

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

MAGISTERSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM

2018-2020

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Lucie Nováková

Specifika vzdělávání seniorů

Praha 2020

Vedoucí diplomové práce: PhDr. Marie Farková PhD.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

MASTER COMBINED (PART TIME) STUDIES

2018-2020

DIPLOMA THESIS

Lucie Nováková

Specifics of senior education

Prague 2020

The Diploma Thesis Work Supervisor: PhDr. Marie Farková PhD.

Prohlášení

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

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne 19. 1. 2020

Lucie Nováková

Poděkování

Děkuji paní PhDr. Marii Farkové PhD. za odborné vedení, vstřícný přístup a cenné rady při psaní mé diplomové práce. Dále děkuji PhDr. Melanii Zajacové za poskytnuté konzultace při zpracování dat v rámci empirického výzkumu.

Anotace

Tato diplomová práce se zabývá velice aktuálním tématem, vzděláváním seniorů a jeho specifik. Je rozdělena na dvě části, část teoretickou a část praktickou. Teoretická část se věnuje procesu stárnutí, vzdělávání seniorů a bariérám, které se mohou v rámci vzdělávacích aktivit vyskytnout. Jedna z kapitol popisuje lektora vzdělávání seniorů a jeho nemalou úlohu v tomto procesu, požadavky, které jsou na lektora ze strany posluchačů kladeny a didaktické zásady, kterými by se měl v rámci lektorské praxe držet. Praktickou část tvoří smíšený design výzkumu. Kvantitativní dotazníkové šetření zjišťující požadavky seniorů na lektora a kvalitativní rozhovory se samotnými lektory k doplnění názoru na stanovené požadavky.

Klíčová slova

Didaktický proces, důchodový věk, edukace, empirický výzkum, gerontologie, gerontopedagogika, involuce, lektor, senior, stáří.

Annotation

This diploma thesis deals with a very topical topic, education of seniors and its specifics. It is divided into two parts, theoretical part and practical part. The theoretical part is devoted to the process of aging, education of seniors and barriers that can occur within educational activities. One of the chapters describes the senior education lecturer and his considerable role in this process, the requirements of the lecturer on the part of the lecturers and the didactic principles which should be followed in the lecturing practice. The practical part consists of mixed research design. A quantitative questionnaire survey identifying seniors' requirements for lecturers and qualitative interviews with lecturers themselves to supplement the opinion on the set requirements.

Keywords

Didactic process, education, empirical research, gerontology, gerontopedagogy, involution, lecturer, old age, retirement age, senior.

OBSAH

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1 STÁŘÍ	11
1.1 Projevy stárnutí	12
1.1.1 Kognitivní změny ve stáří	13
1.1.2 Emoční změny ve stáří	13
1.2 Vnímání stáří.....	14
1.3 Příprava na stáří	15
1.3.1 Umění plánovat si život	17
2 PROCES STÁRNUTÍ.....	19
2.1 Osobnost v procesu stárnutí	21
2.2 Chápání role v procesu stárnutí.....	23
3 OBORY ZABÝVAJÍCÍ SE STÁŘÍM A STÁRNUTÍM.....	26
4 EDUKACE SENIORŮ	28
4.1 Funkce edukace seniorů	29
4.2 Význam vzdělávání seniorů	32
4.3 Možnosti vzdělávání seniorů	36
4.4 Vzdělávání jako zájmová činnost	40
5 SPECIFIKA VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	42
5.1 Vliv kognitivních funkcí na proces edukace.....	44
5.2 Schopnost učení ve stáří.....	45
5.3 Bariéry ve vzdělávání seniorů.....	47
5.4 Didaktický proces	48
5.4.1 Didaktické zásady	50
6 LEKTOR VE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	54
6.1 Komunikace ve vzdělávání seniorů	55
7 SHRUTÍ TEORETICKÉ ČÁSTI	58
PRAKTICKÁ ČÁST	59

8	SMÍŠENÝ VÝZKUM – ÚVOD	59
8.1	Metody výzkumu a technika sběru dat	60
8.2	Výzkumný vzorek	61
9	VÝSLEDKY	63
9.1	Kvantitativní výzkum.....	63
9.1.1	Sociodemografická analýza	63
9.1.2	Přístup ke vzdělávání	65
9.1.3	Výzkumná zjištění.....	69
9.2	Kvalitativní výzkum.....	77
9.3	Shrnutí a diskuze	79
	ZÁVĚR	85
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	87
	SEZNAM TABULEK A GRAFŮ.....	91
	SEZNAM PŘÍLOH.....	93

ÚVOD

Vzdělávání seniorů je téma stále více aktuální. Populace stárne a stále častěji se řeší otázka, jak zajistit, aby lidé byli schopni zapojit se do pracovního procesu i ve vyšším věku. Podzim života, jak bývá stáří nazýváno, s sebou přináší spoustu šedých a ponurých dnů, může však být opředeno i prosluněným obdobím babího léta.

Otázkou však není pouze jak vyplnit čas seniorů, nýbrž, v rámci společnosti, využít jejich potenciálu jako ekonomicky činných občanů.

Předložená diplomová práce se zaměřuje na seniory jako specifickou skupinu v rámci vzdělávacího procesu. Senioři jsou jako posluchači skupina heterogenní, skupina plná individualit, které mají odlišné životní zkušenosti a nabyté vědomosti. Jsou velice nároční na svého vzdělavatele.

Cílem práce je v rámci empirického výzkumu zjistit požadavky na osobnost lektora z pohledu seniorů a zároveň pohled lektorů na požadavky seniorů.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část obsahuje sedm kapitol. První kapitola pojednává o stáří. Vymezuje specifika tohoto období, změny, které během tohoto evaluačního období nastávají. Ve druhé kapitole je zaznamenán proces stárnutí se změnami tak, jak přicházejí a jak se s nimi lidé dokáží vyrovnat. Třetí kapitola stručně popisuje obory zabývající se seniory a péčí o ně. Čtvrtá kapitola je zaměřena na edukaci seniorů. Popisuje, jakou funkci má vzdělávání pro samotné seniory, ale zároveň jak významné je pro společnost. Jsou zde popsány možnosti vzdělávání seniorů. V jedné z podkapitol je vysvětleno, z jakého důvodu se vzdělávání seniorů řadí mezi zájmovou činnost. Pátá kapitola vystihuje specifika vzdělávání seniorů, vliv kognitivních funkcí na proces edukace a schopnost učení ve stáří. Dále jsou zde popsány bariéry, které mohou vzdělávací proces ovlivnit. V této kapitole jsou také popsány zásady didaktického procesu ve vzdělávání seniorů, které jsou odlišné od zásad běžně užívaných v rámci vzdělávání dětí. Šestá kapitola je zaměřená na lektora ve vzdělávání seniorů, požadavky, které jsou na lektora kladeny v rámci kompetencí, schopnosti komunikace se seniory i schopnost sebereflexe. V sedmé kapitole je shrnuta teoretická část.

Praktická část je věnována empirickému výzkumu. Ke zjištění požadavků na osobnost lektora je použit smíšený výzkum. V rámci kvantitativního výzkumu bude použita forma dotazníkového šetření k definování požadavků na lektora z pohledu seniorů. Kvalitativní výzkum bude proveden formou rozhovorů s lektory.

TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ

Stáří patří neodmyslitelně k životu každého živého organismu. Každá buňka v těle jednou zestárne. V případě lidí stáří představuje poměrně dlouhou část života. Je velice těžké říct, kdy stáří nastává a přesně vymezit jeho projevy. Každý stárne jinak. Nejen projevy stárnutí jsou u jednotlivců odlišné, ale i jejich prožívání.

Zejména v dnešní době člověk nechce slyšet a vidět, že stárne. (Haškovcová, 2010, s. 9)

Přesto že je trendem dnešní doby kult mládí, kult krásného, silného a především velice výkonného člověka, slyšíme z médií i svého okolí, že populace stárne.

Z demografického hlediska je dlouhodobý výhled skutečně takový, že do roku 2057 by se počet osob ve věku 65 a více let měl zdvojnásobit. (Český statistický úřad, online, cit. 2019-11-02)

Stáří by se dalo charakterizovat jako poslední ontogenetická fáze našich životů. Jedním ukazatelem jsou biologické změny, které u lidí v době stáří nastávají, starý však bývá označen až ten, kterého takto označí společnost. Často dochází k rozporu v názoru společnosti a samotného jedince, který se za starého ještě nepovažuje. Většinu projevů stáří máme geneticky naprogramováno, některé však můžeme sami ovlivnit. Biologické projevy stáří se, při současném medicínském pokroku, dají často oddálit. Je-li dotyčný zdravý, jediným ukazatelem určujícím rozdíl mezi pozdní dospělostí a stářím se pak stává chronologický věk.

Dalším běžně používaným ukazatelem je věk sociální. Ten je určován společností, která očekává, od lidí v určitém věku, přiměřené chování. Civilizace vytvářely představy a mýty o stáří. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 19)

Ať se budeme snažit projevy stáří vysvětlit z hlediska biologického, psychologického, nebo jen poukážeme na chronologicky daný věk, musíme brát v potaz, že stáří je jakýmsi obrazem našeho dosavadního života. Jak jsme prožili život v dětství a později mládí a dospělosti, budeme nejspíš prožívat i stáří. Na stáří se lze

připravit. Záleží na motivovanosti, informovanosti o stáří a možnostech jeho prožití, neobávat se jeho nástupu. Přijmout skutečnost, že stáří patří k našim životům stejně jako mládí. Stáří nám v poslední životní fázi vnese do života klid a rozvahu. Dospějeme k moudrosti.

1.1 PROJEVY STÁRNUTÍ

V současné době stále více lidí setrvává v pracovním procesu i po překročení věku 60 let. V této době se začínají stále častěji objevovat zdravotní potíže. Velké potíže může způsobit i běžná viróza, těžšího charakteru pak může být zlomenina. Běžný úraz může vyvolat další komplikace. Ulehnutí na lůžko, byť na pár dnů, může způsobit atrofii svalů, křehnutí kostí. V horším případě zápal plic. (Farková, 2002, s. 107)

Lomivost kostí je u žen, do značné míry, podmíněna působením hormonálních změn v období klimaktéria. Zde hraje důležitou roli pevnost, kterou si žena vytvořila v období po pubertě. Ve stáří se mnohem více projevují rozdíly mezi jednotlivci. To je dáno prožíváním každého. Jedni jsou ve stáří aktivní a psychicky velice svěží, druzí naopak vykazují známky stárnutí a mohou propadat letargii. (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 203)

Biologická involuce

Biologická involuce je geneticky ovlivněná, nelze jí nikterak zvrátit. Při dnešním medicínském pokroku se podávají léky na zpomalení procesu stárnutí, geriatrika. Geriatrika pozitivně ovlivňuje stav organismu. Zároveň například ovlivňují průtok krve, činnost vegetativního nervového systému a dodávají tělu spoustu minerálů a vitamínů. (Mühlpachr, 2009, s. 22 – 23)

Vytržení starého člověka ze známých podmínek, které mu dodávají jistotu a pocit bezpečí, mnohdy znamená jeho smrt. Například umístění do domova pro seniory, kde je odtržen od svého známého prostředí, blízkých osob, často způsobí velké psychické problémy, které mají fatální následky.

1.1.1 KOGNITIVNÍ ZMĚNY VE STÁŘÍ

U převážné většiny lidí po 60. roce života se zhoršuje smyslové vnímání. Kromě zraku se zhoršuje i sluch. Tyto změny s sebou přináší do života seniorů omezení ne jen v rámci pracovních činností, ale mohou znamenat také omezení běžných denních činností, kterými jsou například četba knih, poslech rádia, ale také ztíží komunikaci s ostatními lidmi. Zhoršení těchto funkcí zapříčiní mnohdy zpomalené reakce a větší riziko úrazu. (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 204)

Dávno minulé vzpomínky bývají zachovány, zatímco ty nové rychle mizí. Zhoršení tedy bývá zřetelnější u krátkodobé paměti. (Tamtéž, 2006, s. 204)

Dřívější úspěchy a vzpomínky však často bývají emočně zkresleny. Jedná se často o chlubení se a o vzpomínkový optimismus. (Farková, 2006, s. 305)

S vyšším věkem klesá i inteligence. Především schopnost učit se novým věcem, pracovat na nějakém úkolu pod časovým nátlakem. Naopak sociální inteligence bývá zachována i ve vyšším věku. Postupně, již od střední dospělosti, klesá také tvořivost. Usuzuje se tak podle statistik vytvořených děl, které ale nemusí být zcela směrodatné. (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 206)

Cattell a Horn rozdělili inteligenční schopnosti do specifitějších a nazvali je krystalická a fluidní inteligence. Krystalická inteligence určuje množství získaných vědomostí během života. Její hodnota se měří kladením jednoduchých otázek. Fluidní inteligence je schopnost řešit problémy. Nelze si ji osvojit nabytými vědomostmi. Testuje se zadáním úkolu, například doplnění řady písmen, nebo vyloučení hodnoty, která nepatří do číselné řady. Tyto úkoly bývají časově limitovány. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 49 – 50)

1.1.2 EMOČNÍ ZMĚNY VE STÁŘÍ

Při pozorování starých lidí často můžeme zaznamenat prudké emoční reakce na zcela, pro nás bezvýznamné, podněty. Ve stáří se emoce hůř zvládají. Starého člověka může dojmut k slzám i zdánlivě nepatrný podnět.

Intenzita emocí je však celkově snižena. Pro nové věci se člověk nenadchne tak snadno, bývá emočně stabilnější. (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 207)

K běžným činnostem jsou geronti méně motivováni. Jejich duševní činnost je zpomalena. Více než rychlost je pro ně důležitější přesnost. (Mühlbach, 2009, s. 27)

V pozdějším věku bývají lidé více zaujatí sami sebou a svými problémy. Jsou mnohem více zranitelní. (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 207)

1.2 VNÍMÁNÍ STÁŘÍ

Staří lidé mají ve společnosti specifické postavení. V odpovědi na otázku, kdo je senior, se prolíná několik aspektů. Jedná se o aspekty biologicko-medicínské a sociologické. Všechny předešlé životní fáze jsou přechodem do další. Dítě přechází v pubescenci, mladý dospělý ve zralého. Fáze stáří je v životě jedince tou poslední. Označení senior již nelze nikomu upřít. Z historického hlediska se hranice pro označení seniora posouvá nahoru. Důležitý, pro označení seniora, je také věk samotného hodnotitele. Rozdílně bude hodnotit hranici stáří malé dítě, pro které je starý člověk i čtyřicetiletý, jinak hodnotí dospělý. (Sak, Kolesářová, 2012, s. 25)

Na nárůst počtu seniorů, ke kterému za poslední roky dochází a ještě se bude zvyšovat, nebyla naše společnost zcela připravena. Demografové na tento jev upozorňovali, politici mu však nevěnovali příliš velkou pozornost. Dávky sociální podpory, založené na sociální solidaritě dnes nejsou určeny pouze na odvody starobního důchodu, ale musejí se rozmělnit i na jiné dávky, například dávky hmotné nouze. Důchodci si zvykli kombinovat starobní důchod s jinými příjmy. Pokud jim to zdraví dovolí, zůstávají v zaměstnání i po přiznání důchodu. (Budinský, Horák, Kotalík, Smejkal, Šamánek, Šiklová, Tomeš, Urbanová, Zvěřina, 2013, s. 22 – 23)

V současné době, kdy panuje mezi lidmi kult mládí, se nechce nikomu příliš zamýšlet nad stářím. A to i přes to, že stále slýcháme z médií, jak naše společnost stárne. Pro mladé lidi stále stáří znamená šedou, nezajímavou část našich životů. Mladí, ekonomicky činní lidé rozhodují nejen o budoucnosti sebe samých, ale i o kvalitě prožití důchodového věku současné generace seniorů. Zodpovědnost za generaci seniorů vyvolává v některých mladých lidech vlnu nevole. Nechtějí vydělávat a

investovat své vydělané peníze na živobytí někoho jiného. Neplatí již historické projevy respektu vůči stáří. V současnosti bývá strach ze stáří a nevole vůči starým lidem spouštěcím mechanismem k projevům nepřátelství až agrese. Takové chování, označované ageismus, je možné vysvětlit jako averzi vůči seniorům. Je třeba si uvědomit, že stáří je přirozené. Všichni zestárnou a všichni již zestárlí byli jednou mladí. (Haškovcová, 2010, s. 17 – 38)

1.3 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ

Již od pradávna touží člověk znát odpověď na otázku, proč stárne. Doufal také, že bude nalezen nějaký zázračný prostředek na věčné mládí. Všechny pokusy o nalezení zázračného lektvaru vždy sehnaly a lidé se smířili s faktem, že konec života je jim předurčen, stejně jako jeho vznik. Vše začíná a vše jednou skončí. S rozvojem genetiky pak přišlo zjištění, že za stárnutím nestojí brzlík, ani tlusté střevo, ale projevy stárnutí jsou dány především geneticky. (Smetana, 2013, s. 22 - 24)

Stáří má různé podoby. Skutečné stáří vykazuje znaky psychické i fyzické slabosti. Viditelné a nepřehlédnutelné změny se objevují zejména ve tváři, při chůzi. Mužům dříve a častěji řídnu vlasy. U obou pohlaví vlasy šedivějí. Všechny projevy se dají v rámci dnešní medicíny dobře korigovat. Nedoslýchavost se řeší naslouchátky, nedostatky zraku brýlemi. Ženy a v současné době i někteří muži, se uchylují do ordinací plastických chirurgů, aby prodloužili své mládí. „*Každý chce žít dlouho, ale nikdo nechce být starý.*“ (Haškovcová, 2010, s. 28 – 32)

Od minulého století se rozvíjí koncept zdravého stárnutí. Přestože lze u starých lidí předpokládat vyšší nemocnost i úbytek sil, počátek příznaků lze oddálit. Jsou-li vytvořeny podmínky pro seberealizaci ve stáří, je jisté, že život se může nejen prodlužovat, ale i kvalitněji prožít. V dnešní době mají senioři možnost podnikat řadu činností, které přizpůsobí svým možnostem. Nejde pouze o fyzickou schopnost, ale je třeba i psychické pohody. (Tamtéž, 2010, s. 170 – 171)

Doporučení podle Josefa Švancary zahrnují „Pět pe“ - 1. mít životní perspektivu, 2. usilovat o pružnost, 3. pěstovat prozíravost, 4. porozumění a 5. nezapomínat na potěšení. (Švancara in Haškovcová, 2010, s. 171)

Přípravu na stáří by jedinec neměl podceňovat. Celý život se připravujeme na nějaké události a životní posuny. Jako batolata se připravujeme na vstup do mateřské školy. Velkým životním zvratem je přechod na školu základní. Velice specifický a pro dospělého jedince velice významný je nástup do zaměstnání. Na všechny tyto posuny jsme se dokázali připravit. Neměli bychom podceňovat ani přípravu na stáří. Vzhledem k všeobecné obavě ze stáří by se nabízela varianta tuto životní změnu ze své mysli vytěsnit. Stáří však patří neodmyslitelně k našemu životu, je životní etapou, stejně jako bylo mládí a jako je dospělý věk. Stáří a důchodový věk je, se zvyšujícím se věkem populace, poměrně dlouhou životní etapou a tak bychom k němu měli přistupovat.

Příprava na stáří se dá rozlišit na dlouhodobou, střednědobou a krátkodobou. Celý život se připravujeme, tak bychom mohli charakterizovat přípravu dlouhodobou. Od dětství upevňujeme vztahy mezi vnoučaty a prarodiči. Na základních školách učitelé vštěpují svým žákům úctu ke stáří. (Haškovcová, 2010, s. 173 - 174)

Od cca posledních 10 let produktivního věku bychom měli již začít uvažovat o variantách trávení času, až již nebudeme dělat to, co děláme a nebudeme moci dělat to, co dělat chceme. Taková příprava je řazená do střednědobé. Každý má své plány, přání a potřeby, za těmi by měl jít i po odchodu do důchodu. V rámci krátkodobé přípravy by mělo dojít k zajištění svého budoucího života. Zajistit pohodlný a finančně dostupný život. Pokud je to třeba, prodat velký, nákladný byt a koupit menší, finančně méně náročný. Přiblížit místo bydliště svým dětem. Soustředit se na ekologii stáří. O té se hovoří v rámci vhodnosti zařízení bytu pro seniory. Správně rozmístit nábytek v bytě, bezpečně a bezbariérově upravit sociální zařízení a koupelnu, aby nedocházelo k úrazům. K zajištění do budoucích let patří i finanční rezerva. Ta je potřeba i pro případ, že jednou budou chtít senioři podat žádost do pobytového zařízení pro tyto osoby. (Tamtéž, 2010, s. 174 – 178)

Příprava na stáří znamená, investovat do svého budoucího já, pokud by ho postihli nějaké problémy se stářím spojené. Edukace seniorů sehrává významnou úlohu v tomto procesu. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 41)

1.3.1 UMĚNÍ PLÁNOVAT SI ŽIVOT

Umění plánovat si život, neboli time management, je nástroj, jak si umět naplánovat a rozvrhnout aktivity a život a především svůj plán dodržovat. Tento nástroj se netýká pouze seniorů, ale lidí všech věkových kategorií. V současné době, kdy jsme přehlaceni médii, sledováním televize, mobilních zařízení, nedokážeme efektivně trávit čas. Neustále čekáme. Čekáme v dopravních zácpách, ve frontách v obchodech a tím dochází k časovým ztrátám. Lidé jsou nuceni překonávat velké vzdálenosti při dojíždění do zaměstnání, tím opět ztrácí plno času. Mladým lidem se spojitost mezi časem a vzdáleností nepřipadá jako obtížná. Času si začínáme vážit až s přibývajícím věkem.

Díky time managementu si jedinec dokáže správně stanovit své cíle. Pro správné určení cílů je třeba svůj čas plánovat a analyzovat. Určit podstatné a důležité záležitosti, nevystavovat se časovým tísňím. Naučit se předávat některé své záležitosti druhým. (Čevela, Čeledová, Kalvach, Holčík, Kubů, 2014, s. 132-133)

Sedm návyků pro zvýšení časové efektivity:

- Být proaktivní – chápat význam svých rozhodnutí, přebírat nad nimi veškerou iniciativu a dodržovat závazky vůči sobě i druhým.
- Začínat s myšlenkou na konec – ujasnit si své skutečné cíle.
- Na první místo stavět to nejdůležitější – určit si vždy ty nejdůležitější věci a nedopustit, aby je odsunuly do pozadí méně naléhavé. Dokončit vše až do samého konce. Naučit se zvládat stres.
- Myslet způsobem výhra – výhra – nesnažit se za každou cenu soupeřit, naopak řešit konflikty uzavíráním dohod s konstruktivním řešením.
- Nejprve pochopit, potom být pochopen – naučit se naslouchat a vcítit se do druhých.
- Vytvářet synergii – snažit se o týmovou spolupráci založenou na vzájemné úctě.
- Ostřit pilu – umět obnovovat síly v pracovním i osobním životě. (Covey in Čevela, Čeledová, Kalvach, Holčík, Kubů, 2014, s. 133-134)

Správné hospodaření s časem seniora, efektivní životní styl a well-being, vystihují následující principy.

- Člověk je víc než čas – je důležité mít kontrolu nad svým časem, být svým pánem času, volit své priority.
- Důležitější je cesta, než cíl – nikdy není zcela jisté dosažení cíle. Je proto třeba si správně nastavit úkoly k jeho dosažení a přidávat další, tak jak přicházejí změny.
- Zevnitř je víc než venku – postupná vnitřní motivace jedince formuje a reguluje činnost lépe, než vnější řízení.
- Pomalu je víc než rychle – efektivnější je dlouhodobý nácvik dovedností, který se poté lépe osvojí, než návyky narychlo získané, jen na krátkodobé zapamatování.
- Celek je víc než část – nenechat se odradit z dílčích neúspěchů. Důležitý je celkový výsledek a odměna za odvedenou práci by vždy měla přijít. (Čevela, Čeledová, Kalvach, Holčík, Kubů, 2014, s. 135-136)

Znalost time managementu vede k dosažení efektivního životního stylu. V jakémkoliv věku je důležité správné stanovení životních otázek a cílů. Pro dosažení úspěchu je potřeba dostatečná motivace. Na základě volního úsilí je možné realizovat přehodnocené cíle. U veškerých aktivit k dosahování stanovených cílů je třeba dbát na vlastní výkonovou křivku. Správně si stanovit plán, dodržovat přestávky. Čas zaměřený na svou práci je třeba kompenzovat s časem věnovaným ostatním činnostem, koníčkům, rodině. Pro každou věkovou skupinu lidí je důležité stanovení životních rolí, v rámci každé životní role stanovit jeden cíl, ke kterému je třeba určit úkoly. Vytvářet si programy, podle kterých se bude postupovat při dosahování cílů v rámci životních rolí a tyto programy aktualizovat v pravidelných intervalech. (Tamtéž, 2014, s. 136-137)

Zvládnutím time managementu dokážou senioři lépe zvládat úkoly své nové životní role.

