

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

**BAKALÁŘSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM
2021–2022**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Dana Pokorná

Vzdělávání seniorů na univerzitách třetího věku

Praha 2022

Vedoucí bakalářské práce:
Mgr. Martina Karkošová, Ph.D.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

**BACHELOR PART-TIME STUDIES
2021–2022**

BACHELOR THESIS

Dana Pokorná

Seniors Education at Universities of the Third Age

Prague 2022

The Bachelor Thesis Work Supervisor:
Mgr. Martina Karkošová, Ph.D.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská 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. 2. 2022

.....
Dana Pokorná

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat své vedoucí práce Mgr. Martině Karkošové, Ph.D., za její odborné vedení, ochotu a vstřícnost, cenné rady a připomínky, které mi byly velkým přínosem při zpracování bakalářské práce.

Anotace

Předmětem této práce je problematika univerzit třetího věku v České republice. Cílem bakalářské práce je zjištění současného stavu včetně dominantních a efektivních faktorů, které ovlivňují a motivují studenty v postproduktivním věku k dalšímu vzdělávání. Teoretická část je věnována vymezení základních pojmů, popisuje období seniora a jeho změn po stránce fyzické, psychické i společenské. Vymezuje jeho potřeby, motivaci ke studiu a zabývá se samotnými univerzitami třetího věku, od historického vývoje po dnešní možnosti celoživotního vzdělávání a učení. Empirická část se zabývá metodou výzkumu s cílem analyzovat virtuální univerzity třetího věku a jejich nabídku. Použitá data jsou získána dotazníkovým šetřením ve spolupráci s několika univerzitami a jejich konzultačními středisky napříč republikou a také od posluchačů, kteří byli osloveni na sociální sítích.

Klíčová slova

Dotazníkové šetření, geragogika, gerontodidaktika, motivace, posluchači, senior, stáří, účastník vzdělávání, třetí věk, univerzita třetího věku, virtuální univerzita třetího věku.

Annotation

This thesis deals with the question of universities of the third age in the Czech Republic. The aim of the thesis has been to determine the present state including the predominant and actual factors which can influence and motivate the retirement age students to their further education. The theoretical part works with the basic concepts' definition, describes the older adult age, and all the related aspects of their physical, psychological and social changes. It defines the older adults' needs and motivation to continue their studies; and it also focuses on the universities of the third age themselves – since their historical development up to the present lifelong education and studying possibilities. The empirical part of the thesis works with the research method to analyse the virtual universities of the third age and their offers. The data used have been obtained by the questionnaire survey in co-operation with several universities and their consultant centres across the Czech Republic and from the university students which had been addressed via the social network.

Keywords

Education participant, geragogy, geragogy and didactics, motivation, old age, older adult, survey, the third age, university of the third age, university students, virtual university of the third age.

OBSAH

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	11
1.1 Periodizace stáří	12
1.1.1 Fyzické změny	13
1.1.2 Involuční změny	13
1.1.3 Psychické změny	14
1.1.4 Psychosociální změny	15
1.2 Vývoj osobnosti podle Eriksona	16
1.3 Příprava na stáří.....	17
1.4 Potřeby seniora.....	18
1.5 Kvalita života ve stáří.....	19
2 VZDĚLÁVÁNÍ.....	21
2.1 Geragogika, gerontagogika	21
2.2 Celoživotní vzdělávání a učení	22
2.3 Význam vzdělávání	24
2.4 Specifika vzdělávání seniorů.....	26
2.5 Motivace seniorů	27
2.6 Přínos volnočasových aktivit	28
3 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU	30
3.1 Historický vývoj univerzit třetího věku	30
3.2 Možnosti vzdělávání seniorů.....	32
3.3 Univerzita třetího věku.....	35
3.4 Virtuální univerzita třetího věku	36
PRAKTICKÁ ČÁST	38
4 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU SE ZAMĚŘENÍM NA VIRTUÁLNÍ FORMU	38
4.1 Cíl výzkumného šetření.....	38
4.2 Metodologie výzkumného šetření	39
4.3 Časový harmonogram	39

4.4	Výzkumný soubor a výběrový soubor	40
4.5	Vlastní výzkumné šetření	41
4.6	Analýza výsledků	41
4.7	Diskuze.....	72
4.8	Formulace doporučení.....	73
	ZÁVĚR	75
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	77
	SEZNAM ZKRATEK	83
	SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK	84
	SEZNAM PŘÍLOH.....	86

ÚVOD

„*Non scholae, sed vitae discimus.*“
„*Neučíme se pro školu, ale pro život.*“¹

Tématem bakalářské práce jsou senioři a jejich vzdělávání na univerzitách třetího věku. Téma práce si autorka vybrala především díky možnosti navštívit výukový program prostřednictvím koordinátorky v rodném městě a možnosti analýzy aktivit Virtuální univerzity třetího věku při České zemědělské univerzitě v Praze, která pořádá zájmové vzdělávání pro seniory.

Cílem bakalářské práce je analyzovat univerzity třetího věku se zaměřením na virtuální formu, zmapovat problematiku studií na U3V a přiblížit současný stav nabídky vzdělávání na U3V v České republice.

V České republice je velký podíl lidí ve starobním důchodu, kteří jsou stále aktivní a plní elánu. Studium na U3V jim umožňuje být ve stálém kontaktu s vrstevníky, získávat nové informace a poznatky pro život i přesto, že již mnohé prožili. Společnost by měla být vůči nim zavázána, neboť právě senioři jsou ti, kteří předávají mladším generacím svoje poznatky a názory, včetně tradic. Jednou z forem, jak poděkovat seniorům a prodloužit jim aktivní život, je zpřístupnění studia lidem ve stáří. Univerzity třetího věku také umožňují tzv. virtuální studium, které využívají hlavně posluchači bydlící mimo univerzitní města. Práce s názvem *Vzdělávání seniorů na U3V* chce přiblížit univerzity třetího věku a zmapovat problematiku. V neposlední řadě bude zjišťovat dominantní a efektivní faktory, které ovlivňují a motivují seniory při studiu. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část a je zakončena vyhodnocením dotazníkového šetření, včetně několika rozhovorů s účastníky univerzit třetího věku (U3V).

V první, teoretické části se práce vztahuje na samotné seniory, jejich osobnost a změny z pohledu fyzická. Jedná se především o změny biologické, které jsou nejvíce vnímány na první pohled, včetně změn involučních, které se týkají všech osob již od 15 let věku života, ale nejvíce zasahují právě do života osob ve střední až pozdní dospělosti, tedy seniorům. Také je velmi důležité věnovat se i sociálně-psychologickým aspektům,

¹ GRAVER, M. a A. LONG. *Introduction, Seneca. Letters on Ethics: To Lucilius, Ep CVI*. University of Chicago Press, 2015. ISBN 978-0226265179.

kteří mají vliv na chování každého jedince. Dalším tématem této části je motivace seniorů ke vzdělávání, které je ovlivňováno různými faktory. V této oblasti je pozornost věnována významu vzdělávání a vymezení základních pojmů. Je zde popsán přínos volnočasových aktivit na psychiku seniora a jejich schopnost přizpůsobit se měnícím se požadavkům společnosti. Poslední podskupina z teoretické části je věnována samotným univerzitám třetího věku, ve zkratce U3V. Popisuje vývoj a historii vzniku univerzit třetího věku, včetně virtuálního studia.

Praktická část analyzuje současné nabídky vzdělávání na U3V se zaměřením na související činnosti, jejich poslání a rozlišení vzdělávání seniorů na daných univerzitách v České republice. Kvalitativní forma výzkumu získala vstupní data na základě dotazníkového šetření, kterého se zúčastnili studenti U3V z různých fakult. Získaná data posloužila jako podklad pro tvorbu grafů a pro ověření stanovených hypotéz. Výzkum byl prováděn v kombinaci s rozhovory účastníků U3V se zaměřením na jejich motivaci ke vzdělávání a spokojenost s výběrem témat studia.

TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Slovo senior vychází z původního latinského výrazu *senex*, které znamená starý, a je používáno ve formě senior – starší. Jedná se také zpravidla o velmi váženého člověka určitého společenství. Ve vzdělávací praxi se tento pojem začal používat bezděčně, kdy význam slova senior byl chápán neutrálně a neurážlivě². Ve vědě o stárnutí, která je zvaná gerontologií, se nejčastěji používá pro označení seniora výraz *gerón*. Jedná se o původní řecký výraz označující starce.

Postupem času se mění názory na věkové ohraničení staroby. V osmnáctém století byl běžně považován za starého člověka čtyřicetiletý jedinec. Kolem roku 1900 se tato hranice posunula k věku padesáti let. V současné době se vědci přiklání k formulaci, že za hranici stáří je považován věk zhruba od 65 let. Problematika stárnutí populace je aktuálním, velmi diskutovaným a celosvětovým tématem. Jedná se o výsledek dvou hlavních populačních trendů, a to snižující se porodnosti a na druhé straně stále rostoucí průměrné délky života. Pojem tzv. stárnoucí populace je nutné řešit v co nejširším kontextu, tedy v celosvětovém měřítku a neměl by být v žádném případě podceňován a bagatelizován. Stárnutí občanů není pouhým negativním jevem, kdy postupně se zvyšující věk bývá vnímán hlavně mladou generací. Tento jev je potřeba vnímat jako příležitost a je nutné umět s ním pracovat.

„Stárnutí je závěrečnou fází lidského vývoje a je třeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny. Avšak právě proto, že se jedná o proměnu kontinuální, je nesnadné nalézt uspokojivou definici okamžiku, ve kterém končí střední věk a začíná stáří.“³

² PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 27. ISBN 80-244-0879-1.

³ HAMILTON, I. S. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999, s. 18. ISBN 80-7178-274-2.

1.1 Periodizace stáří

„Stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů, modifikovaných dalšími faktory a je spojeno s řadou významných změn sociálních.“⁴

Samotné stáří bychom mohli rozdělit do tří kategorií. Biologické stáří je spojováno s určitou mírou involučních změn, které mohou způsobovat choroby většinou až ve vyšším věku. Involučním změnám je v této práci vyčleněna samostatná kapitola níže v textu. V průběhu života je každý jedinec konfrontován s určitou životní rolí, která se mění dle postupujícího věku. S tím se také mění životní způsob a životní styl. Tomuto stáří se říká sociální a přichází v postproduktivním věku, někdy nazývaném jako „třetí věk“⁵. Poslední forma stáří je vymezena na období, kdy se nejvíce projevují i zevní involuční změny. Jedná se o změny, které jsou patrné na první pohled ostatním lidem.

