

Univerzita Hradec Králové

Filozofická fakulta

Diplomová práce

2018

Bc. Šárka Krausová

Univerzita Hradec Králové

Filozofická fakulta

Ústav sociální práce

**Senioři a jejich přístup ke komunikačním a
informačním technologiím**

Diplomová práce

Autor:	Bc. Šárka Krausová
Studijní program:	N6731 Sociální politika a sociální práce
Studijní obor:	Sociální práce
Forma studia:	Kombinované
Vedoucí práce:	PaedDr. Karel Myška, Ph.D.

Hradec Králové, 2018



Zadání diplomové práce

Autor:	Šárka Krausová
Studium:	U17063
Studijní program:	N6731 Sociální politika a sociální práce
Studijní obor:	Sociální práce
Název diplomové práce:	Senioři a jejich přístup ke komunikačním a informačním technologiím
Název diplomové práce AJ:	Seniors and their approach to communication and information technologies

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Cílem diplomové práce je zjistit, jak senioři využívají komunikační a informační technologie (ICT), které jsou v dnešním světě nedílnou součástí života téměř každého jedince. Chtěla bych zjistit nejen, jaká zařízení používají, ale také, zda jim internet pomáhá například překonávat komunikační bariéry s mladší generací, usnadňuje jim život ve vyhledávání informací či v jiných aspektech života. Pro výzkum bude využita kvalitativní metoda sběru dat, přesněji polostrukturovaného rozhovoru.

PETŘKOVÁ, Anna a Rozália ČORNANIČOVÁ. Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, 92 s. ISBN 80-244-0879-1. ČORNANIČOVÁ, Rozália. Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku. Univerzita Komenského, 1998. SCHMEIDLER, Karel. Problémy mobility stárnoucí populace. Brno: Novpress, 2009, 180 s. ISBN 978-80-87342-05-3. GRUSS, Peter (ed.). Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje. Portál, 2009. ŠEMBEROVÁ, Jana. Senioři v programech celoživotního vzdělávání a v Evropských projektových aktivitách. In: Mezinárodní conference "Současnost a perspektivy seniorského vzdělávání na vysokých školách v České republice a v Evropě. 2007. p. 6. MUHLPACHR, Pavel. Gerontopedagogika. 2. vydání. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5029-7, 2009. ZOUNEK, Jiří. Život a vzdělávání dospělých v éře informačních a komunikačních technologií. RABUŠICOVÁ, M., RABUŠIC, I.(Eds.). Učíme se po celý život, 2008, 145-167. ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDOVÁ. Sociální gerontologie: úvod do problematiky. Praha: Grada, 2012, 263 s. ISBN 978-80-247-3901-4. HAŠKOVCOVÁ, Helena. Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi. Praha: Galén, c2012, 194 s. ISBN 978-80-7262-900-8. SAK, Petr a Jiří MAREŠ. Člověk a vzdělání v informační společnosti. Praha: Portál, 2007, 290 s. ISBN 978-80-7367-230-0. SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. Sociologie stáří a seniorů. Praha: Grada, 2012, 225 s. Sociologie. ISBN 978-80-247-3850-5. SIXSMITH, Andrew; GUTMAN, Gloria (ed.). Technologies for active aging. Springer Science & Business Media, 2013. Jak na internet: Internet a senioři. CZ.NIC [online]. Praha 3: CZ.NIC, z. s. p. o., ?2017 [cit. 2017-12-03]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1200/internet-a-seniori/>

Garantující pracoviště: Ústav sociální práce,
Filozofická fakulta

Vedoucí práce: PaedDr. Karel Myška, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 27.4.2018

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité prameny.

V Hradci Králové dne

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala svému vedoucímu diplomové práce PaedDr. Karlu Myškovi, Ph.D. za jeho rady a za čas, který mi věnoval. Také děkuji respondentům, kteří mi poskytli svůj čas a ochotně odpovídali na mé otázky.

Abstrakt

KRAUSOVÁ, Šárka. *Senioři a jejich přístup ke komunikačním a informačním technologiím*. Hradec Králové, 2018. 73 stran. Diplomová práce. Univerzita Hradec Králové, Ústav sociální práce. Vedoucí práce: PaedDr. Karel Myška, Ph.D.

Cílem této diplomové práce je zjistit, jaký mají senioři přístup ke komunikačním a informačním technologiím (ICT). Jelikož se zaměřuji na seniory, kteří již v menší či větší míře ICT ovládají, budu zjišťovat, jaká zařízení senioři využívají a v čem jim pomáhají.

Práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou. V teoretické části se práce zaměřuje nejdříve na pojmy senior, stáří a stárnutí populace. Tato kapitola se zaměřuje i na postavení seniorů ve společnosti. Dále je zde nastíněna důležitost vzdělávání i v pozdějším věku a nakonec pojednává o vlivu komunikačních a informačních technologií nejen na život společnosti obecně, ale hlavně na životy seniorů. Praktická část obsahuje metodologii a interpretaci výzkumu, který byl prováděn za pomoci polostrukturovaných rozhovorů.

Pomocí výsledných dat jsou zodpovězeny cíle diplomové práce i hlavní výzkumná otázka. V závěru je pak celkové shrnutí výsledků a zjištění.

Klíčová slova: informační a komunikační technologie, senioři, stáří, vzdělávání

Abstract

KRAUSOVÁ, Šárka. *Seniors and their approach to communication and information technologies*. Hradec Králové, 2018. 73 stran. Diploma Thesis. University of Hradec Králové, Institute of Social Work. Leader of the Diploma Thesis: PaedDr. Karel Myška, Ph.D.

The aim of this diploma thesis is to find out what approach seniors have to communication and information technologies (ICT). As I focus on seniors who are already more or less aware of ICT, I will find out what devices seniors use and how they help them.

The thesis is divided into the theoretical and practical part. In the theoretical part the thesis focuses first on the concepts of seniority, old age and aging of the population. This chapter also focuses on the status of seniors in our society. It also outlines the importance of education at a later age and ultimately discusses the impact of communication and information technologies not only on the life of society in general but mainly on the lives of seniors. The practical part contains methodology and interpretation of research, which was carried out with semi-structured interviews.

Using the resulting data, the objectives of the diploma thesis and the main research question are answered. At the end, there is a summary of the results and findings.

Key words: information and communication technologies, seniors, old age, education

Obsah

Seznam použitých zkratk	9
Úvod.....	10
1 SENIOŘI, STÁŘÍ, STÁRNUTÍ POPULACE.....	13
1.1 Senioři a stáří.....	13
1.2 Stárnutí	16
1.3 Stárnutí populace.....	17
1.3.1 Politika aktivního stárnutí	19
1.4 Postavení seniorů ve společnosti.....	20
1.4.1 Ageismus	22
1.4.2 Generační propast	22
1.5 Životní styl seniorů	24
1.6 Shrnutí.....	26
2 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	27
2.1 Vzdělávání jako celoživotní proces	27
2.2 Formy vzdělávání.....	29
2.3 Využití ICT ve vzdělání	32
2.3.1 E-learning.....	32
2.4 Shrnutí.....	33
3 ICT VE SPOLEČNOSTI.....	35
3.1 Informační společnost	35
3.1.1 Počítačová/informační gramotnost a e-inkluze.....	36
3.1.2 Internet	38
3.2 Vliv ICT na život ve společnosti.....	39
3.2.1 ICT a senioři	40
3.3 Shrnutí.....	42

4	METODOLOGIE	43
4.1	Cíle práce	43
4.2	Zvolená výzkumná metoda	47
4.3	Konstrukce vzorku a jeho parametry	48
4.4	Průběh výzkumu a způsob analýzy získaných dat	50
4.5	Etické aspekty výzkumu	50
5	VÝSLEDKY VÝZKUMU	52
5.1	Dílčí cíl 1.....	52
5.1.1	Shrnutí DC 1	55
5.2	Dílčí cíl 2.....	56
5.2.1	Shrnutí DC 2	59
5.3	Dílčí cíl 3.....	59
5.3.1	Shrnutí DC 3	61
5.4	Dílčí cíl 4.....	62
5.4.1	Shrnutí DC 4	64
5.5	Hlavní cíl.....	65
	Závěr	67
	Seznam použité literatury	70
	Přílohy.....	1
	Příloha 1: Scénář rozhovoru	1
	Příloha 2: Ukázka transkripce rozhovoru	2
	Příloha 3: Kódovník.....	7

Seznam použitých zkratk

AIUTA.....Mezinárodní sdružení univerzit třetího věku

Apod.a podobně

ATV.....Akademie třetího věku

AU3V.....Asociace univerzit třetího věku

ČSÚ.....Český statistický úřad

DC.....díleční cíl

EU.....Evropská Unie

ICT.....Informační a komunikační technologie

MHD.....Městská hromadná doprava

MŠMT ČR.....Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky

OECD.....Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj

PC.....počítač

SMS.....textová zpráva

U3V.....Univerzity třetího věku

Úvod

Diplomová práce se zabývá přístupem seniorů k informačním a komunikačním technologiím (ICT). Ačkoliv ještě stále existuje mnoho seniorů, kteří s ICT z různých důvodů nepracují a nepřichází s nimi do styku, objevuje se stále více těch, kteří o proniknutí do tajů nových technologií mají zájem. Cílem práce je zjistit, s jakými z nových technologií senioři pracují a v čem jim tyto technologie pomáhají. Práce se tedy zaměřuje pouze na seniory, kteří již ICT v menší či větší míře využívají a mají s nimi zkušenost.

Jakožto generace, která měla tu možnost s nástupem informačních a komunikačních technologií vyrůst, máme obrovskou výhodu. V dětství jsme dostávali své první tlačítkové telefony, pořizovali se první počítače a internet. Ve školách byli zaváděny počítačové třídy a s nimi spojená výuka. S postupným vylepšováním technologií jsme pak rostli i my. Seniors ale tato doba postihla v době, kdy už nechtěli nebo neměli sílu na to, aby se sami naučili s novými technologiemi pracovat. Právě díky tomuto rozdílu se pak začala utvářet propast mezi mladší a starší generací. Práce se tak bude zabývat i tím, zda seniorům, kteří využívají ICT, pomáhají v překonání této propasti.

K výběru tohoto tématu diplomové práce mě inspiroval můj děda. Již od dětství, kdy jsem na určitou dobu mého života bydlel s tátou u prarodičů, se můj děda o ICT zajímal. Na našem prvním počítači s námi hrál jednoduché hry, když si pořídil mobilní telefon, naučil se psát zprávy. Přibližně před dvěma lety pak k Vánocům dostal tablet s internetem a s velikým zapálením se naučil i na něm. Dnes má Facebook, Skype i e-mail. Rád poslouchá písničky na Youtube, vyhledává si informace o počasí, sportu i událostech. Vždycky, když přijedu na návštěvu, pomáhám mu s věcmi, které ještě zcela nechápe nebo mu nejdou. Právě díky ICT jsme si teď s dědou bližší, protože se utvořilo společné téma, společná záliba. Můj děda je jasným příkladem toho, že když senioři budou chtít, nové technologie pro ně nebudou překážkou. Když se tedy podívám na mého dědu, zajímá mě, jak na tom jsou jiní. Jaké technologie využívají? Co na internetu hledají? A pomáhá jim někdo při jejich snažení s učením s ICT?

Hlavním cílem diplomové práce je zjistit, jaká zařízení senioři ve svém životě používají a v čem jim pomáhají. Problematika využívání ICT seniory je například součástí výzkumu Fenomén šedesátníků, který byl veden roku 2016 na území ČR společností OMG Research ve spolupráci s Mediaclub. Z tohoto výzkumu vyplývá, že zejména mladí senioři ve svém životě stále více využívají moderní technologie. Připojení k internetu má podle výzkumu více než 80% z nich, téměř polovina sleduje videa na internetu, většina využívá online bankovníctví a nákupy po internetu. Výzkum k mé práci se tedy zaměřuje pouze na seniory, kteří s informačními a komunikačními technologiemi již pracují, přičemž není stanoveno, zda musí využívat určitou technologii. Je tedy jedno, zda respondent bude využívat pouze chytrý mobil nebo celou škálu od mobilního telefonu až po notebook či tablet.

Při formulování hlavního cíle pak vyvstaly dílčí otázky, na které bych v rámci výzkumu také ráda našla odpovědi.

Dílčí cíl č. 1 – Zjistit, zda seniorům pomáhají informační a komunikační technologie v překonávání generační propasti (sblížení s dětmi, vnoučaty)?

Dílčí cíl č. 2 – Zjistit, zda své znalosti získali díky kurzu, samostatnou snahou nebo s pomocí příbuzných.

Dílčí cíl č. 3 – Zjistit, co je vedlo k využívání ICT? Co je přimělo pracovat s informačními a komunikačními technologiemi.

Dílčí cíl č. 4 – Zjistit, jestli mají pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT.

Symbolickým cílem je poukázání na to, že ačkoliv počítačová/informační gramotnost stoupá, ještě stále je mnoho prostoru pro zlepšení v této oblasti. Společnost by se měla zamyslet nad tím, zda opravdu využívá všechny dostupné možnosti k tomu, aby seniorům poskytla příležitost k plné participaci na sociálním dění. S prodlužujícím se věkem potřebujeme, aby se senioři byli schopní zapojit do pracovního koloběhu a přispěli tak svými znalostmi a zkušenostmi. Informační gramotnost je pro budoucnost nepostradatelnou dovedností.

Informační gramotnost by měla pomoci i v kontextu sociální práce. Informačně gramotný senior si lépe najde potřebné informace o službách, které potřebuje, lépe se s nimi seznámí, snadněji se s ním bude komunikovat. ICT navíc nabízí nové možnosti komunikace v podobě video hovorů, což může mít také zásadní vliv na poskytování služeb sociální práce seniorům. Proto je potřebné problematiku informační gramotnosti seniorů řešit.

Aplikačním cílem je změnit pohled seniorů na využívání informačních a komunikačních technologií. Pomocí poznatků své práce bych ráda přispěla ke změně nahlížení seniorů na práci s ICT. Tato práce by mohla být využita jako pozitivní příklad seniorů, kteří se ve svém věku nebáli a začali se učit nové věci. Chtěla bych, aby senioři zjistili, že ICT nejsou žádným strašákem, ale vychytávkou, která jim může v mnoha věcech usnadnit život.

Teoretická část práce je rozdělena na tři hlavní kapitoly. Nejdříve se zaměřuji na pojem senior a stáří, dále na stárnutí populace, na postavení seniorů ve společnosti a jejich životní styl. Dalším tématem práce je vzdělávání seniorů jak obecně, tak s ohledem na využití ICT. Poslední část se pak zabývá informační společností, vlivem ICT na život, a nakonec technologiemi a jejich využitím. V praktické části je popsána metodologie výzkumu, samotný výzkum a interpretace výsledků. Práce je zakončena závěrem shrnujícím výsledná data a poznatky.

Výzkum byl prováděn kvalitativní metodou, přesněji polostrukturovanými rozhovory s vybranými respondenty, kteří ovládají ICT. První respondenti byli získáni na základě doporučení rodiny či známých. Dále jsem pak získávala respondenty metodou sněhové koule. Nové kontakty mi tedy dávali sami respondenti, se kterými jsem dělala rozhovor. Výzkum probíhal na území Královéhradeckého kraje.

1 SENIOŘI, STÁŘÍ, STÁRNUTÍ POPULACE

V dnešní společnosti stále roste podíl seniorů nejen ve světě, ale také v České republice. Seniori se stávají podstatnou částí lidské populace. Děje se tak díky moderním technologiím a medicíně, které úspěšně prodlužují lidský život. Je důležité mít na paměti, že seniori jsou heterogenní skupinou, která má rozdílné zájmy a potřeby. Měli bychom usilovat o to, aby se seniori necítili vyloučení ze sociálního dění a začít efektivně využívat jejich vědomosti a dovednosti ke zlepšení společnosti. Měli bychom se snažit o pozitivní náhled na fenomén stáří.

První kapitola se zabývá pojmy senior, stáří a stárnutí. Dále je zde nastíněna problematika stárnutí populace, postavení seniorů v české společnosti, a nakonec jejich životní styl.

1.1 Seniori a stáří

Pro potřeby této práce nejdříve musíme objasnit, koho vůbec za seniora považujeme, jaký věk člověku určuje, že je seniorem? Z potřeby administrativy sociálního státu se musela stanovit věková hranice. V současné společnosti se za seniora považuje člověk, který dosáhl 60 až 65 let.

Náš život je rozčleněn do tří fází: dětství, dospělost a stáří. Každá fáze má své připsané normy a sociální význam. Stáří je období v životě člověka, které je ohraničeno dvěma časovými body. Horní věkovou hranicí je smrt, spodní již tak radikálně vymezená není. Procesy a involuční změny indikující stáří přichází v limitovaném věkovém rozpětí. Proto nemůžeme určit přesný věk, kdy u lidí stáří nastává. Navíc je mnoho faktorů, které „vstup“ do starého věku ovlivňují. Nehrají zde roli pouze biologické predispozice, ale také kulturní a sociální prostředí. Je proto mylné se domnívat, že jsou seniori homogenní skupinou. Stáří má mnoho podob. Stejně jako v jiných věkových skupinách mají seniori rozdílné psychické a fyzické charakteristiky a také v subjektivní rovině se vnímání stáří odlišuje. Seniori se liší nejen svojí vitalitou a zdatností, ale také mají jiné potřeby a požadavky. Díky moderní medicíně se neustále zlepšuje jejich zdravotní stav. S měnící se společností se proměňují i podoby stáří. Čím více dynamická společnost, tím více je podoba stáří odlišnější od minulých generací. Dnešní seniori mají zcela odlišné stáří než seniori před sto lety. Je vysoce pravděpodobné,

že by se senioři před sto lety ani tohoto věku nedožili, jelikož byla střední délka života o třicet let nižší než dnes. (Sak, Kolesárová, 2012; Rabušic, 2002; Rabušic, 1995)

Věk byl dříve pouze neutrálním biologickým znakem. V dnešní době však nabývá sociálního významu a stává se závažnou společenskou výzvou. S určitým věkem jsou na nás kladena očekávání týkající se chování. Věk určuje vnímání jedince společností. Každá věková skupina je spojována s určitými normami, které jim přidělila společnost. (Rabušic, 1995)

Stáří se považuje za významnou a vydělovanou část životního cyklu. Starým se člověk stává dovršením věku 60 až 65 let. Tento přechod ze středního věku ke stáří je provázen rituálem, kterým je odchod do důchodu. Důchodový systém udělal z věku bariéru participace na trhu. Pro jedince to prakticky znamená, že je vyčleněn z další participace na pracovním procesu, a začíná pobírat starobní důchod. Věková bariéra je však důležitá i ve smyslu limitované možnosti pracovní trh opustit. Díky zmíněnému vymezení stáří se tak utvořila sociální kategorie, která nepracuje a je charakteristická svojí závislostí na státu a mladších členech společnosti. (Rabušic dle Schmeidler a kol., 2009; Vidovičová, 2008) Není tedy divu, že stáří začalo být vnímáno jako sociální problém. S odchodem do důchodu se mění sociální status a dříve nabytá prestiž související s profesí se vytrácí. Z doktora, právníka nebo kuchaře se stává „pouhý“ důchodce. Ve většině případů dochází ke snížení příjmů a s tím se mění životní styl. V dnešní společnosti je charakteristické vylučování seniorů ze společenského dění.

Budoucnost by ale měla být jiná. Ačkoliv se s věkem zvyšuje přítomnost chorob, ztráta soběstačnosti není zákonitým důsledkem stáří. Zdravotní stav seniorů se stále zlepšuje a je tak potřebné, abychom se starali nejen o zabezpečení nemocných a závislých, ale dále usilovat o zlepšování zdravotního stavu ve stáří a o prevenci závislosti. (Mühlpachr, 2004) Senioři by se měli stát aktivní složkou společnosti, která bude vzdělaná, sebevědomá a udrží krok s technologickým pokrokem. Díky novým technologiím budou moci využít práci z domu a pružnou pracovní dobu. Podstatně se tak sníží závislost na rodině a sociální podpoře státu. Senioři se budou aktivně scházet se svými vrstevníky a budou více dbát o svůj zdravotní stav. (Schmeidler a kol., 2009)

Stáří můžeme dělit na biologické, sociální, kalendářní (chronologické) a dlouhověkost.

Biologické – označuje míru regresivních změn organismu mezi které patří například pokles funkční zdatnosti nebo atrofie a další. Ty jsou propojeny se změnami, které způsobují nemoci vyskytující se v pokročilém věku (např. ateroskleróza). Lidé však stále neberou v potaz, že biologické změny u každého nastávají v jiném věku a že u vrstevníků se míra involučních změn a funkční zdatnosti liší.