2 PROCES STÁRNUTÍ

Stárnutí je součet změn postihující organismus v čase. Změny nenastupují synchronně. U každého se změny nastupují individuálně, asynchronně. Systémy organismu i jeho funkce nerovnoměrně stárnou. (Mühlpachr, 2004, s. 23)

Proces stárnutí nelze vystihnout obecně. Většina projevů, které běžně připisujeme stáří, není stářím způsobena, ale je dána individuálními zvláštnostmi osobnosti. Kromě osobnostních ukazatelů je velice důležitý společenský kontext. Jak žil člověk v etapách předchozích, ovlivní jeho život během etapy následující. Co lze ovlivnit kompenzačními mechanismy je involuční proces. Některé fyziologické změny lze zamaskovat úplně, některé se zmírní pomocí medicíny. (Haškovcová, 2010, s. 140 – 142)

Povahové vlastnosti se během stárnutí více prohlubují. Šetrní budou lakomí, hašteřiví budou nerudní a nesnášenliví. Tento postoj se učíme vnímat již v dětství, při sledování pohádek. Jedna postava musí být záporná ježibaba, aby nějaká hodná duše vše zlé napravila. Stáří nemá povahové rysy pouze negativní, ale především moudrých dědů a laskavých babiček. V historickém kontextu nejsou zaznamenány pokusy omlazovat duši. Všechny pokusy o trvalé mládí jsou soustředěny na fyzickou stránku. (Tamtéž, 2010, s. 141 – 142)

Stáří nenastává až v okamžiku, kdy se na našem těle objeví první vrásky, ale již v okamžiku oplodnění. Lidský organismus stárne po celou dobu své existence. Člověk je oproti ostatním savcům výjimečný tím, že žije ještě poměrně dlouhou část i po ztrátě své reprodukční schopnosti. Toto u jiných savců nelze pozorovat. Ti mají reprodukční schopnost po celý svůj život. Tento fakt je důležitým k zamyšlení se nad seniory a jejich možnostmi prožití této části života. O seniorech se většinou hovoří od 65 let věku. Toto období je nazýváno obdobím důchodovým. Lidé končí svou profesní kariéru a odchází na odpočinek. (Ondráková, Tauchmanová, Janiš, Pavlíková, Jehlička, 2012, s. 15 – 16)

Správně definovat stárnutí je obtížné. Organismus stárne od narození. Stárnutí definuje Encyklopedie Universum z roku 2003, kde se uvádí, že stárnutí je etapou, během níž dochází k úbytku fyzických a psychických sil. Buňky již nejsou schopny dělení a dochází k jejich genetickému opotřebení. Rychlost opotřebení organismu,

samotný proces stárnutí, je naprogramován geneticky. Některé rodiny dali darem svým dětem dlouhověkost, jinde je zatížení dědičnými chorobami veliké. Přesto je důležité na zpomalení procesu stárnutí pracovat již od mládí. Většina mladých a zdravých si tento fakt neuvědomuje. Všichni by měli jít příkladem především svým dětem. Život ve stresu a nervozitě nezakládá dobrou startovací dráhu pro stáří. Je potřeba se v mládí naučit pracovat se stresem. Naučit se relaxovat, smát se a udržovat racionální myšlení. (Dienstbier, 2012, s. 13 – 15)

S procesem stárnutí se hovoří o degradujících změnách. Přesto některé vlastnosti organismu zůstávají neměnné. Jedná se především o mechanismy homeostázy, které jsou dané geneticky a které využívají dříve spící mechanismy. Tyto mechanismy jsou ve stáří progresivní, mají vzestupnou povahu. (Pacovský, Heřmanová, 1981, s. 57)

Stáří a stárnutí není nemocí. První gerontologové byli lékaři, přesto stáří nelze vnímat jako nemoc. Staří lidé bývají k nemocem více náchylní. Některé nemoci jsou v seniorském věku obvyklejší a průběh rekonvalescence může být delší, než u mladých lidí. Onemocnění s delší dobou léčby může způsobit starému člověku závislost na druhých. Může zcela změnit jeho sociální status. Projevy stáří se v jednotlivých životních etapách značně liší. V dětství považujeme za projev zdraví normální vývoj, v dospělosti pracovní a reprodukční schopnost a ve stáří především schopnost samostatného a soběstačného. (Holmerová, Jurašková, Zikmundová, 2007, s. 15 – 16)

Biologická involuce

Biologická involuce zcela vychází z genetických dispozic a nelze ji zcela jednoznačně ovlivnit. Ve stáří je možné podporovat funkci organismu podáváním léků zvaných geriatrika. Ty však spíše, než léčebnou funkci, působí substitučně. Pomáhají v organismu doplnit látky, které v něm chybí. Jsou to zejména vitamíny, minerály a stopové prvky. (Mühlpachr, 2009, s. 22-23)

Tělesná involuce

Tělesná involuce se po šedesátém roce života výrazně zrychluje. Po sedmdesátém roce je u mnohých seniorů častý výskyt polymorbidity, kdy se současně vyskytuje více chronických chorob najednou. Je patrný zhoršený sluch. Oči jsou citlivé na denní světlo. V některých orgánech ubývá tkáň, která je zčásti nahrazena vazivem. Každé ulehnutí při onemocnění způsobuje velké zdravotní komplikace. Dochází k rychlé atrofii svalů. Úraz, který v mládí byl banální záležitostí, může pro seniora znamenat smrt. Zlomeniny

kostí špatně srůstají. Po osmdesátém roce již téměř nesrostou. Operativní zákrok již v tomto věku rovněž není žádoucí, neboť každá narkóza je velice riziková. (Mühlpachr, 2009, s. 23)

Involuce neprobíhá pouze ve složení organismu, v rámci pohybového aparátu, či řízení organismu. Významnější somatické změny nastávají i v dalších systémech. V nervovém systému dochází ke zpomalení vedení a prodloužení doby reakcí. U některých seniorů dochází k poruchám spánku. Mozek začíná atrofovat. V rámci oběhového systému dochází ke snížení průtoku krve orgány. Tepny ztrácí svoji elasticitu. Vitální kapacita plic klesá, zvyšuje se dechová práce. V osmdesáti letech se snižuje očišťovací schopnost ledvin téměř o 50%. Dochází k poklesu funkce ledvin a poruchám funkce močového měchýře. Není výjimkou ztráta zubů a rovněž snížená schopnost imunitního systému. (Tamtéž, 2009, s. 23-25)

Duševní involuce

Stejně tak, jako u tělesných změn, je i u změn v duševním vývoji těžké odhalit přesnou příčinu. Nelze přesně určit, zda změny v involučním procesu jsou způsobeny stářím, nebo duševní poruchou. Seniori obecně bývají do činností méně motivováni a jsou příliš opatrní. Před rychlostí dávají přednost přesnosti. V některých případech jsou psychické změny kombinovány s psychickými poruchami. Velmi častý je výskyt neuróz, depresí a paranoidity. (Tamtéž, 2009, s. 25-26)

2.1 OSOBNOST V PROCESU STÁRNUTÍ

Stárnutí probíhá, vzhledem k biologickému a duševnímu vývoji, u každé osobnosti odlišně. Pozorovatelné odlišnosti jsou patrné jak v psychických procesech, tak po stránce fyzické. Pro každého pak mají změny jiný význam. Osobnost se utváří během celého života. S nástupem stárnutí tedy nelze očekávat, že nastanou výrazné změny v postoji. Stárnoucí jedinec své postoje může ovlivnit, nikoliv však zcela změnit. Pro někoho je velice důležitá tělesná stránka a její změny, někdo vnímá intenzivněji úbytek psychických sil a ztrátu sociálních kontaktů.

Určité rozdíly ve vnímání procesů stárnutí jsou patrné i mezi ženami a muži. Příslušníci obou pohlaví stárnou stejně, stejně rychle, ve stejném čase, přesto jsou některé rozdíly patrné. U žen je intenzita stárnutí způsobena klimakteriem. Dochází ke změnám v organismu jak psychickým, tak biologickým. Hůře snáší, oproti mužům, odchod dětí z domova, odchod do důchodu a s ním spojenou společenskou izolaci. Tyto změny mohou ženám způsobit citovou krizi.

Ženy se obvykle dožívají vyššího věku, než muži. Ztráta partnera pak zanechá na ženě nemalou psychickou újmu. (Gregor, 1998, s. 7 – 9)

Rozdíly v procesu stárnutí jsou dány třemi faktory. Faktory, které proces stárnutí ovlivňují, působí vzájemně a vytvářejí individualitu a jedinečnost každé osobnosti. Jsou to faktory genetické, se kterými se jedinec rodí, vliv prostředí, ve kterém jedinec žije a časová dynamika. Společné působení faktorů určuje, jak bude který jedinec stárnout. Jak rychle, zda úměrně času a svému kalendářnímu věku.

Rozdíly mezi jedinci jsou ovlivněny i dalšími faktory. Především životním stylem, dosaženým vzděláním a celkovým postojem a přístupem k životu. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 153 – 159)

Z historického hlediska pozorujeme, že si lidé vždy více všimli fyzických změn. Psychická, duševní stránka, zůstávala v pozadí. Aby mohl člověk prožít spokojené stáří, musí pro to něco sám udělat. Ne jen pečovat o zevnějšek, ale posilovat i psychickou stránku. Je obtížně přesně určit, kdy zestárne duše. Takový čas by bylo možné specifikovat výhledem do budoucnosti, kdy před námi je kratší doba života, než ta za námi. (Haškovcová, 2010, s. 145 – 146)

Je na každém jedinci, aby posiloval své psychické funkce. Zapomínání se přičítá ke stáří. Má se za jeden z projevů stáří, což ale není přesné určení. Horší paměť, především krátkodobá, může být zaznamenána již u mladších jedinců. I mladí mohou onemocnět sklerózou. Ve stáří však bývá kombinováno několik neduhů a společně pak zhoršují život seniorovi i jeho okolí. Je na každém, jak se s tímto faktem naučí pracovat. V dnešní době je velice rozšířeno trénování paměti. Takovým tréninkem se posiluje všípivost. Senioři mají problémy i s výbavností. Situaci, kdy si nelze rozpomenou na jméno vnoučat, přiřadit správný název určité věci, jistě zažil každý. I výbavnost se dá trénovat a posilovat. Stolní hry scrabble nebo křížovky jsou ideálním tréninkovým cvičením. V 80. letech se rozšířil mozkový jogging, který měl zajistit, aby myšlenky a

paměť, které jsou ve stavu relativní neschopnosti, začaly opět fungovat. (Haškovcová, 2010, s. 146 – 147)

Každý své stáří vnímá jinak. Je mnoho seniorů, kteří se v důchodovém věku začali zabývat činnostmi, na které během pracovního procesu neměli čas a tento věk si užívají a nemají pocity zmařeného času a ubíhajícího života. Jiní nedokáží stáří přijmout. Propadají se do své samoty a obviňují okolí ze svého nenaplněného životního cíle.

2.2 CHÁPÁNÍ ROLE V PROCESU STÁRNUTÍ

Každý senior, stejně jako mladí lidé, potřebuje jiný přístup od okolního světa, a stejně tak každý ke svému okolnímu světu jinak přistupuje. Záleží na životní energii, kterou disponuje, na charakteru osobnosti, způsobu života, ale rovněž na schopnosti zvládat zátěžové situace. (Dvořáčková, 2012, s. 16)

Se stárnutím se každý člověk vyrovnává jinak. Podle přístupu k procesu stárnutí lze rozlišovat typy osobnosti s odlišnými projevy.

1. Strategie konstruktivní je charakteristická pro osoby vyrovnané, přátelské, veselé, otevřené okolním vztahům. Taková osoba bývá okolím velice pozitivně přijímána, ona sama dokáže snadno navazovat nové vztahy a ty staré si je schopna i nadále udržovat. Není sebelítostná a mívá smysl pro humor. (Haškovcová, 2010, s. 83)

Takový člověk dokáže přijmout a akceptovat omezení, která mu nastanou, přizpůsobí se změnám. Předpokladem pro konstruktivní přístup ke stáří je spokojené dětství a tvůrčí dospělost. (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 31)

2. Strategie závislosti je poměrně rozšířená mezi seniory. Vyznačuje se pasivitou, spoléháním se na druhé osoby. Senior vychází z předpokladu, že se o něho druzí postarají jak po stránce citové, tak materiální. Pracovní kariéra pro něho nebyla prioritou, pouze nutností k obživě. Netrpí tedy nikterak ani odchodem do důchodu a ztrátou své profese. Preferuje pohodlí, klid v ústraní a rodinné zázemí. (Haškovcová, 2010, s. 83)

Člověk spoléhá na pomoc, ale i rozhodování druhých. Často bývá pod vlivem svého partnera, nebo dětí. To může být nebezpečné v případě, kdy děti mají názor jiný, než jaké jsou skutečné potřeby seniora. (Kleветová, Dlabalová, 2008, s. 31)

3. Strategie obranného postoje je vlastní lidem, kteří byli celý život zvyklí pracovat. Jejich práce pro ně byla důležitá. Byla jejich životní náplní. Takoví lidé se zapojovali aktivně do pracovního i politického dění. Odchod do důchodu nechtějí přijmout a většinou zůstávají v pracovním procesu i po dni, kdy mohou fakticky nastoupit do starobního důchodu. V minulých letech nebylo obvyklé, aby senioři, mající nárok na dávku starobního důchodu, zůstávali i nadále v pracovní pozici. Dnes je toto již běžné a spoustu lidí i přes nárok odchodu do důchodu nadále pracuje. (Haškovcová, 2010, s. 83)

Senior neustále dokazuje svou aktivitu a soběstačnost. Odmítá jakoukoliv pomoc od druhých a bývá často konfliktní. Nechce slevovat ze svých zvyků a návyků. Lpí na svých zásadách. (Kleветová, Dlabalová, 2008, s. 31-33)

4. Strategie nepřátelství je typická pro lidi, kteří toužili po uznání, úspěchu, ale většinou se jim jej nepodařilo dosáhnout. Po odchodu do důchodu se rovněž žádný úspěch nedostaví a oni mají tendence ze svých nezdarů vinit okolí. Především mladší, kteří za všechno můžou. Jsou to lidé mrzutí, nazlobení na okolí, kteří se uzavírají do svého neštěstí a zůstávají v ústraní. (Haškovcová, 2010, s. 83-84)

Lidé, kteří zaujmou strategii hostilis jsou nepřátelští vůči lidem a vůči všemu. Chtějí být litováni. Často bývají agresivní a vyhledávají konflikty. Jejich postoj k mladým lidem se jeví, jakoby jim mládí záviděli. (Kleветová, Dlabalová, 2008, s. 32-33)

5. Oproti nepřátelské strategii senioři, kteří zaujmou strategie sebenenávisti, obviňují ze svého neúspěchu sami sebe. Na svůj život pohlížejí s pohrdáním, nemají se rádi. (Haškovcová, 2010, s. 84)

Tento typ člověka hodnotí svůj život velice kriticky. Nemá uspokojivé pocity ze vztahu s rodiči, partnerem, ani v pracovním prostředí. Netouží po žádné aktivitě, nic ho nebaví dělat, je těžké najít jakoukoliv činnost, která by ho bavila. Má pocit osamění. (Kleветová, Dlabalová, 2008, s. 33)

Chování lidí se dá vysvětlit i pomocí dalších dispozic. Především Eysenckovo určení extroverze-introverze a neuroticismus a psychotismus. Charakterový rys extroverze-introverze (E) určuje, do jaké míry je člověk společenský, asertivní. Více

společenský a asertivnější člověk je označován jako extrovert. Naopak méně společenský a asertivní bývá označován introvert. Nikdo nebývá čistě extrovertní, nebo introvertní, ale vždy bývají přítomny prvky obou vlastností. Člověk se jen určitému typu přibližuje více. Psychotismus (P) udává míru emocionálního chladu a nespolečenskosti. Neuroticismus (N) určuje míru emocionální stability a úzkostnosti. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 150-151)

Ukazatelé E, P a N se během života mění. U každého pohlaví změny probíhají odlišně. Pokles psychotiku je rychlejší u mužů než u žen. Extroverze-introverze má střídavý průběh. Čím je člověk starší tím je více introvertnější. Muži bývají v průběhu dospívání extrovertnější než ženy, ale ve stáří, po 60 roce, dochází k rychlejšímu poklesu extroverze než u žen. Pokles neuroticismu není tak rozdílný u mužů a žen jako jiné ukazatele. (Eysenck in Stuart-Hamilton, 1999, s. 151)

Mnozí psychologové se domnívají, že ke změnám dochází v důsledku fyziologických změn. Ostatní se zase zabírají názorem, že například pokles extroverze je zapříčiněn společností, která nedokáže vyhovět potřebám seniorů a ti se proto uzavírají stále více do sebe. (Tamtéž, 1999, s. 152)

Společnost by se měla zbavit předsudků vůči stáří a seniorům, neboť oni samy mnohdy mají problém se se svým stářím vyrovnat.

3 OBORY ZABÝVAJÍCÍ SE STÁŘÍM A STÁRNUTÍM

Mezi nejrozšířenější vědní disciplíny zabývající se problematikou stáří a stárnutí patří:

Gerontologie, geriatrie a gerontopedagogika v užším a širším slova smyslu. (Mühlpachr, 2009, s. 10)

Gerontologie

Pojem gerontologie má původ v řečtině, kde znamená nauku o starém člověku. Člověk je bytost skládající se z těla a duše. Gerontologie je tedy vědou komplexní, interdisciplinární a multiparadigmatickou. (Štěpánková, Höschl, Vidovičová a kol., 2014, s. 9)

Gerontologii rozeznáváme ve třech proudech:

1. Gerontologie experimentální (biologická), která se zabývá otázkou, proč živé organismy stárnou. (Mühlpachr, 2009, s. 10)
2. Gerontologie sociální se zabývá vztahy starých lidí ve společnosti, mezigeneračními rozdíly, faktory ekonomickými a dalšími faktory, které ovlivňují život seniorů ve společnosti.
3. Gerontologie klinická se zabývá zvláštnostmi zdravotního stavu. Léčení chorob ve stáří, vyšetřování i přístup ke starším pacientům. (Čeledová, Kalvach, Čevela, 2016, s. 17)

Geriatrie

V České republice a některých dalších státech je samostatným lékařským oborem, zabývající se interními zdravotními problémy, ale také problémy neurologickými, rehabilitačními, psychiatrickými. Je propojena s primární lékařskou péčí, praktickým lékařstvím i domácí péčí, a vychází z vnitřního lékařství. Podstatou geriatrie je obnova soběstačnosti. (Mühlpachr, 2009, s. 11)

Gerontopedagogika v užším slova smyslu

Pedagogická disciplína, která se zabývá výchovou a vzděláváním seniorů. Nejedná se pouze o vzdělávání seniorů ve stáří, ale také vzdělávání ke stáří. V současnosti jsou již dávno překonány názory, které připouštěly výchovu a vzdělání pouze na dětský věk. Výchovu a vzdělávání chápeme jako proces celoživotní. Pedagogika je obecná věda,

zabývající se výchovou a vzděláváním dětí, andragogika dospělých a gerontopedagogika seniory. (Mühlpachr, 2009, s. 11)

Gerontopedagogika v širším slova smyslu

Teoreticko empirická disciplína, nemedicínské dimenze, ale působící souběžně s ní. Zabezpečuje komplexní péči o seniory. Poskytuje potřebnou pomoc i péči a uspokojení potřeb, mezi něž patří i ono vzdělávání seniorů. Jedná se o multioborovou disciplínu, která propojuje poznatky z lékařství, sociální práce, andragogiky, psychologie, sociologie a práva.

Díky současné komplexní péči o seniory, jejich aktivizaci, vzdělávání, lékařské péči, se neustále prodlužuje lidský věk. Lidé se stále častěji dožívají fáze, kdy se stávají závislími na druhých osobách. Veškerá péče bude i do budoucna potřebná. (Tamtéž, 2009, s. 11)

4 EDUKACE SENIORŮ

Mezi populací mnohdy i v dnešní době stále přetrvává názor, že vzdělávání se týká pouze dětí a mladých lidí. Tento názor s největší pravděpodobností vyplývá z podstaty, že děti a mladí lidé se vzděláním připravují na svoji budoucí profesní kariéru.

V současné, moderní společnosti, se myšlenka celoživotního edukačního rozvoje stává každodenní realitou. Tato myšlenka však nevyplývá ze současné podoby společnosti, ale sahá do dávné minulosti. Již Platón ve své Ústavě či Aristoteles v Etice Nikomachově a neopomenutelný Komenský ve své tvorbě poukazovali na výchovu v každém věku. V období osvícení pak tato myšlenka byla velice rozvíjena. Přelomovým byl rok 1970, kdy byl UNESCEM zveřejněn koncept celoživotního vzdělávání. Celoživotní vzdělávání se začalo chápat jako nutný jev, který bojuje proti nezaměstnanosti a sociálnímu vyloučení a je účinný nástroj proti politickým problémům. (Šerák, 2009, s. 13-14)

Podle Delorovy zprávy z roku 1996 je učení založeno na čtyřech pilířích.

Učit se vědět, učit se jednat, učit se žít pohromadě s druhými, učit se být.

Tyto pilíře vystihují všechny aspekty lidského jednání, které by měly být během života zohledňovány. Za vzdělání nelze považovat pouze získané informace, ale všechny komunikační schopnosti, způsoby uvažování a jednání i umělecké citění. (Tamtéž, 2009, s. 15)

Vzdělávání seniorů je samostatnou oblastí ve vzdělávání dospělých. Vykazuje prvky zájmového vzdělávání, především pro svou dobrovolnost, ale nelze jej zařadit pouze do oblasti zájmového vzdělávání. Vzhledem k měnícímu se demografickému složení populace se stává vzdělávání seniorů stále důležitější. Odchod do důchodu se stále zvyšuje a bude třeba do budoucna zajistit možnost rekvalifikačního, profesního vzdělávání osob ve vyšším věku. Z tohoto důvodu nelze tedy jednoznačně zařadit vzdělávání seniorů mezi zájmové aktivity. (Šerák, 2009, s. 183)

Věda, zabývající se vzděláváním seniorů se nazývá gerontagogika. Geragogiku, jak někteří autoři gerontagogiku nazývají, lze vymezit jako výchovu ke stáří a ve stáří. (Livečka in Špatenková, Smékalová, 2015, s. 17)

Jako samostatná vědní disciplína je známá od poloviny 20. století. Zahrnuje veškeré aktivity spojené se vzděláváním seniorů. Edukaci seniorů jako stěžejní bod zájmu, preseniorskou edukaci, která zahrnuje přípravu na stáří a proseniorskou edukaci, která se zaměřuje na společenské uznání a odbourávání mezigeneračních rozdílů. (Šerák, 2009, s. 189)

Gerontagogika doplňuje a zároveň i rozšiřuje pedagogické vědy pedagogiku a andragogiku o další, třetí stupeň. Kromě edukace (kulturní výchovy, zdravotní osvěty, prevence proti sociálně patologickým jevům) a vzdělávání se gerontagogika věnuje péči o volný čas seniorů, zábavě, relaxaci, poradenství, sociální péči a funkcionálnímu působení. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 18-19)

Pro označení seniorského vzdělávání je vhodnějším termínem edukace. V tomto termínu je obsažena celá oblast aktivit spojených se seniory a jejich vzdělávacími aktivitami. Je to široká oblast, která není jednotným a provázaným systémem. Edukační aktivity zahrnují kurzy prohlubující znalosti, ale také rozvíjení dovedností a osobnosti. Jedná se o kurzy výuky počítačové gramotnosti, výuky cizích jazyků, oblastí zoologie a botaniky, historie, ale zároveň se mezi vzdělávací aktivity v případě seniorů řadí například trénování paměti.

4.1 FUNKCE EDUKACE SENIORŮ

Vzdělávání zajišťuje seniorům vyšší kvalitu života. Pomáhá jim udržet si intelektové schopnosti.

„Edukační aktivity jsou často zaměřeny na prevenci hrozících deficitů, příp. na jejich odstranění a kompenzaci; hlavním cílem tohoto působení je udržení tělesných a intelektuálních sil. Významnou roli hraje i snaha o zajištění kvalitnějšího a důstojnějšího života. Podpora relevantní nabídky vzdělávání pro seniory by měla být integrální součástí přístupu vyspělé společnosti, od níž očekáváme, že svým členům zajistí bezpečné a důstojné stárnutí a umožní jim plnoprávně se zapojit do všech občanských aktivit. (Šerák, 2009, s. 189)

Hlavní funkce vzdělávání v seniorském věku jsou:

- preventivní

- anticipační
- rehabilitační
- posilovací (Mühlpachr, 2009, s. 138)

Preventivní funkce, jsou-li naplňovány s dostatečným předstihem, mohou velice pozitivně ovlivnit průběh stáří a stárnutí. K pozitivnímu přístupu a připravenosti na stáří přispívá funkce anticipační. Ke znovuoobnovování a udržováním duševních a fyzických sil je spojena rehabilitační funkce, která zároveň přispívá k zajištění připravenosti na další existenci seniora. Posilovací funkce je považována za nejvýznamnější. Podle charakteru by bylo možné označit jí za funkci stimulační. Přispívá k rozvoji zájmů, podpoře aktivit, schopností a potřeb lidí v seniorském, postproduktivním, věku. (Tamtéž, 2009, s. 138)

V dnešním, stále se měnícím světě, je důležité umět se rychle přizpůsobovat změnám, orientovat se v nových životních situacích, dokázat se samostatně rozhodovat. Tomu napomáhá vzdělání a vzdělávání se v průběhu celého života. Vzdělávání navíc zajišťuje určitý společenský status, důstojnost, sebeúctu a uspokojení ze života.