„Stáří lze definovat jako posloupnost nezvratných změn, ke kterým dochází v živém organismu a které postupně omezují a oslabují jeho funkce.“⁶

Stáří může být také děleno chronologicky. První věkové rozdělení je ve věku od 65 do 75 let a jedná se o mladé seniory. Do druhé skupiny patří staří senioři ve věku 76 až 84 let a poslední zmíněnou skupinou jsou velmi staří senioři, kteří se dožili 85 let a více⁷.

Období stáří, které trvá v intervalu třiceti až čtyřiceti let, má stejně dlouhou hranici jako předcházející období mládí a dospělosti. Lidský život je chápán jako kompletní od narození až po úmrtí. *„Stáří není konec života, teprve smrt přináší konec života.“⁸*

⁴ MÜHLPACHR, P. a P. STANIČEK. *Geragogika pro speciální pedagogy*. Brno: Masarykova univerzita, 2001, s. 9. ISBN 80-210-2510-7.

⁵ ČORNANIČOVÁ, R. *Edukácia seniorov*. 1. vydání. Bratislava: Univerzita Komenského, 1998, s. 31. ISBN 80-223-1206-1.

⁶ ŠPATENKOVÁ, N. a L. SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada Publishing, 2015, s. 59. ISBN 978-80-247-5446-8.

⁷ MÜHLPACHR, P. a P. STANIČEK. *Geragogika pro speciální pedagogy*. Brno: Masarykova Univerzita, 2001, s. 10. ISBN 80-210-2510-7.

⁸ KLEVETOVÁ, D. a I. DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing, 2008, s. 10. ISBN 978-80-247-2169-9.

1.1.1 Fyzické změny

V průběhu celého lidského života, zejména pak ve stáří, dochází k velkým změnám v několika oblastech. Nejvíce znatelné pro blízké okolí jednotlivců jsou změny biologické. Tyto projevy jsou spjaté s tělesnou schránkou, držení těla a vzhledem, kde může být zmíněna v první řadě kvalita kůže a změna barvy vlasů. Celý lidský aparát prochází ve stáří změnou, kdy následkem věku a jiných faktorů můžeme sledovat úbytek svalové hmoty, oslabení energie a síly⁹.

„Stáří je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory (především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami) a je spojeno s řadou významných změn sociálních (osamostatnění dětí, penzionování a jiné změny sociálních rolí).“¹⁰

S přibývajícím věkem se snižuje produktivita potních žláz, ubývá tak potřeba dodržovat pitný režim. V letních měsících je nutné seniory chránit před přehřátím, kdy se musí ochlazovat za pomoci dostatku nápojů. Také imunitní systém se s věkem mění a senioři již nejsou tak citliví na různé roztoče a pyly. U žen je vhodné zmínit, že se po menopauze zpomaluje produkce mazových žláz. Póry se díky tomu neucpávají a pleť je čistší. Na druhou stranu ztrácí pružnost a přibývá vrásek. Tělo také mění hladinu melatoninu, což je hormon, který lidský mozek produkuje v návaznosti na tmu. Ovlivňuje tak dobu spánku a bdění, přičemž většina seniorů se ráno budí velmi brzy, ale večer jsou o to dřív a rychleji unavení¹¹.

1.1.2 Involuční změny

Rozdílu mezi kalendářním věkem a biologickým může napovídat celkový stav organismu. Proces, který ovlivňuje každou živou hmotu je stárnutí, jinak řečeno involuce. Tento jev doprovází zánikové změny v orgánech a tkáních jedince, jedná se o přirozenou degeneraci orgánů a zpravidla na něj působí různé nemoci. Tyto změny ovlivňují lidské tělo již od narození, přičemž hlavní projevy nastávají až po nabytí sexuální dospělosti.

⁹ ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990, s. 435. ISBN 80-7038-078-0.

¹⁰ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004, s. 203. ISBN 978-80-210-5029-7.

¹¹ LANGMEIER, J. a D. KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 3. přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 1998, s. 343. ISBN 80-7169-195-X.

Mírné projevy úbytku schopností nastávají po padesátém roce života, nejvýrazněji ve stáří¹².

Za nejvýraznější involuční změny u seniorů můžeme považovat fyzické změny, které provází změna chůze a postoje. S tím je spojováno několik faktorů, např. úbytek svalové síly, zpomalení nervového vedení a sedavý způsob života, který je považován za největší nebezpečí. Zkracuje se krok, chůze je pomalejší a tím se zvyšuje stabilita těla¹³. Setkáváme se také s častým úbytkem váhy i výšky. Psychické změny jsou charakteristické při poruchách paměti, vnímání, myšlení, změně nálad a v senzomotorické koordinaci. Všechny tyto změny jsou součástí stárnutí, které nastává dříve než změny viditelné.

1.1.3 Psychické změny

Mezi další velmi výrazné změny patří změny v paměti a umění vštípit si a později vybavit dané informace. Senioři také hůře pracují se svojí fantazií a postrádají vynalézavost. Velmi často a rádi se vrací do dávných vzpomínek z mládí, kdy si umí vybavit i maličkosti. S přibývajícím věkem se tak mluví o krátkodobé paměti, která velmi ovlivňuje a ztěžuje celkový průběh vzdělávání¹⁴.

Naopak aktuální témata, u kterých je zapotřebí vynaložit snahu k řešení, bývají pro starší osoby problematické. Díky tomu se dostávají do situací, které jsou pro ně náročné a mohou se cítit bezradně. Stoupá tak i reakční doba a je nutné vnímat odlišnosti ve vnímání času a hospodaření s ním. Na vypracování daného problému nebo činnosti potřebuje každý člověk jiný čas, ale s postupem věku musí senioři přizpůsobit práci, ať už fyzickou či psychickou, svému tempu. K dalším psychickým odlišnostem patří hlubší pocit odpovědnosti s porovnáním s mladšími lidmi.

Typické pro seniory je touha po soukromí. Neradi mění své zvyky a špatně se přizpůsobují novým situacím. Adaptovat se na změnu v bytovém prostředí, ve kterém by měli dožít svůj život, bývá většinou nemyslitelná. Tíhnou ke svým kořenům, rodině

¹² KALVACH, Z., Z. ZADÁK, R. JIRÁK, H. ZAVÁZALOVÁ, P. SUCHARDA a kolektiv. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada Publishing, 2004, s. 67. ISBN 80-247-0548-6.

¹³ Tamtéž, s. 220.

¹⁴ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007, s. 229. ISBN 978-80-246-1318-5.

a k zázemí. K nejvíc ohroženým skupinám, které se špatně přizpůsobují změnám, patří senioři, kteří žijí sami, vdovci a osoby nad 80 let¹⁵. Není však možné věku přisuzovat pouze negativní aspekty. Díky stáří probíhá také nemalé množství pozitivně vnímaných změn.

1.1.4 Psychosociální změny

Psychologické potřeby, jakými jsou smysl života a otázka pro koho žiji, jsou základní otázky osob v důchodovém věku. Odchodem z pracovního režimu senioři prahnu po kontinuitě, denních rituálech a zavedených rodinných pravidlech, které jim dopřávají smysluplně využít svůj čas a poskytují jim řád. Po odchodu do důchodu, kdy již nevykonávají svou profesi, cítí senioři potřebu těšit se na určité události a chvíle. Udržování vztahů, vlastní seberealizace, informovanost, sebeúcta a důstojnost patří mezi hlavní priority seniorů a jejich nejbližších i přesto, že se společnost většinou zaměřuje pouze na základní životní potřeby důchodců¹⁶.

Každý člověk i ve stáří chce zůstat užitečný a prospěšný nejen v rodině, ale pro celou společnost. Poskytování emoční podpory vlastním dětem, kdy například nabízí pomoc s hlídáním vnoučat, poskytování cenných rad a umění naslouchat spadá taktéž do této kapitoly. Společenská prestiž včetně uplatnění nabytých dovedností a zkušeností přetrvává i v poslední etapě života. Oproti tomu starý člověk, který na svůj věk již rezignoval, může být konfrontován s častějším výskytem zdravotních problémů a může se ocitnout na hranici stresu až zoufalství¹⁷.

S přibývajícím věkem se senioři nevědomky upínají na události, které se staly např. v jejich mladých letech a novému dění se schválně vyhýbají. Často ke psychosociálním změnám dochází kvůli zmenšeným nárokům na jejich povinnosti, za které může společnost. Očekávání od společnosti, jak budou senioři reagovat na určité postoje, může vést až k úmyslné manipulaci. Na základě životních zkušeností může

¹⁵ HAŠKOVCOVÁ, H. *Manuálek sociální gerontologie*. 1. vyd. dotisk. Brno: NCO NZO, 2006, s. 31. ISBN 80-7013-363-5.

¹⁶ KALVACH, Z. a A. ONDERKOVÁ. *Stáří, pojetí geriatrického pacienta a jeho problému v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén, 2006, s. 37. ISBN 80-7262-455-5.

¹⁷ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 253. ISBN 978-80-87109-19-9.

dosahovat emoční inteligence u psychicky zdravých seniorů oproti mladším ročníkům vyšších hodnot¹⁸.

1.2 Vývoj osobnosti podle Eriksona

Vývojovou psychologií, která popisuje etapy lidského vývoje, se zabýval německý psycholog Erik Homburger Erikson. Narodil se jako nemanželské dítě v roce 1902 a později byl adoptován židovským lékařem. Byl pokračovatelem Zigmunda Freuda a získal Pulitzerovu cenu za biografii Gándhího. Erikson patří mezi první autory, který se věnuje vývoji i po dosažení dospělosti¹⁹.

Ontogenetické fáze vývoje jedince jsou popsány ve vývojové psychologii od prenatálního období. Lidský život a jeho vývoj je rozdělen do osmi fází, kdy se poslední věnuje stáří a smrti. Každá etapa se liší obsahem a má kritické problémy, které jedinec řeší. Dle Eriksona pokračuje rozvoj osobnosti po vyřešení určitého problému v dané etapě, získává tím ctnost a pokračuje v rozvoji. Aby nastala další etapa, předešlá musí být ukončena. Lidský vývoj se dle Eriksona mění až do konce života²⁰.

