krajčík, 2006). Avšak může nastat situace, kdy pro jednoho obyvatele začne být vlastní dům příliš velký a prázdný, kdy se pocit samoty stále více stupňuje nebo již vše nezvládají samostatně jako dřív. Změna bydliště či nástup do zařízení sociální péče je vážnou událostí (Pichaud, Thareauová, 1998).

Domov pro seniory by měl stárnoucími občanům poskytnout nový a bezpečný domov, důstojné bydlení a potřebnou zdravotní péči a v neposlední řadě i prevenci fyzického a duševního patologického chátrání (Rheinwaldová, 1999). Takovéto umístění starého člověka do instituce znamená velmi zásadní změnu v jeho životním stylu. Proces adaptace je v tomto případě dost individuální, u každého jedince různě dlouhý, navíc ne vždy k úplné adaptaci dojde (Hartl, Hartlová, 2010).

Změna zdravotního stavu

Dobrý zdravotní stav je pro každého jedince velmi podstatný. Díky němu může být člověk samostatný, umožňuje mu potřebnou seberealizaci, přispívá k udržování radosti ze života. Zejména u starších osob to znamená možnost vést aktivní životní styl, věnovat se svým koníčkům, zálibám, udržovat osobní kontakty s okolím, což v konečném důsledku kladně přispívá ke kvalitě života. Stáří není bráno jako chorobný stav, ale pravdou je, že v jeho průběhu je zaznamenáváno zvyšování nemocnosti. Pro starý organismus je charakteristická jeho menší přizpůsobivost na měnící se podmínky, postupně dochází ke ztrátě schopnosti adaptace. Se zvyšujícím se věkem dochází i ke změně spektra nemocnosti. Dochází k nárůstu degenerativních chorob, kardiovaskulárních chorob. Charakteristický bývá sklon ke komplikacím a chronicitě (Topinková, 2005).

Zhoršování zdravotního stavu a s tím související ubývání tělesných a psychických kompetencí se řadí mezi typické projevy stáří. Jako významný ukazatel zhoršování zdraví u starších jedinců je zasažení různých funkcí, jenž snižuje jejich soběstačnost. Vše se samozřejmě odráží i na psychickém stavu seniora, u kterého se mohou začít projevovat pocity nejistoty a obavy z budoucnosti (Vágnerová, 2010).

3.4 Kvalita života seniorů

3.4.1 Vymezení pojmu kvalita života

Každý lidský život se odehrává v určitém kulturně-historickém prostoru ve společenských podmínkách. V případě, že je řeč o kvalitě života, je podstatná zejména hodnota života. Ta je mezinárodně chráněna právem na život jako jedním ze základních lidských práv. Hodnota života je dána životem samým. Co se týče kvality života, zde je zahrnuto naplnění této hodnoty na úrovni alespoň humánního optima. Mimo to je také závislá na společenských podmínkách tohoto naplnění (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Není možno pojem kvality života vymezit jednoznačně. Je to z důvodu, že kvalita života a její úroveň je přísně individuální. Plně závisí na daném jedinci s přihlédnutím k jeho aktuálnímu zdravotnímu stavu, postojům, cílům atd. (Křivohlavý, 2004).

V průběhu 20. století se objevilo několik způsobů měření kvality života. Vždy se zaměřovalo na analýzy ekonomických podmínek společenského blaha. Bohužel se tato zjištění ukázala jako neadekvátní zrcadlení kvality života. Od 60. let se využívá statistik, jenž zaznamenávají sociální indikátory. Tyto sociální indikátory se seskupují na základě kategorií, které se nazývají životní domény. Sociální indikátory lze definovat jako sociální faktory, jenž usměrňují chování jedince. Dále je lze také definovat jako statistiky či jiné formy evidence, díky kterým je možné vyhodnotit, kde jedinec je a kam směřuje s ohledem na jeho životní hodnoty a cíle. Také umožňují vyhodnotit specifické programy a určit jejich vlivy (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Pro přijatelné pochopení kvality života je vyžadována konkretizace v rámci stanovení ukazatelů a faktů. Ukazatele kvality života jsou obecně vnímány jako kombinace ekonomických, politických a kulturních faktorů. Světová zdravotnická organizace (WHO) uvádí jako základní indikátory kvality života tyto:

- Fyzické zdraví – vliv na energii, unavenost jedince, na bolest či spánek atd.
- Psychické zdraví – vyjádření image, pozitivních/negativních citů, způsobu myšlení, sebehodnocení apod.
- Úroveň nezávislosti – zahrnuje pohyb, jednotlivé denní aktivity, pracovní kapacitu nebo například závislost na lécích.
- Sociální vztahy – jedná se o osobní vztahy, sociální oporu a také sexuální aktivitu.

- Prostředí – zde je zahrnuto přístup k finančním zdrojům, dále pak svoboda, bezpečí, zdravé prostředí, domov, cestování atd.
- Spiritualita – jde o osobní víru a přesvědčení (Kováč, 2003).

Kvalitu života jako takovou je potřebné hodnotit z pohledu různých vazeb, jenž lze porovnat s hierarchií potřeb člověka. Sem spadají základní schopnosti a faktory, kterými jsou například: soběstačnost, rozhodovací schopnost, určitý finanční standard, pocit štěstí, užitečnosti a jiné. Zároveň má kvalita života rozměr biologický, neurofyziologický, psychologický, sociální, etický, estetický, ekonomický. V závěru lze konstatovat, že jednoznačné definování kvality života, je velmi náročné a zdlouhavé (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

Kvalita života a její význam zkoumání neustále roste. Je to dáno zejména tím, že v současnosti prezentuje jedno z „moderních“ výzkumných kritérií. Díky ní je umožněna dlouhodobá možnost sledovat, analyzovat a v závěru i hodnotit celkovou životní úroveň jedinců. Významným faktem je i to, že umožňuje nalézat a následně i identifikovat problémové faktory, kdy je poté možné s nimi pracovat, případně je z části či zcela eliminovat (McDonald, 2010).

3.4.2 Hlediska kvality života

V případě hledisek kvality života se jedná o jakýsi komplexní subjekt, jenž je tvořen a ovlivňován rozmanitými faktory. Ty jsou vždy zcela závislé na aktuální situaci daného jedince. Zároveň úzce souvisejí s životními cíli, hodnotami, hodnotovým systémem, dále také s motivací a očekáváním jednotlivce. V opačném případě mají úzký vztah s jeho obavami či strachem z budoucnosti apod. (Křivohlavý, 2004).

Z psychologického pohledu lze spojovat kvalitu života s osobní pohodou, tzv. well-being, jenž vyobrazuje spojitost s individuálním pojetím vlastní kvality života (Křivohlavý, 2002). Což znamená, že jde o sebehodnocení kvality života daného jedince jako celku.

Ze sociologického hlediska je možnost brát kvalitu života jako určitý kvalitativní parametr, jenž se týká komplexně celého života, životního stylu jedince a současně i životních podmínek v dané společnosti, jako jsou ekonomické aspekty, sociální aspekty, důchodový a sociální systém atd. (Dvořáčková, 2012).

3.4.3 Úspěšné stárnutí, zdravé stáří

Jak již bylo zmiňováno, stárnutí je zákonitý proces a je nutné ho respektovat. Každý by si přál prožívat radostné a spokojené stáří a proto byl velmi vítán koncept úspěšného stárnutí a zdravého stáří. Ten se začal rozvíjet koncem minulého století. Prvotně byl definován jako obrana proti očekávané expanzi nemocnosti u starších a starých lidí. Celý koncept má svůj základ v přesvědčení, že je v současné době možné lidský život zkvalitňovat, je zde možnost oddálení řady nemocí (Haškovcová, 2010).

Mladí senioři jsou reprezentanti tzv. třetího věku. V dnešní době se jim nabízí nespočet možností, jak mohou přizpůsobit své aktivity a činnosti aktuálnímu fyzickému a psychickému stavu. Záleží tedy na každém jedinci individuálně, v jaké míře bude aktivní a zda vůbec. Pokud se vezme v potaz ubývající čas seniora, měl by každý důkladně zvážit, čemu se i nadále bude věnovat a co ponechá stranou. Platí však zde pravidlo, že každý jedinec by měl pro někoho či pro něco žít (Haškovcová, 2010).

Až na malé výjimky senioři očekávají od svého okolí, že jim všichni budou rozumět nebo alespoň budou mít snahu jim porozumět. Na druhou stranu už tak moc nedbají na to, aby i oni sami rozuměli a porozuměli. K vzájemnému nepochopení si jednoznačně také přispívá i odlišný názor věkově strukturovaného společenství na řadu věcí. Je tudíž nezbytností vyvíjet snahu a zapracovat na mezigeneračním porozumění (Haškovcová, 2010).

Potěšení také spadá mezi předpoklady spokojenosti ve stáří. Zdroje potěšení jsou ve velké míře individuální, tudíž by si je měl každý jedinec bedlivě chránit. Každému přináší potěšení něco jiného - setkávání se s přáteli, zahrádkaření, čas strávený svými koníčky atd. Z odborného pohledu je nezbytné dodat, že zdrojem potěšení a radosti je realita žitých maličkostí (Haškovcová, 2010).

Projekt úspěšného stárnutí je promítán do oboru geriatrie. Jedná se o lékařský obor, který se zaměřuje na zvláštnosti chorob v období stáří. Někteří lidé jsou od přírody aktivní a ani s přibývajícím věkem nemají problém vést i nadále aktivní život. V naší společnosti jsou však i jedinci, kterým je potřeba v tomto ohledu pomoci. Dokument Stárnout zdravě v Evropě uvádí, co je v tomto případě potřeba udělat. Je nutné řešit individuální potřeby seniorů v komunitách při respektování specifických regionálních možností, dále zapojit seniory do osvěty zdravého způsobu života mezi svými vrstevníky, také spolupracovat

v otázkách zdraví vzájemnou kooperací v rámci odpovědných složek. Spolupráce se rozumí jednak na národní, ale také i nadnárodní úrovni (Haškovcová, 2010).

Lze shrnout, že v rámci konceptu úspěšného stárnutí je hlavní pozornost zaměřena na zlepšení zdravotního a funkčního stavu stárnoucí populace a soustředění se na maximální prevenci vzniku jejich závislostí (Kalvach a kol., 2004).

3.4.4 Aktivní stárnutí

Světová zdravotnická organizace (WHO) koncem 90. let přijala pojem aktivní stárnutí. Pod tímto pojmem se neskrývá pouze zdraví a péče o něj, ale vychází ze zásad Organizace spojených národů (OSN), jenž jsou shrnuty jako účast na společenském životě, nezávislost, seberealizace či důstojnost. Aktivní stárnutí dále v sobě zahrnuje i respektování práva starších občanů na rovné příležitosti, zodpovědnost a účast při veřejném rozhodování, ale i dalších stránkách společenského života. Aktivní stárnutí zároveň připouští, že starší jedinci jsou různí a se zvyšujícím se věkem jejich rozmanitost stoupá. Zejména z tohoto důvodu je tedy nezbytné vytvořit takové prostředí, jenž umožní starším osobám co nejsamostatnější život (Dvořáčková, 2012).

To, že jedinec zestárne, odejde do důchodu a začne jeho nová životní etapa, není samozřejmě důvodem k tomu, aby se současně s tím vzdali i aktivit, kterým se dříve věnovali. Důležité je, aby i lidé v pokročilejším věku dokázali naleznout náplň a smysl svého života, aby si svou autonomii zachovali co nejdéle. Častým jevem bývá, že se senioři soustředí zejména sami na sebe, případně svou rodinu a blízké přátele. Pro seniory je velmi významné udržovat kontakt se svými vrstevníky. Cítí zde silnou generační solidaritu, jelikož si vzájemně rozumí a chápou své obtíže, které stáří přináší (Dvořáčková, 2012).

Jakákoliv forma aktivního způsobu života je přínosem pro kvalitu života každého jedince. Díky němu dochází k oddálení pocitu nesoběstačnosti a sociální izolace. Aktivita ve stáří je významně ovlivňována zdravotním stavem jedince, jeho vzděláním, individualitou, životními zkušenostmi apod. K rozvoji osobnosti starších lidí může docházet prostřednictvím aktivně tráveného volného času, zájmem o společenské dění, kulturu, přiměřené pracovní aktivitě či rozvoje svých zájmů a zálib (Farková, 2009).

3.5 Stáří, senior a společnost

3.5.1 Postavení seniorů ve společnosti

To jak společnost přistupovala a vnímala seniory, prošlo v průběhu historie znatelným vývojem a liší se také napříč jednotlivými kulturami. Do jisté míry je tento postoj vůči starším spoluobčanům závislý na společenských trendech nebo sociálních změnách. Postupně dochází k narušování pozitivního vnímání stáří a to nejen z pohledu dnešní české společnosti. Negativní pohled na seniory často bývá argumentován tím, že staří lidé mají již svůj život za sebou, nejsou již ekonomicky aktivní, jejich potřeby a nároky nejsou tak důležitými, jako u mladších lidí nebo, že se stávají nadbytečnými a společností jsou vnímáni jako přítěž. A právě tento postoj bývá zdrojem mnohých mezigeneračních problémů (Rabušic, 1995).

Vztahy mezi starou populací a společností jako celku se zabývá sociální gerontologie. Pochopení a akceptování problematiky stáří, seniorské populace a všeho, co s tím úzce souvisí, se považuje za hlavní cíl sociální gerontologie (Kalvach, Onderková, 2006).

3.5.2 Pohledy na stáří – historie

Pohled na stáří a s tím i spojené postavení seniorů ve společnosti se v průběhu let měnil a docházelo k jeho určitému historickému vývoji. Přáním lidí bylo vždy dožít se co nejvyššího věku. Na rozdíl od současnosti, kdy dochází k prodlužování délky života, v minulosti se jen nepatrná část populace dožila skutečného stáří. Významnými faktory působící na nízký věk dožití byly zejména výskyt infekčních chorob, četné úrazy, nedostatečná zdravotní péče, chudoba, problematické hygienické podmínky apod. V případě, že se jedinec dožil vyššího věku, většinou na něj společnost pohlížela s úctou a obdivem. Stáří pro ně představovalo moudrost a bohaté životní zkušenosti. V minulosti však byl za starce považován padesátiletý člověk (Haškovcová, 2010).

Není však pravidlem, že vždy v průběhu historie se nahlíželo na stáří pouze s úctou a obdivem. Stáří bylo také synonymem chudoby, osamělosti či zoufalství. Pokaždé se starší neseťkávali s respektem a úctou, často bylo zapotřebí, aby o své místo a uznání ve společnosti bojovali. Na základě těchto poznatků lze tedy konstatovat, že stáří mělo v historii svou světlou i tmavou stránku, kdy bylo oslavováno a uctíváno, akceptováno, ale také zavržováno (Dülmen, 1999).

Jak uvádí Haškovcová (2010) je k pochopení vnímání stáří v průběhu různých historických stádií nezbytné brát v potaz a do souvislostí veškeré faktory, které se na konečném postoji společnosti ke stáří podílely. V každé společnosti bylo utvářeno charakteristické pojetí stáří, od kterého se následně odráželo i konkrétní sebepojetí starých jedinců. Ti se budou v rámci celospolečenské atmosféry buďto cítit dobře, pokud převažuje kladné pojetí stáří, nebo naopak se budou cítit méněcenně, odstrčeně, pokud má převahu negativistické pojetí.

3.5.3 Ageismus

Pojem ageismus je převzat z anglického slova „Age“, které znamená věk či stáří a zahrnuje výrazné projevy averze proti stáří a starým jedincům. Tento pojem se běžně užívá i v českém jazyce, není pro tento anglický výraz žádný ekvivalent. V praxi bývá častým projevem ageismu tzv. věková diskriminace (Haškovcová, 2012).

Ageismus je v dnešní společnosti definován ze široka. Zahrnuje v sobě předsudky a negativní představy o starých lidech, dále také diskriminaci a její projevy vůči starému jedinci, příp. jejich seskupení. Existují různé definice ageismu. Nejjednodušší definici asi uvádí Psychologický slovník, podle kterého ageismus je „*věková diskriminace, znevýhodňování osob na základě věku*“ (Hartl, 2004). Jako nejkompexnější definici představuje Vidovičová (2008) tuto: „*Ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu manifestovaná skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin a na základě chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité generaci.*“

Zjednodušeně se tedy jedná o určitou diskriminaci na základě věku. Významným způsobem se dotýká právě seniorské části populace. V důsledku této diskriminace může docházet až tzv. sociální exkluzi neboli vyloučení z většinové společnosti (Pokorná, 2010). Dle Vidovičové (2008) vznik ageismu souvisí se společenskými předsudky vůči stáří, zahrnuje předsudky, projevy diskriminace a negativní představy o starých jedincích, jenž odpovídají sociálnímu klimatu dané společnosti. Mladá generace vnímá tu starší generaci jako odlišnou. Často jsou senioři kategorizováni jako senilní, nemoderní například co se týče morálky, dovedností.

V každodenním životě má ageismus různé podoby svého projevení. Můžou to být například diskriminační praktiky, omezení v rámci trhu práce, ve zdravotnictví, mezi další projevy zcela jistě patří i projevy pohrdání, odporu, nepochopení, nezájmu nebo dokonce i vyhýbání se starým lidem. Nejsilnějším projevem ageismu je násilí dopuštěného se na starých lidech (Sýkorová, 2007).

Dalším dopadem ageismu je omezování sociálních rolí a znehodnocování společenského statusu seniorů. Dochází k odepírání rovných příležitostí a dosti ohledech snižuje životní šance seniorů. Tyto ageistické postoje a názory se tvoří v průběhu socializace. Na tvorbě postojů vůči stáří a starým lidem se výrazným způsobem podílejí každodenní osobní komunikace, média, věda, náboženství atd. (Sýkorová, 2007).

3.5.4 Mýty, stereotypy a předsudky o stáří

V souvislosti se stářím existuje ve společnosti mnoho mýtů a předsudků, o životě seniorů mívají ostatní lidé stereotypní představy. Haškovcová (2010) vysvětluje předsudek jako ustálený vztah jedince nebo skupiny vůči někomu či něčemu. Tošnerová (2002) chápe předsudek jako kriticky nezhodnocený úsudek, jenž je emocionálně podbarven ve vazbě na silně zakořeněné tradice a zkušenosti. Co se týče mýtů, tak značnou nevýhodou zde je, že v sobě obsahují kousek pravdy a právě z tohoto důvodu bývá problém je vymýtit. Pokud se hovoří o stereotypu, je tím myšlen prvek ve vědomí, prostřednictvím kterého dochází k regulaci vnímání a hodnocení určitých skupinových jevů. Stereotypy významně ovlivňují myšlení a názory lidí, jejich chování a postoje a pramení z rodinné výchovy, sociálního okolí nebo mohou být také přejímány od uznávaných autorit. Jsou spíše iracionálního charakteru a skutečnou realitu mohou zjednodušit či potlačit (Maříková a kol., 2006). Dle Tošnerové (2002) mají stereotypy velmi blízko k předsudkům, kdy jde o navyklé vzorce chování či myšlení, které shrnují představy o sobě samém nebo jiných.

Není možné, aby staří lidé byli vyloučeni z moderní společnosti. Přispívají do ní svými osobními zkušenostmi, jsou strážci všeobecné společenské paměti, mohou ponaučit, regulují a usměrňují společenské soužití, lépe posoudí lidské hodnoty i ideály apod. (Haškovcová, 2012).

Zde je uveden přehled hlavních bodů shrnujících předsudky:

- Nemoc – jde o předsudek, v rámci kterého nemoc výrazně ovlivňuje soběstačnost a kvalitu seniorů a to ve smyslu potřeby dlouhodobé zdravotní

péče. Popravdě velký podíl seniorů není omezen v denních aktivitách a jen málo z nich nezbytně potřebuje celodenní ústavní péči.

