

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

Pedagogická fakulta

Ústav pedagogiky a sociálních studií

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Vlasta Miklíková

**Sociální role a struktura času žen v důchodovém věku**

Olomouc 2012

vedoucí práce: doc. Mgr. Miroslav Dopita, Ph.D.

Prohlašuji, že bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pod vedením doc. Mgr. Miroslava Dopity, Ph.D. K práci jsem použila literaturu a prameny uvedené v seznamu. Souhlasím, aby práce byla uložena na Univerzitě Palackého v knihovně Pedagogické fakulty a ve studijní agendě a dále zpřístupněna ke studijním účelům.

V Olomouci .....

.....

Vlasta Miklíková

## **Poděkování**

Děkuji doc. Mgr. Miroslavu Dopitovi, Ph.D. za jeho odborné vedení při psaní mé bakalářské práce a za ochotné poskytnutí rad při konzultacích, které mi výrazně pomohly k vypracování této práce.

# Obsah

<b>ÚVOD</b>	<b>5</b>
<b>1 SENIOŘI A SPOLEČNOST</b>	<b>6</b>
1.1 STÁRNUTÍ SPOLEČNOSTI	6
1.2 VYMEZENÍ STÁŘÍ	7
1.3 ZMĚNY VE STÁŘÍ	8
1.4 KVALITA ŽIVOTA VE STÁŘÍ	9
1.5 STÁRNUTÍ ŽEN	11
<b>2 STAROBNÍ DŮCHOD</b>	<b>13</b>
2.1 POSTOJE K ODCHODU DO DŮCHODU	13
2.2 ZMĚNY SPOJENÉ S ODCHODEM DO DŮCHODU	14
2.3 POSTOJE K DŮCHODCŮM	15
2.4 NEROVNOST PŘÍJMŮ V DŮCHODU	16
<b>3 ROLE SENIORŮ V DŮCHODU</b>	<b>17</b>
3.1 PRARODIČE	17
3.2 AKTIVNÍ TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU	18
3.3 DOBROVOLNICTVÍ	20
3.4 VZDĚLÁVÁNÍ V SENIORSKÉM VĚKU	20
3.5 ZAMĚSTNÁNÍ V DŮCHODU	21
<b>4 PŘÍPADOVÉ STUDIE ZAMĚSTNANÝCH SENIOREK</b>	<b>24</b>
4.1 PŘÍPADOVÁ STUDIE PANÍ ZDENY	24
4.2 PŘÍPADOVÁ STUDIE PANÍ LIBUŠE	26
4.3 PŘÍPADOVÁ STUDIE PANÍ VĚRY	28
4.4 PŘÍPADOVÁ STUDIE PANÍ ANNY	30
4.5 PŘÍPADOVÁ STUDIE PANÍ MÍLADY	31
4.6 ZÁVĚRY Z PŘÍPADOVÝCH STUDIÍ	33
<b>ZÁVĚR</b>	<b>35</b>
<b>LITERATURA</b>	<b>36</b>

# Úvod

Problematika spojená se stárnutím společnosti je v současnosti důležitým tématem. V bakalářské práci se zaměřuji na identifikaci uspořádání času zaměstnaných senierek s přihlédnutím, k tomu, že součástí jejich zaměstnání je i vzdělávání potřebné k zvládnutí jejich pracovních povinností. Cílem práce je identifikovat volnočasové aktivity pracujících žen v seniorském věku. Jaké mají zájmy, jaké hrají sociální role a kolik času jim věnují v porovnání se zaměstnáním. V práci se opírám o poznatky vycházející z psychologie, sociologie a pedagogiky.

V první kapitole se zabývám demograficky neoddiskutovatelnou skutečností, a to že společnost stárne, a to nejen společnost česká, ale přinejmenším i evropská. Proto je třeba věnovat zvýšenou pozornost stáří, jako jednomu z období lidského života. Zaměřují se proto, na vymezení stáří a s ním spojené změny včetně zvládnutí těchto změn jednotlivcem. Uvedené změny se podepisují i na kvalitě života seniorů a na utváření jejich životního stylu. Centrum své pozornosti následně zužuji na ženy seniorky.

V kapitole druhé, se věnuji důchodu, který bývá se stářím často asociován. Odchod do důchodu je velkou životní změnou, kterou každý jedinec zvládá jinak a přistupuje k ní odlišně. Proto nahlížím na změny, které odchod do starobního důchodu provázejí i postoj společnosti k lidem v důchodu. Odchod do důchodu zpravidla znamená také snížení příjmů, protože starobní důchod svou výší neodpovídá mzdě, kterou pobíral člověk jako zaměstnanec, a proto se zabývám také nerovností způsobenou výší starobního důchodu.

Třetí kapitola popisuje sociální role, které jsou typické pro seniory a souvisí s využíváním času v důchodovém věku, jako je aktivní využití volného času, péče o vnoučata, dobrovolnictví, vzdělávání a zaměstnání. V souvislosti se zaměstnáním je částečně zmíněna legislativa zaměstnávání důchodců.

V poslední kapitole prezentuji a analyzuji pět případových studií zaměstnaných senierek. Vycházím z parametrů, jež jsem si stanovila jako určující pro jejich popis. Jedná se o jejich nejvyšší dosažené vzdělání, rodinné zázemí, původní a současné zaměstnání s výhodami i omezeními a volnočasové aktivity.

# 1 Seniori a společnost

Čas je veličina, která měří každému stejně. Jako jednu z mála jistot v životě, které máme, je to, že všichni zestárneme. Stárnutí se nedá zastavit, můžeme, ale ovlivnit, jak budeme stárnout. Může to být pozvolný přechod, od kterého budeme čekat dobré i špatné nebo to pro nás může být šok. Najednou si uvědomíme, že jsme staří a své stáří budeme nenávidět. Záleží na jednotlivci, na jeho vlastnostech, jakou cestu si vybere.

## 1.1 Stárnutí společnosti

Nelze si nevšimnout toho, že naše společnost postupně stárne. Zvyšuje se počet starších lidí a rodí se méně dětí. Tato situace je nám neustále připomínána jak médií, tak také politiky, kteří nás upozorňují na budoucí možné problémy, spojené se zvyšováním počtu starých lidí pobírajících starobní důchody. Demografické studie dokazují, že naše společnost bude stárnout. „*Dynamika demografického vývoje, a zejména dlouhodobý pokles úrovně plodnosti a snižování úmrtnosti ve vyšším věku, vedou ve výsledku k procesu demografického stárnutí (zvyšování podílu osob ve věku 60+ nebo 65+ let)*“ (Rychtaříková, 2008, s.37). Schirmacher (2005, s. 11) říká, že v důsledku stárnutí společnosti bude profitovat taková společnost, která bude umět využít potenciál starých lidí. V nejedné zemi žijí staří lidé bez domova a v bídě a v některých sice netrpí bídou, ale je jim odepřena sebeúcta a přicházejí o životní elán. Podle Tamary Tošnerové (2009, s. 17) nemůžeme hledat příklady v minulosti, protože nejsou žádné příklady společností, které by měli zkušenost s vysokým počtem seniorů. Dožití vyššího věku pro velký počet lidí je záležitostí až moderních společností a ty se s touto skutečností setkávají jako první. Důležitá je budoucnost a podle Haškovcové (2010, s. 20), na tom, jak se žije generaci starých lidí, mají podíl generace mladší, protože se podílí na rozhodování o kvalitě jejich života. Měli by si uvědomit, že tím si chystají i vlastní budoucnost.

Ministerstvo práce a sociálních věcí vydalo „**Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012**“. V tomto programu je věnována pozornost kvalitě života ve stáří. Jak již bylo řečeno demografickou prognózou, bude u nás téměř tři miliony osob starších 65 let a asi půl milionu osob starších 85 let. Tomuto vývoji by měla odpovídat nabídka služeb a zboží, která by vyhovovala starším lidem, což by se zároveň projevilo na

ekonomickém růstu. Stárnutí společnosti bývá hodnoceno negativně a většinou se řeší pouze změny v důchodovém systému. To samo nestačí. To samo nestačí, je třeba více změn. Nastolit změny ve vnímání stáří společností, je důležité pro všechny generace. Současný negativní pohled na stáří nevede k soudržnosti generací a nevyužívá schopnosti starých lidí ani jejich zkušenosti. Pokud společnost stárne, není dobré zamezovat přístupu na pracovní trh starším lidem, když chtějí být činní. Zároveň je potřeba zajistit více možností pro kvalitní trávení volného času pro seniory. Mezi seniory je více žen než mužů, přičemž ženy bývají častěji vdovy a riziko chudoby je u nich vyšší než u mužů. S nízkým příjmem se pak aktivní život pro starší lidi těžko realizuje, proto by měl důchodový systém projít změnami, aby příjmy byly odpovídající potřebám. Nezbytné je také podporovat spoluúčast starých lidí na vzdělávání, které zlepšuje možnosti přizpůsobit se změnám. Vzdělání je důležité pro hodnotný život (Národní program přípravy na stárnutí, 2008, s. 9-48). Program přípravy na stárnutí naší společnosti je vypracován, ale důležité bude především jeho naplňování. „*Lidé jsou si rovni v právech a důstojnosti bez ohledu na věk. Diskriminace a vyloučení ze společnosti má negativní zdravotní a ekonomické dopady nejen pro jedince, ale pro celou společnost*“ (Národní program přípravy na stárnutí, 2008, s. 48).

## 1.2 Vymezení stáří

Návrh expertů světové zdravotnické organizace na dělení věkových období uvádí Zavázalová (2001, s. 12,13): „*Experti Světové zdravotnické organizace navrhli v šedesátých letech 20. století následující věkové hranice pro období středního a vyššího věku. Období středního věku: 49-59 let, období raného stáří (staršího věku): 60-74 let, období vlastního stáří (pokročilého, vysokého věku): 75 let a více a z tohoto období vyčlenili ještě období dlouhověkosti: 90 let a více*“. Vágnerová (2007, s. 299) pak popisuje období raného stáří. Rané stáří představuje věk 60 až 75 let. Také tento věk bývá označován jako „třetí věk“. V tomto období člověk zažívá změny, ztráty, ale i pocity volnosti. V šedesáti letech si člověk ještě nemusí připadat starý. Dnešní šedesátníci jsou na tom určitě lépe, než v minulosti. Navíc i odchod do starobního důchodu se zvyšuje s přihlédnutím k tomu, že je člověk ještě dostatečně výkonný i po šedesátce. Vágnerová (2007, s. 302-303) dále uvádí, že s postupujícím věkem přichází nové poznatky. S příchodem 60. roku lidé vědí, že stáří je blízko a přijdou změny. Záleží na každém jednotlivci, jak své stárnutí zvládne, zda přijme pozitivní zkušenost osvobození od některých povinností a volnost s tím spojenou nebo se bude obávat svého

budoucího stáří a spojovat si jej se ztrátami. Ranné stáří většinou nenesou výrazné překážky po duševní ani tělesné stránce. Podle Štilce (2004, s. 12,13) je možné říci, že když člověk umí přijmout jiné názory a učit se něčemu novému, zachovává si určitou mladost. Podle psychologů pocit stáří odpovídá také stavu mysli. Nejde jen o roky, ale i o duševní a tělesné rozpoložení. Jak píše ve své knize Jiřina Šiklová (2008, s. 100): „*Stáří je období, kdy ještě hodně můžeme, ale málo musíme*“. Lidé berou stáří různě, někteří dělají jako by se jich netýkalo a neměli by nikdy zestárnout a jiní se stáří obávají jako velké hrozby. „*Ve skutečnosti stáří není ani přítel ani nepřítel*“ (Pacovský, 1997, s. 25).