Cílem v období stáří, o kterém mluví Erikson, je dosáhnout smysluplnosti svého života. Vývojový stupeň je zaměřený na vyrovnanost (integritu ega) a zoufalství. Jedná se o období bilancování, kdy se každý jedinec sám vyrovnává s tím, jak prožil život. Hodnotová orientace je cílena na spokojenost, klid, pocit, že se má jedinec o co podělit a žije život na plno. Opakem je zoufalství neboli stagnace, kdy lidé cítí ve svém životě pusto a prázdno. Jedná se např. o život bez dětí, žijí s pocitem, že život jim protekl mezi prsty a člověk nic nestihl. V jeho životě nemělo nic smysl, nic nestihl a trpí lítostí, že nebyl pro nikoho významný. Lidé, kteří jsou obklopeni těmito pocity, bývají často agresivní na své okolí. Při překonání krize a po přijetí vlastního života získá jedinec v této etapě života novou ctnost, kterou je moudrost²¹.

¹⁸ POLEDNÍKOVÁ, L. *Geriatrické a gerontologické ošetrovatelstvo*. 1. vyd. Martin: Osveta, 2006, s. 11. ISBN 80-8063-208-1.

¹⁹ Wikipedie. *Erik Erikson* [online]. Poslední aktualizace 2. 1. 2022. [cit. 2022-01-02]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Erik_Erikson

²⁰ KUČERA, D. *Moderní psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2013, s. 21. ISBN 978-247-8773-2.

²¹ Dětský úsvit. *Erik Erikson – osm věků člověka* [online]. Poslední aktualizace 2. 1. 2022. [cit. 2022-01-02]. Dostupné z: <http://detskyusvit.cz/erik-erikson-osm-veku-cloveka/>

1.3 Příprava na stáří

Zajistit si aktivní přístup k životu je hlavní podstatou přípravy na stáří. Aby senioři byli i nadále aktivní ve vysokém věku, je pro ně vhodné opustit se od své sociální role a nahradit ji rolemi jinými. Konceptem aktivního stárnutí je nejen život prodlužovat, ale také zkvalitňovat²².

V průběhu středních let by měl každý jedinec zvažovat činnosti a cíle, kterých chce v rámci svého života dosáhnout. Zahájit nové činnosti nebo zájmy by měl ještě v produktivním věku a v důchodu je již pouze rozvíjet. Začínat se zcela novými aktivitami v důchodovém věku je velmi náročné, ale není to nemožné. Důležité je zaměřit se na aktivní životní styl se zdravými návyky a přístupem již v předchozích letech, neboť staří lidé musí vynaložit o hodně větší úsilí při dosahování cílů než mladí lidé. Aktivním životem, respektive aktivním stárnutím, je ve společnosti myšlen přístup seniora k vlastní autonomii, a aby nedocházelo k vyloučení seniorů ze společnosti²³.

Existuje mnoho vědních oborů, které se zabývají procesem stárnutí a samotným stářím. Níže jsou některé z nich popsány.

„Gerontologie je nauka zabývající se stárnutím a stářím lidí. Zabývá se souhrnem poznatků o stárnutí a stáří z pohledu biologického, demografického, psychosociálního a z mnoha dalších aspektů. Předmětem zájmu geriatric je stárnoucí a starý člověk ve zdraví, a především v nemoci.“²⁴

Tato nauka se věnuje několika podskupinám. Biologická gerontologie se zabývá živými organismy a jejich stárnutím. Další obor je sociální gerontologie, která se věnuje společnosti jako takové, ve vztahu se seniory. Bere zřetel na stárnutí populace a je zaměřena na demografii. Zdravotnímu stavu, jeho popisu, včetně chorob, které se vyskytují ve stáří, se zabývá klinická gerontologie. Popisuje samotný průběh chorob a následnou léčbu.

²² HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 170. ISBN 978-80-87109-19-9.

²³ HOLCZEROVÁ, V. a D. DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013, s. 23. ISBN 978-80-247-4697-5.

²⁴ PRŮCHA, J. a J. VETEŠKA. *Andragogický slovník*. 2. vydání. Praha: Grada Publishing, 2014, s. 118. ISBN 978-80-247-4748-4.

1.4 Potřeby seniora

V průběhu života dochází k nepřetržitému uspokojování různých potřeb. Potřebou je myšlen stav nedostatku základních složek pro fungování lidského těla a uspokojení hmotných statků. Lidé si určité potřeby neuvědomují i přesto, že patří mezi primární a k životu nezbytné. Zde může být zmíněna potřeba spánku, dýchání a jídla. Naopak sem také spadá absence bolesti, kterou zdravý jedinec nevnímá a nepřipouští si ji. Se zdravím je ve stáří spojována finanční a materiální pomoc. Některé potřeby mohou být sníženy až přerušeny, a to na základě nemoci nebo s postupujícím věkem.

Klinický psycholog a jeden z nejcitovanějších autorů, Abraham Harold Maslow, definoval v první polovině 19. století pěti základních lidských potřeb, které seskupil dle toho, jakou mají hodnotu. Teprve po uspokojení potřeb v nižší sféře, které jsou významnější, může jedinec postoupit v pyramidě potřeb výše k dalšímu uspokojení. Od základních fyziologických potřeb přes pocit bezpečí, přání patřit do určité skupiny až k potřebě uznání. Veškeré potřeby jsou spolu provázány a vzájemně se ovlivňují²⁵.

Stárnoucím lidem se potřeby mění a nejvíce bojují s psychosociálními potřebami. Cítí potřebu být začleněni, patřit do společnosti a být milováni. Je pro ně důležité mít své místo v rodině, být milován, cítit se být potřebným a platným. Aby bylo zamezeno sociální izolaci, je zapotřebí udržovat kontakt a komunikovat s jinými lidmi. Staří lidé jsou fixováni na svoji rodinu, ale na druhou stranu si velmi rozumí se svými vrstevníky a vzájemně se doplňují.

Nejvýše zmíněná potřeba z Maslowovy pyramidy je seberealizace, kterou instinktivně naplňujeme schopnostmi a možnostmi osobnostního rozvoje. Tato potřeba patří mezi velmi důležité, neboť s postupem věku se seniorů zmocňují negativní pocity méněcennosti a nepotřebnosti. Realizovat se jednotlivci mohou za pomoci práce, koníčků anebo studia.

²⁵ KUČERA, D. *Moderní psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2013, s. 31. ISBN 978-247-8773-2.

Obrázek 1: Maslowova pyramida potřeb



Zdroj²⁶

1.5 Kvalita života ve stáří

Senioři jsou zástupci nemalé části populace v každé zemi. Je to způsobeno vlivem prodloužení průměrné délky života. Senioři mají větší zájem o své zdraví, způsob života, dostává se jim lepší zdravotní péče, a s tím souvisí i lepší životní úroveň. Druhý faktor, který přispívá a zvětšuje populaci seniorů, je pokles nově narozených dětí.

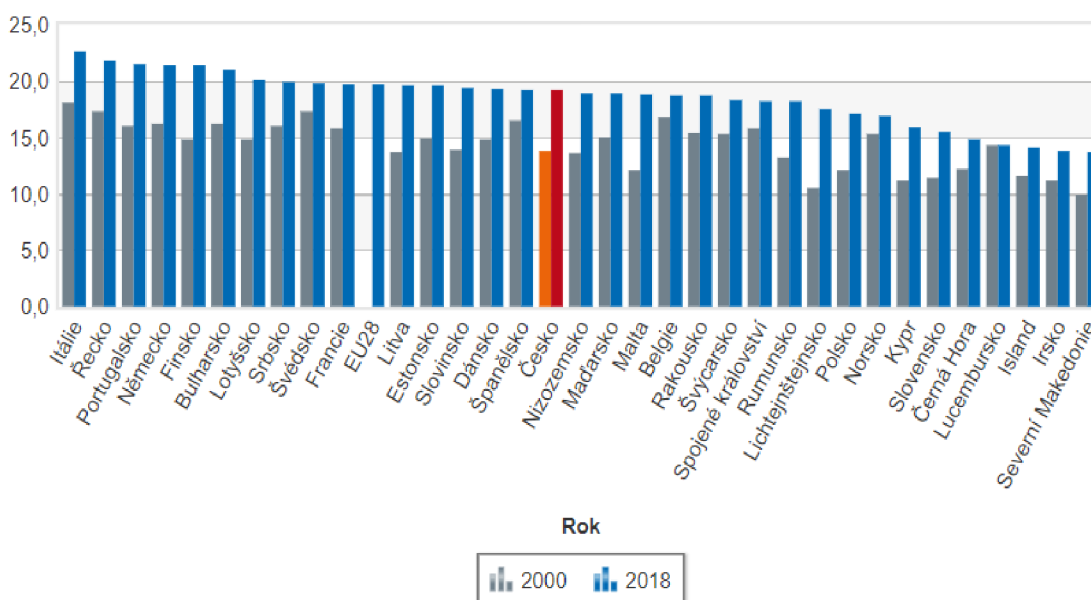
Průměrná délka života je odrazem nejen dané společnosti a doby, ve které se lidský život odehrává, ale také závisí na postavení daného jedince, na genetickém vybavení a na mnoha jiných faktorech. Ve starém Římě byla průměrná délka života cca 25 let. Později, v 18. století se prodloužila na 30 let a postupně se stále délka života zvyšovala. V současné době ukazatel střední délky života neboli naděje dožití, dle evidence Českého statistického úřadu, uvádí hodnoty pro ženy 83,1 roku a 78,3 u mužů. Dle předpovědí OSN budou v roce 2065 tyto hodnoty dosahovat v průměru 86,5 roků u mužů a ženy budou dosahovat střední délky života 91 let. Z uvedených dat vyplývá, že

²⁶ VEBER, J. *Management*. 2. vyd. Praha: Management Press, 2009, s. 114. ISBN 978-80-7261-200-0.

ženy se v průměru dožívají o cca 5 let více než muži. To může být důsledkem zdravějšího životního stylu a nižší záliby v konzumaci alkoholu, popř. cigaret. Na druhou stranu bývají ženy v pozdním stáří vystaveny větší sociální izolaci, což může být důsledkem ovdovění²⁷.

„Střední délka života mužů v okrese Praha-západ (77,91 roku) byla v období let 2016–2020 druhá nejvyšší v republice, vyšší byla zaznamenána pouze v Praze (78,13 let). Ve Středočeském kraji byla nejdelší střední délka života žen zaznamenána v okresech Praha-západ (82,76 roku), Praha-východ (82,35 let) a Benešov (81,72 roku). Je to ale pořád o pár let méně než ve vyspělých západních zemích.“²⁸

Graf 1: Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v EU



Zdroj²⁹

²⁷ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007, s. 461. ISBN 978-80-246-1318-5.