- Impotence – zde je předsudkem to, že senioři jsou asexuální. Je však pravdou, že milostný vztah mohou mít i lidé ve vysokém věku.
- Ošklivost – za tímto předsudkem stojí tvrzení, že krásné a zajímavé je jen mládí a staří jedinci jsou ubozí, oškliví, ztrácejí autoritu. I zde je pravda jiná, senioři si dokáží udržovat tělesnou svěžest a s přibývajícím věkem může jejich vzhled být více zajímavý.
- Pokles duševních schopností – tento předsudek vypovídá o nevyhnutelném poklesu úrovně kognitivních funkcí. Zejména se jedná o schopnosti učit se, poznávat, zapamatovat si. V tomto případě je pravdou, že se sice prodlužuje doba reakce, ale jinak většina starších jedinců má normální duševní schopnosti.
- Duševní choroba – předsudek spojený s tím, že duševní choroby jsou typickým onemocněním starých lidí, že jsou nevyhnutelné a neléčitelné. Pravda je taková, že jen malé procento populace nad 65 let věku je hospitalizováno s touto diagnózou.
- Zbytečnost – dalším typickým předsudkem je, že převážný podíl starších lidí je vzhledem ke své fyzické a psychické kondici neschopna práce a tudíž vyřazena z pracovního procesu. Přitom velká část starších jedinců je schopna i nadále pracovat stejně tak jako mladí.
- Izolace – zažitým předsudkem ve společnosti je také to, že staří občané jsou osamocení a žijí ve společenské izolaci. Avšak velký počet seniorů žije se svým partnerem či se svou rodinou.
- Chudoba – tento předsudek má své dva protipóly, na základě kterých buď velká část starých lidí žije na hranici chudoby anebo právě naopak jsou velice bohatí. V reálu však nejchudší skupinou jsou u nás mladší ženy samoživitelky s dětmi.
- Deprese – za tímto předsudkem stojí názor, že senioři bývají deprimováni a často se u nich projevují deprese. To prý je zapříčiněno zejména jejich nepotřebností a bezmocností. Ale pravdou je, že mnohem častější výskyt těžkých depresí je zaznamenán u mladší populace. Ale v případě, že senior

trpí určitou duševní chorobou, bývá to právě v nejčastějších případech deprese.

- Politická moc – dle tohoto předsudku tvoří starší občané silou a zároveň sobeckou sílu, jenž dokáže ovlivňovat politická rozhodnutí a reformy. Ano, senioři sice tvoří početnou skupinu voličů, ale rozhodně nemají stejné názory a volební preference (Tošnerová, 2002).

Dle dostupných informací je v soudobé společnosti velmi častý negativní postoj ke stáří. Tento negativní obraz stárnutí a stáří je silně podporován mýty o starých lidech, které jsou ve společnosti zažité. Haškovcová (2012) jako příklad těchto mýtů uvádí následující:

- Mýtus homogenity, ze kterého vyplývá, že staří lidé jsou totožní a všichni mají ty samé potřeby.
- Mýtus falešných představ představuje názor, že spokojenost seniorů je přímo úměrná tomu, jaká je úroveň zajištění jejich materiálních potřeb.
- Mýtus zjednodušení demografie tvrdí, že odchod do důchodu je mezníkem, kdy začíná období stáří.
- Mýtus ignorace zastává názor, že senior, který již není v zaměstnaneckém poměru, není pro ostatní ekonomicky aktivní spoluobčany již konkurentem, a tudíž není potřeba mu věnovat pozornost.
- Mýtus o úbytku sexu, jehož představou je, že spolu se stářím mizí i sexuální aktivita.
- Mýtus neužitečného času znamená, že nepracující senior nedělá vůbec nic.

Pokud v dnešní společnosti nedojde ke zvratu a i nadále budou převládat netolerantnost a udržování mýtů a předsudků, samozřejmě to bude mít vliv na celkový pohled na stáří a samotné seniory. I nadále to pro seniory bude znamenat zhoršené podmínky na trhu práce, sociální postavení a stále na ně bude pohlíženo jako na odběratele financí ze státního rozpočtu. Je však zřejmé, že tento pohled na stáří a seniory není správný (Haškovcová, 2010).

3.5.5 Mediální obraz stáří a seniorů

V případě tvorby negativního postoje vůči stáří hrají významnou roli média. Dnešní doba se vyznačuje vyspělými technologiemi, které společnost do určité míry ovlivňují.

Bezesporu zřejmě za nejvlivnější medium současnosti je považována televize. Samozřejmě, že existuje řada kvalitních a přínosných pořadů zaměřených na starší populaci. Ale současně právě v televizi je utvářen negativní mediální obraz stáří. Velké množství odborníků se soustředí na výzkum negativního obrazu stáří v médiích, kdy se společně shodují na faktu, že staří občané jsou nadále prezentováni jako nesoběstační jedinci, kteří trpí samotou, pocitem zbytečnosti a všestranně strádají (Haškovcová, 2010).

3.6 Stáří, senior a rodina

3.6.1 Mezigenerační vztahy

Generace představuje velkou a věkově vymezenou skupinu osob, jenž jsou spojeny dobově podmíněným stylem jednání i myšlení. Dále se vyznačují tím, že prožívají podstatná období své socializace ve stejných historických a kulturních podmínkách a pod vlivem shodných událostí. Zjednodušeně je možné říci, že jde o skupinu jedinců, která je charakteristická stejnými idejemi a specifickou kolektivní identitou (Kalibová a kol., 2009).

Pokud se současně sejdou tři generace naráz, budou se vzájemně odlišovat především rozsahem a zpracováním svých životních zkušeností. Nejstarší generace již prošla obdobím dětství i produktivního života. Naproti tomu nejmladší generace prožívá zatím svůj první věk. Odtud pramení určité věkové rozdíly v názorech a postojích. Z tohoto důvodu má svůj velký význam snaha porozumět věkovým zvláštnostem ostatních generací (Kalvach a kol., 2004).

Z výše uvedeného je zřejmé, že bezprostřední každodenní soužití více generací není vůbec jednoduché a může vést až ke střetům mezi generacemi. Důležitým předpokladem k funkčnímu vícegeneračnímu soužití je dobrá mezigenerační komunikace (Jirásková a kol., 2005). Mezigenerační společné soužití má významný vliv na mezilidské vztahy v rodině. Kvalita těchto vztahů závisí na tom, zda jde o soužití dobrovolné či okolnostmi vynucené, případně dlouhodobé nebo pouze dočasné. Společné soužití několika generací se samozřejmě neobejde bez vzájemného pochopení, kdy nezbytností je přirozená úcta ke stáří a zároveň respektování a podpora práv mladších členů. Dalším předpokladem jsou osobnostní rysy, umění odpouštět, schopnost tolerovat jiné osoby a jejich odlišné názory. Pokud má být mezigenerační soužití funkční a přijatelné pro všechny členy, je nezbytné vytvořit určité normy a stanovit povinnosti, jenž budou všemi respektovány a plněny.

V případě, že nejsou stanoveny a akceptovány tyto normy, v častých případech to vede ke vzniku konfliktů (Zavázalová, 2001).

Existují důvody etické a výchovné, které hovoří pro generační soužití. Může to být řešením v případě osamocení seniorů, může to řešit problém jejich nesoběstačnosti a péči o ně, bytové či ekonomické situace apod. Nezbytné je však mít stále na vědomí, že každodenní mezigenerační soužití je velmi náročné a není jednoduché zabránit mezigeneračním střetům, které znehodnocují všechny etické klady tohoto soužití (Klevetová, Dlabalová, 2008).

3.6.2 **Role rodiny**

Rodina a její úloha v životě seniora se významně podílí na kvalitě jeho života. I ti senioři, kteří jsou samostatní a schopní se sami o sebe postarat, často spojují aktivity své rodiny se svým soukromím (Stuart-Hamilton, 1999). Rodina reprezentuje základní jednotku společnosti a její součástí je nepochybně i starý člověk. Dříve běžně celé rodiny žily pohromadě, což samozřejmě mělo mnohé výhody. Mezi členy rodiny panovala vzájemná a přirozená opora, tím vznikalo pevné zázemí a nikdo netrpěl pocitu osamělosti. V průběhu let však došlo k vývoji společnosti a tradiční model života v rodině začal postupně zanikat. Dochází k oslabování sociálních vazeb uvnitř rodiny, dnes již není moc běžné setkat se s rodinou, v níž žijí společně prarodiče, rodiče a děti. To vede k vymizení pocitu sounáležitosti mezi starou a mladou populací (Vágnerová, 2007).

Rodina představuje nenahraditelnou úlohu při podpoře stárnoucího jedince vyrovnat se se změnami, které stárí s sebou přináší. Měla by být podporou v období, kdy se zdravotní stav seniora zhoršuje, kdy se začínají ztenčovat sociální kontakty, začíná se zvyšovat závislost na pomoci druhých. Pro seniora se možnost být v poslední životní etapě s rodinou stává nenahraditelnou, má to pozitivní vliv na jeho fyzické a duševní zdraví. Rodina je poskytovatelem pocitu jistoty, bezpečí a sounáležitosti (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

3.7 **Stáří, senior a stát**

3.7.1 **Důchodový systém v ČR**

Z historického hlediska po celá tisíciletí neexistovaly žádné penzijní systémy. V rámci střeoevropského regionu je jejich vznik datován zhruba před 130 lety. Zřejmě první systém týkající se zajištění na stáří ve střední Evropě vznikl na konci 19. století a je

spojován se jménem německého kancléře Otto von Bismarcka. Zavedl penzijní pojištění, které bylo velmi omezené a dostupné jen pro určité profese. Vše bylo založeno na principu spoření a až následné vyplacení dávek (Filip, Pospíšil, 2013).

Všichni občané České republiky by měli mít přehled kdy a za jakých podmínek mohou získat nárok na starobní důchod. Podmínky pro jeho získání se mění, a proto je nezbytné pravidelně sledovat tyto změny, ke kterým dochází v oblasti důchodové reformy (Slaný, Krebs, 2004).

Důchodový systém České republiky funguje již řadu let na průběžném financování. V období let 2013-2015 fungoval v ČR tzv. tří - pilířový důchodový systém (Obr. 2). Vzhledem k faktu, že zájem ze strany občanů byl pouze nepatrný, došlo postupně ke zrušení II. pilíře a od letošního roku 2016 již nejsou peníze do II. pilíře odváděny (DůchodováReforma.cz, 2016, online).



Obrázek 2 Tří – pilířový důchodový systém České republiky v letech 2013-2015 (<http://www.finparada.cz/Ucty-Pojisteni-Penze-Pujcky-Poradna.aspx?w=3>)

3.7.2 Starobní důchod

Hlavní funkce starobního důchodu spočívá v zajištění občanů v postproduktivním věku. Účel spočívá v nahrazení ztráty nebo omezení příjmů ze zaměstnání (Hrozenská, Dvořáčková, 2013).

K tomu, aby vznikl nárok na získání starobního důchodu v České republice, musí žadatel splňovat současně dvě podmínky. Za prvé musí být dosaženo stanoveného věku a za druhé musí být dosaženo potřebné doby pojištění. (Černá a kol., 2007). Starobní důchod se klasifikuje na starobní důchod řádný neboli klasický a na starobní důchod předčasný.

Podmínky pro přiznání obou typů důchodu jsou uvedeny v zákoně o důchodovém pojištění² (Šubrt a kol, 2013).

Ke stanovení důchodového věku (věk, po jehož dosažení může jedinec odejít do starobního důchodu, pokud zároveň splnil podmínku potřebné doby pojištění) je rozhodujícím kritériem rok narození. Ženy, jenž odcházejí v současnosti do starobního důchodu a jsou narozeny před rokem 1975, má vliv na důchodový věk i počet vychovaných dětí (Mařík, 2015, online). V současné době není určen pro důchodový věk žádný strop, proto není zvyšování důchodového věku nijak omezeno.

3.7.3 Zdravotní a sociální služby pro seniory

V případě péče o seniory je samozřejmě obecným cílem, aby jedinci setrvali co nejdéle ve svém domácím prostředí a to i za cenu případné zdravotní a sociální sféry. Z praxe je známo, že zdravotní problémy jsou v častých případech doprovázeny sociálními či naopak a z tohoto důvodu není možné zdravotní a sociální péči od sebe oddělovat. Pro starší občany je velmi důležitá pomoc, péče a podpora (Hrozenská, Dvořáčková, 2013). V rámci České republiky je zřízeno několik druhů zdravotních služeb pro seniory:

- Geriatrická ambulance, která spadá do nemocničního geriatrického oddělení a jejím cílem je zejména diagnostika, vyhodnocení aktuálního zdravotního stavu, hodnocení funkčního stavu, komplexní přístup k léčbě atd.
- Geriatrické oddělení, kdy se jedná o akutní oddělení nemocničního typu. Jedná se o specializované pracoviště pro péči o seniory, u kterých došlo k akutnímu zhoršení zdravotního stavu a soběstačnosti.
- Zařízení následné péče/rehabilitační a doléčovací oddělení, jenž je určeno hlavně pro klienty, kteří se nacházejí ve stabilizovaném stavu se stanovenou diagnózou a současně po odeznění akutní fáze nemoci.
- Hospic je označení pro zvláštní formu ošetrovatelského ústavu.
- Geriatrické denní centrum zajišťuje péči o seniory v rozmezí 6-12 hodin denně.
- Domácí péče je péče poskytována v domácím prostředí seniora, kdy jedním z hlavních cílů této péče je oddálení hospitalizace (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012).

² Zákon č. 155/1995 Sb.; řádný starobní důchod § 29; předčasný starobní důchod §31

Co se týče sociálních služeb pro seniory, existuje také celá škála zařízení zajišťujících dané služby:

- Osobní asistence, kdy se jedná o terénní službu, jenž je poskytována lidem, kteří mají sníženou soběstačnost a to z důvodu věku, chronického onemocnění případně zdravotního postižení.
- Pečovatelská služba, která je poskytována seniorům ve vymezeném čase a to buď v domácnostech osob, nebo v zařízeních sociálních služeb.
- Tísňová péče je terénní službou, jenž poskytuje nepřetržitou péči lidem, kterým hrozí vysoké riziko ohrožení zdraví či života.
- Odlehčovací neboli respitní služby jejichž cílem je zajištění pro pečující fyzické osoby nezbytný odpočinek.
- Centra denních služeb, které zajišťují ambulantní služby lidem, u kterých jejich situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby.
- Domovy pro seniory zajišťují poskytování pobytových služeb pro osoby, jenž mají sníženou soběstačnost zvláště z důvodu věku.
- Domovy se zvláštním režimem, které poskytují pobytové služby jedincům, kteří mají sníženou soběstačnost z důvodu chronického duševního onemocnění případně závislosti na návykových látkách.
- Sociální služby ve zdravotnických zařízeních ústavní péče jsou zaměřeny na osoby, které vzhledem ke svému zdravotnímu stavu nejsou schopny se obejít bez pomoci druhých a z tohoto důvodu je není možné propustit ze zdravotnického zařízení (Čavela, Kalvach, Čeledová, 2012).

4 Vlastní práce

Tato část práce navazuje na předchozí kapitulu teoretická východiska, kde byly představeny klíčové pojmy pro seznámení se s danou problematikou. Vlastní práce se skládá ze statistické analýzy vybraných demografických ukazatelů v rámci České republiky se zaměřením na demografické stárnutí populace a dále vlastní výzkumné části zpracované na základě kvalitativního výzkumu, který tvoří stěžejní část předkládané diplomové práce.

4.1 Analýza demografických ukazatelů se zaměřením na demografické stárnutí v ČR

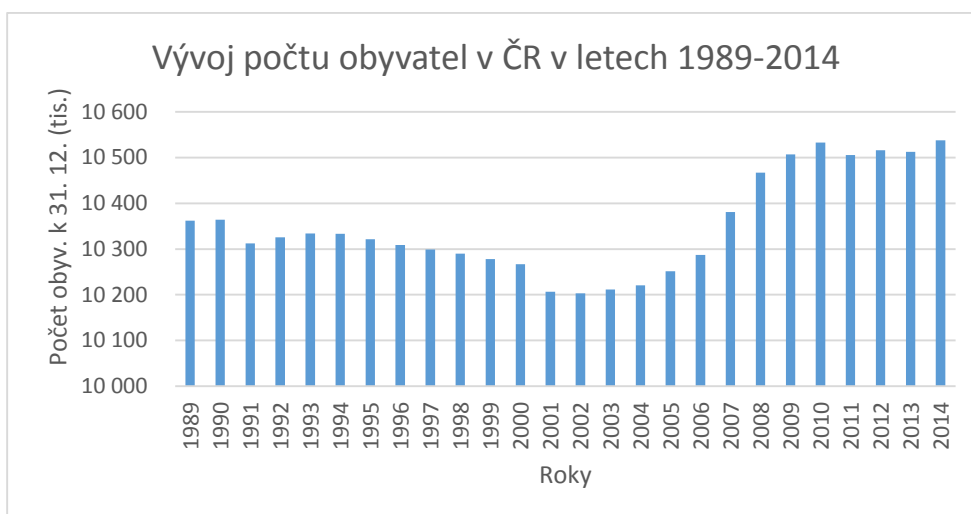
Tato část práce se zabývá demografickým vývojem České republiky se zaměřením na demografické ukazatele charakterizující proces stárnutí populace. Práce vychází z dat získaných z databáze Českého statistického úřadu a Ministerstva práce sociálních věcí ČR. Analýza je zaměřena na vývoj vybraných ukazatelů v letech 1989-2014. Vybranými ukazateli jsou počet obyvatel, pohlavní a věková struktura, index stáří, průměrný věk, naděje dožití. Dále je také uveden vývoj průměrné výše starobního důchodu.

4.1.1 Demografické stárnutí

Prodlužování délky lidského života patří mezi významné faktory demografického stárnutí. Demografické stárnutí je možné charakterizovat různými ukazateli. Například to může být růst relativního zastoupení osob ve věku 65 let a více, indexem stáří nebo také vyšší průměrného věku. Hlavní příčina demografického stárnutí je v poklesu porodnosti a současně zlepšováním naděje dožití a úmrtnostních podmínek. V rámci demografického stárnutí dochází k postupnému přechodu z progresivního typu věkové struktury v typ regresivní.

Vývoj počtu obyvatel v České republice (obr. 3) prošel ve sledovaném období významnými změnami. V roce 1989 byl počet obyvatel v ČR 10 362 tis. Od tohoto roku docházelo k průběžnému snižování počtu obyvatel, což bylo zapříčiněno zejména menším počtem narozených dětí. Nejnižší počet obyvatel v daném období byl zaznamenán v roce 2002 a to 10 203 tis. Od roku 2003 začalo docházet k postupnému nárůstu počtu obyvatel, kdy v roce 2014 bylo v České republice celkem 10 538 tis. obyvatel.