### 1.3 Změny ve stáří

Jak člověk postupně stárne, cítí různé změny, které se projevují omezeními v rozličných životních situacích. Jako první si asi člověk uvědomí změny tělesné, úbytek fyzických schopností je jasně rozeznatelný. Nelze si nevšimnout, že se hůře pohybuje, bolí ho klouby nebo, že musí vynaložit více úsilí na činnosti, které dříve vykonával lehce. Jak píše Tamara Tošnerová (2009, s. 17) stárnutí přináší očekávané změny a tyto změny se liší tím, jak rychle nastávají. Změny se týkají vzhledu, psychických schopností, vitality i lidského soužití. Hodně lidí tyto změny považuje za úbytek, protože je omezují v dosavadním způsobu života. Člověk se musí naučit tyto změny akceptovat a přizpůsobit se omezením, které mu přinesly. Anselm Grün (2009, s. 13) říká, že člověk si je nucen vybrat sám, jak bude stárnout, jakým způsobem naloží s tím, co mu stárnutí přinese a zdůrazňuje moudrost stáří. „*Kdo ve stáří prohlédne tajemství života a pochopí svůj život jako celek, stane se moudrým. To je první smysl – a první úkol – stáří, stát se moudrým*“. Stárneme různě, někteří neztrácejí elán ani ve vyšším věku, stále navazují nová přátelství, vyhledávají nové zážitky, mají jistotu a podporu u své rodiny i u přátel. Jiní lidé jsou „*mladí staří*“. Na stáří můžeme pohlížet z různých úhlů, ale nejdůležitější je vlastní pocit, to jak se člověk cítí starý. Většina lidí má ze stáří obavy, protože stáří je v naší společnosti spojováno s nemocemi, nesoběstačností a končí smrtí. Přitom by se nemělo zapomínat, že stáří znamená také zralý rozum a zaslouží si úctu (Kubů, Radenovská, 2006, s. 7,8). Existuje všeobecný dojem, že je stáří „o ničem“. Helena Haškovcová (2010, s. 17) popisuje stav, kdy se mladší lidé vyhýbají všemu, co stáří připomíná. To nevede k dobrému klimatu pro stárnoucí populaci, a tak se někteří lidé snaží svůj věk oklamat. Existují různé přístupy ke zvládnání stáří. Dana Sýkorová (2007, s.224-225) uvádí tyto:



- „přístup mladé stáří“ se zakládá na tom, jak se senioři cítí mladí. Na finanční a fyzické nezávislosti a na nezávislém rozhodování. Jsou samostatní a uznávají samostatnost druhých
- „přístup vyrovnané stáří“ souvisí s rozumným přijetím stáří i s potížemi, které k němu patří. Penze je brána jako období volnosti, čas věnovat se sobě i prospívat druhým
- „přístup ambivalentní stáří“ je založen na zdolávání záporného postoje k důchodu a stáří. Více se objevuje strach z tělesné a peněžité závislosti, i když je zachováno nezávislé rozhodování
- „přístup popírání stáří“ je spojen s odmítáním stáří i svých zdravotních problémů. Tito senioři poukazují na druhé, jako potřebné pomoci
- „přístup vážně nemocné imobilní stáří“ jako ztotožnění se s nemohoucími a nemocnými, zároveň se k potížím přistupuje racionálně
- „přístup zvládnutí čtvrtého věku“ je spojen s přijetím stáří i závislosti. Senioři se opírají o neměnné každodenní návyky. Jsou závislí na rodině, na pomoci příbuzných, kterou si někdy vynucují.

Změny, které člověka v období stáří provázejí a jejich zvládnutí záleží na každém jednotlivci. Na to jaký přístup si zvolí, má vliv také postoj společnosti ke starým lidem.

## 1.4 Kvalita života ve stáří

Lidé si přejí prožít svůj život kvalitně. Pod slovem kvalitní život si však každý člověk, může představovat něco jiného. Jiné nároky mají lidé mladší a jiné zase lidé starší. Pro někoho je důležité materiální zabezpečení, práce a zábava, pro jiné zdraví, rodina nebo „duchovní život“. Životní postoje se s věkem mění. Vladimír Pacovský (1997, s. 21) říká, že člověk, který si může na základě zákona nárokovat důchod, si prožil období přípravy na svou profesi, prožil období výkonného pracovního života a nachází se na začátku období důchodového. Začátek tohoto období neznamena, že člověk se tímto stává starým. „Každý důchodce není stařec. Má právo na kvalitní život svého třetího věku. Kulturní společnost jej nesmí jako nepotřebného odsunout do stínu“. Proto také jak uvádí Žumárová a Tesková (2009, s. 9), je zajištění důstojné a kvalitní péče pro generaci starých lidí úlohou celé společnosti, vlastně je to zájmem nás všech. Změny, které doprovázejí stárnutí, mají vliv na

kvalitní život seniorů ve všech jeho oblastech. Společnost by se měla snažit ovlivnit pohled lidí na stáří jako na období nemocí, nesoběstačnosti a osamocení. Takový pohled není pro společnost dobrý a měl by se změnit. Tím by se přispělo i k zlepšení kvality života seniorů. Ota Gregor (1998, s. 20,21) spojuje kvalitní život s pozitivním postojem. Seniori, kteří ke svému stáří přistupují pozitivně a nemění svoji osobnost, jsou vyhledáváni mladšími lidmi, protože jim mají co sdělit. Tito lidé neznají samotu a jejich život je aktivní a plný. Naopak seniori, kteří své stárnutí berou jako „čekání na smrt“ žijí nešťastně a to je škoda pro ně i jejich okolí. Šiklová (2008, s. 48) pak podotýká, že na životě není důležitý dlouhý věk, ale to jak kvalitně je prožitý. To už neovlivní lékaři, ale může to udělat každý sám. K tomu Dana Sýkorová (2007, s. 213) podotýká, že seniori svůj život chtějí vést stejně, jak byli zvyklí po celý život. K tomu patří péče o domácnost, styk s přáteli, s rodinou, být součástí života svých dětí, starat se o druhé i o sebe, o své záliby, pracovat nebo studovat. Především však zodpovídat sám za sebe a svá rozhodnutí činit samostatně. „*Stáří nemusí být smutným životním obdobím. Máme v něm vidět spíše vrchol, a nikoli konec života*“ (Šipr, 1997, s. 11). S kvalitou života spojujeme také zdraví. Většina lidí si slovo stáří spojuje automaticky s nemocí, ale skutečnost zřejmě tak jednoduchá nebude. Známe jistě i ze svého okolí případy seniorů, o kterých říkáme, že není možné, aby jim bylo tolik let. Jezdí na kole, pracují na zahrádkách, nebo chodí do práce. Pokud mají potíže kvůli svému věku, nejsou viditelné. Naopak také známe hodně seniorů, kteří jsou nesoběstační a jsou nuceni využívat pečovatelské služby. Je zřejmé, že lidé stárnou různě. K souvislosti mezi stářím a nemocí se Haškovcová (2010, s. 248) vyjádřila takto: „*Stáří a nemoci jsou pokládány za synonyma.*“ a dále uvádí, že to není úplně pravdivé, neboť nemocní bývají lidé různého věku. U starých lidí je však větší pravděpodobnost onemocnění, proto vzniká strach ze stáří a to je pochopitelné. Stáří znamená přijmout zdravotní potíže, které k tomuto věku patří. Jak podotýká i Vágnerová (2007, s. 312-314) je důležité hlavně se nezaměřovat jen na vlastní osobu a na své nemoci. Nezajímat se o nic jiného, může vést k tomu, že takového člověka ostatní nepřijmou. Neustále stížnosti na svůj zdravotní stav nevytvoří pozitivní atmosféru, spíše naopak odrazují ostatní lidi od kontaktu. Staří lidé vidí ve zdraví podmínku soběstačnosti a samostatnosti, možnost volně se rozhodovat a plánovat svůj život. Nechtějí být zátěží pro ostatní (Žumárová, Tesková, 2009, s. 17). Zdraví je nejdůležitější hodnota života. Důležité je v každém věku, pouze mladší lidé, pokud nemají zdravotní problémy, se na své zdraví většinou nezaměřují. Zdraví bereme jako samozřejmost, ale měli bychom si uvědomit, že pro staré lidi je toto téma nejdůležitější.

Kvalita života souvisí se způsobem života, který si zvolíme, závisí pouze na nás samých. Každý člověk má nějakou představu o tom, jak by chtěl žít. Můžeme si vybrat vlastní cestu nebo se můžeme nechat ovlivnit jinými lidmi nebo také médii. Schirmacher (2005, s. 83) poukazuje na to, že staří lidé, pokud si chtějí vybudovat nějaký styl, nemají takové možnosti jako mladá generace. Chybí jim vzory. Jak ve své knize uvádí Šiklová (2008, s. 15) stará žena by neměla být závislá na tom, že ji zábavu a pomoc budou poskytovat děti. Staré ženy by si měly samy najít nějaký vlastní styl tak, aby stáří pro ně nebylo jednotvárné a nezajímavé. Pavel Říčan (2004, s. 335-336) upozorňuje, že seniorům stejně jako mladším lidem záleží na tom, jak vypadají a jak je vnímají ostatní. Starý člověk se musí učit přivykat si na své stárnoucí tělo a na změny, které zasahují do vzhledu. Útěchou jim může být to, že takovéto změny postihují všechny staré lidi, příbuzné i přátele. Důležité je nepřijmout posměch a neztratit sebeúctu. Podobně Sýkorová (2007, s. 182) říká, že seniorům záleží na tom, jak působí na své okolí a jak je ostatní vnímají. Stojí o to, aby jim ostatní věnovali pozornost, podporovali je a uznávali. I Baltes (2009, s. 13-15) uvádí potřebu společenské změny, tak aby společnost změnila negativní postoje ke stáří. Dále říká, že i když po fyzické stránce se staří lidé necítí moc dobře, jsou se svým životem v podstatě spokojeni, podobně jako mladší generace. Důležitý je však také aktivní přístup jednotlivců ke stárnutí. Také podle Haškovcové (2010, s. 37) se sebevnímání starých lidí utváří na základě toho, jak je vnímá společnost. Toto vnímání je buď kladné, nebo záporné. Podle toho se pak v dané společnosti starý člověk cítí spokojeně nebo nespokojeně. V průběhu pracovního života podle Grüna (2009, s. 8) nelze plně přijímat krásy života, to je však možné v období stáří, kdy již člověk není nucen jen k výkonnosti, ale má možnost odpočívat a vnímat to, co je na životě pěkné. V tomto období je stále možné pokoušet se dělat něco nového.

## **1.5 Stárnutí žen**

Ženy a muži jsou vychováni k tomu, aby postupně zaujali své pozice ve společnosti a chovali se tak, jak od nich společnost očekává. Od žen se očekává, že budou mít děti a pečovat o ně i o manžela. Muži jsou pak ti, kteří mají rodinu zabezpečit finančně. Toto rozdělení již není úplně platné. Ženy chodí do zaměstnání stejně jako muži a úplná rodina již také není samozřejmostí. Současné seniorky však byly vychovány v původním duchu. Zažily pak změny, které zavedla socialistická vláda. Ta ženy v podstatě donutila jít do zaměstnání a postavení ženy v domácnosti odsuzovala. Přestože jsou dnes ženy více emancipované,

starých žen se to tak úplně netýká. Podle Oty Gregora (1998, s. 5,6) žena žije odlišně a zároveň stejně jako muž. Takže také odlišně i stejně stárne. Helena Haškovcová (2010, s. 23) říká: „...stáří je problémem starých žen“. A dále uvádí, že v dožití mužů a žen existuje rozdíl. Ženy se dožívají v průměru vyššího věku než muži a počet vdov je vyšší než počet vdovců. Podle údajů ČSÚ k datu 31. 12. 2008 bylo na sto vdovců asi 528 vdov (ČSÚ, 2009, s. 4). Starším ženám pak při ztrátě partnera vznikají problémy, které souvisí s rozdělením mužských a ženských rolí. Existují činnosti, které vždy vykonával muž a ženy se je nenaučily. Ztrátou partnera tak přicházejí o oporu (Tošnerová, 2009, s. 23). Navíc jak říká Sýkorová (2007, s. 51): „*Snížení fyzické přitažlivosti a ukončení fertility je sociálně degraduje, navíc jsou obecně považovány za slabé a potřebující pomoci. Ženy pak čelí dvojímu ohrožení – sexismu a a geismu*“.