Sociální – je období ohraničeno sociálními změnami nebo splněním určitého kritéria, kterým je odchod do důchodu. S překlenutím středního věku do věku stáří se mění sociální role, životního způsob i ekonomická situace jedince. Z období stáří se stává sociální událost. Podle sociálního stáří můžeme život rozdělit do čtyř hlavních věků. První věk, označovaný také jako věk předproduktivní, je obdobím dětství a mládí. Je charakteristické především růstem, vývojem, profesní přípravou a nabýváním nových znalostí a dovedností. Následuje druhý věk, který je obdobím dospělosti. Pro toto období je typické zakládání rodiny, pracovní aktivita a sociální participace. Druhému věku se také říká věk produktivní. Třetím věkem je označován věk stáří. Vyznačuje se poklesem zdatnosti. Je to období označené jako fáze za zenitem, bez produktivní přínosnosti, proto se třetímu věku říká věk postproduktivní. Poslední, tedy čtvrtý věk, je fází závislosti. Označení čtvrtého věku má však v tomto případě pejorativní nádech. Indikuje totiž, že závislost je v tomto období zákonným jevem bez ohledu na osobní charakteristiky jedince.

Kalendářní (chronologické) – je určeno dosažením stanoveného věku, od kterého se s velkou pravděpodobností začínají projevovat involuční změny. Kalendářní věk je také ovlivněn demografickým hlediskem. Čím více seniorů ve společnosti je, tím vyšší je hranice stáří, která se v současnosti pohybuje okolo 65 let. (Mühlpachr, 2009) Se zvyšující se nadějí dožití se však bude muset posunout i kalendářní hranice stáří, a to až do 75 či 80 let. (Čevela a kol.,2014) Toto vymezení je jednoduché a jednoznačné ale přesto jde jen o přibližné označení věkového období, kterému se mohou jednotlivý jedinci vymykat. Chronologické stáří se dá dále dělit na mladé seniory (65-74 let), staré seniory (75-84 let) a velmi

staré seniory (85 let a více). Věk nad devadesát let pak někteří označují jako dlouhověkost. Podíl dlouhověkých lidí je zatím nepatrný, ale díky zvyšování životní úrovně a pokroku v moderní medicíně se jejich počty zvyšují. Poměr dlouhověkých k osobám ve věku 60 a více let v populaci je označován jako index dlouhověkosti. (Mühlpachr, 2009)

1.2 Stárnutí

Stárnutí je nevyhnutelnou součástí života. Stárneme od počátku svého narození. Vlivem různých faktorů (genetika, životní prostředí, způsob života, úrazy apod.) stárnutí probíhá u každého jiným způsobem a nabývá různých podob. (Čevela a kol., 2014) Základní znaky stárnutí můžeme rozdělit do tří kategorií: biologické, psychologické a sociální.

Biologické stárnutí se týká fyzických charakteristik člověka. Vyznačuje se úbytkem sil, označuje se jako konec biologického života a blízkost smrti. Mezi příznaky patří například zhoršení zraku a sluchu, snížení funkčnosti jater a ledvin nebo pokles hmotnosti orgánů. Biologické stárnutí probíhá u každého individuálním tempem a nedá se přesně říct, kdy a jestli se vůbec u jedince příznaky objeví. **Psychologické stárnutí** je úzce propojeno se stárnutím biologickým i sociálním. Fyzické zhoršování stavu spolu s negativním vnímáním stáří společností se podepisuje na psychice a sebehodnocení jedince. **Sociální stárnutí** pak lze popsat jako reakci jedince na danosti sociologického, ekonomického nebo pracovního charakteru. (Schmeidler a kol., 2009) Podle Mareše je „sociálně definováno rozpadem sociálních sítí seniorů, jejich sociální izolací a rostoucí sociální závislostí na sociálním státu...“ (Mlynářová dle Schmeidler a kol., 2009, s. 43)

Stárnutí lze také dělit podle toho, jak je na tom senior v porovnání s ostatními vrstevníky. Stárnutí **obvyklé** je charakteristické tím, že se senior vyznačuje podobnými vlastnostmi jako jeho vrstevníci. Je zde podobný zdravotní a funkční stav, sociální role a míra zdravotních obtíží. Jeho aktuální situace s ohledem na věk odpovídá současné normě v dané společnosti. Jestliže je na tom senior lépe než jeho vrstevníci, stárnutí je považováno za **úspěšné**. Zdravotní a funkční stav organismu je lepší než současný průměr. Senior je na svůj věk velice čilý, aktivní

a zejména plně nezávislý na pomoci druhých. Přesným opakem úspěšného stáří je pak stáří **neúspěšné (patologické)**. Stav seniora je horší, než stav jeho vrstevníků. „*Rozvíjí se závislost, choroby vyššího věku, jejich projevy a důsledky jsou neobvykle výrazně vyjádřeny a nastupují neobvykle brzy, „předčasně“, jejich průběh je urychlený. Dominuje závislost či dojem vyššího biologického než kalendářního věku, tedy progerie (předčasné stárnutí).*“ (Mühlpachr, 2004, s. 34)

1.3 Stárnutí populace

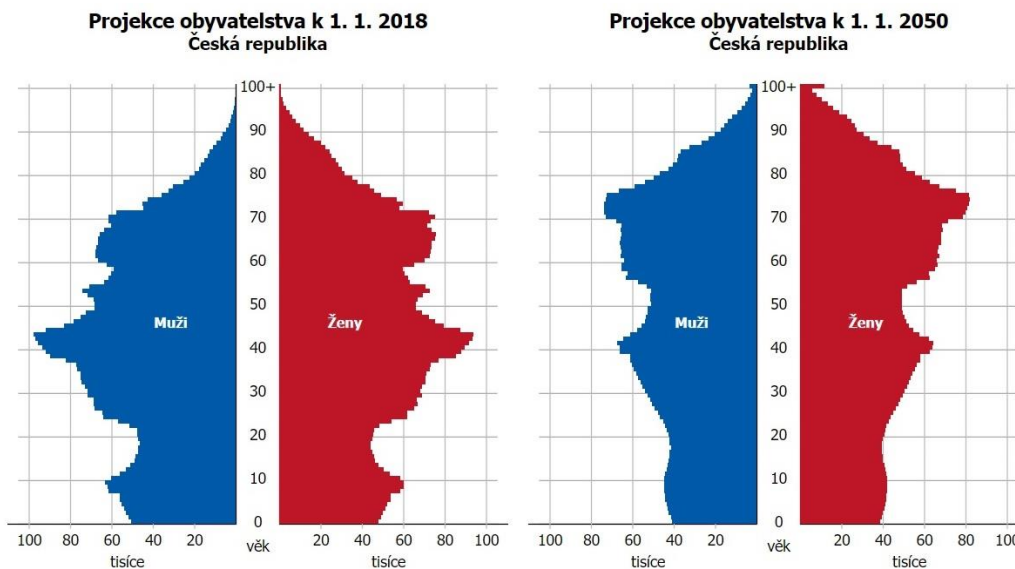
Stárnutí populace se stalo fenoménem celého světa a je považováno za největší výzvu dnešní společnosti. S tím je spojen populační růst, který je jedním z globálních problémů společnosti. „*V roce 1850 žila na Zemi asi 1 miliarda obyvatel, v roce 1930 2 miliardy, v současnosti 5,7 miliardy a prognózy pro rok 2025 hovoří o více než 8 miliardách.*“ (Mühlpachr, 2004, s. 30) Současně se počet obyvatel Země pohybuje okolo 7,6 miliard. (population. city, 2018) Největší přírůstek obyvatel se očekává v rozvojových zemích jižní Asie, Afriky, Latinské Ameriky. Díky tvrdým opatřením ke kontrole porodnosti pak méně ve východní Asii. Ve vyspělých zemích růst populace buď ustane nebo bude klesat. Začátkem populačního růstu je podle sociologa Landryho demografická revoluce, která je charakteristická převážením poklesu porodnosti nad poklesem úmrtnosti. Znaky společnosti před demografickou revolucí byly vysoké míry porodnosti, vícečlenné rodiny, vysoká míra úmrtnosti a krátká doba dožití. Naopak po revoluci je význačná nízká porodnost i úmrtnost, dlouhá střední délka života a rodiny jsou často bezdětné nebo s jedním dítětem. Součástí demografické revoluce je stárnutí populací. (Mühlpachr, 2004)

Demografické stárnutí ovlivňuje životy lidí, kteří v ní žijí, jelikož před nás staví otázky, kterými se ještě žádná společnost v historii nemusela zabývat. „*Z demografického hlediska je stárnutí populace proces, v jehož průběhu se postupně mění věková struktura obyvatelstva určité geografické jednotky takovým způsobem, že se zvyšuje podíl osob starších 60 nebo 65 let a snižuje se podíl osob mladších 15 let.*“ (Rabušic dle Schmeidler a kol., 2009, s. 6-7) Tyto změny mají velký vliv na vývoj společnosti. Ubývající počty mladých lidí znamenají méně dětí a méně aktivních zaměstnanců na pracovištích. Aby se mohla populace označit jako stará nebo stárnoucí, musí být podíl obyvatel ve věku 65 let a starších

více jak osmiprocentní. Stejně tak může být populace označena jako mladá nebo středního věku. Vše závisí na vzájemných proporcích mezi jednotlivými věkovými skupinami 0-14, 15-59, 60+ a věkové struktury. (Rabušic dle Schmeidler a kol., 2009) Ta je ovlivněna třemi aspekty: porodností, úmrtností a migrací. Z hlediska této práce jsou nejdůležitější první dva.

Nízká úmrtnost a prodlužování lidského života je celosvětovým úkazem. Populace v ekonomicky nejvyspělejších zemích se označují za přestárlé. Tento negativní postoj vůči stárnoucí populaci zaujímají především ekonomové. Ti poukazují na ekonomickou neaktivitu seniorů, která zatěžuje penzijní systém a tím i státní rozpočet. Ačkoliv je však demografické stárnutí přijímáno spíše jako negativum, je to pouze předvídatelný důsledek trendů nižší porodnosti a vyššího věku dožití, které jsou již typické pro vyspělé společnosti. Stávající demografické trendy jsou výsledkem neustále se zlepšující lékařské péče. Moderní medicína pomáhá nejen se snižováním úmrtnosti a zvyšováním věku dožití, ale také umožňuje snadnější kontrolu těhotenství, což vede k menší porodnosti. Výsledkem je již několikrát zmíněné stárnutí populace. (Schmeidler a kol., 2009)

Demografické stárnutí je i záležitostí České republiky. To je výsledkem souběžných vývojových trendů jako je klesání porodnosti a úmrtnosti (jak stařecké, tak kojenecké) a prodlužování věku dožití. Úhrnná míra plodnosti byla v ČR v roce 1990 1,13 dítěte na ženu. To je výrazně pod úroveň přirozené reprodukce populace. Zároveň vzrostla střední délka života při narození. Každým rokem se tak zvyšuje podíl seniorů ve společnosti a podle prognóz tomu tak bude i nadále. To zapříčiní významnou změnu věkové struktury (obr. 1). (Čevela a kol., 2014) „*Věková struktura ČR je regresivního typu. Regresivní věková struktura je charakteristická stárnutím populace, kdy se při nízké úrovni plodnosti a zlepšování úmrtnostních poměrů zvyšuje zastoupení starých osob v populaci a zároveň se snižuje podíl dětí a mládeže.*“ (Sak a Kolesárová, 2012, s. 86) Proces demografického stárnutí lze mimo jiné charakterizovat indexem závislosti, což je poměr počtu neproduktivního obyvatelstva ve věku 65 let a starších a aktivního obyvatelstva (15-64 let). I když pomaleji než v EU, tento index v České republice stále narůstá. V roce 2050 má podle projekce EU připadat více než jeden nepracující na jednoho pracujícího.



Obrázek 1: Projekce obyvatelstva 1950-2101

Zdroj: https://www.czso.cz/staticke/animgraf/projekce_1950_2101/index.html?lang=cz

Největším problémem stárnoucí společnosti je velké množství ekonomicky neaktivního a závislého obyvatelstva s určitým životním stylem a potřebami. Zvláštní nároky jsou kladeny zejména na bydlení, zdravotní péči a spotřebu. Důsledkem demografických změn je měnící se sociální klima (mentalita stárnoucí populace). Také bude přibývat více jednotlivců, kteří budou bydlet osamoceně a jelikož mají obecně muži nižší naději dožití, velký podíl budou tvořit ženy. (Schmeidler a kol., 2009) Demografické stárnutí má ale i pozitivní aspekty. Život člověka se prodloužil v průměru již o 30 let. Díky prodloužení lidského života je některými populační růst považován za jeden z největších úspěchů lidstva. V tomto vývoji se skrývá potenciál nejen pro jedince ale i pro společnost. Senioři za svůj život nasbírali nejvíce zkušeností, znalostí a kompetencí. Navíc jsou vyzrálejší a disponují lepšími vlastnostmi než v mladším věku. Je potřebné, aby si společnost potenciál seniorské populace uvědomila a efektivně jejich kvalit využila ve svůj prospěch. (Sak a Kolesárová, 2012; Petrová Kafková, 2013)

1.3.1 Politika aktivního stárnutí

Demografické změny ve společnosti vytváří tlak na jedince, kteří by měli stárnout „správným způsobem“, tedy aktivně. Odpovědí na populační stárnutí se stala politika aktivního stárnutí, která vévodí i akademickému diskurzu. Na jedné straně by podle ní měl člověk zvládat vlastní stárnutí, na druhé by měla pomoci

společnosti zvládnout fenomén stárnoucí populace. Jedinec by si měl v průběhu stárnutí zachovat fyzické i mentální zdraví. (Petrová Kafková, 2013)

Aktivní stárnutí by podle OECD (1998) mělo znamenat, že je jedinec schopný vést produktivní život ve společnosti a ekonomice. Měl by se také umět pružně rozhodovat, jak bude využívat svého času v průběhu života. To zahrnuje učení, práci nebo volný čas. (Schmeidler a kol., 2009) Podle Světové zdravotnické organizace (2002, s. 12) je to „*proces optimalizace příležitostí pro zdraví, participaci a bezpečnost, který stárnoucím lidem zvyšuje kvalitu života.*“ Pojem „aktivní“ se vztahuje k participaci v oblasti sociální, ekonomické, kulturní či duchovní. Není to pouze schopnost být fyzicky aktivní na trhu práce. Starší lidé, kteří odejdou do důchodu, jsou nemocní nebo žijí s postižením mohou zůstat aktivními a dále přispívat svým rodinám, komunitám a národům. Aktivní stárnutí má za cíl prodloužit délku života a jeho kvalitu v průběhu stárnutí všech lidí. (WHO, 2002) Jedním z cílů politiky aktivního stárnutí je ukázat, že skupina ve věku 50–69 let je dobře uplatnitelná na trhu práce. Stejně tak je pro ni důležitá redukce různých závislostí v seniorském věku, tak aby byli aktivnější, produktivnější ve společnosti. Politika aktivního stárnutí stojí na třech hlavních pilířích, kterými jsou zdraví, participace v socioekonomických, kulturních a spirituálních aktivitách a bezpečí. Tyto tři pilíře pak mají stejnou zásluhu na dosažení cíle, což je vést spokojený život. (Schmeidler a kol., 2009; Petrová Kafková, 2013)

1.4 Postavení seniorů ve společnosti

Jak již bylo řečeno v předchozích kapitolách, společnost je na samém prahu demografického stárnutí. Samotné seniory však tolik nezajímá kolik jich je, ale jak jim je. Jestli jsou na tom dobře se zdravím, zda mají dobrou životní úroveň, v jakém bydlí prostředí nebo jestli kolem sebe mají blízké osoby. Obecně jde tedy o jejich kvalitu života. S narůstajícím počtem lidí, kteří se dožívají vysokého věku, přestávají být tyto parametry života individuální. Smrt před devadesátým rokem života je považována za předčasnou. Kvalitu života seniorů ovlivňují také sociální předsudky. V zahraniční literatuře se objevuje pojem ageismus, což je diskriminace z hlediska věku. Přesnější vymezení tohoto pojmu bude následovat v dalších odstavcích. Společnost má o seniorech a obecně stáří přetrvávající,

ačkoliv nepravdivé, stereotypní obrazy. Senioři jsou považováni za osoby nemocné, osamělé a chudé. To přispívá k tomu, že jsou vytlačováni na okraj společnosti, z centra sociálního dění. Samotní čeští senioři pak také přispívají k negativním stereotypům stáří. Nemají snahu o vytvoření obrazu stáří, jakožto produktivního období, kdy si můžeme užívat volného času k realizování zájmů, na které kvůli práci dříve nebyl čas. Nevytváří dojem sebevědomé a vitální skupiny. Freiová (1982:216) poznamenala, že: „*Dokud si staří lidé nezačnou více vážit sebe, nemohou očekávat, že si jich budou vážit příslušníci ostatních věkových skupin a generací*“ (Rabušic, 1999, s. 19)

„*Jsou-li senioři samotnou svou existencí vnímáni jako problém, není divu, že i samotné stáří je v percepci ne-seniorů chápáno jako něco, čeho je třeba se obávat, co je negativní a nepříjemné.*“ (Rabušic, 1999, s. 18)

Ve stáří nastávají změny v sociálním postavení. Odchod do důchodu často pro člověka znamená ztrátu kontaktů, změnu životního stereotypu, menší přísun financí. Není vyloučeno, že se člověk začíná cítit osaměle. Jmenované změny v životě mohou vést až k sociální izolaci jedince. Stejně jako pro mladší generace, i pro seniory jsou důležité sociální kontakty. Život bez nich může vést ke stresu, který může zapříčinit dřívejší smrt. Úkolem společnosti by mělo být zamezení sociální izolace seniorů a jejich integrace. K tomu jsou potřebné například změny v oblasti trhu práce (vhodnost práce, nabídka pracovních míst atd.). Každá společnost by se měla snažit o rozšíření nabídek k rozvoji aktivity starších lidí. (Schmeidler a kol., 2009)

Senioři jsou skupinou, která je v dnešní české společnosti nepřehlédnutelná. Tato skupina je oproti předsudkům společnosti velice vitální a má veliký sociální potenciál. Nemoci, osamělost a chudoba nejsou seniorům vlastní. (Rabušic, 1999) Podle české populace je senior člověk v završující životní fázi. Ve společnosti má pak specifické postavení. V závislosti na individuálním stavu jedince se člověk stává seniorem mezi 60. a 70. rokem života. Pro jeho život je typické pobírání důchodu, není pracovně aktivní a má mnoho volného času. Ačkoliv je stáří většinou spojováno s negativními charakteristikami, česká populace v něm vidí i pozitivní prvky. Jde například o volný čas, klid a relaxaci, kvalitu životního stylu nebo zmizení nutnosti chodit do práce. (Sak a Kolesárová, 2012). K seniorům by

se nemělo přistupovat jako ke skupině, která je závislá na pomoci druhých. Je to aktivní skupina, která je zkušená, moudrá a vyrovnaná a mladším generacím může nabídnout své rady a předat životní zkušenosti. (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011)

1.4.1 Ageismus

Jak již bylo zmíněno v předchozím textu, v zahraničí se objevil pojem ageismus, který se objevuje i u nás v České republice. Poprvé se tento pojem objevil v USA koncem 60. let 20. st. Ačkoliv může být v obecné rovině považován za diskriminaci na základě jakéhokoliv věku, diskriminace stáří je zdaleka nejčastějším problémem. „*Ageismus můžeme chápat jako proces systematického stereotypizování a diskriminace lidí pro jejich stáří... Stáří lidé jsou kategorizováni jako senilní, rigidní ve svém myšlení a způsobech, staromódní v morálce a dovednostech... Ageismus dovoluje mladším generacím vidět starší lidi jako odlišné od nich samých, a proto jim brání, aby se se staršími lidmi identifikovali jako s lidskými bytostmi...*“ (Schmeidler a kol., 2009, s. 28)

Ageismus může způsobovat negativní sebehodnocení starších osob, což může vést až ke zkracování naděje jejich dožití. Může nabírat různých podob od stereotypů a mýtů, averze či otevřeného opovržení až k diskriminačním praktikám v zaměstnání, bydlení a službách. Stáří je také tématem mnoha vtipů a kreslených seriálů. Není bráno jako něco přirozeného a normálního. Nesnášenlivost stáří může například pramenit z pocitu, že je toto období blízko smrti, čehož se mnoho lidí bojí a nechtějí nad tím přemýšlet. Podle Vidovičové (2005) je ageismus založený na tom, že jednotlivé fáze lidského života nejsou kvalitativně rovnocenné. To se projevuje stereotypizací a diskriminací osob a skupin na základě jejich věku nebo příslušnosti k určité kohortě/generaci. (Schmeidler a kol., 2009; Vidovičová, 2008)