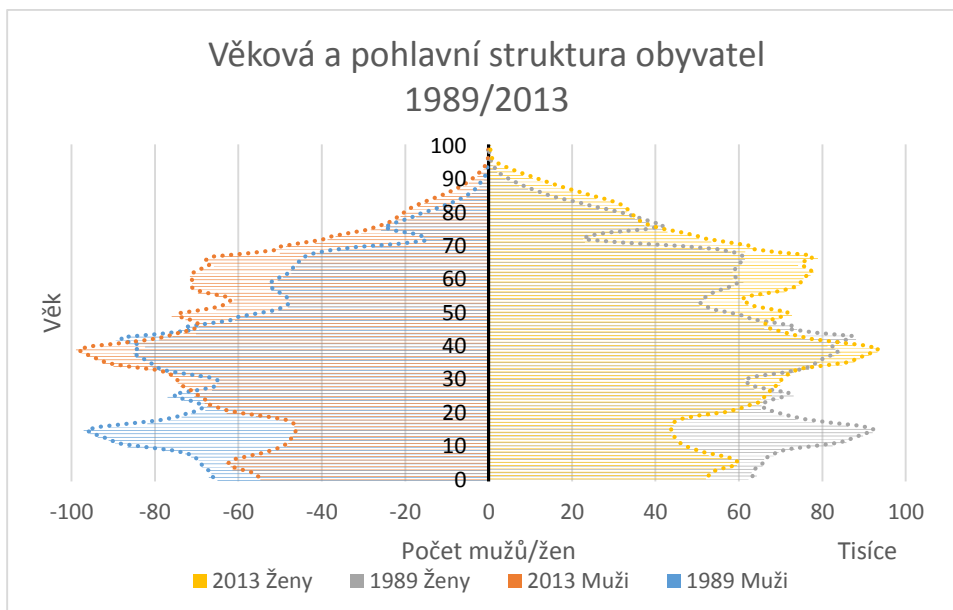
Obrázek 3 Vývoj počtu obyvatel v ČR v letech 1989-2014



Zdroj: ČSÚ, vlastní zpracování

Dalším ukazatelem je věková a pohlavní struktura obyvatel (obr. 4). Pro dobře patrný typ věkové struktury byla zvolena grafická prezentace v podobě věkové pyramidy. Na níže uvedeném grafu jsou vyobrazena dvě období, rok 1989 a 2013 v rámci obou pohlaví, kdy je možné vidět, k jakým změnám mezi oběma roky došlo. V roce 1989 docházelo na území České republiky k politické transformaci, jenž měla velký dopad na celkovou strukturu obyvatelstva. Věkové rozložení v roce 2013 názorně vyobrazuje, že Česká republika je charakteristická regresivním typem populace. Ta se vyznačuje stárnutím populace. V tomto případě se při nízké plodnosti a zlepšených úmrtnostních poměrů zvyšuje podíl starých jedinců v populaci, kdy i zároveň dochází ke snižování podílu dětí a mládeže. Tato struktura je nejvíce ovlivněna zejména dvěma světovými válkami, dále hospodářskou krizí nebo například i změnou uspořádání právě po roce 1989.

Obrázek 4 Věková a pohlavní struktura obyvatel v roce 1989 a 2013

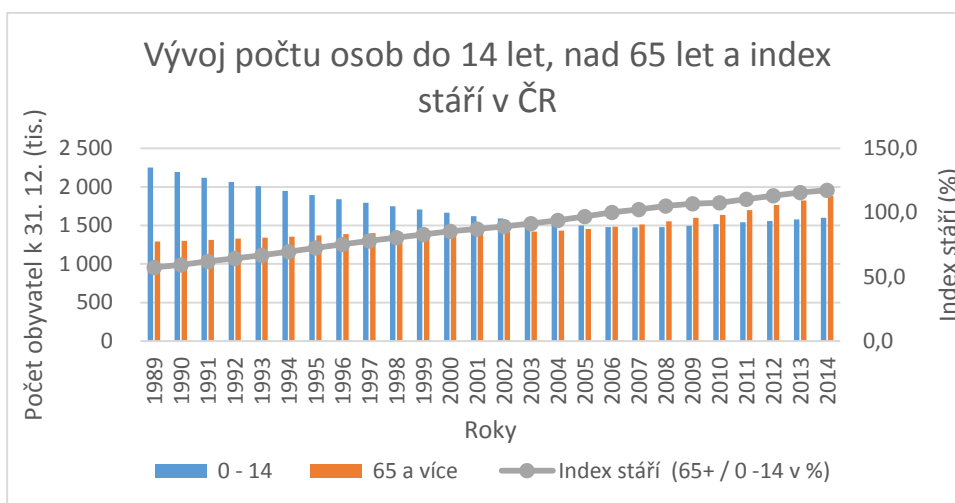


Zdroj: ČSÚ, vlastní zpracování

Další graf vyobrazuje vývoj indexu stáří (obr. 5) v České republice. Indexem stáří se v demografii vyjadřuje, kolik osob ve věku 65 let a více v rámci populace připadá na 100 dětí ve věku 0-14 let.

Jak je z grafu na první pohled znát, vývoj indexu stáří ve sledovaném období má v České republice vzrůstající tendenci. To znamená, že dochází stále ke zvyšování počtu seniorů nad 65 a více let oproti dětem do 14 let. Z grafu je také patrné, že dříve tomu bylo naopak, děti bylo více než seniorů. V tomto ohledu nastal zlom v roce 2006, kdy se poměr obrátil a dochází k nárůstu podílu seniorské populace. V roce 2006 byla hodnota indexu stáří 100,2 což značí, že poměr seniorů a dětí byl téměř v rovnováze. Od tohoto roku je v České republice více dětí než seniorů a v roce 2014 byla hodnota indexu stáří 117,4.

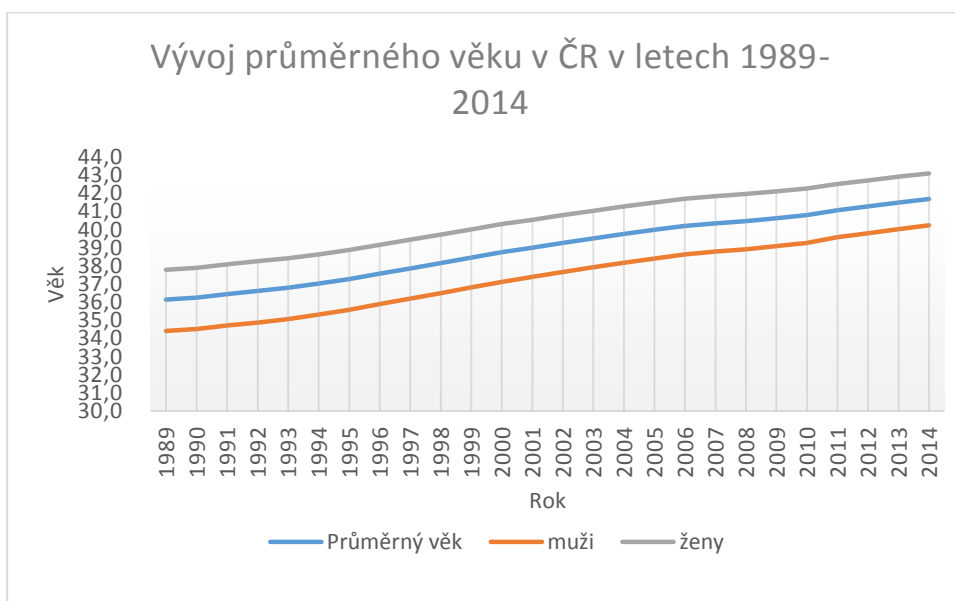
Obrázek 5 Vývoj indexu stáří v ČR



Zdroj: ČSÚ, vlastní zpracování

Dále je sledován vývoj průměrného věku v České republice (obr. 6). Opět je z grafu zřejmé, že i tento demografický ukazatel má ve sledovaném období vzrůstající tendenci, kdy se průměrný věk navýšil o 5,6 let z hodnoty 36,1 let v roce 1989 na hodnotu 41,7 let v roce 2014. Průměrný věk žen je vyšší než průměrný věk mužů. V roce 2014 byla hodnota průměrného věku u žen 43,1 let, u mužů je to pak ve stejném roce 40,2 let. Obecně platí, že ženy se dožívají vyššího věku než muži. V období 1989-2014 se průměrný věk navýšil více u mužů a to o 5,8 let. U žen to pak za stejné období byl nárůst o 5,3 let.

Obrázek 6 Vývoj průměrného věku v ČR v letech 1989-2014

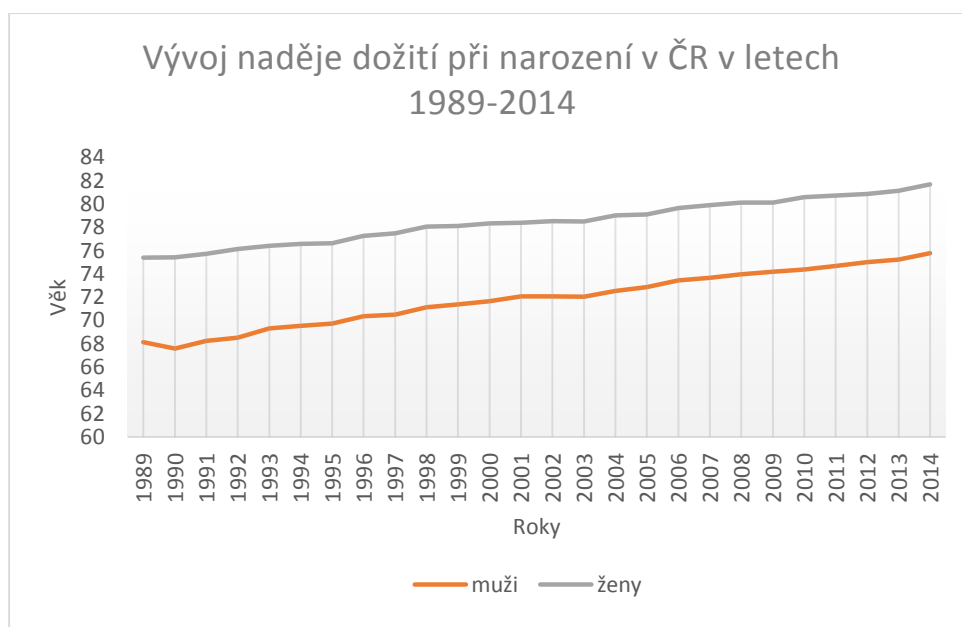


Zdroj: ČSÚ, vlastní zpracování

Naděje dožití se vypočítává na základě úmrtnostních tabulek. Vyjadřuje kolika let v průměru se má při zachování aktuálních úmrtnostních poměrů šanci dožít osoba v určitém věku. Zde je pro představu uveden vývoj naděje dožití při narození (obr. 7), tzn. kolika let se v průměru má šanci zastávajících úmrtnostních poměrů dožít narozený člověk. Dále je také uveden vývoj naděje dožití ve věku 60 let (obr. 8), tzn. kolika let se v průměru má šanci dožít šedesátiletá osoba.

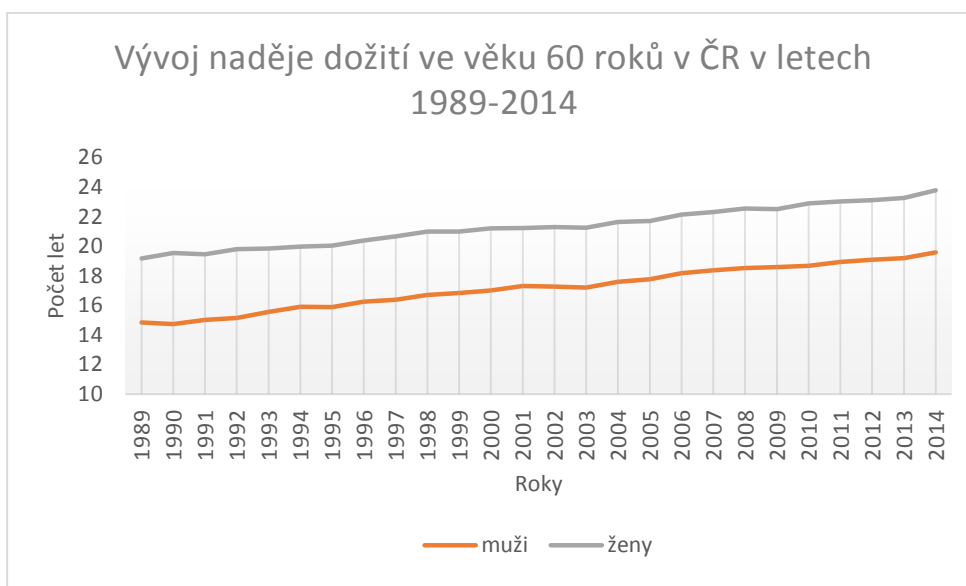
Naděje dožití se rok od roku prodlužuje, což je znatelné i z následujících dvou grafů. V roce 2014 byla naděje dožití při narození mužů 75,8 let, u žen 81,7 let. Muži ve věku 60 let mají naději dožití v průměru 19,6 let, ženy pak 23,8 let.

Obrázek 7 Vývoj naděje dožití při narození v ČR v letech 1989-2014



Zdroj: ČSÚ, vlastní zpracování

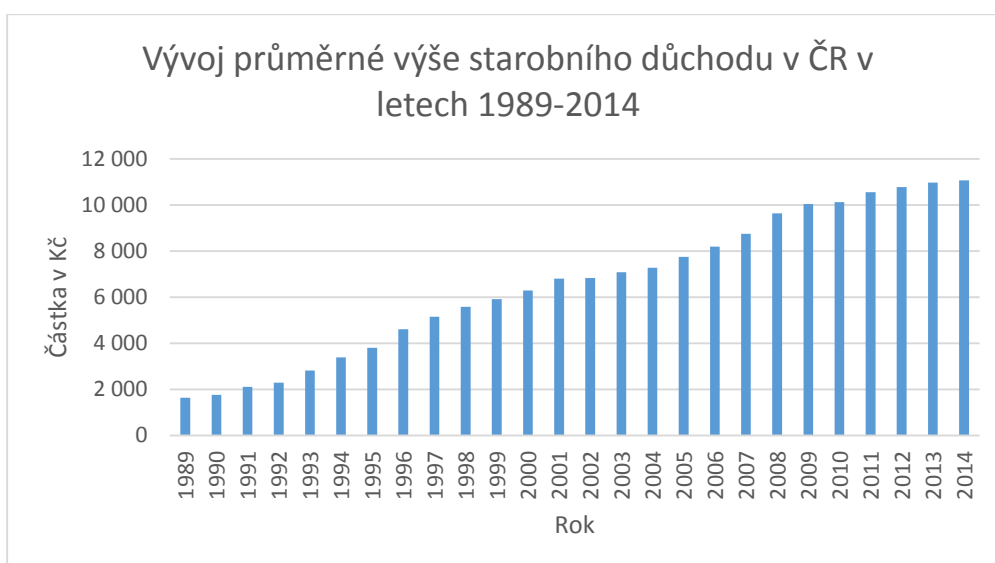
Obrázek 8 Vývoj naděje dožití ve věku 60 roků v ČR v letech 1989-2014



Zdroj: ČSÚ, vlastní zpracování

Dalším grafem je nastíněn vývoj průměrné výše starobního důchodu v České republice (obr. 9). Od roku 1989 docházelo k jeho postupnému každoročnímu navyšování. Za sledované období se průměrná výše důchodu zvýšila celkem o 9 436 Kč, a to z původní hodnoty 1 639 Kč v roce 1989 na hodnotu 11 075 Kč v roce 2014. V rámci daného období byl meziroční nárůst výše starobního důchodu v České republice v průměru o 377,44 Kč.

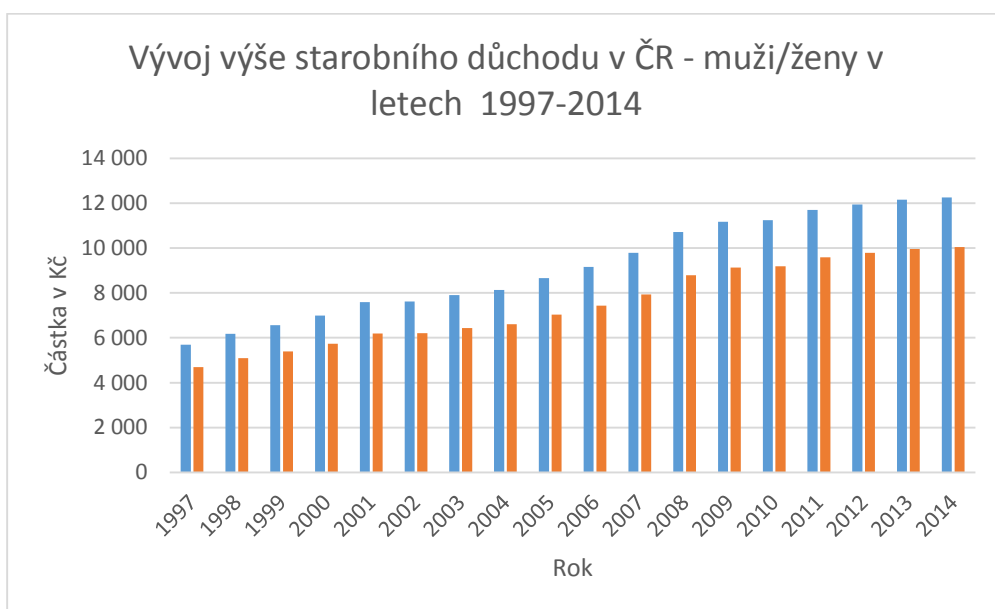
Obrázek 9 Vývoj průměrné výše starobního důchodu v ČR v letech 1989-2014



Zdroj: MPSV, vlastní zpracování

Vývoj výše starobního důchodu v České republice se liší v závislosti na pohlaví (obr. 10). Ženy pobírají nižší důchod než muži. Tento trend je sledován za období 1997-2014 z důvodu, že data z dřívějších let nebylo možné dohledat. V průběhu daného období docházelo k postupnému zvyšování rozdílu mezi výší důchodů u mužů a u žen. Zatímco v roce 1997 tento rozdíl činil 1002 Kč, v roce 2014 muži v průměru pobírali o 2 209 Kč více než ženy. V roce 2014 byla průměrná výše starobního důchodu u mužů 12 259 Kč, u žen v tom samém roce pak byla průměrná výše starobního důchodu 10 050 Kč.

Obrázek 10 Vývoj výše starobního důchodu v ČR muži/ženy v letech 1997-2014



Zdroj: MPSV, vlastní zpracování

4.2 Výzkumná část

Vlastní výzkum tvoří stěžejní část této práce. Výzkumná část je založena na kvalitativním šetření.

4.2.1 Metodika výzkumu

Pro realizaci výzkumu a získání potřebných empirických dat byl zvolen kvalitativní výzkum. Ten je charakterizován jako nenumerické šetření a jedná se o interpretaci sociální reality. Za cíl si klade odkrýt význam podkládaným informacím. Kvalitativní výzkum umožňuje zkoumání dané problematiky do hloubky. Slouží tedy k lepšímu porozumění (Disman, 2001).

Jako metoda kvalitativního výzkumu byla zvolena metoda hloubkového rozhovoru v podobě polostandardizovaného interview. Tuto metodu lze považovat za vyčerpávající a zároveň nejvýhodnější k získání potřebných hodnotných dat. Jednou z hlavních výhod u tohoto typu rozhovoru je zejména skutečnost, že je možné v průběhu reagovat na konkrétní situaci. Pro tuto metodu je nezbytné, aby si tazatel předem připravil tzv. scénář, který se skládá ze škály otázek, jenž jsou předepsaným způsobem kladeny vybraným jedincům neboli respondentům. Každý scénář obsahuje identifikační otázky a přesně formulované základní otázky, které jsou pro výzkum klíčové a zaměřují se na zkoumanou problematiku. Jednotlivé základní otázky jsou dále rozšířeny o tzv. doplňující otázky. Ty jsou pokládány respondentům individuálně v závislosti na jejich předchozí odpovědi. Mohou být pokládány v různém pořadí a díky nim je možné rozšířit původní odpověď respondenta a lépe pochopit, co svou odpovědí myslel. Pro další rozšíření odpovědi slouží tzv. sondy, jenž upřesňují kladené otázky a jdou tzv. „více do hloubky“. V průběhu rozhovoru tazatel pokládá respondentovi takto předem připravené otázky, ale odpovědi nejsou v předem určených formulacích či kategoriích. Odpovědi jsou otevřené, což umožňuje respondentovi relativní svobodu v odpovědi, může interpretovat své subjektivní názory, není nijak omezován ve volbě svých slov či směru jeho odpovědi. Jako hlavní nevýhodou rozhovorů je jejich časová náročnost.

4.2.2 Průběh kvalitativního výzkumu

Stěžejním cílem této práce je zjistit, jak dnešní česká společnost pohlíží na stáří a seniory. Pro dosažení daného cíle byl zvolen kvalitativně orientovaný výzkum prostřednictvím polostandardizovaných rozhovorů.