## 2 Starobní důchod

Odchod ze zaměstnání do starobního důchodu znamená pro každého člověka velkou změnu. Člověk odchází nejen od práce, ale i od kolegů a z kolektivu, na který byl zvyklý. Přichází o možnost každodenního setkávání s lidmi, s kterými někdy dlouhá léta pracoval a zřejmě se jim i svěřoval se svými problémy. Najednou má člověk spoustu volného času, který mnohdy neumí využít.

### 2.1 Postoje k odchodu do důchodu

Na odchod ze zaměstnání do důchodu pohlíží každý člověk jinak. Lidé, kteří mají své koníčky, zájmy a kamarády se do důchodu těší. Lidé, kteří „žili“ jen pro své zaměstnání jsou na tom hůře. Lidé, kteří nepovažují svůj důchodový věk za důvod zůstat doma, si hledají práci. Pracují i mimo svou bývalou profesi nebo si hledají brigády, které jim pouze částečně zaplní nově nabytý volný čas, ale přesto ho zůstane dost pro jejich záliby. Také finanční zisk je nepřehlédnutelný, protože realizace některých koníčků, jako například cestování, vyžaduje výdaje, které se ve starobním důchodu projevují na rozpočtu domácnosti dost výrazně. Důchod prožívají lidé různě, jak uvádí i Marie Vágnerová (2007, s. 306) někteří jsou se svým životem v důchodu spokojeni a užívají si klid. Naproti tomu jiní lidé mohou pociťovat méněcennost, protože jim chybí původní kompetence. Podle Bočkové (2011, s. 65) odchod do důchodu může znamenat přerušování kontaktů s lidmi. Pro důchodce je zaměstnání přínosem, především z hlediska sociálních kontaktů. Neznamená to ale, že senioři, kteří nepracují, jsou spokojeni méně. Podle personalistů se ženám odchod do důchodu zamlouvá více, než mužům. Ženy v domácnosti mají více povinností, více také pečují o vnoučata. Jejich vyplnění nově nabytého volného času tudíž nepřestává být takový problém (Bočková, 2011, s. 72). Také podle Pavla Říčana (2004, s. 347) se ženy se starobním důchodem vyrovnávají lépe než muži. I když vyhlídka důchodu pro ně představuje obavu stejně jako pro muže. Dle Vágnerové (2007, s. 356, 357) se odchod do důchodu projeví také tím, že člověk ztratí organizovanost všedních dnů. Má volný čas, který může využívat podle sebe, ale neumí to. Je nutné vytvořit si denní program, i když pro staré lidi není jednoduché přijímat změny. Říčan (2004, s. 346) k tomuto tématu ještě uvádí to, že starobní důchod pro některé lidi představuje únik z práce, která je pro ně těžká nebo rutinní. Jiné naopak děsí odchod do důchodu již předem. Několik

let před vlastním odchodem do důchodu zažívají pocity strachu ze ztráty zaměstnání, s poklesem příjmu, ze ztráty kontaktů s lidmi. „*V každém případě je ukončení soustavné výdělečné činnosti, kterou člověk vykonával řadu let, často od dokončení školy, nesmírně významným, mnohostranným předělem, který nás nutí přebudovat vlastní identitu*“. Odchod do důchodu podle Haškovcové (2010, s. 80, 81) je z pohledu těch, co zaměstnávají, nutný proces obnovení pracovních zdrojů. Z pohledu člověka odcházejícího do důchodu je to odsunutí. Pro mnoho lidí znamená ohrožení, končí jejich dosavadní způsob života, který dobře znali, a přichází nejistota. „*Odchod do důchodu je vnímán také jako pád a odborníci už před 25 lety popsali tzv. penzijní kolaps a dokonce i penzijní smrt...*“. Problém je tím větší, čím vyšší pozici člověk vykonával. Starobní důchod všechny zrovnoprávňuje, nebere ohled na předešlé úspěchy.

## **2.2 Změny spojené s odchodem do důchodu**

Starobní důchod je velkým mezníkem v životě člověka. Celý život má člověk nějaké povinnosti. Chodit do školy, připravovat se na zaměstnání, pak nastupuje profesní život, který vyplňuje podstatnou část denního režimu. Postupně se přidávají starosti o rodinu, o děti a později o staré rodiče. Někdy si ani nevšimneme, že jsme také zestárlí. Najednou je před námi odchod do důchodu a vědomí, že se všechno v našem životě změní. Opuštění zaměstnání z důvodu nároku na starobní důchod, jak zmiňuje Tošnerová (2009, s. 22) znamená pro člověka mimo jiné ztrátu kontaktů s lidmi, s kterými se pracovně setkával. Takový člověk pak může pociťovat osamělost. Lidé se však o některé věci ochuzují sami. Je dobré mít rozdělené činnosti tak, aby nechyběli kontakty s rodinou i ostatními lidmi. Pozitivně se na odchod do důchodu dívá Pacovský (1997, s. 32), který říká, že mají lidé v důchodu možnost, rozhodovat se volně a samostatně, bez omezujícího tlaku povinností v zaměstnání. Místo povinností nastupují zájmy. Naopak Zavázalová (2001, s. 44, 45) uvádí, že zavedený dlouholetý životní režim, se v důsledku penzionování zcela změní. Vytratí se styky s kolegy, sníží se příjmy a senior v mnoha případech zůstává osamocený. Předejít se tomu dá zapojením se do různých aktivit, jak soukromých, tak veřejných. Ženy se obvykle zaobírají domácností, péčí o vnoučata, o rodinu a rukodělnými činnostmi. Mužům jsou bližší aktivity v různých zájmových institucích.

## 2.3 Postoje k důchodcům

Od politiků slycháváme stížnosti, že důchodci jsou pro státní kasu zátěží. Předkládají nám, kolik stojí vyplácení důchodů a straší nás tím, že na další důchody nebudou peníze. Budoucnost, a tím vlastně naše budoucí stáří, nám vykreslují ve stále horších barvách. Stáří si pak mnoho lidí spojuje s chudobou a nemohoucností. Vyvolávají svým chováním averzi vůči starým lidem a nesnášenlivost mezi generacemi. Podle Pacovského (1997, s. 17) se objevují tendence k nesnášenlivosti vůči starým lidem, především když staří lidé odmítají setrvalost v pozici, kterou jim společnost přisoudila. V pozici vyloučení ze společnosti. Nesnášenlivost funguje i naopak, kdy se staří lidé mladší generace obávají a pociťují k ní, až nenávisť. I Vágnerová (2007, s. 309-355) udává, že současná společnost se ke starým lidem staví spíše negativně. Staří lidé jsou označováni jako ti, kteří pro společnost nic nepřinášejí. V současné společnosti se zdůrazňuje vzhled, aktivita a výkony. Vágnerová dále říká, že důchod, jako přechod z produktivního období do neproduktivního, je znakem příchodního stáří. Stáří je takto označováno ze sociálního pohledu. Člověk odchodem do důchodu ztrácí v očích společnosti hodnotu, jakoby jeho předcházející přínos pro společnost byl zapomenut. Přitom vzniklý nárok na důchod je daný bez ohledu na individuální schopnosti. Například Bělohradský (2009, s. 11) se ptá, co budeme dělat se starými lidmi, a říká: „*Co s třetím věkem? Budeme ten věk snížené výkonnosti kolonizovat, jako jsme to udělali s Třetím světem, tím kontinentem bezmoci?*“. Podle Haškovcové (2010, s. 32) lidé, kteří dosáhli důchodového věku, jsou mladšími generacemi označováni za staré a jsou jim připisovány vlastnosti stáří. Zaměstnaní důchodci naráží na problém podceňování, nejsou považováni za plnohodnotné pracovníky. V případě, kdy již pobírají pouze starobní důchod, bývají přiřazeni do kategorie, která představuje pro společnost zátěž. To se pak projevuje na tom, jak společnost stáří vnímá a v současnosti je toto vnímání negativní.

**Ageismus** nebo také věková diskriminace je ukazatelem sociálního klimatu ve společnosti. Záleží na tom, jestli společnost stáří bere jako ohrožení nebo přínos (Vidovičová, 2005, s. 5). Haškovcová (2010, s. 34, 35) se k ageismu vyjadřuje takto: „*Někdy je ageismus vysvětlován také jako averze vůči starým lidem i všemu, co stáří připomíná*“. Podle některých autorů i starší lidé jsou ovlivněni stereotypy a mají dojem, že nežijí dobře, přestože jsou vlastně spokojeni. Podle Butlera se mladší generace díky ageismu neidentifikují se staršími lidmi (Butler in Vidovičová, 2005, s. 5). Tošnerová (2002, s. 10) píše, že i když počet starých lidí stoupá, ve skutečnosti tato skupina prakticky není vidět. „*Jak stárnou, ztrácejí důležitost, hodnotu, účinnost*“.

## 2.4 Nerovnost příjmů v důchodu

Ženy mají v mnoha případech nižší příjmy než muži, nemyslím si, že v tomto ohledu došlo v naší společnosti k zásadním změnám. Důsledkem této zvyklosti pak ženy pobírají také nižší starobní důchody. Miroslav Hiršl (1995, s. 15,16) říká, že ženy jsou více než muži ochotné přijmout práce hůře placené. Nižší příjem se pak projeví v penzi, nízkým starobním důchodem. Petr Mareš (1999, s. 49-52) uvádí, že snad nejvíce zranitelnou skupinou mezi chudými lidmi jsou staří lidé, kteří zároveň tvoří jejich velkou část. Jejich chudoba souvisí především s odchodem do starobního důchodu a s tím souvisejícím poklesem příjmů a zhoršení životní úrovně. Také se objevuje problém „feminizace chudoby“. To znamená, že je pro ženu větší pravděpodobnost zařazení do kategorie chudých. To platí především pro ženy, které žijí samy. Chudoba žen má souvislost s jejich postavením na trhu práce. Žena bývá spojována s péčí o rodinu, o domácnost, o děti a také o manžela, který je označován za živitele rodiny. Častěji pak dostávají místa se zkrácenou pracovní dobou. Bývají v obdobích krize mezi prvními propuštěnými pracovníky. To společně s nižšími příjmy pak ovlivňuje jejich důchodové zabezpečení. Český statistický úřad udává tyto data: *„Starobní důchod pobírají v České republice ženy častěji a déle než muži. K 31. 12. 2010 pobíralo starobní důchod přibližně 899 tisíc žen a 749 tisíc mužů. Podíl žen mezi starobními důchodci představoval 54,5 %. S rostoucí průměrnou výší starobních důchodů se měnilo procentuální zastoupení žen a mužů, kteří tyto důchody pobírali. Více jak 85 % osob s vyměřeným starobním důchodem v průměrné výši do 8 000 Kč jsou ženy. Jejich podíl na celkovém počtu starobních důchodců podstatně klesá s rostoucí průměrnou výší důchodů. Příjemci průměrných důchodů v kategorii 9 000 až 9 999 Kč jsou ještě většinou ženy. Podíl žen v této příjmové kategorii představoval 64,3 %. Zcela jiná je situace u starobních důchodů, jejichž průměrná výše přesahuje 10 000 Kč. Zde byl podíl mužů téměř 70%. Ženy odcházejí do důchodu dříve a v průměru se dožívají vyššího věku, takže důchod i déle pobírají, mužům je však v průměru vyplácen důchod vyšší“*([www.czso.cz/csu/2011](http://www.czso.cz/csu/2011)). Bělohradský (2009, s. 205) pak pokládá otázku, proč českým ženám nevadí, že ve všech rozhodovacích orgánech jsou v menšině. Říká, že české ženy na své podřízenosti vlastně s muži spolupracují.



### 3 Role seniorů v důchodu

Stáří přináší negativní i pozitivní změny. Jednou z těch pozitivních změn je možnost využívat volný čas. Člověk v důchodovém věku již nemusí docházet do zaměstnání, pokud nechce. Svůj čas si plánuje většinou podle svých potřeb a tak, jak vyhovuje jeho zájmům.