Určení kvality života je zcela individuální záležitost. Každý má odlišné životní priority. I tempo stárnutí je rozdílné. Tempo, jakým jedinec stárne, pak ovlivňuje i samotnou míru kvality života. Rozdíly mezi jednotlivci jsou dány pohlavím, rodinnou situací, životní úrovní. Obecně lze však říct, že kvalita života a různorodost potřeb jsou hlavním kritériem kvality života jedince. Odchodem do důchodu ztrácí jedinec svou profesní roli. Omezí tím společenské kontakty. Taková změna může být demoralizující a snižuje vlastní hodnotu. Vzdělávání zajišťuje snadnější přechod do této role a urychluje adaptaci.

Vzdělávání v postproduktivním věku napomáhá udržovat fyzické i duševní zdraví, napomáhá začleňování do společnosti a pochopení změn, které, v dnešní době, velice rychle přicházejí. Pochopení světa, orientace se v novinkách spojených s modernizací a technologiemi dodává seniorům jistotu v sebe sama. Zabezpečí jim pocit důstojnosti a uspokojení z jejich životní cesty i po ztrátě funkční identity, kterou zajišťovala profesní role. (Tamtéž, 2009, s. 137-138)

Jak jedinec stárne, stává se stále více pohodlným. Vyhledává více sedavých aktivit. Sleduje televizi, často přemýšlí nad svým osudem a ztrácí tak sociální kontakty. Poklesem sociální interakce se snižuje i mentální stimulace. Pro správnou funkci mozku

je potřeba udržovat jak sociální kontakty, tak provozovat kognitivní i tělesná cvičení. Poklesem kognitivních funkcí narůstá riziko demence. Způsobem, jak bojovat proti degenerativním dopadům na funkci mozku je právě návštěva vzdělávacích programů. Zapojením se do vzdělávacího programu se senior stává součástí sociální skupiny, se kterou sdílí společné zájmy. Již samotný akt návštěvy v kurzu povzbuzuje životní aktivitu. Je třeba neustále zaměstnávat mozek. Čím více pracuje, tím lépe funguje. (seniorresource.com, online cit. 2019-06-12)

Kromě problematiky vzdělávání ve stáří ještě existuje vzdělávání ke stáří a vzdělávání o stáří. Vzdělávání ke stáří poskytuje konkrétní informace. Týká se lidí ve středním věku a předpenzijním věku. U lidí ve středním věku ještě toto téma bývá spíše nepopulárním. Nechtějí slyšet, že otázky blížícího se penzijního věku se jich již mohou týkat. Pro mladší seniory však může být velice užitečné se dozvědět odpovědi na otázky související s počínajícím důchodem. Doposud nemuseli řešit problematiku domácí péče, levného bydlení možnosti čerpání dávek pro osoby zdravotně, či tělesně postižené. Odpovědi na tyto, pro ně nové otázky, se mohou dozvědět z médií, ve vzdělávacích kurzech pro seniory. Díky medializaci problémů se mohou informace dozvědět i lidé z odlehlých lokalit, mimo města. Stále přibývá počítačově gramotných seniorů. Ti se mohou vzdělávat pomocí on-line kurzů. Na rozdíl od vzdělávání ve stáří a vzdělávání ke stáří, které je určeno výhradně stárnoucími jedinci, by mělo být vzdělávání o stáří zahrnuto do systému vzdělávání dětí a mládeže. Mezi mladými lidmi je stále přetrvávající představa o stáří, která ústí v naučené stereotypy, pustit starého člověka sednout, mít úctu ke stáří. Nikde však není řečeno, jak podporovat staré lidi v aktivním životě. Rovněž není v rámci povinné školní docházky žákům vyobrazeno stáří jako přirozené a zcela normální období lidského života, kterého není třeba se bát. Každý je za své stáří zodpovědný a podle toho by se na něj měl připravit. Stárnutí je individuální záležitostí, je dáno biologickými zákonitostmi, ale jeho průběh a podoba jsou částečně ovlivnitelné. Rodina již nebývá pouze třígenerační záležitostí, ale obvykle se za života potkávají čtyři generace. Z prarodičů jsou aktivní babičky a dědečkové, kteří mají ještě své rodiče živé. Zde je dobré poukázat na možnou pomoc při péči o člena rodiny. Ještě za svého života by jedinec měl pěstovat dobré sousedské vztahy, které mohou být užitečné v rámci pomoci. Neméně důležitá, na kterou by měl být každý dostatečně připraven, je otázka bydlení ve stáří. Zajistit si bydlení tak, aby bylo i v důchodovém

věku finančně únosné a přístupné i v případě zdravotních komplikací, nejlépe bezbariérové. (Čeledová, Kalvach, Čevela, 2016, s. 97-99)

Vzděláváním v mládí o stáří, i v pozdějším věku vzděláváním ke stáří a ve stáří, se jedinci učí být aktivními, soběstačnými seniory, kteří si věří a jsou spokojeni sami se sebou.

4.2 VÝZNAM VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vzdělávání seniorů je společenským zájmem z několika důvodů.

Pro pracovně aktivní lidi ve středním věku je hlavním smyslem života práce. Na důchod ještě příliš nemyslí a nikterak se na jeho příchod nepřipravují. V tomto věku však je velice důležité najít si nějaké smysluplné aktivity, které vyplní volný čas. Být dobře vzdělán v sociální oblasti. Stáří brát jako součást života, podmínky, které společnost svým občanům připravuje akceptovat, ale přesto se snažit ovlivňovat je svou aktivitou. Zajímat se o ekonomické dopady po nástupu do důchodu, naučit se šetřit peníze již v produktivním věku. Zjišťovat informace o možnostech penzijního pojištění. Jedině soulad mezi fyzickou a duševní činností může zaručit kvalitní a spokojené stáří. (Dvořáčková, 2012, s. 26-27)

Staří lidé, kteří jsou aktivní, jsou spokojenější. Pro společnost je žádoucí, aby byl i starý člověk aktivní ve společnosti. Životní náplň dělá šťastné i mladé lidi a u seniorů tomu není jinak. Pokud má člověk pocit, že jeho život má smysl a své dny naplňuje smysluplnou činností, pak jistě šťastný je. Aby byli staří lidé informováni o možnostech trávení svého času, je potřeba, aby byli dostatečně schopní a zdatní si tyto informace vyhledat, nebo zjistit. K tomu napomáhá vzdělávání. Napomůže orientovat se v nových informacích na různých informačních kanálech. Schopností pohybovat se v každodenním ruchu zmizí ostych informovat se.

Dnešní společnost poukazuje na trend mládí. Pokud respektuje seniora, pak je to senior, který je profesně prezentován. Nejde tedy jen o vzhled, který je reprezentován vnější krásou a jehož projevy stáří lze oddálit různými plastickými úpravami, ale jde především i o stránku psychiky. Zkoumání stáří a stárnutí je předmětem multidisciplinárním. K jeho pochopení je potřeba zabývat se ne jen biologií a

psychologií, ale také sociologií, především pak sociologií stáří. Společnost je stárnutím populace zaskočena. Stejně tak politici, kteří neustále řeší ekonomický dopad na státní rozpočet. V mladých lidech pak stáří vzbuzuje názor, že je naprosto zbytečné, staří lidé jsou ekonomickou zátěží. (Sak, 2012, s. 14-16)

Konflikty mezi generacemi jsou dány rozdílností životních fází. Jiné potřeby má mládež, jiné senioři. (Tamtéž, 2012, s. 49)

Nelze říci, že mládí je vždy vůči stáří nespravedlivé. Toto tvrzení platí i opačně. Mnohdy slyšíme z úst seniorů, jak jsou ti mladí hrozní. Většina konfliktů, v životě všeobecně, je způsobena neschopností komunikace, snahy dospět porozumění.

Vzděláváním dochází k propojování generací. Senioři, kteří se vzdělávacího programu účastní, se stávají kolegy s mladšími lektory, přednášejícími.

Zájem společnosti na vzdělávání dospělých v postproduktivním věku a seniorů má několik důvodů. Jak již bylo řečeno, populace stárne. Především v průmyslových zemích je tento jev znatelný. Dalším nevyvratitelným faktem je, že doba věku životnosti se u lidské populace se zvyšuje. Příprava na budoucí povolání bývá dlouhá a důchodový věk je téměř stejně dlouhý jako produktivní. Díky tomu, že takto početně narůstá skupina lidí důchodového věku, stávají se významnou a politicky vlivnou skupinou v mnoha zemích. I díky tomuto vlivu se začaly rozvíjet vědy zabývající se přímo seniorskou skupinou. (Beneš, 2014, s. 110-111)

K tomu, aby mohli být senioři začleněni do společnosti, schopni trávit svůj čas aktivně a mít možnost začlenit se na trhu práce, je potřeba se vzdělávat již od mládí. Zdravý senior je schopen být soběstačný, ekonomicky zdatný. Konkurenceschopnost a fyzická i psychická zdatnost by mohla v budoucnu zajistit co nejméně předčasných odchodů do důchodu. Osvěta a prevence je na poměrně nízké úrovni. Preventivní programy zdravotní a programy podporující zdravý životní styl jsou zaměřeny zejména na seniory. Chybí zde programy a motivace lidem starším 50 let. Obce by měly v rámci samosprávy více dbát na propagaci všestranného rozvoje pro své občany, především ty vyššího věku. Veškerá propaganda zdravotního stylu by měla být dostupná a výchova začít již v dětství. Pokud se v mládí naučíme starat o své zdraví, budeme dobře připraveni na stáří. Každý je za své zdraví zodpovědný sám. Jedině rozvojem zdravotní gramotnosti se může zlepšovat celkový zdravotní stav společnosti. (Čeledová, Kalvach, Čevela, 2016, s. 104-105)

J. W. Goethe pronesl „*Nic z toho, co se dnes učíme, nám nevystačí na celý zbytek života. Naši předkové se mohli celý svůj život spoléhat na to, co se dozvěděli ve škole. My se musíme učit nové věci každých pět let, nemáme-li být zcela z obrazu.*“ (J. W. Goethe in Čevela, Čeledová, Kalvach, Holčík, Kubů, 2014, s. 94)

Zdraví je hodnota, která se ani v době překotných změn komunikačních, technologických, globalizačních, změn v postavení skupin i role rodiny, nemění. Je to hodnota, která je neměnná, stojí za to, aby byla stále respektována. Zdravotní gramotnost neznámá jen znalost lidského těla, péči o vlastní organismus, ale týká se především preventivních opatření. Schopnost hodnotit situace, chránit zdraví v běžném životě, i v rámci širší společnosti. Ke zdravotní gramotnosti patří i znalost nepříznivého zdravotního dopadu na společnost. Firmy vyrábějící tabák a alkoholické nápoje nechtějí prioritně omezit své zisky, přestože vědí, jak neblahý zdravotní dopad mají jejich výrobky na lidstvo. Rozvoj zdravotní gramotnosti by měl lidem pomoci posílit si vědomí o zdrojích informací, radách a doporučení, schopnosti rozeznávat kvalitu a znalost zdravotních problémů. Je to tedy široké pojetí, zakotvené v kulturní, vzdělanostní a ekonomické úrovni jednotlivců i celé společnosti. (Čevela, Čeledová, Kalvach, Holčík, Kubů, 2014, s. 95-97)

Světová zdravotnická organizace přijala v 90. letech termín aktivní stárnutí. Pojem zahrnuje širší oblast než jen zdraví a péči o zdraví, ale vychází ze zásad Organizace spojených národů pro seniory, kterými jsou: nezávislost, účast na životě společnosti, důstojnost a poslední zásadou je péče a seberealizace. Mezi zásady aktivního stárnutí jsou zahrnuty také zásady na práva starších lidí na rovnost příležitostí, zodpovědnost, účast na veřejných rozhodováních a ostatních aspektech komunitního života. (Dvořáčková, 2012, s. 29)

Podle světové zdravotnické organizace jsou potřebná určitá opatření, která by usnadnila život seniorům v adaptaci na prostředí. Opatření by se měla týkat například vytvoření bezbariérových pracovních míst, částečné pracovní úvazky a možnost úpravy pracovní doby pro pracující seniory. K těmto opatřením se vztahují další, která by měla vytvořit bezpečnější a pohodlnější pohyb starších osob ve veřejném prostranství. Zejména možnost bezbariérového pohybu, úpravou chodníku, hromadných dopravních prostředků, dostupnost veřejných toalet. Úpravy zavádět ne jen ve veřejném, ale i soukromém sektoru. Tím vznikne možnost účastnit se na pracovním procesu i seniorům,

kteří ještě nechtějí nastoupit důchodový věk. Nebudou se tak muset vzdávat, pro ně tak důležité, aktivity. Je velice důležité, aby lidé každého věku vedli smysluplný život, neztráceli svou autonomii.

Důležitým prvkem aktivního stárnutí jsou také vztahy vzájemné soudržnosti. Lidé stárnou mezi svými blízkými, ve své společnosti, mezi přáteli. Je důležité pro každého tyto vztahy zachovat a udržet i ve stáří. Ztrátou těchto vztahů by došlo k sociální izolaci jedince. Je důležité, aby i ve stáří byly zachovány aktivity a vazby, jako v mládí, pokud to zdraví dovolí. Stáří je naprosto normální součástí našich životů a je třeba jej tak brát a respektovat. Pokud bychom nepovažovali stáří a staré lidi za normální, budeme vždy považovat stáří a stárnutí za abnormální a nebudeme jej nikdy přijímat jako naši přirozenost. (Dvořáčková, 2012, s. 29-30)

Pro seniory není hlavní smysl a význam vzdělávání získávání nových informací a dovedností pro případné uplatnění se v pracovním životě, ale znamená rozvoj dovedností, znalostí pro lepší přístup k informacím a adaptaci v dnešním moderním a velice rychle se vyvíjejícím světě. Vzdělávání se v postproduktivním věku přispívá k životnímu uspokojení. Stává se postupně nutností pro pochopení změn a nastalých nových situací. (Mühlpachr, 2009, s. 132-138)

Každý se potřebuje na něco těšit. Něco, co přinese budoucnost. Stejně tak starý člověk. Ten se těší třeba i z každodenních drobností. Mnohokrát se obává budoucnosti. Jaká bude a co mu přinese. Je důležité, aby měl víru v budoucnost. Důvěru v sebe sama, že ještě něčeho může dosáhnout. (Klevetová, 2017, s. 82)

Důvěru v sebe sama můžou senioři získat jakýmkoliv úspěchem, kterého se jim podaří dosáhnout. Takovým úspěchem může být právě vzdělávací program. Nezáleží, jaké formy vzdělávání se dotýčný zúčastní, je potřeba, aby měl ze svého počínání radost a přineslo mu uspokojení. Je spousta možností, kde se vzdělávat. Mezi institucionální formy vzdělávání patří programy na univerzitách třetího věku, akademiích třetího věku, univerzit volného času. Mezi vzdělávání patří i to informální, vzdělávání v průběhu běžných dnů, sledováním televize, čtením novinových článků, posloucháním informací.

4.3 MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Senioři se mohou účastnit institucionálních vzdělávacích aktivit určených pro veřejnost. V některých případech není přesně vymezeno, jaká je spodní věková hranice pro účastníky takových kurzů. Mnohdy bývají kurzisté ne jen v důchodovém věku, ale například od 50 let věku výše.

Mezi základní instituce zabývající se vzděláváním seniorů patří:

- univerzity třetího věku
- akademie třetího věku
- univerzity volného času
- kluby seniorů (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 89)

Univerzity třetího věku

První univerzita třetího věku byla založena roku 1973 ve francouzském Toulouse. Myšlenka pro vznik univerzit prvotně vznikla na základě uspokojení seniorů, kteří nechtějí žít, se svými koníčky, v ústraní společnosti. Vůdčí osobností první univerzity třetího věku se stal P. Vellas, francouzský profesor a pozdější prezident Asociace univerzit třetího věku. Senioři se ke vzdělávání na univerzitě hlásili z mnoha různých důvodů. Někteří měli chuť se nadále vzdělávat, ať již v oboru, který studovali jako mladí, nebo naopak se vzdělat v oblasti, která jim je blízká a zajímá je, někteří si plnili své sny, kdy chtěli v mládí studovat, ale z různých důvodů jim to nebylo umožněno. Pro studenty seniory se akademická půda stala místem pravidelného setkávání, které bylo vysoce společensky hodnoceno. Zpočátku byla forma výuky koncipována do jednotlivých přednášek, později se však program rozšířil na možnost splnění kurzu a následného získání vysokoškolského diplomu. (Haškovcová, 2010, s. 127-128)

Na Toulouskou iniciativu později navázaly další země. Vytváření univerzit třetího věku bylo zpočátku výsadou především evropských zemí. V prvním desetiletí jich nejvíce bylo v Belgii, Španělsku, Francii a Polsku. Největší rozkvět nárůstu univerzit byl zaznamenán v roce 1993. První univerzita třetího věku v České republice byla založena v Olomouci a první kurz proběhl ve školním roce 1986/1987. Ve školním roce 1987/1988 se uspořádala univerzita nikoli přímo na akademické půdě, ale pod záštitou

Univerzity Karlovy na Fakultě všeobecného lékařství. V té době byl děkanem Vladimír Pacovský, geriatr, který byl přesvědčen o smyslu vzdělávání seniorů. Prokázalo se, že díky univerzitám jsou senioři spokojenější, méně marodí. Díky pravidelnému režimu nemají možnost zlenivět a nezabývají se příliš vlastními problémy. Bylo jasné, že pro seniory by bylo vhodnější studium historie nebo jiných humanitních oborů než medicína. Místo medicíny bylo rozhodnuto o přednášení kurzu Biologie člověka, kde se posluchači učili základy biologie, co je buňka, tkáň, jaký je pohyb a zahrnuta byla i zdravá výživa. Aktivitu senioři vyvíjeli na praktických cvičeních, seminářích, psali seminární práce a docházeli na zkoušky. Původně dvousemestrální univerzitní kurz splňoval všechna kritéria aktivace seniorů, kritéria sociokulturní i sociální. Posluchači se po dobu studia stali kolegy, tvořili neformální skupinu a vytvořili mezi sebou přátelské vztahy. Díky velkému úspěchu se postupně rozšířila výuka do čtyř semestrů. Po každém úspěšně zakončeném roce však byli absolventi vyznamenáni a nemuseli do dalšího ročníku již pokračovat, pokud nechtěli. První slavnostní zakončení studia se konalo roku 1989. Zájem o studium byl obrovský a nebylo možné vyhovět všem uchazečům. Přijímání byli uchazeči s bydlištěm do 100 km od Prahy. Průměrný věk přijatých studentů byl 67,5 roku. Noví studenti byli slavnostně přijati imatrikulací v Karolinu a na závěr, po úspěšném zakončení studia, byl slavnostně předán diplom. Vzhledem k nemožnosti uspokojit všechny uchazeče vznikl Přípravný kurz pro studium na univerzitě třetího věku. Tento Nulták byl v roce 1993 přejmenován na Univerzitu volného času a stal se oblíbenou formou setkávání seniorů. Obsah přednášek byl pestrý.

Určitá forma mezigeneračního zájmového vzdělávání. Jsou většinou organizovány některou vysokou školou. Účastnit se zájmové univerzity může každý od 18 let věku. Odbourávání mezigeneračních bariér je velkým pozitivem ve výchově mládeže ke stáří. Nevýhodou však může být nedostatečná podpora seniorů jako posluchačů ze strany lektorů a školy. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 94)

Postupně se z Univerzity volného času stalo Centrum zdravého stárnutí, jehož součástí je stále Nulták. Senioři se mohou rozhodnout, jakým směrem budou pokračovat. Zda budou následně nastupovat do studijního programu na univerzitu třetího věku, či se spokojí s doprovodnými programy, které jsou součástí Centra zdravého stárnutí a zahrnují například kurzy trénování paměti či cestovatelské aktivity.

Akademie třetího věku

Akademie třetího věku vznikly dříve než Univerzity třetího věku. Nekladly na posluchače tak velké podmínky jako univerzity. V současné době nejsou brány akademie a univerzity za konkurenty, ale společně uspokojují společenské vyžití seniorské populace. Na posluchače akademií nejsou kladeny přílišné nároky ve smyslu nutné aktivity. Posluchači si zvolí přednášku, kterých je rozmanitý výběr, a jsou uspokojeni získáním informací o příslušném tématu, které mohou zkonzultovat s ostatními účastníky, ale tím práce skončí. (Haškovcová, 2010, s. 135-136)

Akademie třetího věku jsou provozovány různými institucemi. Na rozdíl od univerzit nejsou nutně provozovány vysokými školami. Akademie mohou spravovat různé instituce například města a obce. Někde pořádají akademie knihovny či muzea. Tím mají i lidé, kteří bydlí v místě, kde není žádná univerzita, možnost účastnit se vzdělávání na institucionální úrovni. (Janiš, Skopalová, 2016, s. 94)

Virtuální univerzita třetího věku

Provozně ekonomická fakulta České zemědělské univerzity organizuje možnost vzdělání pro seniory ze svých domovů. V tomto případě nemusí studenti docházet za univerzitou, ale univerzita dochází za nimi. Smyslem je především, aby i zdravotně postižení občané, nebo senioři žijící ve vzdálených městech a vesnicích, kde nemají jinou možnost návštěvy vzdělávacích aktivit, se mohli do vzdělávacího procesu zapojit. Výukové materiály jsou přístupné přes internet. Kurz obsahuje videopřednášky. Každý kurz je rozdělen do šesti individuálních, po jejichž absolvování se posluchač může účastnit slavnostní promoce. Pro přijetí do kurzu se předpokládá, že uchazeč je počítačově gramotný, alespoň jako běžný uživatel. (Česká zemědělská univerzita, online, cit. 2019-07-14)

Virtuální univerzity jsou běžně provozovány i v jiných zemích, například Finsku nebo Austrálii. (Janiš, Skopalová, 2016, s. 94)

Kluby seniorů

Kluby seniorů jsou institucionální zařízení, která ale, více než vzdělávací charakter, představují kulturně – výchovnou formu trávení volného času. Umožňují setkávání lidí s podobnými zájmy. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 99)

Primárně spadají do sociální péče. Mohou být organizovány samostatně, nebo jako součást domovů pro seniory. Znamenají dostupnou, méně formální formu vzdělávacích aktivit. Své aktivity určují sami členové. Často bývají náplní návštěvy muzeí, divadel. Pro členy jsou pořádané besedy, přednášky nebo různé zájezdy. Veškeré tyto aktivity, které kluby pořádají, si členové hradí sami. Obce, ve kterých jsou organizovány, vypisují dotační programy, do kterých se všechny spolky, se sídlem v obci, mohou přihlásit, stejně tak i kluby seniorů. Další možností na získání finanční podpory je oslovení sponzorů. Kromě organizovaných akcí nabízejí kluby pro své členy i opakované a pravidelné aktivity, například trénování paměti či rekondiční cvičení. Kluby seniorů jsou dobrou volbou pro lidi, kteří se již nechtějí zapojovat do vzdělávání na univerzitách nebo akademiích, ale chtějí rozvíjet své koníčky, diskutovat o nich se svými vrstevníky, nebo se naučit nějakým novým. Počet klubů, kterých chce být senior členem, není omezen. Může se stát členem klubu zahrádkářů, včelařů, cestovatelů a všech, které jsou mu svým zaměřením blízké. (Nováková, 2019, s. 42 - 43)

Experimentální univerzita pro prarodiče a vnoučata

Experimentální univerzita pro prarodiče a vnoučata je specifickou formou vzdělávání, kde dochází k propojení generací. Do lavic společně usedají prarodiče a jejich vnoučata. První byla organizována ve školním roce 2004/2005 na Univerzitě Karlově v Praze, fakultě Matematicko-fyzikální. Prarodiče se učí novým rolím, kdy se stávají průvodci na vysokoškolskou půdu svým vnoučatům. Studium je určeno dětem od 6 do 12 let. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 95)

Haškovcová uvádí věkové rozpětí dětí v kurzu ve věku 6 – 11 let. (Haškovcová, 2010, s. 138)

V prvním roce byl uspořádán kurz „Astronomie“, později „Krajina a les“. Přírodovědecká fakulta připravila kurz na téma „Zajímavosti z přírodních věd“, rozdělené do dvou let ve variantách biologie a ekologie. Všechna témata jsou přednášena, aby byla srozumitelná především pro děti. Prarodiče plní funkci spíše doprovodnou a určitou podporu při návštěvě kurzu. Na uplynulé kurzy navazují letní tábory, kterých se mohou posluchači účastnit. (Tamtéž, 2010, s. 138 – 139)

Vzdělávání pro seniory musí být pestré, je třeba myslet na to, že je především zájmovou činností.