²⁸ ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Naděje dožití v okresech a správních obvodech ORP Středočeského kraje* [online]. Poslední aktualizace 10. 8. 2021. [cit. 2022-01-08]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/xs/nadeje-dozeni-v-okresech-a-spravnich-obvodech-orp-stredoceskeho-kraje-2020>

²⁹ ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Procentuální zastoupení populace* [online]. Poslední aktualizace 9. 3. 2021. [cit. 2021-11-21]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/seniori>

2 VZDĚLÁVÁNÍ

Problematicke vzdělávání v seniorském věku byl věnován nemalý počet publikací a také samotné vzdělávání ve společnosti dospělých lidí je velmi rozšířeno. To poukazuje na to, jak je tato oblast zajímavá, potřebná a prospěšná. V období důchodu má většina seniorů potřebu nějakým způsobem vyplnit volný čas, kterého mají dostatek v porovnání s vytižeností během profesní kariéry. Samotná realizace činností, zájmů a koníčků, kam může spadat i vzdělávání, závisí již na každém jedinci.

2.1 Geragogika, gerontagogika

Pro vymezení základních pojmů tato práce vychází z různých andragogických slovníků a gerontologických publikací věnujících se vzdělávání a seniorům, pojmům, které jsou určeny pro tuto práci. Geragogika je pedagogická disciplína, která se věnuje vzdělávání seniorů. „*Geragogika je v širším slova smyslu chápána jako teoreticko-empirická disciplína zabezpečující péči, pomoc a podporu seniorů při uspokojování jejich potřeb.*“³⁰

Gerontopedagogika je pedagogický obor zabývající se vzděláváním a učením seniorů. „*Ústřední snahou gerontagogiky je zpřístupňovat vzdělávání bez ohledu na věkové stupně pro všechny členy učící se společnosti.*“³¹ Představitelé tohoto oboru se stále nemohou sjednotit v názvosloví. Setkáváme se i s výrazem gerontagogika, ke kterému se více přiklání. Stejně tak je rozdílný i postoj k předmětu tohoto relativně mladého oboru.

³⁰ MÜHLPACHR, P. a P. STANÍČEK. *Geragogika pro speciální pedagogy*. Brno: Masarykova univerzita, 2001, s. 12. ISBN 80-210-2510-7.

³¹ PRŮCHA J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2008, s. 68. ISBN 978-80-7367-416-8.

„Předmět gerontagogiky:

- podle Zdeňka Palána = nauka o vzdělávání starších (starých) lidí,
- podle Emila Livečka = teorie výchovy a vzdělávání ve stáří ke stáří,
- podle Pavla Mühlpachra = (multioborová disciplína) o péči, pomoci a podpoře seniorům při uspokojování jejich potřeb,
- podle Anny Petřkové = studium a systematizace poznatků o široce chápané edukaci ve vztahu k seniorskému věku člověka.³²

2.2 Celoživotní vzdělávání a učení

Celosvětové instituce, které se zaměřují na vzdělávání, prosazují koncept učení a vzdělávání se v průběhu celého lidského života. Je důležité, aby přístup ke vzdělání měli všichni občané. Nejedná se přitom pouze o povinnou školní docházku, ale o dostupné vzdělávání bez ohledu na věk, zacílené na individuální potřeby. Příležitost je tedy dána i lidem v postproduktivním věku.

„Celoživotní učení je nepřetržitý proces, jehož podmínkou je připravenost člověka učit se. Hovoří se o celoživotním učení, nikoliv o vzdělávání, aby se tím zdůraznil význam i takových učebních aktivit každého jedince, které nemají organizovaný ráz, tzn. samostatného učení. Celoživotní učení zahrnuje tři navzájem propojené složky – formální vzdělávání, neformální vzdělávání a informální učení. Nedílnou součástí celoživotního učení se musí stát občanské vzdělávání, vzdělávání pro udržitelný rozvoj a rozvoj digitálních kompetencí ve spolupráci s různými poskytovateli (např. školami, univerzitami, paměťovými institucemi, neziskovými organizacemi).“³³

Evropská unie ovlivňuje ve značné míře vzdělávací politiku za pomoci strategických dokumentů a určitých programů, mluví se tak o evropském prostoru

³² Univerzita Hradec Králové Pedagogická fakulta. *Studijní opora – Úvod do gerontagogiky* [online]. [cit. 2022-01-01]. Dostupné z: <https://www.uhk.cz/file/edee/pedagogicka-fakulta/pdf/pracoviste-fakulty/katedra-socialni-patologie-a-sociologie/dokumenty/studijni-opory/socialni-komunikace-v-neziskovem-sektoru/uvod-do-gerontagogiky.pdf>

³³ MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. *Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030* [online]. Poslední aktualizace 19. 10. 2020. [cit. 2021-12-12]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/skolstvi-v-cr/strategie-2030>

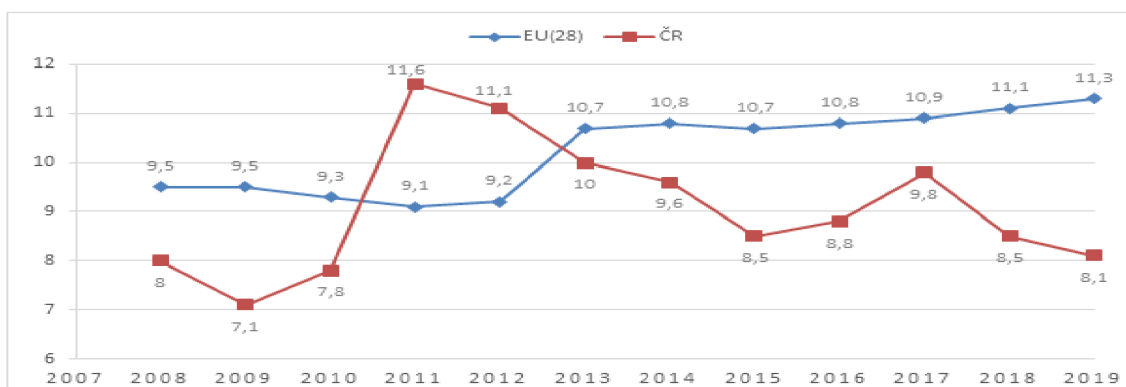
vzdělávání. Dříve byla vzdělávací politika chápána po mnoho let jako záležitost jednotlivých členských států.

Do vzdělávání vstupuje Evropská unie s níže uvedenými dokumenty, kde je možné dohledat informace o celoživotním vzdělávání:

- dokumenty a zprávy OECD (Organisation Economic Corporate Development – spojené organizace pro vzdělávání);
- UNESCO – Faureho zpráva: Learning to be;
- zpráva OECD: stálé vzdělávání (negramotnost, bída, nezaměstnanost, hlad, bezdomovectví, propast mezi chudými a bohatými);
- UNESCO zpráva: Deloresova zpráva (rozvoj osobnosti – učit se vědět, učit se být);
- Memorandum o celoživotním učení (jedná se o první dokument, který nastínil prosazované principy vzdělávání dospělých, které jsou platné dodnes);
- usnesení Rady EU o obnoveném evropském programu pro vzdělávání dospělých (dokument vyzývá členské státy, aby prostřednictvím všeobecného, odborného a VŠ vzdělávání i vzdělávání dospělých osvojovaly dovednosti nezbytné pro další vzdělávání a pro trh práce);
- dokument: Kompetence pro demokratickou kulturu (pojednávající o občanském vzdělávání v EU, které je cílené na aktivní občanství – finanční gramotnost, ochrana spotřebitele a ochrana práv v oblasti pracovní, bydlení apod.).

V rámci Evropské unie byla provedena studie, které se zúčastnily dospělé osoby ve věku 25–64 let. Byly zaznamenány rozdíly v účasti na dalším vzdělávání, a níže uvedený graf popisuje procentuální rozdíly mezi účastníky z České republiky a ostatními státy EU. Podmínkou byla účast na vzdělávání v posledních 4 týdnech před realizací zmíněného šetření.

Graf 2: Podíl dospělé populace na dalším vzdělávání v ČR a EU v letech 2008–2019



Zdroj³⁴

2.3 Význam vzdělávání

Celosvětově známý teoretik pedagogiky Jan Amos Komenský poukazoval na potřebu učit se i ve starším věku již v sedmnáctém století. Upozorňoval na to prostřednictvím *školy stáří*, v níž se lidé měli nepřetržitě v návaznosti na mladší období učit, využívat nabyté výsledky a soustředit se na správné prožití závěrečné etapy života.

J. A. Komenský rozepsal lidský život do několika etap, kdy každé období navrhuje a popisuje jako: „*školu zrození, dětství, chlapectví, jinošství, mladosti, mužnosti, stáří a následně i školu smrti*“³⁵.

Komenský zdůrazňuje, že je důležité, aby pansofické učení, které je přirovnávané k věčnému světu, obsáhlo všechny lidi bez rozdílu jmění a stavu, stáří, pohlaví i nadání³⁶.

- 1. Škola zrození (Schola Nativitatis)** popisuje život od samého počátku – od rozmnožování lidského pokolení, těhotenství. Dále shrnuje to, kdo má být udržen při síle, aby uživil rodinu. Důraz byl kladen na početí v sezdaném manželství.
- 2. Škola útlého dětství (Schola Infantiae)** je zaměřena na první krůčky od narození až do šesti let věku dítěte. Komenský zde poukazuje na nutnost vzdělávat dítě

³⁴ MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. *Srovnávání podílu dospělé populace na dalším vzdělávání v ČR a EU* [online]. Poslední aktualizace 18. 10. 2021. [cit. 2021-11-21]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/dalsi-vzdelavani/srovnani-podilu-dospete-populace-na-dalsim-vzdelavani-v-cr-a>

³⁵ KOMENSKÝ, J. A. *Vševýchova = Pampaedia*. Vyd. 1. Praha: Státní nakladatelství, 1948, s. 21. GC 19243.

³⁶ Tamtéž, s. 186.

vládne, ale rozhodně ne přísně, kdy si v přátelsky pojatém prostředí dítě osvojí více dovedností.