#### 3.1 Prarodiče

Z dětství si mnoho lidí nejradyji vybaví čas prožitý u prarodičů. Babička a dědeček jsou pro děti nezastupitelní. Známe to z vlastní zkušenosti, že čas strávený u prarodičů byl plný klidu a dobré pohody. Zvláště babičky měly vždy dost trpělivosti a pochopení pro své vnoučky. Vágnerová (2007, s. 392) popisuje vztah k vnoučatům jako specifický. Prarodiče udržují rodinné zvyklosti a ke svým vnukům bývají shovívaví. Podle Šiklové (2008, s. 64) je úkolem babiček být prostředníkem v rodině, být pro děti někým, kdo je stmeluje. Erikson (1999, s. 62) říká: „*A vskutku staří lidé mohou a potřebují zajistit funkci pra-rodíčů. Proto nemůže být pochyb, že dnešní přerušeni kontinuity rodinného života jako výsledek dis-lokace významně přispívá k chybění toho minima zaujetí ve stáří, které je potřeba proto, aby člověk zůstal skutečně živý*“ Podle Žumárové (2009, s. 81-85) se role prarodičů někdy přehlíží, přestože na sebe vnoučata a prarodiče vzájemně působí a obě strany do tohoto vztahu něco vkládají. Pro dítě bývají prarodiče důležití v období, kdy má pocit, že se mu rodiče nevěnují. To zase prarodičům dodává pocit, že jsou pro rodinu potřební, posiluje to jejich sebevědomí. Specifická je role babiček, které mají více pochopení, což vyplývá i z jejich předešlé role matky. Babičky také často učí děti různým domácím pracím, přičemž bývají trpělivé a také mohou vnoučatům věnovat více času. Prarodiče bývají žádáni o rady jak svými vnoučaty, tak jejich rodiči, svými dětmi. Dá se říci, že děti se častěji svěří svým prarodičům, zejména pak babičkám, s problémy, které by měly strach řešit s vlastními rodiči. Někdy používají své prarodiče jako prostředníky v situacích, kdy je třeba rodičům sdělit nepříjemné zprávy. Představují tak pro děti určitý druh bezpečí a opory, když mají pocit, že čelí svízelné životní situaci samy. Pro starší vnoučata jsou prarodiče ti, kterým se mohou svěřit. Prarodiče je podporují finančně i tím, že nabídnou reálnu pomoc a oporu. „*Nejstarší generace, hlavně matky, projevují snahu pomáhat, dokud to zdravotní stav dovolí – jakoby rodičovská role neměla konec*“ (Sýkorová, 2007, s. 168,169). Tomu, aby se člověk stal prarodičem, se podle

Irmanovové (2011, s. 99-102), musí učit. Dále říká, že prarodiče jsou důležitou součástí rodiny i z praktických důvodů. Počítá se i s možností, kdy by byli nuceni nahradit rodiče. Jsou důležití pro vytvoření spokojeného rodinného života, učí vnoučata věci, na které jejich rodičům nezbývá čas. Svou rozvahou a shovívavostí vytváří vnoučatům bezpečné zázemí. Jistotu poskytují i svým dospělým dětem, pokud ovšem svými zásahy spíše rodinu nepoškozují. Takové případy bohužel také nastávají. To, jak se prarodiče chovají, působí na rodinu i na vývoj vnoučat. Strašíková (2004, s. 38, 39) pak poukazuje na to, že prarodiče mají možnost svými zkušenostmi přispět k výchově vnoučat a podílet se tak na vytváření jejich osobnosti. Vnoučata pak své prarodiče jakoby omlazovali. Dále říká, že prarodiče by výchově vnoučat neměli jen přihlížet, ale měli by se na ní podílet. Je to prospěšné pro rodinu i pro seniory samé. Vnoučata a prarodiče se navzájem potřebují. Vnoučata se obracejí na prarodiče v rozhodujících životních chvílích. Prarodiče zase kontaktem s vnoučaty a podílením se na jejich výchově, vyplňují svůj život smysluplně. Přestože jsou prarodiče pro rodinu důležití, nemělo by se automaticky předpokládat, že jediným zájmem seniorů budou vnoučata. Rodiče by měli respektovat organizaci času prarodičů a jejich zájmy. Měli by si uvědomit, že pro spokojený život jejich stárnoucích rodičů jsou důležité všestranné aktivity, při kterých se mohou realizovat. Navíc ne vždy se stane člověk prarodičem až v době starobního důchodu. Miroslav Dopita (2005, s. 36) říká: *„Prarodičovství se ukazuje jako jedna ze sociálních rolí, která ne vždy musí vyvolat asociace stáří, abychom byli konkrétní – věk nad 60 let, a uvést nás do stereotypů dědečků a babiček“*.

### **3.2 Aktivní trávení volného času**

Volný čas pro většinu lidí představuje možnost odpočinku. Dokud chodíme do práce, vychováváme děti nebo se vzděláváme, máme opravdu volného času málo. Od žen se navíc očekává, že budou ve svém volném čase pečovat o své blízké i zajišťovat domácí práce. To se nemění ani v seniorském věku, ženy pečují o manžela a v mnoha případech ještě i o své rodiče. Kamila Svobodová (2008, s. 89,90) popisuje českou rodinu. V typické české rodině je péče o domácnost záležitostí především ženy a muž se věnuje zaměstnání. Většina rodin je postavena na systému, kdy žena má na starost domácí práce a muž zajišťuje práce, které mají technický charakter. Bočková (2011, s. 77, 78) uvádí, že aktivity ve volném čase jsou pro seniory velmi důležité. Důležité především z hlediska odstranění osamělosti. Ve výzkumu Respekt institutu 50+ aktivně z roku 2010 se ukázalo, že na prvním místě volnočasových

aktivit senioři udávají „kontakt s okolním světem“, na druhém sport, na třetím místě koníčky a zájmy a na čtvrtém místě práci a brigády. Následují další aktivity jako vzdělávání apod. Říčan (2004, s. 349) hodnotí pozitivně koníčky, které jsou přínosem i proto, že se při nich setkáváme se stejně zaměřenými lidmi, třeba v zájmových kroužcích. Ve stáří se můžeme pokusit znovu obnovit zájmy, které jsme rádi dělali třeba ve škole. Také zahrádkaření je ideální činnost, která má praktický výsledek a ještě přitom člověk upevňuje zdraví pohybem na čerstvém vzduchu. Dále říká, že je možné najít cestu zpět ke svým sourozencům, pokud se v průběhu života odcizili. Aktivní trávení volného času je v současné době trendem pro všechny generace, nejen pro starší. Vliv aktivního odpočinku na zdraví i na psychiku člověka je nepopíratelný. Pro seniory znamená aktivní trávení volného času mimo jiné i zachování vitality a snižování potíží spojených se stárnutím. Není dobré uzavírat se v soukromí a vyhýbat se činností, které člověka aktivizují. Pacovský (1997, s. 32) říká, že aktivních činností existuje mnoho, staří lidé by však měli brát ohled na své možnosti a tomu aktivity přizpůsobit. Také Šipr (1997, s. 65-68) uvádí, že pro stárnoucího člověka je prospěšné, aby byl aktivní, schopnosti se zachovávají tím, že jsou užívané. Pro udržení psychické pohody je dobré učit se nové věci, očekávat problémy, které ke stáří patří a snažit se je racionálně řešit. Dále nezapomínat na cíle, kterých si člověk přeje dosáhnout a určovat si je tak, aby byly splnitelné. Nezůstávat o samotě, ale setkávat se s přáteli i s rodinou, nevyhýbat se společenskému životu. Nestarat se jen o sebe a zajímat se i o potřeby ostatních, mít kladný postoj k životu. Aktivita a pohodové stárnutí jsou spolu spjaty. Jak řekl Gregor (1998, s. 44): „*Lenivět znamená rezivět*“. I podle Zavázalové (2001, s. 79) může aktivitou člověk předejít závislosti na druhých. Důležité jsou fyzické aktivity přizpůsobené individuálním schopnostem starého člověka. V každém věku se může začít něco nového. Překážkou není neznalost zdravého způsobu života, ale pohodlnost a nechuť vzdát se pohodlí. Také Tošnerová (2009, s. 24, 25) říká, že je pro člověka dobré, aby svůj zájem nesoustřeďoval jen na zaměstnání. Stejně důležitý je jeho volný čas, zájmy a koníčky. Zároveň je třeba, aby rodina jejich zájmy respektovala a pobízela je k jejich aktivitám. Především děti by neměli automaticky předpokládat, že babička bude pečovat o vnoučata, kdykoliv to potřebují i na úkor svých činností.

### 3.3 Dobrovolnictví

Dobrovolná činnost je pro seniora jedna z možností, jak trávit volný čas smysluplně. Tato činnost pomáhá jemu i ostatním. Senior ji může vykonávat místo placené práce, pokud nemůže najít pro sebe vhodné zaměstnání a pokud důvod vyhledání práce není pouze finanční. Dobrovolná pomoc sice nepřináší peněžitou odměnu, ale vděčnost těch, kterým pomáhá je jistě větší kompenzací. Šárka Hastrmanová (2011, s. 86-87) uvádí, že dobrovolnictví nemusí vykonávat jen mladá generace. Dobrovolníky mohou být i starší lidé. Mají větší schopnost vycítit potřeby ostatních, mimo to mají velké životní zkušenosti. Podle pracovníků neziskového sektoru se senioři stávají dobrovolníky málo. Více se o tuto práci zajímají ženy. Kromě aktivního prožití volného času, dobrovolnictví umožňuje navázat přátelství nebo zažít pocity užitečnosti. Dobrovolníci nacházejí velké uplatnění v neziskových organizacích. Dobrovolník může pracovat i mimo profesi, kterou dříve vykonával. Po jakou dobu a v jaké frekvenci bude práce probíhat je vždy na domluvě s konkrétní organizací (kolektiv autorů, 2001, s. 4). Pacovský (1997, s. 33) říká: „*Volný čas vrací člověku smysl pro nezištné cíle*“. Kdo je vlastně dobrovolník? Tošner a Sozanská (2006, s. 35) popisují dobrovolníka takto: „*Dobrovolník je člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, svoji energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí a společnosti*. Podobně zní popis dobrovolníka Vaněčkové (2004): „*nadšenec, který přichází do organizace ve svém volném čase a zdarma se snaží být užitečný*“.

### 3.4 Vzdělávání v seniorském věku

Učení nás provází po celý život. Po ukončení školního vzdělávání pokračujeme v práci. Stále se něco mění a lidé se musí přizpůsobovat těmto změnám. Senioři mají možnost studovat např. na Univerzitách třetího věku nebo Akademiích třetího věku, a tak mimo jiné i získávat možnosti seznámit se s lidmi stejného smýšlení i stejných zálib. Vzdělávat se může člověk i prostřednictvím médií, existuje dostatek vzdělávacích pořadů. Senioři se již nemusí řídit přáními zaměstnavatelů, ale mohou si své učení plánovat sami. Mají možnost vybírat si k učení to, co je zajímavá a mají i dost volného času na jeho realizaci. Odborníci říkají, že mozek se má udržovat v činnosti, pokud není používán „zakrmit“. Učení se pokládá za potřebu, která člověka provází celý život (Pacovský, 1997, s. 30-33). Jsou senioři, kteří svůj volný čas věnují studiu. Říčan (2004, s. 350) uvádí tyto důvody studia: „*Studuje se z čistého zájmu, pro radost z poznání – i z potřeby dokázat si: Ještě na to stačím!*“ Štilec (2004, s. 130) považuje

za důležité pro seniory, aby se neuzavírali do sebe. Měli by vyhledávat nová přátelství nebo odpustit minulá příkoří a najít cestu zpět k těm, které dříve odvrhli. Neměli by se bát obnovit své bývalé zájmy a koníčky, především se nepoddávat strachu, že na to ve svém věku nestačí. Mohou využít možnosti studovat na Univerzitě třetího věku, udržovat v činnosti myšlení. Důležité je přistupovat k životu aktivně. Podle Naděždy Špatenkové (2010, s. 27) Univerzity třetího věku umožňují seniorům studovat vysokou školu a získat tak nové znalosti i příležitosti seznámit se s novými lidmi. U3V jsou důležité, jak říká Haškovcová (2010, s. 127) pro starší lidi, kterým nestačí jen záliby k vyplnění jejich volného času. Senioři se na tyto univerzity přihlašují proto, aby se vzdělávali. Pro mladší generace je samozřejmostí využívání moderních technologií, málokterý mladý člověk si dovede představit svou existenci bez počítače, internetu nebo mobilního telefonu. Senioři si již z velké části přivykli používat mobilní telefony. Bylo by dobré, kdyby se většině seniorů podařilo naučit pracovat s počítačem, používat internet a naučit se komunikovat pomocí sociálních sítí. Helena Haškovcová (2010, 179-181) píše, že existují kurzy „počítačové gramotnosti“, které mají za cíl přiblížit seniorům počítače a jejich používání. Někteří senioři již moderní technologie používají běžně, ale většina to není.