4.4 VZDĚLÁVÁNÍ JAKO ZÁJMOVÁ ČINNOST

Správné uspořádání vlastního života znamená, že člověk neustále plánuje a stanovuje si cíle, kterých chce dosáhnout. Pokud se mu toto daří, je spokojený. V životě seniorů nastane plno změn, oproti pracovně aktivnímu období. Ztratí pracovní roli, děti odejdou z domova. Odchodem do důchodu se změní sociální role a jedinec se ocitá v izolaci. Ke stáří patří zhoršující se zdravotní stav a častější nemocnost. Ke spokojenosti je třeba uznání vlastní identity, sebou i druhými. Senioři se potřebují na něco těšit. Mít naději perspektivu do budoucnosti. K rozhodování o své budoucnosti musí být dostatečně motivován. Motivací pro seniory je především nezávislost na druhých osobách. (Dvořáčková, 2012, s. 45 – 48)

Důchodový věk znamená mít více volného času. Mnohdy však více volného času bývá hrozbou, nikoli výhodou. Denní náplň projde odchodem do důchodu podstatnou změnou a je potřeba se s ní umět vyrovnat. (Manuál aktivního stárnutí, 2012, s. 48)

Senioři bývají automaticky považováni za starobní důchodce. To v dnešní době nemusí být pravidlem. Spoustu seniorů se velice aktivně zapojuje do pracovních procesů i po uplynutí důchodového věku. Zůstávají nadále jako zaměstnanci, nebo se zapojují do různých dobročinných aktivit. I po odchodu z pravidelných aktivit nemusí nutně zůstat prázdno a spoustu volného nevyužitého času. Jedinci, kteří byli aktivními po celý život, mohou uvítat takovou změnu k podnikání činností, na které do té doby neměli čas. Jednou z takových aktivit může být vzdělávání se. Zůstat aktivní, mít strukturovaný den s pozitivní náplní je hlavní motivací seniorů do zapojení se do vzdělávacího procesu. (Vidovičová, 2014, s. 153 – 168)

Volnočasové aktivity nejsou specifickým pojmem pouze pro pozdější věk. V každém věku je třeba myslet na kvalitně trávený čas. U seniorů se říká, že mají času mnoho, přesto však jej zbývá již málo. O to více by se měli senioři zasadit o jeho kvalitní prožití, aby nebyl zmařen onen čas. Oproti mladším generacím, které nemají možnost si na všechny své aktivity vyšetřit čas, senioři mohou. Tradičními aktivitami jsou chalupaření, sběratelství, zahrádkářství, cestování, tanec, hudba. Tanec se začal mezi seniory rozvíjet již po druhé světové válce, kdy se zjistily velice blahodárné účinky. Přispívá k rehabilitaci, zlepšení komunikace mezi tanečnickými a tím jejich psychický i fyzický kontakt. Taneční kurzy pro seniory jsou většinou organizovány

v domovech pro seniory. Kromě běžných, zmíněných, seniorských aktivit není výjimkou ani sportování. Příkladem vrcholového sportovce seniora je žokej Josef Váňa. Pro běžné sportovní vyžití jsou budována hřiště s cvičebními prvky přizpůsobenými potřebám seniorů, která plní rehabilitační funkci a slouží rovněž jako místo k setkávání se. (Haškovcová, 2010, s. 178 – 182)

Rozdílnost volného a pracovního času je to, co charakterizuje seniora. Senior je osvobozen od práce. Rozhoduje jen sám o sobě. Osvobození je myšleno v pozitivním i negativním smyslu. Nenajde se z řad seniorů nejspíš nikdo, kdo by novou, důchodovou, roli vnímal pouze negativně nebo pouze pozitivně. Změna jedné oblasti donutí ke změně i ostatní oblasti v životě. Odchod z práce je pouhým aktem, který rozpoutá další vlnu změn i v ostatních oblastech. Ulehčí od povinnosti a vytíženosti, může však přinést pocit smutku a sociální izolace. V sociálním poli seniorů jsou významnými především děti, manželé a zvířata. Na společnosti se projevuje výrazná propast mezi generacemi. V rámci rodiny ale prarodiče a vnoučata mají stále silné pouto. (Sak, Kolesárová, 2012, s. 98 – 101)

Jednou z možností, jak odbourávat mezigenerační rozdíly, je vzdělávání seniorů. Především v rámci institucí, kde se mladší a starší generace stávají kolegy a pracují na společném cíli, kterým je předávání si informací a zkušeností.

Vzdělávání seniorů představuje samostatnou sféru vzdělávání dospělých a vykazuje prvky zájmového vzdělávání, založeného na dobrovolnosti. Jako forma trávení volného času ale může být jakousi formou zaměstnání pro seniory. Důležitý ve vzdělávání seniorů je i přínos pro společnost. Díky vzdělávání senioři pokračují v sociálních rolích a podílejí se na společenském životě. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 71 – 72)

5 SPECIFIKA VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vzdělávání seniorů je samostatnou oblastí v rámci edukace dospělých. Vzhledem k dobrovolnosti a orientaci na volný čas vykazuje znaky zájmového vzdělání. Oproti zájmovému vzdělávání má ale odlišnosti především v motivaci k dosažení nějakého cíle. Vzhledem k demografickým změnám a postupnému stárnutí populace narůstá na významu. Do budoucna bude nutné seniory integrovat do pracovního procesu, jelikož ekonomicky aktivních osob bude ubývat. Podle některých prognóz bude během následujících 30 let každý třetí jedinec seniorského věku. Demografický vývoj se v jednotlivých evropských zemích nikterak neliší. Tento trend je dán silnými poválečnými ročníky, které během následujících let překročí hranici seniorského věku. Vzrůstající seniorská populace není vykompenzována vyšší porodností. Naopak, narozených dětí stále ubývá. Společnost si těchto faktorů začíná stále více všímat. Nezůstává bez povšimnutí ani skutečnost vyskytujícího se ageismu, věkové diskriminace, mezi generacemi. Stává se nutností vytvářet aktivní pracovní místa pro seniory, tzv. druhé kariéry. Vzhledem k seniorům je třeba zajistit základní priority, jako jsou základní biologické potřeby, autonomie, participace, aktivní zapojování do společenských procesů, důstojnost a seberealizaci. Vzdělávání seniorů vychází z konceptu celoživotního vzdělávání. Dnešní senioři jsou velice aktivní a mají plno zájmů oproti svým předchůdcům. Svě dny naplňují různými aktivitami, cestují, navštěvují kulturní akce a vzdělávají se. Díky velké poptávce po takových aktivitách narůstá i nabídka. Lze očekávat, že jakákoliv diskriminace seniorů zcela vymizí. (Šerák, 2009, s. 183 – 188)

Vzdělávání v seniorském věku je velice důležité pro samotného seniora i společnost. Velice důležité je vzdělávání se v každém věku. A v každém věku by mělo být do vzdělávání zahrnuto vzdělávání o stáří a vzdělávání ke stáří.

Proseniorská edukace

Proseniorská edukace spočívá v překonávání negativních stereotypů a vytváření pozitivního obrazu o seniorech. Dnešní společnost s její občany nejsou připraveni čelit aspektům stáří. Rodiny již nežijí v několikageneračním soužití. Nezískávají dostatek

zkušeností se stářím a ani klima dnešní moderní doby nepřispívá k pozitivnímu pohledu na stáří. Zejména skupinové aktivity, kde se setkávají různě staří příslušníci, mohou přispět k dosažení stanovených výchovných cílů. V tomto případě se hovoří o integračním modelu vzdělávání. Vhodné edukační aktivity pomohou nahradit dřívější zkušenosti z rodinného mezigeneračního soužití. (Šerák, 2009, s. 191)

Preseniorská edukace

Základní myšlenkou tohoto přístupu v edukaci seniorů je tvrzení, že jedinec může prožít kvalitně jednotlivé etapy života, pokud prožil dobře a kvalitně etapy předchozí. Je tedy důležité, aby se s přípravou a seznamováním s různými okolnostmi stáří, začalo již v brzkém produktivním věku. Zejména jde o osvojení zásad zdravotních, sociálních a ekonomických. Především odchod do důchodu je zásadní změnou v životě každého jednotlivce, na kterou je třeba se dostatečně připravit a svůj život dokázat naplánovat i na dobu po odchodu ze zaměstnání, po odchodu dětí z domova. (Tamtéž, 2009, s. 192 – 193)

Edukace seniorů

I po odchodu do důchodu člověk pociťuje potřebu být užitečný a aktivní. Při práci se seniory jde především o zachování jejich nezávislosti, mít možnost přístupu ke vzdělání a službám. Mít možnost zapojovat se do procesů rozhodování, participace. Plně rozvíjet svůj potenciál, možnost seberealizace. Vždy zachovávat důstojnost, nezneužívat seniorů, slušně se k nim chovat. Zajistit dostupnost péče, především ke zdravotnickým, sociálním a právním službám.

Důvody, proč se senioři chtějí vzdělávat, jsou různé. Pro některé je podstatné udržení psychických a sociálních aktivit. Jiní návštěvou vzdělávacích akcí dokážou odbourat pocit osamocení, naplňují osobní zájmy nebo uskutečňují to, co v mládí nestihli. Nedostatečné je v rámci vzdělávání seniorů následné využití kvalifikace a aktivní zapojení seniorů do pracovního procesu, kde by mohli své poznatky využít. Edukace seniorů je víceméně stále na teoretické úrovni. (Tamtéž, 2009, s. 193 – 194)

5.1 VLIV KOGNITIVNÍCH FUNKCÍ NA PROCES EDUKACE

Kognitivní funkce jsou vnímání prostřednictvím smyslů, paměť, pozornost, představy, fantazie, myšlení, úsudek a řeč. Díky těmto funkcím poznáváme svět kolem sebe. Informace se přenášejí formou elektrických impulzů na výběžcích neuronů, kterých má mozek více než 10 miliard, rychlostí více než 500 km za hodinu. V 90 letech věku dochází k úbytku neuronů o 10 – 20 %. Pravidelným cvičením a využíváním dovedností a dosažených informací se mohou nervové buňky obnovovat. Úbytek buněk neprobíhá stejnoměrně ve všech částech mozku, některé jsou postiženy více. Čelní laloky, ve kterých jsou umístěna centra sluchu a zraku a hypokampus, ve kterém jsou ukládány informace a díky němuž máme schopnost učit se nové věci, jsou zasaženy úbytkem neuronů ve vyšším věku nejvíce. Zpomalením vedení nervových vláken a degradací smyslových orgánů se zhoršuje paměť. Zhoršení paměti se vyrovnává schopností uspořádat informace. Příjem informací je závislé na pozornosti a soustředění. Je proto důležité rozvíjet pozornost. Mozek je schopen i ve vyšším věku přijímat nové informace a neztrácí schopnost učit se, pouze se mění způsob zpracování.

Paměť a její schopnost udržet informace se dá ovlivňovat po celý život. Doba udržení informací je závislá na jejich opakování. (Klevetová, 2017, s. 56 – 57)

Krátkodobá paměť, nazývaná také pracovní, slouží k omezenému počtu informací na určitou dobu. Zajistí uložení 5 až 9 znaků a nedojde-li k opakování, vymizí poměrně rychle. (Farková, 2006, s. 60)

Tato paměť závisí na našem zájmu a naší pozornosti. Elektrické podráždění, které jde z oka do mozku, během 20 sekund zanikne a nedojde-li k opětovnému pozorování, získanou informaci zcela ztratíme. Chceme-li si slova či čísla zapamatovat a dojde k jejich opakování, posouvá se informace, která má pro nás takový význam, do dlouhodobé paměti. (Klevetová, 2017, s. 58)

Dlouhodobá paměť je předpokladem pro učení. Umožňuje vytvářet vědomosti a dovednosti. Podle druhů vnímání rozlišujeme dlouhodobou paměť na názorně obraznou a slovně logickou. Na názorně obrazové paměti má výrazný podíl představivost. Podle druhů vnímání jde o paměť sluchovou, zrakovou, čichovou, senzomotorickou, chuťovou a hmatovou. Slovně logická paměť je rozhodující během osvojování si vědomostí. (Farková, 2006, s. 61)

Dále rozdělujeme dlouhodobou paměť na sémantickou, procedurální a epizodickou.

Sémantická paměť umožňuje schopnost zapamatovat si význam slov a jejich zařazení do skupin a pojmout všeobecné znalosti o světě. Sémantickou paměť učením a pozorováním můžeme prohlubovat.

Procedurální paměť zahrnuje naše návyky a postupy. Některé návyky jsou již automatizovány natolik, že uvolní místo krátkodobé paměti, například řízení auta, jízda na kole.

Epizodická paměť zahrnuje osobní zkušenosti. Díky ní si dokážeme utřídit životní etapy. Ve vyšším věku se lépe vybavují ty dřívější. (Klevetová, 2017, s. 58)

Pokud se paměť trénuje, nedochází k výraznému úbytku neuronů a vytváří se nová nervová spojení. Tak je možné podporovat mozkovou činnost i ve vysokém věku. Informací ale nesmí být příliš najednou, aby mozek dokázal všechny zpracovat. Pokud mozek s nabytými informacemi nějakou delší dobu nepracuje, dojde k jejich ztrátě. Ke ztrátě pozornosti a oslabení paměti může dojít i ztrátou motivace, nudou a únavou. Každý organismus má nastaven biologický čas k vykonávání aktivit, který by měl dodržovat, aby byla jeho činnost efektivní. Někomu se lépe pracuje ráno, jinému v odpoledních hodinách. K udržení informací musí neustále docházet k opakování, jinak se některé vytratí a zůstane jich přibližně 3 – 5 %. Aby došlo k zakódování nějaké informace, je třeba angažovanost a pozornost. Informace jsou výživou pro mozek, jejichž získáváním se posiluje a patologické biochemické procesy se zpomalují. I přes trénování a posilování paměti dochází k zapomínání. Je to přirozený jev a ochrana mozku před zahlcením. (Tamtéž, 2017, s. 58 – 59)

5.2 SCHOPNOST UČENÍ VE STÁŘÍ

Schopnost učení se ve stáří je jiného rázu než u mladších lidí. Učivo se obtížně osvojuje. Vzhledem k tomu, že nemá dalšího praktického využití, je třeba, aby mělo logickou strukturu. Funkce krátkodobé paměti je již zhoršena a do dlouhodobé se ukládají ne všechny informace, ale jen ty podstatné. Memorování je model, který ve stáří převládá. Je také třeba se zaměřit na logicko – smyslovou paměť, neboť

mechanická se zhoršuje. Snížení výkonu starého člověka není způsoben neschopností se učit, ale nejistotou v dosažení výsledku. (Tamtéž, 2017, s. 64 – 65)

Při učení starších osob je třeba vycházet z pěti faktorů.

Prvním faktorem je kapacita učení, která vyjadřuje, kolik je jedinec schopen učením pojmout. Ani ve vyšším věku se kapacita učení nezmenšuje. Negativně zasáhnout mohou některé patologické procesy, zejména nemoc, které pak ovlivní proces edukace. Až v pozdním seniorském věku je patrné snižování kvality kapacity učení, ale i to se dá trénováním udržet ne-li dokonce zlepšovat.

Druhý faktor, který nelze opomíjet v procesu učení seniorů je obtížnost. Jde o rychlost potřebnou k osvojení učiva. Doba potřebná k osvojení učiva se s narůstajícím věkem prodlužuje. Tento fakt lze řešit didakticky vhodným diferencovaným organizováním procesu výuky.

U seniorů jde o zainteresování v procesu učení a zájem na dosažení výsledku. Podněty k učení jsou třetím faktorem, ke kterému je třeba hledět v rámci edukace. S narůstajícím věkem musí být účastníci více motivováni.

Trvanlivost, schopnost vzpomenout si. Pokles „rozpomenou si“ je patrný již na počátku pozdní dospělosti. Je to dáno silnější selekcí, co si chce účastník zapamatovat. Trvalé zůstávají ty poznatky, které si účastník chce pamatovat, ostatní rychleji vymizí.

Posledním faktorem je intenzita procesu učení, kterou lze chápat jako ochotu k učení. Je to přesvědčení o významu učení se a s narůstajícím věkem toto přesvědčení klesá. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 78 – 79)

Ve spojitosti se vzděláváním seniorů je třeba brát zřetel i na další podstatné odlišnosti od mladší populace. V rámci vzdělávacích programů je třeba zohledňovat různorodost skupiny. Účastníci vzdělávacího programu se mohou výrazně odlišovat nejen v kognitivních schopnostech, ale také fyzické zdatnosti. V této souvislosti se hovoří o věkovém mainstearmingu, integraci určitého problému do plánování, realizování a vyhodnocování politik agenturních procesů. Zajistit každému možnost zapojení se do procesů bez rozdílu věku. K věkovému mainstearmingu mi měly všechny instituce, pořádající vzdělávací programy pro seniory, přihlížet. (Vidovičová, Gregorová in Šerák, 2009, s. 195)

Dále je třeba zohlednit dostupnost místa konání, bezbariérovost prostor, vhodné osvětlení, přizpůsobit hlasitost výkladu, vytvořit takové výukové materiály, které budou

svou grafikou, velikostí písma a kontrastem vyhovující, zajistit stabilizační a protiskluzové prvky. Počítačovou techniku volit tak, aby byla vyhovující pro posluchače. Firma Microsoft nabízí počítače přímo navržené pro seniory. Jsou vybaveny velkou klávesnicí, jednoduchou obrazovkou, s minimem ikon a snadno ovladatelnou myší. (Tamtéž, 2009, s. 196)

5.3 BARIÉRY VE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Edukaci mohou výrazně ovlivnit a proces znesnadnit bariéry. Ty jsou opakem motivačních činitelů, které pozitivně ovlivňují rozhodování o účasti na vzdělávacím procesu.

Bariéry je možné rozdělit na objektivní, vnější a subjektivní, vnitřní. Mezi vnější bariéry můžeme zahrnout neinformovanost seniorů k edukaci, nedostatek financí ale také nedostatečnou prestiž vzdělávání. Rovněž se do této skupiny bariér řadí nedostatečný přístup, špatně dostupné místo konání akce a nevhodná doba konání.

Vnitřní bariéry souvisí s vnitřním rozpoložením jedince. Jeho dřívější zkušeností a smýšlením o osobním rozvoji. Nejen špatná zkušenost z předchozího vzdělávání, ale i strach z neúspěchu znamenají překážku účasti. Strach pramení i z nedostatečné vnitřní motivace a pocitu, že vzdělávání v tomto věku již nemá smysl. (Benešová, 2014, s. 106 – 107)

Šerák spatřuje bariéry pro účast seniorů na vzdělávání především při cestování v dopravních prostředcích a bariérovou budov, které jsou, především pro handicapované jedince, nepřekonatelným problémem. (Šerák, 2009, s. 194 – 195)

Dále je možné rozlišovat bariéry na:

- informační,
- situační,
- psychologické,
- andragogické,
- organizační.

Informační bariéry pramení z nemožnosti vyhledat dostačující a uspokojující informace o studiu.

Situační bariéry se týkají zejména životní situace. Množstvím finančních prostředků, které jsou nutné k uhrazení školného, cestovních nákladů, nákupu studijních materiálů. Překonávat je mnohdy třeba i nedostatek času a osobní překážky. Péče o nemocného partnera a rodinné problémy mohou znamenat jisté komplikace.

Negativní postoj ke vzdělání zapříčiňuje nízkou motivaci. Senioři často trpí strachem z neznámého a možného neúspěchu. Rovněž mají za sebou dřívější zkušenosti se vzděláváním, které nemusí být nutně kladné. Tyto aspekty se řadí mezi bariéry psychologické.

Andragogické bariéry jsou dány délkou od absolvování předchozího vzdělávání. Nedostatečné vědomosti a typ absolvované školy. Mnozí senioři mají zkušenosti s nevhodnými způsoby hodnocení, náročností učební látky a negativním přístupem ke své osobě.

Organizační bariéry jsou spojeny především s organizací, která vzdělávací program pořádá. Je důležité, aby instituce správně pochopila a dokázala uspokojit potřeby seniorské populace, jako účastníků vzdělání. Může se jednat o správně zvolený program, časové rozvržení, administrativní zajištění i vhodné místo pro takový záměr. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 80 – 81)

Beneš dále uvádí, že socioekonomický status a rodinný stav mohou ovlivnit účast na vzdělávání, stejně jako zdravotní stav a velikost bydliště. Podstatným faktorem je rovněž dosažené předchozí vzdělání. Lidé, kteří se v mládí vzdělávali, jsou aktivnější ve vzdělávacích procesech i v seniorském věku. Zároveň, pokud se jedinci vzdělávají informálně, spíše mají zájem na účasti ve formálním procesu.

Dosažený stupeň vzdělání a aktivní prožívání stáří přispívá nepochybně ke spokojenosti a zdraví. Příznivě ovlivňuje psychiku a zamezuje psychickým onemocněním a nemocím srdce a krevního oběhu. (Beneš, 2014, s. 111)

5.4 DIDAKTICKÝ PROCES

Senioři tvoří z didaktického hlediska velice heterogenní skupinu s výraznými individuálními, věkovými rozdíly, rozdíly v získaných životních zkušenostech,

zkušenostech nabytých v předchozím vzdělávání a rozdílných ekonomických, politických a sociokulturních aspektů. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 113)

Didaktický proces je činnost, při níž dochází k předávání informací jedním subjektem druhému subjektu, který informaci přijímá v podobě učení. Model, vystihující didaktický proces, je vyjádřen didaktickým trojúhelníkem, v němž jsou znázorněni vzdělavatel, vzdělávající a učivo. (Průcha, 2009, s. 65 – 81)

Předmětem didaktického procesu jsou základní didaktické kategorie, mezi něž patří: cíl, obsah, metody, formy a prostředky a didaktické zásady a podmínky. Každý proces probíhá v pěti fázích, fází motivační, expoziční, fixační, diagnostické a aplikační. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 113)

Vzhledem k cílové skupině seniorů je potřeba přizpůsobit i didaktický proces samotným seniorům.

Pro seniorskou edukaci jsou důležité psychodidaktické aspekty. Lektor by měl vždy přihlídnout k věku, dosaženému vzdělání a také na motivech účasti ve vzdělávacím procesu. Měl by vystihnout možnost vložení příběhů ze života, podpořit své posluchače, aby sami obohatili výuku nějakými vlastními zkušenostmi. Celý edukační proces řídit nenásilnou formou. (Tamtéž, 2015, s. 114 – 115)

U seniorů není důležité zaměření se na cíl, ale především průběh celého procesu. Je podstatné vytyčit si cíle, které jsou adekvátní, čeho má být vzděláváním dosaženo. Po stanovení cílů vymezit, k čemu mají sloužit. V případě seniorské populace bývá nejběžnější účel sebeaktualizace, pozitivní hodnocení a sebedůvěra.

Formulace cílů je potřebnou dovedností lektora. Cíle by měly být jednoznačné, kontrolovatelné, přiměřené a konzistentní.

V případě seniorů převažuje v edukačním procesu přímá výuka, v některých případech i sebevzdělávání. V současné době se stávají populárními virtuální univerzity. Má-li lektor ve výuce jednoho posluchače, jedná se o individuální výuku, je-li posluchačů více, jedná se o výuku hromadnou, kooperativní (skupinovou nebo párovou), problémovou výuku, kdy musí lektor vystupovat v roli facilitátora. (Tamtéž, 2015, s. 120 – 145)

5.4.1 DIDAKTICKÉ ZÁSADY

Didaktické zásady představují obecné požadavky, které spolu s cíli a základními zákonitostmi výuky určují charakter celého procesu. Ovlivňují činnost lektora i posluchače seniora.

Je důležité, co mají didaktické zásady v procesu zajistit, tedy jejich obsah, dále způsob, jak lze didaktickou zásadu uplatnit, tedy její využití. (Maňák in Špatenková, Smékalová, 2015, s. 147)

V případě seniorů platí jiné zásady než obecně platné ve vzdělávacím procesu. Seniori mají jiné, specifické požadavky.

K požadavkům náleží:

- K pochopení nových informací potřebují seniori vlastní způsob a tempo.
- Mít k dispozici přehledné a názorné informace.
- Rozdělení informací do několika úseků, nezahlcovat se velkým množstvím informací najednou, což by nemuselo být pochopeno.
- Neustále se ptát, zda byla předaná informace pochopena.
- Nežádoucí je učení se zpaměti.
- Smysl činnosti, kterou dělá.
- Za snahu mít náležitě ocenění.

Do didaktických zásad by měly být promítnuty psychosociální potřeby:

- Potřeba stimulace – nalezení smysluplné aktivity, která seniora naplňuje.
- Potřeba aktivity – taková činnost, u které se cítí být užitečný.
- Potřeba citové jistoty a bezpečí – zabezpečení podmínek, při nichž bude senior akceptovaný společností.
- Potřeba seberealizace. (Klvetová, Dlabalová, 2008, s. 55)

Základní didaktické zásady, které působí všeobecně ve vzdělávacím procesu

- Zásada vědeckosti – způsob výuky musí být vědecky podložen a odpovídat současnému vědeckému poznání.

- Zásada orientace na praxi – na rozdíl od dětí a mládeže jsou dospělí, a tedy i senioři, prakticky orientováni. Je dobré, aby lektor uměl vystihnout užitečnost a praktičnost daného tématu.
- Zásada motivace a participace – účastníci by měli mít možnost aktivního zapojení do výuky, což působí jako motivační prvek.
- Zásada individuálního přístupu – nutnost respektu ze strany lektora k individuálním požadavkům jednotlivých posluchačů.
- Zásada zpětné vazby a transferu.
- Zásada didaktické redukce – výběr témat a informací se zaměřením na cílovou skupinu.
- Zásada členění výukového procesu
- Zásada orientace na volný čas – rozvoj aktivit účastníků a dostatečný prostor pro samostatnou práci. (Veteška, Vacínová a kol., 2011, s. 95 – 96)

Zásady, které musí lektor respektovat, v případě seniorského vzdělávání jsou:

- **Zásada zaměření na sebeaktualizaci osobnosti seniora**
Vzdělávací proces seniorů nemá za cíl dospět zvýšení kvalifikace ani nikterak nezvýší výkon, přispívá ke zvýšení sebeaktualizace. Lektor by měl dbát na rozvoj schopností, ne přetěžovat posluchače množstvím teoretických informací.
- **Zásada partnerského přístupu**
Lektor v procesu vzdělávání seniorů nevystupuje jako učitel, ale jako facilitátor. Pro své posluchače má být průvodcem v procesu učení. Senioři do procesu vstupují s životními zkušenostmi, které by lektor měl vždy respektovat a přistupovat ke svým posluchačům jako partner.
- **Zásada nepřetržité zpětné vazby**
Lektor musí neustále sledovat, zda bylo jeho výkladu ze strany posluchačů porozuměno. Sledovat udržení pozornosti a motivace. Své posluchače povzbuzovat k činnosti.
- **Zásada systematickosti**

Při dodržování této zásady se propojují dva aspekty. Aspekt obsahový, jehož požadavkem je logické uspořádání učiva a aspekt procesuální, zařazení nových poznatků do stávajících. Lektor by měl učivo logicky uspořádat.