3. **Škola dětství/chlapectví (Schola Pueritiae)** se zabývá výchovou dětí v letech mezi šestým až dvanáctým rokem života, kdy každý rok popisuje dítě, co je v daném věku schopno se naučit a využít v praxi, neboť není ještě plně vyzrálé. Vzhledem k jejich věku je také vybírána teoretická výuka, kdy začínají s jednoduššími předměty.
4. **Škola dospívání/jinošství (Schola Adolescentiae)** neboli dozrávání plodů. Zde Komenský popisuje, jak se učit jazykům, mravům, různým vědám a naukám.
5. **Škola mladosti (Schola Juventalis)** je popisována jako škola zralých plodů. Komenský ji nazývá akademií a slouží k získávání a prohlubování moudrosti.
6. **Škola dospělosti/mužství (Schola Virtatis)** je popisována jako sklizeň plodů na zimu. Pojednává o životě mladých mužů, o umění žít vlastní život. Komenský hlásá, že ukončením navštěvování školy ale škola života nekončí a pobízí je v dalším vzdělávání.
7. **Škola stáří (Schola Senii)** pojednává o tomto období jako o vrcholu lidské moudrosti, která není závěrečnou etapou.
8. **Škola smrti (Schola Mortis)** je poslední etapou, kterou Komenský popisuje a přirovnává ji k nekončícímu se světu. Je přesvědčen, že o smrti jako takové musí mít povědomí každý člověk, nejen starci.

Význam vzdělávání seniorů má pro každého člověka v různých společnostech jiný význam. V tomto věku se nejedná již pouze o nabývání vědomostí a dovedností, ale pro některé také jako možnost splnit si svá neuskutečněná přání z mladších let. Seniori již nemají potřebu zvyšovat si profesní kvalifikaci, jako je tomu zvykem na pracovním trhu u absolventů a mladé generace. Většina dospělých, hlavně seniorů se vzdělává pro svůj dobrý pocit, dobrovolně a chtějí tak naplnit další oblasti svých zájmů. Dospělý člověk si je vědom, jak je důležité využívat informace a neustále trénovat mozek.

„Významnou roli sehrává edukace seniorů při přípravě na stáří. Příprava na stáří znamená začít čas investovat do svého nového já tak, aby člověk – až ho postihnou problémy stáří – měl možnosti a zdroje potřebné k tomu, aby jim dokázal čelit.“³⁷

2.4 Specifika vzdělávání seniorů

Senioři jsou specifická skupina studentů, kteří mají nadhled, jsou vstřícní, mají spoustu zkušeností. Je nutné k nim a jejich potřebám přistupovat odlišně. Programy vzdělávání u seniorů jsou založeny na jiných normách a programech, než je tomu u vzdělávání např. dětí, v pedagogice. Pokud by byly zachovány stejné parametry, v praxi by vzdělávání seniorů bylo neefektivní. Edukace seniorů je vnímána jako edukace dospělých se specifickými potřebami³⁸.

Hlavní zásadou ve vzdělávání seniorů je přihlídnutí k jejich potřebám při postižení zraku a sluchu, které jsou nejfrekventovanější. Dále je velmi důležité uzpůsobit učební jednotku na takovou délku, aby byla zohledněna pozornost seniora, která se liší od mladého organismu. Důraz je dáván na pomalejší tempo, jasnou artikulaci a dostatečně zvučný hlas přednášejícího³⁹.

Vstřebávání nových informací a poznatků zabírá starším lidem více času a velkou roli hraje jejich fyzický a psychický stav, včetně různých zdravotních omezení. Síla motivace, která je popsána v jiné kapitole, je velmi podstatná v procesu učení, stejně tak jako stupeň aktivity posluchačů. Vzdělávání seniorů je specifické i tím, že je zapotřebí očistit terminologii od technických nebo cizojazyčných výrazů. Dalším rozdílem ve vzdělávání seniorů oproti mladším osobám je ten, že se u seniorů výkon zhoršuje v návaznosti na délce přestávky během procvičování. Znamená to, že mladí lidé si lépe utvrzují získané informace po inkubační době (přestávce). Profesoři Palán⁴⁰ i Šerák se shodují, že výuka musí být přitažlivá a poskytovat dostatečný čas na vyřešení a objasnění

³⁷ ŠPATENKOVÁ, N. a L. SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada Publishing, 2015, s. 41. ISBN 978-80-247-5446-8.

³⁸ ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, s. 63. ISBN 978-80-7367-551-6.

³⁹ ORT, J. *Kapitoly ze sociologie stáří: (společenské a sociální aspekty stárnutí)*. Vyd. 1. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta, 2004, s. 83. ISBN 80-704-4636-6.

⁴⁰ PALÁN, Z. *Základy andragogiky*. Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2003, s. 174. ISBN 80-867-2303-8.

nesrovnalostí. Volnost, kterou nabízí ve vzdělávání dospělých tento přístup, je vykoupena kvantitou i kvalitou informací, neboť se látka nestihne probrat dle nastaveného obsahu. Celý vzdělávací proces ovlivňuje i prostředí, ve kterém se odehrává. Při volbě ideálního prostředí je důležité brát v potaz dobrou dostupnost pro osoby zdravotně postižené např. používající vozík nebo hůl. Podstatné je ničím nerušené prostředí, neboť u seniorů je vyšší citlivost na rušivé elementy. Sociální klima dané společnosti může být ovlivněno jak pozitivně, tak i negativně, a to v případě velkých vzdělávacích rozdílů všech vzdělávaných seniorů⁴¹.

2.5 Motivace seniorů

Motiv, který pohání seniory ke studiu, může být chápán z hlediska jednotlivce i ze strany společnosti jako celku. Jednotlivci mají zájem o prohlubování sociálního kontaktu s vrstevníky, být samostatní a soběstační nejen po fyzické stránce, ale i po psychické. Nemalý důraz je kladen na porozumění si s technologií, být počítačově a digitálně gramotní a mít všeobecný přehled v rámci jejich věku a možností. Velmi důležitým motivem je redukce sociální izolace, která se starším věkem a ztrátou kamarádů či vrstevníků postupně přichází. Motivace působící na posluchače univerzit třetího věku, kterou si většina seniorů nepřipouští a mnohdy ani neuvědomuje, je vlastní rozvoj, který působí na zpomalení stárnutí a napomáhá postavit se a bojovat proti možné demenci.

Z pohledu společnosti může být poukázáno na požadovaný a velmi prospěšný přenos zkušeností v mezigeneračních skupinách. V profesní komunitě se tomuto tématu věnuje tzv. ageismus, kdy se jedná o problematiku stereotypizace a diskriminování osob pro jejich stáří. Týká se to také samotných předsudků o stáří.

„Mezi staršími, tak jako mezi ostatními lidmi, existují velké rozdíly v psychických a kognitivních schopnostech a dovednostech, v zájmech a potřebách. Tyto rozdíly spíše rostou a jsou závislé i na objektivně daných životních situacích (zdravotní stav, dosažené vzdělání, bydlení, finanční zajištění, úroveň sociální integrace). Starší lidé tedy netvoří

⁴¹ PALÁN, Z. a T. LANGER. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, s. 184. ISBN 978-80-86723-58-7.

*nějakou homogenní skupinu, jejich schopnosti a motivace k učení záleží na vzájemném působení dvou faktorů – osobnosti a životní situace.*⁴²

Samotnou motivaci můžeme chápat jako určitý způsob chování a jednání, které nás pobízí a inspiruje k tomu, abychom dosáhli požadovaných cílů. Základní rozdělení motivace je určeno dle toho, odkud přichází, tedy na vnitřní a vnější. O vnitřní motivaci se jedná tehdy, když vychází z přání dané osoby a dává jí sílu jít si za svými sny. Motivuje k činnostem, které nás vnitřně uspokojují a působí na dlouhodobé bázi. Druhá motivace, na kterou působí vnější faktory, vede lidi k dosažení cílů za pomoci nátlaku nebo výhrůžek. Vnější motivace působí pouze krátkodobě. Motivace se objevuje jak v nízké míře, tak i vysoké a obě verze mohou vést ke snížení výkonu.

2.6 Přínos volnočasových aktivit

Seniory již nesmíme vnímat jako staré, slabé, nemocné a křehké osoby milující dechovou hudbu. Dnešní sedmdesátníci patří do generace hippie, kteří požadovali společenské změny, uvažovali o ekologii, zažili revoltu a poslouchali rockovou hudbu. V době velkých společenských změn, v době sametové revoluce, jim bylo kolem čtyřiceti let. Byli stále mladí a díky tomu měli šanci, aby se dokázali přizpůsobit a adaptovat na změny. Bravurně zvládají cizí jazyky, počítače, chtějí cestovat a vzdělávat se.

Senioři jsou velmi různorodá skupina a v minulosti mezi nimi nebyly až tak velké rozdíly jako v současné době. Stárnutí není záležitostí samotného kalendářního věku, ale záležitostí aktivního, popř. pasivního přístupu ke vzdělávání.

Mezi hlavní přínosy volnočasových aktivit již ve stáří nepatří uplatnění se na trhu práce, zlepšení kariéry ani jiné ekonomické výhody. V tomto věku se lidé zaměřují na kvalitní naplnění volného času. Příležitosti k seznámení se s novými lidmi a následná komunikace je bráno jako motiv, který navádí seniory k možné účasti na organizovaných vzdělávacích aktivitách. Setkávání se s ostatními vrstevníky převyšuje nad přínosem samotného vědění. Jinak řečeno, průběh samotného vzdělávání je většinou hodnotnější než samotný výsledek.

⁴² BENEŠ, M. *Andragogika*. 1. vydání. Praha: Eurolex Bohemia, 2003, s. 139. ISBN 80-86432-23-8.

Dalším přínosem může být zmíněné smysluplné využití volného času pro vlastní koníčky. Většina seniorů má po odchodu z aktivního pracovního života do důchodu mnoho času. Chtějí navázat na aktivity, které praktikovali dříve, anebo naopak takové, ke kterým neměli přístup. Aby byl starý člověk šťastný a spokojený, stačí mu maličkosti. Těší se na setkávání s vrstevníky, plánuje čas i různé aktivity, rád se připravuje na společné výlety. I pravidelné setkání nad šálkem kávy v restauraci má pro seniory smysl, svoje místo a jedná se o tradici, které se někteří nechtějí vzdát.

Vykonávání jakýchkoliv aktivit je považováno za velký přínos pro seniory. Pro jejich aktivizaci je důležité fyzické i duševní zdraví jedince, kterému svědčí pravidelnost a opakování. Díky lepší zdravotní péči a zdravějšímu životnímu stylu je seniorům umožněn aktivní a plnohodnotný život. Nastavení rituálů, umění přizpůsobit se a adaptovat se na nové životní situace nabízí seniorům prožít smysluplně čas v pozdním stádiu života.