1.4.2 Generační propast

Ve společnosti spolu žije několik generací. Ty se od sebe navzájem liší, jelikož každá generace byla formována jedinečnými společensko-historickými podmínkami. Vhodným příkladem pro tuto práci je vyrovnávání se s nástupem digitalizace společnosti. Generaci našich prarodičů zasáhla na počátku jejich stáří

kdežto my jsme v ní vyrůstali od mala. Vztahy a interakce mezi generacemi mohou obsahovat konflikty. Každá generace se totiž nachází v jiné životní fázi a má jiné potřeby. Dalším zdrojem konfliktů pak mohou být například jiné vlastnosti, postoje nebo hodnoty, které si předchozí generace osvojily a které je provázejí po zbytek života. Oproti tomu si mladší generace utvářejí vlastní hodnoty, které nemusí být v souladu s hodnotami předchozích generací. Dnešní senioři si prošli radikálními společenskými změnami, mezi které patří například druhá světová válka, komunismus a budování totalitního státu nebo vpád vojsk států Varšavské smlouvy na naše území. Souhrn těchto změn seniorskou generaci velice ovlivnilo, kdežto mladá generace jim nepřikládá žádnou váhu, nemají pro ni význam. (Sak a Kolesárová, 2012)

Ještě se ale více zaměříme na příklad s nástupem digitalizace společnosti a informačních a komunikačních technologií. Ty totiž zásadně proměňují společnost a jejich socializace se odehrála v rozmezí sociálního věku jedné generace. To zapříčinilo, že ve společnosti žijí pospolu lidé, kteří byli v době nástupu ICT již v důchodu a lidé, kteří mohli s ICT pracovat již od narození. Tyto dvě generace odpovídají dnešním seniorům a mladé generaci. Jen v málo případech bychom v historii našli více rozdílné generace, které se tolik liší podmínkami sociálního zrání a socializace. Není tedy divu, že mezi nimi panuje napětí a konflikty. Senioři jsou poslední generací gramotné kultury, mladí zase první generací kyberkultury. (Sak a Kolesárová, 2012)

Aktivity, které se u starší generace odehrávaly v reálném životě, se u mladší přesouvají na počítač a do kyberprostoru. S novými technologiemi vznikají nové aktivity, nové možnosti a také nový životní styl. To vše umožnilo vytvořit zcela rozdílný život a jedince, tedy novou generaci. Minulé generace byly utvářeny společenskými událostmi a změnami sociálních podmínek. Nové jsou tvořeny technologiemi. Zásadní rozdíly ve vývoji generací způsobily nejhlubší generační propast mezi starou a mladou generací. Poslední dobou je ale tato propast překonávána. Generace seniorů je totiž postupně doplňována mladšími ročníky, které jsou již zdatnější v zacházení s informačními a komunikačními technologiemi. K tomu je více seniorů vybaveno novými technologiemi. Děti tak přebírají roli učitele a učí s nimi zacházet své prarodiče. (Sak a Kolesárová, 2012)

1.5 Životní styl seniorů

Pánové M. Young a T. Schuller vymysleli jednoduchou klasifikaci osob třetího věku. Rozdělili je na osoby pozitivní a negativní. Pozitivní osoby jsou ty, které i po skončení produktivního věku využívají svůj volný čas k různým aktivitám. Takoví senioři se snaží být aktivní, hledají si nové koníčky nebo pokračují v těch předchozích a upevňují je. Jsou to vlastně takoví „staří mladí“. Druhou skupinou jsou osoby negativní, které jsou naopak velice pasivní a nezajímají se o dění kolem sebe. Nehledají si aktivní využití volného času, který se v důchodovém věku stává významnou dimenzí. Při odchodu do důchodu se zde objevuje otázka, co s obrovským množstvím volného času, který nám v minulosti vyplňovaly pracovní povinnosti. Část lidí si dokáže vyplnit volný čas aktivitami, které dělala v minulosti. Mají větší prostor k odpočinku, zábavě a také rozvoji sebe samých. (Hrapková, 1999)

Životní styl není pouze osobní záležitostí. Velký vliv na něj má i společnost ve které žijeme. Kromě toho na nás působí i životní prostředí a krajina, ve které žijeme. Životní styl člověka se utváří po celý život. V průběhu se mění podle životních situací, kterým jsme vystaveni. Přizpůsobuje se sociální pozici se všemi zastávanými sociálními rolemi. Každá životní fáze má charakteristický životní styl, ten odpovídá potřebám a zájmům člověka ve specifických fázích života. Životní styl se radikálně proměňuje s nástupem stáří. Tuto proměnu má na svědomí nárůst svobody. Senior má najednou spoustu volného času, který musí umět využít. Také je jak v pozitivním tak negativním smyslu „osvobozen“ od práce. S odchodem do důchodu a ukončením pracovní aktivity se výrazně mění sociální pole seniora. Aspekty vyplývající z pracovní pozice ze sociálního pole mizí. Pro některé to může znamenat pozitivní změnu života, další však mohou zažívat sociální frustraci, pocit izolace nebo zbytečnosti. (Sak a Kolesárová, 2012)

S ubýváním sociálních vztahů nastává potřeba je něčím nahradit. Často tak můžeme narazit na seniory, kteří si ve stáří pořizují domácí zvířata. Sociální pole seniorů se zužuje na děti, vnoučata, zdravotnický personál, manžela/ku a již jmenovaná zvířata. Ačkoliv mají senioři obecně podobný životní styl, objevují se i prvky, které jsou vlastní pouze některým skupinám či jedincům. Podstatnou součástí životního stylu seniorů je sledování televize, která se vyvíjela souběžně

s životem dnešní staré generace. Je to aktivita, kterou se značně odlišují od předchozích generací seniorů. Navíc je sledování televize aktivitou, kterou se liší i od ostatních generací a věkových skupin. Senioři sledují televizi dvakrát více než ostatní populace. Taková popularita TV má několik důvodů. Nejen, že se televize vyvíjela souběžně s životy seniorů, ale k jejímu sledování nejsou žádná zdravotní omezení a je možnost kdykoliv TV zapnout nebo vypnout. Stejně jako je televize technologií našich prarodičů, technologií mladší generace je počítač a internet. Nástup nových technologií zastihl seniory za vrcholem jejich života, co se týče osvojování inovací. Mladá generace si oproti té starší nové technologie rychle osvojila a začlenila je do svého života, jak soukromého tak i profesního. Dnešní generace seniorů je jediná, která se musela nové technologie učit mimo vzdělávací systém. Jejich jedinou možností, jak se s nimi naučit pracovat, bylo z jejich vlastní vůle a přičinění. (Sak a Kolesárová, 2012) Přestože tedy nadále zůstává televize nejvyužívanějším médiem, i senioři postupně začali využívat nová média ve svém životě. Do jejich životního stylu se dostává internet, chytré telefony a čtečky knih. Více lidí také začíná využívat sociálních sítí, jako je například Facebook. (Jak na internet, 2012) „*Internet přinesl seniorům řadu dříve netušených možností a proměnil charakter stáří a jeho životní styl. Počítač a internet znamenají mezník mezi životem starých lidí před internetem a po něm.*“ (Sak a Kolesárová, 2012, s. 104)

Ve stáří značně ubývají návštěvy restaurací. Uváděnými důvody pro tento jev jsou nejčastěji finanční situace, zakouřené prostředí nebo velký ruch. Zatímco se společenský život mladé generace odehrává v hospodách, senioři dávají přednost klidu a soukromí domova, kde se schází se svými přáteli a příbuznými. Oproti jiným generacím také dávají přednost pobytu v přírodě. Rádi chodí na procházky, výlety a věnují se turistice. Menší oblibu než v předchozích letech má čtení, zato se zvyšuje čas strávený na počítači. Mladší senioři využívají nových technologií ke čtení elektronických knih. Z životního stylu seniorů nejrychleji mizí ruční práce, velice oblíbenou činností se naopak stává telefonování. (Sak a Kolesárová, 2012) Tomáš Kunc ze společnosti Senior Safe (která pomáhá lidem starším 50 let) tvrdí, že jsou dnešní senioři aktivnější, více cestují, chodí na různé akce a nebojí se nových věcí. Navíc jsou osoby starší 50 let nejrychleji rostoucí skupinou, která

využívá internet. (Kunc dle Zpravodajství24, 2004) Dnešní senioři mají jistá očekávání od života v důchodovém období. Stále více se staršího věku dožívají vzdělaní a finančně nezávislí lidé, kteří mají plno životních sil. Své stáří nechtějí prožívat pasivním prožíváním dní, ale pokračovat v předchozích aktivitách. (Petřková a Čornaničová, 2004)

1.6 Shrnutí

První kapitola nejdříve charakterizuje pojmy stáří a stárnutí. Stárnutí a stáří jsou nevyhnutelnou součástí našeho života. Ačkoliv ale společnost ustanovila věk, kdy se má člověk stát „starým“ a odejít do důchodu (60-65 let), individuální charakteristiky jsou v tomto věku u každého jedince jiné. Stáří je u nás vnímáno negativně a společnost má tendenci vylučovat seniory ze sociálního dění. Dále je nastíněna problematika populačního stárnutí. Ve světě přibývá lidí staršího věku, společnost je charakteristická malou porodností a úmrtností a prodlužuje se délka lidského života. Tyto změny můžeme přičíst moderní medicíně. Stejný vývojový trend pak můžeme sledovat i v České republice. Odpovědí na stárnutí populace je politika aktivního stárnutí, která má zajistit, aby lidé uměli stárnout „dobře“ a byli tak schopní participace na společenském dění co nejdéle.

Dále se kapitola věnuje postavení seniorů ve společnosti. O seniorech existuje mnoho mýtů a stereotypů, které přispívají k jejich marginalizaci. Jsou popisováni jako chudí, nemocní a osamělí lidé, kteří jsou závislí na pomoci druhých. Odchodem do důchodu ztrácejí sociální kontakty a zmenšuje se přísun financí, což u nich může vyvolávat pocity osamění. Nejhorší podobou nesnášenlivosti seniorů/stáří je ageismus, který se projevuje systematickou diskriminací starých lidí ve všech oblastech života. Díky rozdílnosti staré a mladé generace vzniká generační propast. Ta nastává kvůli odlišným názorům, vlastnostem a postojům generací. Největší generační propast pak způsobil nástup informačních a komunikačních technologií. Staří lidé mají specifický životní styl, který nastává s odchodem do důchodu. Ubývají sociální kontakty, zmenšuje se peněžní příjem a může docházet k pocitům osamělosti a izolace. Někteří však život ve stáří zvládají a snaží se aktivně využívat volný čas. Senioři jsou rostoucí skupinou a musíme se naučit je do společnosti integrovat a ne segregovat.

2 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vzdělávání je jednou z nejdůležitějších součástí našeho života. V dnešním světě, kdy se každou chvíli objevují nějaké nové technologie a poznatky, je pak ještě důležitější, aby vzdělávání probíhalo celoživotně a stalo se tak součástí aktivit i v seniorském věku. Naštěstí k tomu dnešní doba nabízí možnosti. Tato kapitola bude nejdříve pojednávat o nutnosti celoživotního vzdělávání. Dále se zaměří na vzdělávání seniorů a s tím související instituce vzdělávání, které jsou u nás seniorům k dispozici. Mezi ně patří například Univerzity třetího věku, Akademie třetího věku a další. Poslední dobou začínají tyto instituce nabírat u seniorů na popularitě a čím dál více je navštěvují. Poslední část této kapitoly bude o využití informačních a komunikačních technologií ve vzdělání.

2.1 Vzdělávání jako celoživotní proces

Jak už bylo řečeno, vzdělávání je jednou z nejdůležitějších aktivit v životě člověka. Dnešní svět se mění závratným způsobem a klade na nás další a další požadavky na vzdělání. Kromě demografických změn naši společnost ovlivňují i velké inovace v technologii, vědě a ekonomii. Díky těmto změnám se utváří nové životní styly a mění se životní podmínky všech lidí. Proto je nutné, aby všichni bez ohledu na věk, vzdělání, pohlaví, sociální nebo profesionální pozici, politickou orientaci nebo národnost, byli připraveni se učit a aby dostáli individuální i společenské odpovědnosti. Vzdělání se díky změnám a vývoji ve společnosti stává životní nutností a organickou součástí v životě moderního člověka. Už to není privilegium nebo status, bez vzdělání se jednoduše nemůže člověk ve světě vyznat. Proto je nutné, aby společnost lidí ke vzdělávání motivovala a aby k němu měli všichni přístup. Je potřeba lidem ukázat, že pro ně má učení bezprostřední smysl a že získávání nových znalostí a kompetencí jim usnadní život v moha ohledech. Jedině tak budou mít touhu zdokonalovat své dovednosti a znalosti nejen v dřívějších fázích života, ale i v postproduktivním věku. (Stadelhofer, 1999; Mühlpachr, 2004) Vzdělání přispívá k vedení aktivního a plodného života. Bez něj bychom nebyli schopní držet krok se změnami ve společnosti, nebyli bychom schopní udržet si znalosti a schopnosti v procesu stárnutí. Vzdělání je důležité v moha aspektech života. *„Podporuje duševní pohodu, udržení pracovní schopnosti a uplatnění na trhu práce, posiluje*

nezávislost. Může přispět ke snížení marginalizace, osamění, generační intolerance a zlepšit příležitosti k začlenění do společenského dění. Vzdělávání přispívá k humanizaci, k sociální integraci a kvalifikaci, umožňující uplatnění na trhu práce.“ (Schmeidler a kol., 2009, s.171)

Umožnit vzdělávání i lidem ve starším věku je znakem tolerantní společnosti. Dlouhou dobu se totiž potřeby starších lidí nebraly v potaz. Příčinou bylo negativní vymezení stáří, díky kterému byli staří lidé vnímáni jako nemocní a pasivní. To se změnilo v 60. letech 20. století. Je potřeba utvářet pozitivní obraz stáří. Tím zamezíme rozšiřování negativních stereotypů o této generaci a s tím spojenému ageismu. I ve stáří jsou potřeby být aktivní a užitečný zachovány. Starším lidem vzdělávací aktivity přispívají k pocitům důstojnosti a životního uspokojení. Také jim pomáhají v integraci do společnosti a v udržení fyzického i duševního zdraví. Vzdělání také může pomoci s pochopením vývoje a jeho úkolů a tak přispět ke snadnějším přechodům mezi jednotlivými životními fázemi, zejména pak přechod do starší fáze života. Se vzděláním se zlepšuje dovednost samostatného rozhodování a orientace v nových životních situacích. Pro seniory se stávají vzdělávací programy klíčem k pochopení stále se měnící společnosti. Nové informace jim dávají možnosti k uspořádání vlastního života, k lepšímu psychickému zdraví a spokojenosti, k posilování sebedůvěry. U seniorů tedy nejde až tak o získávání dovedností k výkonu práce, ale o rozšiřování možností seberealizace. (Mühlpachr, 2004; Petřková a Čornaničová, 2004) Při výuce starších lidí se pak musí počítat s jejich charakteristickými vlastnostmi. Staří lidé již mají jistou úroveň sociálních znalostí, jsou vyrovnanější, mají ustálený životní styl a hodnoty. Oproti mladším generacím přijímají informace s větší kritikou a jsou si schopní vytyčit reálné cíle. Různí se také motivace ke studiu, dovednosti a schopnosti. Velkou roli také začíná hrát zdravotní stav člověka. (Barták, 2008)

Vzděláváním seniorů se zabývá gerontagogika (někdy také gerontopedagogika nebo geragogika). Je to vědní disciplína, která kombinuje vědu o výchově a vzdělání dospělých (andragogika) a vědu o stárnutí a stáří (gerontologie). Vymezení je tak velice obecné. Gerontagogika se zabývá nejen seniorskou edukací, ale také obsahuje preseniorskou edukaci, která má být přípravou na stáří

a proseniorskou edukaci, zaměřující se na podpůrné systémy stáří ve společnosti a porozumění mezi generacemi. (Petřková a Čornaničová, 2004)

2.2 Formy vzdělávání

V dnešní době je pro seniory celkem dost možností, jak se v jejich věku vzdělávat a tak neztratit krok s měnící se společností. V této kapitole si představíme ty nejdůležitější a nejznámější možnosti u nás.

1. Tréninková centra

Tréninková centra byla v České republice založena roku 2012 a jsou zaměřena na lidi starší 50 let. Návštěvníky tréninkových center mohou být jak lidé zaměstnaní na trhu práce tak i lidé nezaměstnaní. Místo zde najdou i lidé v důchodovém věku, kteří chtějí být nadále aktivní. Společným znakem těchto skupin je, že se chtějí naučit pracovat s informačními a komunikačními technologiemi. Jejich motivace, výukové tempo nebo požadavky ohledně délky přestávek se však mohou lišit. Jelikož je účast čistě dobrovolná, jedinci jsou často velmi motivovaní k práci. Nejvíce se lidé chtějí naučit komunikovat přes email, skype a sociální sítě. Zájem je také o práci s digitálními fotografiemi. Jelikož je u každého účastníka potřeba individuálního přístupu, skupina by měla mít ideálně okolo sedmi členů. Pro výuku jsou využívány počítače, chytré telefony i tablety. Výuka obsahuje nejzákladnější dovednosti, kterými jsou zapínání a vypínání počítače a seznámení se s jeho součástmi. Dále pak využití internetu k vyhledávání věcí, ke komunikaci nebo nakupování. Seznámení s důležitými aplikacemi a stránkami. Nejsou vynechána ani rizika internetu.

Tréninkové centrum by mělo plnit několik funkcí. Zejména by to mělo být místo bezpečí a sdílení. Dále místo poradenství, kde vám jsou lektori schopní poskytnout rady ohledně koupě počítače a jiných technologií. Místo pro sebevzdělání, kde je zajištěn profesionální a individuální přístup ke všem účastníkům. Účastník zde má také možnost seberealizace, kdy se může podělit o své znalosti a může ovlivňovat směřování výuky. Tréninková centra jsou i místem, kde se navazují nová přátelství a člověk se sem díky příjemné atmosféře rád vrací. Klienti sem tedy nedocházejí pouze kvůli vzdělání. Někteří docházení do centra berou jako společenskou událost, která je pro ně velice důležitou

součástí života a z centra se tak stává místo setkávání a odpočinku. (Ištvániková, Pleskačová a Stuchl, 2014)

2. Univerzity třetího věku (U3V)

Vzhledem k dlouhé historii školství se Univerzity 3. věku objevily teprve nedávno. Ocitáme se v době, kdy je potřebné přeformulovat jejich úlohu a vymezit očekávání, která mají splňovat, jelikož počet seniorů ve společnosti neustále roste. Díky novým technologiím se navíc otevírá zcela nová možnost pro účast širokého okruhu zájemců po celém světě.

U3V jsou u nás nejznámějším vzdělávacím programem pro seniory. Vůbec první Univerzita 3. věku byla založena ve Francii profesorem práva a ekonomických věd Pierrem Vellasem roku 1973. Na našem území první U3V vznikla v Olomouci roku 1986. První univerzity měly tři cíle. Chtěli seznámit seniory s novými vědeckými poznatky, prohloubit jejich sebepoznání a nakonec poskytnout pomoc v orientaci a přizpůsobení se měnící se společnosti. Ačkoliv zde účastník nezíská vysokoškolskou kvalifikaci, výuka probíhá na vysokoškolské úrovni přímo na vysokých školách. (Čornaničová, 1999; Mühlpachr, 2004) Výuka bývá organizovaná do vzdělávacích cyklů po dobu dvou až tří let. Školní rok se skládá z přibližně patnácti přednášek, kdy má každá okolo dvou hodin. Nejčastěji se senioři zajímají o medicínské otázky, psychologii, dějiny umění a také o práci s informačními a komunikačními technologiemi. Výukový kurz je často zakončován závěrečným testem znalostí. Poplatky za studium jsou spíše symbolické, pohybují se v rámci stokorun. (Petřková a Čornaničová, 2004; Šerák, 2009)

Z důvodu postupného nárůstu počtu A3V v Čechách byla roku 1993 z iniciativy několika dobrovolníků založena Asociace univerzit třetího věku (AU3V). V současné době sdružuje přes 40 vysokoškolských pracovišť, fakult a vysokých škol, které nabízejí kurzy U3V. Na starost má mít vzájemnou komunikaci mezi univerzitami, má pomáhat se zakládáním dalších univerzit třetího věku na vysokých školách a pořádat pravidelné schůze těchto škol, které se mají zaměřovat na výměnu důležitých poznatků. Dále také zajišťuje kontakt s mezinárodními organizacemi jako je AIUTA (Mezinárodní sdružení univerzit třetího věku) nebo EFOS (Evropská federace studujících seniorů na univerzitách).