- **Zásada redukce**

Pro seniory je náročné osvojování nových pojmů. Lektor musí zvolit správný způsob vysvětlení. Pomocným nástrojem k osvojení mohou sloužit mnemotechnické pomůcky. Je třeba soustředit se na klíčové pojmy. Učivo musí být zajímavé a nenáročné.

- **Zásada rekonstrukce**

Učivo se snáze osvojí pomocí názorné rekonstrukce. Na základě již získaných poznatků, nikoli jen pasivním posloucháním výkladu.

- **Zásada uvědomělosti a aktivity**

Uvědomělost znamená, že posluchač zná důvod, proč se učí, ale zároveň i vyvíjí kladný vztah k učení a snaží se aktivně dosáhnout cíle.

- **Zásada operativnosti**

Lektor musí umět odhadnout potřeby seniorů. Citlivě přistupovat k výuce, nenutit násilím seniory do aktivit, umět vystihnout vhodnou chvíli. Přizpůsobit způsob výkladu momentální situaci.

- **Zásada názornosti**

Po šedesátém roce věku preferují posluchači vizuální získávání informací a lektor by měl k této skutečnosti přistupovat.

- **Zásada zajímavosti**

- **Zásada přiměřenosti**

Skupina seniorů je velice různorodá. Lektor má nelehký úkol v přizpůsobení učiva. Musí mít připraveno dostatečné množství činností, aby mohl uspokojit individuální potřeby všech posluchačů. Cíl by měl být nastaven především tak, aby byl dosažitelný, metody nastavené tak, aby byly proveditelné, a učivo nesmí být příliš obtížné.

- **Zásada trvalosti**

Je žádoucí zapamatování si učiva a jeho pozdějšího vybavení včetně schopnosti praktického využití. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 148 – 152)

Většinu zásad přebírá gerontodidaktika z odkazu našich předků, kteří didaktické zásady uplatňovali v rámci vzdělávání dětí. Jedním z hlavních představitelů dějin pedagogiky je Jan Ámos Komenský. Zásady, které hlásal, jsou dnes již samozřejmé a běžně aplikované. Opakování učiva, provázanost předmětů jsou zcela běžnou praxí. Odvozování poznatků z praxe, učení přiměřené věku a schopnostem zčásti i znovu objevujeme. Jan Ámos Komenský formuloval zásady i na dospělé populaci, neboť se jako jeden z prvních zajímal o výchovu dospělých a vzdělávání vnímal jako celoživotní záležitost. (Plamínek, 2014, s. 64)

Senioři jsou, při dodržení zásad a respektování jejich individuality vzdělavatelnou skupinou, jako mladší generace.

Dle Livečky je třeba dodržet tři podmínky pro efektivní edukaci. První podmínkou je respekt vůči seniorům s přihlédnutím k jejich zkušenostem a ustáleným názorům. Druhou podmínkou je přihlédnutí a respektování k jejich pocitům strachu, úzkosti nízkému sebevědomí vedoucí k potřebám seberealizace. Třetí podmínkou je vliv prostředí, kde důležitou roli hraje osobnost vzdělavatele a zároveň atmosféra ve vzdělávací skupině. Na vzdělavatelnosti seniorů se podílí vnitřní bio-psycho-sociální podmínky. Je třeba vycházet z kognitivních funkcí seniora, jeho osobnosti, motivace, ze schopnosti učit se novým věcem, dosaženého stupně vzdělání a v neposlední řadě zdravotního stavu. (Livečka in Veteška, Vacínová, 2011, s. 144)

Vzdělávání dodává seniorům pocit seberealizace a sebeaktualizace. Získání pocitu užitečnosti a kontroly nad vlastním životem odpovídá integritě, moudrosti stáří. (Veteška, Vacínová, 2011, s. 145)

6 LEKTOR VE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

V žádné odborné literatuře není přesně specifikována osobnost lektora ve vzdělávání seniorů. Lektor ve vzdělávání seniorů je andragog, na nějž jsou kladeny nemalé požadavky. Z hlediska sociologického (akcentace určité společenské prestiže), psychologického (seberealizace jedince v profesi) a administrativního (indikátory, podle kterých se různá pracovní odvětví dají kategorizovat) lze práci lektora považovat za profesi. V České republice doposud neexistuje standard pro určení kvalifikace lektorů ve vzdělávání. Neexistují ani žádné rekvalifikační kurzy pro získání vědomostí jak vzdělávat seniory. Od roku 2013 platí standard pro Lektora dalšího vzdělávání. Vzhledem ke specifčnosti seniorů, jako účastníků vzdělání, je třeba do budoucna specifikovat i standard lektora vzdělávání seniorů.

Lektor ve vzdělávání seniorů by neměl vystupovat jako informátor, předávající cenné informace, ale spíše facilitátor, poradce, mentor, někdo, kdo pomůže usnadnit učení, zaměří se na osobnost, potřeby a zájmy účastníků. Zároveň se citlivě, avšak kriticky zasadí o rozvíjení kritického myšlení posluchačů. Smyslem vzdělávání seniorů by nemělo být pasivní přijímání informací, ale aktivní zapojení do procesu, s podporou samostatného uvažování. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 81 - 183)

Vzhledem k tomu, že seniorské vzdělávání patří mezi zájmovou, volnočasovou činnost, nároky na osobnost lektora jsou mnohdy zvýšené. Senioři bývají kritičtí a patří mezi nejnáročnější posluchače. Vyžadují, aby měl lektor ne jen odborné znalosti, ale i všeobecné. Lektor musí být hodný a umět mluvit nahlas. Z požadavků vyplývá, že na lektora jsou kladeny vysoké požadavky a ne každý andragog může vzdělávat seniory. (Ondráková, Tauchmanová, Janiš, Pavlíková, Jehlička, 2012, s. 40 – 41 srov. s Smékalová, Špatenková, 2014, s. 84)

Lektor je jako řídicí jednotka ve vzdělávacím procesu. „*Dokáže provést klienta procesem přípravy, realizace a evaluace vzdělávacího procesu*“ (Desatero kvalitního lektora, AIVD, cit. online 2019-08-11)

Kompetence je klíčové chování v určité roli, zajišťující výborný výkon. Promítají do něj znalosti, dovednosti, a postoje jedince. Na základě rolí lektora ve vzdělávání seniorů jsou stanoveny kompetence:

- Osobnostní kompetence zahrnující:
 - etickou kompetenci (vyjadřuje respekt, úctu, odpovědnost)
 - intersubjektivní kompetenci (sdílení, porozumění, empatie)
 - empirickou kompetenci (důraz na zkušenosti vzdělavatele)
 - seberefektivní (Ochota k celoživotnímu učení, schopnost posoudit své chování a umět z něj vyvozovat patřičné závěry).
- Odborná kompetence zahrnuje:
 - oborovou kompetenci (vědomosti a zkušenosti z oboru)
 - mezioborovou kompetenci (přesah oboru do dalších disciplín).
- Andragogicko-geragogická kompetence:
 - andragogická kompetence (vědomosti z teorie a metodologie andragogiky)
 - geragogická kompetence (znalosti a dovednosti z oboru geragogiky)
- Lektorská kompetence je stěžejní, jelikož představuje umění skloubit veškeré vědomosti a dovednosti a aplikovat je na cílovou skupinu posluchačů. (Smékalová, Špatenková, 2015, s. 187)

Názory na kompetence lektora ve vzdělávání seniorů se liší. Standard lektora v Národní soustavě kvalifikací chybí. Vzhledem ke stále se zvyšujícímu zájmu o vzdělávání seniorů je třeba se zaměřit na osobu vzdělavatele, který je nepochybně důležitým článkem v edukačním procesu. Senioři, jako cílová skupina posluchačů mají své specifické nároky, které je třeba respektovat a lektor by na ně měl být připraven. Lektor musí být dobrým facilitátorem pro seniory během jejich vzdělávacího procesu, zároveň musí umět vytvořit správnou atmosféru pro všechny posluchače. Musí být citlivý a vnímavý k požadavkům individuálním, od každého posluchače, zároveň musí dokázat propojit a sjednotit celou skupinu.

6.1 KOMUNIKACE VE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Lektor vzdělávající seniory nemusí mít pedagogické vzdělání. Vzdělávání může provozovat jako činnost na základě živnostenského oprávnění. Očekávání od lektora ve vzdělávání seniorů jsou didaktické kompetence k takovému vzdělávání. Lektoři mohou

mít problém s komunikací při výuce seniorů. Nelze však ke stáří přistupovat jako k méněcennosti či nechápavosti. Je třeba výklad přizpůsobit, ale není třeba používat zdrobněliny, mluvit jak s malými dětmi. Stačí mluvit pomalu, zřetelně, nahlas, a to zejména z důvodů involučních změn ve stáří, které způsobují zhoršení zraku a sluchu a mohly by znamenat jisté bariéry v procesu vzdělávání. Určitě není žádoucí používat slangové výrazy, cizí slova, která nejsou dostatečně vysvětlena ani výrazy, které jsou v cizí řeči a jsou běžně používány mladší generací. Takovým výrazům nemusí senior rozumět a může se cítit zmateně. Nedobře může být seniory přijímáno používání odborného jazyka. Vše by mělo být vysvětleno pro pochopení všem, bez rozdílu vzdělání a zkušeností z předchozích let. Doteky jsou sice při práci se seniory žádoucí, ale spíše v oblasti zdravotní a sociální, do vzdělávacího procesu by neměly být příliš implementovány. (Ondráková, Tauchmanová, Janiš, Pavlíková, Jehlička, 2012, s. 40 – 44 srov. s Špatenková, Smékalová, 2015, s. 195)

Senioři mohou mít problém ne jen z důvodu nedoslýchavosti, ale také komunikace ve skupině, což pro ně znamená velké soustředění, aby přes hluk slyšeli a byli slyšeni. Osoby mladšího věku bývají mnohdy příliš rychlí na seniory, netrpěliví. Ti mají mnohdy již pomalejší reakce a trvá jim delší dobu, než si vybaví jména, čísla, ale i události, které se odehrály. Pro úspěšnou komunikaci se seniory by měl lektor snažit pochopit a vcítit se do jejich pocitů. Stále by měl dávat najevo zájem, aktivně naslouchat. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 199 – 200)

Aktivní naslouchání je důležité pro schopnost hovořit. Někteří lidé hovoří rádi o svých chorobách ne proto, že potřebují předat informaci o svých potížích, ale potřebují, aby je někdo poslouchal, dokážou tak na sebe upoutat pozornost. Komunikace se seniory je velké umění. Neexistuje žádný stoprocentní návod pro lektora, jak se ke svým posluchačům chovat, jak s nimi komunikovat. Důležité je dodržovat pravidlo „Chovat se k druhým tak, jak my chceme, aby se druzí chovali k nám“.

Lektor by měl být za každých okolností: slušný, měl by respektovat komfort a důstojnost účastníků akce, přistupovat k seniorům jako k jedinečným osobnostem, za každých okolností být pozitivní, usmívat se. Pokud senior nechce komunikovat, neměl by ho lektor nutit. Pokud chce komunikaci podpořit, snažit se být kreativní, umět zaujmout a nepoužívat mechanické a naučené odpovědi. (Tamtéž, 2015, s. 200 srov. s Peasovci, 2006, s. 18 – 20)

Pro efektivní komunikaci je nejdůležitější navázat dobrý vztah. Vzhledem k dobrovolné účasti na vzdělávací akci senioři nebudou setrvávat, pokud si nevytvoří se svým lektorem pozitivní vztah. Naopak, pokud je jejich lektor zaujme a vytvoří si mezi sebou navzájem pozitivní vztah, budou se za ním rádi vracet. Pozitivní přístup působí na seniora jako terapie. Stejně tak jako v rámci terapií i ve vzdělávacím procesu je třeba dodržovat některé podmínky, jako jsou:

- respekt,
- autentičnost,
- empatie,
- aktivní naslouchání,
- důvěra,
- důvěrnost.

Respektem se rozumí bezpodmínečně kladné přijetí seniorů lektorem. Ten by neměl nikdy své posluchače soudit, ale vždy přijímat a akceptovat jejich názory. V rámci své profesní role zůstat sám sebou, upřímný, mít schopnost autentičnosti, jednat se seniory o příjemných věcech, ale například umět i vyjádřit soustrast se smrtí někoho blízkého. Schopnost vcítit se do problémů seniorů, být empatický. Senior vidí rád, pokud má pocit spoluúčasti na svých problémech druhou osobou. Lektorovi empatie pomůže zaměřit se na potřeby seniora v rámci edukačního procesu. V empatii se odráží dva faktory, vnímání a komunikace. Samo vnímání nestačí, lektor musí umět se seniorem o potížích i mluvit, umět naslouchat. Především aktivním nasloucháním se lektor dokáže zorientovat a porozumět potřebám seniora. Důvěra je důležitá pro každý vztah dvou subjektů. Nejinak je tomu ve vztahu interakce senior – lektor. S důvěrou úzce souvisí důvěryhodnost. Lektor jí musí získat svým diskrétním vystupováním, zachováním mlčenlivosti tam, kde by bylo narušeno soukromí, či citlivé údaje o posluchači. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 201 – 207)

7 SHRUTÍ TEORETICKÉ ČÁSTI

Stárnutím populace se vzdělávání seniorů stává tématem stále aktuálnějším. Postupně ubývá ekonomicky aktivních osob. Integrovat seniory do pracovní sféry bude nesmírně důležité. Senioři, kteří budou schopní se zapojit do pracovního procesu, budou moci, díky možnosti vzdělávat se, zvýšit si svou stávající kvalifikaci. Vzdělávání přestane být pouze zájmovou činností pro kvalitně trávený čas seniorů, ale mít významnou funkci pro společnost. Lektor, který hraje velice významnou a zásadní roli v procesu vzdělávání seniorů, by měl získat významné postavení v pracovním zařazení.

Na osobu vzdělávající seniory je kladen nelehký úkol. Kromě znalostí gerontagogiky by měl znát psychické procesy seniorů. Vždy by měl umět přihlídnout a respektovat potřeby svých posluchačů. V současné době může být lektorem ve vzdělávání seniorů téměř každý. Není nikde přesně specifikován profil lektora ve vzdělávání seniorů. Pokud posluchač, který do vzdělávacího procesu nastoupí, nezíská vůči lektorovi sympatie, může kdykoliv svojí účast ukončit. Vzdělávání seniorů je zatím záležitostí zcela dobrovolnou. S narůstajícím významem vzdělávání seniorů je potřeba vyspecifikovat ne jen obsahovou náplň kurzů, ale i jejich celkové zajištění. Osobnost lektora je ve vzdělávání podstatnou složkou. Na lektorovi záleží úspěšnost a dosažení cíle kurzu. Senioři jsou náročnou skupinou na posouzení osobnosti přednášejícího. Vyžadují odborný, ale zároveň citlivý přístup. Osobnost lektora může ovlivnit účast seniora na vzdělávací akci, k tomu by měla vždy pořádající organizace přihlížet a vycházet seniorům vstříc v jejich požadavcích. Je třeba hledat lektory, kteří nebudou jen předávat informace, ale provedou své posluchače edukačním procesem jako partneři a rádci.

PRAKTICKÁ ČÁST

8 SMÍŠENÝ VÝZKUM – ÚVOD

Praktická část je zaměřena na zjištění požadavků na osobnost lektora. K samotnému výzkumu byl určen smíšený výzkum, tj. kvantitativní metodologie, doplněná metodologií kvalitativní. Tento design byl zvolen v návaznosti na cíle práce.

Jako prostředek kvantitativního výzkumu byl použitý dotazník, v kvalitativní části polostrukturované rozhovory s lektory. Zpracování dat odpovídá zvolenému způsobu jejich sběru.

Většina autorů se ve svých dílech zaměřuje na důvody a motivaci seniorů ke vzdělávání. Osobnost lektora je popsána pouze okrajově. Profese lektora není zanesena v Národní soustavě povolání a kompetence nejsou popsány ani v Národní soustavě kvalifikací.

Smíšená metoda byla zvolena z důvodu získání hlubších informací o řešeném fenoménu, neboť informace získané od seniorů prostřednictvím dotazníků budou doplněny pohledem lektorů, jejichž náplní je vzdělávání seniorů.

Senioři jsou zcela nepochybně specifická skupina posluchačů. Mají vysoké nároky a požadavky na vzdělávací program. V tomto směru předčí mladší generace posluchačů. Posuzují vzdělávací program jako celek, ale jedním ze zásadních aspektů je osobnost lektora. Posuzují celé spektrum kompetencí lektora. Kromě odborných kompetencí posuzují zároveň praktické zkušenosti, didaktické dovednosti a komunikační schopnosti. Cílem praktické části je zjistit, zda existují specifické požadavky na lektora ve vzdělávání seniorů. Hlavní výzkumná otázka zní: Jaké jsou požadavky kladené na lektora ve vzdělávání seniorů?

V návaznosti na cíl zkoumaného problému vyvstávají dílčí cíle.

Dílčí cíl 1: Definování požadavků na lektora z pohledu seniorů.

Ke zjištění požadavků na lektora z pohledu seniorů jsou stanoveny dílčí výzkumné otázky, ze kterých vzešly hypotézy.

DVO1: Je-li důležitým faktorem věk lektora, jaký věk lektora senioři preferují?

H1: Existuje vztah mezi věkem seniora a preferencí lektora určitého věku (s ohledem na vlastní věk budou senioři preferovat vyšší věk u lektorů).

DVO2: Preferují senioři v roli lektora ženy nebo muže?

H2: Preference výběru pohlaví lektora závisí na pohlaví účastníka vzdělávání.

DVO3: Upřednostňují senioři u lektora odbornost, vzdělání nebo pedagogické schopnosti?

H3: Senioři ocení více pedagogické schopnosti u lektorů vzdělávání než odbornost, odborné vystupování, a vzdělání.

Dílčí cíl 2: Zjistit názory lektorů na specifické potřeby seniorů z jejich hlediska.

8.1 METODY VÝZKUMU A TECHNIKA SBĚRU DAT

Pro výzkum je zvolen smíšený výzkum. Vyhodnocení kvantitativních a kvalitativních dat totiž může přinést nový náhled na komplexní fenomén, což vyhodnocení jednotlivých typů dat samostatně neumožní (Bhattacharjee, 2012).

V první fázi byl získán objem kvantitativních dat prostřednictvím dotazníkového šetření u seniorů, kteří se účastní vzdělávání. Statistické vyhodnocení těchto dat bylo následně komparováno a doplněno kvalitativně zpracovanými výsledky rozhovorů.

Kvantitativní výzkum

Pro získání potřebných kvantitativních dat byla použita metoda dotazování, technikou dotazníku. Metoda byla zvolena z důvodu získávání informací v populaci seniorů, protože mj. respondentům zaručuje naprostou anonymitu. Tato metoda umožňuje výzkumníkovi, aby se dotazoval sám. Jednotlivé otázky byly formulovány ve vztahu k hlavnímu cíli diplomové práce. Technika použitá při samotném výzkumu byl dotazník. Dotazník umožňuje, při poměrně nízkých nákladech, obsáhnout velký počet respondentů. Díky promyšlené struktuře lze získat velké množství údajů. (Gavora, 2000, s. 99). Ke zpracování dat byla využita statistická metodologie.

Dotazník byl koncipován do tří základních částí. Jednorázové otázky položené v první části dotazníku byly zvoleny za účelem navození zájmu o respondenta (otázka č. 2 až 5). Další sada otázek byla formulována především v návaznosti na dílčí cíl 1 a

dále formulované dílčí výzkumné otázky a hypotézy. Ke zjištění významu vzdělávání pro seniory samotné (otázka č. 1) a významu osoby lektora (otázka č. 13), zjištění preference kompetencí lektorů (otázka č. 7), přístupu lektora ke vzdělávání (otázka č. 8 a 9) a jeho vzhledu (ot. č. 6, 10, 11, 12). Třetí částí jsou sociodemografické otázky (pohlaví, věk seniorů a vzdělání).

Samotný sběr dat probíhal formou kvantitativního přístupu. Tento přístup je zaměřen na práci s číselnými údaji, které lze dále matematicky zpracovat. (Gavora, 2000, s. 31 -32) Dotazník je přiložen jako příloha A.

Kvalitativní výzkum

„Kvalitativní přístup je proces zkoumání jevů a problémů v autentickém prostředí s cílem získat komplexní obraz těchto jevů založených na hloubkových datech a specifickém vztahu mezi badatelem a účastníkem výzkumu. Záměrem výzkumníka provádějícího kvalitativní výzkum je za pomoci celé řady postupů a metod rozkrýt a reprezentovat to, jak lidé chápou, prožívají a vytvářejí sociální realitu.“ (Švaříček, Šedřová, 2007, s. 17)

Byl zvolen polostrukturovaný rozhovor z důvodu získání subjektivního pohledu lektorů a detailnějšího vhledu do zkoumané problematiky. Rozhovory byly vedeny a verbatim vyhodnocen kvalitativním přístupem dle otevřeného kódování. Struktura otázek je sestavena do tří oblastí. V první fázi byla navozována atmosféra vzájemné důvěry a zájmu o řešenou problematiku, a proto byly zjišťovány individuální zkušenosti lektorů se vzděláváním seniorů a názory na zanesení pozice lektora ve vzdělávání seniorů do Národní soustavy povolání. Další blok otázek byl ve vztahu k dílčímu výzkumnému problému - zjišťování názoru lektorů na specifické potřeby seniorů z jejich hlediska, zda jsou nějaká specifika ve vzdělávání seniorů, jaká a co považují za důležité. Třetí oblast otázek byla sociodemografická (věk, pohlaví, kvalifikace, délka praxe vzdělávání seniorů, oblast vzdělávání seniorů)

8.2 VÝZKUMNÝ VZOREK

Respondenti kvantitativního výzkumu jsou účastníci vzdělávacích programů na území hlavního města Prahy. Vzdělávací programy byly vybrány náhodně, během

měsíce srpna 2019 a září 2019. Jednalo se o převážně o jednorázové akce, přednášky v rámci akademií třetího věku, nebo organizované jednotlivými městskými částmi.

První vzorek respondentů byli účastníci Počítačového kurzu pro začátečníky z Komunitního centra Civitas. Účastníci byli 3 muži, kteří se do výzkumu zapojili. Ve stejné organizaci, v rámci kurzu Angličtina I. a II. bylo osloveno celkem 17 žen a 10 mužů. Na akci, pořádané Městskou knihovnou v Praze, nazvané Senioři píší Wikipedii se do výzkumu zapojilo 9 žen a 6 mužů. Nejpočetnější skupinu respondentů vytvořili účastníci Újezdské akademie volného času, kteří vyjádřili svůj zájem o cyklus přednášek v rámci akademie. Celkem respondentů bylo 36, z toho 25 žen a 11 mužů.

Různorodost vzdělávacích akcí zaručuje variabilitu posluchačů a různé úhly pohledu na zkoumanou problematiku. Z celkového počtu 110 rozdaných dotazníků se vrátilo 81 vyplněných, tj. návratnost 76 %. Výsledky zjištěné během výzkumu jsou zaznamenány a zpracovány v Excelu do tabulek a grafů.

Kvalitativní část výzkumu byla uskutečněna formou osobního rozhovoru s lektory, kteří přednášejí seniorům v rámci vzdělávacích programů. Pro objektivní posouzení problematiky bylo náhodně vybráno pět lektorů přednášejících na vzdělávacích akcích pro seniory. Jeden lektor účast odmítl. Autorka nemohla ovlivnit ochotu vypovídat lektory. Pro kvalitativní vyhodnocení – analýzu dat metodou otevřeného kódování, byly použity záznamy přepisů rozhovorů, osobní poznámky a pozorování (viz Příloha C).

9 VÝSLEDKY

V kapitole budou prezentovány postupně výsledky kvantitativní části výzkumu a kvalitativní části výzkumu. Následovat bude syntéza výsledků v rámci smíšené metodologie a diskuse.

9.1 KVANTITATIVNÍ VÝZKUM

Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 81 seniorů, kteří se účastní různých vzdělávacích akcí na území hlavního města Prahy.

9.1.1 SOCIODEMOGRAFICKÁ ANALÝZA

V podkapitole budou shrnuty základní sociodemografické ukazatele – pohlaví, věk a nejvyšší dosažená kvalifikace. Místo bydliště nebylo zjišťováno, neboť dotazníky byly předávány seniorům účastnícím se kurzů na území hl. m. Prahy. Ani další ukazatele, jako např. rodinný stav, nebyly zjišťovány, protože nejsou pro danou problematiku relevantní.

Tabulka č. 1: Pohlaví respondentů

Pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
žena	47	58,02%
muž	34	41,98%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Z celkového počtu respondentů dotazník vyplnilo více žen než mužů. To koresponduje s demografickými ukazateli v ČR.