3 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU

Na každého jedince ve společnosti jsou kladeny stále vyšší nároky na znalosti a dovednosti. Pro seniory jsou zásadní ty, které je provází každý den a napomáhají jim po celý zbytek života. Smyslem je, aby ve všedních povinnostech byli co nejvíce samostatní, neztráceli vlastní úsudek a dovedli se stále sami rozhodovat. Tomu napomáhají všeobecné znalosti a finanční a počítačová gramotnost. Jedná se dále o činnosti zdokonalující komunikaci, rozvoj dovedností podporující sociální začlenění a organizaci vzdělávání a volného života. Osvojení těchto dovedností zaručuje lidem větší svobodu a soběstačnost. Z toho důvodu je velice důležité zpřístupnit studium i ve starším věku. Symbolem seniorské edukace se staly univerzity třetího věku, které prostřednictvím studia nutí seniory k neustálému myšlení a zaujímání postojů ke společenským problémům.

3.1 Historický vývoj univerzit třetího věku

Mezi nejstarší univerzity v Evropě, o kterých jsou dochované písemné zmínky, jsou zařazeny vysoké školy, které splňují definici univerzity. Výraz *univerzitas*, pocházející z latiny, znamená všeobecnost, celek. Tento výraz bývá spojován se slovy vesmír, působit, sjednotit a obrátit v jedno. Jedná se o nejznámější univerzity: Bologna (založena r. 1119), Paříž (r. 1250), Oxford (r. 1168), Praha (r. 1348), Krakov (r. 1364) a Vídeň (r. 1365)⁴³.

Nejstarší boloňská univerzita (italsky Alma Mater Studiorum Universitas di Bologna) byla pravděpodobně založena o něco dříve než v roce 1119. Prameny hovoří již o roku 1088, i tak se jedná o nejstarší univerzitu v západním světě s nepřetržitým provozem. Univerzita je historicky výjimečná i svým zaměřením na výuku kanonického práva při teologii a občanského práva. Zde také získala právnický titul, který je až do moderní doby jediným udělovaným titulem na této univerzitě, Betissia Gozzadini a stala

⁴³ Andromedia – databanka dalšího vzdělávání. *Andragogický slovník* [online]. Poslední aktualizace 18. 10. 2021. [cit. 2021-12-27]. Dostupné z: <http://www.andromedia.cz/andragogicky-slovník/univerzita>

se tak první ženou v historii, která učila na univerzitě⁴⁴. V druhé polovině jedenáctého století existovala v Bologni privátní právnická škola a v návaznosti na ni byly zavedeny i jiné formy výuky, např. škola umění. Z mnoha studentů se následně stali právníci, kteří se věnovali učení jak rétorickému, tak i gramatickému, se značnou dávkou logiky, ovšem bez přírodní filozofie. Studia medicíny byla založena okolo roku 1260⁴⁵.

Tak jako u jiných univerzit, ani u oxfordské neexistuje přesný datum založení. Jejím cílem bylo poskytnout duchovenstvu úplnější vzdělání, ale již od r. 1167 se začala rychle rozvíjet kvůli zákazu Jindřicha II., kdy angličtí studenti nesměli navštěvovat pařížskou univerzitu v Sorbonně. Hlavní oblasti, kterými se zde studenti zabývali, byly matematické, fyzikální a medicína⁴⁶. Oxfordská univerzita vznikla v malém provinčním městě, které se nedalo srovnávat s jinými katedrálními městy, natož s Londýnem. V roce 1180 ale město získalo jistý strategicko-politický význam, jako sídlo královské správy a církevního soudu. To povzbudilo některé právníky přestěhovat se do Oxfordu a nabídnout své zkušenosti. Během několika let se z oxfordské univerzity stala jediná škola v Británii, která dovedla nalákat cizí studenty. Pustili se zde do vyučování i nejznámější teologové své doby, jakým byl Alexander Neckam⁴⁷.

Požadavky, které vzešly díky neustále se zvyšujícímu počtu aktivních seniorů v evropských zemích, vyústily ve vývoj univerzit určených právě starším osobám. Cílem bylo udržet nejen fyzickou, ale především mentální schopnost každého jednotlivce co nejdéle v činné formě. Univerzity třetího věku se díky svému rozvoji mohly zařadit do vzdělávacího systému vysokých škol a univerzit. Patří do skupiny vzdělávání dospělých. Nynější nabídka kurzů je mnohonásobně vyšší a pestřejší, než když U3V začaly v osmdesátých letech minulého století. Samotný vznik U3V, které představují vzdělávací instituce zaměřující se na rozvoj a zájmovou edukaci seniorů, sahá do sedmdesátých let ve Francii. První univerzita třetího věku byla založena na Univerzitě společenských věd (Fakulta sociálních studií) v Toulouse ve Francii již v roce 1973. Tou dobou ve Francii

⁴⁴ Univerzity Bologne. *Our history* [online]. Poslední aktualizace 2021. [cit. 2022-01-08]. Dostupné z: <https://www.unibo.it/en/university/who-we-are/our-history/our-history>

⁴⁵ RÜEGG, W. *A history of the university in Europe: Volume1, Universities in the middle ages*. Cambridge: Cambridge University Press, 2013, s. 50. ISBN 9780521541138.

⁴⁶ University of Oxford. *History* [online]. Poslední aktualizace 2021. [cit. 2022-01-08]. Dostupné z: <https://www.ox.ac.uk/about/organisation/history>

⁴⁷ RÜEGG, W. *A history of the university in Europe: Volume1, Universities in the middle ages*. Cambridge: Cambridge University Press, 2013, s. 13. ISBN 9780521541138.

hrozila tzv. mezigenerační válka a za pomoci dalšího vzdělávání chtěla vláda zlepšit kvalitu života studujících seniorů, kterých bude v budoucnu stále přibývat. S první výukou zaměřenou výhradně na seniory začal profesor Pierre Vellas, který jako první také použil výraz univerzita třetího věku. V jeho šlépějích pokračoval i jeho syn Francois, který byl v roce 2011 zvolen prezidentem AIUTA (Mezinárodní sdružení U3V). Během několika desítek let se přidaly i další francouzské univerzity a díky zapojení UNESCO a Evropské unie se do koncepce tzv. celoživotního učení U3V rozšířily brzy po celém světě. V našem prostředí, v tehdejší Československu, byly založeny první univerzity třetího věku při Univerzitě Palackého v Olomouci a při Fakultě všeobecného lékařství Univerzity Karlovy v letech 1986–1987⁴⁸.

V současnosti nabízí většina českých veřejných vysokých škol studium na U3V, kdy na každý kraj v republice vychází minimálně jedna univerzita. Největší množství kurzů určených pro U3V nyní nabízí Univerzita Karlova a Vysoká škola ekonomická.

3.2 Možnosti vzdělávání seniorů

Základní formy vzdělávání jsou rozděleny do třech hlavních směrů. Formální vzdělávání je realizováno výhradně ve vzdělávacích institucích a vyznačuje se dokumentem jako výsledkem vzdělávání potvrzující absolvování studia. Jedná se o vysvědčení a diplomy. I při neformální podobě dochází k určité regulaci a kontrole vzdělávání, ale není tak pevně svázána. Jmenovitě se jedná o různé kurzy, rekvalifikace a školení a bývá často spojeno s profesním vzděláváním. V tomto případě mohou instituce nabízet různé doklady o získaném absolvování, ale není to podmínkou. Tou nejdostupnější formou je informální učení, při kterém se jedná o bezděčné získávání informací např. sledováním televize, internetu nebo osvojováním si dovedností v rodině a práci. Díky tomu získáváme např. vědomosti z oblasti historie anebo politiky. Záměrem však není samotné učení.

Občané, kteří spadají do důchodového věku, mají možnost být začleněni do vzdělávacího systému, popř. navštěvují samostatné instituce, které se věnují studiu.

⁴⁸ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004, s. 139. ISBN 978-80-210-5029-7.

Základní vzdělávací formy jsou v České republice rozděleny na kluby aktivního stáří, akademie třetího věku a univerzity třetího věku. Ve světě je také známa lidová univerzita, popř. lidová akademie jako nižší stupeň těchto univerzit. Vznikly v první polovině dvacátého století na popud zpřístupnění vědy a techniky v USA, kdy tyto univerzity neposkytovaly kvalifikaci včetně uceleného vzdělávání. Zájemci o studium v postproduktivním věku chodí na přednášky společně s mladšími studenty, přičemž z toho těží obě skupiny. Starší generace nezůstává vyčleněna ze společnosti a na druhou stranu mladší generace má možnost získat znalosti a zkušenosti od starších kolegů. Jedná se o model vzdělávání, které je na našem území již pouze výjimečně, setkáme se s ním v USA a v severských, popř. německy mluvících zemích. Oproti tomu jsou pod ochranou různých organizací u nás dobře známé kluby aktivního stáří a akademie třetího věku⁴⁹.

Za méně náročnou formu studia lze považovat akademie třetího věku (A3V), které jsou zaměřeny více na doplňkové aktivity jako jsou exkurze spojené s výlety a turistikou. Akademie jsou označovány jako středně náročné formy studia a podporují a motivují svými programy nejen ke studiu, ale také k sociálnímu kontaktu a aktivnímu životu seniorů. Studium probíhá nejčastěji v nepravidelném režimu jako jednorázové akce se zaměřením na regionální nebo individuální zájmy seniorů. Organizátorem akademií bývá často Červený kříž, akademie je založena na dobrovolné činnosti⁵⁰.

Kluby seniorů, popř. kluby aktivního stáří nabízejí setkávání osob se stejnými zájmy či stejného věku, mají však jinou podobu než jiné institucionalizované akademie nebo univerzity⁵¹. Tato seniorská centra nebo kluby se podílejí částečně na aktivitách seniorů, velký důraz je kladen na samotné seniory a jejich příspěvek v aktivitách, iniciativě a podpoře. Aktivity se zaměřují na sportovní a rekreační nabídku, pořádají exkurze, výstavy vlastnoručně vytvořených prací anebo zajišťují oslavy kulatých narozenin. Zřizovatelem bývá většinou místní samospráva⁵².

Hlavním posláním univerzit třetího věku je zabezpečit právo seniorů na vzdělávání, umožnit získávat univerzitní zdroje a poznatky, včetně dovedností. Jejím

⁴⁹ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004, s. 139. ISBN 80-210-3345-2.

⁵⁰ Tamtéž, s. 139.

⁵¹ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, s. 52. ISBN 978-80-244-3653-1.