### **3.5 Zaměstnání v důchodu**

Každý člověk si může vybrat, zda bude pokračovat v práci nebo dá přednost odpočinku, na který má v určitém věku nárok. Pro rozhodnutí pracovat i po odchodu na důchod mohou mít lidé různé důvody. Jsou to nejspíše finanční důvody. Lidé mají strach ze ztráty úrovně, na kterou byli zvyklí. Nechávají se zaměstnat i mimo svou profesi, na pozicích, o které by se v mladším věku nezajímali. Další důvody mohou být společenské, starší lidé chtějí být mezi lidmi. Chtějí být nějak užiteční. Jak uvádí Vladimír Pacovský (1997, s. 32-33), většina lidí v důchodovém věku není v takovém fyzickém a psychickém stavu, že by nemohli dál pracovat. Práce je pro ně výhodná a občas nezbytná. Také chtějí mít pocit užitečnosti, udržet si svoji původní pozici nebo mají obavy z osamocení. Důchodcům, kteří chtějí pracovat, ztěžuje hledání práce vysoká nezaměstnanost. *„Od roku 2010 platí nová pravidla pro poskytování obecného starobního důchodu při výdělečné činnosti. Zásadní změnou je, že byla zrušena podmínka spočívající ve sjednání pracovněprávního vztahu na dobu určitou, nejdéle na dobu 1 roku. Od roku 2010 se obecný starobní důchod vyplácí při výdělečné činnosti bez jakýchkoliv podmínek, tj. i v případě, že je pracovněprávní vztah sjednán na dobu*

*neurčitou“* (kolektiv autorů, 2009, s. 117). Pracovat v důchodu, pokud se tak člověk rozhodne, má své výhody. Jak již bylo uvedeno, od roku 2010 se nemusí uzavírat pracovní smlouvy pouze na jeden rok. Někdy je však na seniory pracující na klasické pracovní smlouvy, pohlíženo s despektem, i když tito senioři většinou pracují na místech, která nejsou ani atraktivní, ani dobře placená. Senioři říkají, že hlavním důvodem pro to být zaměstnán, je udržet si příjmy a využívají spíše smlouvy na zkrácený úvazek. Peníze nejsou jediným důvodem práce v důchodu, pro seniory je také důležité být potřebný, užitečný, mít denní řád (Bočková, 2011, s. 69-71). Podle Sýkorové (2007, s. 137) je pro seniory důležitá finanční soběstačnost a to, aby nebyli závislí na jiných lidech. Většina seniorů se se sníženým příjmem vyrovnává skromností. Ze svých příjmů se ještě v mnoha případech snaží finančně podporovat své děti. Pokud se člověk pobírající starobní důchod rozhodne pracovat, musí jako zaměstnanec uzavřít se svým zaměstnavatelem pracovní smlouvu. Tato smlouva musí být uzavřena v souladu se zákoníkem práce.

**Pracovní smlouvy** upravuje zákon č. 262/2006 Sb., zákoník práce, ve znění pozdějších předpisů. Mezi zaměstnavatelem a budoucím zaměstnancem se uzavírá pracovní smlouva. Ta musí mít náležitosti, jako je specifikovaná práce, kterou má budoucí zaměstnanec provádět, místo, kde má být vykonána, nástupní den apod. Zaměstnavatel má možnost od smlouvy odstoupit, pokud zaměstnanec ve stanovenou dobu nenastoupí do práce. Je nutno tuto smlouvu uzavírat písemně a každá strana dostává jedno vyhotovení. (Zákoník práce, 2012, s. 20).

**Nemocenské pojištění** upravuje zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, ve znění pozdějších předpisů. Vyplácení nemocenské zaměstnancům, kteří pobírají starobní důchod, se vyplácí od patnáctého kalendářního dne jeho dočasné pracovní neschopnosti, ale maximálně 70 kalendářních dnů. Od 1. ledna 2012 do 31. prosince 2013 se nemocenská platí od 22. kalendářního dne a maximálně po dobu 63 kalendářních dnů. Stejně podmínky platí i v případě nařízené karantény. *Poživatelem starobního důchodu se pro účely věty první a druhé rozumí fyzická osoba, která v době dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény má nárok na výplatu starobního důchodu alespoň po dobu jednoho dne trvání pojištěné činnosti, a to ode dne, kdy nárok na výplatu tohoto důchodu vznikl.* (Úplné znění zákona č.187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, ve znění pozdějších předpisů, 2012, s.56).

**Pojistné na sociální zabezpečení** upravuje zákon č.589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti, ve znění pozdějších

předpisů. §4 *Výše pojistného se stanoví procentní sazbou z vyměřovacího základu zjištěného za rozhodné období. Do vyměřovacího základu se nezahrnuje mimo jiné podle paragrafu 5, článek 2, bod f) plnění, které bylo poskytnuto poživateli starobního důchodu nebo invalidního důchodu pro invaliditu třetího stupně po uplynutí jednoho roku ode dne skončení zaměstnání (Úplné znění zákona č.589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti, ve znění pozdějších předpisů, 2012, s. 7).*

Spektrum sociálních rolí, které senioři mohou „hrát“ není v žádném případě vyčerpáno. Kapitola tak ukazuje, že existuje řada životních programů, mezi nimiž mohou senioři volit a dokonce je mohou i různě kombinovat. Po poslední aktualizaci zákoníku práce dokonce nejsou již vystavováni ani omezení uzavírat pracovní smlouvy na dobu určitou.

## 4 Případové studie zaměstnaných senierek

Cílem práce je identifikovat volnočasové aktivity pracujících žen v seniorském věku. Jaké mají zájmy, jaké hrají sociální role a kolik času jim věnují v porovnání se zaměstnáním. Zvolila jsem metodu případových studií neboli kazuistik. Vycházím ze znalostí získaných v kazuistických seminářích a z odborné metodologické literatury. Podle Martina Sedláčka (2007, s. 96-112) se případová studie řadí k základním výzkumným metodám. Jedná se o podrobné prostudování jednotlivých případů. Na případové studii nepanuje v odborné literatuře jednotný názor, dá se však říci, že případová studie je detailní prozkoumání a pochopení jednoho nebo menšího počtu případů.

Představuji případové studie pěti zaměstnaných žen, Zdeny, Libuše, Věry, Anny a Milady, které jsou ve starobním důchodu. Jako vzorek určující byla tedy zvolena sociální role zaměstnané seniorky. Při analýze případových studií se zaměřuji na jejich nejvyšší dosažené vzdělání a rodinné zázemí. Dále rozebírám jejich pracovní život, původní profesi i tu současnou a posuzuji výhody a zápory jejich současného povolání. Zabývám se otázkou, zda jim zaměstnání, kromě vedlejšího finančního příjmu, přináší i jiné výhody, jako např. vzdělávání, kontakt s lidmi, uspokojení z činnosti apod. Prostor je věnován i jejich volnočasovým aktivitám, koníčkům, zájmům, přátelství, kulturnímu vyžití a v neposlední řadě i tomu, zda se ve volném čase věnují vzdělávání.

### 4.1 Případová studie paní Zdeny

Paní Zdena se narodila roku 1945, její matka pracovala jako učitelka v mateřské škole a otec byl zemědělec, kterého tehdejší systém označil za kulaka. Otec zemřel již v roce 1947, matka také nežije.

**Dosažené vzdělání:** V souvislosti s tím, čím byl její otec, bylo paní Zdeně umožněno pouze dvouleté studium na ekonomické škole. Proto až později v dospělosti při zaměstnání vystudovala střední ekonomickou školu a získala maturitu. Z důvodu nabídky učitelského místa, vystudovala dálkově pětiletý obor učitelka přírodopisu a zeměpisu pro 2. stupeň základní školy v Olomouci. V souvislosti s další změnou zaměstnání vystudovala ještě vysokou školu ekonomickou v Praze.



**Rodinné zázemí:** Paní Zdena má o 20 let staršího manžela a dvě sestry. Manžel má tři děti z prvního manželství, dva syny a dceru. Všichni bydlí v Praze, ale s otcem zůstávají v kontaktu. Vlastní děti paní Zdena nemá. Vychovala však svého synovce, který po rozvodu rodičů zůstal v její péči. Její mladší sestra se svým bývalým mužem o syna nejevili zájem. Se starší sestrou se stýká pravidelně, s mladší sestrou jen pokud je to nutné. Paní Zdena ke svému synovci přistupuje jako k vlastnímu dítěti. Manžel trpí Alzheimerovou nemocí a je závislý na své manželce. Žije v Prostějově v rodinném domě.

**Původní zaměstnání:** V 16 letech nastoupila na brigádu do továrny na výrobu průmyslových šicích strojů. Pracovala jako administrativní síla. V 18 letech se stala sekretářkou ekonomického náměstka. Po vystudování pedagogiky pracovala jako učitelka ve stejném podniku. Připravovala zaměstnance k přijímacím a maturitním zkouškám. Pět let učila na základní škole. Toto zaměstnání ji neuspokojovalo a odešla pracovat k České obchodní inspekci. Po roce 1989 začala pracovat v oblasti obchodu a nakonec se rozhodla koupit vlastní obchod, který vede dodnes.

**Současné zaměstnání:** Paní Zdena vede prodejnu smíšeného zboží. Zaměstnává pět prodavaček a veškerou účetní agendu vede díky svému vzdělání sama. Její pracovní doba je od pondělí do pátku 4,30 až 18,30 hodin. Vstává v 3,45 hodin. Z prodejny, v průběhu dne, odchází vyřizovat své záležitosti podle potřeby, ale vždy uzavírá večer pokladnu, zamyká obchod a nastavuje bezpečnostní zařízení. V sobotu je v obchodě od 5,00 do 11,00 hodin. Také v neděli chodí do práce, v klidu zkontrolovat faktury za celý týden. V neděli nemá pravidelnou pracovní dobu, v zaměstnání stráví jen čas potřebný na kontrolu.

**Výhody a omezení současného zaměstnání:** Paní Zdena je majitelkou obchodu a ztráta zaměstnání přichází v úvahu, jen pokud se rozhodne takto učinit. Svou práci má ráda a je pro ni důležitá. V práci zúročuje své vzdělání a posiluje své schopnosti tím, že přicházejí stále nové změny, které musí zaznamenat a naučit se s nimi pracovat.

**Volnočasové aktivity:** Koníčky žádné nemá. Většinu života svůj volný čas věnovala studiu a práci. Volného času má vzhledem ke svému zaměstnání velmi málo. Má psa, ale do kynologického kroužku nechodí. Má ještě druhý rodinný dům, po rodičích, který si nedávno nechala zrenovovat. Manžela nemůže z důvodu jeho nemoci stěhovat, ale druhý dům nechce prodat. Tento dům používá jako své útočiště. Sobotní odpoledne tráví domácími pracemi, protože není možné v průběhu pracovního týdne tyto povinnosti zvládat. O víkendu tráví dost času ve svém druhém domě, kde chodí, jak říká, „zarelatovat“. Pracuje i na zahrádce, ale ne

pravidelně. Má jen okrasné květiny, nevyžadující žádnou zvláštní péči. Pravidelně denně vykonává jen jednu činnost a to, mimo zaměstnání, luštění křížovek. Sama si nařídila vyluštit dvě křížovky denně. Pokud najde čas, ráda čte detektivky. Celoživotní vzdělávání je pro paní Zdenu samozřejmé. Absolvovala kurs práce s počítačem, protože účetnictví si vede sama. Také musí sledovat změny v zákonech, které se týkají zaměstnanců a vedení prodejny. Pokud je nutno proškolit zaměstnance, absolvuje toto školení sama a poté školí své prodavačky. Do budoucnosti by chtěla vyzkoušet studium na Univerzitě třetího věku, obor psychologie.