AIUTA byla založena Pierrem Vellasem roku 1975 v Toulouse a navazuje na činnost první U3V. Tato organizace má 4 hlavní cíle. Přispívá ke zlepšování kvality života seniorů, pořádá stálý vzdělávací program pro starší lidi ve spolupráci s ostatními věkovými skupinami, realizuje gerontologické výzkumné programy a také realizuje vzdělávací programy v gerontologii, jelikož si uvědomuje, že poznatky výzkumů je důležité předávat co největšímu počtu politických tvůrců. (au3v, 2016; Hrapková, 2015)

3. Akademie třetího věku (ATV)

„Akademie 3. věku vznikaly v 80. letech v bývalém Československu se záměrem naplnit cíle Světového shromáždění o stárnutí v roce 1982 ve Vídni.“ (Čornaničová, 1999, s. 40) První akademie 3. věku vznikla nejspíše v Přerově roku 1983. Jelikož neexistuje žádný legislativní předpis vymezující vznik těchto institucí, mohou být založeny téměř kdekoliv a kýmkoliv. Oproti U3V má charakteristiku středně náročného vzdělávacího programu. Výuka je relativně pevně uspořádaná, nejčastěji probíhá jeden až dva semestry formou různých přednášek, diskuzí a seminářů a obsahuje nejméně deset osobních setkání v předem stanovených dnech. Témata a obsah výuky jsou uzpůsobeny místním potřebám, možnostem a podmínkám. Zároveň také vycházejí vstříc skupinovým zájmům účastníků. Nejčastěji se obsah výuky zaměřuje na zdravý životní styl seniorů, na porozumění sociálním změnám v současné době a aktivní zapojení do sociálního dění. Dále na vhodné aktivity a koníčky. Oblíbenými tématy jsou i kultura, historie, literatura a další. Součástí pak mohou být i různé pohybové kurzy a cvičení vhodné pro seniory. (Čornaničová, 1999; Šerák, 2009)

4. Kluby důchodců

Kluby důchodců u nás mají dlouhou tradici a nejvíce se rozšířily v 70. letech. U nás představují nejrozšířenější typ institucionalizovaného sdružování seniorů. Nejčastěji jsou zřizovány za podpory státní a místní správy. Činnosti uvnitř klubu jsou různorodé. Jedná se například o společné navštěvování různých akcí, vzdělávací aktivity, besedy, poznávací zájezdy, rekreační aktivity atd. Zejména vzdělávací činnost je významnou součástí aktivit klubu. Jen zřídka se však jedná o cyklickou formu. Vzdělávací setkání jsou převážně jednorázová, konaná formou

přednášky nebo besedy. (Čornaničová, 1999) V klubech seniorů vznikají mnohem trvalejší neformální vztahy než u předchozích forem vzdělání. (Mühlpachr, 2004)

5. Vzdělávací programy veřejných knihoven

V místě působení přirozeně podporují vzdělávací aktivity. Knihovny si samy utvářejí vzdělávací programy, které chtějí nabízet. Většina těchto programů je určena pro všechny věkové skupiny, vznikají však i takové, které jsou cílené pouze na seniorskou populaci. Můžeme zde najít například diskuzní kluby, vznikají oddělení knih, které obsahují knihy menšího rozsahu, jednodušší kompozice nebo jsou tištěny větším písmem pro pohodlnější čtení. Některé knihovny nabízejí rozvážkové služby knih až domů a předčítání knih nahlas. Senioři se také mohou dobrovolně zapojit do jednoduchých prací v knihovně. Posledním programem je vytváření SENIORNET-u, což je síť, která pomáhá seniorům se získáním znalostí a schopností pro využívání informačních a komunikačních technologií. (Petřková a Čornaničová, 2004)

2.3 Využití ICT ve vzdělání

Informační a komunikační technologie mají vliv na téměř všechny oblasti života a vzdělání není výjimkou. Internet podporuje vzdělávání jak aktivně tak i pasivně. Pod pojmem pasivní chápeme internet jako poskytovatele studijních materiálů a poznatků z různých zdrojů. Aktivní rovina představuje internet jako komunikační kanál mezi studentem a učitelem nebo mezi celou studijní skupinou. Tato komunikace může být například v podobě on-line diskuzí. S nástupem komputelizace a informační společnosti se vzdělání přesunuje do prostoru internetu a vzniká e-learning (elektronické vzdělávání). Nástup e-learningu je podobnou revoluční novinkou pro vzdělávací systém, jako byl kdysi knihtisk. (Sak a kol., 2007; Barták, 2008)

2.3.1 E-learning

E-learning můžeme definovat mnoha způsoby. Pro účely této práce však plně postačí jeho nejvolnější definice: „*E-learning je vzdělávání, které využívá informační a komunikační technologie.*“ (Sak a kol., 2007, s. 148) Je již plně integrovaný do vzdělávacího systému. Větší oblibu si tedy získal u mladších generací, které o něj jeví větší zájem a jsou také oproti starší generaci lépe

připraveni na jeho využívání. V rámci dalšího vzdělávání je to velice oblíbený nástroj zaměstnavatelů. Pro některé by e-learning měl mít své zákonitosti. Měla by být vytvořena virtuální třída, kde je umožněna komunikace mezi vyučujícím a studenty, probíhat by měla také sebeevaluace a závěrečné hodnocení zakončené osvědčením o vykonání kurzu. Ačkoliv má e-learning spoustu pozitiv, má i jistý negativní dopad. Člověk je stále více izolován a ztrácí sociální kontakt čímž se oslabuje i sociální komunikace. (Sak a kol., 2007)

E-learning můžeme rozdělit na smíšené (kombinované) nebo komplexní. Smíšené vzdělávání je charakteristické distribucí materiálů na různých datových nosičích, jako je například CD, DVD a další. Samotná výuka pak může být dělaná prezenční formou. Komplexní se vyznačuje interaktivní formou. Účastníci při výuce používají internet a výuka je realizovaná v globálním výukovém prostředí. Výuka je zpřístupněna komukoliv na celém světě a může mít podobu online výuky v reálném čase, kdy musí být účastník připojen k internetovému připojení nebo může probíhat off-line. V tom případě si účastník pouze stahuje materiály na svůj počítač a není tak závislý na možnostech ostatních. (Barták, 2008)

2.4 Shrnutí

Vzdělávání v dnešní době už není privilegium, ale nutnost. Bez něj nemáme šanci se v měnící se společnosti vyznat. Je tedy nutné, aby k němu měly přístup všechny věkové kategorie a vzdělávání tak mohlo probíhat celý život. Díky vzdělání si člověk udržuje nejen přehled ve společnosti, ale i aktivitu, duševní zdraví, schopnost se udržet na trhu práce nebo nezávislost. Seniorům přispívá k pocitu důstojnosti a životního uspokojení. Při vzdělávání seniorů je důležité brát v potaz jejich odlišnosti od mladších generací. Starý člověk je více vyrovnaný, už má jasně vymezené hodnoty a životní styl. Ke vzdělávání ho motivují rozdílné důvody. Velkou roli začíná hrát i zdravotní stav. Vzděláváním seniorů se zabývá gerontagogika, která zahrnuje vědu o stáří a vědu o výchově a vzdělání dospělých.

Díky zvyšujícím se počtům seniorů se společnost začala zajímat zejména o jejich vzdělání a začaly vznikat různé formy vzdělávání určené pro tuto věkovou skupinu. Mezi ně můžeme zařadit Univerzity a Akademie třetího věku, tréninková centra, kluby důchodců nebo programy vytvářené místními knihovnami a další.

S nástupem informačních a komunikačních technologií se rozmohl i trend elektronického vzdělávání (e-learningu), díky kterému se stává vzdělání více dostupnější pro všechny. Internet v tomto případě může sloužit buďto jen jako poskytovatel materiálů, nebo může plnit funkci komunikačního kanálu mezi účastníky virtuální třídy. Jeho využití je široké. I e-learning má však své negativní stránky, jelikož podporuje sociální izolaci.

3 ICT VE SPOLEČNOSTI

Informační a komunikační technologie se velice rychle staly součástí života téměř všech jedinců a pozměnily tak celou společnost. ICT ovlivňují všechny aspekty života od životního stylu, vzdělání, práce až po zábavu a koníčky. Ačkoliv v pozdější fázi života, tyto technologie ovlivňují i seniorskou populaci. Díky tomu se i životy starších lidí značně změnily a i když si je osvojují pomaleji než mladší generace, i senioři stále častěji nové technologie využívají v každodenním životě. Tato kapitola se nejdříve bude zabývat informační společností a jejími charakteristikami. Stručně popíše pojmy jako je internet, e-inkluze a počítačová/informační gramotnost. Nakonec se zaměří na využití informačních a komunikačních technologií v životě společnosti a zejména pak na jejich využití v životě seniorů.

3.1 Informační společnost

Dnešní společnost je spjata s informačními a komunikačními technologiemi. Za posledních dvacet let můžeme v této oblasti pozorovat zásadnější a rozsáhlejší změny než u informačních médií za celou historii lidstva. Pro plnohodnotné začlenění člověka do společnosti se dovednosti na počítači a internetu staly nutností. ICT mají vliv na kvalitu života jedince. Člověk se v informační společnosti musí naučit žít tak, aby byl schopen reagovat a přizpůsobovat se neustálým změnám. Proto je celoživotní učení hlavním znakem informační společnosti. Informace a vědění získávají stále větší význam a díky novým technologiím jsou dostupné pro většinu populace. Prvotní etapou přechodu k informační společnosti byla komputerizace. Komputerizací se myslí nejen vybavování společnosti informačními technologiemi. Mezi její znaky patří i získávání a prohlubování dovedností v práci s nimi (počítačová gramotnost), přesun veřejnosprávní administrativy do databází na internetu a její zpřístupnění veřejnosti. Komputerizace je zkrátka zavádění ICT do všech oblastí života, což má mít za následek rychlejší zajištění tradičních funkcí a aktivit a také zcela nové aktivity, které před nástupem ICT nebyly možné. (Sak a kol., 2007; Zounek, 2008) *„Jednotlivé osobní počítače propojené do sítě, média, technologie a informace všech forem zavěšené na síti a pohybující se sítí vytvářejí spolu s jejich uživateli fenomén planetárního rozsahu, který v návaznosti na biosféru a*

atmosféru nazýváme infosférou.“ (Sak a kol., 2007, st. 29) Infosféra má jak pozitiva, tak negativa. Internet často podléhá cenzuře, díky anonymitě účastníků diskuzí se více objevuje agresivní a vulgární vyjadřování a také jsou zneužívány osobní informace uživatelů. (Sak a kol., 2007) Podle Castellse žijeme ve světě NITu (nových informačních technologií). Ty mají za následek například novou formu soukromí, více lidí se zapojuje do dění společnosti a mění se hodnota času. (Petrusek, 2006)

V informační společnosti se téměř všechny informace přesunují z knihoven a archivů na internetové stránky. Díky tomu jsou pak dostupné všem lidem, kteří mají ať už doma nebo jinde přístup k internetu. Nejsou zde však k dispozici pouze textové archivy, ale i obrazové, televizní, filmové a zvukové. Nové technologie nám umožňují virtuální prohlídky muzeí a výstav nebo můžeme v reálném čase nahlédnout do jiných měst a zajímavých míst a to vše z pohodlí domova. David Harvey a Anthony Giddens v tomto ohledu psali o tzv. „časoprostorové kompresi“, jelikož se tím mění role prostoru a času. Dnes již existuje mnoho možností, kde se s těmito technologiemi naučit pracovat. Zejména senioři by tak mohli ocenit přístup k internetu a všem jeho možnostem z domova nebo místní školy či knihovny, jelikož se u nich ve více případech stává, že mají sníženou mobilitu. (Šolc, 1999; Petrusek, 2006) Mnoho informací totiž lze najít už jen v elektronické podobě a i tvorba a šíření informací probíhá z velké části v digitální podobě. Vlastnictví počítače a dalších technologií a počítačová gramotnost se stávají diferencujícími jevy ve společnosti. Jednotlivci, firmy ale i instituce, regiony či země mají rozdílný přístup k moderním technologiím a službám. Takové rozdíly pak tvoří digitální propast. Ta rozděluje lidi na ty, kteří k těmto technologiím mají přístup a na ty, co ho nemají a nemohou tak zvyšovat svoji počítačovou gramotnost. (Sak a kol., 2007; Zounek, 2008)

3.1.1 Počítačová/informační gramotnost a e-inkluze

Počítačová gramotnost je v nejšířším pojetí kompetencí k ovládnání a využívání počítače. S přesnější definicí přišel Ústav pro informace ve vzdělání MŠMT ČR. Ten chápe počítačovou gramotnost jako schopnost člověka využívat ICT v životě bez toho, aby musel chápat, jak počítač vevnitř pracuje. Člověk, který se dá považovat za počítačově gramotného, musí umět využívat základní programové

vybavení počítače, umí přes internet komunikovat, vyhledávat relevantní informace a zpracovávat je. Zkrátka umí účinně využívat možností a služeb, které mu nové technologie nabízejí. Počítačová gramotnost je jednou ze základních stavebních jednotek pro gramotnost informační. Informačně gramotný člověk umí efektivně vyhledávat informace, vyhodnotit je a využít pro své záměry. Za nejvhodnější vymezení počítačové gramotnosti se považuje takové, kdy je člověk schopný ICT využívat doma i v práci ve svůj prospěch, není za digitální překradou a sám si určuje v jakém rozsahu se bude odehrávat jeho rozvoj prostřednictvím počítače. Nejnižší počítačovou gramotností je charakteristická nejstarší věková skupina, jelikož ji nástup komputelizace zastihl v pozdní životní fázi, kdy již nechtěli nebo neměli sílu na to nové technologie integrovat do svého života. (Sak a kol., 2007; Čevela a kol., 2014) V dnešní společnosti je počítačová gramotnost nutností. Jak už bylo řečeno, lidé bez přístupu k ICT zůstávají za digitální překradou a stávají se handicapovanou skupinou, která se ocitá mimo společnost. Starší lidé, kteří se v této skupině objevují nejčastěji, jsou vystaveni manipulaci ze strany médií. Také ubývají sociální kontakty s přáteli a rodinou. „*Nové technologie vytěsňují dosavadní formy komunikace a chování, instituty a instituce. Počítačově negramotní tak nejenže nejsou obohacováni novými možnostmi, ale také přicházejí o formy tradiční.*“ (Sak a Kolesárová, 2012, st. 127)

E-inkluze, tedy začleňování jedinců do informační společnosti a zlepšování počítačové gramotnosti, je velice důležitá. Lidé s nedostatkem znalostí ICT mohou být vylučováni ze společnosti. To se nejvíce týká seniorů, kteří mají s osvojováním dovedností spojených s novými technologiemi největší problém. Na mnoho aspektů života má e-inkluze kladný vliv. Například je možná lepší archivace dat, jednodušší vyhledávání informací, člověk se může z domova starat o své finance (internetové bankovníctví). Nové technologie nám slouží k mnohem efektivnější komunikaci jak mezi známými, tak třeba s úřady nebo jinými institucemi. Mění se také vzdělávání, práce, zábava a další. E-inkluze pomáhá ve zmenšování digitální propasti. (Ištvániková, Pleskačová a Stuchl, 2014)

3.1.2 Internet

Dnešní společnosti vládne internet, což je síť (anglicky NET), která propojuje počítače na celém světě (proto název internet). Tento systém umožňuje přístup k informacím a „datům“ jako jsou například texty, hudba nebo videa. Kromě přístupu pak také nabízí možnosti jejich uchování a přenosu (komunikaci). Internet propojuje všechny počítače co máme doma, v práci nebo kdekoli jinde s velkými datovými centry, kde jsou data uložena. Při práci na internetu si pak naše počítače z datových center „půjčují“ informace, které právě vyhledáváme. Internet je využíván nejen pro vyhledávání informací a komunikaci. S jeho pomocí můžeme z pohodlí domova nakupovat, starat se o finance nebo se třeba seznamovat. V dnešní době již ani nemusíme být připojeni kabelem, abychom se k internetu dostali. Díky wifi mohou naše počítače komunikovat bezdrátově. Navíc si dnes internet můžeme prohlížet na mnoha zařízeních. Ačkoliv stále nejvíce času trávíme na počítači, připojení k němu můžeme být i na chytrých telefonech, tabletech nebo i televizi. Na většině veřejných míst je internet dostupný zdarma nebo za malý poplatek. (Hrivňáková, 2013)

Internet je celosvětově dostupný všem bez ohledu na věk. Používají ho tedy i ti, kteří neměli to štěstí, aby vyrůstali souběžně s vývojem počítače jako mladá generace. Lidé nad 50 let jsou nejrychleji rostoucí skupinou uživatelů internetu. Internet není cizí ani lidem ve věku nad 85 let. Podle ČSÚ využívalo internet v roce 2012 16,8 % lidí ve věku 65+. V roce 2017 už to bylo téměř 34 %, tedy jedna třetina seniorů v tomto věku. (tab. 1) Počty seniorů využívajících internet budou i nadále stoupat. V důchodovém věku se totiž ocitají jedinci, kteří už jsou zvyklí internet v osobním i pracovním životě používat. (ČSÚ, 2018; Jak na internet, 2012)

Tab. 1: Jednotlivci v ČR používající internet podle věku, 2012 až 2017

	2012	2013	2014	2015	2016	2017
Věková skupina						
16–24 let	96,2	96,9	98	97	96,3	99
25–34 let	92,9	91,8	95,8	95,4	94,5	96,7
35–44 let	89	91,2	92,2	93,9	94,8	96,9
45–54 let	79,4	81,2	84,4	86,7	89,7	91,6
55–64 let	56	58	64	68	69	75,3
65+	16,8	19	26,7	28,4	32,5	33,6

Zdroj: <https://www.czso.cz/documents/10180/46014700/06200417025.pdf/990147a0-3f9e-4c7c-abf3-cee32afd851b?version=1.1>

S přibývajícím věkem se lidé nejčastěji při používání internetu spoléhají na počítač a od jiných technologií jako jsou chytré telefony a notebooky se postupně distancují. (ČSÚ, 2018) Jakmile se senioři jednou ocitnou online, většinou se pak pro ně internet stává pravidelnou součástí života. Pokud tedy mají příležitost a jsou jim poskytnuty nástroje a školení potřebné k tomu, aby mohli začít využívat internet, stávají se z nich zapálení uživatelé této technologie. (Zickuhr a Madden, 2012)

Internet sebou přináší kromě pozitiv i negativní vlivy na společnost. S nástupem internetu se objevují nová nebezpečí a nástrahy. Někteří na něm začínají být závislí. Důvodem je nejspíše potřeba „úniku“ z reálného a krutého světa do virtuální reality, která je pro některé lákavější. Místo zábavy s přáteli venku čím dál více jedinců tráví svůj čas na počítači nebo mobilním telefonu. Dalším problémem je kyberšikana, což je typ šikany, který probíhá prostřednictvím internetu. Může jít o mírnější projevy, jako jsou například obtěžující SMS, až po horší, které se vyznačují například zneužíváním kompromitujících fotek nebo videí k vydírání. Díky anonymitě, kterou nám internet poskytuje, je kyberšikana velice jednoduchá a v dnešní společnosti je častým jevem. (Hrivňáková, 2013) Potřeba je také dávat pozor na to, kam zadáváme osobní informace a ostatní citlivá data na internetu protože existují lidé, kteří se k těmto informacím chtějí dostat a tak se třeba dostat k vašemu bankovnímu účtu. (Lalík, 2012)

3.2 Vliv ICT na život ve společnosti

Informační a komunikační technologie mají velký vliv na společnost. Díky nim se změnil pohled na svět i chování lidí a jejich životní styl. Ačkoliv máme díky novým technologiím neomezenou možnost setkávat se a seznamovat se s novými lidmi z celého světa, stáváme se stále více nepřístupní a samotářští. Osobní kontakty jsou nahrazovány voláním a videohovory. Absence přímého kontaktu s ostatními nám dává pocit, že můžeme říkat, co chceme. (Pikous, 2012) Lidé se seznamují bez toho, aniž by se osobně setkali. Vytvářejí virtuální skupiny, kde získávají role a tvoří hierarchie a hlavně spolu komunikují a diskutují. (Petrušek, 2006)

ICT mají vliv na podobu práce. Čím dál více lidí nepracuje s hmotnými věcmi ale s informacemi. Tímto způsobem se pak upevňuje pozice jedince ve virtuální realitě a naopak se oslabuje ve světě reálném. Asi každý už slyšel v různých podáních větu, že kdo nemá internet, tak jako by ani nebyl. Větší možnosti internet nabízí v oblasti práce z domova (e-work). Zvyšování podílu takto pracujících by pak mohlo mít i pozitivní vliv na kvalitu ovzduší. Po ulicích by se nepohybovalo tolik aut, klesla by spotřeba pohonných hmot a ve městech by se tak snížily látky znečišťující vzduch. Změny nastávají i v hledání práce. Pracovní nabídky jsou často vypisovány na internet na specializované internetové stránky. (Sak a kol., 2007; Zounek, 2008) Díky ICT stále více lidí využívá možnost starat se o své finance prostřednictvím internetového bankovníctví. Díky chytrému mobilnímu telefonu a bezdrátovému připojení k internetu máme možnost být neustále připojeni, ať už jsme kdekoliv. Slouží nám jako multimediální zařízení, které má funkce všech ostatních nových technologií. Stal se tak nepostradatelným pomocníkem člověka v dnešní společnosti. (Sak a kol., 2007) „*Internet se stává součástí městského prostředí stejně jako tramvajové tratě a čmáranice na zdech.*“ (Petrušek, 2006, st. 121) Zajímavostí je, že se prý lidem závislým na e-mailové poště a telefonování podle výzkumu, který uskutečnilo BBC News, snižuje inteligence. Mělo by se tak dít kvůli tomu, že lidé nedokáží udržet pozornost, protože jim stále chodí zprávy, které je vyrušují. (Petrušek, 2006)