Pro potřeby této práce byla společnost rozdělena na tři základní věkové generace. Mladá generace ve věku 18-44 let, generace středního věku v rozmezí 45-64 let a senioři ve věku 65 a více let. Výběr respondentů tedy probíhal na základě tohoto kritéria. Vybraní jedinci byli osloveni na základě osobní vazby a dále pak na doporučení a prostřednictvím tzv. nabalování sněhové koule.

Celkem bylo provedeno 20 hloubkových rozhovorů, konkrétně v rámci mladé generace 7, střední generace 6 a seniorů 7. Charakteristika oslovených jedinců je uvedena dále (kap. 4. 2. 4 Charakteristika respondentů). Šetření probíhalo prostřednictvím osobního setkání v místě vybraném daným respondentem. Pro získání respondentů v seniorském věku bylo osloveno několik specializovaných pracovišť v Praze, kdy s výzkumem souhlasilo Aktivizační centrum pro seniory Praha 9, dále Rezidence Rosa na Praze 8 (domov pro seniory) a Dům s pečovatelskou službou Praha 14. Rozhovory byly realizovány v průběhu ledna 2016. Před zahájením rozhovorů byli vždy všichni jedinci seznámeni s tématem výzkumu. Dále byli informováni o zachování anonymity jejich odpovědí, a že získaná data budou sloužit pouze k vypracování dané diplomové práce. Pro lepší interpretaci dat byly rozhovory zaznamenávány na telefon, k čemuž předem respondenti dali svůj souhlas. Jednotlivé rozhovory trvaly v rozmezí 30-50 minut v závislosti na sdílnosti jedince. Hlavní otázky výzkumu se zaměřovaly na vnímání stáří, stárnutí a seniorů, na kvalitu života seniorů a trávení jejich volného času, na společnost a média v souvislosti se stářím, na mezigenerační vztahy a rodinu a dále pak důchodový systém v České republice a výši starobního důchodu. Nejprve byly pokládány identifikační otázky a dále pak rozhovor přešel k základním otázkám týkajících se zkoumané problematiky. V průběhu rozhovorů byly dále zapisovány poznámky do záznamového archu.

Po skončení rozhovorů následoval jejich doslovný přepis a odpovědi byly analyzovány. Na základě výsledků kvalitativního šetření byly formulovány závěry této diplomové práce.

4.2.3 Výzkumné otázky

Cílem práce je získat potřebná empirická data, díky kterým bude vytvořen obraz o tom, jak dnešní společnost vnímá seniory a to se zaměřením na mladou a střední generaci a zároveň i samotné seniory. Pro dosažení stanoveného cíle byla formulována hlavní výzkumná otázka:

HVO: *Jak jednotlivé generace (mladá, střední, senioři) v rámci české společnosti pohlízejí na seniory?*

Dále byly formulovány dílčí otázky:

DVO 1: *Jak jednotlivé generace vnímají pojmy stárnutí a stáří?*

DVO 2: *Jaké faktory se dle jednotlivých generací nejvíce podílejí na kvalitě života ve stáří?*

DVO 3: *Jaký dle jednotlivých generací vytváří společnost obraz o seniorech?*

DVO 4: *Jaké stanovisko jednotlivé generace zaujímají k výši starobního důchodu v České republice?*

4.2.4 Charakteristika respondentů

Oslovení respondenti byli rozděleni dle věku do třech věkových generací. V této části jsou vytvořeny souhrnné přehledy respondentů za jednotlivé generace a současně jsou uvedeny stručné charakteristiky o jednotlivých respondentech. Cílem bylo získat co nejrozumnější vzorek lidí, aby výsledky výzkumu byly co nejvíce objektivní.

V rámci mladé generace (18-44 let) bylo získáno celkem sedm respondentů (tab. 3), konkrétně se jedná o čtyři muže a tři ženy.

Tabulka 3 Přehled respondentů – mladá generace

Jméno	Věk	Povolání	Vzdělání	Bydliště
Milan K.	20 let	student	středoškolské	Louny
Adriana W.	22 let	student	středoškolské	Trutnov/Praha
Tereza N.	25 let	supervizor	vysokoškolské	Telč
Jana H.	27 let	analytička	vysokoškolské	Praha
David K.	29 let	dobrovolník	vysokoškolské	Praha
Richard M.	32 let	kontrolor výroby	středoškolské	Praha
Jan T.	35 let	projekt manager	středoškolské	Trutnov

Zdroj: vlastní zpracování, 2016

Respondent Milan K.

Milan K. je dvacetiletý student vysoké školy. V současnosti si také přivydělává jako pracovník kontaktního centra. Žije v Lounech ve vícegeneračním rodinném domě. Bydlí společně se svými rodiči i prarodiči. Je svobodný a bezdětný. Ve svém volném čase rád rybaří či cestuje, aktivně se věnuje fotbalu.

Respondent Adriana W.

Adrianě W. je 22 let a pochází z Trutnova. Nyní studuje v Praze na vysoké škole. V Trutnově žije se svými rodiči a mladším sourozencem v rodinném domě. V Praze bydlí v bytě se svým přítelem a jejich psem. Má dvě babičky a jednoho dědu, které pravidelně alespoň dvakrát měsíčně jezdí navštěvovat.

Respondent Tereza N.

Tereza N. ve svých 25 letech pracuje jako supervizor kontaktního centra. Vystudovala v Praze vysokou školu, ráda sportuje a snaží se vést aktivní život. Žije s rodiči v rodinném domě v Telči. Její maminka je již rok ve starobním důchodu. V domě s nimi bydlí dále babička, které je 91 let, má vážné zdravotní problémy a vyžaduje tedy každodenní péči.

Respondent Jana H.

Jana H. je svobodná. Žije sama v bytě v Praze. Je jí 27 let a pracuje jako energetická analytička. Před tím pracovala tři roky na zákaznickém servisu, kde každý den přicházela do styku s různými lidmi a tedy i se seniory. Osobně má už jen jednu babičku, která žije v Ostravě. Moc se nestýkají a ani nemají moc dobré vztahy.

Respondent David K.

Davidu K. je 29 let. Vyrůstal na malé vesnici v jižních Čechách, v současnosti žije v Praze společně se svou přítelkyní. Vystudoval vysokou školu a nyní pracuje pro neziskovou organizaci. Zajímá se o současné dění, ekologická témata, zdravý životní styl. Velkou zálibu má v zahradničení, pěstuje si svou vlastní zeleninu, ovoce apod. V rámci svého zaměstnání nyní pracuje na projektu, který se zaměřuje na seniory. Od mala vyrůstal v jednom domě s rodiči a prarodiči. Nyní své prarodiče navštěvuje zřídka kvůli vzdálenosti a nedostatku času.

Respondent Richard M.

Richard M. je svobodný, bezdětný. Je mu 32 let a žije společně s partnerkou v bytě v Praze. Pracuje jako kontrolor výroby. Svůj volný čas rád věnuje sobě a přítelkyni. Jeho

prarodiče již nežijí, ale nikdy s nimi nebýval v příliš častém kontaktu. Se seniory přijde do styku málokdy, spíše jen na ulici, v dopravě či obchodě apod.

Respondent Jan T.

Jan T. je ženatý, je mu 35 let a žije v Trutnově. S manželkou čekají svého prvního potomka. Pracuje jako projekt manager a v rámci své pracovní náplně šest let cestoval různě po světě. Se svými prarodiči je v kontaktu více méně pouze telefonicky zejména kvůli jejich zdravotnímu stavu. Ovšem rodina je pro něj velmi důležitá a snaží se s ní trávit co nejvíce času.

Střední generaci (45-64 let) zastupuje celkem šest respondentů (tab. 4). Rozhovory byly provedeny se čtyřmi ženami a dvěma muži.

Tabulka 4 Přehled respondentů – střední generace

Jméno	Věk	Povolání	Vzdělání	Bydliště
Monika V.	45 let	stomatolog	vysokoškolské	Trutnov
Vladka V.	50 let	účetní	středoškolské	Praha
Zdeněk H.	54 let	technik	středoškolské	Neratovice
Karel D.	58 let	OSVČ (zedník)	vyučen	Vlašim
Jindra F.	60 let	statistička	středoškolské	Praha
Jana K.	63 let	inv. důchodce	vysokoškolské	Ostrava

Zdroj: vlastní zpracování, 2016

Respondent Monika V.

Monice V. je 45 let, je rozvedená a žije v Trutnově. Pracuje jako zubní lékařka. Má dvě děti, se kterými se snaží trávit co nejvíce času. Ráda čte, sportuje či cestuje. Má maminku, která je již ve starobním důchodu. Pravidelně ji navštěvuje několikrát do týdne. Snaží se jí co nejvíce pomáhat. Vzhledem k dobrému zdravotnímu stavu a samostatnosti maminky není zatím tato péče a pomoc nezbytností.

Respondenta Vladka V.

Vladka V. žije společně s manželem v bytě v Praze. Je jí 50 let, má dva dospělé syny, kteří mají své domácnosti. Pracuje jako účetní v pražském divadle. Moc volného času nemá, ale ráda čte. Každý den po práci se stará se o svou maminku, která již není vzhledem

ke zdravotnímu stavu samostatná. Prozatím žijí odděleně, ale v docházkové vzdálenosti od sebe.

Respondent Zdeněk H.

Zdeněk H. je rozvedený, žije se svou partnerkou v domku v Neratovicích. Ve svých 54 letech pracuje jako technik a výzkumný pracovník. Má dvě dospělé děti a dva vnuky. Na své rodině velice lpí a snaží se s ní trávit co nejvíce času. Mimo to rád čte, cestuje, hodně se účastní různých kulturních akcí. Má maminku, se kterou nebývá v kontaktu příliš často kvůli vzdálenosti mezi jejich bydlišti.

Respondent Karel D.

Karel D. pracuje již přes dvacet let jako zedník. V práci tráví většinu svého času. Je mu 58 let a žije společně s manželkou v domku ve Vlašimi. Má tři dospělé děti a tři vnoučata. Dále má také maminku, které letos bude 81 let. Tři roky již žije v domově pro seniory. Přes své zdravotní problémy není schopna se o sebe postarat a vyžaduje každodenní péči.

Respondent Jindra F.

Jindra F. pracuje již 25 let na ČSÚ. Je jí 60 let a spolu s manželem žijí v bytě v Praze. Má dvě dospělé děti a jednoho vnuka. Ve volném čase ráda chodí do divadla a sportuje – lyže, golf. Učí se italsky a ráda cestuje. Dost času věnuje péči o vnuka a manželovy devadesátileté rodiče. Sama se považuje za tzv. sendvičovou generaci³.

Respondent Jana K.

Jana K. je 63 letá vdova. Žije sama v domku v Ostravě. Má jednoho syna a dvě vnoučata. Snaží se je pravidelně vídat a trávit s nimi čas. Ráda čte, vaří, chodí do divadla. Šestým rokem již nechodí do zaměstnání, po úraze je v invalidním důchodu. Před tím pracovala ve školství. Její rodiče již nežijí, ale v kontaktu se seniory bývá často a to převážně se sousedkami ze svého okolí.

³ Generace lidí středního věku, jenž se starají zároveň o své nesamostatné děti (vnoučata) a své staré nebo stárnoucí rodiče (Müllerová, 2015, online).

Ve věkové kategorii seniorů (65 a více let) je celkem sedm respondentů (tab. 5). Rozhovoru se zúčastnili čtyři ženy a tři muži.

Tabulka 5 Přehled respondentů – senioři

Jméno	Věk	Povolání	Vzdělání	Bydliště
Jiří K.	68 let	starobní důchodce	vysokoškolské	Praha
Božena M.	70 let	starobní důchodce	středoškolské	Vlašim
Petr N.	72 let	starobní důchodce	vysokoškolské	Praha
Jiří H.	73 let	technik	středoškolské	Praha
Jana F.	75 let	starobní důchodce	středoškolské	Praha
Jana D.	76 let	starobní důchodce	základní	Praha
Helena Š.	78 let	starobní důchodce	středoškolské	Praha

Zdroj: vlastní zpracování, 2016

Respondent Jiří K.

Jiří K. vystudoval vysokou školu veterinární a dvacet let žil v Kanadě. Po návratu do České republiky pracoval na ministerstvu zemědělství a díky jazykovým znalostem procestoval téměř celý svět. Nyní ve svých 68 letech je rozvedený, jeho dvě děti i s vnučaty žijí trvale v Kanadě. Zde je tedy sám, rodinu vídá minimálně, komunikují více méně pouze přes internet. Již rok žije v domově pro seniory.

Respondent Božena M.

Božena M. je již padesát let vdaná a žijí s manželem ve svém bytě ve Vlašimi. Je jí 70 let, má dva syny a dvě vnučky. Se svou rodinou se snaží být co nejvíce v kontaktu. Odchod do důchodu pro ní nebyl snadný, ale snaží se díky různým aktivitám si to stáří užívat. Má pozitivní pohled na svět.

Respondent Petr N.

Petr N. je ženatý, je mu 72 let. Společně s manželkou žijí v domě s pečovatelskou službou v Praze. Svůj odchod do důchodu nesl psychicky velice špatně a jako důsledek toho má nyní velké zdravotní problémy. Má dceru a dvě vnučky, vzájemně udržují kontakty a čas od času se navštěvují. Pracoval celý život v dětském domově a jeho práce byla smyslem jeho života.

Respondent Jiří H.

Jiří H. i přes svůj důchodový věk chodí stále do zaměstnání. Ve svých 73 letech si zatím nepřipadá jako starý a na odchod do důchodu vůbec nepomýšlí. S manželkou vedou velmi aktivní život, hodně cestují, sportují, mají bohatý kulturní život. Má dvě dcery a dvě vnučky, se kterými tráví hodně času. Líbí se mu dnešní moderní doba. Je velkým optimistou.

Respondent Jana F.

Janě F. je 75 let, má dvě děti, tři vnoučata a jedno pravnouče. Je vdova, žije sama v bytě v Praze. Je pro ni finančně náročné vyjít s měsíčním důchodem, na všechno placení je sama, není to pro ni jednoduché. Ale má velkou oporu ve své rodině. Snaží se stále aktivně využívat svůj volný čas. Pravidelně dochází do aktivizačního centra na Praze 9, kdy je široká nabídka kurzů, akcí či výletů pro seniory.

Respondent Jana D.

Jana D. je vdaná, žije se svým manželem v bytě v Praze. Má dvě dcery, tři vnuky. Odchod do důchody byl pro ni hektický, ale zároveň to vnímá jako vysvobození od stresující práce. Nyní si užívá spíše klidného stáří v pohodlí domova se svým manželem. S vnoučaty moc času netráví, s dětmi je zejména v telefonickém kontaktu. Navštěvují se jen několikrát do roka.

Respondent Helena Š.

Heleně Š. je 78 let. Celý život učila na základní škole. Po odchodu do důchodu stále učila na zkrácený úvazek. S učitelstvím definitivně skončila před dvěma lety. S manželem žijí v domě s pečovatelskou službou v Praze. Mají dvě děti a tři vnoučata, které často hlídají a starají se o ně. Mají spoustu aktivit, hodně času tráví na své chalupě, podnikají výlety, chodí za kulturou. Vynahrazují si to, na co neměli při zaměstnání čas.

4.2.5 Interpretace a analýza získaných dat

V průběhu výzkumného šetření byla získána potřebná a aktuální empirická data týkající se problematiky stárnutí a stáří. Výzkum byl zaměřen na tři generace české populace, kdy cílem bylo zjistit názory jedinců a jejich pohled na danou problematiku. Výzkumné šetření probíhalo v návaznosti na teoretická východiska. Interpretace a následná analýza získaných dat bude realizována dle následujících kategorií:

1. Vnímání stáří, stárnutí, seniorů
2. Vnímání kvality života seniorů

3. Trávení volného času seniorů
4. Společnost v souvislosti se stářím
5. Média v souvislosti se stářím
6. Mezigenerační vztahy a rodina
7. Důchodový systém v ČR

1. Vnímání stárnutí, stáří a seniorů

Obecně se stárnutí považuje za individuální životní proces, kdy každý jedinec stárne odlišnou rychlostí a každému přináší stáří jiné změny. Není to nic neočekávaného, týká se každého člověka a je neodmyslitelnou součástí životního vývoje. Vnímání stárnutí může být různé, záleží na konkrétním jedinci. Stárnutí s sebou samozřejmě přináší různá pozitiva a negativa a je na každém, jak tuto skutečnost vnímá. Se stárnutím bývají spojeny i charakteristické projevy jako je pokles tělesných funkcí, změny vzhledu, vrásky, pokles výkonnosti atd.

Mladá generace si představuje stárnutí různě, vnímají stárnutí jako součást života, ale převážně se na toho období netěší nebo si stárnutí prozatím nijak nepřipouští:

„Stárnutí chápu jako určitý životní proces, který se nevyhýbá nikomu z nás, ač si to moc nechcem připouštět. Já to stárnutí ještě rozdělju na fyzické a psychické. To fyzické vidíme na první pohled, je na povrchu, jde hlavně o náš vzhled. V psychickém stárnutí naopak vidím ty životní zkušenosti, způsob myšlení, emoce a tak.“ (Milan K., 20 let)

„Stárnutí musíme brát jako přirozený koloběh života, tomu se prostě nevyhnem. Každý by se s tím měl smířit. Ale málokdo z nás v našem věku si to připouští, to je jasný.“ (Adriana W., 22 let)

„Stárnutí prostě patří k životu. Samozřejmě nám nějaký věci vezme, ale zároveň i spoustu nového přináší. A abych byl upřímněj, já se na to svoje stárnutí teda netěším.“ (Jan T., 35 let)

Existuje řada projevů, které jsou charakteristicky spojovány s procesem stárnutí. Ať už to je ubývání sil a chutě do života, stále větší počet vrásek, stárnutí kůže, šedivění vlasů a mnoho dalšího. Zástupci mladé generace vnímají nejčastěji jako charakteristické projevy zejména tyto:

„Tak hlavně se to stárnutí asi začne postupně projevovat na únavě celého těla. Vrásky samozřejmě přibývají. Lidi postupně začnou ztrácet takovej ten svůj elán do života. Jo a taky šedivění, to k tomu rozhodně patří.“ (Richard M, 32 let)

„Tak jako charakteristický projev vidím hlavně to, že si ti stárnoucí lidi začnou vůbec připouštět, že začíná bejt něco jinak. Změny jsou jak na těle, tak na duchu, jak se říká. Je to ubývání sil, scvrklá kůže, šediny. Stárnoucí lidi začínají bejt víc a víc nervózní a tak. Myslím, že je toho dost, co nás jednou čeká a nemine.“ (Jana H, 27 let)

Jak již bylo zmiňováno, stárnutí s sebou přináší řadu změn a to jak pozitivních, tak negativních. Mladí vidí pozitiva hlavně v získávání určitého životního nadhledu, získaných zkušeností, přibývajících moudrosti. Pozitivně vidí i to, že člověk začne být klidnější, začínají mít větší rozum než mladí:

„Pozitivum je určitě v tom, že se člověk začíná zklidňovat. Zkrátka stárnoucí člověk už není tak divokej, jak za mlada. Stává se zkušenějším, moudřejším, alespoň podle toho, co se říká, že...“ (David K., 29 let)

„Pozitivně bych brala na stárnutí to, že lidi s přibývajícím věkem získávají určitý životní nadhled.“ (Adriana W., 22 let)

Negativní projevy stárnutí jsou pak hodně spojovány s fyzickými projevy, jako jsou stárnutí kůže, přibývání vrásek, ubývání sil, postupné změny vzhledu, zpomalování atd. Což opět vyplývá z odpovědí respondentů:

„Negativa vidím hlavně v těch změnách na těle, to že člověk začíná vypadat hůř a sešlejší. Člověk se stává více a více konzervativnější.“ (David K, 29 let)

„Negativně vnímám ty věci jako scvrkávání kůže, zásadně se začne měnit postava a vzhled, postupně dochází ke ztrátě fyzické aktivity, začínají se více objevovat zdravotní problémy a určitě mnoho dalšího.“ (Adriana W, 22 let)

Pojem stárnutí si velmi podobně vysvětlují i zástupci generace středního věku. I když by se dalo očekávat, že se stárnutím budou již více smířeni, spíše stárnutí berou jako danou věc, které se nelze vyhnout. Respondenti v této kategorii všichni shodně dodávají, že je důležité v tomto období nebýt sám:

„Stárnutí vnímám jako přirozený biologický proces. Vždyť jde snad o jedinou spravedlnost, která potká všechny bez výjimky. Ale nikdo se na to netěšíme. Ale pokud je člověk zdravý, obklopený rodinou, přáteli a má své zájmy, tak se to stárnutí podle mě dá

zvládnout vcelku v pohodě. Jen je nevýhoda v tom, že nikdy nikdo neví, jak dlouho tahle „pohoda“ bude trvat.“ (Jindra F., 60 let).