**Analýza:** Paní Zdeně bude 67 let. Je to vzdělaná a racionálně uvažující žena. Svůj podnik vede precizně a zaměstnanci si jí váží. Při jejím pracovním nasazení není možné hledat nové zájmy. V každém zaměstnání, které vykonávala, si doplnila vzdělání formou dálkového studia. V minulosti věnovala tedy svůj volný čas vzdělávání a práci, a z toho důvodu si nenašla jiné zájmy. Nemá vlastní děti ani vnoučata, o která by mohla pečovat. Její denní program je vyplněn zaměstnáním, péčí o manžela a domácími pracemi. Nemá zájem o ukončení své pracovní činnosti, protože toto zaměstnání je pro ni důležité. Sama říká, že práce ji aktivuje a nutí přemýšlet. Pokud by měla více volného času, strávila by ho opět studiem.

## 5.2 Případová studie paní Libuše

Paní Libuše se narodila v roce 1939. Oba dva rodiče pracovali v zemědělském družstvu a ani jeden již nežije.

**Dosažené vzdělání:** Paní Libuše se vyučila prodavačkou, dvouletý obor bez maturity. Podle paní Libuše nebyl nikdy důvod k doplnění vzdělání. V obchodě byla spokojená a maturitu ke své práci nepotřebovala.

**Rodinné zázemí:** Paní Libuše je vdova. Její manžel zemřel před pěti lety. Paní Libuše má dceru, která bydlí ve stejné vesnici a syna. Syn bydlí v Olomouci. Má tři vnoučky, dvě děvčata a jednoho chlapce. Bydlí v rodinném domě, u kterého má zahrádku a sad. Paní Libuše měla staršího bratra, který zemřel a má mladší sestru, která bydlí také ve stejné vesnici. Mají blízký vztah a navštěvují se téměř každý den. Pravidelně se schází i s vnoučaty. Žije ve vesnici blízko Olomouce.

**Původní zaměstnání:** Od ukončení školy pracovala v samoobsluze s potravinami. Pracovala pro podnik Jednota a od svých 30 let pracovala v samoobsluze ve vesnici, ve které stále žije.

**Současné zaměstnání:** Paní Libuše se rozhodla po odchodu do starobního důchodu dále pracovat. Po ukončení zaměstnání dostala nabídku od majitele prodejny s tabákem a doplňkovým zbožím, aby pro něj pracovala. Tuto nabídku přijala a stále do zaměstnání dochází. Ráno vstává ve 4 hodiny a od pěti hodin otevírá obchod. Pracuje od 5 do 10 hodin dopoledne a odpoledne od 14 do 17 hodin. V sobotu a neděli do práce nechodí. Majitel má smluvu ještě jinou pracovní sílu, která zastupuje kdykoliv je potřeba. Přestože pracuje v nevelké prodejně, je tato prodejna vybavena terminály i počítačem. Postupem času se paní Libuše naučila zvládat všechny tyto přístroje. Nikdy neodmítla majiteli něco se naučit a taky říká, že ji velmi uspokojuje, když zvládá tyto novinky. Absolvuje pravidelně školení na terminály Sazka, protože tato společnost občas mění postupy nebo zavádí nové služby. V minulém roce se na trhu objevily nové firmy zabývající se sázením na terminálu, takže dnes má paní Libuše na prodejně tyto terminály dva. S většinou celostátních dodavatelských firem je dnes nutno komunikovat prostřednictvím mobilního telefonu nebo emailu. Školení provádějí obchodní zástupci těchto firem přímo na prodejně. Dříve ji rozčilovalo, že se musí učit novinky, ale nakonec usoudila, že tyto postupy ji naučily nebát se techniky. Naučila se posílat reklamace firmám emailem, protože telefonování ji zdržuje.

**Výhody a omezení současného zaměstnání:** Zaměstnání pro paní Libuši znamená finanční přílepkování ke starobnímu důchodu, díky kterému se může věnovat cestování. Díky práci s terminály v prodejně, a s tím spojeným občasným školením, získala odvahu k práci s počítačem. Určitou nevýhodou je, že pro zaměstnavatele není problém nahradit paní Libuši v práci jinou pracovní sílu. Mohla by tak o práci přijít.

**Volnočasové aktivity:** Přes den pracuje ráda na zahrádce nebo v sadu. Obědy si nevaří, ale využívá nabídku dovozu obědů pro seniory pečovatelskou službou. Pokud počasí nedovoluje práci na zahradě, věnuje čas svým přítelkyním. Vzhledem k tomu, že žije celý život v jedné vesnici, má přátel dostatek. Po ukončení odpolední prodejní doby se věnuje svým zálibám. Zabývá se ručními pracemi, háčkuje a plete. Ráda luští sudoku a čte historické romány, biografie nebo anglické detektivky. Ráda cestuje a využívá nabídky agentur, které pořádají zájezdy po různých památkách v Čechách, na Moravě i v zahraničí. Navštívila Francii i Anglii. Naplánovanou má ještě návštěvu Holandska, Rakouska a Itálie. Jezdí se svými nejbližšími přítelkyněmi. Víkendy tráví většinou se svou nejmladší vnučkou, které je deset let

a společně vaří, chodí na procházky a učí vnučku ručním pracím. Navštěvují ji pravidelně i starší vnuk s vnučkou, ti ovšem učí naopak paní Libuši zacházet s počítačem, který si koupila. Ve svém původním zaměstnání měla malou mzdu a starobní důchod nemá vysoký. Výše jejího důchodu by nepokryla náklady na cestování. Paní Libuše je rozhodnuta pracovat tak dlouho, dokud jí zdravotní stav dovolí cestování. Část svého výdělku také rozděluje mezi své vnuky.

**Analýza:** Paní Libuši bude 73 let a je vdova. Svůj čas organizuje podle sebe a svých zájmů. Zaměstnání je pro ni nutné právě z důvodu získání peněz na její nejoblíbenější zábavu, cestování. Výše starobního důchodu, který nepřesahuje částku 10000,-Kč, jí nedovoluje tyto náklady pokrýt. Sama o sobě říká, že zaměstnání ji nutí přemýšlet, občas se něco naučit a především je ve styku s lidmi. Práce není fyzicky náročná. Svůj čas má přesně zorganizovaný a dodržuje denní režim, který má rozdělen na práci a zájmy. Systematické rozdělení času jí pomáhá zvládat to, že žije sama. Překvapením bylo, že ve svém věku je ochotna věnovat čas také internetu. Paní Libuše je inteligentní, sečtělá a má své názory, které se nebojí sdělovat. Působí na své okolí optimisticky a plánuje svůj čas s předstihem. Má vždy jasně danou částku, kterou musí do určité doby naspořit, aby mohla cestovat. Dívá se stále do budoucnosti, ale ne s obavami. Je jí známo, že nebude moci pracovat a cestovat pořád, a že přijde doba, kdy bude doma. Pro tento případ si pořídila internet, aby měla možnost sledovat dění, a také komunikovat s dětmi. Má dostatek přátel a známých. Paní Libuše přistupuje k životu s nadhledem, bere špatné i dobré, ale nenechá se „otrávit“ problémy. Životní optimismus je asi důvodem toho, že je neustále obklopena přáteli i rodinou.

### 4.3 Případová studie paní Věry

Paní Věra se narodila v roce 1945. Matka pracovala jako zdravotní sestra a otec byl pánský krejčí. Oba rodiče již zemřeli.

**Dosažené vzdělání:** Paní Věra se vyučila soustružnicí ve Zbrojovce, obor bez maturity. Později se rozhodla pracovat na poště, a proto musela jít na poštovní školu, kterou absolvovala při zaměstnání.

**Rodinné zázemí:** Paní Věra má manžela, který je také na starobním důchodu a dvě děti, syna a dceru. Syn bydlí ve stejné vesnici, dcera bydlí v jiném kraji. Má tři vnučky, které již chodí na střední školy. Měla tři sourozence, dvě sestry a bratra. Starší sestra a bratr již zemřeli.

S mladší sestrou se pravidelně navštěvují. Bydlí v rodinném domě jen s manželem. Žije ve vesnici nedaleko Zlína.

**Původní zaměstnání:** Po ukončení školy pracovala jako soustružnice ve Zbrojovce. Po založení rodiny jí toto zaměstnání přestalo vyhovovat. Získala zaměstnání na poště. Dělal poštovní doručovatelku. Chtěla dále získat zaměstnání na poštovním středisku ve vesnici, kde žila s rodinou. Na vedení střediska si musela doplnit vzdělání na poštovní škole. To absolvovala, práci na poštovním středisku získala a toto povolání vykonávala až do důchodu.

**Současné zaměstnání:** Paní Věra pracuje v menší prodejně s tiskem. Do zaměstnání dochází od pondělí do soboty. Pracuje ve všední dny od 8 do 11,30 dopoledne a odpoledne od 14 do 17 hodin. V sobotu jen od 9 do 11 hodin. V práci sice obsluhuje sázkový terminál, ale jinak se odmítá seznámit s jakoukoliv výpočetní technikou, odmítá používat i mobilní telefon. Pokud je potřeba přímé školení v zaměstnání, nechce ho přímo absolvovat. Změny se musí naučit majitel a pak zaškolit paní Věru.

**Výhody a omezení současného zaměstnání:** Paní Věra byla zvyklá každý rok jezdit s manželem na 14 dní k moři. Zaměstnání jí umožňuje na dovolenou naspořit. Nevýhodou jejího zaměstnání je pracovní doba, která je rozložena skoro do celého dne. Její neochota učit se a přizpůsobovat změnám, může vést majitele k tomu, že si vyhledá jinou pracovní sílu.

**Volnočasové aktivity:** Každý den, mimo neděli, vstává v 6,30 hodin. Po dopolední směně jde domů a s manželem obědvají, obědy nevaří, využívají nabídku pečovatelské služby a obědy si ve všední dny nechají dovážet. Po obědě si vždy udělá přestávku na vyluštění křížovky nebo na čtení. Čte výhradně romány červené knihovny. Denně si po obědě také dává kávu se svým synem, který má na pozemku paní Věry dílnu, je živnostník. Před rokem paní Věře diagnostikovali cukrovku a musela se naučit, jak si složit jídelníček, aby se vyhnula nutnosti píchat si inzulín. Zatím se jí to daří. Odpoledne se paní Věra zabývá domácími pracemi a pravidelně každý den jezdí půl hodiny na rotopedu při sledování televizních novin. Pak už se věnuje jen televizním seriálům. Každou druhou neděli se setkává se svou sestrou a neteřemi. Vnučky mají ve zvyku navštěvovat babičku kdykoliv v průběhu víkendu.

**Analýza:** Paní Věře je 66 let. Dodržuje pravidelný denní režim prakticky po celý rok. Pracovní doba jí zabírá větší část dne, na své záliby nemá moc času. Sama říká, že celý život pracuje, žádné koníčky nehledala, ani s tím nebude začínat. Pokud nebude chodit do zaměstnání, chce se věnovat jen domácím pracím, číst, luštit křížovky a navštěvovat

kamarádky. O jakémkoliv vzdělávání nemá zájem, přestože místní knihovna, ve spolupráci s obcí, zařizuje pro seniory dost akcí. Paní Věra pracuje především z finančních důvodů, její starobní důchod nepřesahuje 11000 korun. Ze svého a manželova důchodu nejsou schopni zaplatit si zahraniční dovolenou. Manžel paní Věry je od 30 let na částečném invalidním důchodu a starobní důchod nemá vysoký. Na paní Věře je znát, že má odpor k novým věcem. Nemá zájem učit se něčemu novému, zvláště nemá ráda technické novinky. Nepoužívá je ani v domácnosti. Ráda dělá všechno, jak je zvyklá z minulosti, i když je to pro ni fyzicky i časově náročnější. Nemyslím, že by paní Věra nebyla schopna učit se novinkám. V práci se nevyhne občasným inovacím, ale její životní postoj je spíše pesimistický. Od života již nečeká nic dobrého, jak se sama vyjádřila. Pokud paní Věra přestane chodit do zaměstnání, myslím, že bude svůj čas trávit pasivně.