Tabulka č. 2: Věková struktura respondentů

Struktura respondentů dle věku	Absolutní četnost	Relativní četnost
60 - 69 let	41	50,62%
70 - 79 let	30	37,04%
80 a více let	10	12,35%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Nejpočetněji zastoupenou věkovou skupinou jsou senioři 60 – 69 let. V této skupině je i více žen (25) než mužů (16). V druhé početně nejvíce zastoupené věkové skupině 70 – 79 let rovněž převažují ženy (18) nad muži (12). Relativně málo je zastoupená věková kategorie nad 80 let (4 ženy a 6 mužů).

Tabulka č. 3: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů

Struktura respondentů dle vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost
Základní	4	4,94%
Střední (s vyučením)	10	12,35%
Střední s maturitou	27	33,33%
Vyšší odborné	13	16,05%
Vysokoškolské	27	33,33%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Jelikož se jedná o frekventanty vzdělávacích akcí pro seniory, předpokládá se i určitá míra vstupního vybavení reprezentovaná právě kategorií dosažené kvalifikace. Dvě třetiny respondentů dle nejvyšší dosažené kvalifikace tvoří senioři se středním vzděláním s maturitou a s vysokoškolským vzděláním. Obdobně jsou zastoupeni lidé s vyšším odborným vzděláním a se středním vzděláním s vyučením. Pouze marginální část tvoří respondenti se základním vzděláním.

Tabulka č. 4: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů dle pohlaví

Struktura respondentů dle	Absolutní četnost	Relativní četnost
žena	47	100,00%
Základní	2	4,26%
Střední (s vyučením)	8	17,02%
Střední s maturitou	13	27,66%
Vyšší odborné	9	19,15%
Vysokoškolské	15	31,91%
muž	34	100,00%
Základní	2	5,88%
Střední (s vyučením)	2	5,88%
Střední s maturitou	14	41,18%
Vyšší odborné	4	11,76%
Vysokoškolské	12	35,29%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Podrobný náhled na dosažené vzdělání dle pohlaví ukazuje, že mezi ženami bylo nejvíce vysokoškolsky vzdělaných, následováno se středním vzděláním s maturitou a vyšším odborným vzděláním, zatímco u mužů je pořadí prvních dvou kategorií obráceně, nejpočetnější skupina je středoškolsky vzdělaných s maturitou, následována vysokoškolsky vzdělanými a s vyšším odborným vzděláním. Sloupec relativní četnosti ukazuje procentuální zastoupení jednotlivých kategorií vzdělání ve skupině žen a ve skupině mužů.

9.1.2 PŘÍSTUP KE VZDĚLÁVÁNÍ

Soubor otázek zahrnutých do podkapitoly přístup ke vzdělávání byl součástí dotazníků především z důvodu navození zájmu a atmosféry důvěry. Ačkoli nejsou přímo navázané na zkoumané otázky, nabízí zajímavý náhled na strukturu respondentů z jiného úhlu pohledu. Vyjma otázky č. 1, zda respondenti považují za důležité, aby se senioři vzdělávali, a otázky č. 13, zda je osoba lektora důležitým faktorem při rozhodování na účasti ve vzdělávací aktivitě, bylo možné volit více odpovědí. Pro větší přehlednost jsou výsledky otázek 2 až 5 prezentovány prostřednictvím grafu.

Tabulka č. 5: Význam vzdělávání seniorů pro respondenty

Je důležité, aby se senioři vzdělávali?	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano	65	80,25%
Ne	16	19,75%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Z celkového počtu respondentů 80 % vyjádřilo souhlas s tvrzením, že je důležité, aby se senioři vzdělávali. Jelikož se jedná o vzorek seniorů, kteří se sami nějakého typu vzdělávání účastní, stojí za pozornost, že 20 % z nich vyjádřilo názor, že vzdělávání seniorů není důležité.

Tabulka č. 6: Osoba lektora jako důležitý faktor při rozhodování

Je osoba lektora důležitým faktorem při rozhodování?	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano, je to podstatný faktor	26	32,10%
ne, osoba lektora není tím podstatným	38	46,91%
je částečně	17	20,99%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Z odpovědí respondentů nevyplývá jednoznačný příklon k některé z variant. Názory na význam osoby lektora při jejich rozhodování o účasti ve vzdělávací aktivitě se pohybuje od převažujícího ne (47 %), přes ano (32 %), po částečně (21 %).

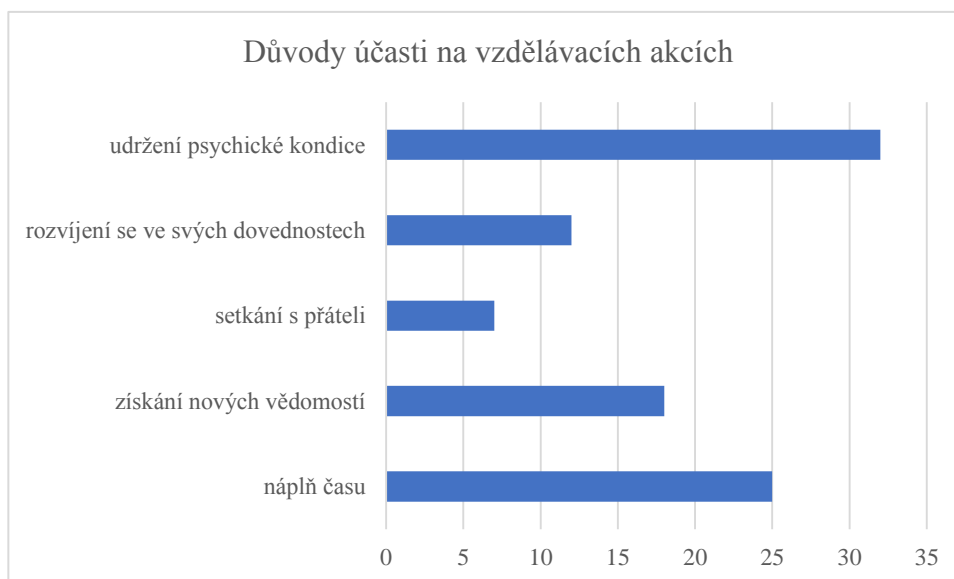
Graf č. 1: Oblasti vzdělávání



Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Nejvíce zastoupeni jsou senioři vzdělávající se v oblasti cizích jazyků a zdraví – péče o zdraví, následují kultura a historie. Marginálně jsou zastoupeni senioři vzdělávající se v oblasti informační technologie a biologie – zoologie, botanika. Senioři, kteří zvolili kategorii jiné, uváděli buď univerzitu 3. věku, nebo v žádné.

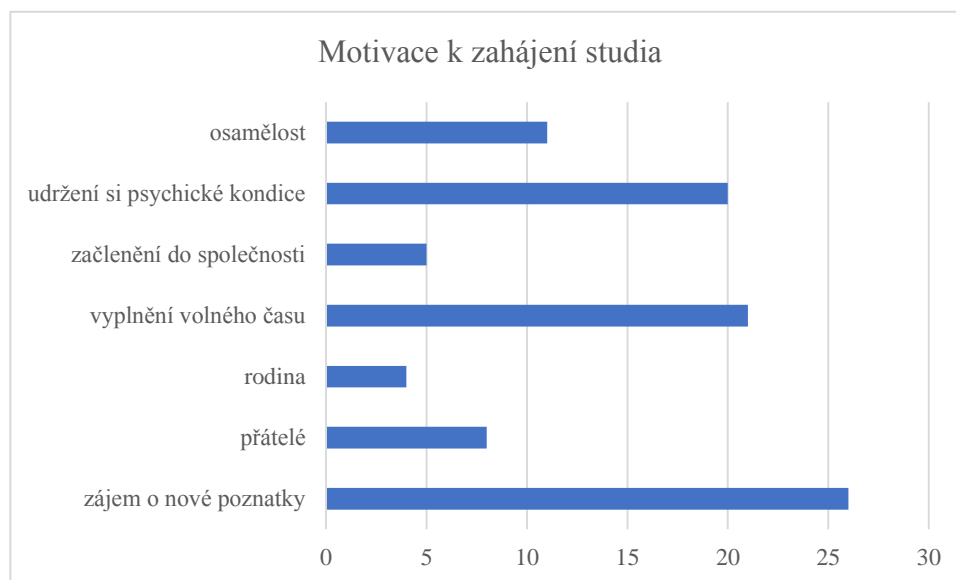
Graf č. 2: Důvody účasti na vzdělávacích akcích



Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Mezi nejčastěji uváděnými důvody účasti na vzdělávacích akcích jsou udržení psychické kondice a náplň času. Následuje získání nových vědomostí, rozvíjení se ve svých dovednostech a setkání s přáteli.

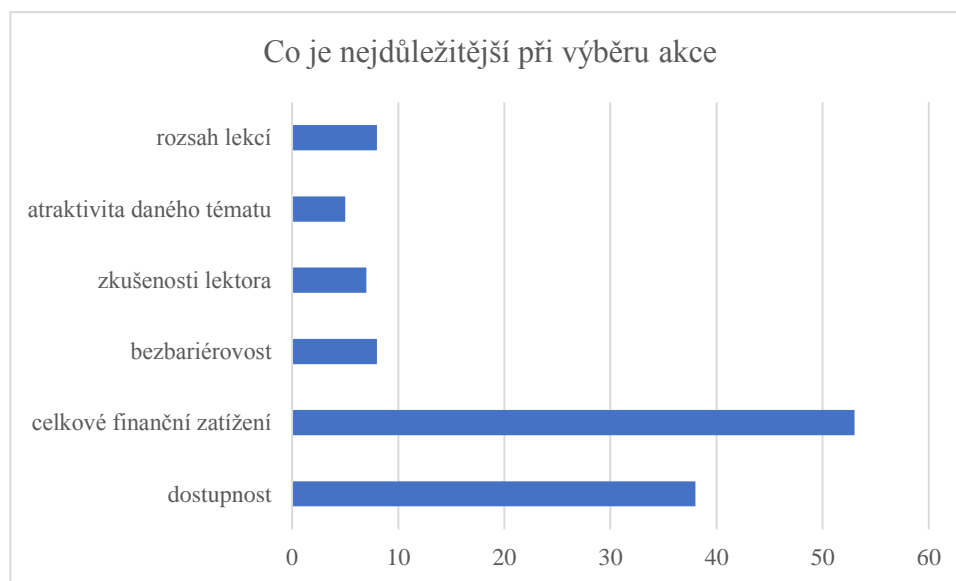
Graf č. 3: Motivace k zahájení studia



Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Na otázku, co vás motivovalo a přimělo k zahájení studia, byly tři nejčastěji volené odpovědi shodné s důvody k účasti na vzdělávání, akorát v jiném pořadí. Nejčastější odpovědí byl zájem o nové poznatky, následovaný vyplněním volného času a udržením si psychické kondice. Dalšími motivačními prvky v pořadí jsou osamělost, přátelé, začlenění do společnosti a rodina.

Graf č. 4: Co je nejdůležitější při výběru akce



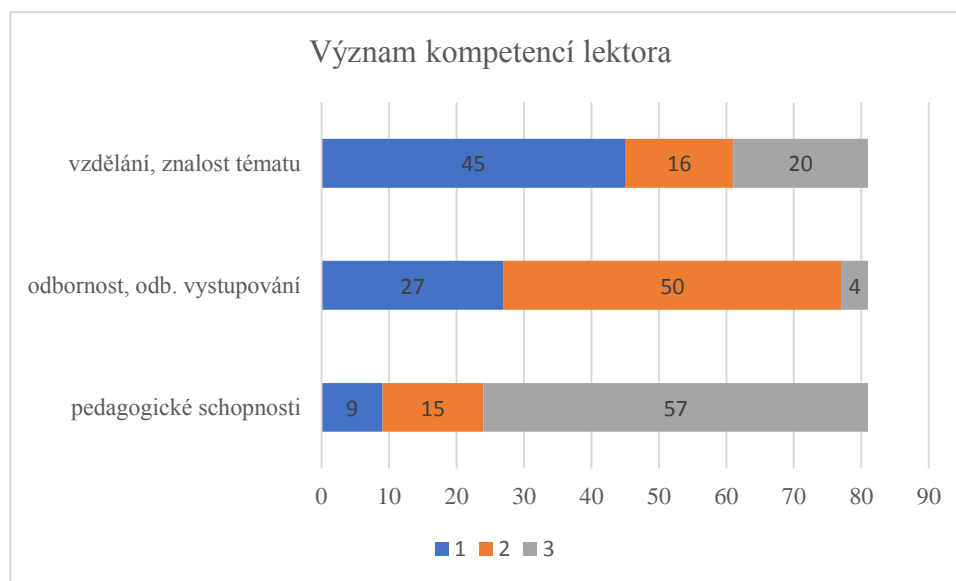
Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Jednoznačně dva nejdůležitější faktory při výběru vzdělávací akce pro seniory jsou celkové finanční zatížení a dostupnost (vzdálenost od místa bydliště). Ostatní varianty (rozsah lekcí, atraktivita tématu, zkušenosti, nebo bezbariérovost) nebyly významně voleny.

9.1.3 VÝZKUMNÁ ZJIŠTĚNÍ

K dosažení cíle praktické části byl v návaznosti na zkoumanou problematiku stanoven dílčí cíl 1: Definování požadavků na lektora z pohledu seniorů. Za tímto účelem byla formulována sada otázek. Ke zjištění preference kompetencí lektorů otázka č. 7, přístupu lektora ke vzdělávání otázka č. 8 a 9 a jeho vzhledu otázka č. 6, 10, 11 a 12.

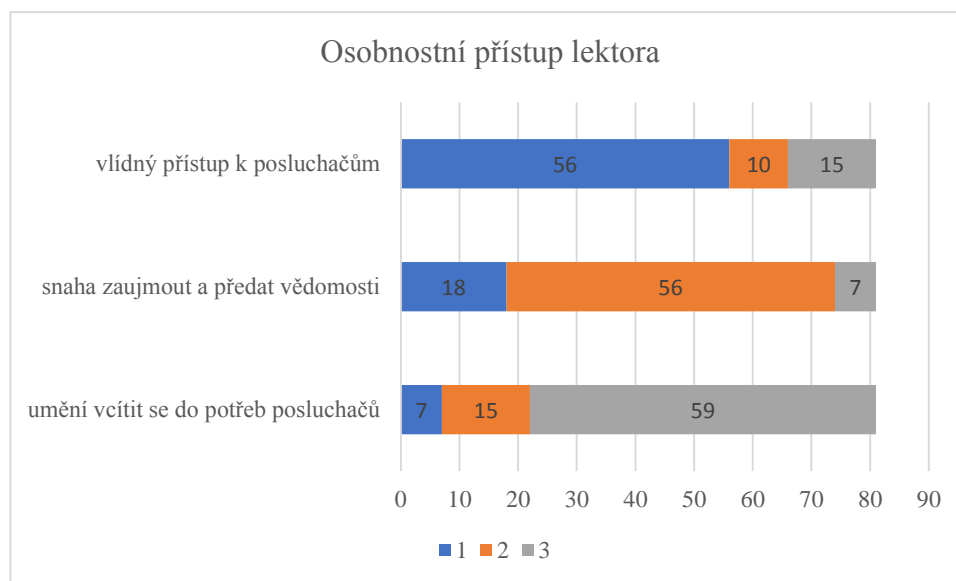
Graf č. 5: Význam kompetencí lektora



Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Respondenti v otázce č. 7 stanovovali pořadí kompetencí lektora dle svých preferencí. Dle volby 1 – 2 – 3 mohli přiřadit jednotlivým položkám 1., 2. a 3. místo. Byl vyhodnocen celkový počet získaných umístění, což je znázorněno v grafu č. 5, s uvedením konkrétních hodnot. Na prvním místě respondenti volili vzdělání, znalost daného tématu (45 respondentů přidělilo 1. místo, 16 respondentů 2. místo a 20 respondentů 3. místo), na 2. místě odbornost, odborné vystupování (50 respondentů přidělilo 2. místo, 27 respondentů 1. místo a 4 respondenti 3. místo) a na 3. místě pedagogické schopnosti (57 respondentů přidělilo 1. místo, 9 respondentů 1. místo a 15 respondentů 2. místo).

Graf č. 6: Osobnostní přístup lektora



Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Také v otázce č. 8 respondenti stanovovali pořadí, tentokrát osobnostního přístupu lektora dle svých preferencí. Dle volby 1 – 2 – 3 mohli přiřadit jednotlivým položkám 1., 2. a 3. místo. Byl vyhodnocen celkový počet získaných umístění, což je znázorněno v grafu č. 6, s uvedením konkrétních hodnot. Na prvním místě respondenti volili vlídný přístup k posluchačům (56 respondentů přidělilo 1. místo, 10 respondentů 2. místo a 15 respondentů 3. místo), na 2. místě snahu zaujmout své posluchače a předat jim vědomosti (56 respondentů přidělilo 2. místo, 18 respondentů 1. místo a 7 respondentů 3. místo) a na 3. místě umění vcítit se do potřeb posluchačů (59 respondentů přidělilo 1. místo, 7 respondentů 1. místo a 15 respondentů 2. místo).

Tabulka č. 7: Přístup lektora k posluchačům

Přístup lektora	Absolutní četnost	Relativní četnost
Formální	1	1,23%
Přátelský	44	54,32%
rovnocenný partner	36	44,44%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Jako dva nejdůležitější faktory z hlediska přístupu lektora k posluchačům se ukazují přátelský přístup (54 %) a přístup rovnocenného partnera (44 %). Variantu formálního přístupu k posluchačům vybral jediný respondent.

Tabulka č. 8: Přístup lektora k posluchačům z hlediska pohlaví

Přístup lektora	Absolutní četnost	Relativní četnost
Žena	47	100,00%
Formální	1	2,13%
Přátelský	27	57,45%
rovnocenný partner	19	40,43%
Muž	34	100,00%
Přátelský	17	50,00%
rovnocenný partner	17	50,00%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Srovnání preferencí přístupu lektora z hlediska pohlaví respondenta ukazuje, že ženy častěji volily variantu přátelského přístupu než variantu rovnocenného partnera, zatímco u mužů byl výběr těchto variant vyrovnaný. Korelační koeficient $r = 0,11$ ukazuje na velmi slabou korelaci mezi pohlavím respondenta a volbou přístupu lektora. Hodnoty, dle Evansovy příručky, ukazují následující: 0,00 – 0,19 vykazuje velmi slabou korelaci, hodnota 0,20 – 0,39 slabou korelaci, 0,40 – 0,59 vykazuje korelaci střední, 0,60 – 0,79 silnou a hodnota 0,80 – 1,00 ukazuje na velmi silnou korelaci. (mathstat.econ.muni.cz, online, cit. 2019-09-12).

Pro výpočet korelačního koeficientu byl použit vzorec

$$r = \frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2 \sum_{i=1}^n (y_i - \bar{y})^2}}$$

při určení neznámých X a Y jako náhodných

kvantitativních veličin se společným dvourozměrným normálním rozdělením. (portal.matematickabiologie.cz, online, cit. 2020-01-19)

Tabulka č. 9: Přístup lektora k posluchačům z hlediska věku

Přístup lektora	Absolutní četnost	Relativní četnost
60 - 69 let	41	100,00%
Formální	1	2,44%
Přátelský	25	60,98%
rovnocenný partner	15	36,59%
70 - 79 let	30	100,00%
Přátelský	14	46,67%
rovnocenný partner	16	53,33%
80 a více let	10	100,00%
Přátelský	5	50,00%
rovnocenný partner	5	50,00%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Srovnání preferencí přístupu lektora z hlediska věku respondenta ukazuje, že senioři ve věkové kategorii 60 – 69 let výrazně častěji volili variantu přátelského přístupu než variantu rovnocenného partnera, v ostatních věkových kategoriích byl výběr těchto variant vyrovnaný. Korelační koeficient $r = 0,15$ ukazuje na velmi slabou korelaci mezi věkem respondenta a volbou přístupu lektora.

Tabulka č. 10: Věk lektora

Preference lektora dle věku	Absolutní četnost	Relativní četnost
spíše mladý	1	1,23%
spíše střední věk	2	2,47%
spíše starší	16	19,75%
je to jedno	62	76,54%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Většina respondentů (77 %) nemá žádnou preferenci, jakého věku by měl být lektor, a volila odpověď „je mi to jedno“.

Tabulka č. 11: Věk lektora z hlediska pohlaví

Preference lektora dle pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
Žena	47	100,00%
spíše mladý	1	2,13%
spíše starší	8	17,02%
je to jedno	38	80,85%
Muž	34	100,00%
spíše střední věk	2	5,88%
spíše starší	8	23,53%
je to jedno	24	70,59%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Při rozdělení do kategorií dle pohlaví nemá žádnou preferenci, jakého věku by měl být lektor, a volilo odpověď „je mi to jedno“ 81 % žen a 71 % mužů. Korelační koeficient $r = -0,10$ ukazuje na velmi slabou korelaci mezi pohlavím respondenta a volbou preferovaného věku lektora.

Tabulka č. 12: Věk lektora z hlediska věku

Preference lektora dle věku	Absolutní četnost	Relativní četnost
60 - 69 let	41	100,00%
spíše střední věk	1	2,44%
spíše starší	9	21,95%
je to jedno	31	75,61%
70 - 79 let	30	100,00%
spíše střední věk	1	3,33%
spíše starší	5	16,67%
je to jedno	24	80,00%
80 a více	10	100,00%
spíše mladý	1	10,00%
spíše starší	2	20,00%
je to jedno	7	70,00%
Celkový součet	81	100%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Při rozdělení do kategorií dle věku nemá žádnou preferenci, jakého věku by měl být lektor, a volilo odpověď „je mi to jedno“ většina respondentů každé věkové kategorie.

Korelační koeficient $r = -0,09$ ukazuje na velmi slabou korelaci mezi věkem respondenta a volbou preferovaného věku lektora.

Tabulka č. 13: Pohlaví lektora

Preference lektora dle pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
preferuje ženu	43	53,09%
preferuje muže	38	46,91%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Nadpoloviční většina respondentů (53 %) preferuje lektorku – ženu.

Tabulka č. 14: Pohlaví lektora dle pohlaví posluchače

Preference lektora dle pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
Žena	47	100,00%
preferuje ženu	33	70,21%
preferuje muže	14	29,79%
Muž	34	100,00%
preferuje ženu	10	29,41%
preferuje muže	24	70,59%
Celkový součet	81	100,00%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Při rozdělení do kategorií dle pohlaví většina žen (70 %) preferuje lektorku – ženu a většina mužů (71 %) preferuje lektora – muže. Korelační koeficient $r = 0,40$ ukazuje na střední korelaci mezi pohlavím respondenta a volbou preferovaného pohlaví lektora.

Hodnota, dle Evansovy příručky, 0,40 – 0,59 vykazuje střední korelaci. (mathstat.econ.muni.cz, online, cit. 2019-09-12).

Tabulka č. 15: Důvody preference lektorky – ženy

Preference lektora dle pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
Žena	33	100,00%
jsou přívětivější	21	63,64%
jsou empatické	6	18,18%
jsou přesvědčivější v odbornosti	4	12,12%
jsou pokornější	1	3,03%
Jiné	1	3,03%
Muž	10	100,00%
jsou přívětivější	6	60,00%
jsou empatické	1	10,00%
jsou přesvědčivější v odbornosti	3	30,00%
Celkový součet	43	

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Pokud respondentky – ženy preferují lektorku – ženu, pak ve většině případů (64 %) z toho důvodu, že jsou přívětivější. Tato volba byla nejčteněji vybrána též respondenty – muži, kteří preferují lektorku – ženu.

Tabulka č. 16: Důvody preference lektora – muže

Preference lektora dle	Absolutní četnost	Relativní četnost
Žena	14	100,00%
jsou přímí a rázní	3	21,43%
dokáží se oprostít od emocí	1	7,14%
jsou přesvědčivější ve své odbornosti	6	42,86%
dokáží si sjednat větší respekt	4	28,57%
Muž	24	100,00%
jsou přímí a rázní	5	20,83%
dokáží se oprostít od emocí	5	20,83%
jsou přesvědčivější ve své odbornosti	6	25,00%
dokáží si sjednat větší respekt	8	33,33%
Celkový součet	38	

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Pokud respondenti – muži preferují lektora – muže, je tomu tak z různých důvodů. V odpovědích nepřevažuje jednoznačné žádná z nabízených variant. Obdobně je tomu i v situaci, že lektora – muže preferuje respondentka – žena.

Tabulka č. 17: Pohlaví lektora dle věku

Preference lektora dle věku	Absolutní četnost	Relativní četnost
60 - 69 let	41	100,00%
preferuje ženu	26	63,41%
preferuje muže	15	36,59%
70 - 79 let	30	100,00%
preferuje ženu	16	53,33%
preferuje muže	14	46,67%
80 a více let	10	100,00%
preferuje ženu	1	10,00%
preferuje muže	9	90,00%
Celkový součet	81	100%

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Při rozdělení do kategorií dle věku většina seniorů ve věku 60 – 69 let (63 %) preferuje lektorku – ženu a většina seniorů ve věku 80 a více let (90 %) preferuje lektora – muže. Preference lektora dle pohlaví je u seniorů ve věkové kategorii 70 – 79 let vyrovnaná. Korelační koeficient $r = 0,30$ ukazuje na slabou korelaci mezi věkem respondenta a volbou preferovaného pohlaví lektora.

9.2 KVALITATIVNÍ VÝZKUM

Rozhovory byly vedeny se 4 lektory vzdělávání pro seniory. Byli osloveni ti lektoři, účastníky jejichž kurzů byli respondenti dotazníků. Z 5 oslovených lektorů jeden rozhovor odmítl.