Nové technologie mají vliv i na bezpečnost. V pozitivním slova smyslu zajišťují větší bezpečí, v tom negativním díky nim vznikají nové druhy problémů a kriminality. (Sak a kol., 2007) S nástupem sociálních sítí a internetové komunikace se v naší společnosti vyskytl jev neustálého sledování člověka a mapování jeho činností. Náš mobil je neustále v kontaktu s mobilním operátorem a zprávy a telefonáty mohou být s příslušnou technikou vyslechnuty třetí stranou. Díky mobilnímu signálu je pak možné vypátrat naši polohu. Kamery nás sledují na každém kroku. Ačkoliv můžeme mít pocit většího osobního bezpečí, když sedíme za monitorem počítače, nemusí to tak opravdu být. (Pikous, 2012)

3.2.1 ICT a senioři

Jak již bylo řečeno v předchozích kapitolách, počty seniorů, kteří používají moderní technologie, stále stoupají. Představy seniorů jako počítačově

negramotných se postupně vytrácí, avšak stále není jejich vnímání v tomto ohledu spojené s realitou. Staří lidé využívají elektronickou komunikaci stejně jako ti mladší. Oproti jiným možnostem komunikace na internetu, senioři nejvíce využívají e-mail. Stejně tak využívají internet k vyhledávání informací, které je zajímají a často jim slouží také jako prostředek k dalšímu vzdělávání. Nesporné výhody pro ně také má při vyjednávání s úřady a jinými institucemi. Senioři se však již neomezují pouze na základní využívání technologií a internetu. Do svého digitálního životního stylu postupně zapojují i aktivity, které jsou charakteristické pro posledních pár let. Internet jim slouží nejen k poskytování zábavy, ale také ho začali využívat k nakupování přes internet nebo správu svých financí přes internetové bankovníctví. Nové technologie tedy značně ulehčují život starší generaci, zejména té části, která má nějaký pohybový handicap. Menší část seniorské populace pak hraje počítačové hry a navštěvuje sociální sítě. Zajímavostí je, že počítačové hry jsou u této generace častější zábavou, než u lidí ve věku 50-64 let. Větší zájem o hraní her mají pouze lidé mezi 18-29 lety. Důvodem pro využívání sociálních sítí je u seniorů nejčastěji udržování kontaktu s příbuznými, zejména s dětmi a vnoučaty. Jejich prostřednictvím jsou schopni nahlížet do jejich života a být s nimi neustále ve spojení. (Sak a Kolesárová, 2012; Čevela a kol., 2014)

Mnohem častější je u seniorů také vlastnictví chytrých telefonů. V dřívějších letech měli senioři na mobilní komunikaci negativní pohled. Zastávali názor, že je mobil omezuje a svazuje. Někteří využívali mobilní telefon jen při zvláštních příležitostech. Od té doby se ale jejich postoje změnili a používání mobilního telefonu se stalo každodenní záležitostí. Přesto senioři necítí takovou potřebu být neustále dostupní jako mladší generace. Nejčastějších důvodem pro vlastnictví telefonu je mimo komunikaci bezpečnostní aspekt. Lidé si ho pořizují, aby zvýšili svoji bezpečnost při venkovních aktivitách, když jsou dál od domova (např. houbaření, turistika atd.). Také se stává náhradou za nepřenosné a drahé pevné linky. Někteří senioři jsou znepokojeni prolínáním soukromé a veřejné sféry, kterou mobilní telefon umožňuje. Například jim vadí, že lidé na veřejnosti diskutují o svých soukromých záležitostech, což by podle nich měli dělat doma, v soukromí. (Oksman, 2006)

3.3 Shrnutí

Informační a komunikační technologie jsou neoddělitelnou součástí informační společnosti a ovlivňují téměř všechny aspekty života. Proto jsou dovednosti spojené s využíváním ICT nutností, jelikož bez nich by se člověk nemohl ve světě orientovat a držet krok s jeho vývojem. Začátkem informační společnosti byla komputelizace. Společnost začala být vybavována informačními technologiemi a lidé se začali učit počítačové gramotnosti. Začala vznikat infosféra. Většina informací a textů dostává svoji digitální podobu a přesunuje se na internet. Počítačová gramotnost a vlastnictví počítače se stává diferencujícím jevem společnosti a vzniká digitální propast, která lidi dělí na ty, kteří mají přístup k technologiím a na ty, kteří ho nemají. Digitálně gramotný člověk umí využívat nové technologie ve svém osobním i pracovním životě a není za digitální překážkou. Jedinci, kteří se za ní nejvíce vyskytují, jsou senioři. Proto je důležitá e-inkluzí, která pomáhá s jejich začleňováním do digitální společnosti a se zlepšováním jejich počítačové gramotnosti. Dnešní společnost propojuje internet. Díky němu máme přístup k datům (text, videa, hudba) a informacím kdekoli jsme. Jeho využívání se postupně rozšiřuje i v seniorské populaci.

ICT mají vliv na různé aspekty života. Díky nim se mění životní styl, lidé se seznamují aniž by se osobně setkali a vytvářejí virtuální skupiny. Novou podobu získává práce, kde je častější pracovní náplň manipulace s informacemi než s hmotou. ICT také zajišťují větší bezpečí ale zároveň vytvářejí nové problémy. Počty seniorů využívajících ICT v každodenním životě stoupají. Nové technologie využívají k udržování kontaktu a komunikaci s jejich dětmi a vnoučaty, k vyhledávání informací, vzdělání nebo komunikaci s úřady. Objevují se i takoví, kteří hrají počítačové hry a jsou aktivní na sociálních sítích. Staří lidé častěji využívají i mobilní telefon. Nelze tedy říci, že by senioři zůstávali za digitální překážkou, protože velká část z nich zakomponovala nové technologie a internet do svého životního stylu.

4 METODOLOGIE

V teoretické části se práce zabývala pojmy jako je senior, populační stárnutí, ageismus, generační propast, také vzděláváním seniorů a vlivem ICT na jejich život i životy všech. V části metodologické pak práce úzce navazuje na teoretickou, ze které čerpá potřebná teoretická východiska pro samotný výzkum a sběr dat. V první části této kapitoly znovu připomenu hlavní cíl práce a z toho vyplývající dílčí cíle. Dále popíši zvolenou výzkumnou strategii a zdůvodním její výběr a stejně tak popíšu výběr výzkumného souboru a jeho charakteristiku. Poté se zaměřím na způsob analýzy získaných dat a etiku výzkumu. Nakonec proběhne samotná interpretace dat a závěr z vyvozených výsledků.

4.1 Cíle práce

Hlavní cíl:

Hlavním výzkumným cílem této práce je zjistit, jaké informační a komunikační technologie senioři ve svém životě používají a v čem jim pomáhají, přičemž není relevantní, zda využívají celou škálu technologií nebo jen jednu.

Dílčí cíl č. 1:

Zjistit, zda seniorům pomáhají informační a komunikační technologie v překonávání generační propasti (sblížení s dětmi, vnoučaty).

- a) Zjistit, zda s dětmi/vnoučaty komunikují více než před nástupem ICT a co ke komunikaci využívají (mobil, e-mail, Skype, sociální sítě nebo jiné).
- b) Zjistit, zda se ICT staly novým tématem, o kterém mezi sebou diskutují.
- c) Zjistit, zda jim děti/vnoučata pomáhají, když si nevědí rady.

Dílčí cíl č. 2:

Zjistit, zda své znalosti získali díky kurzu, samostatnou snahou nebo s pomocí příbuzných.

- a) Pokud vyberou první možnost, zjistit, jaký kurz navštěvovali, kde a zda s ním byli spokojeni.
- b) Pokud vyberou druhou možnost, zjistit, zda využívali k výuce odpovídající materiály (příručky, návody atd.).

- c) Pokud vyberou třetí možnost, zjistit, kdo jim pomáhal ve výuce a jak výuka probíhala.

Dílčí cíl č. 3:

Zjistit, co je vedlo k využívání ICT? Co je přimělo pracovat s informačními a komunikačními technologiemi.

- a) Zjistit, zda se chtěli s ICT naučit pracovat sami nebo na základě doporučení někoho jiného.
 b) Zjistit, jaké měli důvody k tomu, aby začali využívat nové informační a komunikační technologie.

Dílčí cíl č. 4:

Zjistit, jestli mají pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT.

- a) Zjistit, zda vědí o nějakých možnostech výuky práce s ICT v okolí. Popřípadě jak se o nich dozvěděli.
 b) Zjistit, zda jsou podle nich informace o kurzech dostatečně dostupné.
 c) Zjistit, zda jsou s nabídkou možností výuky práce s ICT ve svém okolí spokojeni.

Tab. 2: Transformační tabulka

Hlavní cíl: Zjistit, jaká informační a komunikační zařízení senioři ve svém životě používají a v čem jim pomáhají.			
Dílčí cíle	Dílčí cíle 3. řádu	Výzkumná strategie	Ukázkové tazatelské otázky
DC1: Zjistit, zda seniorům pomáhají informační a komunikační technologie v překonávání generační	DC1.1: Zjistit, zda s dětmi/vnoučaty komunikují více než před nástupem ICT a co ke komunikaci využívají (mobil, e-mail, Skype,	Polostrukturovaný rozhovor se seniorem využívajícím informační a komunikační technologie	1) Udržujete teď s dětmi/vnoučaty kontakt více než před nástupem nových technologií? 1) Komunikujete s dětmi/vnoučaty pomocí mobilu? 2) Využíváte pro

propasti (sblížení s dětmi, vnoučaty).	sociální sítě nebo jiné).		komunikaci i jiné technologie a možnosti?
	DC1.2: Zjistit, zda se ICT staly novým tématem, o kterém mezi sebou diskutují.		1) Mluvíte spolu o ICT a jejich využití?
	DC1.3: Zjistit, zda jim děti/vnoučata pomáhají, když si sami nevědí rady.		1) Pomáhají vám děti/vnoučata s ovládním ICT, když si nevíte rady? 2) Jdete si za nimi pro radu sami od sebe?
DC2: Zjistit, zda své znalosti získali díky kurzu, samostatnou snahou nebo s pomocí příbuzných.	DC2.1: Pokud vyberou první možnost, zjistit, jaký kurz navštěvovali, kde a zda s ním byli spokojeni.	Polostrukturovaný rozhovor se seniorem využívajícím informační a komunikační technologie	1) Jaký kurz jste navštěvoval/a? 2) Jak jste se o něm dozvěděl/a? 3) Byl/a jste s ním spokojen/a?
	DC2.2: Pokud vyberou druhou možnost, zjistit, zda využívali k výuce odpovídající materiály (příručky, návody atd.).		1) Využíval/a jste při výuce s ICT nějaké návody a příručky? 2) Pokud ne, jak jste se s ICT sám/sama naučil/a pracovat?

	DC2.3: Pokud vyberou třetí možnost, zjistit, kdo jim pomáhal ve výuce a jak výuka probíhala.		1) Kdo vám s výukou od začátku pomáhal? 2) Jak výuka probíhala?
DC 3: Zjistit, co je vedlo k využívání ICT? Co je přimělo pracovat s informačními a komunikačními technologiemi.	DC3.1: Zjistit, zda se chtěli s ICT naučit pracovat sami nebo na základě doporučení někoho jiného.	Polostrukturovaný rozhovor se seniorem využívajícím informační a komunikační technologie	1) Chtěl/a jste se naučit pracovat s ICT z vlastní iniciativy? 2) Pokud ne, naučil/a jste se práci s ICT na něčí doporučení? Kdo to byl?
	DC3.2: Zjistit, jaké měli důvody k tomu, aby začali využívat nové informační a komunikační technologie.		1) Jaký důvod jste měl/a k tomu, začít se učit využívat ICT?
DC 4: Zjistit, jestli mají pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT.	DC4.1: Zjistit, zda vědí o nějakých možnostech výuky práce s ICT v okolí. Popřípadě jak se o nich dozvěděli.	Polostrukturovaný rozhovor se seniorem využívajícím informační a komunikační technologie	1) Víte o nějakých kurzech výuky práce s ICT v okolí? 2) Pokud ano, jak jste se o nich dozvěděl/a?

	DC4.2: Zjistit, zda jsou podle nich informace o kurzech dostatečně dostupné.		1) Myslíte si, že jsou informace o různých možnostech výuky ICT dostatečně dostupné? 2) Pokud ne, co byste v tomto ohledu doporučil/a těm, co tyto možnosti nabízejí?
	DC4.3: Zjistit, zda jsou s nabídkou možností výuky práce s ICT ve svém okolí spokojeni.		1) Jste spokojen/a s nabídkou možností výuky ICT v okolí?

Zdroj: vlastní

4.2 Zvolená výzkumná metoda

Jak už jsem psala v úvodu, pro můj výzkum jsem zvolila kvalitativní výzkumnou metodu, přesněji polostrukturované rozhovory s vybranými respondenty. Tento přístup jsem zvolila zejména proto, že chci v rámci výzkumu získat detailnější informace od jednotlivých respondentů. Kvantitativní metoda by byla v tomto případě nedostatečná. Nesmím opomenout ani vlastní preference, jelikož jsem stejnou metodu využila i pro svoji bakalářskou práci a velice se mi osvědčila.

Kvalitativní přístup byl v 70. letech 20. století brán jako nedůvěryhodnou metodou empirického výzkumu. Využíval se pouze jako doplňkovou metodou pro kvantitativní postupy. I dnes u některých toto smýšlení přetrvává, avšak oba přístupy jsou zcela rovnocenné a vzájemně se doplňují. „*Kvalitativní přístup představuje řadu rozdílných postupů, které se snaží najít porozumění zkoumanému sociálnímu problému. Údaje jsou získávány hlubším a delším kontaktem s terénem.*“ (Reichel, 2009, st. 40) Kvalitativní přístup je charakteristický intenzivním šetřením zkoumané skutečnosti, indukčním postupem, větší časovou náročností, vyhodnocováním dat v průběhu jejich sběru

atd. Umožňuje zkoumat větší množství aspektů u velmi malého počtu jedinců. Jelikož jsou počty sledovaných malé, výsledky téměř nelze zobecňovat na celou populaci. Přesto, že má výzkum malou reliabilitu¹, vyznačuje se vysokou validitou². Oproti kvantitativnímu výzkumu je jeho cílem popsat sociální skutečnosti, tvořit nové hypotézy a rozvíjet teorie o fenoménech světa. Výzkum je nejčastěji veden v přirozených podmínkách sociálního prostředí. (Hendl, 2016 ;Reichel, 2009; Disman, 2008)

Jako metodu kvalitativního výzkumu jsem zvolila polostrukturovaný rozhovor, někdy také označovaný jako rozhovor pomocí návodu. Tato metoda vyžaduje konstrukci scénáře rozhovoru, obsahujícího hlavní témata, která jsou předmětem výzkumu. V průběhu rozhovoru pak nezáleží na jejich pořadí, pro tazatele je důležité zejména to, aby byla zodpovězena všechna témata. Polostrukturovaný rozhovor také dává tazateli možnost přizpůsobit formulaci otázek vzhledem k průběhu rozhovoru a pokládání doplňujících otázek. (Reichel, 2009; Hendl, 2016) Tato forma rozhovoru mi podle mého názoru umožnila vést přirozenější a uvolněnější rozhovory s informanty.

4.3 Konstrukce vzorku a jeho parametry

Výzkum probíhal na území Královéhradeckého kraje. Cílovou skupinou byli senioři ve věku 60 a více let, kteří pobírají důchod a využívají informační a komunikační technologie. Celkem mi poskytlo rozhovory 12 respondentů, což z hlediska kvalitativního výzkumu a dřívější zkušenosti považuji za dostatečné.

Skupina seniorů, kteří využívají informační a komunikační technologie je v dnešní době velká. Z časových, logistických i finančních důvodů bych tak nedokázala provést zkoumání všech jednotek základního souboru (všichni senioři, kteří využívají ICT), tudíž jsem si musela vytvořit soubor výběrový (senioři, které jsem skutečně zkoumala). Výsledky výzkumu tedy nelze považovat za reprezentativní a aplikovatelné na celou populaci seniorů využívajících ICT. Přesto by měly být závěry diplomové práce aplikovatelné alespoň na seniory v Královéhradeckém kraji, kde výzkum probíhal. (Reichel, 2009; Disman, 2008)

¹ Reliabilita = spolehlivost výzkumné metody nebo techniky (slovník-cizich-slov.abz.cz)

² Validita = platnost získaných výsledků vzhledem ke skutečnosti (slovník-cizich-slov.abz.cz)

Pro účely diplomové práce jsem zvolila účelový výběr respondentů. Ten je doplněný o výběr nabalováním (tzv. snowball neboli sněhová koule). Tato kombinace je podle mého názoru z hlediska cílové skupiny a vybrané výzkumné metody a techniky nejvhodnější. Účelový výběr je vhodný pro zkoumání malého počtu respondentů (maximálně desítky jedinců) a svou podstatou je jednoduchý. Jakožto výzkumník, který zná problematiku zkoumaného jevu, jsem jedince vybrala sama. Výchozí pro mě při výběru byly výzkumné záměry a vybrané výzkumné metody práce. Ačkoliv tato metoda získávání informantů není moc brána jako vědecká, využívají ji i profesionální agentury, které provádějí průzkumy trhu. I když s tímto výběrem není možná opravdu široká generalizace závěrů, výsledky jsou i přesto užitečné. Výběr nabalováním pak probíhá tak, že již zkoumané osoby dávají typy na další informanty, o kterých vědí, že by byli pro výzkum vhodní. (Reichel, 2009; Disman, 2008)

Výběr respondentů tedy v praxi probíhal tak, že jsem nejdříve oslovila pár seniorů, které jsem znala a kteří odpovídali výzkumnému záměru. Ti mi pak dále doporučovali své známé, o kterých si mysleli, že by mohli být vhodnými respondenty. Obecně jsem se snažila vybírat respondenty tak, aby byl stejný počet žen i mužů ve vzorku, a výběr tak nebyl příliš homogenní.

Tab. 3: Seznam respondentů a jejich charakteristiky

Respondent	Pohlaví	Věk	Dřívější práce
R1	Žena	76	Cukrářka
R2	Muž	77	Laborant
R3	Muž	69	Obráběč, Automechanik
R4	Žena	71	Vychovatelka
R5	Žena	63	Prodavačka v zahradnických potřebách
R6	Žena	79	Prodavačka v obchodě s oblečením
R7	Muž	76	Řezník
R8	Žena	62	České dráhy - logistička
R9	Muž	71	Státní správa
R10	Muž	72	Elektromechanik
R11	Žena	67	Kuchařka
R12	Žena	74	Dámská krejčová

Zdroj: vlastní

4.4 Průběh výzkumu a způsob analýzy získaných dat

Výzkumné šetření probíhalo v průběhu měsíců října a listopadu roku 2018 v Královéhradeckém kraji. Prvním úkolem bylo vymyslet scénář, podle kterého by byly vedeny rozhovory s respondenty. Důležitým aspektem při jeho tvoření byla s ohledem na cílovou skupinu srozumitelnost a jednoduchost základních otázek. Dalším krokem byl výběr respondentů, který probíhal na základě osobních kontaktů a následně doporučení od již dotazovaných na další lidi, kteří splňovali kritéria a byli by ochotní se na výzkumu podílet. Takto bylo osloveno 12 respondentů.

Rozhovory byly realizovány po ústní či písemné domluvě na sjednaných místech. Ta jsem v závislosti na zdravotním stavu a preferencí nechala vybírat samotnými seniory, jelikož jsem jim chtěla poskytnout možnost volby prostředí, kde se budou cítit nejlépe. Jelikož nevlastním diktafon, k nahrávání rozhovorů jsem díky přenosnosti využila svůj notebook s přednastavenou aplikací hlasového záznamu. Před samotnými rozhovory jsem vždy představila sebe, obor mého studia a také jsem v krátkosti vysvětlila téma mé diplomové práce. Dotazovaní také byli obeznámeni s nahráváním rozhovorů a jejich anonymitou. Všichni vybraní respondenti byli velice milí a rozhovory se odehrávaly v uvolněném prostředí. Nezaznamenala jsem v jejich průběhu žádné problémy, naopak si se mnou velice rádi popovídali a byli velice ochotní. Nahrané záznamy jsem pak převáděla do psané podoby, nahrála do programu MAXQDA a okódovala jsem je³. To mi značně zjednodušilo práci s vyhodnocováním informací získaných z rozhovorů.

