

**Česká zemědělská univerzita v Praze**

**Provozně ekonomická fakulta**

**Katedra psychologie**



**Teze diplomové práce**

**Kvalita života seniorů na příkladu města Příbram**

**Bc. Renáta SKOTNICOVÁ**

© 2015 ČZU v Praze

## **Souhrn**

Diplomová práce je v obecné rovině zaměřena na problematiku stáří a stárnutí v městském prostředí. Cílem je zjistit, jaké je pojetí kvality života seniorů z pohledu samotných aktérů této komunity. Práce je koncipována jako případová studie se zaměřením na město Příbram. Za využití kvalitativně orientovaného výzkumu je zmapována kvalita života zde žijících seniorů. Mezi základní ukazatele, které jsou zde řešeny, patří změny spojené s přechodem do starobního důchodu a fenomén mezigeneračních vztahů, dále jsou řešeny otázky spojené se spokojeností s životem ve městském prostředí, se zdejší dopravní infrastrukturou, dostupností základních služeb, bydlením, možnostmi volnočasových aktivit a zdravotnickými službami. K zjištěným nedostatkům jsou navrženy způsoby řešení vedoucí ke zlepšení kvality života sledované skupiny.

**Klíčová slova:** stáří, stárnutí, gerontologie, adaptace, senior, seniorský věk.

## Úvod

Společnost během posledních let prochází velkými změnami. Populace stárne, což s sebou nese potřebu se touto problematikou zabývat. Procentuální podíl seniorů narůstá a délka života se prodlužuje. Moderní společnost se tak nachází v nové situaci, na kterou je třeba urychleně reagovat. Období stáří a stárnutí je v současné době provázáno řadou regresivních změn. S touto životní etapou člověka jsou obvykle spojovány obrazy o nemoci, samotě, nemohoucnosti a depresi. Některé výše uvedené předsudky ve společnosti přetrvávají dodnes, proto by cílem celé společnosti mělo být jejich zmírnění nebo odstranění. Ke splnění tohoto cíle povede aktivní přístup lidí a vytvoření takových podmínek, které přispějí ke zlepšení životní úrovně seniorů.

## Cíl práce a metodika

V obecné rovině se diplomová práce v teoretické části zabývá problematikou stáří a stárnutí v městském prostoru. Stěžejním cílem je zjistit, jaké je pojetí kvality života z pohledu samotných aktérů této komunity. Jsou zde identifikovány možné nedostatky a následně navrženy způsoby řešení vedoucí ke zlepšení života seniorů ve městě. Práce je řešena jako případová studie se zaměřením na město Příbram.

Vybranou metodou kvalitativního výzkumu je polostrukturovaný rozhovor s řízenými otevřenými otázkami. Lze jej považovat za vyčerpávající a současně za nejvhodnější metodu pro získání hodnotných dat. Metody kvalitativního bádání umožňují lépe pochopit problém a mohou do sociálního problému proniknout hlouběji na základě deduktivního a induktivního zjištění, které přináší komplexnější informace. Pokládáním doplňujících otázek lze správně pochopit, co svou odpovědí informátor myslel. Zkoumaný problém je možné právě díky tomu lépe analyzovat a následně interpretovat.

Na základě předem stanovených kritérií byli objektem výzkumu občané starší 60 let dlouhodobě žijící v Příbrami. Období, ve kterém sběr dat probíhal, trvalo od října do listopadu roku 2014. Osloveno bylo dvanáct žen a osm mužů v seniorském věku. Konkrétně ve věku 61 – 88 let. První rozhovor proběhl na základě osobních vazeb a následně pokračoval prostřednictvím tzv. nabalování sněhové koule. Délka uskutečněných rozhovorů závisela na sdílnosti informátora, většina z nich trvala v rozmezí 1,5 – 2 hodin. Dotazovaný byl nejdříve požádán o základní biografické údaje a

dále se již dotazování zaměřilo na konkrétní témata spojená s výzkumem. Všechny zvukové materiály byly doslovně přepsány, analyzovány a posléze uloženy v archivu autorky.

## **Výsledky a závěry výzkumného šetření**

Výzkumné šetření poskytlo aktuální empirická data o vybraných problémech života seniorů. Zmapovány byly základní životní potřeby jednotlivých seniorů z hlediska změn spojených s přechodem do starobního důchodu, zdravím, vztahy v rodině, spokojeností s městským životem, bydlením, volnočasovými aktivitami a zdravotnickými službami. Šetření přineslo informace o rozložení jejich názorů na uvedené problémy.

Senioři žijící v městském prostředí Příbrami hodnotí svou kvalitu života jako velmi dobrou, což dokazuje osobní dojem oslovených seniorů. Tento subjektivní pocit vychází z jejich dobrého zdravotního stavu. Informátoři, tak mohou provádět veškeré činnosti všedního dne bez potíží. Pocit vyrovnanosti, který je podstatným rysem emočního ladění, je dán především poměrně velkou spokojeností informátorů se smysluplností života a zápornými pocity, které prožívají jenom čas od času. Celkovou spokojenost ovlivňuje řada faktorů, již zmíněné zdraví, ale také možnost věnovat čas své rodině, přátelům či zálibám. Důležitou roli sehrává i spokojenost s městským prostředím, ve kterém oslovení senioři žijí. Jako problematická se jevila otázka smrti a umírání, většina dotázaných na toto téma nechtěla hovořit.