#### 4.4 Případová studie paní Anny

Paní Anna se narodila v roce 1947. Její matka pracovala jako kuchařka v mateřské školce a otec pracoval na obci, byl starosta. Matka paní Anny stále žije, je jí 91 let.

**Dosažené vzdělání:** Paní Anna vystudovala střední ekonomickou školu.

**Rodinné zázemí:** Paní Anna žije s manželem a svou matkou v rodinném domku na vesnici nedaleko Zlína. Měla tři děti. Nejstarší syn zemřel v 33 letech. Zůstali jí syn a dcera. Má dva vnuky a jednu vnučku. Má starší sestru, která ji pravidelně navštěvuje. Se starším bratrem se nestýká.

**Původní zaměstnání:** Po ukončení studia se vdala a zůstala na mateřské dovolené dlouho, protože měla postupně tři děti. Poté pracovala ve výkupu ovoce a zeleniny jako administrativní pracovnice. Po roce 1989 si pořídila společně s nejstarším synem vlastní obchod, který vedla rok, a pak se rozhodli pronajmout si restauraci, kterou vedla až do doby odchodu do důchodu.

**Současné zaměstnání:** Paní Anna pracuje jako kuchařka v horském penzionu. Střídá dlouhý a krátký týden. Pracuje v pondělí a úterý, pak má volno ve středu a ve čtvrtek. Nastupuje pak v pátek a pracuje celý víkend. Další týden má volno v pondělí a úterý, pracuje ve středu a ve čtvrtek. Pátek a víkend má pak volno. Na své směně zodpovídá za menu, které si musí sama nejen naplánovat a připravit, ale také vypsát na počítači a vytisknout. Aby mohla do

zaměstnání dojíždět, rozhodla se paní Věra po odchodu do důchodu, udělat si autoškolu. Řidičský průkaz sice získala až na druhý pokus, ale autem jezdí, i když nerada. Práci potřebuje, protože po smrti syna, s kterým měla společné vlastnictví domu, musí doplatit hypotéku.

**Výhody a omezení současného zaměstnání:** Zaměstnání na plný úvazek paní Anně pomáhá splácet hypotéku. Výhodou je, že má volné dny celé. Nevýhodou je však delší pracovní doba ve dnech, kdy má službu. Bývá unavená. Je dobrá a vyhledávaná kuchařka, tudíž není důvod se o pracovní místo v jejím případě bát.

**Volnočasové aktivity:** Volný čas tráví z velké části se svou matkou. Její matka nevychází z domu, pouze v letních měsících před dům na lavičku. O sebe však pečovat dokáže. Obědy si nechávají vozit z místní mateřské školy, která vaří také pro seniory. Ve dnech, kdy je v práci, nezvládá zabezpečit všechny domácí práce, proto volné dny převážně věnuje péči o domácnost a o matku. Večer čte ráda detektivky nebo romány pro ženy. Každý volný víkend má u sebe všechny tři vnoučata, od pátku do neděle. Vždy jednou za měsíc přijíždí na týden její sestra, která žije sama, aby jí pomohla s péčí o matku. Spolu se sestrou a vnoučaty pak jezdí na nákupy a výlety. Nemá žádné koníčky.

**Analýza:** Paní Anně bude 65 let. Zaměstnání jí zabírá většinu týdne a volného času moc nemá. Není zde prostor pro nové hledání nových zájmů. Její předchozí podnikatelská činnost jí také vyplňovala celé dny, nebyl tak prostor pro volnočasové aktivity. Po smrti syna musela splácet hypotéku a pracovat musí, aby nepřišla o dům. Přesto je v práci spokojená, protože je takto zvyklá žít a nemá jiné zájmy, kterými by vyplnila svůj volný čas. Nebyl pro ni problém udělat zkoušky v autoškole, přestože jí v té době bylo 60 let. Problém pro ni představovaly a představují samotné jízdy autem. Říká, že je pomalá a má pocit, že tím všechny ostatní zdržuje. Nakonec je však ráda, že řidičský průkaz má a není odkázaná na hromadnou dopravu. Její matka pracovala ještě ve svých téměř 80 letech a paní Anna doufá, že bude stejně aktivní jako ona. Pokud by pracovat nemohla, skončila by u pasivního sledování televize.

## 4.5 Případová studie paní Milady

Paní Milada se narodila v roce 1946. Její matka pracovala na poště a otec byl drážní dělník. Oba již zemřeli.

**Dosažené vzdělání:** Paní Milada vystudovala gymnázium.

**Rodinné zázemí:** Je rozvedená již 20 let. Žila sama, ale před rokem si našla přítele, který žije v Německu a do České republiky dojíždí k rodině. Bydlí v třípokojovém bytě v Prostějově společně se synem, který se ještě neoženil. Má jen syna a vnuky žádné nemá.

**Původní zaměstnání:** Paní Milada pracovala jako administrativní pracovnice v poštovní novinové službě. Po roce 1989 pracovala jako účetní v různých firmách. Toto zaměstnání vykonávala až do odchodu do starobního důchodu.

**Současné zaměstnání:** V současné době pracuje jako prodavačka v trafice. Její pracovní doba je od 6 do 11 hodin a jen ve všední dny. Víkendy má volné. Vzhledem k předešlé profesi, zpracovává pro majitele i veškerou účetní agendu. Pracuje s terminály a školení při inovacích absoluuje přímo na prodejně. Nemá žádný problém zpracovat novinky.

**Výhody a omezení současného povolání:** Pro paní Miladu je výhodou, že ve svém současném zaměstnání pořád může pracovat i ve své původní profesi. Pro majitele je tento stav výhodný a paní Milada se propuštění obávat nemusí. Pracovní doba je také příznivá, protože jí zůstává dost volného času.

**Volnočasové aktivity:** Ve svém volném čase se paní Milada věnuje domácím pracím. Koničky nemá vyloženě vyhraněny. Je silná kuřačka, takže relaxuje u kávy s cigaretou a dobré detektivky. Podle nálady věnuje čas i internetu, který je pro ni zdrojem novinek. Má jen jednu blízkou přítelkyni, se kterou občas podnikne turistický výlet. Se svým přítelem navštěvuje různé kulturní akce. Jezdí do divadla i na zájezdy. Její přítel ji přemluvil k dovolené na horách, kde se učila lyžovat. Nelyžovala od svých dětských let. Plánují s přítelem žít ve společné domácnosti, ale její přítel trvá na bydlení v Německu. Paní Milada se proto učí německy, využívá samostudium a pomoc svého přítele. Němčinu se učila i ve škole. Víceméně je rozhodnuta se do Německa přestěhovat. V současné době věnuje samostudiu denně až tři hodiny.

**Analýza:** Paní Miladě bude 66 let. Vždy byla aktivní a vyhledávala různé formy zábavy. Žádná aktivita ji však neupoutala, kromě čtení, natolik, aby se z ní stal koníček. Nejvíce času vždy věnovala práci a svému synovi. Volný čas tráví podle své nálady. Největší změny nastaly poté, co se seznámila se svým přítelem. Jeho způsob života ji velmi ovlivnil a paní Milada se nebojí zkusit s ním i činnosti, na které by si sama netroufla. Zvažuje také, že opustí své zaměstnání a bude zatím střídavě bydlet doma a v Německu. Říká, že učení



němčiny pro ni není těžké, protože se již dříve německy učila a teď oprašuje staré znalosti. Je optimistická a na budoucnost se těší. Plánuje úplně nový způsob života, navíc v jiné zemi, ale beze strachu a s radostí. Myslím, že i po opuštění zaměstnání bude svůj čas trávit aktivně.

## 4.6 Závěry z případových studií

V případových studiích jsem identifikovala sociální role a strukturu času žen, které již pobírají starobní důchod. Všechny ženy v případových studiích jsou zaměstnány. Tento výběr jsem nezvolila náhodně, ale chtěla jsem posoudit, zda tyto ženy pracují pro to, aby byly aktivní a v kontaktu s lidmi, nebo jsou k tomu nuceny nepříznivou finanční situací. Jak vyplňují svůj volný čas. Zajímalo mě, jaký vliv má zaměstnání na jejich schopnost učit se i v důchodovém věku a zda je nějaká souvislost mezi touto schopností a jejich dosaženým vzděláním, případně minulou profesí.

Vysokoškolské vzdělání dosáhla pouze jedna ze zkoumaných žen, dvě ženy dosáhly středoškolského vzdělání s maturitou a dvě ženy mají výuční list bez maturity. Všechny měly zaměstnání po celou dobu svého života, žádná z nich se nesešla s nezaměstnaností. Celoživotní vzdělávání je v současnosti důležitým prvkem v řadě zaměstnání. Nestalo se, ani v jednom případě, že by zadanou práci nezvládly. Bez ohledu na dosažené vzdělání mají společnou zálibu ve čtení knih.

Čtyři ženy z pěti mají vlastní děti a tři ženy mají vnoučata. Roli babiček tyto ženy plní. Vnoučatům se ve volném čase věnovaly vždy, i když je neupřednostňovaly před zaměstnáním. Babičkami „na plný úvazek“ nebyla žádná z nich. Původní zaměstnání sledovaných žen bylo různé a ani jedna v současné době nepracuje ve své původní profesi. V současné době všechny v zaměstnání musí pracovat nebo přinejmenším umět obsluhovat nějaký druh výpočetní techniky. Ženy, které pracují jako prodavačky, jsou nuceny občas absolvovat školení při zavádění změn na těchto prodejnách. Dá se s určitostí říct, že tato školení přispívají k aktivizaci schopnosti učit se a také pomáhají zbavit se obav z obsluhování výpočetní techniky.

Co se týká trávení volného času, všechny ženy pečují o domácnost a zajišťují nákupy, tudíž po těchto povinnostech jim moc času na záliby nezbyvá. Studium se zabývá ve volném čase jen paní Milada, která se chce naučit mluvit německy. Další oblíbenou zábavou je luštění křížovek a zahrádka. Dvě ze sledovaných žen si oblíbily internet. Cestování je zálibou tří žen

a u dvou žen je podmíněno vedlejším příjmem ze zaměstnání. Jen jedna z žen se věnuje ručním pracím. Studium určené seniorům má v úmyslu absolvovat jen paní Zdena, ale až poté, co se rozhodne ukončit pracovní činnost. Televizním seriálům věnují pravidelný čas jen dvě ženy.

Největší část dne tyto ženy tráví v zaměstnání. Další část zaberou domácí práce a obstarávání nákupů. Na zájmy zbývá nejmenší část dne. Volnočasové aktivity jsou různorodé a mimo čtení se nedá říct, že by určité zájmy převažovaly. Nepotvrdilo se, že tyto ženy jsou v zaměstnání jen z finančních důvodů. Vedlejší příjem k důchodu jim sice umožňuje plnit si některá přání, která by jinak pro ně byla finančně hůře dostupná, ale i bez tohoto příjmu by jejich finanční situace byla stabilizovaná. Jedinou výjimku tvoří paní Anna, která musí splácet hypotéku a bez vedlejšího příjmu by mohla přijít o dům. Předpokládám, že po ukončení pracovní činnosti by tři z pěti žen žily dál aktivním životem a vyhledávaly by smysluplné činnosti. Zbylé dvě by nejspíše byli pasivní a žádné nové aktivity by nevyhledávaly. V současné době všech pět žen věnuje nejvíce svého času povinnostem.