4.5 Etické aspekty výzkumu

Každý sociální výzkum by měl mít své etické zásady, které se nesmí opomíjet, jelikož se v průběhu výzkumu často pracuje s osobními a citlivými informacemi o respondentech. „*Zachování soukromí je důležitým požadavkem výzkumu. Výzkum nesmí ohrozit tělesné nebo psychické zdraví zkoumaných jedinců.*“ (Hendl, 2016, st. 159) O pravidlech etiky výzkumné práce se zmiňují Reichel a Hendl ve svých knihách. Profesionální výzkumník musí být připraven přijímat i informace a odpovědi, které se mu do výzkumu nehodí nebo jsou v rozporu s jeho

³ Soustava kódů je uvedena v přílohách (Kódovník)

očekáváním. V kvalitativním výzkumu je riziko, že výzkumník může, ať už vědomě či nevědomě, ovlivňovat výsledky výzkumu. V každém případě se těchto chyb musí vyvarovat a musí zachovávat objektivní náhled na situaci. Výzkumník musí být nezávislý. Měl by zkoumat problém objektivně, nevšímat si případných tlaků zvenčí. Práce s citlivými a osobními informacemi vyžaduje krajní opatrnost. Je nutné, aby s těmito daty bylo bezpečně zacházeno a aby bylo zamezeno jejich zneužití či prozrazení. Získaná data mohou být využita pouze pro potřeby výzkumné práce. Dále jsou zmíněny etické zásady práce se zkoumanými jedinci. Osoby, které chceme zkoumat musí dát s jejich zařazením do výzkumu souhlas a nesmí být do spolupráce nuceni. Výzkumník musí respektovat anonymitu zkoumaných jedinců a jakékoliv pořizování zvukových či obrazových záznamů musí být předem oznámeno. (Reichel, 2009; Hendl, 2016)

Při svém výzkumu jsem z těchto etických pravidel vycházela. Žádný z respondentů do spolupráce na výzkumu nebyl nucen a jeho participace byla zcela dobrovolná. Každému také byla dána možnost kdykoliv od spolupráce odstoupit. Dále byli všichni ujištěni o tom, že získaná data budou využita jen pro potřeby mého výzkumu a nebudou nijak šířena dále. Pro zajištění anonymity byla respondentům přidělena označení R1 až R12. Jak již bylo řečeno, před každým rozhovorem proběhlo krátké seznámení respondentů s obsahem mé diplomové práce a byli ujištěni o tom, že jsou rozhovory zcela anonymní. Také byli vyzváni k ústnímu souhlasu s pořizováním hlasové nahrávky, který mi pak následně zopakovali i v začátku nahrávání.

5 VÝSLEDKY VÝZKUMU

Tato kapitola obsahuje výsledky výzkumu, které budou prezentovány postupně po jednotlivých dílčích cílech. Zjištění jsou doložena citacemi z rozhovorů s respondenty. Jednotlivé citace jsou vždy označeny kódem konkrétního respondenta a jsou vedené kurzivou.

5.1 Dílčí cíl 1

Zjistit, zda seniorům pomohly informační a komunikační technologie v překonání generační propasti (sblížení s dětmi, vnoučaty).

Tento dílčí cíl má za úkol zjistit, zda se senioři s nástupem informačních a komunikačních technologií sblížili více se svými dětmi a vnoučaty. Nejdříve se zajímám o to, jestli si senioři myslí, že s dětmi a vnoučaty teď komunikují více, než před nástupem ICT a co k této komunikaci využívají, dále pak jestli se informační a komunikační technologie staly novým tématem, o kterém se spolu mohou bavit a nakonec zda jim děti či vnoučata pomáhají, pokud potřebují ohledně ICT poradit.

Nejdříve se tedy zaměřím na to, **zda si senioři myslí, že teď s dětmi a vnoučaty komunikují více, než před nástupem ICT**. V tomto případě mě výsledek celkem překvapil, jelikož více jak polovina seniorů uvedla, že žádnou změnu k lepšímu v komunikaci neshledala. To je však také ovlivněno faktem, že v některých případech s nimi jejich děti, někdy pak i vnoučata žila nebo žijí v jedné domácnosti nebo bydlí poblíž. Kontakt je zde tedy velice častý i bez využívání informačních a komunikačních technologií. Přesto ale oceňují to, že díky novým technologiím mají možnost se se svými příbuznými ihned spojit a mluvit s nimi, i když jsou daleko.

R2: *„To bohužel moc nedokážu posoudit. Však si u nás s tátou na čas bydlela, takže jsme spolu byli v kontaktu dost často. Je ale pravda, že je teď ta komunikace jednodušší, když už jste se oba odstěhovali a jste každý někde jinde. Ty mi aspoň můžeš zavolat a dát vědět, kdy nás přijdeš navštívit. Často k nám jezdíš na oběd, tak nám aspoň babička podle toho pak může uvařit.“*

R4: „*To já nevím. Když nebyly mobily, tak vnoučata ještě chodila po houbách a děti mě navštěvovaly... Ale neřekla bych ani teď, oni sice ty mobily všichni mají, ale že by někdo z nich zavolal, to né.*“

R5: „*Bydlíme spolu, proto žádný velký rozdíl nevidím.*“

R7: „*Nevidím v tom žádný rozdíl. Když se mnou chtějí mluvit, tak většinou přijedou za náma, však to nemají tak daleko. Samozřejmě když se namane něco důležitýho, tak si zavoláme, ale rozhodně se spolu po telefonu nějak zvlášť dlouho nevybavujeme.*“

R10: „*Tak je znát, že když něco potřebuju nebo naopak, tak si zavoláme a jde to hned. Ale my s dětma a vnoučatama žijeme blízko, takže nás často navštěvují... takže ani nevím, jestli se ten kontakt nějak moc zvýšil.*“

Zjišťovala jsem také, **co ke komunikaci využívají**. Nejčastější odpovědí byl jednoznačně mobilní telefon. Všichni respondenti bez výjimky ho vlastní a využívají ho zejména k volání s rodinou. Celkem osm respondentů pak využívá ke komunikaci i jiné možnosti, než mobil. Nejvíce se v odpovědích objevoval Facebook a e-mail. Je tedy znát, že senioři stále více zahrnují nové technologie do každodenního života a usnadňují si tak komunikaci.

R2: „*Určitě. Když se na něčem potřebujeme domluvit, tak si můžeme přes mobil zavolat. Často se přece domlouváme kvůli tomu jídlu, když k nám jedeš na oběd... nebo voláme tvému tátovi, že u nás má dopis nebo něco ze zahrádky. (...) Mám i Facebook a přes ten Messenger si píšu hlavně s Janou (dcera) a pak s tebou. To víš, ty se moc často neozveš, tak mi jednou za čas babička nakáže, ať ti napíšu, jestli ještě žiješ.*“

R3: „*Často si píšeme a voláme. Ale někdy k tomu využijeme i e-mail. Vnoučata se snažila mě naučit s tím skejpem, ale to je pro mě dost nepochopitelné. A to samé Facebook.*“

R11: „*Ano, můžu. Jak už jsem říkala, tak mobil používám na volání. (...) Facebook ale používám, už tam mám asi deset přátel. (...) Hmm... myslím, že mi děti zakládaly nějaký email, ale ten nepoužívám. Když to není nic*“

naléhavého, napíšu na Facebooku a když je to na delší povídání, tak radši zavolám na mobil.

R12: *„Mobilní telefon využívám převážně pro volání a SMSky. (...) S rodinou si převážně telefonujeme, ale někdy používám i volání přes Facebook nebo Skype. Když mi takhle volají třeba z dovolené, tak se máme aspoň možnost přes Facebook nebo Skype i vidět.“*

Dále jsem zjišťovala, **zda se informační a komunikační technologie staly novým tématem rozhovorů mezi seniory a jejich dětmi/vnoučaty**. Z rozhovorů vyšlo najevo, že je to přesně půl na půl. Polovina respondentů se o ICT a jejich využití s vnoučaty/dětmi nebaví. Nepovažují to za důležité a tudíž je to nezajímá. Pokud tedy nejde o nějakou výpomoc v případě, že si neví rady, ICT není vyhledávaným tématem. Na druhou stranu druhá polovina respondentů se o ICT s dětmi/vnoučaty baví. Toto téma je často iniciované právě těmi mladšími. Chtějí se podělit o novinky v oblasti ICT, ukázat nová zařízení, fotky a další vychytávky. Je tedy nutné říci, že v tomto ohledu jsou senioři spíše posluchači.

R3: *„Moc ne. Já tomu příliš nerozumím a nezajímá mě to.“*

R5: *„Pro mě to není důležité.“*

R1: *„Ne tak ani o jejich využití, ale vnoučata mi občas vypráví o tom, co je nového v této oblasti, třeba když mají nový mobil nebo PC. Taky mi rádi ukazují fotky, co pořídily nebo mi čtou různé příspěvky, co by mě podle nich mohly zajímat.“*

R8: *„Je pravda, že mě samotnou by asi nenapadlo se o tom začít bavit, ale ráda si od vnučky poslechnu, co je nového. Vždycky se úplně rozpovídá, když na to přijde... asi nikdy tak moc nemluví, jako když mluví o mobilech a počítačích a nevím čem ještě.“*

R12: *„Ano, bavíme se o nich často, především s vnukem a manželem od dcery, ten je takovým mým správcem sítě.“*

V rámci tohoto dílčího cíle jsem se nakonec zabývala tím, **zda respondentům děti/vnoučata pomáhají, když si s něčím ohledně ICT neví rady**. V tomto ohledu se odpovědi nelišily. Všichni informanti jednotně odpověděli, že v případě

nějakého problému jim vždy děti nebo vnoučata ochotně pomohou. Není pro ně problémem požádat o rady, i když třeba ze začátku potřebovali častou pomoc. Je tedy vidět, že pokud se senior rozhodne naučit pracovat s ICT, děti i vnoučata jsou vždy ochotnými pomocníky.

R2: *„No a kdo jinej by mi měl pomáhat. Ty jsi u nás nejčastěji, tak mi vždycky pomůžeš, když si nevím rady. Třeba ze začátku sem si musel všechno psát na papírek, když si mi to krok po kroku vysvětlovala, abych to hned nezapomněl, ale teď už to zvládám sám. I teď se mi ale stává, že někdy omylem něco zmáčknou a pak nevím, co s tím je, tak tě pak vždycky zaúkoluju.“*

R6: *„Ano, vnoučata i děti mě často navštěvují a když si s něčím nevím rady, tak mi vždy poradí a pomohou.“ (...)* No... vím, že si za nimi vždycky můžu pro radu jít, nikdy mě zatím ve štychu nenechali, i když ze začátku to se mnou měli těžké, protože jsem se ptala dokola a dokola na ty samé věci. Nakonec jsem ale vždycky všechno díky nim pochopila. Měli se mnou svatou trpělivost.“

R12: *„Hmmm... dceřin manžel mi pomáhá s počítačem co se týká potřebných instalací, antiviru a celého chodu počítače. Vnuk mě seznamuje s obsluhou facebook a vnučka mi pomáhá s vyhledáváním potřebných informací.“*

5.1.1 Shrnutí DC 1

Tento cíl měl za úkol zjistit, zda seniorům pomohly informační a komunikační technologie v překonání generační propasti (sblížení s dětmi, vnoučaty). Nejdříve jsem se zabývala komunikací mezi seniory a dětmi/vnoučaty. Přesněji zda je častější než před nástupem informačních a komunikačních technologií. K mému překvapení se situace podle seniorů moc nezměnila a kontakty udržují ve stejné míře, jako tomu bylo před příchodem ICT. To je však dáno tím, že jsem měla „štěstí“ na respondenty, kteří bydlí v blízkosti dětí a vnoučat a jsou zvyklí na časté návštěvy a nebo s dětmi/vnoučaty přímo sdílejí střechu nad hlavou. Přesto ale senioři oceňují snadnější komunikaci, která je díky ICT možná. Ke komunikaci pak využívají mobilní telefon a ve většině případů také e-mail nebo Facebook.

Dále jsem zjišťovala, zda se informační a komunikační technologie staly novým tématem rozhovorů mezi seniory a jejich dětmi/vnoučaty, přičemž přesně polovina respondentů odpověděla, že ano. Je však nutno podotknout, že senioři jsou v tomto případě spíše posluchači a rozhovor o ICT téměř vždy iniciují děti/vnoučata. V poslední části jsem se pak zajímala o to, zda jsou děti/vnoučata ochotní pomoci v případě, že si senior neví s něčím ohledně ICT rady. V tomto případě se odpovědi nelišily. Mladší členové rodiny jsou vždy ochotnými pomocníky.

ICT tedy z části pomohly ve sblížení seniorů se svými dětmi/vnoučaty. Sice se komunikace u zkoumaných respondentů ve většině případech nezlepšila, ale je jednodušší. Polovina respondentů našla v ICT nové téma, o kterém se s vnoučaty mohou bavit a všichni mají to štěstí, že jim děti/vnoučata pomáhají, když si s něčím ohledně ICT neví rady.

5.2 Dílčí cíl 2

Zjistit, zda senioři své znalosti získali díky kurzu, samostatnou snahou nebo s pomocí příbuzných.

V rámci tohoto dílčího cíle jsem chtěla zjistit, jak senioři ke svým znalostem a dovednostem s ICT přišli. Ptala jsem se, zda se s ICT naučili pracovat na nějakém kurzu, sami nebo s pomocí rodiny. V závislosti na odpovědi mě pak zajímaly další podrobnosti. Jestliže vybrali první možnost, zjišťovala jsem, na jakém kurzu své znalosti získali a zda s ním byli spokojeni. Pokud vybrali druhou možnost, zjišťovala jsem jak se sami s ICT naučili pracovat a zda používali nějaké materiály k výuce (návody, příručky atd.). A když vybrali třetí možnost, zajímalo mě, kdo jim z rodiny s výukou ICT nejvíc pomohl a jak taková výuka probíhala.

Nejdříve tedy obecně k otázce, **kde senioři ke svým dovednostem pracovat s ICT přišli**. Všichni respondenti v rozhovorech uvedli, že své znalosti získali hlavně s pomocí rodiny, zejména vnoučat. Pouze ve třech případech byl pak zmíněný i nějaký počítačový kurz a ve dvou z těchto tří případů byl kurz požadován zaměstnavatelem ještě v době pracovního poměru. Pouze jediný respondent navštěvoval kurz ze své vlastní iniciativy. Dá se tedy říct, že hlavní pomocí seniorů v oblasti výuky ICT je rodina, kdežto počítačové kurzy nemají

moc velkou oblibu. To však může být tím, že právě proto, že se seniorům dostává takové pomoci doma, nemají ji potřebu vyhledávat někde jinde.

R1: *„Naučila jsem se s tabletem pracovat hlavně díky vnoučatům. Jinak bych to asi do teď neuměla.“*

R4: *„Hlavně syn. On má se mnou asi nejvíc trpělivosti. Ale taky ho to někdy už nebaví. To víte, já občas někde špatně kliknu a pak se dostanu někam, kam nechci.“*

R7: *„Nojo, byl jsem nejdřív na kurzu internetu pro seniory, kterej mi doporučila vnučka. Že se to pořádkem někde na škole, tak jsem to šel zkusit. (...) Vnučka mi vůbec pomáhá s těmahle věcmi okolo počítače.“*

R9: *„Nejprve jsem ještě při zaměstnání absolvoval kurz. Ale bohužel, po mrtvici jsem se učil vše od začátku. Samotnému mi to moc nešlo, ale měl jsem pomoc od manželky a vnoučat.“*

R11: *„No děti a vnoučata mi pomohly.“*

Dále se zaměřím na to, **jak výuka v rodině probíhala**. Jelikož všem respondentům pomáhala ve výuce rodina, zajímalo mě, jak to vypadalo. Ve všech případech byla výuka nepravidelná, nebyl stanovený časový rámeček, dny v týdnu nebo nějaký formální průběh. Výuka probíhala vždy v době, kdy někdo z členů rodiny přišel na návštěvu a udělal si čas na vysvětlení toho, co senior nechápal. Takhle se postupně senioři naučili pracovat s technologiemi, které mají doma (tabletem, počítačem, mobilem atd.).

R1: *„Hmmm, no... většinou mi vysvětlily jednu věc, třeba jak napsat zprávu přes Facebook a já si buď udělala poznámky jak na to, nebo si to rovnou zkoušením zapamatovala. Poznámky si většinou dělám stylem... kliknout na tlačítko 'napsat zprávu', pak... napsat zprávu pomocí klávesnice. Na klávesnici mám zvláštní návod, například když potřebuju napsat číslo, čárku nebo dvojtečku nebo velké písmeno. Pak odeslat zprávu pomocí zelené šipky. Podobné návody mám i na odeslání fotografie nebo na vyhledávání na internetu.“*

R6: „(...) strávili jsme učením vždy tak hodinu nebo dvě týdne, když byl někdo z nich na návštěvě. Po tom, co jsem se naučila základy už nebylo tak těžké se naučit ten zbytek nebo si sama vyhledat a naučit se, v čem jsem měla ještě mezery... ale ty mám vlastně ještě teď.“

R8: „Syn je IT inženýr, ukázal mi jak bezpečně „surfovat“ na internetu a měl trpělivost, pak jsem dostala metodickou příručku od jedné z vnuček a dál mi našli stránku zkusit.cz.“

R10: „No vždycky jsem se zeptal, když u mě byl.“ (vnuk)

I když jsem se v odpovědích nesešla s tím, že by se někdo z respondentů učil pracovat s ICT zcela sám, mohu z toho vyvodit alespoň to, že senioři mají to štěstí, že pokud se s ICT pracovat rozhodnou, rodina je vždy podpoří. Je přirozené, že v jejich věku již věci nejdou tak rychle, jako když byli mladí a tak by samostatná výuka mohla být spíše na škodu a mohla by případné zájemce o práci s ICT odradit.

Zkušenost s absolvováním kurzů také není běžná, alespoň mezi respondenty, kteří se zúčastnili mého výzkumu. Navíc byly ve dvou případech kurzy povinné ze strany zaměstnavatele a odehrály se ještě před nastoupením do důchodu. Jelikož jsem si jako aplikační cíl vytyčila to, že bych s pomocí této práce chtěla změnit pohled seniorů na využívání ICT, pro zajímavost přikládám citaci z rozhovoru s jediným respondentem, který kurz absolvoval z vlastní iniciativy v důchodovém věku. Díky tomu si lze alespoň přibližně představit, jak to na takovém kurzu chodí a že se senioři v případě zájmu o takový kurz nemají čeho bát.

R10: „No...chodil jsem na kurz Internet pro seniory do základní školy poblíž, kde nás učili žáci, který na tu školu chodili. Trvalo to vždycky tak hodinu a učili mě základy, práci s internetem a tak. Dokonce nás tam učili i upravovat fotky. (...) Řekl mi o tom vnuk, ten na tu školu chodil, tak že bych se to mohl naučit a že je to zadarmo. Tak jsem si řekl proč ne, že to můžu zkusit. (...) Všichni byli moc milí a měl jsem dobrého učitele. Ty děti se v tom opravdu vyznají a mají trpělivost. Když jsem něco nedokázal pochopit, tak mi postup jak na to opakoval třeba i desetkrát.“

5.2.1 Shrnutí DC 2

V druhém dílčím cíli jsem zjišťovala, zda senioři své znalosti získali díky kurzu, samostatnou snahou nebo s pomocí příbuzných. Všichni respondenti odpověděli, že jim s výukou pomáhal někdo z rodiny. Výuka pak probíhala tak, že se senioři postupně při návštěvách příbuzných ptali na to, co jim nebylo jasné a postupně se tak zdokonalovali v ovládání dané technologie. Pouze ve třech případech respondenti absolvovali nějaký kurz. Ve dvou případech to pak byl kurz ještě v době, kdy respondenti pracovali a bylo jim to zadáno zaměstnavatelem. Jen jeden absolvoval kurz z vlastní iniciativy v důchodovém věku.

5.3 Dílčí cíl 3

Zjistit, co vedlo seniory k využívání ICT. Co je přimělo pracovat s informačními a komunikačními technologiemi.

Pomocí tohoto dílčího cíle jsem chtěla zjistit, co vedlo seniory k tomu, aby se naučili pracovat s informačními a komunikačními technologiemi. Nejprve se zaměřuji na to, zda se s ICT chtěli naučit pracovat sami nebo na něčí doporučení. Pak zjišťuji to, jaké důvody měli k tomu, naučit se pracovat s ICT.

Nejdříve tedy k tomu, **zda se chtěli naučit pracovat s ICT sami nebo na něčí doporučení**. Většina respondentů, přesně deset z dvanácti, se chtěla naučit pracovat s ICT sama. Často pak seniorům dopomohla rodina, která je obdarovala určitou technologií (nejčastěji tabletem nebo počítačem). Pouze v jednom případě respondentovi navrhl výuku s ICT vnuk, který chodil na školu, kde kurzy probíhaly. Zbývající respondent odpověděl, že ze začátku s těmito technologiemi vlastně nechtěl vůbec pracovat, ale že ho k tomu donutily okolnosti (chtěl udržet kontakt se svou dcerou, která se odstěhovala). Můžeme z toho tedy vyvodit, že více a více seniorů touží po tom zakomponovat informační a komunikační technologie do každodenního života a děje se tomu tak z vlastního přesvědčení.