„Stárnutí se nevyhneme bohužel nikdo. Je to smutný, ale je to tak. Každého ho to potká jinak, u každého to bude jinak rychlý, ale všichni nakonec zestárnem. Hlavně na to nebejt sám, to by to pak bylo smutný. Člověk se těžko smiřuje se změnami, který na sobě začíná pozorovat, ať už je ty vypadávání vlasů, šediny, vrásky, méně sil a elánu... Podpora z okolí je potřeba, nebudem si nic nalhávat.“ (Karel D., 58 let)

Průběh svého stárnutí, jeho rychlost a projevy si může do jisté míry ovlivnit každý jedinec sám. Ve stáří se začínají projevovat ty takzvané hříchy mládí:

„Pod stárnutím si představuji přirozený běh života, je to pozvolná degenerace organismu. Každý člověk stárne a ani hromada plastik nám v tom nepomůže, všichni jednou ty vrásky a šediny mít budem. A hlavně nejde jen o ten vzhled, to stárnutí vnitřní k tomu patří taky. Je těžký se s tím smiřovat. Podle mě, pokud se člověk celý život o sebe stará, dává tělu vše potřebné, ať už sportem, zdravou stravou a tak, právě v tomto období se mu to začne vracet. Hodně důležitý je i pozitivní pohled na svět. Bohužel tohle funguje i v opačném případě, kdy člověk sám si to stárnutí negativně ovlivňuje... Pokud život trávil na gauči, s cigaretou a alkoholem, stárnutí pro něj bude krušnější a zřejmě i rychlejší.“ (Monika V., 45 let)

Střední generace se stejně tak i v otázce pozitiv a negativ souvisejících s procesem stárnutí a i v rámci charakteristických projevů stárnutí vyjadřovala dosti podobně jako generace mladá. Někteří respondenti sami přiznali, že určité projevy stárnutí začínají pociťovat už i na sobě:

„Pozitiva stárnutí vidím v určitém životním nadhledu a jako největší negativum vnímám postupnou ztrátu síly, samozřejmě sníženou bystrost a to slavné zapomínání. A tady mluvím již z vlastní zkušenosti bohužel.“ (Jindra F., 60 let)

Názory na stárnutí z pohledu seniorů byly již více různorodé. Respondenti hlavně odpovídali na základě svých vlastních zkušeností z průběhu stárnutí. Někdo na to kouká s nadhledem, se stárnutím je smířený nebo si ho nepřipouští. Optimistický pohled na věc v tomto ohledu berou jako nejdůležitější. Každý z dotazovaných vnímá, že to stárnutí tu je, ale tím, že si to vnitřně nepřipouští, ty projevy nejsou takové:

„Stárnutí... co to je proboha za slovo? To já vůbec neznám (smích). Ale skutečně, já si do dneška zatím ještě nepřipustil, že by začlo být něco jinak. Stále chodím do práce a stále na to mám dostatek sil. Snažím se pořád si života užívat a aktivně trávit ten čas. Jasný, člověku přibývají vrásky, šediny... I já třeba blbě vidím, stále někde něco hledám, občas už i zapomínám. Nebudu ze sebe dělat, že jsem vypil elixír věčného mládí. Ale základem je, aby si to stárnutí člověk nepřipouštěl, bral to s nadhledem, nehledal na sobě neustále nějaký změny a choroby a tak vůbec. A tím, že bude fňukat a stěžovat si, to mu je taky na dvě věci jak se říká...“ (Jiří H., 73 let)

„No u mě to stárnutí nebylo nic prudkého, že bych se jednoho dne vzbudila a zděsila se, že stárnu. Jde to stále tak nějak pozvolna, člověk to s odstupem času na sobě vidí, ale já si ještě pořád nepřipadám jako v důchodu. Přijde mi, že s každým rokem navíc mám času méně a méně. Pokaždé si udělám spoustu plánů a pak splním sotva čtvrtinu. Zkrátka člověk se stává pomalejším a i ty běžné věci mu pořád dýl a dýl trvají. Ale samozřejmě, to že člověk začne stárnout, není důvod k tomu, aby seděl zavřený doma a jen čekal... Pořád mám spoustu aktivit. Ale samozřejmě, že dřív nebo později se ten zvyšující se věk začne podepisovat na člověku zejména po zdravotní stránce. Ale jak říkám, dokud ráno dokážu vylézt z postele, tak jsem na tom ještě skvěle.“ (Helena Š., 78 let)

Na druhou stranu jsou i tací, kteří to své stárnutí nesou velmi špatně, a v souvislosti se stárnutím je nenapadá žádná pozitivní věc. Celý ten proces změn je určitým způsobem poznamenal a jen s těží, se s touto realitou smířovali. Zde se skutečně potvrzuje obecný předpoklad, že stárnutí je velmi individuální proces a u každého jedince má jiný průběh:

„Tak nějak celý život člověk podvědomě ví, že jednoho dne začne stárnout, ale to je tak vše. Dneska už vím, že je potřeba, aby se člověk na to důkladně připravil po psychické stránce. Já jsem počítal s tím, že jednoho dne se to stárnutí začne projevovat, že ty změny přijdou, že budu muset odejít z práce... ale já jsem se za tu celou dobu práce s dětmi nestihl připravit. Celý ten proces stárnutí a vše kolem, co s tím přicházelo, jsem velice špatně psychicky snášel, stále víc jsem si přišel nepotřebný, na obtíž, až jsem nakonec musel vyhledat odbornou pomoc. Skutečně Vám nedokážu říct nic pozitivního, co bych si spojoval se stárnutím. Celý život jsem nebyl nemocný a teď už jsem po dvou infarktech a mám vážné onemocnění dolních končetin. Opravdu byl ten můj přechod z toho produktivního věku do začínajícího stáří náročný a dost mě to psychicky poničilo.“ (Petr N., 72 let)

„No, moc pozitiv na tom stárnutí nevidím. Člověk začíná celkově chátrat, více se projevují různé nemoci a zdravotní problémy. Není to nic moc. Člověk rád vzpomíná, jaké to bylo za mlada. Jediné snad, že ten život začne být takový klidnější... Ale i s tím se špatně vyrovnává... Byla jsem zvyklá zvládat hodně věcí najednou, dnes mi trvá celý den, než třeba doma jen poklidím. A s přibývajícými léty je to horší a horší.“ (Jana F., 75 let)

Stáří lze jen obtížně definovat, je chápáno jako závěrečná etapa lidského života. Často se setkáváme s tím, že stáří je bráno spíše negativně a s jistými obavami. Současně však také existují lidé, kteří stáří považují za jedno z nejkrásnějších období. Opět je to individuální a ovlivňuje to řada okolností.

Mladá generace má ke stáří buď neutrální postoj, nebo lehce negativní. Vnímají to jako něco vzdáleného, nad čím buď nepřemýšlí či se na to netěší. Což dokládají i odpovědi v rámci šetření, kdy nikdo z dotazovaných neřekl, že by se na stáří nějak připravoval, kromě toho, že dvakrát zazněla odpověď, že si spoří na důchod. Pozitiva spatřují zejména ve volném čase, klidu a odpočinku. Velké negativum pak vidí zejména ve zhoršení finanční situaci, zdravotních problémech, osamělosti:

„Když se řekne stáří, jako první mě napadne čas na odpočinek. Popravdě se na stáří netěším, ale k životu to patří. Já se akorát modlím, abych ve stáří vypadala jako moje maminka, která je už v důchodu a pořád vypadá dost šmrncovně. Ale osobně se na stáří zatím nijak nepřipravuju, nepřipouštím se to. Jediné co, tak si spořím na důchod, to je tak všecho.“ (Tereza N., 25 let)

Tak spolu se stářím přichází i hodně volného času. Člověk se konečně může naplno věnovat sám sobě, své rodině, svým koníčkům. Mohou si svůj den plánovat, jak se jim zlíbí, nemusí se nikomu podřizovat. To je asi velká výhoda oproti lidem v produktivním věku. Ale samozřejmě vše je závislé na zdravotním stavu. Je jasný, že se stářím přicházejí i zdravotní problémy a tak. Což je ta špatná stránka věci. Jo a taky peníze. Nemyslím si, že by dnešní důchodci měli nějak na rozhazování, aby si mohli to své stáří patřičně užívat. To je velký mínus určitě. Já si už několik let na důchod spořím, abych si ani ve stáří nemusela odpírat to, co mám ráda. I když kdo ví, jak to tu za ta léta bude vypadat.“ (Jana H., 27 let)

„Stáří chápu jako výsledek procesu stárnutí. Jako první v souvislosti se stářím se mi vybaví důchodci v důchodáku a opravdu se na své stáří netěším. Podle mě jsou lidi většinou nějak omezený ať už fyzicky nebo mentálně. Taky je tam vysoké riziko samoty. Je to pomalej

konec života, kdy už vás nic nečeká, to nejlepší máte už za sebou. Na svoje stáří se nijak nepřipravuju, je to daleko. Ale asi by se mi líbilo prožívat ho v přírodě, sám si pěstovat jídlo a užívat si klid bez cizích lidí.“ (David K., 29 let)

Střední generace vnímá stáří zejména jako smutné období. Nikdo z dotazovaných neřekl, že by se na své stáří nějak připravoval či dokonce těšil. Ale na druhé straně toto období vidí jako období klidu, kdy je čas věnovat se rodině, zejména pak vnoučatům, člověk již nemusí chodit do zaměstnání, což vnímají jako pozitivum. Zároveň si uvědomují i negativa, která stáří přináší, jako jsou zdravotní problémy, ztráta životního elánu, obavy z nesoběstačnosti či nemohoucnosti:

„Tak i stáří patří k životu, takže ho беру normálně. Uvidíme, jak to bude, až si opravdu sám přijdu starý. Zatím nad tím nějak nepřemýšlím. Myslím, že ke stáří patří radost z vnoučat, z dětí, člověk si může užívat klidu, nemusí tolik pracovat... To je fajn. Zároveň však k tomu patří i druhá stránka věci, kde je strach z nemohoucnosti, osamocení, obavy z nemoci. Každý se tak trochu bojí, že na stará kolena zůstane sám, opuštěný a nemohoucí.“ (Zdeněk H., 54 let)

„První co mě napadne ke stáří je, že stáří nestojí za nic. Vždyť je s tím spojený akorát tak úbytek sil, člověk se začíná cítit více sám, jak je stále doma. Není to asi úplně nejšťastnější období. Ale zase pokud kolem sebe máte rodinu, je to příjemnější.“ (Jana K., 63 let)

„Na stáří se nepřipravuji. Spíš naopak. Aktivním přístupem k životu a vzhledem k dobrému zdraví se snažím to své stáří oddalovat. Není to nic, na co bych se totiž těšila.“ (Jindra F., 60 let)

Senioři jsou toho názoru, že si to stáří člověk nesmí tak připouštět. Pak se to dá zvládat celkem dobře. Každý se s touto skutečností srovnává jinak. Někdo svůj odchod do důchodu prožíval bez větších komplikací, pro některé to bylo obtížné. Ale se svým stářím jsou více méně smíření, nebo si starými ještě neprijdou. Stejně tak se respondenti shodli na tom, že pokud to zdravotní stav dovoluje, je důležité najít si smysluplnou náplň svých dnů. Žádný z dotazovaných se na své stáří nijak nepřipravoval a své stáří si převážně začali uvědomovat až s odchodem do důchodu:

„Člověk si to stáří nesmí připouštět, pak je to dobrý. Jakmile si pak člověk vnitřně připustí, že je starý, nemohoucí, tak to pak stojí za starou bačkoru. Mám právě kamarádky,

co jsou takhle pesimistické a nevypadají vůbec dobře. Na člověku je to znát, jak k tomu přistupuje. Já se na stáří vůbec netěšila, bála jsem se toho a chtěla jsem to pokud možno co nejvíc oddálit. Ale můžu říct, že teď si ho užívám, jak jen můžu. Začala jsem si to uvědomovat až s tím odchodem do důchodu. Že vlastně teď bude něco jinak. Předtím mě to ani nenapadlo nad tím nějak přemýšlet. Všichni víme, že to jednou přijde, tak proč si s tím lámat hlavu předem.“ (Božena M., 70 let)

„Největším přínosem stáří je pro mě to, že už nemusím být ve stresu kvůli práci. To, že už se nemusím bát, zda mě vyhodí z práce. To, že si vlastně teď žiju tak nějak po svém a hlavně v klidu. Na druhou stranu se začínají objevovat více choroby, zdravotní problémy. Já jsem teda na tom ještě jakž takž dobře. To třeba můj muž, ten je na tom hůř. No a pak takové to, že tělo zkrátka postupně stárne, jednou bolí ruce, pak zase nohy, postupně mizí síla. Ale to už zkrátka k tomu patří, tomu se nevyhnem.“ (Jana D., 76 let)

Z teoretických východisek vyplývá, že seniorem se člověk stává tehdy, pokud překročí střední generaci. Obecně se předpokládá, že mladá generace nepřistupuje ke starším občanům s dostatečnou úctou. Dle odpovědí respondentů tento předpoklad není daleko od pravdy. Český senior působí spíše negativním dojmem v očích mladé generace. Ti si českého seniora představují jako sociálně slabšího s nedostatkem financí, věčně nespokojeného, doma u televize či nad křížovkami:

„Když se řekne senior, vybaví se mi moje babička. Nebo pak si vybavím přesně ty důchodce, co najížděj v sedm ráno do Kauflandu na slevy. Momentálně to prostě takhle vnímám. Zároveň si myslím, že čeští senioři nemají dostatek finančních prostředků na to, aby si mohli kvalitně užívat to stáří. Každý z nich přehazuje korunu z ruky do ruky.“ (Jana H., 27 let)

„Českého seniora vidím jako člověka ve starším oblečení, co si stěžuje na nízký důchod a jak jim stát dává málo dávek... a přitom ještě šetří sobě a svým dětem peníze.“ (David K., 29 let)

„Takového typického českého seniora si představuju věčně nespokojeného, neustále stěžující ho si spořilka, co sedí doma u televize nebo si luští křížovky.“ (Jan T., 35 let)

Samozřejmě se v dnešní společnosti objevují i takové názory, je senioři jsou vnímáni spíše jako přítěž:

„Českého seniora vnímám jako poměrně sociálně slabého občana, který je pro společnost víc přítěží. Nemyslím si, že by měli nějaký potenciál pro společnost jako celek.“ (Richard M., 32 let)

Co se týče používaného označení pro starší jedince, je pro mladou generaci nejužívanější označení „důchodce“:

„Řekl bych, že když hovořím o starších občanech, už tak nějak ze zvyku používám označení důchodce.“ (David K., 29 let)

„Starší člověk je pro mě zkrátka důchodce. Beru to tak automaticky a i to označení důchodce člověk slyší nejčastěji.“ (Richard M., 32 let)

I přesto se někteří snaží starší občany oslovovat s určitou úctou, pokud je to možné. Jako další používané označení zaznělo „senior“ nebo „ti starší“:

„Většinou se snažím hovořit o starších lidech s úctou a podle toho je i tak oslovovat, ale... záleží zas na společnosti. Občas to s těmi senilnějšími jedinci moc nejde. Ale takové neutrální označení si myslím, že je Ti starší.“ (Jan T., 35 let)

„Pro označení starších lidí asi nejčastěji používám důchodci. Mám to tak nějak zažité a s tím stářím spojené. Nebo když chci být seriózní, používám označení senioři.“ (Jana H., 27 let)

Lze jen obtížně určit přesnou hranici, kdy se člověk stává skutečně starým. Spodní hranice stáří není nijak pevně stanovená, v literatuře se nejčastěji objevuje, že starým se člověk stává s odchodem do důchodu, případně po 65. roku věku. Současně se však dodává, že ve skutečnosti je to velice individuální. S tímto tvrzením se ve většině ztotožňují i oslovení jedinci z mladé generace. Shodují se, že člověk se stává starým tehdy, kdy si to sám připustí, případně ho začne za starého považovat jeho nejbližší okolí:

„Člověk se stává starým asi tehdy, když si to sám v sobě připustí. Nemyslím, že to tak úplně závisí na věku.“ (Milan K., 20 let)

„Je těžké říct, kdy se člověk stává starým, spíš bych řekl, že je to kombinace věku a vzhledu, v tomhle případě u každého asi dost individuální.“ (David K., 29 let)

„Myslím, že já osobně si budu připadat starým, až mě tak budou nazývat vlastní potomci.“ (Jan, T., 35 let)

Pouze v jednom případě zazněla věková hranice stáří a to 60 let:

„Podle mě se člověk stává starým tak v šedesáti, je to taková ta věková hranice. Víím, že je to asi na každém a jeho vnitřním pocitu. Ale v té společnosti by nějaké přesné určení být mělo. A pro mě je ta hranice těch šedesát no.“ (Jana H., 27 let)

Generace středního věku se svými názory na starší občany příliš neodlišuje od té mladé. V případě označování starších občanů se snaží mimo „důchodce“ používat i vstřícnějších označení, jako například „babča a děda“, „starší pán/paní“ apod. Hranici pro stáří vnímají stejně jako předešlá generace, tedy, že je to velmi variabilní a záleží na jedinci. A i v případě vnímání českých seniorů se obě generace shodují a vyobrazují ho jako toho šetrivého, důvěřivého jedince:

„Tak pokud už je někdo hodně starý, říkám stařečci. Nebo tak jako většina lidí... důchodci. A starým se člověk stává asi tehdy, když si to sám připustí nebo když si začne připadat nepotřebný. Hodně záleží na zdraví a vitalitě. Někdo je čiperka do 90 a starý si nepřijde... Někoho ty zdravotní problémy spojené se stářím postihnou o dost dříve. Když se řekne senior, vybavím si už hodně starého člověka. A českého seniora vnímám jako takového hodně šetrivého. Asi je to hodně tím, že zažili tu válku, tak je to asi naučilo šetřit.“ (Vladka V., 50 let)

„Pro označení starších občanů říkám neutrálně Ti dříve narození. Ale pravdou je, že člověk nejčastěji slyší označení důchodce. Nemyslím si však, že je to důstojné označení. Jako první se mi při slově senior vybaví seniorské slevy na dopravu, zvýhodněné vstupné na výstavy, do kina. A českého seniora vnímám bohužel jako příliš důvěřivého a lehce zmanipulovatelného člověka.“ (Jindra F., 60 let)

V případě nejstarší generace existují určité názorové rozdíly oproti předchozím dvěma generacím. V případě označování starších občanů užívají serióznější oslovení. Označení „důchodce“ nepoužil žádný z dotazovaných. Vstřícnější označování odůvodňují tím, že i pro ně samotné je milejší, když se o nich hovoří jinak, než jako o důchodcích, babkách či dědcích:

„Kolikrát člověk slyší... ty babko, dědku, co tady děláš... třeba v tramvaji nebo obchodě. To není zrovna příjemné. Už jen z tohoto důvodu já sama se označuju jako starší paní a i o ostatních takto mluvím.“ (Božena M., 70 let)

„Rozhodně bych se nikdy neoznačil jako důchodce. A asi proto tak neoznačuju ani ostatní. Nejčastěji se mezi námi objevuje babčo a dědo. Je to tím, že drtivá většina jimi opravdu jsme a oslovují nás tak naše vnoučata a přijde nám to zcela přirozené.“ (Jiří H., 73 let)

„Bohužel takové to obecně zažité označení pro nás starší je důchodce. My si ale tak neříkáme. Doma si říkáme babičko, dědo. Ve společnosti pak třeba si říkáme To my dříve narození nebo tak.“ (Jana D., 76 let)

„Tak většinou se říká důchodci. Pak třeba v novinách, v televizi se používá spíše seniori. Ten senior, to je pro člověka takové přijatelnější označení. Důchodce mi přijde takové dost hanlivé.“ (Jana F., 75 let)

Nikdo z oslovených seniorů se přímo neztotožňuje, že by byl takový, jak vyplývá z názorů mladé a střední generace. Ale i oni sami vnímají obecně seniory kolem sebe jako nespokojené občany. Setkávají se s jedinci, kteří si obvykle jen stěžují. Také spoluobčany v rámci své věkové kategorie vnímají jako důvěřivé a snadno zneužitelné jedince:

„Můj pocit je ten, že většina českých seniorů jsou absolutní nespokojenci, kteří mají spoustu výhrad totálně ke všemu kolem. Tady v domově jsem se setkal s tím třeba, že si seniorky stěžovaly na to, že na střeše sedí holubi a že co s tím kdo bude dělat. Já jsem na to zůstal vysloveně zírat. Opravdu, jejich starosti na moji hlavu. Nedivím se, že jsem pak jako celek prezentováni jako ti, co si neustále na něco stěžují.“ (Petr N., 72 let)

„Já jsem spokojený optimista. Mám to v sobě srovnané a to je to nejdůležitější. Pač lidi, si spoustu nemocí způsobují svým negativním přístupem a pohledem na svět. Opravdu, vždyť si to vezměte. Tady v Čechách jakoby synonymum pro stáří bylo neustále nadávat a stěžovat si. A to úplně všude a úplně na všechno, hrůza.“ (Jiří K., 68 let)

„Podle mě, čím je člověk starší, tím víc brečí. A to aniž by musel. A také si myslím, že starší občané jsou až moc důvěřiví a tím pádem i snadno zneužitelní.“ (Jana D., 76 let)

Převážná část seniorů sama sebe nepovažuje za starého jedince. Dle nich to prý s věkem moc nesouvisí. Člověk se tak skutečně musí cítit, aby se starým stal:

„Já si jako stará rozhodně nepříjdu. Dokud jsem soběstačná a zvládám běžné věci relativně v pohodě, asi se na tom nic nezmění. Víím, že už mám svůj věk a ten můj zevnějšek už taky stojí za prd, ale vnitřně se zatím jako stará opravdu necítím.“ (Helena Š., 78 let)

2. Vnímání kvality života seniorů

Z literárním pramenů vyplývá, že pojem kvality života není možné jednoznačně vymezit. Důvodem je, že kvalita života a její úroveň je přísně individuální. Kvalita života a její hlediska jsou ovlivňována rozmanitými faktory, které jsou zcela závislé na aktuální situaci daného jedince.