⁵² PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, s. 78. ISBN 80-244-0879-1.

cílem je nejen rozšiřovat a prohlubovat vědomosti, ale nabízí jim vhodnou formou na univerzitní úrovni takové poznatky, které bývají studentům v postproduktivním věku nepřístupné. S těmito cíli se univerzity snaží využít také možnosti virtuálních univerzit (VU3V) za pomoci veřejných knihoven a městských úřadů, a zajistit díky nim větší dostupnost i v menších městech. Tato specifická forma nabízí propojení distančního vzdělávání s prezenčním a cílem je zpřístupnit vzdělání seniorům na univerzitní úrovni přímo tam, kde žijí. Samotní účastníci U3V získávají statut posluchače univerzity, ale ve smyslu níže zmíněného zákona o vysokých školách nejsou vedeni jako studenti.

*„V rámci své vzdělávací činnosti může vysoká škola poskytovat bezplatně nebo za úplatu programy celoživotního vzdělávání orientované na výkon povolání nebo zájmově. Bližší podmínky celoživotního vzdělávání stanoví vnitřní předpis. Účastníci celoživotního vzdělávání s ním musí být seznámeni předem.“*⁵³

Obecná pravidla pro fungování U3V se v České republice řídí pravidly, která stanovila Asociace univerzit třetího věku (AU3V). *„Posluchačů na vysokých školách v rámci univerzit třetího věku, zkráceně U3V, je celkem 64 tisíc. Oproti pěti letům zpět jde asi o dvacetiprocentní nárůst, tehdy posluchárny navštěvovalo 53 600 lidí. Počty posluchačů rostou v posledních letech pravidelně,“* říká předsedkyně Asociace univerzit třetího věku Magdaléna Edlová⁵⁴.

Mezinárodní spolupráce U3V je zaštitěna sdružením AUITA (International Association of Universities of the Third Age) se sídlem v Toulouse ve Francii od roku 1977. Kooperace je založena na vzájemné podpoře, rozvoji a předávání informací. Hlavním cílem je sdružení všech univerzit třetího věku a přispívání nabídkou nápadů a iniciativ dalším institucím, které působí mezi seniory. Tato asociace je známá hlavně ve francouzsky mluvících zemích, ale funguje po celém světě⁵⁵. AU3V v České republice byla přidána mezi členy AUITA v roce 1993 a v následujícím roce 1994 byla zařazena do

⁵³ MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. § 60, *Celoživotní vzdělávání, zákon č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů* [online]. Poslední aktualizace 1. 4. 2021. [cit. 2021-12-27]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/dokumenty-3/zakon-c-111-1998-sb-o-vysokych-skolach>

⁵⁴ Zpravodajství iDnes. *Univerzity třetího věku* [online]. Poslední aktualizace 13. 6. 2021. [cit. 2021-12-29]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/univerzity-tretiho-veku-narust-statistika-posluchaci-vyber-skol.A210603_095738_domaci_brzy

⁵⁵ IAUTA. *About IAUTA* [online]. Poslední aktualizace 29. 12. 2021. [cit. 2021-12-29]. Dostupné z: <https://www.aiu3a.org/v2/index-en.html>

sdužení EFOS (Evropská federace studentů seniorů). Asociace pro tato sdružení zajišťuje odborné semináře a konference.

Mezi významné české organizace pro vzdělávání dospělých patří např. AIVD ČR, (Asociace institucí vzdělávání dospělých České republiky) nebo nezisková nadace NVF (Národní vzdělávací fond), která systematicky připravovala zvyšování úrovně manažerů z praxe.

„AU3V – Asociace univerzit třetího věku. Nevýdělečná zájmová organizace, která sdružuje vysoké školy a fakulty vysokých škol, které organizují pro seniory univerzity třetího věku. Přidruženým členem může být i instituce vzdělávání dospělých, zabývající se odbornou činností. AU3V byla založena na ustavující schůzi dne 9. 6. 1993. Prvním předsedou byl zvolen prof. Ing. Karel Velda, CSc.“⁵⁶

3.3 Univerzita třetího věku

Nejnáročnější formou vzdělávání seniorů jsou univerzity třetího věku. Tato instituce je oficiálně uznaná a nabízí studium na vysokoškolské úrovni. Každý semestr obsahuje minimálně patnáct dvouhodinových přednášek⁵⁷.

Rozhodnutí o náplni vzdělávání záleží na dané vysoké škole, která vypisuje témata s předstihem. Všeobecné zaměření je vypsáno pro první ročníky U3V, kdy jsou přednášky věnovány hlavně problematice celoživotního vzdělávání a psychosociálním aspektům seniorského věku. To posluchačům umožňuje adaptovat se na pro ně nové univerzitní prostředí. Následně si posluchači zvolí dle vlastního zájmu obor pro druhý a třetí ročník, který již bývá tematicky jednotný⁵⁸.

Studium je určeno zájemcům, kteří dosáhli důchodového věku a mají minimálně ukončené střední vzdělání s maturitou. V některých případech je dostačující základní vzdělání, záleží to na podmínkách univerzit a některé fakulty na této podmínce netrvají.

⁵⁶ PALÁN, Z. a L. RÝZNAR. *Vzdělávání dospělých a Evropa*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2000, s. 112. ISBN 80-7041-879-6.

⁵⁷ ČORNANIČOVÁ, R. *Edukácia seniorov*. 1. vydání. Bratislava: Univerzita Komenského, 1998, s. 91. ISBN 80-223-1206-1.

⁵⁸ KLEGA, V. Olomoucká koncepce univerzity 3. věku a její hodnocení. In: *Deset vzdělávacích aktivit pro seniory. Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 1997, s. 89. ISBN 80-7067-824-0.

V přijímacím řízení většinou stačí odeslat přihlášku ke studiu a zaplatit vstupní poplatky. Samotné přijímací zkoušky se tedy nekonají. Pro případné ukončení studia s obdržением diplomu při slavnostní promoci je nutné absolvovat zkoušky a vypracovat písemné práce. Získaný diplom je pouze za absolvování studia, absolvent nezíská akademický titul, neboť se nejedná o kvalifikační vzdělávání. Poplatky za studium se liší na každé univerzitě. Financování bývá vícezdrojové, jedná se o kombinaci poplatků, zápisného od uchazečů, kdy se jedná většinou v průměru o stovky korun za semestr. Dále se jedná o prostředky získané z projektů Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a ze samotného rozpočtu fakult, kde získávají finanční prostředky ze státních dotací na vzdělávací činnosti⁵⁹.

3.4 Virtuální univerzita třetího věku

V České republice je možné setkat se s Virtuální univerzitou třetího věku (VU3V), kterou nabízí Provozně ekonomická fakulta České zemědělské univerzity v pražském Suchdole. Toto studium je chápáno jako distanční forma a vyhovuje studentům se sníženou mobilitou nebo studentům žijícím v menších městech kvůli dojíždění do univerzitních měst⁶⁰.

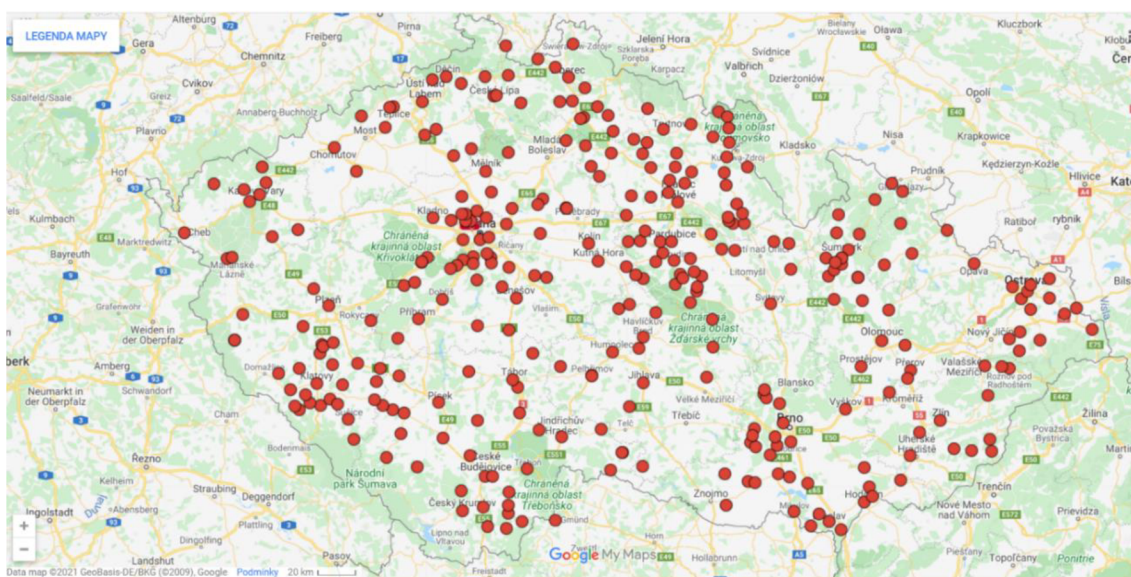
Semestrální přednášky jsou realizovány formou předtočených videopřednášek, které obsahují lektorův výklad, grafy i počítačovou animaci. I zde je brán velký ohled na slovní projev lektora, jeho zřetelnou výslovnost, spisovný jazyk, úměrné tempo řeči a oční kontakt. Výukový elektronický materiál (včetně přednášek) je uložen na webovém serveru, kam mají přístup pouze posluchači a koordinátoři z jednotlivých výukových center. Pilotní kurz, který otevřel VU3V, vznikl v roce 2008. Jednalo se o kurz astronomie. Výuka je rozložena do semestrů, kdy každý kurz je složen z šesti předem připravených přednášek. Každých čtrnáct dnů je zpřístupněna další přednáška, která je sledována na společném setkání v konzultačních střediscích (KS). Posluchači můžou

⁵⁹ ADAMEC, P., D. KRYŠTOF a kol. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky ve spolupráci s Masarykovou univerzitou, 2011, s. 19. ISBN 978-80-210-5640-4.

⁶⁰ PEF ČZU. *Pro uchazeče VU3V* [online]. Poslední aktualizace 30. 12. 2021. [cit. 2021-12-30]. Dostupné z: <https://www.pef.czu.cz/cs/r-7008-studium>

vypracovat eseje na dané téma, ale není to podmínkou. Celý kurz je uzavřen testem, na který se mohou předem připravit za pomoci kontrolních otázek a kdykoliv si znovu přehrát přednášku z pohodlí svého domova, nezávisle na čase. Na konci uzavřeného semestru tak získají posluchači pamětní list. Osvědčení o absolutoriu, které se předává při promoci, je za absolvování šesti kurzů. Konzultační střediska jsou chápána jako výukové místo, kde pracuje tutor, kterého určil zřizovatel. Tutor (koordinátor) má na starost organizaci, přímý kontakt s uchazeči, technické zázemí a propagaci VU3V v regionu. Konzultační střediska vznikají nejčastěji v knihovnách a v prostorách škol⁶¹.