R1: *„Vlastně jo a pak jsem navíc dostala tablet s internetem...k narozeninám nebo Vánocům, to už si nepamatuju.“*

R6: *„Ano, chtěla. Ale poslední krok za mě udělala rodina, když sem od nich dostala notebook.“*

R9: „*No já se to chtěl vždycky naučit, tak mi ten kurz od práce přišel vhod. Pak jsem teda bohužel měl tu mrtvici, ale tím se člověk přeci nemůže nechat odradit, tak jsem se to chtěl naučit znova a našťěstí se to povedlo.*“

R11: „*Ano, doma jsem často říkala, že bych to chtěla zkusit. Hlavně, když jsem to viděla u vnoučat. Pak jsem od dětí dostala k Vánocům tenhle notebook, tak jsem měla velkou radost.*“

R3: „*Vůbec ne. Ale v tu dobu se moje druhá dcera stěhovala z Hradce na Moravu, tak jsem s ní chtěl být nějak v kontaktu. Takže to byla trochu nutnost.*“

V druhé části jsem se zajímala o to, **jaké důvody senioři měli k tomu, naučit se s ICT pracovat.** Zde se objevovalo široké spektrum odpovědí. Přeci jenom se ale pár věcí opakovalo u většiny respondentů. Prvním a nejčastějším důvodem pro výuku práce s ICT bylo udržení kontaktu s rodinou, tedy komunikace. To vlastně potvrzuje i vyhodnocení prvního dílčího cíle, kdy jsem se dozvěděla, že všichni respondenti komunikují s dětmi/vnoučaty pomocí komunikačních technologií (mobilní telefon ale i sociální sítě či jiné možnosti). Dalším důvodem bylo obecně vyhledávání potřebných informací. U každého respondenta se však vyhledávané informace liší. V závislosti na jejich potřebách a zájmech vyhledávají například zprávy/novinky, recepty, předpověď počasí, spoje MHD, sportovní přenosy, slevy a další. Posledním důvodem byla i zábava. Senioři začínají využívat ICT k vyhledávání hudby či videí, ke sledování seriálů, filmů a čtení knížek a nakonec také k hraní her.

V průběhu rozhovorů ale padly i odpovědi jako například, že byl respondent zvědavý nebo že chtěl být v kurzu před vnoučaty a nechtěl být pozadu. V jednom případě bylo důvodem i trénování mozku. V dnešní době už zkrátka chtějí být senioři tzv. „v obraze“ a nechtějí zaostávat za ostatními.

R2: *Hmmm... no jak jste u nás bydleli, tak jsem se to chtěl naučit, protože jste tu měli počítač a já viděl, jak s tím pracujete. Zajímal jsem se o dost věci, který jste mi tam museli vyhledávat, tak jsem si řek, že bych se to mohl naučit, abych si to mohl vyhledat sám. Taky sem se to chtěl naučit, abych s váma mohl hrát hry...dokonce jsme se přeci i předháněli v pořadí*

a já byl nejlepší (smích) (...) Třeba novinky ze světa, sportovní utkání, počasí, abysme po cestě na nákup nebo na zahrádku já nebo babička nezmokli.“

R4: *„No hlavně jsem chtěla vědět, co se kde děje. To víte, v té televizi se toho už moc nedozvíte a hlavně nevíte, co je pravda a co ne. Navíc jsem chtěla vyplnit volnej čas a věděla sem, že si tam můžu hledat videa, filmy...no a i nějaký ty hry.“*

R7: *„Mobil jsem chtěl hlavně kvůli spojení se synem a sestrou. Takhle jim můžu kdykoliv zavolat. No a na počítači jsem se chtěl naučit, abych si mohl vyhledávat, co potřebuju, hlavně sleduju sportovní přenosy a aktuality ze světa.*

R8: *„Chtěla jsem být v kurzu před vnoučaty a ta komunikace je taky lehčí. Ted' si můžu psát s rodinou a s kamarádkama. A je to šikovný i při hledání receptů...jen natukáte, co chcete a už máte stovky možností.*

R9: *„Nejdřív jsem se to chtěl naučit, protože mě to celkově zajímalo a po té mozkové příhodě jsem chtěl, abych bystril a trénoval mozek. Taky je díky tomu lehčí komunikace s rodinou.“*

R12: *„Nechtěla jsem být pozadu, protože ostatní přátelé a děti to používají a tak se mi s nimi lépe komunikuje... a zároveň si mohu prohlédnout a najít vše co potřebuju. (...) Noo...hlavně mě zajímá novinky a kultura.“*

5.3.1 Shrnutí DC 3

S pomocí tohoto dílčího cíle jsem chtěla zjistit, co vedlo seniory k tomu, aby se naučili pracovat s informačními a komunikačními technologiemi. Nejdříve jsem se ptala na to, jestli se s ICT chtěli naučit pracovat sami nebo je k tomu někdo pobídl. Kromě dvou respondentů se všichni chtěli naučit pracovat s ICT sami. Většinou jim pak v začátku dopomohla rodina, která obdarovala respondenty určitou technologií a umožnila jim tak s výukou práce s ICT začít. Pouze jeden respondent zprvu s ICT nechtěl vůbec pracovat, avšak donutily ho k tomu okolnosti, když se odstěhovala dcera a on s ní nechtěl ztratit kontakt. Druhý zbývající respondent se pak rozhodl se začátkem výuky s ICT po návrhu jeho

vnuka. Senioři tedy mají v naprosté většině svoje důvody k tomu, aby se s ICT naučili pracovat. Tyto důvody jsem pak zjišťovala v druhé části třetího dílčího cíle. Nejčastějším důvodem byla komunikace s rodinou. Ta je díky novým technologiím mnohem jednodušší a v případě nutnosti také velice rychlá. Jako další důvod respondenti uváděli vyhledávání informací na internetu, které souvisejí s jejich koníčky, zájmy a potřebami (novinky, počasí, spoje MHD, recepty atd.). V poslední řadě pak byla důvodem zábava v podobě sledování videí, filmů a seriálů, čtení knížek, poslech hudby, ale i hraní jednoduchých her. Zároveň ale senioři prostě nechtějí být pozadu za ostatními, chtějí být „in“ před svými vnoučaty a jsou jednoduše zvědaví na to, co nové technologie umí.

5.4 Dílčí cíl 4

Zjistit, jestli mají senioři pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT.

V poslední dílčím cíli se budu zabývat tím, zda považují senioři nabídku možností v rámci práce s ICT za dostatečnou. Nejdříve mě bude zajímat to, zda vůbec o nějakých takových možnostech vědí a popřípadě kde se o nich dozvěděli. Dále pak to, jestli jsou podle nich informace dostatečně dostupné a nakonec mě bude zajímat to, zda jsou s nabídkou možností výuky práce s ICT ve svém okolí spokojeni.

Nejdříve tedy k tomu, **zda senioři o nějakých kurzech práce s ICT vědí.** V tomto případě se respondenti v odpovědích rozdělili přesně na polovinu. Šest respondentů o nějakém kurzu výuky s ICT pro seniory ví, zbylých šest ne. Pokud jde o samotné kurzy, ve dvou případech se jednalo o kurzy v místní knihovně, v dalších dvou případech šlo o kurzy pořádané na základních školách a ve zbylých dvou případech šlo o kurz od úřadu práce a o souseda, který má licenci a poskytuje výuku ve vesnici, kde respondent bydlí. Dalo by se tedy říci, že část seniorů má povědomí o kurzech pořádaných v okolí, ačkoliv je moc nenavštěvují. Myslím, že pokud by senioři neměli takovou podporu od rodiny, o kurzech by vědělo více seniorů, ale takto nemají potřebu podobné informace vyhledávat.

R5: „*Ano vím, městská knihovna pořádala kurzy pro důchodce.*“

R9: „*Jistě...takový kurzy poskytuje soused ve vesnici... má licenci. A určitě by se našly i další, ale když to člověk nepotřebuje, tak to ani nehledá.*“

R11: „*Hmmm... myslím, že nějaké takové kurzy pořádá místní základní škola, ale bohužel nic víc nevím.*“

R12: „*V okolí?... Třeba úřad práce pořádá kurzy pro důchodce.*“

Pokud jde o to, **kde se o těchto kurzech dozvěděli**, odpovědi se různí. Někteří se to dozvěděli z novin a informačních letáků, někteří od dětí a vnoučat nebo od souseda.

R3: „*Tak z novin především a taky mi přišel i nějaký leták, kde to bylo napsáno.*“

R9: „*Od souseda... z bývalého zaměstnání.*“

R12: „*Z tisku...a ještě mi o tom pak říkaly děti, že to našly někde na internetu.*“

Dále mě zajímalo, **zda si myslí, že jsou informace o těchto kurzech dostatečně dostupné**. V tomto případě jsem brala v úvahu pouze ty respondenty, kteří o těchto kurzech věděli. Je jasné, že druhá polovina respondentů, která o žádném kurzu neví, také nikdy potřebné informace nehledala, tudíž to nemohou posoudit. Zde jsem však narazila na problém v podobě toho, že i respondenti, kteří o kurzech věděli, také vlastně sami od sebe žádné takové informace cíleně nevyhledávali a většinou se o nich dozvěděli náhodou (narazili na článek v novinách, dostali leták do schránky, řekl jim o tom někdo jiný). V tomto případě by tedy chtělo zjišťovat názory pouze od seniorů, kteří tyto informace vyhledávali. Bohužel je tedy nemožné vyvodit nějaký závěr.

R3: „*Nevím, takové informace jsem nikdy nehledal.*“

R5: „*Vlastně mě to nikdy nezajímalo, takže nedokážu říct, jestli jsou nebo nejsou.*“

R11: „*To vám nepovím. Já jsem takové informace nehledala, takže je pak těžké to posoudit.*“

V poslední části tohoto dílčího cíle mě zajímalo, **zda jsou senioři spokojeni s nabídkou možností výuky práce s ICT ve svém okolí**. V tomto případě jsem opět musela polovinu respondentů vynechat v závislosti na tom, že o žádných kurzech neví. Druhé polovině respondentů pak stačí ke spokojenosti s místní nabídkou výuky práce s ICT jediná možnost. Pokud bych to tedy měla vyhodnotit, respondenti jsou podle odpovědí z rozhovorů spokojeni s nabídkou výuky práce s ICT v okolí. Nutno ale říci, že tito respondenti v naprosté většině na žádné kurzy nechodili a ani o ně neměli zájem. Myslím si, že v tomto ohledu by chtělo zkoumat více respondentů, kteří by o kurzy zájem měli a cíleně si o nich vyhledávali informace.

R3: „*Já jsem spokojená. Sice se na něj nechystám (kurz v knihovně), ale pokud bych jednou změnila názor, tak aspoň vím, kam jít. Hlavně bych to měla blízko, tak bych nikam jinam ani nechtěla.*“

R5: „*Ano, ale nevyužívám ji.*“

R9: „*Tak já jsem spokojenej...ale to víte, my to máme tady u toho souseda kdyžtak. A kdybych hledal ve městě, tak tam určitě taky něco najdu.*“

R10: „*Jsem. Co jsem chtěl, to jsem se naučil a teď už vím, že se tyhle kurzy pořádají i na dalších základních školách po městě.*“

5.4.1 Shrnutí DC 4

V posledním dílčím cíli jsem chtěla zjistit, jestli mají senioři pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT. Nejdříve jsem zjišťovala, zda o nějakých kurzech vůbec vědí. Přesně polovina respondentů o nějakém kurzu má povědomí. Ve dvou případech jde o kurzy pořádané v místní knihovně, v dalších dvou na místních základních školách. Jeden respondent zná souseda ve vesnici, který má licenci a poskytuje počítačové kurzy a poslední respondent se zmínil o kurzu, který poskytuje úřad práce. V polovině případů tedy senior zná nějaký kurz. Mohu jen předpokládat, že větší zájem seniorů o kurzy výuky s ICT by nastal, pokud by senioři neměli podporu rodinných příslušníků, kteří jim pomáhají

v učení doma. Ani u jednoho respondenta však nebylo povědomí o kurzech internetu pro seniory zapříčiněno vlastním aktivním hledáním informací. Všichni se dozvěděli o kurzech náhodou, když například četli noviny, dostali leták do schránky nebo jim o tom řekl někdo jiný. Z tohoto důvodu pro mě bylo nemožné vyhodnotit další podotázku, tedy zda si senioři myslí, že jsou informace o těchto kurzech dostatečně dostupné. Nejen, že jsem musela vynechat polovinu respondentů z toho důvodu, že žádný kurz neznali a tudíž o nich informace nikdy nevyhledávali, ale i druhá polovina respondentů s nějakou znalostí kurzu v okolí mi nemohla dát validní odpověď, jelikož si informace také nevyhledávali sami, ale vždy se o nich dozvěděli bez vlastního přičinění. I pro poslední podotázku jsem opět mohla využít odpovědi pouze té poloviny respondentů, která o kurzech něco věděla. Tito respondenti v naprosté většině věděli pouze o jedné možnosti výuky práce s ICT v okolí a to jim ke spokojenosti s nabídkou stačí.

Je však obtížné celkově vyhodnotit poslední dílčí cíl. Jestliže jsem chtěla zjistit, jestli mají senioři pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT, měl by podle mě být vzorek respondentů zúžen na ty, kteří aktivně hledají kurzy v okolí a chtějí je absolvovat. Ti by pak měli mít větší povědomí o tom, jaká je situace s různými možnostmi výuky v okolí a tak opravdu posoudit, zda je možností dostatek.

5.5 Hlavní cíl

Hlavním cílem diplomové práce bylo zjistit, **jaká informační a komunikační zařízení senioři ve svém životě používají a v čem jim pomáhají**. Výzkum se tak zaměřoval pouze na seniory, kteří s informačními a komunikačními technologiemi již pracují, přičemž nebylo stanoveno, zda musí využívat určitou technologii. Bylo tedy jedno, zda respondent využívá pouze chytrý mobil nebo celou škálu od mobilního telefonu až po notebook či tablet. V rámci hlavního cíle bylo stanoveno několik dílčích cílů. S jejich pomocí bude zodpovězena hlavní výzkumná otázka. Zároveň dílčí cíle hlavní cíl rozšiřují a doplňují.

Byly uskutečněny rozhovory s vybranými respondenty v Královéhradeckém kraji. Celkem bylo 12 respondentů a tedy 12 rozhovorů. Z rozhovorů vyšlo najevo, že všichni respondenti vlastní mobilní telefon (nejčastěji tlačítkový). Ten využívají

zejména pro komunikaci s ostatními členy rodiny. Osm z dvanácti respondentů pak ke komunikaci využívá i jiné komunikační technologie. Nejčastěji byl zmíněn Facebook a e-mail. Senioři pak mimo mobilní telefon vlastní také notebooky, počítače nebo tablety. V žádném z případů jsem se však nesešla s tím, že by měli doma více, než dvě technologie. Z toho usuzuji, že senioři se vždy naučí ovládat mobilní telefon, který je pro komunikaci nejjednodušší a navíc lehce přenosný, takže ho můžou mít stále u sebe a pak si vyberou jednu další technologii, na které se naučí pracovat na internetu. To jim pak stačí a dalšími technologiemi už se nezabývají. Co se týká jejich využití, tak komunikace je nejdůležitějším důvodem, proč se senioři chtějí s ICT naučit pracovat. Dále oceňují jednoduché vyhledávání informací, které souvisí s jejich zájmy a potřebami. Sem patří například čtení novin a zpráv, hledání receptů, předpovědi počasí, vyhledávání spojů MHD, sledování sportovních přenosů a dalších. Senioři však začínají využívat ICT i pro zábavu. Sledují videa, seriály a filmy, poslouchají hudbu a čtou elektronické knihy. V poslední řadě pak někteří i hrají jednoduché hry.

Závěr

Hlavním cílem této diplomové práce bylo zjistit, jaké informační a komunikační technologie senioři využívají a v čem jim pomáhají. Cílovou skupinou pro výzkum tedy byli senioři, kteří v menší či větší míře umí ovládat informační a komunikační technologie. Myslím si, že na základě rozhovorů provedených s respondenty se mi podařilo na tuto otázku odpovědět. Pokud se jedná o jednotlivé dílčí cíle, až na jeden, jehož odpověď není uspokojivá, se mi také podařilo najít odpovědi.

Práce je rozdělena do dvou hlavních částí, teoretické a praktické. Teoretická část samotná je pak dále rozdělena do tří hlavních kapitol. První pojednává o pojmech jako je senior, stáří a stárnutí populace. Také je zde nastíněn životní styl seniorů. Druhým tématem je vzdělávání seniorů, jak na obecné úrovni, tak s pomocí nových technologií. Třetí část se pak zabývá informačními a komunikačními technologiemi, jejich vlivem na společnost a jejich využití seniory. Praktická část je také rozdělena do dvou částí, přičemž v první je popsána metodologie výzkumu a v druhé jsou interpretovány výsledky. Praktická část úzce navazuje na teoretická východiska. Ačkoliv by se dalo jistě najít více informací, které by se hodily do teoretické části, považuji teorii za dostatečně obsáhlou.

Pro výzkum byla využita kvalitativní metoda, přesněji polostrukturované rozhovory s respondenty. Na základě získaných informací z těchto rozhovorů jsem pak zodpovídala jednotlivé dílčí cíle a nakonec i hlavní výzkumnou otázku. Zjistila jsem, že informační a komunikační technologie z části pomáhají překonat generační propast. Polovina respondentů má pocit, že díky novým technologiím více komunikují se svými dětmi a vnoučaty a také, že je komunikace daleko jednodušší a je tak možné být ve spojení kdykoliv a kdekoliv bez ohledu na to, kde se účastníci nacházejí. Pro část seniorů se také staly ICT novým tématem, o kterém se spolu s vnoučaty baví, ačkoliv jsou v tomto případě spíše posluchači. V poslední řadě pak sblížují rozdílné generace díky tomu, že se děti a vnoučata stávají učiteli a senioři si za nimi chodí pro rady ohledně práce s ICT. Vytváří se tak nová společná aktivita. Všichni dotazovaní získali své dovednosti ohledně ICT s pomocí rodiny. Pouze tři respondenti uvedli, že absolvovali nějaký počítačový kurz a jen jeden v důchodovém věku z vlastní iniciativy. Dá se tedy říci, že kurzy

nemají u seniorů velkou oblibu. Pokud se jim ale dostává pomoci v rodinném kruhu, je pochopitelné, že tyto kurzy nemají potřebu vyhledávat. Naprostá většina respondentů se chtěla s ICT naučit sama, z vlastní vůle. Nejčastěji využívají mobilní telefon a pak buďto tablet, notebook nebo počítač s připojením k internetu. Mobilní telefon používají zejména ke komunikaci s rodinnými příslušníky, ostatní technologie pak také ke komunikaci (sociální sítě, e-mail), k vyhledávání potřebných informací a k zábavě.

Hlavního cíle a prvních třech dílčích cílů tedy podle mého bylo dosaženo. Čtvrtý považuji za neuspokojivý. Myslím si, že u čtvrtého dílčího cíle, který zjišťoval, zda mají senioři pocit, že je v jejich lokalitě dostatek možností naučit se pracovat s ICT, by pro uspokojivou odpověď musel být specifitější výběr respondentů. Vzorek by podle mého měl zahrnovat pouze seniory, kteří nějaký kurz v okolí chtějí absolvovat nebo ho absolvovali a mají tak větší povědomí o nabídce možností v dané lokalitě. Jelikož jsem polovinu respondentů musela vynechat z toho důvodu, že ani žádný kurz neznali a tudíž nemohli na dané otázky odpovědět, musela jsem se spoléhat pouze na šest výpovědí, které také nepovažuji za dostatečné, jelikož kurz absolvoval v důchodovém věku pouze jeden respondent a ostatní měli povědomí vždy jen o jednom kurzu v lokalitě. Myslím si ale, že v tomto případě se otevřel prostor pro další výzkumy. Ty by mohly být specifitěji zaměřeny právě na nabídku kurzů internetu pro seniory ve vybraných lokalitách. Dále pak třeba na názory seniorů, kteří nějaký kurz absolvovali nebo chtějí absolvovat.

Kvalitativní metodologie byla podle mě zvolena dobře a osvědčila se. Umožnila mi jít více do hloubky a uzpůsobovat otázky podle situace. Také preferuji osobní setkání se zkoumanými respondenty. Nicméně u kvantitativní metody by bylo možné aplikovat závěry na celou populaci. Výzkum takového rozsahu ale není v silách jednoho výzkumníka.