Pod kvalitou života seniorů si mladá generace představuje určitý životní komfort ve stáří, to, co si člověk může či nemůže dovolit. Jako hlavní faktor, který kvalitu života ovlivňuje, vnímají finance, dále pak zdravotní stav a prostředí, v jakém jedinec žije. Z výpovědí respondentů je patrné, že kvalitu života seniorů nepovažují za příliš kvalitní:

„Pod pojmem kvalita života seniorů si představím určitý standard toho, co si člověk ve stáří může dovolit a co si bohužel musí odepřít. Vše záleží na penězích, pokud člověk celý život šetřil a má dostatek peněz i ve stáří, může si dopřát více luxusu než ten, kdo nemá našetřeno nic. Taky to podle mě ovlivňuje životní styl dotyčného či rodina. No každopádně si myslím, že ta kvalita ve stáří asi nebude nic moc.“ (Adriana W., 22 let)

„Pojem kvalita života seniorů chápu jako určitou úroveň života, které dosahují staří občané v posledních letech svého života. Hodně na to má vliv finanční zaopatření a samostatnost, psychická a fyzická kondice, zdravotní podmínky. Ale celkově si myslím, že ta kvalita ve stáří nebude zrovna moc valná. Doufám, že se úroveň zvedne, než budu v obdobném věku.“ (Jan T., 35 let)

Velmi podobné odpovědi zaznívaly i od respondentů ve středním věku. Pojem kvality života si vysvětlují také jako jistou životní úroveň ve stáří, která je nejvíce ovlivňována finančním zajištěním, dále zdravotním stavem a rodinou. Kvalitu života považují za individuální faktor, kdy záleží na každém jedinci, jaká je jeho konkrétní situace:

„Někdo žije kvalitní život a někdo zase ne. Záleží to na penězích, zda má našetřeno, zda má slušný důchod nebo zda žije z ruky do huby. To ta kvalita moc dobrá asi nebude.“ (Jana K., 63 let)

„Kvalita života ve stáří bych řekl, že je dost různorodá. Záleží, jak kdo je finančně zabezpečen, taky na jeho zdraví a podle mě velký vliv má i rodina.“ (Zdeněk H., 54 let)

Senioři se v otázce kvality života shodují, že je to zejména o osobním přístupu. Zároveň dodávají, že je to samozřejmě ovlivněné finanční a zdravotní stránkou jedince.

Každý má své hodnoty nastaveny jinak a není možné kvalitu života jednoznačně určit, zda je dobrá nebo špatná:

„No tak kvalitu života seniorů mohou ovlivnit především finanční faktory a také zdravotní hledisko. Pokud si člověk nemůže dovolit koupit třeba něco, co by mu udělalo radost, tak to rozhodně ovlivní kvalitu života. Třeba to, že si nemůže dovolit koupit kvalitní potraviny, ovoce, zeleninu, kvalitní maso a tak dále. Ale každý to má nastaveno jinak samozřejmě. Co pro jednoho je důležité, druhý může vidět jako zbytečnost, kterou k životu nepotřebuje. To záleží na každém, jaké má životní priority.“ (Petr N., 72 let)

Dále jsou také toho názoru, že velkou roli v tomto ohledu hraje partnerský vztah a rodina, která je v tomto věkovém období velice důležitá:

„Tak kvalita života ve stáří se dá chápat různě. Já v tom vidím to, jak se člověk cítí být spokojen nebo nespokojen v životě. Určitě to hodně ovlivňuje partnerský vztah a rodina. Protože, když to funguje, tak v tomhle věku jste na to nejvíc upnutá, na vnoučata, na rodinu jako celek. Moje myšlenky se stále zaměřují na rodinu. Díky nim si myslím, že prožívám kvalitní stáří.“ (Helena Š., 78 let)

3. Trávení volného času seniorů

V období stáří je velmi důležité najít si určitou náplň svých dnů. V dnešní době se seniorům nabízí nespočet možností, jak trávit svůj volný čas. Aktivity a činnosti je možné přizpůsobit aktuálnímu fyzickému i duševnímu stavu. Existují různá aktivizační centra, kde mají širokou nabídku různých programů, aktivit, kroužků, které jsou vyloženě uzpůsobeny starším občanům. V domovech pro seniory či v domech s pečovatelskou službou se také nabízí možnosti k smysluplnému využití volného času. Dnes je standardem, že například cestovní kanceláře mají v nabídce různé zájezdy konkrétně pro seniory, kde je program uzpůsobený jejich potřebám. Na většinu kulturních akcí mají senioři snížené vstupné. Tedy opět záleží na uvážení každého, jak moc aktivně chce svůj čas využívat nebo zda dává raději přednost pohodlí domova a svému klidu.

Mladá generace je spíše názoru, že senioři v České republice nejsou příliš aktivní. Podle nich dostatečně nevyužívají nabízených služeb a raději tráví svůj čas pasivně doma u televize, či si luští křížovky. Takto si i představují, jak senioři tráví svůj den. Podle mladých lidí ve staří již pomalu ztrácejí elán do života a nemají chuť se aktivně zapojovat. Dávají spíše přednost klidnému prožívání svého stáří:

„Podle mého senioři v České republice netráví svůj čas nijak aktivně, věnují se spíše té pasivní zábavě. Viděl bych to tak maximálně na procházky, ale jinak televize nebo povídání si s ostatními důchodci. Alespoň u nás na malém městě to tak je. Nevidím, že by babička dělala něco jiného.“ (Milan K., 20 let)

„Já bych řekl, že ten čas využívají nedostatečně aktivně. Podle mě každý důchodce je typický křížovkář, co sedí a luští od rána do večera. Nebo se často shromažďují jen spolu, sedí a povídají, ale pak nic víc aktivního nedělají, a proto upadají do blbejch nálad, že to je na nic a tak. Přitom dneska mají možností víc než dost, ale to by museli trochu chtít začít s tím něco dělat.“ (David K., 29 let)

U dotazovaných v rámci mladé generace převažoval spíše názor, že senioři nejsou dostatečně aktivní a nevyužívají svůj čas tak, jak by mohli. Pouze jedna odpověď se lišila, kde si respondentka myslí, že si senioři svůj volný čas dokáží užívat:

„Já si myslím, že se senioři baví, že se nenudí. Mají čas na výlety, na kulturu, na rodinu. Podle mě se snaží aktivně zapojovat a ne jen sedět doma. Hodně se věnují vnoučatům, s vrstevníky chodí po výstavách, do divadla a tak. Taky si myslím, že dokud jsou na tom zdravotně dobře, tak se nebojí ani cestovat. Vidím to u svojí mamky, ta furt někde je a rozhodně jen doma nesejí.“ (Tereza N., 25 let)

Generace středního věku už tak jednoznačný názor na trávení volného času nemají jako generace mladých. Opět se shodují, že i zde je to velmi individuální a není možné uvádět nějaký obecný vzor. Uvědomují si, že v trávení volného času existují rozdíly v závislosti na zdravotním stavu a vitalitě jedince nebo také zda dotyčný žije ve městě či na vesnici:

„Tak co se týče aktivit, řekl bych, že dost záleží na zdraví dotyčného. Ale hlavně bych viděl rozdíl v tom, kde člověk žije. Myslím, že ve městě jsou lidi aktivnější. Asi to bude tím, že v tom městě se toho víc nabízí... To máte kina, divadla, výstavy, různé akce a tak. A člověk to má lehce dostupný. Ale co na vesnici, tam moc na výběr nemají. A dojíždění do města není vždy úplně možný.“ (Zdeněk H., 54 let)

Existují určité rozdíly mezi muži a ženami. Kdy ženy jsou obecně považovány za více aktivní ve stáří než muži:

„Při své práci se setkávám s mnoha seniory a vím, že mnozí z nich mají koníčky, navštěvují koncerty, výstavy, mají spoustu přátel... Mnoho žen ve velmi pokročilém věku navštěvuje Univerzitu třetího věku. Řekla bych, že ženy jsou aktivnější než muži. Ale také se

setkávám s lidmi, kteří zdaleka nejsou ani osmdesátiletí a jsou nemocní, osamělí, protivní... Asi jako všude.“ (Jindra F., 60 let)

Všichni z dotazovaných seniorů sami sebe považují spíše za aktivní jedince, alespoň v porovnání se s ostatními. Ti, kteří jsou na tom zdravotně dobře, se stále věnují nějakému sportu, výletům, cestování:

„Považuji se spíš za toho aktivnějšího, já rozhodně doma na křížovkama nesedím. Na to budu mít dost času, až budu starej (smích). Ale zatím stále každý rok jezdíme s vnučkama na hory a pořád jsem schopnej se na ty lyže postavit. Přes léto hodně jezdíme s manželkou na kola. Mám taky velkou zálibu v alkoholu, takže pravidelně se s mládencema scházíme na pivo. Taky alespoň dvakrát do roka jezdíme do Holandska, máme tam příbuzný. Jo, taky máme chalupu, kde je práce víc než dost. Ale když tam jsem, hrozně rád chodím na ryby, tam člověk úplně vypne a odpočine si úplně od všeho. Takže abych to shrnul, člověk si má prostě užívat, dokud to jde.“ (Jiří H., 73 let)

Mezi respondenty se objevili i ti jedinci, kteří by rádi svůj čas trávili aktivněji, ale nedovolují jim to buď zdravotní, nebo finanční situace. Případně z důvodu, že nemají s kým chodit například na různé kulturní akce:

„Já si myslím, že svůj volný čas trávím spíše klidně. Ale nemůžu tvrdit, že zcela dobrovolně. Manžel na tom není zdravotně nejlíp a nechci ho doma nechávat moc samotného. Takže s dědou trávíme většinu času spolu, máme už zažité své každodenní rituály. Člověk dojde nakoupit, uvaří, něco doma poklidí, večer sedne k televizi nebo si něco přečte. Pak se také občas navštěvujeme s rodinou. Ale upřímně, moc mi chybí takový ten kulturní život. Já bych ráda šla do divadla, na výstavu, ale nemám s kým a samotný se mi samozřejmě nikam nechce. Nemám nějak ve svém okolí nikoho, kdo by se mnou takhle šel. Ne, že bych neměla kamarádky, ale u nich jsou právě ty finanční nebo zdravotní problémy, tak to nejde no.“ (Jana D., 76 let)

4. Společnost v souvislosti se stářím

Na základě teoretických hledisek je zřejmé, že přístup společnosti k seniorům prošel historickým vývojem a existují i značné mezikulturní rozdíly. Postoj vůči starším občanům je svým způsobem závislý na společenských trendech nebo sociálních změnách. Ve společnosti obecně začíná převažovat spíše negativní pohled, který má své odůvodnění

například v tom, že staří lidé mají svůj život za sebou, jejich potřeby nejsou tak důležité, nejsou již ekonomicky aktivní apod.

V případě mladé generace byl tento spíše negativní postoj potvrzen. V rámci české společnosti vnímají, že senioři jsou spíše odstrkováni jako již nepotřební jedinci. Společnost je podle jejich názoru vidí jako lidi bez chuti do života. Dodávají však, že svým způsobem si to senioři způsobují sami, že je společnost takto vnímá:

„Podle mého dnešní společnost vnímá seniory jako nadbytečné a společnost vysávající lidi. Což na tomhle postoji mají tak trochu svůj podíl média, která dokáží dost lidí ovlivnit. Ale i tak, společnost ve starých lidech vidí lidi bez pozitivní energie, bez chuti do života... Za to si už ale důchodci můžou sami. Hlavně tím svým přístupem ke všemu a svým vystupováním. Není den, abych nepotkal nějakého našťvaného, nadávajícího důchodce.“ (Richard M., 32 let)

Tento negativní pohled společnosti na seniory potvrdili ve svých odpovědích všichni respondenti. Ale ne všichni se s tímto vnímáním seniorů ztotožňují:

„Pokud bych mluvil za většinu, tak si myslím, že se ke stáří nechová v Čechách respekt ani úcta. Senioři se berou spíše jako nepotřebná, neaktivní část obyvatelstva. Já osobně mám opačný názor. Vážím si zkušeností, které mi byly a budou předány právě od starší generace.“ (Milan K., 20 let)

Respondenti středního věku také pociťují spíše negativní pohled společnosti na seniory. Jako významný důvod tohoto postoje vidí v tom, že ve společnosti se má za to, že staří zabírají místo mladým, zejména co se týče pracovních míst. Z odpovědí je zřejmé, že dotazovaní si myslí, že dříve se ke starším přistupovalo s větší úctou a ve společnosti měli své postavení:

„Mnozí si myslí, že staří jsou na obtíž a že už by tu neměli být, že ujídají chleba mladým. Zabírají místo mladým v práci i ve společnosti. Dřív tomu tak nebylo. My jako mladí jsme byli vychovávaní k úctě ke starším, senioři byli více váženi. Podle mě je to tou dnešní dobou a změnou poměrů.“ (Jana K., 63 let)

Samotní senioři také vnímají ze strany společnosti spíše negativní postoj. Jsou toho názoru, že je to tou dnešní dobou, kdy je vše o penězích. A také o výchově mladých. Cítí, že dříve tomu bylo jinak, že oni jako mladí měli ke stáří mnohem větší úctu a pochopení.

Proto, jak sami říkají, se snaží být co nejvíce v kontaktu se svými vrstevníky a svou rodinou, tak si nepřipadají jako ti na okraji společnosti:

„Tak stát dává nejvíce na penze a ostatní generace to vnímají tak, že my staří jim užíváme z jejich peněz. Hodně mladých tohle štvě. Když to srovnám s Kanadou, tam je mnohem větší úcta k tomu stáří a starším občanům. A i za našeho mládí ty úcty bylo víc.“ (Jiří K., 68 let)

„Zdá se mi, že panuje taková představa, že starý člověk se stává okrajem společnosti. Myslím, že nás starý nikdo moc nechce řešit. Vědí o nás, že tu jsme a že nás stále přibývá, ale to je tak všechno. Podle mě je to hlavně výchovou v rodině a tou dnešní dobou. Dneska je to jen honba za penězma, dnes se vše měří penězma. Ale tak snažím se být co nejvíce v kontaktu hlavně se svou rodinou a vrstevníkama. To si člověk pak nepřijde, že by byl nějak jiný, na okraji společnosti.“ (Jana F., 75 let)

5. Média v souvislosti se stářím

Média v dnešní době tvoří nedílnou součást společnosti. Jsou součástí každodenního dění a do jisté míry se podílejí na utváření obrazu společnosti. I v případě tvorby negativního postoje vůči stáří hrají významnou roli. Zejména pak v televizi je utvářen negativní mediální obraz stáří. Nejčastěji jsou staří občané prezentováni jako důvěřiví, nesoběstační, samotou trpící lidé.

Mladá generace považuje média za vlivný nástroj a shodují se, že do jisté míry mohou ovlivňovat názory jedinců:

„Tak do jisté míry média ovlivňují každého. Vždyť jsme jimi obklopeni a je nemožný je zcela ignorovat. To spíš pak záleží na každém, jak se k tomu staví, jestli věří všemu, co mu média naservírují, nebo spíš dá na vlastní zkušenost třeba a selský rozum. Ale někdy je to těžký, třeba když člověk s danou kauzou nemá žádnou osobní zkušenost a vlastně jako jediný zdroj informací jsou pro něj právě ty média. Pak je těžký rozlišit mezi pravdou a přibarvenými informacemi.“ (Tereza N., 25 let)

Ovšem obecný předpoklad o negativním mediálním obrazu stáří nebyl potvrzen. Mladí se vyjádřili, že o tuto problematiku se příliš nezajímají a proto to nedokáží objektivně posoudit. V médiích se zaměřují na ty věci, které je zajímají:

„No obecně můžu říct, že média moc nesleduju. A když už, tak pouze věci, co mě zajímají. Musím tedy přiznat, že média na téma stáří moc nečtu ani neposlouchám. Takže nemůžu posoudit, jaký vytvářejí obraz. Opravdu nevím.“ (Adriana W., 22 let)

Generace středního věku se vyjádřila k této otázce neutrálně nebo jsou toho názoru, že se o stáří a seniorech mluví a píše v médiích mnohem více než dříve. A to jak v pozitivním, tak i negativním kontextu. Shodují se, že hodně se probírají výše důchodů, přibývání seniorů v České republice nebo jsou prý senioři oblíbeným tématem politiků v předvolebním období. Spíše se tedy shodují, že obraz médií je takový, jaký se v danou chvíli médiím hodí:

„Tak řekl bych, že se v poslední době o stáří píše a hovoří mnohem více, než dřív. Člověk pořád někdy čte nebo slyší, jak není na vyplácení důchodů, protože počet důchodců se neustále zvyšuje. Nebo zase tamhle se řeší, jak od příštího roku dostanou staříci přidáno. Je to pořád něco. Podle mě nám ty informace servírují, jak se jim to zrovna hodí do karet. Nebo vždyť si vezměte ty papaláše politický. Před volbama každé řeší důchodce, jak udělaj, aby se měli líp a podobný řeči. Vědí, že starejch je hodně, tak toho chtěj využít pro svůj prospěch.“ (Karel D., 58 let)

U seniorů se obecný předpoklad negativního mediálního obrazu potvrdil. Starší občané si skutečně myslí, že v médiích nejsou prezentováni zrovna důstojně, zejména pak ti hodně staří lidé:

„No myslím si, že média o stáří moc dobrý obraz neutváří. Hodně z nás dělaj blbečky nemohoucí a důvěřivý. Podle mě to pak dost ovlivňuje i názory těch ostatních na ty starší občany.“ (Božena M., 70 let)

„Já média nemám rád. To nejsou žádný nobl lidi, to jsou lovci senzací. Jsou schopni ze starého člověka udělat naprostého idiota, jen aby to zaujalo. Nevím, kdy naposledy jsem čet nebo zaslech nějakou seriózní zprávu o seniorech. Oni je ty šéfredaktoři nutí, protože dobrá zpráva je ta špatná zpráva, nejlépe nějaká senzace, to ty lidi baví. Vždyť si vezměte, že lidi čtou nejvíc Blesk. Proboha, co chcete od národa, který čte tohle.“ (Jiří K., 68 let)

6. Mezigenerační vztahy a rodina

Jak vyplývá z literárních zdrojů, mezigenerační soužití není vůbec jednoduché. Zejména je to tím, že existují významné mezigenerační rozdíly v názorech a každodenních zvyklostech. Takovéto soužití více generací pohromadě je založeno na vzájemné empatii

a pochopení a na vzájemných ústupcích. Bez toho je vysoké riziko, že by mohlo docházet až k mezigeneračním konfliktům.