Tabulka č. 18: Struktura respondentů - lektorů

Respondenti - lektoři	Popis				
	pohlaví	věk	vzdělání	délka praxe vzdělávání seniorů	oblast vzdělávání seniorů
L1	muž	32 let	VŠ	6 let	IT
L2	muž	42 let	VŠ	8 let	cizí jazyk
L3	žena	56 let	VŠ	10 let	cizí jazyk
L4	muž	69 let	VŠ	30 let	právo

Zdroj: Autorka práce, 2019 (vlastní šetření)

Na základě vyhodnocení rozhovorů pomocí otevřeného kódování byly identifikovány tři základní elementy problému specifika vzdělávání seniorů, a to 1. požadavky kladené na lektora, 2. ukotvení pozice lektora ve vzdělávání seniorů v Národní soustavě povolání, 3. specifika cílové skupiny seniorů.

Požadavky kladené na lektora ve vzdělávání seniorů nebyly samotnými lektory identifikovány jako zásadně odlišné od požadavků na lektora ve vzdělávání dospělých. Všichni lektoři mají dlouholetou praxi ve vzdělávání a pozitivní zkušenosti se vzděláváním seniorů. V jednom případě lektor zmiňoval odlišnosti posluchačů – seniorů od posluchačů mladšího věku.

„... lektor musí počítat s tím, že vzhledem k věku již ne všichni senioři mají rychlé myšlení, a k tomu je třeba přizpůsobit například rozsah přednášek, volit častější přestávky, a podobně.“ (L4)

Názory na **zanesení pozice lektora ve vzdělávání seniorů do Národní soustavy povolání** převažovaly negativní. Vzhledem k tomu, že lektoři nespatořovali žádná specifika v požadavcích kladených na lektora ve vzdělávání seniorů, nepovažovali ani za důležité ukotvit tuto pozici v Národní soustavě povolání.

„... jelikož jsou u každého povolání v NSP popsány pracovní činnosti, pracovní podmínky, zdravotní a kvalifikační požadavky, požadované kompetence ... nedoporučovala bych vzhledem k mým zkušenostem této oblasti zanést pozici lektor vzdělávání seniorů jako samostatnou jednotku NSP.“ (L3)

Element **specifika cílové skupiny seniorů** lze na základě odpovědí lektorů rozčlenit na 1. přístup seniorů, 2. motivaci ke vzdělávání a 3. potřeby seniorů ve vzdělávání.

V oblasti přístupu seniorů se lektoři shodli na zájmu o přednášené téma ze strany posluchačů, kázni při výuce a perfektní docházce. Lektoři uváděli, že mezi zájemci o vzdělávání převažují ženy, vyjma lektora IT (základy práce na PC).

„Posluchači jsou zejména seniori od 60 do 75 let věku a převážnou skupinu tvoří ženy. Mohu konstatovat, že z jejich strany je o výuku velký zájem. Docházka je perfektní.“ (L3)

„Je třeba počítat zejména s pozitivnější motivací vzhledem k životním zkušenostem, poctivějším přístupem a větším zájmem o své vzdělávání.“ (L4)

Odpovědi na motivaci seniorů ke vzdělávání reprezentují dvě složky, 1. zájem o prohlubování vědomostí a zvýšení znalostí a 2. sociální kontakty. Větší část rozhovorů obsahovala úvahy lektorů o motivaci seniorů ke vzdělávání z důvodu osamělosti, vyhledávání styku s ostatními seniory, vyplnění volného času a zapojení do společenského života.

„U většiny z nich je vidět větší zájem o prohlubování svých vědomostí a podstatná je i skutečnost, že se jedná o potřebu styku s jinými lidmi stejného věku. ... Dost velké procento těch seniorů žije osaměle a různé formy vzdělávání jim umožňují zapojení do života.“ (L2)

Mezi potřebami seniorů identifikovanými lektory byla zmíněna především nutnost přizpůsobit tempo výuky tempu posluchačů a opět i potřeba kontaktu s ostatními seniory.

„... je třeba s výukou postupovat pomaleji a častěji probranou látku opakovat.“ (L1)

9.3 SHRNU TÍ A DISKUSE

V návaznosti na cíl zkoumaného problému byly formulovány dílčí cíle: 1. definovat požadavky na lektora z pohledu seniorů a 2. zjistit názory lektorů na specifika vzdělávání seniorů.

Výzkumný vzorek byl sestaven z respondentů na omezeném území a v určitém počtu. Výsledky jsou platné pro tento konkrétní výzkumný vzorek a nelze je prezentovat obecně.

Ke zjištění požadavků na lektora z pohledu seniorů byly stanoveny dílčí výzkumné otázky, ze kterých vzešly hypotézy.

Na základě dílčí výzkumné otázky 1, jaký věk lektora senioři preferují, byla stanovena **hypotéza H1**: Existuje vztah mezi věkem seniora a preferencí lektora určitého věku (s ohledem na vlastní věk budou senioři preferovat vyšší věk u lektorů). Postoj respondentů byl zjišťován v otázce č. 6.

Při rozdělení do kategorií dle pohlaví (viz tabulka č. 11) nemá žádnou preferenci, jakého věku by měl být lektor, a volilo odpověď „je mi to jedno“ 81 % žen a 71 % mužů. Korelační koeficient $r = -0,10$ ukazuje na velmi slabou korelaci mezi pohlavím respondenta a volbou preferovaného věku lektora.

Výsledek dotazníkového šetření ukázal, že věk lektora není ve zkoumané skupině seniorů považován za důležitý faktor, neboť převážná většina respondentů zvolila odpověď „je mi to jedno“.

Hypotézu H1 považujeme za neprokázanou.

K dílčí výzkumné otázce 2, zda senioři preferují v roli lektora ženu, nebo muže, byla stanovena **hypotéza H2**: Preference výběru pohlaví lektora závisí na pohlaví účastníka vzdělávání. Postoj respondentů byl zjišťován v otázce č. 10 (viz tabulka č. 1 a 13).

Korelační koeficient $r = 0,40$ ukazuje na střední korelaci mezi pohlavím respondenta a volbou preferovaného pohlaví lektora. Podrobněji viz tabulka č. 14.

Výsledek dotazníkového šetření ukázal, že ve zkoumané skupině seniorů existuje souvislost mezi pohlavím účastníka vzdělávání a preferencí pohlaví lektora (žena – žena, muž – muž).

Nulovou hypotézu H0 zamítáme a platí hypotéza H2.

Dílčí výzkumná otázka 3 zjišťuje preferenci kompetencí lektora, tj. zda senioři u lektora upřednostňují spíše odbornost, vzdělání nebo pedagogické schopnosti. Formulace **hypotézy H3**: Senioři ocení více pedagogické schopnosti u lektorů

vzdělávání než odbornost, odborné vystupování, a vzdělání. Postoj respondentů byl zjišťován v otázce č. 7.

Všech 81 respondentů přiřazovalo pořadí každé variantě (určovali 1., 2. a 3. místo blíže viz graf č. 5).

Výsledek dotazníkového šetření ukázal, že ve zkoumané skupině seniorů je na prvním místě uváděna kompetence vzdělání, na druhém místě odbornost, odborné vystupování a až na třetím místě pedagogické schopnosti.

Hypotézu H3 zamítáme.

Analýza názorů lektorů na specifika vzdělávání seniorů ukázala tři základní elementy tohoto problému: 1. požadavky kladené na lektora, 2. ukotvení pozice lektora ve vzdělávání seniorů v Národní soustavě povolání, 3. specifika cílové skupiny seniorů.

V rámci smíšeného designu výzkumu lze propojit výsledky kvalitativní a kvantitativní části šetření následovně.

Požadavky na lektora specificky pro oblast vzdělávání seniorů samotní lektoři neidentifikovali zásadně odlišné od požadavků na lektora ve vzdělávání dospělých. Přestože uváděli, zda v jejich kurzech převažují ženy, či muži, reflektoval pouze jeden lektor, že může jít o souvislost s preferencí pohlaví lektora.

Ani z odpovědí respondentů seniorů nevyplývá jednoznačný příklon k tvrzení, že osoba lektora je pro ně důležitým faktorem při rozhodování na účasti ve vzdělávací aktivitě.

Při detailnějším dotazování na požadavky na lektora se z hlediska seniorů některé parametry jeví jako nedůležité, a některé jako spíše důležité. Například preference věku lektora se ukazuje ve zkoumané skupině seniorů jako nepodstatná.

Ve zkoumané skupině seniorů existuje souvislost mezi pohlavím účastníka vzdělávání a preferencí pohlaví lektora (žena – žena, muž – muž). Většina žen preferuje lektorku – ženu a většina mužů preferuje lektora – muže. Pokud respondentky – ženy preferují lektorku – ženu, pak ve většině případů z toho důvodu, že považují lektorky – ženy za přívětivější. Tato volba byla nejčteněji vybrána též respondenty – muži, kteří preferují lektorku – ženu. Pokud respondenti – muži preferují lektora – muže, je tomu

tak z různých důvodů. V odpovědích nepřevažuje jednoznačně žádná z nabízených variant. Obdobně je tomu i v situaci, kdy lektora – muže preferuje respondentka – žena.

Z hlediska osobnostního přístupu lektora respondenti stanovovali pořadí dle svých preferencí. Na prvním místě respondenti volili vlídný přístup k posluchačům, na 2. místě snahu zaujmout své posluchače a předat jim vědomosti a na 3. místě umění vcítit se do potřeb posluchačů. Obdobně v preferovaném přístupu lektora dominoval přátelský přístup a přístup rovnocenného partnera. Paralelu lze shledat i v odpovědích lektorů, když upozorňovali, že při výuce seniorů je potřeba například přizpůsobit tempo výkladu a průběžně si ověřovat pochopení probírané látky.

Toto zjištění odpovídá obecně platným didaktickým zásadám, které uvádějí někteří autoři v rámci vzdělávání seniorů. Senioři potřebují k osvojení si informací vlastní tempo a srozumitelný, jasný výklad.

Na základě přisouzení významu (formou volby pořadí) seřadili respondenti kompetence lektora od nejpreferovanějších následovně: 1. místo: vzdělání, znalost tématu, 2. místo: odbornost, odborné vystupování, a 3. místo: pedagogické schopnosti. V návaznosti na teoretická zjištění se ukázalo, že pro dotazované seniory je důležité, aby lektor prokazoval znalost tématu, které vyučuje, spíše než odborné vystupování a pedagogické schopnosti.

Názory na **zanesení pozice lektora ve vzdělávání seniorů do Národní soustavy povolání** převažovaly mezi dotazovanými lektory negativní. Lektoři, dotazovaní v rámci šetření, neidentifikovali žádná specifika v požadavcích kladených na lektora ve vzdělávání seniorů. Pro zkoumaný vzorek dotazovaných platí, že lektoři nepovažují za důležité ukotvit tuto pozici v Národní soustavě povolání. Senioři nebyli v této oblasti dotazováni.

Poslední element **specifika cílové skupiny seniorů** byl definován na základě odpovědí lektorů následujícími faktory: 1. přístup seniorů, 2. motivace ke vzdělávání a 3. potřeby seniorů ve vzdělávání.

Zatímco popis přístupu seniorů ke vzdělávání poskytli pouze lektoři, názory na oblast motivace ke vzdělávání a potřeby seniorů lze komparovat s odpověďmi samotných seniorů. V oblasti přístupu seniorů dotazovaní lektoři vyzdvihli zájem

o přednášené téma ze strany posluchačů, kázeň při výuce a perfektní docházku. Všichni lektoři měli pozitivní zkušenosti z výuky seniorů.

Z pohledu dotazovaných lektorů jsou motivací seniorů ke vzdělávání 1. zájem o prohlubování vědomostí a zvýšení znalostí a 2. sociální kontakty. Častěji lektoři zmiňovali motivaci seniorů ke vzdělávání z důvodu osamělosti, vyhledávání styku s ostatními seniory, vyplnění volného času a zapojení do společenského života. Od dotazovaných lektorů nezazněl názor, že senioři se vzdělávacího procesu účastní z důvodu potřeby seberealizace, jak je uvedeno v odborné literatuře. Senioři samotní uváděli jako nejčastější důvody účasti na vzdělávacích akcích udržení psychické kondice a náplň času, dále získání nových vědomostí, rozvíjení se ve svých dovednostech a setkání s přáteli. Na otázku motivace k zahájení studia byla nejčastěji volenou odpovědí: zájem o nové poznatky, následně vyplnění volného času a udržení si psychické kondice. Zjištěné názory lektorů jsou ve shodě se zjištěnými postoji seniorů a ukazují na významnou a neopomenutelnou součást vzdělávání seniorů, kterou by měl mít každý lektor při přípravě vzdělávacího programu na paměti.

Lektoři mezi potřebami seniorů ve vzdělávání zmiňovali především nutnost přizpůsobit tempo výuky tempu posluchačů a opětovně potřebu kontaktu s vrstevníky. Senioři doplnili tento pohled stanovením toho, co je pro ně při výběru vzdělávací akce nejdůležitější. Jednoznačně dva nejdůležitější faktory byly z pohledu dotazovaných seniorů celkové finanční zatížení a dostupnost (vzdálenost od místa bydliště). Kromě dvou uvedených důvodů neuváděli dotazovaní senioři ostatní faktory, které by výrazně ovlivnily rozhodování na účasti akce. Ani bezbariérovost, která je v literatuře uváděna jako jedna ze základních ukazatelů při rozhodování na účasti ve vzdělávacím kurzu, nebyla respondenty označována jako zásadní ukazatel.

Výzkumné šetření ukázalo na různé souvislosti vzdělávání seniorů. Kombinace kvantitativní a kvalitativní metody umožnila propojit jednotlivá zjištění do komplexního obrazu. Specifické požadavky na lektora seniorů ve smyslu speciálních požadavků na tzv. tvrdé kompetence, které by bylo možné definovat např. v Národní soustavě povolání, nebyly identifikovány. **Ukázala se však důležitost tzv. měkkých kompetencí lektorů, které lze shrnout do požadavku na umění naslouchat, empatie a vstřícnosti.** Jde tedy spíše o osobnostní vybavení a přístup lektora než o dovednosti, které by bylo možné získat v průběhu profesní přípravy.

Druhou, neméně významnou oblastí, kterou je třeba mít na zřeteli při realizaci vzdělávání seniorů, je sociální situace posluchačů. Důvodem k účasti na vzdělávání není v těchto případech totiž jen zájem o nové poznatky, ale i vyhledávání společenských kontaktů, udržení si psychické kondice a vyplnění volného času.

Úlohou lektora tedy není pouze předat posluchačům znalosti a posílit jejich dovednosti, ale též naplňovat očekávání být přátelský a přistupovat k seniorům jako k rovnocenným partnerům.

ZÁVĚR

Cílem předložené diplomové práce bylo zjistit požadavky na osobnost lektora z pohledu seniorů a zároveň pohled lektorů na požadavky seniorů.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část obsahuje sedm kapitol. První kapitola pojednává o stáří. Vymezuje specifika tohoto období, změny, které během tohoto evaluačního období nastávají. Ve druhé kapitole je zaznamenán proces stárnutí se změnami tak, jak přicházejí a jak se s nimi lidé dokáží vyrovnat. Třetí kapitola stručně popisuje obory zabývající se seniory a péčí o ně. Čtvrtá kapitola je zaměřena na edukaci seniorů. Popisuje, jakou funkci má vzdělávání pro samotné seniory, ale zároveň jak významné je pro společnost. Jsou zde popsány možnosti vzdělávání seniorů. V jedné z podkapitol je vysvětleno, z jakého důvodu se vzdělávání seniorů řadí mezi zájmovou činnost. Pátá kapitola vystihuje specifika vzdělávání seniorů, vliv kognitivních funkcí na proces edukace a schopnost učení ve stáří. V této kapitole jsou také popsány zásady didaktického procesu ve vzdělávání seniorů, které jsou odlišné od zásad běžně užívaných v rámci vzdělávání dětí. Šestá kapitola je zaměřená na lektora ve vzdělávání seniorů, požadavky, které jsou na lektora kladeny v rámci kompetencí, schopnosti komunikace se seniory i schopnost sebereflexe. V sedmé kapitole je shrnuta teoretická část.

Praktická část je věnována empirickému výzkumu. Ke zjištění požadavků na osobnost lektora je použit smíšený výzkum. V rámci kvantitativního výzkumu byla použita forma dotazníkového šetření k definování požadavků na lektora z pohledu seniorů. Kvalitativní výzkum se prováděl formou rozhovorů s lektory zaměřeného na názory lektorů na tyto požadavky.

Cíl práce byl naplněn. Všechny hypotézy byly díky šetření zodpovězeny. Souvislost mezi věkem seniora a požadavkem na určité věkové rozpětí lektora se nepotvrdila. Z dotazníkového šetření vyplynulo, že existuje souvislost mezi pohlavím posluchačů a požadavky na lektora daného pohlaví. Více než pedagogické schopnosti lektorů pak senioři ocení spíše odborné schopnosti.

Požadavky na lektora specificky pro oblast vzdělávání seniorů samotní lektoři neidentifikovali zásadně odlišné od požadavků na lektora ve vzdělávání dospělých.

Jako důležité, pro osobnost lektora, vzešly z výzkumu měkké kompetence lektorů, které lze shrnout do požadavku na umění naslouchat, empatie a vstřícnosti. Jde tedy spíše o osobnostní vybavení a přístup lektora než o dovednosti, které by bylo možné získat v průběhu profesní přípravy. Tento fakt je velice důležitý. Není tedy zcela zásadním problémem vyprofilovat kompetence na lektora v Národní soustavě povolání. Je v zájmu organizátorů vzdělávacích akcí pro seniory zjišťovat, jak získat požadované kompetence lektorů. Pro andragogickou praxi to znamená i nadále se tímto problémem zabývat a do budoucna věnovat pozornost osobnosti lektora z pohledu lidského, ne pouze odborného. Andragogika je vědou aplikovanou. Nepojednává pouze o vzdělávání dospělých, ale o celkovém procesu výchovy, vzdělávání, socializace a enkulturace. Problém osobnosti lektora ve vzdělávání seniorů není zanedbatelný. Ve většině publikací je popsán okrajově, což není, z dlouhodobého hlediska uspokojivý stav. Osobnost lektora je pro seniory zásadní ukazatel při rozhodování se o účasti na vzdělávací akci, a proto je třeba se i nadále osobnosti lektora a požadovaným kompetencím, zejména měkkým i nadále věnovat.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

- BENEŠ, M., 2014. *Andragogika*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4824-5.
- BENEŠOVÁ, D., 2014. *Gerontagogika*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. ISBN 978-80-7452-039-6.
- BUDINSKÝ, V., P. HORÁK, J. T. KOTALÍK, V. SMEJKAL, M. ŠAMÁNEK, J. ŠIKLOVÁ, I. TOMEŠ, Z. URBANOVÁ, J. ZVĚŘINA, 2013. *Příjemný zralý věk*, 1. Vyd. Alfom, s.r.o. ISBN 978-80-87785-02-7.
- ČELEDOVÁ, L., Z. KALVACH, R. ČEVELA, 2016. *Úvod do gerontologie*, 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-3404-3.
- ČEVELA, R., L. ČELEDOVÁ, Z. KALVACH, J. HOLČÍK, P. KUBŮ, 2014. *Sociální gerontologie*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4544-2.
- DIENSTBIER, Z., 2012. *Průvodce stárnutím aneb jak ho oddálit*, 2. vyd. Praha: Radix, spol. s r. o. ISBN 978-80-87573-01-3.
- DVOŘÁČKOVÁ, D., 2012. *Kvalita života seniorů*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4138-3.
- EVROPSKÁ ROZVOJOVÁ AGENTURA, KOLEKTIV AUTORŮ, 2012. *Manuál aktivního stárnutí*. Praha.
- FARKOVÁ, M., 2002. *Úvod do psychologie dospělých, Cesty a křižovatky životního vývoje*. Praha: Vysoká škola Jana Amose Komenského. ISBN 80-7048-046-7.
- FARKOVÁ, M., 2006. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: Vysoká škola Jana Amose Komenského s.r.o. ISBN 80-86723-22-4.
- GAVORA, P., 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Paido. ISBN 80-8593-179-6.

- GREGOR, O., 1998. *Muži nestárnou? Ale ženy žijí déle*. Praha: Delta. ISBN 80-86091-07-4.
- HAŠKOVCOVÁ, H., 2010. *Fenomén stáří*. Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.
- HENDL, J., *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. 4. vyd. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.
- HOLMEROVÁ, I., B. JURAŠOVÁ, K. ZIKMUNDOVÁ a kol., 2007. *Vybrané kapitoly z gerontologie*, 3. vyd. EV Public Relations. ISBN 978-80-254-0179-8.
- JANIŠ, K. a J. SKOPALOVÁ., 2016. *Volný čas seniorů*, Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5535-9.
- KLEVETOVÁ, D., 2017. *Motivační prvky při práci se seniory*, 2. vyd. Praha. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-271-0102-3.
- KLEVETOVÁ, D. a I. DLABALOVÁ, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*, 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2169-9.
- LANGMEIER, J. a D. KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie*, 2. vyd. Praha: Grada. ISBN 80-247-1284-9.
- MUŽÍK, J., 2005. *Didaktika profesního vzdělávání dospělých*. Praha: Fraus. ISBN 80-7238-220-9.
- MÜHLPACHR, P., 2009. *Gerontopedagogika*, 2. Vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5029-7.
- ONDŘÁKOVÁ, J., V. TAUCHMANOVÁ, K. JANIŠ ml., S. PAVLÍKOVÁ a V. JEHLIČKA., 2012. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*, Červený Kostelec: Pavel Mervart. ISBN 978-80-7465-038-3.
- PACOVSKÝ, V., H. HEŘMANOVÁ, 1981. *Gerontologie*, 1. vyd. Praha: Avicenum.

- PLAMÍNEK, J., 2014. *Vzdělávání dospělých*, 2. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4806-1.
- PRŮCHA, J., 2009. *Moderní pedagogika*, 4. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-503-5.
- SAK, P., K. KOLESÁROVÁ, 2012. *Sociologie stáří a seniorů*, Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-3850-5.
- SMETANA, I., 2013. *Skrytý princip stárnutí*, 1. vyd. Fontána. ISBN 978-80-7336-734-3.
- STUART-HAMILTON, I., 1999. *Psychologie stárnutí*, Praha: Portál. ISBN 80-71782-74-2.
- ŠERÁK, M., 2009. *Zájmové vzdělávání dospělých*, Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-551-6.
- ŠPATENKOVÁ, N. a L. SMÉKALOVÁ, 2015. *Edukace seniorů*, Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-5446-8.
- ŠTĚPÁNKOVÁ, H., C. HÖSCHL, L. VIDOVIČOVÁ a kol., 2014. *Gerontologie: současné otázky z pohledu biomedicíny a společenských věd*, 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2628-4.
- ŠVARŤÍČEK, R., K. ŠEĐOVÁ a kol. 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.
- VETEŠKA, J., T. VACÍNOVÁ a kol., 2011. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých*, 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha. ISBN 978-80-7452-012-9.

Další zdroje

- NOVÁKOVÁ, L., 2018. *Stáří a možnosti vzdělávání seniorů*. Bakalářská práce. Univerzita Jana Amose Komenského Praha.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

BHATTACHERJEE, A. *Social Science Research: Principles, Methods, and Practices*, 2nd edition. 2012

PEASOVCI, A. a B., 2006. *Úspěšné komunikační strategie*, Bratislava: Ikar, a. s. ISBN 80-551-1247-9.

Seznam použitých internetových zdrojů

AIVD. Desatero kvalitního lektora [online]. ©2016 [cit. 2019-08-11]. Dostupné z:

<https://www.aivd.cz/soubor-doc2725/>

Český statistický úřad [online]. © 2013 [cit. 2019-11-02]. Dostupné z:

<https://www.czso.cz/csu/czso/projekce-obyvatelstva-ceske-republiky-do-roku-2100-n-fu4s64b8h4>

Česká Zemědělská Univerzita. e-senior [online]. © [cit. 2019-07-14]. Dostupné z:

<https://e-senior.czu.cz/course/index.php?categoryid=3>

Math and Stats [online]. © [cit. 2019-09-12]. Dostupné z:

https://mathstat.econ.muni.cz/media/12657/pear_cor.pdf

Portál matematická biologie [online]. © [cit. 2020-01-19]. Dostupné z:

<https://portal.matematickabiologie.cz/index.php?pg=aplikovana-analyza-klinickyh-a-biologickyh-dat--biostatistika-pro-matematickou-biologii--zaklady-korelacni-analyzy--pearsonuv-korelacni-koeficient--vypocet-pearsonova-korelacniho-koeficientu>

Seniorresource [online]. © [cit. 2019-06-12]. Dostupné z:

<https://www.seniorresource.com/senior-education/>

SEZNAM TABULEK A GRAFŮ

Seznam tabulek

Tabulka 1: Pohlaví respondentů.....	63
Tabulka 2: Věková struktura respondentů.....	64
Tabulka 3: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů.....	64
Tabulka 4: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů dle pohlaví.....	65
Tabulka 5: Význam vzdělávání seniorů pro respondenty.....	66
Tabulka 6: Osoba lektora jako důležitý faktor při rozhodování.....	66
Tabulka 7: Přístup lektora k posluchačům.....	71
Tabulka 8: Přístup lektora k posluchačům z hlediska pohlaví.....	72
Tabulka 9: Přístup lektora k posluchačům z hlediska věku.....	73
Tabulka 10: Věk lektora.....	73
Tabulka 11: Věk lektora z hlediska pohlaví.....	74
Tabulka 12: Věk lektora z hlediska věku.....	74
Tabulka 13: Pohlaví lektora.....	75
Tabulka 14: Pohlaví lektora dle pohlaví posluchače.....	75
Tabulka 15: Důvody preference lektorky - ženy.....	76
Tabulka 16: Důvody preference lektora - muže.....	76
Tabulka 17: Pohlaví lektora dle věku.....	77
Tabulka 18: Struktura respondentů - lektorů.....	78

Seznam grafů

Graf 1: Oblasti vzdělávání.....	67
Graf 2: Důvody účasti na vzdělávacích akcích.....	67
Graf 3: Motivace k zahájení studia.....	68
Graf 4: Co je nejdůležitější při výběru akce.....	69
Graf 5: Význam kompetencí lektora.....	70
Graf 6: Osobnostní přístup lektora.....	71

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A - Dotazník	I
Příloha B - Protokol otázek	V
Příloha C - Přepis rozhovorů s lektory	VI
Příloha D - Seznam kódů	XIV
Příloha E - Výsledková matice - CD k tištěné verzi práce	

Příloha A – Dotazník

Dobrý den.