Přínos této práce vidím v tom, že poukazuje na to, že ačkoliv počítačová/informační gramotnost seniorů stoupá, ještě stále je prostor pro zlepšení. To se ukázalo například v neinformovanosti seniorů o počítačových kurzech. Ačkoliv je tento výzkum zaměřen na seniory, kteří ICT využívají, pouze malý zlomek z nich absolvoval kurz (pouze jeden v důchodovém věku) a celá

polovina o těchto kurzech nemá ani ponětí. Je tedy zapotřebí, aby se společnost zaměřila na lepší nabídku a propagaci a zvýšila tak informovanost cílové skupiny, tedy seniorů. Poznatky této práce by také mohly přispět ke změně nahlížení seniorů na informační a komunikační technologie, jelikož ukazuje příklady seniorů, kteří s těmito technologiemi pracují a kteří oceňují jejich přínos.

Téma „senioři a ICT“ už je zpracováno v mnoha bakalářských a diplomových pracích. Nenašla jsem však takovou práci, která by se zabývala pouze seniory, kteří technologie využívají. Z tohoto důvodu jsem se rozhodla na toto téma udělat výzkum. Zájem o něj pak podnítil i můj děda, který ICT využívá v každodenním životě a se kterým jsem se díky tomu sblížila. Toto téma by se jistě dalo rozšířit nebo jinak zpracovat. To je však úkolem pro další výzkumníky, kteří se budou chtít tímto nebo podobným tématem zabývat.

Seznam použité literatury

Asociace univerzit třetího věku. *Asociace univerzit třetího věku* [online]. [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <http://www.au3v.org/>

BARTÁK, Jan. *Jak vzdělávat dospělé*. Praha: Alfa Nakladatelství, s.r.o., 2008. ISBN 97880-87197-12-7

BOČKOVÁ, Lenka, Šárka HASTRMANOVÁ a Egle HAVRDOVÁ. *50+ aktivně: Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt Institut, 2011. ISBN 978-80904153-2-4.

ČELEDOVÁ, Libuše, Rostislav ČEVELA, Jan HOLČÍK, Zdeněk KALVACH a Pavel KUBŮ. *Sociální gerontologie: Východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2014. ISBN 978-80-247-4544-2.

ČORNANIČOVÁ, Rozália. Vzdelávacie programy pre seniorov u nás a v zahraničí. In: *Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí dne 29.4.1999*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. ISBN 80-244-0007-3.

DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. 3. vydání. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-246-0139-7.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.

HRAPKOVÁ, Naděžda. Medzinárodná spolupráca seniorov – možnosti a skúsenosti. In: *Současná role celoživotního učení v životě seniorů z multidisciplinární perspektivy: sborník příspěvků ke konferenci konané u příležitosti 25. výročí založení Univerzity třetího věku na Masarykově univerzitě dne 16. září 2015*. 1. vyd. Brno: Masa, 2015. ISBN 978-80-210-7997-7.

HRAPKOVÁ, Naděžda. Uplatňovanie didaktických aspektov vo vzdelávaní v Univerzite tretieho veku pri UK v Bratislave. In: *Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí dne 29.4.1999*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. ISBN 80-244-0007-3.

HRIVŇÁKOVÁ, Lenka. *Průvodce moderním světem pro dědečka a babičku*. Brno: Cpress, 2013. ISBN 978-80-264-0321-0.

IŠTVÁNIKOVÁ, Petra, Jana PLESKAČOVÁ a Jiří STUHL. *První kroky-- k založení tréninkového centra pro osoby starší padesáti let*. 1. vyd. Praha: M'am'aloca, 2014. ISBN 978-80-905534-3-9.

Jak na Internet - Internet a senioři. *Jak na Internet - Jak na Internet* [online]. Copyright © 2018 CZ.NIC, z. s. p. o. [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1200/internet-a-seniori/>

LALÍK, Michal. *Práce s počítačem pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. Průvodce. ISBN 978-80-247-4136-9.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 80-210-3345-2.

Na internetu přibývá seniorů. *Český statistický úřad. ČSÚ*. [online]. [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/na-internetu-pribyva-senioru>

OKSMAN, Virpi. *Young People and Seniors in Finnish 'Mobile Information Society'*. *Journal of Interactive Media in Education*. [online]. 2006 [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <http://www-jime.open.ac.uk/articles/10.5334/2006-3/>

PETROVÁ KAFKOVÁ, Marcela. *Šedivějící hodnoty?: Aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6310-5.

PETRUSEK, Miloslav. *Společnosti pozdní doby*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2006. ISBN 80-86429-63-6.

PETŘKOVÁ, Anna a Rozália ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. Studijní texty pro distanční studium. ISBN 80-244-0879-1.

PIKOUS, Jan. *Jak nás ovlivňují nové komunikační technologie?*. Klub prvního máje. [online]. 26.9.2012 [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <http://www.klub1maje.eu/jak-nasovlivnuji-nove-komunikacni-technologie/>

RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova univerzita, 1995. ISBN 80-901604-2-5.

RABUŠIC, Ladislav. O postavení seniorů v české společnosti: nemoc, osamělost a chudoba?. In: *Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí dne 29.4.1999*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. ISBN 80-210-1155-6.

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

REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-3006-6.

SAK, Petr a Jiří MAREŠ. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-230-0.

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

SCHMEIDLER, Karel. *Problémy mobility stárnoucí populace*. Vyd. 1. Brno: Novpress, 2009. ISBN 978-80-87342-05-3.

STADELHOFER, Carmen. Internet jako šance pro další vzdělávání? K užitečnosti pedagogických koncepcí ve věku nových médií. In: *Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí dne 29.4.1999*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. ISBN 80-244-0007-3.

Svět: Populace 2018. *Počet obyvatelstva jednotných zemí a měst po celém světě* [online]. Copyright © 2015 population.city [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <http://populace.population.city/world/>

ŠERÁK, Michal. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, s.r.o., 2009. ISBN 978-807367-551-6.

ŠOLC, Martin. Projev doc. RNDr. Martina Šolce, CSc., předsedy Asociace univerzit 3. věku ČR. In: *Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí dne 29.4.1999*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. ISBN 80-244-0007-3.

Téměř 90 % seniorů je připojeno k internetu. Hledají počasí i aktuální informace, aktivní jsou ale i na sociálních sítích | ZPRAVODAJSTVI24.CZ. ZPRAVODAJSTVI24.CZ | *Opravdu jen užitečné informace* [online]. Copyright © 2014 [cit. 2018-11-13]. Dostupné z: <https://zpravodajstvi24.cz/temer-90-senioru-je-pripojeno-k-internetu-hledaji-pocasi-i-aktualni-informace-aktivni-jsou-ale-i-na-socialnich-sitich/>

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace: nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci 2017. In: *Český statistický úřad*. [online]. 2017. [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/46014700/06200417.pdf>

WORLD HEALTH ORGANIZATION, et al. *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization. [online]. 2002. [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO?sequence=1>

ZICKUHR, Kathryn and Mary MADDEN. *Older adults and internet use*. [online]. 2012. [cit. 2018-11-12]. Dostupné z: https://www.sainetz.at/dokumente/studien/Older_adults_and_internet_use_2012.pdf

Přílohy

Příloha 1: Scénář rozhovoru

1. Představení

- Představení mé osoby, studia a nastínění výzkumu
- Ujistění o anonymitě a diskrétnosti
- Udělení souhlasu s nahráváním rozhovoru

2. Základní informace o respondentovi

- Jméno, věk, bývalá práce, koníčky, obvyklé činnosti v průběhu dne (související i nesouvisející s užíváním ICT)...

3. Dotazy ohledně využívaných technologií

- Které nové technologie používají a proč?
- Chtěli by vyzkoušet i jiné a proč?

4. Dotazy ohledně využívání nových technologií

- Vyhledávají informace (jaké?), komunikují přes ně, využívají internetové bankovníctví, nakupují přes internet, jsou na sociálních sítích atd.?

5. Dotazy ohledně komunikace a generační propasti

- Co využívají ke komunikaci a proč? (mobil, sociální sítě, e-mail, Skype...)
- Jsou s dětmi/vnoučaty více v kontaktu, než před nastoupením ICT?
- Sblížili se díky ICT více se svými dětmi/vnoučaty?

6. Dotazy ohledně získání znalostí práce s ICT

- Naučili se s ICT pracovat sami, na nějakém kurzu nebo jim pomohli děti/vnoučata?

7. Dotazy ohledně důvodů k využívání ICT

- Co je k využívání nových technologií vedlo? Chtěli se s nimi naučit sami od sebe nebo na něčí doporučení?

8. Dotazy ohledně možností výuky práce s ICT v okolí

- Vědí o nějakých? Jak se o nich dověděli? Dají se o nich lehce najít informace? Myslí si, že je jich v okolí dostatek?

Zdroj: vlastní

Příloha 2: Ukázka transkripce rozhovoru

Tento rozhovor probíhal u respondentky (R11) v domácím prostředí. Nejdříve proběhly nutné formality, jako představení mé osoby a mého výzkumu. Také byla respondentka ujištěna o tom, že získané informace budou využity pouze k účelům mé diplomové práce a že je zajištěna její anonymita. Před samotným začátkem rozhovoru jsem ji seznámila s mým nahrávacím zařízením (tedy notebookem) a požádala ji o souhlas s nahráváním rozhovoru. Ten mi dala a následně ještě zopakovala na záznam.

Tazatel: „Mohla byste mi prosím ještě jednou zopakovat váš souhlas s nahráním celého rozhovoru?“

R11: „Ano, můžete to nahrát.“

T: „Děkuji. Můžeme tedy začít s otázkami. Pro začátek byste mi mohla říct něco o sobě.“

R11: „No, nevím, co všechno chcete slyšet, ale jmenuji se a je mi 67 let. Pocházím z Hradce Králové a jsem tu celý život. V tomhle bytě už s manželem žijeme asi 30 let.“

T: „A co jste dělala za práci?“

R11: „Já jsem dělala kuchařku ve školní jídelně.“

T: „Bavilo vás to?“

R11: „To víte, že ano. Vždy mě bavilo vařit a děti jsem taky měla ráda. Bylo to náročné, ale já byla spokojená.“

T: „To je dobře... a jak vyplňujete čas teď, když už do práce nechodíte? Máte nějaké koníčky?“

R11: „Teď už jsem nejraději doma a koukám na zamilované filmy. Oni v těch filmech mají nádhernou krajinu, proto se na to tak dobře kouká. Taky čtu červenou knihovnu, nejačastěji Harlekýnky... Samozřejmě nám musím vařit a chodit na nákupy, protože můj manžel je teď po operaci kolene a bohužel špatně chodí. Jednou za čas si pak zajdu s kamarádkama na kafičko a zákusek a

podrbeme, co je kde nového. Večer si ráda sednu k notebooku a hledám si, co mě zrovna zajímá. Někdy si i zahraju hru, ale to asi nejsou takové ty hry, co hraje vy mladí. Jen takový odpočinkový, jednoduchý.“

T: „No hlavně, když vás to baví, to je nejdůležitější. Máte tedy notebook, využíváte i nějaké jiné informační a komunikační technologie?“

R11: „No... mám ještě mobil, ale jen obyčejný.“

T: „A chtěla byste vyzkoušet i něco jiného? Třeba dotykový telefon nebo tablet?“

R11: „Hmmm... nechtěla. Já jsem ráda, že jsem se naučila na tom notebooku a že si na něm všechno najdu. Však z mobilu stejně jenom volám, takže žádný nový nepotřebuju a tablet je přeci jen takový menší notebook ne?“

T: „No vlastně máte pravdu, ale tablet většinou nemá klávesnici a je dotykový. Spíš tady jak mám svůj mobil, tak je o něco větší, ale mají stejný princip používání.“

R11: „Aha, no vidíte. Ale já to nepotřebuju, mě stačí to, co mám.“

T: „Dobře. A k čemu tedy mobil a notebook využíváte? Víím, že jste už pár věcí říkala, ale můžete to ještě nějak rozvést?“

R11: „Ano, můžu. Jak už jsem říkala, tak mobil používám na volání. Vlastně ho k ničemu jinému nemám. A notebook už teď využívám na hodně věcí. Ráda si vyhledávám věci do bytu, když je ta možnost, že vám to dovezou až do domu. Já už bych to do města nakupovat nešla, přeci bych se s tím nemohla táhnout, na to už nemám sílu. Když někdy nestíhám seriály, tak si je pak pouštím na notebooku, hlavně Ulici. A pak si tam vyhledávám další věci, jako počasí, drby ze světa slavných, recepty... prostě co mě napadne. Je to velice užitečné a člověk se tím zabaví. No a o hrách už jsem říkala.“

T: „Využíváte i nějaké sociální sítě? Třeba Facebook, Twitter nebo něco jiného?“

R11: „O tom druhém jsem slyšela, ale ani nevím, co to je. Facebook ale používám, už tam mám asi deset přátel. Samozřejmě děti a vnoučata, i když ty si mě ze začátku nechtěli přidat. Asi se báli, že babička uvidí něco, co nemá. (smích) Je ale dobré, že je to zadarmo a většinou je tam zastihnu.“

T: „S dětmi a vnoučaty tedy komunikujete jak přes mobil, tak přes Facebook. Využíváte i jiné možnosti?“

R11: „Hmm... myslím, že mi děti zakládaly nějaký email, ale ten nepoužívám. Když to není nic naléhavého, napíšu na Facebooku a když je to na delší povídání, tak radši zavolám na mobil. Ono taky když nezavolám já, tak oni se samy moc neozvou, však to znáte.“

T: (smích) „Až moc dobře. Babička mi taky říká, že se neumím ozvat. S tím ale asi nic nenaděláte. Přesto, máte pocit, že se s nimi teď bavíte víc, než před nástupem nových technologií? Že k nim máte blíž?“

R11: „To asi ano. Hlavně se mi líbí to, že jim můžu zavolat kdykoliv a ujistit se tak, že jsou v pořádku. Nebo zavolat jen tak a popovídat si s nimi, co je nového, kdy přijdou na návštěvu a tak dále. Dokonce se někdy i dozvím něco od vnoučat, když zavolám. Sice to z nich leze jak z chlupaté deky, ale já se odbít nenechám. Díky tomu, že si můžeme předem domlouvat návštěvy se mi taky zdá, že jsou častější. Nevím, jestli na to měly technologie vliv, ale mě to tak aspoň připadá.“

T: „Bavíte se někdy o těchhle nových technologiích s dětmi/vnoučaty?“

R11: „To bych neřekla... I když někdy mi ukazují fotky a videa, co pořídily nebo nějaké zajímavosti, co kde na internetu našly. Takže se dá říct, že se o nich bavíme. Ale žádné technické věci neřešíme.“

T: „Dobře...hmm, když si nevíte s něčím ohledně notebooku a internetu rady, pomůžou vám?“

R11: „A no to víte, že jo. Když mám nějaké problémy, tak se vždycky snaží co nejdříve přijít a vyřešit to, abych mohla notebook využívat dál. Zatím se nikdy nic vážného nestalo, s čím by mi nedokázaly poradit. To musím zaklepat.“

T: „Jdete si za nimi pro radu sama od sebe?“

R11: „No jistěže. Přeci když něčemu nerozumím, tak se musím zeptat. Když na tom tak umí, tak koho jiného bych žádala o radu. Oni jsou všichni ochotní.“

T: „Dobře a jak jste se tedy naučila pracovat s notebookem a internetem?“

R11: „No děti a vnoučata mi pomohly.“

T: „A jak vám pomáhaly? Jak vypadala vaše výuka?“

R11: „Ze začátku to bylo těžké. Opravdu jsem nechápala skoro nic, ale musím říct, že se mnou měly vnoučata svatou trpělivost. Samozřejmě mi nejdřív ukázaly, jak se to zapíná a vypíná. A pak s každou další návštěvou se mi snažily vysvětlit další a další věci... Ono nakonec člověk zjistí, že když to využívá často, tak se to naučí rychle ovládat a že to není nic těžkého. Ukázaly mi, jak si mám hledat věci na internetu, jak si pustit videa nebo hudbu, založily mi účet na Facebooku... pak jsem se s jejich pomocí naučila i platit přes internet. Dokonce mi u sebe ukazovaly i nějaké nové hry, ale to už na mě bylo moc hektický a hlavně tam je většinou násilí. Přece jenom se mi ale líbila ta představa si něco zahrát, tak mi ukázaly nějaké hry, které se více hodí pro osobu v mém věku. Postupně jsem se takhle doptávala nebo i je napadlo něco, co by mě ještě mohly naučit.“

T: „Tak to je pěkné, že vám takhle pomáhají. U nás je to podobné, taky pomáhám dědovi s ovládáním tabletu, co má.“

R11: „To jste hodná. Je to dobře, že nám takhle děti pomáhají.“

T: „Děkuju. Chtěla jste se naučit pracovat s novými technologiemi z vlastní iniciativy?“

R11: „Ano, doma jsem často říkala, že bych to chtěla zkusit. Hlavně, když jsem to viděla u vnoučat. Pak jsem od dětí dostala k Vánocům tenhle notebook, tak jsem měla velkou radost.“

T: „Takže hlavním důvodem, proč jste to chtěla zkusit bylo to, že jste to viděla u vnoučat?“

R11: „Vlastně jo. Navíc je to přeci šikovné... můžu nakupovat z domu, hledat si vše co mě zajímá, můžu být v kontaktu s rodinou. Má to hodně výhod. Také je to dobré k ukrácení času, přeci jenom je toho času hodně a tohle vám alespoň pomůže ho nějak vyplnit. Taky přes Facebook občas vidím, co ty moje vnoučata dělají, kde jsou a jak se mají.“

T: „I když jste se učila využívat informační a komunikační technologie s pomocí rodiny, víte třeba o nějakých kurzech v okolí, kde by vás to kdyžtak naučili?“

R11: „Hmmm... myslím, že nějaké takové kurzy pořádá místní základní škola, ale bohužel nic víc nevím.“

T: „A jak jste se o něm dozvěděla?“

R11: „Někde jsem to viděla, možná na nějaké vývěsce, nějaký leták nebo tak něco. Teď už si nevzpomenu.“

T: „Nevadí. Myslíte si, že jsou informace o různých možnostech výuky ICT dostatečně dostupné?“

R11: „To vám nepovím. Já jsem takové informace nehledala, takže je pak těžké to posoudit.“

T: „Přesto mám otázku... co byste doporučila těm, co tyto možnosti nabízejí? Jak by měli kurzy a další možnosti propagovat, aby se to víc rozšířilo mezi seniory?“

R11: „Nejlepší cesta je asi vyvěsit nějaké plakáty nebo dávat letáčky do schránek. Myslím, že by se určitě chytilo víc lidí, kdyby o těchto možnostech věděli.“

T: „To je možné. No a já mám poslední otázku... Máte pocit, že je v okolí dostatek takových kurzů?“

R11: „No asi ano. Kdyby ne, tak už by si určitě někdo stěžoval.“

T: „Tak jsme se tedy dostali ke konci rozhovoru, je ještě něco, co byste chtěla dodat?“

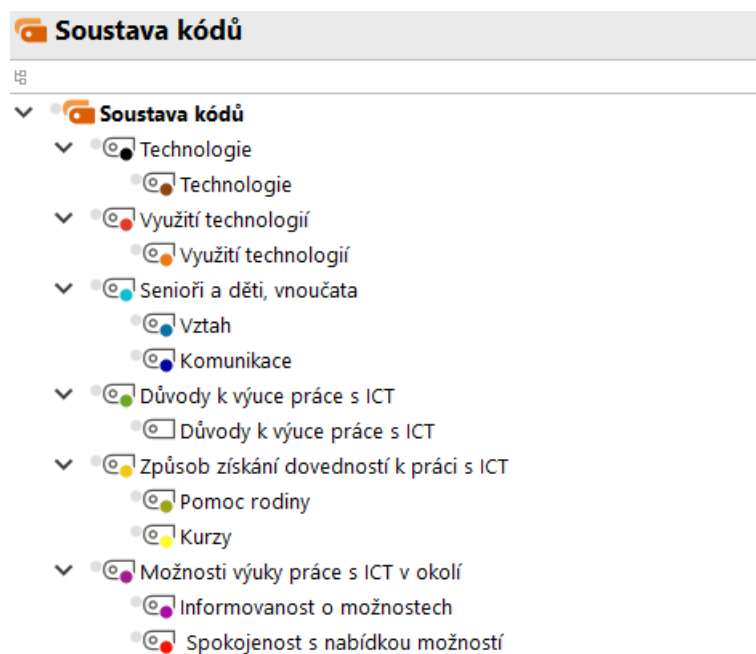
R11: „Pokud vy nemáte další otázky, tak asi ne.“

T: „Dobře, já vám tedy mockrát děkuji za rozhovor a pohoštění a přeju vám pěkný zbytek dne.“

R11: „Nemáte zač, ráda jsem pomohla.“

Zdroj: vlastní

Příloha 3: Kódovník



Zdroj: vlastní