Mladá generace se staví k otázce mezigeneračního soužití spíše skepticky. Dokáží najít jak pozitivní, tak i negativní stránky věci. Pozitivně vnímají to, že rodina je spolu, že funguje vzájemná pomoc, starost o vnoučata a tak. Negativně pak vidí odlišné názory a to, že to celé funguje na určitých ústupcích, což v závěru není dobré. Příčinu mezigeneračních konfliktů spatřují v nedostatečné vzájemné empatii a snaze porozumět tomu druhému:

„Myšlenka je to zajímavá, ale v realitě pak vždy někdo trpí. Já si to nedokážu představit a asi bych takhle žít nechtěl. Pozitivně na tom vidím to, že rodina je neustále spolu. Samozřejmě otázkou zůstává, zda to je dobře. Ale co se týče vzájemné pomoci, tak to dobré asi je. Ale spíš vidím ty negativní věci, kdy skutečně člověk musí dělat různé ústupky, je to hodně o vzájemné toleranci. Často musí docházet ke střetu názorů a následným hádkám a tak. Podle mě má žít každý zvlášť. Třeba v blízkosti, ale každý ve své domácnosti.“
(Jan T, 35 let)

Generace středního věku se k otázce mezigeneračního soužití staví obdobně. Dokáží najít jak pozitiva, tak negativa. Většina z nich s tím má osobní zkušenost, ať už ze svého dětství, mládí nebo současnosti. Avšak ani v jednom případě nezazněla odpověď, že by takto někdo žít chtěl:

„Tak my jsme to zažili. Já když vyrůstala, bydleli jsme všichni společně. Jako malá jsem to vnímala velmi dobře a hlavně to bylo v té době normální. To dneska už je to jiný. Málokdo tady v Praze třeba má dost velký byt na to, aby se tam všichni vešli. Já už si to dneska taky neumím představit. Je to hodně o ústupcích a kompromisech. Mladí ty jsou zvyklí na rychlé tempo, chtějí vše hned. U těch starších je to přesně naopak. Navíc určitě jsou velké rozdíly v názorech. Na druhou stranu zase ti starší se snaží v té rodině pomáhat a pro mladé je to velkým přínosem a ulehčením. Podle mě ideální řešení jsou takové ty dvojdomky, kdy jsou pod jednou střechou, ale zároveň má každý svou vlastní oddělenou domácnost. Na druhou stranu, kdo si tohle dneska může dovolit.“ (Vladka V., 50 let)

U seniorů byl jejich názor na mezigenerační soužití jednoznačný. Každý z respondentů s tím má z průběhu svého života osobní zkušenost a ne vždy na to koukají špatně. Ale dnes je každý z nich přesvědčen, že teď ve svém věku, už by takto žít nechtěli. Odůvodňují to tím, že každý má své zaseté rituály a pohromadě by to nedělalo dobrotu.

Ačkoliv dodávají, že v tomto věku je pro ně rodina vším, bydlet v jedné domácnosti nevidí jako dobrý nápad:

„Nikdy bych nechtěla bydlet se svými dětmi. Já si to dneska už vůbec nedokážu představit. Člověk už má svoje rituály. A vždy, když tohle soužití funguje, je to na bázi ústupků, tolerance a jistého omezení všech členů rodiny. Není to zkrátka přirozené. Já jsem ráda, když se sejdeme jako rodina. Je to pro mě velice důležité. Navštěvujeme se pravidelně a moc rádi, to všechno jo. Ale žít pod jednou střechou každý den, to asi ne.“
(Helena Š., 78 let)

7. Důchodový systém v ČR

Důchodový systém a výše důchodu jsou častá témata v české společnosti. Převážná část české populace má jisté obavy ze stáří právě z důvodu finančního zajištění respektive nezajištění. V médiích je český důchodový systém a výše důchodu často probíraným tématem. Z obecného hlediska panuje představa, že v Česká republika je v této otázce dost problematická a situace se jeví jako špatná.

Mladá generace vnímá výši důchodu jako hodně špatnou. Sami říkají, že právě tohle je jeden z důvodů, proč se na své stáří netěší. Situaci ohledně výše důchodu hodnotí velmi negativně:

„Abych byl upřímněj, výši starobního důchodu tady u nás hodnotím jako nechutně špatnou. Je to fakt tragický. Vždyť si jen vemte, kdo nešetří celej život, ve stáří nemá ani na slušnej pohřeb. A to nemluvím o tom, kolik peněz dnešní důchodci za celej svůj život odvedli do státní kasy... tak kde ty peníze sakra jsou? Myslím, že by se s tím mělo konečně začít něco dělat.“ (Richard M., 32 let)

„Je to katastrofální hlavně z toho pohledu, že člověk pracuje 40, 50 let a pak za to dostane ve stáří pár tisíc. Hodně smutný. A kdo nemá našetřeno, asi to má ve stáří těžké. Já osobně si spořím na důchod už asi od dvaceti. A jen se modlím, že se mi to někdy vrátí. No, spíš je teda otázkou, zda se toho důchodu vůbec dožiju. Věk pro odchod do důchodu se pořád zvyšuje, tak kdo ví, jak to tu bude vypadat za čtyřicet let.“ (Tereza N., 25 let)

Střední generace tuto problematiku vidí dost obdobně jako mladí. Navíc zde ještě zdůrazňují, že to koukají už i z toho pohledu, že brzo se jich to bude dotýkat již osobně a obávají se toho:

„No asi nejmýstižnější bude, když řeknu, že ten je katastrofální. Jednoduše. Když si člověk vezme, kolik pracoval let a kolik za tu dobu zaplatil státu... aby pak člověk z toho dostal pár tisíc ve stáří. Podle mě musí mít člověk naspořeno, aby ve stáří bych schopnej bez větších problémů vyžít. Zvláště, když pak zůstane sám, to je pak mnohem finančně náročnější. Jako samozřejmě, vyžít se dá, protože člověk s tím počítá, kolik dostane a na základě toho se uskromní. Je asi důležitý, by člověk byl šetrivý a ne rozhazovat.“ (Vladka V., 50 let)

Senioři opět hovořili na základě vlastní zkušenosti. Všichni dotazovaní začínali svou větu s názorem na důchody v České republice: *„Já si nechci stěžovat/Já nebrečím, ale...“* Nikdo neřekl, že by s výší důchodu byl spokojen. Ale současně se shodují, že když se člověk naučí uskromnit a hospodařit s penězi, dá se vyžít. Zejména pokud jsou na to stále dva. Jakmile člověk zůstane sám, je to pro něho hodně finančně náročné:

„Já si nestěžuju nebo tak... Ale myslím, že by ty důchody měli trochu zvednout. Sice, když jste dva, dá se to celkem dobře zvládnout. Ale chudáci ti, kteří už zůstali sami. Ti musí žít, jak se říká z ruky do huby a nedej bože, že by měly přijít nějaký nečekaný výdaje. To je pak zle. Ted' kolik peněz člověk nechá za léky, to je děs.“ (Božena M., 70 let)

5 Výsledky a diskuse

5.1 Výsledky

V této části budou na základě předešlé analýzy empirických dat získaných z provedených hloubkových rozhovorů shrnuty výsledky. Výzkum přinesl řadu potřebných informací, které se týkají zkoumané problematiky. Výsledky vlastního výzkumu budou shrnuty na základě předem definovaných výzkumných otázek.

5.1.1 HVO: Jak jednotlivé generace (mladá, střední, senioři) v rámci české společnosti pohlížejí na seniory?

V mladé generaci se utváří spíše negativní pohled na seniory v České republice. Z analýzy rozhovorů vyplývá, že mladí vidí seniora jako neaktivního jedince, který není dostatečně finančně zajištěn a svůj volný čas tráví pasivně doma u televize. Podle mladých nemají senioři již chuť do života, jsou věčně nespokojeni a dávají přednost klidnému prožívání svého stáří. Pro označení starších občanů pak nejčastěji volí označení „důchodci“.

Generace středního věku má vcelku podobný pohled na seniory jako generace mladá. Avšak určité rozdíly na základě analýzy odpovědí byly zaznamenány. Pro označování starších občanů mají snahu mimo „důchodce“ používat i vstřícnější označení, jako například „starší pán/paní“ či „babča a děda“. Seniora dle svých slov charakterizují jako šetrivého a velmi důvěřivého jedince, na něž je potřeba pohlížet individuálně. Jejich aktivní případně neaktivní život velmi závisí na aktuálním zdravotním stavu či na prostředí, kde žijí. Střední generace chová oproti generaci mladé poněkud vstřícnější postoj vůči seniorům, kdy dokáží přihlížet k jejich individuálním potřebám.

V případě nejstarší generace z jejich odpovědí vzešly již významné rozdíly oproti předchozím generacím. Pro své vrstevníky vybírají vstřícnější označení než „důchodce“ a to zejména z důvodu, že jim samotným je milejší nějaké korektnější oslovení. Dotazovaní senioři se neztotožňují s charakteristikou, kterou uvádějí předchozí dvě generace. Zároveň však obecně vnímají seniory ve svém okolí jako věčně nespokojené a stěžující si občany, někdy také až příliš moc důvěřivé, ačkoliv sami sebe takto nevnímají. Shodují se dále, že převážně se senioři snaží aktivně využívat svůj čas, ale do jisté míry je to ovlivněno finanční a zdravotní stránkou jedince.

5.1.2 DVO 1: Jak jednotlivé generace vnímají pojmy stárnutí a stáří?

Mladá generace vnímá stárnutí a stáří celkem shodně a pojmy příliš nerozlišují. Chápu to, jako přirozený životní cyklus, který je součástí každého života. Na tomto období vidí spíše negativní stránky, které nad těmi pozitivními lehce převažují. Obecně chovají ke stáří buď neutrální postoj, či lehce negativní. Snaží se nad stářím nepřemýšlet, je to pro ně zatím stále vzdálené období, na které se netěší.

Velmi podobně tyto pojmy vnímá i generace středního věku. Z odpovědí je však zřejmé, že nad tím již více přemýšlejí. Stárnutí berou jako danou věc, které se nedá vyhnout. Ale že jeho průběh si může do jisté míry ovlivnit každý sám. Shodují se, že pro toto období je velmi důležité nebýt sám, mít v někom oporu. Stáří pak vidí jako smutné období, na které se nijak nepřipravují a ani se na něj netěší. Objevují se obavy z nesoběstačnosti či nemohoucnosti. Střední generace se oproti mladým tohoto období obává, více si připouští fakt, že i je toto období čeká.

V případě seniorů jsou názory na tyto pojmy více různorodé oproti dvěma předchozím generacím. Vyplývá to zejména z jejich vlastní zkušenosti se stárnutím a stářím. Průběh stárnutí vidí jako velmi individuální, kdy jsou jedinci, kteří na to koukají s nadhledem, stárnutí si nepřipouští a na druhé straně jsou tací, kteří stárnutí berou velice špatně. Shodují se, že nejdůležitější je pro toto období optimistický pohled na věc a rodina. Stáří si člověk nesmí moc připouštět, pokud to umožňuje zdraví.

5.1.3 DVO 2: Jaké faktory se dle jednotlivých generací nejvíce podílejí na kvalitě života ve stáří?

Mladá generace nevnímá kvalitu života ve stáří jako příliš kvalitní. Jako hlavní faktor, který se podílí na kvalitě života seniorů, vnímají finance. Dle mladých se spokojenost ve stáří odvíjí od toho, kdo si co může či nemůže dovolit. Jako další faktory pak uvádějí zdravotní stav a prostředí, v jakém jedinec žije.

Velmi podobně se k otázce kvality života seniorů staví i generace středního věku. I oni jako nejvýznamnější faktor uvádějí finanční zajištění ve stáří. Dále také shodně uvádějí zdravotní stav jedince a za významný faktor považují i rodinu. Rozdílně oproti předešlé generaci vnímají obecnou úroveň kvality života ve stáří, kdy ji považují za individuální.

Senioři, ti se shodují, že nejvíce to závisí na osobním přístupu. Ten je samozřejmě do jisté míry ovlivňován zdravotní a finanční stránkou jedince. Říkají, že celkově lze kvalitu života ve stáří jen těžko určit, protože každý jedinec má své hodnoty nastaveny jinak.

5.1.4 DVO 3: Jaký dle jednotlivých generací vytváří společnost obraz o seniorech?

Z názorů mladé generace vyplývá, že podle nich společnost vytváří spíše negativní obraz o seniorech. Z obecných názorů české společnosti mají pocit, že senioři jsou bráni jako již nepotřební jedinci na okraji společnosti. Senioři jsou vnímáni jako lidé bez životního elánu. Dodávají, že za tento pohled společnosti si do jisté míry mohou senioři sami, zejména svým chováním a vystupováním na veřejnosti.

Generace středního věku také vnímá ze strany společnosti spíše negativní postoj vůči seniorům. Jsou toho názoru, že dříve tomu bylo jinak, že společnost jako celek přistupovala ke starším spoluobčanům s větší úctou. Příčinu dnešního postoje společnosti vidí zejména v tom, že společnost vnímá seniory tak, že zabírají místo mladým, zejména co se týče pracovních míst.

V této otázce se názorově s ostatními generacemi shodují i samotní senioři. I oni vnímají spíše negativní postoj ze strany společnosti. Říkají, že je to zejména dnešní dobou, kdy je vše o penězích, kdy existují ve společnosti významné rozdíly mezi jedinci. Současně se shodují, že je to i o výchově mladých, že dříve tomu bylo jinak. Oni jako mladí prý měli ke stáří mnohem větší úctu a pochopení. Právě tento negativní obraz společnosti o stáří je prý důvodem, že se senioři snaží být co nejvíce v kontaktu se svými vrstevníky, případně svou rodinou, kdy si nepřipadají jako lidé na okraji společnosti.

5.1.5 DVO 4: Jaké stanovisko jednotlivé generace zaujímají k výši starobního důchodu v České republice?

Mladá generace hodnotí úroveň starobních důchodů jako velmi špatnou až katastrofální. Na tomto stanovisku se jednoznačně shodli všichni z dotazovaných. Dále uvádějí, že právě nedostatečné finanční zajištění ve stáří je jeden z hlavních důvodů, proč se na své vlastní stáří netěší.

Zde se názorově nelišila ani generace středního věku. Podle nich je také finanční zajištění seniorů nedostatečné. Jako neadekvátní hodnotí zejména to, že staří občané

za celoživotní práci a odvádění peněz do státního rozpočtu ve stáří dostanou „jen“ pár tisíc korun.

Senioři opět vycházeli z vlastní zkušenosti. S výší důchodu nejsou spokojeni, spíš naopak, ale zároveň se shodují, že když se člověk naučí uskromnit a hospodařit s penězi, dá se z toho vyžít. Zejména pokud stále žijí ve dvou a nepřijdou žádné mimořádné výdaje. Pokud však jedinec ve stáří zůstane sám nebo je nemocný, je to pro něho velmi finančně náročné.

5.2 Diskuse

Výsledky a shrnutí kvalitativního výzkumu vychází z empirických dat získaných prostřednictvím hloubkových rozhovorů s dvaceti respondenty. Pro interpretaci výsledků byla formulována hlavní výzkumná otázka, ze které byly dále odvozeny čtyři dílčí otázky. Na základě těchto otázek jsou formulovány názory jednotlivých generací na řešenou problematiku a dochází k jejich porovnání mezi generacemi.

Na základě teoretických hledisek vyplývá obecný předpoklad, že na seniory a stáří celkově je v dnešní společnosti nahlíženo s určitou negativitou. Důvodů tohoto postoje je v rámci práce uváděno několik. Z analýzy a následné interpretace získaných empirických dat je patrné, že s tímto obecným předpokladem se nejvíce ztotožňuje mladá generace. V názorech generace středního věku je určitá shoda s předchozí generací, současně zde byly zaznamenány určité rozdíly. Jedinci ve středním věku svými odpověďmi dávali najevo větší empatii vůči starším občanům, kdy se snaží brát v úvahu individuální situaci daného seniora, ne pouze generalizovat určitý názor na celou seniorskou populaci. Zcela jiný pohled na zkoumanou problematiku mají samotní senioři. Z jejich odpovědí je zřejmá vlastní osobní zkušenost, na základě které utváří své názory. S charakteristikou seniora dle mladé a střední generace se osobně neztotožňují, zároveň však sami uvádějí, že typický český senior je neustále nespokojený a věčně si stěžující člověk. Stejný názor (všech třech zkoumaných generací) mají v otázce týkající se starobního důchodu. Zde je jednoznačná shoda v nespokojenosti s výší starobního důchodu v České republice. Překvapivě však jako nejméně nespokojená je nejstarší generace. Senioři se shodují, že pokud je člověk spořivý, dá se z důchodu vyžít.

6 Závěr

Ve společnosti v průběhu posledních let dochází k velkým změnám, kdy je zejména zaznamenáván trend stárnutí populace. Současné prognózy říkají, že tento trend bude pokračovat i do budoucna, což s sebou nese potřebu danou problematikou se zabývat.

Předkládaná diplomová práce si klada za cíl získat empirická data o vnímání seniorů dnešní společností, kdy pozornost byla zaměřena na tři generace – mladou generaci, generaci středního věku a seniory. Pro dosažení cíle práce byla zvolena metoda kvalitativního šetření prostřednictvím hloubkových rozhovorů s jedinci v rámci sledovaných generací. Práce byla rozdělena na dvě hlavní části – teoretickou část a praktickou část.

V teoretické práci byly vysvětleny klíčové pojmy týkající se stárnutí a stáří, které poskytly potřebné informace pro nastínění a pochopení zkoumané problematiky. Teoretická část byla rozdělena na osm dílčích kapitol – Vývojové etapy života, Stárnutí a stáří, Demografický vývoj, Stáří a senioři, Kvalita života seniorů, Stáří, senior a společnost, Stáří, senior a rodina, Stáří, senior a stát. Na základě teoretických východisek byl sestaven scénář sloužící k vlastnímu šetření a k získání potřebných empirických dat.