V rámci otázky změny spojených s odchodem do důchodu bylo zjištěno, že někteří informátoři se na odchod do důchodu „připravovali“, pro některé to byl naopak velký zlom. Potvrzena byla teze, že ženy se lépe vyrovnávají s odchodem do starobního důchodu, jejich adaptace je rychlejší a nepůsobí jim veliké obtíže. Z šetření dále vyplynulo, že oslovení senioři se ocitli v situaci, kdy nevěděli, jak si volný čas uspořádat. Návrhem řešení takto vzniklé situace je vytvoření společného místa, zajištění kurzu, případně vytištění brožury, kde by se senior dozvěděl o všech možnostech, které může využít.

Vztahy jednotlivých seniorů nemůžeme ovlivnit, protože nejen že neznáme jejich příbuzné, ale neznáme ani důvody z jejich strany, proč nejsou jejich vzájemné vztahy s blízkými vždy úplně optimální. Nikdo z nás nemůže ovlivnit mezilidské vztahy tak, jako my sami. Naopak velkou oblast možností změn můžeme nalézt právě ve vztahu seniorů

k institucím. Ačkoliv se většina institucí prezentuje jako bezbariérová po všech stránkách, z rozhovorů vyplynulo, že ač jsou odstraněny mnohé fyzické bariéry, ty další stále přetrvávají. Například problémy čekacích lhůt na jednotlivých úřadech jsou alarmující. Za zvážení by stálo navrhnout úřední hodiny tak, aby byli upřednostněni právě senioři. Další možností je vytvoření přepážky pro seniory. Za upozornění stojí tzv. „pokrokovost“ obchodních řetězců, které mají takto vyhrazené přednostní pokladny.

V rámci otázky bydlení výzkumné šetření ukázalo, že většina oslovených seniorů preferuje žít v prostředí, které je jim důvěrně známé, kde mají své rodinné příslušníky nebo přátele. Senioři si uvědomují, že s přibývajícím věkem dochází ke zhoršování jejich zdravotního stavu, proto by bylo vhodné se na tuto skutečnost dopředu připravit.

Jako jeden z nedostatků lze zdůraznit absenci denních stacionářů, které by byly otevřeny všem seniorům, a jejichž náplň by byla zajímavá jak pro muže, tak pro ženy. Volnočasové aktivity pořádané veřejnou institucí navštěvují obzvláště ženy. Zde je viděn prostor pro nalezení vhodných aktivit pro mužskou část společnosti.

Společnost během posledních let prochází velkými změnami. Populace stárne, což s sebou nese potřebu se touto problematikou zabývat.

Stereotypy, předsudky a mýty zakořeněné ve společnosti nepříznivě ovlivňují život seniorů. Přístup českých médií svým výběrem témat a způsobem vyjadřování ovlivňuje negativní představu o stáří. Informace o seniorech jsou prezentovány ve chvílích, kdy se sami stávají obětí zločinu, byrokracie a nepřízně osudu. Vzhledem k velkému vlivu na současnou společnost je zde viděn prostor pro vytvoření lepšího mediálního obrazu seniorů.

Kvalita života seniorů v městském prostředí Příbrami byla hodnocena poměrně velkou spokojeností na základě témat, které zde byly řešeny. Stárnoucí generace by měla na svůj kalendářní věk nahlížet s nadhledem a více se aktivně zapojovat do veřejného dění a volnočasových aktivit. Předložená práce přinesla řadu informací zabývajících se životní fází člověka v seniorském věku a v neposlední řadě chtěla prezentovat seniora jako člověka nezávislého, spokojeného, s chutí žít aktivní, tvůrčí a zajímavý život.

## Vybrané zdroje

- ČEVELA, Rostislav, KALVACH, Zdeněk, ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie úvod do problematiky*. Praha: Grada Publinsing, 2012. 264 s. ISBN 978 80-247-3901-4.
- DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. vyd. 1, Praha: Grada Publinsing, 2012, 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.
- GURDÍKOVÁ, Elena. *Hodnocení kvalita života*. vyd.1, Praha: Grada Publinsing, 2011, 224 s. ISBN 978-80-247-3625-9.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1989. 365 s. ISBN 80-7038-158-2.
- KLEVETOVÁ, Dana, DLABALOVÁ, Irena. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publinsing, 2008. 208 s. ISBN 978-80-247-2169-9.
- MAŘÍKOVÁ, Hana, PETRUSEK Miloslav, VODÁKOVÁ Alena. (1996) *Velký sociologický slovník*. I, A-O. Praha: Karolinum ISBN 80-7184-310-5.
- MLÝNKOVÁ, Jana, *Péče o staré občany*. Praha: Grada, 2011. 192 s. ISBN 978-80-247-3872-7.
- OUŘEDNÍČEK, Martin, TEMELOVÁ, Jana. *Sociální proměny pražských čtvrtí*. Praha: Academia, 2012. 302 s. ISBN 978-80-200-2064-2.
- SAK, Petr, KOLESÁROVÁ, Karolína. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing, 2012.
- SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Vyd. 1. Praha: Slon, 2007, s. 284, Studie, 45. ISBN 978-808-6429-625.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál 2000. 528 s. ISBN 80-7178-308-0.
- VAŽUROVÁ, Helena, MÜHLPACHR, Pavel. *Kvalita života: Teoretická a metodologická východiska*. PF MU Brno, 2005. 145 s.
- VIDOVIČOVÁ, Lucie, GALČOVÁ, Lucie. *Stáří ve městě, město v životě seniorů*. Praha: Slon. 2013. 372 s. ISBN 978-80-7419-141-1.
- VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politický Ústav. 2008. 233 s. ISBN 8021046279.