Při analýze případových studií jsem sledovala, které ze sociálních rolí uvedených ve třetí kapitole se v životech zaměstnaných seniorek objevují, ukázalo se, že všechny až na dobrovolnictví. Jako vysvětlení se nabízí to, že jsou zaměstnány a z tohoto důvodu se nerealizují v dobrovolnictví, na které je třeba mít rovněž čas. Tento závěr by bylo třeba však ještě ověřit.

## Závěr

Cílem práce je identifikovat volnočasové aktivity pracujících žen v seniorském věku. Jaké mají zájmy, jaké hrají sociální role a kolik času jim věnují v porovnání se zaměstnáním. U pěti případových studií, zaměstnaných senierek jsem zjistila, že struktura jejich času je podřízena především práci a péči o domácnost a rodinu. Vzhledem k tomu, že záměrně byly vybrány seniorky, u nichž v jejich spektru sociálních rolí stále dominuje zaměstnání, tak dalším zájmům věnují méně času. Nejvíce odpočívají tím, že se věnují četbě. Jako vysvětlení se zde nabízí souvislost mezi vzděláváním se a aktivním přístupem k životu. Rýsuje se zde i možnost konstatovat, že rozhodující není, jakého nejvyššího vzdělání člověk dosáhne, ale schopnost učit se, přijímat nové a jiné názory, nevzdávat se při neúspěchu, ale hlavně se dívat do budoucnosti. Nebát se stáří a brát život tak, jak jde, a to jak v dobrém, tak i špatném. Vzhledem k tomu, že byla aplikována metoda případových studií, tak závěry nelze zobecnit. Domnívám se však, že získané poznatky mohou být použity jako základ pro další výzkumná šetření.

Spolupráce s těmito ženami mi změnila pohled na stáří. Tyto ženy, alespoň pro mě, vyvracejí představu stáří představovaného jen nemocemi, osamělostí a bezmocností. Naopak jsou to aktivní, schopné, cílevědomé a samostatné ženy, které nechtějí trávit svůj čas pasivně. Je všeobecně známo, že příjmy žen jsou menší a to se odráží i na výši jejich starobních důchodů. Nemůžeme se divit, že si chtějí svou finanční situaci vylepšit, ale myslím, že důvodů k zaměstnání mají víc. Mají svůj harmonogram, jsou v kontaktu s lidmi, a především dokazují sami sobě, že nepatří do „starého železa“. Součástí jejich zaměstnání je také vzdělávání, což přispívá k udržení jejich vitality.

V práci jsem se zabývala stárnutím a tím, jakým způsobem mění život člověka odchod do starobního důchodu. Zaměřila jsem se na ženy, protože často slýchám, že „staré báby jsou už k ničemu“. S tímto postojem nesouhlasím a nepatřím ani k lidem, kteří si myslí, že člověk ve starobním důchodu nemá zabírat místo mladým v zaměstnání. Uznávám, že v dnešní nezaměstnaností postižené době, jsou někteří lidé přesvědčení o nesmyslnosti zaměstnávání důchodců. Osobně se však při své práci setkávám se zaměstnanými důchodkyněmi a pracuji s nimi ráda. Navíc ani jedna z těchto zaměstnaných žen nemá lukrativní místo a je otázkou, zda by takto placenou práci byli ochotni dělat mladší lidé.

## Literatura

BALTES, B. Paul. *Stáří a stárnutí jako oslava rovnováhy: mezi pokrokem a důstojností*. In GRUSS, Peter (ed). *Perspektivy stárnutí z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, s.r.o., 2009, s. 11-27. ISBN 978-80-7367-605-6.

BĚLOHRADSKÝ, Václav. *Společnost nevolnosti. Eseje z pozdější doby*. 2.vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2009. ISBN 978-80-7419-007-0.

BOČKOVÁ, Lenka. *Ze světa pracujících seniorů*. In BOČKOVÁ, L., Š. HASTRMANOVÁ a E. HAVRDOVÁ. *50+ aktivně. Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. [Praha]: Respekt institut, 2011, s. 64-74. ISBN 978-80-904153-2-4.

BOČKOVÁ, Lenka. *Volný čas a aktivní stárnutí*. In BOČKOVÁ, L., Š. HASTRMANOVÁ a E. HAVRDOVÁ. *50+ aktivně. Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. [Praha]: Respekt institut, 2011, s. 75-85. ISBN 978-80-904153-2-4.

ČERVINKA, Tomáš...et al. *Zaměstnávání občanů se zdravotním postižením, důchodců, mladistvých a studentů, žen a dalších kategorií*. 4.vyd. Olomouc: Anag, 2009. ISBN 978-80-7263-529-0.

ČSÚ. *Seniori v ČR v datech*. [Praha]: 2009. ISBN 978-80-250-1991-7.

Český statistický úřad [online]. 2011 [cit. 2011-12-28]. Starobní důchodci podle průměrné výše starobního důchodu. Dostupné z <http://www.czso.cz/csu/2011/edicniplan.nsf/p/1417-11>.

DOPITA, Miroslav. *Věk: Stáří – Role: Prarodič*. In SÝKOROVÁ, D., D. ŠIMEK a M. DVOŘÁKOVÁ (eds.). *Třetí věk trojí optikou. Sociologia-andragogica 2005*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005, s. 33-42. ISBN 80-244-1006-0.

ERIKSON, Erik. H. *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha: NLN, s.r.o., 1999. ISBN 80-7106-291-X.

GREGOR, Ota. *Muži nestárnou? Ale ženy žijí déle*. Kladno: Delta, [1998]. ISBN 80-86091-07-4.

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

HASTRMANOVÁ, Šárka. *Dobrovolníkem v seniorském věku? Proč ne?* In BOČKOVÁ, L., Š. HASTRMANOVÁ a E. HAVRDOVÁ. *50+ aktivně. Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. [Praha]: Respekt institut, 2011, s. 86-94. ISBN 978-80-904153-2-4.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2.vyd. Praha: Brain team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

HIRŠL, Miroslav. *Je oprávněný strach z feminizace chudoby v České republice?* In MAREŠ, Petr (ed). *O chudobě v české a slovenské společnosti. Texty konference s mezinárodní účastí*. Brno: Masarykova univerzita, 1995, s. 15-19. ISBN 80-210-1245-5.

ICN, o.p.s. *Dobrovolníci v neziskových organizacích*. Praha: Informační centrum neziskových organizací, o.p.s., 2001. ISBN 80-86423-05-0.

IRMANOVOVÁ, Kateřina. *Pohled české psycholožky. Být prarodičem, tomu je potřeba se učit*. In CESARI LUSSO, Vittoria. *Prarodiče, rodiče a vnoučata: o emočních, vztahových a komunikačních úskalích*. Praha: Portál, s.r.o., 2011, s. 99-105. ISBN 978-80-262-0003-1.

JAKUBKA, J., Z. SCHMIED a L. TRYLČ. *Zákoník práce 2012*. Olomouc: Anag, 2012. ISBN 978-80-7263-709-6.

KUBŮ, Helena a Jarmila RADECHOVSKÁ. *Já a životní pohoda aneb Život je pohyb*. Praha: Remedium, 2006. ISBN 80-7254-905-7.

MAREŠ, Petr. *Sociologie nerovnosti a chudoby*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1999. ISBN 80-85850-61-3.

MPSV. *Kvalita života ve stáří. Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008-2012*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2008. ISBN 978-80-86878-65-2.

PACOVSKÝ, Vladimír. *Proti věku není léku?* Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-486-1.

RYCHTAŘÍKOVÁ, Jitka. *Česká republika: trendy demografického vývoje*. In RYCHTAŘÍKOVÁ, Jitka a Věra KUCHARŮVÁ (eds). *Rodina, partnerství a demografické stárnutí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Přírodovědecká fakulta, 2008, s. 11-41. ISBN 978-80-86561-52-3.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem: vývojová psychologie*. Vyd.2. Praha: Portál, s.r.o., 2004. ISBN 80-7367-124-7.

SEDLÁČEK, MARTIN. *Případová studie*. In ŠVAŘÍČEK, R., K. ŠEĎOVÁ a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách: pravidla hry*. Praha: Portál, 2007, s. 96-112. ISBN 978-80-7367-313-0.

SCHIRRMACHER, Frank. *Spiknutí metuzalémů*. Praha: Euromedia Group, k.s., 2005. ISBN 80-242-1496-2.

*Sociální pojištění 2012*. Ostrava-Hrabůvka: Sagit, a.s., 2012. ISBN 978-80-7208-901-7.

STRAŠÍKOVÁ, Blanka. *V roli rodičů a prarodičů*. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-246-0848-0.

SVOBODOVÁ, Kamila. *Organizace domácnosti a kvalita partnerství*. In RYCHTAŘÍKOVÁ, Jitka a Věra KUCHAROVÁ (eds). *Rodina, partnerství a demografické stárnutí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Přírodovědecká fakulta, 2008, s. 89-94. ISBN 978-80-86561-52-3.

SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.

ŠIKLOVÁ, Jiřina. *Deník staré paní*. 2.vyd. Praha: Kalich, 2008. ISBN 978-80-7017-082-3.

ŠIPR, Květoslav. *Jak zdravě stárnout*. Rosice u Brna: Gloria, 1997. ISBN 80-901834-1-7.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a David KRYŠTOF (ed). *Univerzita třetího věku při Univerzitě Palackého v Olomouci*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2568-9.

ŠTILEC, Miroslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Praha: Portál, s.r.o., 2004. ISBN 80-7178-920-8.

TOŠNER, Jiří a Olga SOZANSKÁ. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. 2.vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-178-6.

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus. Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti Ústav lékařské etiky 3. LF UK a FNKV, 2002. ISBN 80-238-9506-0.

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press, a.s., 2009. ISBN 978-80-251-2104-7.

VANĚČKOVÁ, Stanislava. *Minipříručka pro neziskové organizace. Dobrovolníkův první pracovní den*. Hradec Králové: Občanské poradenské středisko, o.p.s., 2004. ISBN 80-86701-01-8.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. Praha: VÚPSV, výzkumné centrum Brno, 2005. (brož.).

ZAVÁZALOVÁ, Helena...et al. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-246-0326-8.

ŽUMÁROVÁ, Monika a Jana TESKOVÁ. *Pohled sociálního pedagoga na kvalitu života seniorů*. In ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Mezigeneračné mosty*. [Košice]: Menta media, s.r.o., 2009, s. 9-32. ISBN 978-80-89392-08-7.

ŽUMÁROVÁ, Monika. *Mezigenerační vztahy v rodině a jejich sociální důsledky*. In ŽUMÁROVÁ, Monika a Beáta BALOGOVÁ. *Mezigeneračné mosty*. [Košice]: Menta media, s.r.o., 2009, s. 81-94. ISBN 978-80-89392-08-7.

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Vlasta Miklíková
<b>Katedra:</b>	Ústav pedagogiky a sociálních studií PdF UP
<b>Vedoucí práce:</b>	doc. Mgr. Miroslav Dopita, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2012

<b>Název práce:</b>	Sociální role a struktura času žen v důchodovém věku
<b>Název v angličtině:</b>	The Social Roles and Structure of the Time of Women in Their Pensionable Age
<b>Anotace práce:</b>	Bakalářská práce identifikuje volnočasové aktivity zaměstnaných žen v důchodovém věku. Zabývá se problémy ve stáří, zaměstnáváním důchodců a jejich volným časem. Cílem práce je zjistit uspořádání času zaměstnaných seniorek za použití metody případové studie.
<b>Klíčová slova:</b>	stáří, důchod, sociální role, volný čas, zaměstnání, aktivita
<b>Anotace v angličtině:</b>	This thesis identifies the leisure activities of the employed women in their pensionable age. It described the basic problems connected with the age, employment and free time. The main purpose of this thesis was to find the time structure of the women in the pensionable age by using the method of case study.
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	old age, retirement, social role, free time, employment, activity
<b>Přílohy vázané v práci:</b>	
<b>Rozsah práce:</b>	39 stran, 81652 znaků s mezerami.
<b>Jazyk práce:</b>	Čeština.