V praktické části byl nejprve na základě statistických dat analyzován demografický vývoj České republiky v letech 1989-2014 se zaměřením na stárnutí populace. Data byla čerpána z databáze Českého statistického úřadu a Ministerstva práce a sociálních věcí České republiky. Získaná data byla pro lepší orientaci vyobrazena prostřednictvím grafů. Z vytvořených grafů je zřejmé, že k demografickému stárnutí v České republice skutečně dochází. Vlastní výzkum, který je pro tuto práci stěžejní, byl proveden prostřednictvím kvalitativního výzkumu. Připravený scénář polostandardizovaných rozhovorů se zaměřoval na několik oblastí týkajících se zkoumané problematiky. V rámci provedeného výzkumného šetření bylo poukázáno na otázky týkající se vnímání stárnutí, stáří a seniorů ve společnosti, dále na vnímání kvality života seniorů a trávení volného času seniorů. Opomenuta zde nebyla ani otázka společenského obrazu v souvislosti se stářím a mediální obraz stáří. V neposlední řadě byly řešeny otázky mezigeneračního soužití, v závěru výzkumu se pak pozornost soustředila na finanční zajištění ve stáří.

Kvalitativní výzkum přinesl dostatek potřebných empirických dat pro zpracování výzkumné části této diplomové práce. Pro dosažení cíle práce byla formulována hlavní výzkumná otázka: „*Jak jednotlivé generace (mladá, střední, senioři) v rámci České společnosti pohlížejí na seniory?*“ Od této hlavní výzkumné otázky byly dále odvozeny čtyři

dílčí otázky: „*Jak jednotlivé generace vnímají pojmy stárnutí a stáří?*“; *Jaké faktory se dle jednotlivých generací nejvíce podílejí na kvalitě života ve stáří?*“; *Jaký dle jednotlivých generací vytváří společnost obraz o seniorech?*“; *Jaké stanovisko jednotlivé generace zaujímají k výši starobního důchodu v České republice?*“ Prostřednictvím těchto předem stanovených výzkumných otázek byly shrnuty výsledky empirického šetření.

Výsledky výzkumu ukázaly, že existují v otázkách zkoumané problematiky určité mezigenerační rozdíly. U mladé generace byl zaznamenán jistý negativní postoj vůči seniorům a stáří. Tato negace pramení zejména z faktu, že seniory vnímají jako lidi bez chuti do života a stáří je pro ně vzdálené období, na které se netěší. Oproti tomu u generace středního věku byla zaznamenána vyšší empatie vůči seniorům, shodně však s mladou generací se na své stáří netěší a vnímají zejména tu negativní stránku věci. Zcela různorodý pohled na zkoumanou problematiku přinesly odpovědi z generace seniorů. Ti odpovídali na základě vlastních osobních zkušeností, čímž se také potvrdil obecný předpoklad, že toto období je velmi individuální. Pouze v otázce finanční situace seniorů došlo k mezigenerační shodě, kdy všechny zkoumané generace vnímají tuto problematiku velmi špatně.

Výzkumné šetření bylo provedeno celkem s dvaceti respondenty. Pro účely a splnění cíle této práce byl výzkumný vzorek dostačující. Avšak výsledky kvalitativního výzkumu lze jen obtížně generalizovat na celou společnost. K získání objektivnějších výsledků a snazší generalizaci výsledků by bylo potřeba provést rozsáhlejší terénní výzkum, případně kvalitativní výzkum doplnit výzkumem kvantitativním.

7 Seznam použitých zdrojů

BARTONÍČKOVÁ, Klára, BUČEK, Ladislav, MICHALČÁKOVÁ, Gabriela, MOCHTAK, Jan, PANOVSÁ, Klára, RABINSKÁ, Ivana, SVOBODA, Jiří, ZAPLETAL, Lukáš, WAWROSZ, Petr, 2011. *Občanský a společenskovední základ – přehled středoškolského učiva*. Brno: Computer Press, a.s. ISBN 978-80-251-2631-8.

ČERNÁ, Jana, TRINNEROVÁ, Dagmar, VACÍK, Antonín, 2007. *Právo sociálního zabezpečení*. 2. rozšířené vyd. Praha. Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, s. r. o. 230 s. ISBN 978-80-7380-019-2.

ČEVELA, Rostislav, KALVACH, Zdeněk, ČELEDOVÁ, Libuše, 2012. *Sociální gerontologie úvod do problematiky*. Praha: Grada Publinsing. 264 s. ISBN 978-80-247-3901-4.

DISMAN, Miroslav, 2011. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. 4. nezměněné vyd. Praha: Karolinum. 372 s. ISBN 978-80-2461-966-8.

DŮLMEN, Richard, 1999. *Kultura a každodenní život v raném novověku*. Praha: Argo. 338 s. ISBN 80-7203-116-3.

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar, 2012. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.

FARKOVÁ, Marie, 2009. *Dospělost a její variabilita*. Havlíčkův Brod: Grada. 136 s. ISBN 978-80-247-2480-5.

FILIP, Miloš, POSPÍŠIL, Roman, 2013. *Co s tou penzí*. 1. vyd. Praha. 135 s. ISBN 978-80-90-54-57-0-0.

GRUBEROVÁ, Božena, 1999. *Gerontologie*. 1. vydání. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Zdravotně sociální fakulta. 97 s. ISBN 80-7040-364-0.

GRÜN, Anselm, 2009. *Umění stárnout*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 143 s. ISBN 978-80-7195-316-6.

GRUSS, Peter, 2009. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál. 222 s. ISBN 978-80-7367-605-6.

HARTL, Pavel, 2004. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál. 312 s. ISBN 80-7178-803-1.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena, 2010. *Velký psychologický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál. 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava, 2013. *Proměny partnerství*. Praha: Slon. 266 s. ISBN 978-807-4191-428.

HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2010. *Fenomén stáří*. Praha: Brain Team. 365 s. ISBN 978-80-87109-199.

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

HEGYI, Ladislav, KRAJČÍK, Štefan. 2010. *Geriatría*. 1. vyd. Bratislava: Herba. 601 s. ISBN 978-80-89171-73-6.

HROZENSKÁ, Martina, DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar, 2013. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada Publishing, a.s. 192 s. ISBN 978-80-247-4139-0.

JAROŠOVÁ, Darja, 2006. *Péče o seniory*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. 96 s. ISBN 80-7368-110-2.

JIRÁSKOVÁ, Věra a kol., 2005. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. 1. vyd. Praha: Eurolex Bohemia. 200 s. ISBN 80-86861-80-5.

KALIBOVÁ, Květa, VODÁKOVÁ, Alena, PAVLÍK, Zdeněk, 2009. *Demografie (nejen) pro demografy*. 3. přepracované vyd. Praha: Sociologické nakladatelství. 241 s. ISBN 978-80-7419-012-4.

KALVACH, Zdeněk, ONDERKOVÁ, Alice, 2006. *Stáří- Pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén. 44 s. ISBN 80-7262-455-5.

KALVACH, Zdeněk, ZADÁK, Zdeněk, JIRÁK, Roman, ZAVÁZALOVÁ, Helena, SUCHARDA, Petr, 2004. *Geriatría a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada. 861 s. ISBN 80-247-0548-6.

KLEVETOVÁ, Dana, DLABALOVÁ, Irena, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing, a.s. 208 s. ISBN 978-80-247-2169-9.

KOVÁČ, Damian, 2003. *Quality of life: A paradigmatic challenge to psychologists*. In: *Studia Psychologica*. Roč. 45. č. 2. 81 s. ISSN 0039-3320.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2002. *Psychologie nemoci*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, spol. s.r.o. 200 s. ISBN 80-247-0179-0.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2004. *Kvalita života*. 1. vyd. Kostelec nad Černými lesy: Institut zdravotní politiky a ekonomiky. 120 s. ISBN 80-86625-20-6.

LÖSTER, Tomáš, ŘEZANKOVÁ, Hana, LANGHAMROVÁ, Jitka. 2009. *Statistické metody a demografie*. 1. vyd. Praha: Vysoká škola ekonomie a managementu. 291 s. ISBN 978-80-86730-43-1.

MALÍKOVÁ, Eva, 2011. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Praha: Grada. 328 s. ISBN 978-80-247-3148-3.

MAŘÍKOVÁ, Hana, PETRUSEK, Miloslav, VODÁKOVÁ, Alena, 1996. *Velký sociologický slovník*. 1. vyd. Praha: Karolinum. 747 s. ISBN 80-7184-164-11.

MATÝSKOVÁ, Danuše, 2004. *Vybrané psychologické aspekty vzdělávání seniorů*. In: *Vzdělávání seniorů na vysokých školách v České republice. Sborník příspěvků z konference dne 19. - 20. 2004*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta. 133 s. ISBN 80-7040-746-8.

MCDONALD, Ann, 2010. *Social work with older people*. Cambridge: Polity Press. 199 p. ISBN 978-0-7456-3956-7.

MLÝNKOVÁ, Jana, 2011. *Péče o staré občany: učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vyd. Praha: Grada. 192 s. ISBN 978-80-2473-872-7.

ONDRUŠOVÁ, Jiřina, 2011. *Stáří a smysl života*. 1. vyd. Praha: Karolinum. 168 s. ISBN 978-80-246-1997-2.

PICHAUD, Clément, THAREAUOVÁ, Isabelle, 1998. *Soužití se staršími lidmi*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-184-3.

POKORNÁ, Andrea, 2010. *Komunikace se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. 160 s. ISBN 978-80-247-3271-8.

RABUŠIČ, Ladislav, 1995. *Česká společnost stárne*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita. 192 s. ISBN 80-210-1155-6.

RHEINWALDOVÁ, Eva, 1999. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. 88 s. ISBN 80-7169-828-8.

ROUBÍČEK, Vladimír. 1997. *Úvod do demografie*. 1. vyd. Praha: Codex Bohemia, s. r. o. 348 s. ISBN 80-85963-43-4.

SAK, Petr, KOLESÁROVÁ, Karolína, 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing, a.s. 232 s. ISBN 978-80-247-3850-5.

SLANÝ, Antonín, KREBS, Vojtěch, 2004. *Sociální ochrana a důchodový systém*. Brno: Masarykova univerzita ESF. 70 s. ISBN 80-210-3390-8.

STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. 320 s. ISBN 80-7178-274-2.

SÝKOROVÁ, Dana, 2007. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Vyd. 1. Praha: Slon. 284 s. ISBN 978-808-6429-625.

ŠUBRT, Bořivoj, LEIBLOVÁ, Zdeňka, PŘÍHODOVÁ, Věra, 2013. *Abeceda mzdové účetní 2013*. 23 aktualizované vyd. Olomouc: ANAG, spol. s r. o. 576 s. ISBN 978-80-7263-800-0.

TOPINKOVÁ, Eva, 2005. *Geriatric pro praxi*. 1. vyd. Praha: Galén. 270 s. ISBN 807262-365-6.

TOŠNEROVÁ, Tamara, 2002. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 1. vyd. Praha: Ústav lékařské etiky 3. LF UK. 45 s. ISBN 80-238-9506-0.

VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. *Vývojová psychologie: Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. 461 s. ISBN 978-802-4613-185.

VÁGNEROVÁ, Marie, 2008. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum. Univerzita Karlova v Praze. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VIDOVIČOVÁ, Lucie, 2008. *Stárnutí, věk a diskriminace - nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita Brno, Mezinárodní politologický ústav. 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6.

VIDOVIČOVÁ, Lucie, 2013. *Stáří ve městě, město v životě seniorů*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON). 371 s. Studie. ISBN 978-80-7419-141-1.

VOHRALÍKOVÁ, Lenka, RABUŠIC, Ladislav, 2004. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV, výzkumné centrum Brno. 90 s. ISBN 80-239-4218-2.

VOKURKA, Martin, HUGO, Jan, 1998. *Praktický slovník medicíny*. Praha: Maxdorf. 490 s. ISBN 80-85800-81-0.

ZAVÁZALOVÁ, Helena, 2001. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Karolinum. 98 s. ISBN 80-246-0326-8.

Internetové zdroje

MAŘÍK, Karel. *NašeDůchody.cz: starobní důchod* [online]. 2015 [cit. 2016-02-13]. Dostupné z: <http://www.naseduchody.cz/starobni-duchod.html>

DůchodováReforma.cz: Důchodový systém [online]. 2016 [cit. 2016-02-13]. Dostupné z: <http://www.duchodovareforma.cz/duchodovy-system/>

MÜLLEROVÁ, Petra. *Pro Fair Play: Sendvičová generace* [online]. 2016 [cit. 2016-03-13]. Dostupné z: <http://www.profairplay.cz/sendvicova-generace/>

8 Přílohy

1. Scénář k rozhovorům Sociální postavení seniorů ve společnosti

Mladá generace, generace středního věku:

Identifikační otázky

- **Jméno**
- **Kolik je Vám let?**
- **Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**
- **Jaké je Vaše současné zaměstnání?**
- **Rodinný stav**
- **Kde v současnosti žijete?**
- **Můžete mi prosím ve stručnosti říct něco o Vás?**

Základní otázky, doplňující otázky

- **Co si představujete pod pojem stárnutí?**
 - o Jaký je Váš názor na stárnutí?
 - o Jak byste charakterizoval/a proces stárnutí?
 - o Jak vnímáte proces stárnutí? Dokážete říci nějaká pozitiva/negativa související s procesem stárnutí?
 - o Jaké projevy jsou podle Vás charakteristické s procesem stárnutí?
- **Co si představujete pod pojmem stáří?**
 - o Co se Vám jako první vybaví, když se řekne stáří?
 - o Jaký je Váš názor na stáří?
 - o Jak byste charakterizoval/a stáří?
 - o Jaké jsou podle Vás charakteristické projevy stáří?
 - o Dokážete říci nějaká pozitiva/negativa související se stářím?
 - o Máte již nějakou představu o Vašem vlastním stáří? Připravujete se na stáří? Berete stáří jako součást života?
- **Jaké označení používáte pro starší občany?**
 - o Proč používáte zrovna toto označení?
 - o Kdy se podle Vaše názoru člověk stává starým?
 - o Co se Vám jako první vybaví, když se řekne senior?
 - o Jak byste charakterizoval/a podle Vás typického českého seniora?

- **Co si představíte pod pojmem kvalita života seniorů?**
 - Jaký je Váš názor na kvalitu života ve stáří?
 - Jaké faktory dle Vás mají vliv na kvalitu života?
 - Jak podle Vás senioři tráví svůj volný čas?
- **Jak podle Vás současná společnost vnímá seniory?**
 - Co je podle Vás příčinou tohoto postoje společnosti vůči seniorům?
 - Myslíte si, že dříve tomu bylo jinak? Proč ano? Proč ne?
 - Je něco, co ovlivňuje Váš názor na seniory?
 - Jaká je Vaše osobní zkušenost se seniory?
 - Je podle Vašeho názoru senior přínosný pro společnost?
 - Pokud ano, čím?
 - Pokud ne, proč?
 - Je podle Vašeho názoru senior zátěží pro společnost?
 - Pokud ano, čím?
- **Setkal/a jste se již někdy s pojmem Ageismus?**
 - Pokud ano, dokážete říci, co se za tímto pojmem skrývá?
 - Jaké mohou být podle Vás projevy věkové diskriminace?
- **Znáte nějaké stereotypy/mýty/předsudky o stáří?**
 - Pokud ano, jaké? Ovlivňují Váš osobní názor?
- **Jaký obraz dle Vašeho názoru vytvářejí média o stáří a seniorech?**
 - Ovlivňují média Váš osobní názor?
 - Jak podle Vás je stáří a senior prezentován v médiích?
- **Jaký je Váš názor na mezigenerační soužití?**
 - Žije společně s Vámi a Vaší rodinou v domácnosti senior?
 - Jaká jsou dle Vašeho názoru pozitiva/negativa mezigeneračního soužití?
 - Co dle Vás bývá důvodem mezigeneračních konfliktů?
 - Jste vy osobně v blízkém kontaktu se seniorem/seniory?
 - Pokud ano, můžete mi říci, jak byste tento kontakt charakterizoval/a?
 - Staráte se vy osobně o nějakého seniora?
 - Pokud ano, můžete mi ve zkratce charakterizovat tuto péči o seniora?
- **Jaký je Váš názor na důchodový systém v ČR?**
 - Jaký je Váš názor na výši starobního důchodu v ČR?
 - Jaký je Váš názor na finanční zajištění/situaci seniorů?
 - Jaký je Váš názor na poskytované služby (zdravotní, sociální) seniorům?

Senioři:

Identifikační otázky

- **Jméno**
- **Kolik je Vám let?**
- **Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**
- **Rodinný stav**
- **Kde jste pracoval/a před odchodem do důchodu?**
- **Kde v současnosti žijete?**
- **Můžete mi prosím ve stručnosti říct něco o Vás?**

Základní otázky, doplňující otázky

- **Jak byste obecně charakterizoval/a pojem stárnutí?**
 - o Jak Vy osobně jste reagovala na stárnutí?
 - o Jaký je Váš názor na stárnutí?
 - o Jak byste charakterizoval/a Váš vlastní proces stárnutí?
 - o Jak vnímáte proces stárnutí? Dokážete říci nějaká pozitiva/negativa související s procesem stárnutí?
 - o Jaké projevy jsou pro Vás charakteristické s procesem stárnutí?
- **Co si představujete pod pojmem stáří?**
 - o Co se Vám jako první vybaví, když se řekne stáří?
 - o Jaký je Váš názor na stáří?
 - o Jak byste charakterizoval/a vlastní stáří?
 - o Jaké jsou podle Vás obecně charakteristické projevy stáří?
 - o Dokážete říci nějaká pozitiva/negativa související s Vaším stářím? (Obecně?)
 - o Připravoval/a jste se nějakým způsobem na vlastní stáří?
 - o Jaké změny, které stáří přineslo, pro Vás byly nejvýznamnější?
 - o Jaký byl pro Vás osobně odchod do důchodu? Jak jste tuto životní změnu prožíval/a?
- **S jakými označeními pro starší občany jste se setkala?**
 - o Jaké vy sám/a označení používáte?
 - o Jaké označení je pro Vás osobně nejpříjemnější?
 - o Jak byste se charakterizoval/a Vy sám/a jako senior?
 - o Jak byste dle Vás charakterizoval/a podle Vás typického českého seniora?

- **Co si představíte pod pojmem kvalita života seniorů?**
 - Jaký je Váš názor na kvalitu života ve stáří?
 - Jaké faktory dle Vás mají vliv na kvalitu života?
 - Jak trávíte/využíváte svůj volný čas?
 - Považujete se Vy sám/a za aktivního seniora?
 - Pokud ano, proč?
 - Pokud ne, proč?
- **Jak podle Vás současná společnost vnímá seniory?**
 - Co je podle Vás příčinou tohoto postoje společnosti vůči seniorům?
 - Myslíte si, že dříve tomu bylo jinak? Proč ano? Proč ne?
 - Jak Vy sám/a se v dnešní společnosti cítíte?
 - Jaká je Vaše osobní zkušenost s dnešní mladou generací/generací středního věku?
 - Je podle Vašeho názoru senior přínosný pro společnost?
- **Setkal/a jste se již někdy s pojmem Ageismus?**
 - Pokud ano, dokážete říci, co se za tímto pojmem skrývá?
 - Jaké mohou být podle Vás projevy věkové diskriminace?
 - Setkal/a jste se vy osobně s věkovou diskriminací?
 - Pokud ano, můžete mi o tom říci něco více?
- **Znáte nějaké stereotypy/mýty/předsudky o stáří?**
 - Ztotožňujete se Vy osobně s těmito stereotypy/mýty/předsudky o stáří?
- **Jaký obraz dle Vašeho názoru vytvářejí média o stáří a seniorech?**
 - Ovlivňují média dle Vašeho názoru ostatní generace?
 - Jak podle Vás je stáří a senior prezentován v médiích?
- **Jaký je Váš názor na mezigenerační soužití?**
 - Co pro Vás znamená rodina? Máte nějaké blízké příbuzné?
 - Pokud ano, jak často s nimi býváte v kontaktu?
 - Jaká jsou dle Vašeho názoru pozitiva/negativa mezigeneračního soužití?
 - Co dle Vás bývá důvodem mezigeneračních konfliktů?
- **Jaký je Váš názor na důchodový systém v ČR?**
 - Jaký je Váš názor na výši starobního důchodu v ČR?
 - Jak byste charakterizovala Vaši finanční situaci?
 - Jaký je Váš názor na poskytované služby (zdravotní, sociální) seniorům?