Jsem studentkou prvního ročníku navazujícího magisterského studia oboru andragogika, vzdělávání dospělých. Ve své závěrečné diplomové práci zpracovávám problematiku osobnosti lektora ve vzdělávání seniorů. Ráda bych dospěla poznání, jaká specifika obnáší vzdělávání seniorů a jaké požadavky jsou kladeny na osobu lektora. Z tohoto důvodu Vás žádám o vyplnění dotazníku, který má pomoci do problematiky více proniknout.

Dotazník je anonymní. Výsledky budou použity pouze ke zpracování mé závěrečné práce.

Velice děkuji za Váš čas při vyplnění dotazníku.

Bc. Lucie Nováková

1. Považujete za důležité, aby se senioři vzdělávali?
 1. Ano
 2. Ne

2. V jaké oblasti se vzděláváte?
 - ot2a) Informační technologie
 - ot2b) Historie
 - ot2c) Biologie – zoologie, botanika
 - ot2d) Kultura
 - ot2e) Cizí jazyky
 - ot2f) Zdraví – péče o zdraví
 - ot2g) Jiné (doplňte).....

3. Z jakého důvodu se nejčastěji účastníte vzdělávacích akcí?
 - ot3a) Náplň času
 - ot3b) Získání nových vědomostí
 - ot3c) Setkání s přáteli
 - ot3d) Rozvíjení se ve svých dovednostech
 - ot3e) Udržení psychické kondice

4. Co vás motivovalo a přimělo k zahájení studia?
- ot4a) Zájem o nové poznatky
 - ot4b) Přátelé
 - ot4c) Rodina
 - ot4d) Vyplnění volného času
 - ot4e) Začlenění do společnosti
 - ot4f) Udržení si psychické kondice
 - ot4g) Osamělost
5. Co je pro vás nejdůležitější při výběru akce? (můžete označit více možností)
- ot5a) Dostupnost (vzdálenost od místa bydliště)
 - ot5b) Celkové finanční zatížení
 - ot5c) Bezbariérovost
 - ot5d) Zkušenosti lektora
 - ot5e) Atraktivita daného tématu
 - ot5f) Rozsah lekcí (zda se jedná o jednorázovou akci nebo s delším trváním)
6. Jakého lektora ve vzdělávacím programu preferujete?
1. Spíš mladého (do věku cca 35 let)
 2. Středního věku (do věku cca 49 let)
 3. Spíš staršího (nad 50 let věku)
 4. Je mi to jedno
7. Stanovte pořadí kompetencí lektora, jak je preferujete (kterou kompetenci byste uvedl/a na prvním, druhém, třetím místě) Označte číslicí 1 až 3
- ot7a) Vzdělání, znalost daného tématu
 - ot7b) Odbornost, odborné vystupování
 - ot7c) Pedagogické schopnosti
8. Jaký osobnostní přístup lektora je pro Vás nejdůležitější? Seřad'te od 1 do 3
- ot8a) Vlídny přístup k posluchačům
 - ot8b) Snaha zaujmout své posluchače a předat jim vědomosti
 - ot8c) Umění vcítit se do potřeb posluchačů

9. Jak by měl lektor ke svým posluchačům přistupovat?
1. Formálně
 2. Přátelsky
 3. Jako k rovnocenným partnerům
10. Vidíte v roli lektora raději
1. Ženu
 2. Muže
11. Pokud jste vybrali v ot. 10 „Ženu“ uveďte, z jakého důvodu
1. Jsou přívětivější
 2. Jsou empatické
 3. Jsou přesvědčivější ve své odbornosti
 4. Jsou pokornější
 5. Jiné důvody (uveďte).....
12. Pokud jste v otázce č. 10 vybrali „Muže“ uveďte, z jakého důvodu
1. Jsou přímí a rázní
 2. Dokáží se oprostít od emocí
 3. Jsou přesvědčivější ve své odbornosti
 4. Dokáží si sjednat větší respekt
 5. Jiné důvody (uveďte).....
13. Je pro Vás osoba lektora důležitým faktorem při rozhodování na účasti ve vzdělávací aktivitě?
1. Ano, je to podstatný faktor
 2. Ne, osoba lektora není tím podstatným
 3. Je částečně
14. Jsem
1. Žena
 2. Muž

15. Věkové rozpětí

1. 60 – 69 let
2. 70 – 79 let
3. 80 a více let

16. Nejvyšší dosažené vzdělání

1. Základní
2. Střední (s vyučením)
3. Střední s maturitou
4. Vyšší odborné
5. Vysokoškolské

Příloha B – Protokol otázek k rozhovoru s lektory

Základní informace o lektorovi.

Kladené otázky:

- 1) Jaké jsou vaše zkušenosti se vzděláváním seniorů?
- 2) Jak dlouho vzděláváte seniory?
- 3) Jsou, podle Vás, nějaké specifické požadavky na lektora ve vzdělávání seniorů? Pokud ano, považujete je za důležité?
- 4) Měl by, podle Vás, být lektor ve vzdělávání seniorů zanesen do Národní soustavy povolání?
- 5) Jaké mají vaši posluchači vzdělání,
- 6) Co motivuje seniory ke vzdělávání?

Příloha C – Přepis rozhovorů

Lektor 1 (L1)

Lektorem je muž, ve věku 32 let s vysokoškolským vzděláním. Vystudoval Vysokou školu ekonomickou. Pracuje jako programátor.

1. Jaké zkušenosti máte se vzděláváním seniorů?

„Jako lektor u seniorů nepůsobím dlouho, přesto mohu říct, že mé zkušenosti jsou vesměs pozitivní. V posledních letech pozoruji vzrůstající zájem i mezi seniory o rozšiřování znalostí v IT technologiích.“

Uvádíte, že v poslední době. Můžete specifikovat, čím je to způsobeno?

„Je to dáno rychlým rozvojem technologií a požadavků na jejich využívání. Bez základní počítačové gramotnosti dnes nelze téměř fungovat. I senioři již používají technologie, včetně „chytrých telefonů“ a jejich ovládání vyžaduje také určité znalosti techniky. Schopnost práce na počítači jim umožňuje získat nové informace. Mohou si vyhledat informace o akcích pořádaných pro seniory, informace o zdraví. Všechny agentury, které se seniorům věnují, mají své nabídky také vyvěšeny na internetu. A pokud někdo nemá děti nablízku, je odkázaný sám na sebe se dokázat orientovat, co se kde děje. Dneska i doklady můžete vyřídit online a nemusíte nutně běžet na úřad stát frontu. To je, myslím, ten hlavní důvod a hlavně velká pomoc pro seniory, pokud umí s počítačem.“

Co se snažíte seniory učit?

„Seniory seznamuji se základy práce na počítači. Většina mých účastníků jsou muži. Tvoří přibližně 80 % účastníků. Do přednášek se aktivně zapojují a sami si dokáží říct, co je zajímavé a čemu by se chtěli naučit.“

2. Jak dlouho seniory vzděláváte?

„Konkrétně pro seniory přednáší 6 let, ale i dříve jsem se s lidmi důchodového věku setkával v rámci přednášek pro různé firmy a státní organizace. Posledních 6 let ale i mimo své povolání. Moji posluchači jsou senioři ve věku přibližně 60 až 75 let a mohu konstatovat, že ze strany seniorů je o výuku velký zájem a nejsou problémy s jejich docházkou.“ (smích)

3. Jsou, podle Vás, nějaké specifické požadavky na lektora ve vzdělávání seniorů?

Pokud ano, považujete je za důležité?

„Podle mých zkušeností musí lektor počítat s trochu odlišným přístupem, vzhledem k věku posluchačů. Je třeba s výukou postupovat pomaleji a častěji probranou látku opakovat. U počítačových kurzů je specifickým požadavkem zajištění malého počtu účastníků. Je potřeba individuálního přístupu k jednotlivým lidem. Zcela se míjí naplnění kurzu velkým počtem účastníků, protože úroveň znalostí a schopností je u jednotlivců různá. Pozitivní je u seniorů jejich kázeň a docházka. (smích)

4. Měl by, podle Vás, být lektor ve vzdělávání seniorů zanesen do Národní soustavy povolání?

„U každého povolání zapsaného v Národní soustavě povolání jsou popsány pracovní činnosti, pracovní podmínky, zdravotní a kvalifikační požadavky a požadované kompetence. Já bych zavedení lektora ve vzdělávání seniorů nedoporučoval. Přijde mi to jako zcela zbytečné. Mohu být lektorem a nemusí být specifikováno, pro jak staré posluchače.“

5. Jaké mají vaši posluchači vzdělání?

„Nabízí se samozřejmě odpověď, že moji posluchači, jelikož jsou alespoň částečně počítačově gramotní, mají minimálně středoškolské vzdělání. Ale co se na svých kurzech bavím, plno z nich má pouze základní vzdělání. Možnost naučit se pracovat s počítači se pro ně stala velkou výzvou.“

6. Co motivuje seniory ke vzdělávání?

„U většiny seniorů, se kterými se já setkávám na svých kurzech, jde především o nutnost dnešní doby. Lépe se tak zapojují do života. Někteří prostě jen kurzy vybírají namátkově a znamenají pro ně setkání s jinými lidmi. Je u nich zřejmá osamělost v životě. To je evidentní zejména u žen.“

Lektor 2 (L2)

Lektorem je muž ve věku 42 let s vysokoškolským vzděláním ekonomického směru. V současné době přednáší anglický jazyk na soukromé střední ekonomické škole a ve svém volném čase přednáší pro dospělé a seniory.

1. Jaké jsou vaše zkušenosti se vzděláváním seniorů?

„Zkušenosti, které mám se vzděláváním seniorů, jsou samozřejmě pozitivní. Učení je mou profesí a seniory vzdělávám mimo své povolání. Státní zkoušku mám ze dvou jazyků. Seniorům přednáším angličtinu. Senioři, kteří na moje kurzy dochází, jsou převážně ženy.“

Jsou senioři dobrými posluchači?

„Mohu konstatovat, že ze strany seniorů je o výuku velký zájem a nejsou problémy s jejich docházkou.“

Kde jako lektor působíte?

„Spolupracuji s neziskovými organizacemi. V současné době působím v Komunitním centru Civitas, které se zaměřuje na akce a kurzy pořádané pro seniory a lidi v tíživé sociální situaci nebo cizince, kteří se potřebují v naší zemi nějakým způsobem zapojit do dění.“

2. Jak dlouho vzděláváte seniory?

„Se seniory se v rámci vzdělávání setkávám 8 let.“

Souhlasíte s názorem, že senioři preferují lektora staršího věku, který se dokáže lépe vcítit do jejich potřeb?

„Jsem lektorem cizího jazyka, proto, dle mého názoru, není věk rozhodujícím faktorem. Většina lektorů cizích jazyků je mladšího věku. Správným přístupem k posluchačům si svou pozornost dokáže získat lektor starý, stejně tak mladý.“

3. Jsou, podle Vás, nějaké specifické požadavky na lektora ve vzdělávání seniorů?

Pokud ano, považujete je za důležité?

„Tak, určitě by měl být přístup ke starším posluchačům trochu odlišný. Je třeba se především snažit o pochopení potíží, které mohou v rámci přednášky nastat. Může dojít k nepochopení, příliš rychlému výkladu látky, pak je důležité umět přiznat si chybu, zarazit, a pokud je třeba, předávané informace zopakovat. U většiny z nich je vidět větší zájem o prohlubování svých vědomostí a podstatná je i skutečnost, že se jedná o potřebu styku s lidmi stejného věku. Dost velké procento seniorů žije osaměle a různé formy vzdělávání jim umožňují zapojení do života. Musím brát v potaz, že účast na kurzu nemá nutně znamenat, že po jeho absolvování

bude posluchač schopen domluvit se anglicky, ale jde spíš o dodání podpory se vůbec do takové akce pustit.“

4. Měl by, podle Vás, být lektor ve vzdělávání seniorů zanesen do Národní soustavy povolání?

„Národní soustava povolání je otevřená a veřejně dostupná internetová databáze informací o povoláních, která se vyskytují na trhu práce. U každého povolání jsou popsány pracovní činnosti, pracovní podmínky a další požadavky, jako zdravotní stav a tak. Já osobně zanesení Lektora ve vzdělávání seniorů, jako samostatnou profesi, nedoporučuji.“

Právě jste řekl, co obnáší Národní soustava povolání. Z jakého důvodu ale nedoporučujete zanést lektora ve vzdělávání seniorů do Národní soustavy povolání?

„Podle mě není rozdíl mezi lektorem cizího jazyka pro posluchače mladšího věku a seniory. Kvalifikační požadavek musí splňovat pro obě skupiny stejný a nejedná se o žádnou specifiku.“

5. Jaké mají vaši posluchači vzdělání?

„O přednášení jazyků mají zájem senioři s různým stupněm získaného vzdělání. Od základního až po to nejvyšší.“

6. Co motivuje seniory ke vzdělávání?

„Především je to vyplnění volného času, co přivede seniory do kurzů. Dále pak snaha si zvýšit své znalosti. V neposlední řadě určitě i možnost poznat lidi s podobnými zájmy.“

Lektor 3 (L3)

Lektorem je žena ve věku 56 let s vysokoškolským vzděláním ekonomického směru. Několik let pobývala v zahraničí, poté absolvovala státní zkoušku z Německého a Francouzského jazyka

1. Jaké jsou vaše zkušenosti se vzděláváním seniorů?

„Dlouhá léta jsem pracovala na MPSV, kde jsem přednášela pracovněprávní otázky. I tam jsem se na svých přednáškách setkala se seniory posluchači a musím říct, že jejich přístup byl podstatně lepší, než jejich mladších kolegů. V současné době jsem lektorkou cizího jazyka. Posluchači jsou senioři ve věku od 60 do 75 let věku a převážnou skupinu tvoří ženy. Mohu konstatovat, že z jejich strany je o výuku velký zájem. Docházka je perfektní. „

2. Jak dlouho vzděláváte seniory?

„S různými typy vzdělávání seniorů se setkávám již minimálně 10 let. S praxí vzdělávání na MPSV je to celkem 25 let, kdy se v této oblasti pohybuji. Jazyky byly vždy mým koníčkem a mám kvalifikaci k výuce dvou cizích jazyků. Již v průběhu zaměstnání jsem začala spolupracovat s jazykovými školami a v rámci svých časových možností jsem lektorsky začala zabezpečovat některé kurzy.“

Mohu se tedy zeptat, jaké jazyky tedy v současné době přednášíte?

„Němčinu a francouzštinu. O francouzštinu ale není mezi seniory příliš velký zájem.“

Proč myslíte, že tomu tak je?

„Nejspíš z toho důvodu, že se francouzština moc neučila na školách a byla by pro posluchače zcela novým a těžkým jazykem na výuku. Senioři, kteří se zúčastňují jazykových kurzů, mají zájem spíš o prohloubení svých znalostí a o konverzaci. Dnes je možnost cestovat za hranice Čech a i senioři podstatně více cestují. Alespoň částečná znalost jazyka jim umožní poznávat země, kam se dříve nepodívali.“

3. Jsou, podle Vás, nějaké specifické požadavky na lektora ve vzdělávání seniorů?

Pokud ano, považujete je za důležité?

„Jako lektorka cizích jazyků, spatřuji u seniorů mimo zájem rozvíjet své jazykové znalosti především zájem o informace o cizích zemích. Pak je výhodou, pokud je lektor zcestovalý a dokáže podat dostatek informací o životě v cizině v rámci kurzu. Senior se tak dozví o životě za hranicemi, aniž by musel zemi sám navštívit. To považuji za specifické požadavky, sečtělost, všeobecný přehled a dostatek zkušeností, aby dokázal, kromě sloviček a gramatických jevů, předat skutečné praktické informace. Jde o to strávit příjemný čas. Odnést si ze společné hodiny nějaké poznatky, ke kterým se třeba rádi vrátí i doma. Pokud se doma zamyslí nad probíraným tématem a pobaví se třeba se svými dětmi, naplní to smysl mých hodin“

4. Měl by, podle Vás, být lektor ve vzdělávání seniorů zanesen do Národní soustavy povolání?

„Povolání jsou do této soustavy začleňována dle oboru a kvalifikační úrovně. Jelikož jsou u každého povolání v Národní soustavě povolání popsány pracovní činnosti, pracovní podmínky, zdravotní a kvalifikační požadavky, požadované kompetence, nedoporučovala bych vzhledem k mým zkušenostem této oblasti zanést pozici Lektora ve vzdělávání seniorů jako samostatnou jednotku.“

5. Jaké mají vaši posluchači vzdělání?

„Přednáším seniorům v dnešní době už jen cizí jazyk. Jak jsem již předeslala, většina mých posluchačů již má nějakou základní jazykovou výbavu a do kurzu dochází z důvodu prohlubování jazykových znalostí a všeobecných informací o životě v cizích zemích, které často slychají z televize, ale jsou jim příliš vzdálené. Na kurzu se dozvedí informace přesnější a kurzisté si mnohdy mezi sebou i určité poznatky vyměňují. Co se týče vzdělání, nemohu říct jednoznačně. Někteří naši posluchači jsou vysokoškolsky vzdělaní, ale to je spíš méně početná skupina. Převážně do kurzu dochází lidé středoškolsky vzdělaní, nebo ti, kteří absolvovali učiliště.“

6. Co motivuje seniory ke vzdělávání?

„Je to především aktivně a kvalitně strávený čas.“

Lektor 4 (L4)

Lektorem je muž ve věku 69 let s vysokoškolským vzděláním právnického směru na Komenského univerzitě v Bratislavě. Celý svůj profesní život, v rámci pracovního zařazení, přednášel na různých akcích.

1. Jaké jsou vaše zkušenosti se vzděláváním seniorů?

„Po absolvování právnické fakulty jsem v právu našel zálibu a o své poznatky jsem se chtěl podělit s okolím. K posluchačům seniorům jsem se dostal zcela náhodou. Nezačal jsem vzdělávat konkrétně seniory, spíš by se dalo říct, že tvořili malou část mých dospělých posluchačů.“

Kde jste přednášel?

„Přednášel jsem především ve firmách, v rámci dalšího vzdělávání. Mimo to jsem rád přijmul nabídku od vzdělávacích agentur k uspořádání přednášek z oblasti práva. A na těchto akcích jsem se začal potkávat se seniory jako posluchači. Posluchači mají zájem zejména o rozšíření svých vlastních znalostí. V poslední době pozoruji zájem zejména u žen.“

Kde v současné době přednášíte?

„Jsem již v důchodu, ale díky dřívějším vazbám na některé, zejména obecně prospěšné spol. a neziskové organizace, přednáším pro seniory zejména otázky z právní oblasti. Jedná se o akce pořádané organizacemi zejména v Praze, kde lektorsky zajišťuji i akce pořádané příslušnými městskými úřady v rámci vzdělávání seniorů, jako třeba akademie třetího věku. Mimo to, na

základě požadavků přednáším problematiku práva i mimo Prahu a to například pro knihovnu Karla Poláčka ve Vyškově, Domově pro seniory v Bechyni apod.“

2. Jak dlouho vzděláváte seniory?

„Dá se říct, že 30 let V podstatě od počátku své lektorské praxe. I v podnicích, kde jsem přednášel, se vždy našel alespoň jeden člověk dříve narozený. Pro seniory zajišťuji přednášky asi 8 let. Zejména v poslední době pozoruji zvýšený zájem o vzdělávání v oblasti práva.“

Z jakého důvodu myslíte, že se tak děje?

„Podle mého názoru se jedná o zvýšený zájem vzhledem k četným legislativním změnám týkajících se seniorů. Neustále se mění důchodové pojištění, dávky a podmínky k jejich dosažení. Možnosti oddlužení fyzických osob v případě neschopnosti splácet půjčky. Také seniory zajímají otázky spojené s pracovním právem, a to v oblasti zkrácených pracovních úvazků a možnosti zapojit se do pracovního procesu.“

3. Jsou, podle Vás, nějaké specifické požadavky na lektora ve vzdělávání seniorů?

Pokud ano, považujete je za důležité?

„Podle mých vlastních zkušeností, i poznatků od kolegů, musí lektor při vzdělávání seniorů počítat s odlišnostmi oproti vzdělávání mladších posluchačů. Je třeba počítat zejména s pozitivnější motivací vzhledem k životním zkušenostem, poctivějším přístupem a větším zájmem o své vzdělávání. Na druhé straně musí lektor počítat s tím, že vzhledem k věku již ne všichni seniori mají rychlé myšlení a k tomu je třeba přizpůsobit např. rozsah přednášek, volit častější přestávky apod. Vzhledem k uvedenému je lepší, když je lektor přednášející seniorům raději starší. Mladší lektori mají určitý problém vcítit se do myšlení seniorů a seniori mají k mladším lektorům určitý odstup.“

Myslíte si, že toto je obecně platné pravidlo? Že všichni mladí lektori mají u seniorů tuto nálepku?

„Nelze to tvrdit obecně, vždy záleží na jednotlivém lektorovi a na tom, zda je schopen zaujmout svým vystoupením posluchače. Je samozřejmě i rozdíl, zda je lektorem muž či žena. Podle mých vlastních zkušeností, je-li většina posluchačů pohlaví ženského, více je zaujme muž, pak je jedno, jakého je věku. V případě opačném zaujme více žena lektorka.“

Jaké tedy specifické požadavky mají seniori na lektora ve vzdělávání, pokud pomineme, že ženy zaujme muž, muže žena?

Lektor (smích)

„Dle mého názoru je pro lektora nejdůležitější znalost přednášené problematiky, aby mohl reagovat na případné dotazy a umět teorii přiblížit praxi. Dále musí umět zaujmout posluchače tak, aby je zapojil do diskuze, přednes nesmí posluchače uspávat. Nesmí se ve

svém vystoupení držet pouze suché teorie, ale je třeba, aby uměl řešit s posluchači jednak probíranou látku, ale zároveň se nesmí bát odpovídat i na jiné otázky, které tyto posluchače zajímají. Mnozí senioři, kteří se zúčastňují nějakého druhu vzdělávání, se ho zúčastňují ne jen z důvodu rozšíření vzdělání, ale především z důvodu využití volného času a odbourání osamělosti. Na akcích potkávají kolegy, se kterými mohou probírat své životní situace. Proto i lektor by jim měl být partnerem a je-li to žádoucí, do těchto diskuzí se i zapojit.“

4. Měl by, podle Vás, být lektor ve vzdělávání seniorů zanesen do Národní soustavy povolání?

„Myslím si, že lektor ve vzdělávání seniorů se nikterak neliší od lektora vzdělávajícího dospělé. Přesto, pokud by byl přímo zanesen do Národní soustavy povolání, umožnilo by to jasnější a konkrétnější představu o vykonávání praxe. Někteří lektori by mohli brát přednášení pro seniory na lehkou váhu. Přitom právě senioři jsou skupinou velice náročnou. Mají své jasné požadavky a představy. Naopak, někteří kolegové se této výzvy zaleknou. Mají strach, že nedokáží k seniorům přistupovat jako k plnohodnotným posluchačům. Vymezením lektora ve vzdělávání seniorů by se těmito názorům předešlo.“

Doporučil byste tedy zanést Lektora ve vzdělávání seniorů do Národní soustavy povolání?

„Ano, jednoznačně doporučuji.“

5. Jaké mají vaši posluchači vzdělání?

„Nemohu zcela jednoznačně říci. Na svých přednáškách tuto informaci nepožaduji uvádět.“

6. Co motivuje seniory ke vzdělávání?

„Nejspíš, stejně jako mě přednášet a předávat informace, naplňuje mé posluchače informace získávat. Mimo to zajisté stráví plnohodnotně volný čas.“

Příloha D – Seznam kódů

Problém – Specifika vzdělávání seniorů

1. Požadavky kladené na lektora

- Citlivost
- Time management

2. Zanesení pozice v Národní soustavě povolání

- Popis pozice

3. Specifika cílové skupiny seniorů

a) Přístup seniorů

- Odpovědnost
- Zájem

b) Motivace ke vzdělávání

- Prohlubování vědomostí
- Sociální funkce

c) Potřeby seniorů ve vzdělávání

- Citlivost
- Sociální funkce

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Lucie Nováková

Obor: Andragogika

Forma studia: kombinovaná

Název práce: Specifika vzdělávání seniorů

Rok: 2020

Počet stran textu bez příloh: 77

Celkový počet stran příloh: 14

Počet titulů českých použitých zdrojů: 34

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 2

Počet internetových zdrojů: 6

Vedoucí práce: PhDr. Marie Farková PhD.