Obrázek 2: Konzultační střediska VU3V České zemědělské univerzity



Zdroj⁶²

⁶¹ PEF ČZU. *10 let Virtuální Univerzity třetího věku*. Praha: PEF ČZU, 2018, s. 11–15. ISBN 978-80-213-2856-3.

⁶² PEF ČZU. *Mapa konzultačních středisek* [online]. Poslední aktualizace 30. 12. 2021. [cit. 2021-12-30]. Dostupné z: <https://www.pef.czu.cz/cs/r-17582-uchazeci/r-7023-u3v-vu3v>

PRAKTICKÁ ČÁST

4 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU SE ZAMĚŘENÍM NA VIRTUÁLNÍ FORMU

4.1 Cíl výzkumného šetření

Cílem bakalářské práce v praktické části je přiblížit univerzity třetího věku se zaměřením na virtuální formu a zmapovat problematiku studií U3V. Autorka analyzuje současný stav nabídky vzdělávání na U3V v České republice. Bakalářská práce se zaměřuje na seniory, na jejich motivaci ke studiu a v neposlední řadě také na faktory, které ovlivňují jejich volnočasové aktivity.

Pro průzkum dané problematiky jsou stanoveny níže uvedené hypotézy, které se označují jako předpokládané odpovědi na výzkumné otázky. Samotné vyhodnocení hypotéz, jejich potvrzení či vyvrácení, je sepsáno v návaznosti na otázky z dotazníkového šetření.

Hypotézy:

H1: Převládající faktory, které jsou důležité pro rozhodování se o studiu na U3V, jsou spíše vzdálenost od bydliště nežli finanční náklady spojené se studiem (otázka z dotazníku č. 5, 11, 14).

H2: Více než 70 % oslovených se rozhodlo pro studium na U3V na základě prohloubení vědomostí (otázka z dotazníku č. 12, 16).

H3: O vzdělávání na U3V v oblasti českých dějin je větší zájem než o vzdělávání v ekonomické oblasti (otázka z dotazníku č. 15, 18).

H4: Mezi největší bariéry/limity v rámci vzdělávání v postproduktivním věku jsou u seniorů paměť a koncentrace na studium než příliš odborné zaměření (otázka z dotazníku č. 20).

4.2 Metodologie výzkumného šetření

Výše uvedené hypotézy jsou ověřovány pomocí dotazníkového šetření. Tato metoda je považována za nejrychlejší, nejvyhledávanější a nejjednodušší metodu, jak získat potřebné údaje a odpovědi. Největší výhodou této formy sběru dat je její nenáročnost na čas a prostory. V porovnání s jinou formou, např. pozorováním nebo rozhovorem, umožňuje dotazník získávat data pouze na jasně dané a předem formulované otázky. Výjimkou jsou otevřené, popř. polootevřené otázky, kde může dotazovaný respondent vyjádřit svůj názor anebo doplnit požadované informace. Jejich výhodou je, že neomezují respondenty a nevnučují předem svůj názor či volbu⁶³.

Dotazník, který oslovuje respondenty U3V, obsahuje celkem dvacet otázek, jeho vypracování seniorům zabere v průměru patnáct minut. Pět otázek je faktografického charakteru, sedm polootevřených a šest uzavřených. Zbylé dvě otázky jsou otevřené.

Dotazník byl vytvořený v aplikaci Survio.cz, která je poskytována zdarma. Tento nástroj umožňuje velmi snadnou tvorbu on-line dotazníků, kdy placená verze nabízí sběr většího množství odpovědí, včetně automatického rozesílání pozvánek k vyplnění dotazníku. Celkem se k dotazníkovému on-line šetření připojilo 672 lidí, z čehož dotazník vyplnilo a dokončilo 426 respondentů. Zbylých 246 respondentů si dotazník pravděpodobně pouze zobrazilo. Úspěšnost vyplnění dotazníků tedy vychází na 63,4 %.

4.3 Časový harmonogram

Plán celého výzkumu včetně časové organizace se skládá z několika na sebe navazujících úkolů a trvá několik týdnů. V průběhu procesu se prolínají rozhovory s posluchači a sběr dat z dotazníkového šetření. Celková doba od začátku, tedy od distribuce dotazníků až po vypracování grafického zobrazení a sepsání závěrů s ověřením validity, jsou necelé dva měsíce. Distribuci dotazníků zajistili samotní koordinátoři/tutoři výuky dle písemné žádosti autorky práce. Bohužel některé fakulty s ohledem na GDPR nemůžou oslovovat účastníky v jiných záležitostech, než ke kterým dali účastníci

⁶³ GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, edice pedagogické literatury, 2000, s. 103. ISBN 80-85931-79-6.

písenné svolení. Z tohoto důvodu byli účastníci také osloveni na facebookových stránkách různých fakult a jiných volnočasových skupinách pro studující seniory. První dotazník byl odeslán 22. 12. 2021, kdy dostupnost dotazníku v on-line prostředí byla nastavena do 2. 1. 2022. Dotazníky byly seniory vyplňovány průběžně.

4.4 Výzkumný soubor a výběrový soubor

Pro zpracování výzkumného šetření je zvolen soubor seniorů studujících na virtuálních univerzitách třetího věku v České republice (Česká zemědělská univerzita v Praze, České vysoké učení technické v Praze, Janáčkova akademie múzických umění, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Masarykova univerzita v Brně, Mendelova univerzita v Brně, Ostravská univerzita v Ostravě, Slezská univerzita v Opavě, Technická univerzita v Liberci, Univerzita Hradec Králové, Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem, Univerzita Karlova, Univerzita Palackého v Olomouci, Univerzita Pardubice, Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Veterinární univerzita Brno, Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava, Vysoká škola ekonomická v Praze, Vysoká škola ekonomická v Jindřichově Hradci, Vysoká škola chemicko-technologická v Praze, Vysoká škola polytechnická Jihlava, Vysoká škola technická a ekonomická v Českých Budějovicích, Vysoké učení technické v Brně, Západočeská univerzita v Plzni), který je popisován jako výběrový soubor. Oproti tomu, všichni studující senioři na U3V včetně virtuálních, spadají do základního souboru týkajícího se vymezené problematiky. Obsahová analýza takto rozsáhlého základního souboru bývá velmi náročná vzhledem k času⁶⁴.

Vstupní data jsou získána kvantitativní formou výzkumu na základě dotazníkového šetření ve spolupráci se studenty U3V z různých fakult v rámci České republiky. Výzkum je prováděn v kombinaci s rozhovory účastníků U3V se zaměřením na motivaci a spokojenost s výběrem témat. Cílovou skupinou jsou posluchači univerzit třetího věku ve starobním důchodu, což je jedna z podmínek pro přijetí na univerzitu třetího věku.

⁶⁴ GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, edice pedagogické literatury, 2000, s. 59. ISBN 80-85931-79-6.

4.5 Vlastní výzkumné šetření

Jak již bylo uvedeno, cílem práce je ověřit motivaci posluchačů ke studiu, rozhodující faktory ovlivňující výběr vzdělávací instituce a celkovou nabídku témat VU3V.

Účastníky výzkumného šetření jsou studenti v postproduktivním věku z celé České republiky, kteří byli osloveni se žádostí o vyplnění dotazníku, a někteří také o poskytnutí rozhovoru ohledně motivace.

Celkem se dotazníkové šetření zúčastnilo 426 osob z deseti různých univerzit, kdy všechny vyplněné dotazníky, kromě jednoho, splňovaly kritéria a mohly být využity pro výzkum. V tomto jednom případě byla autorka kontaktována přímo studentem, který nemohl řádně odpovědět na otázku 3 (Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?). V nabídce je pouze formulována odpověď na středoškolské anebo vysokoškolské vzdělání. Posluchač upřesnil, že je pouze vyučen a maturita mu pro studium na U3V byla prominuta (stačilo pouze vyplnit jeden formulář). Pro účely tohoto výzkumu uvedl, že má středoškolské vzdělání, aby mohl dotazník dokončit.

4.6 Analýza výsledků

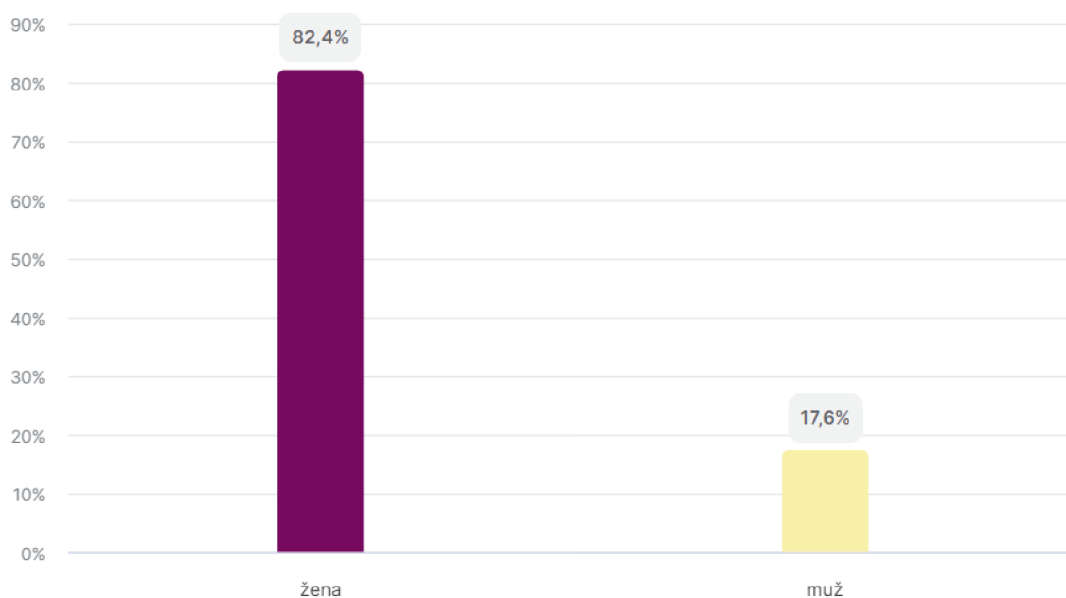
Data z vyplněných dotazníků sloužila jako podklad pro zpracování přehledných grafů a tabulek se dvěma proměnnými. Grafy jsou zpracovány ze všech odpovědí a zobrazují procentuální vyčíslení, zatímco druhá část v tabulkách je zaměřena na odpovědi posluchačů Virtuální univerzity třetího věku při České zemědělské univerzitě (VU3V ČZU) a zobrazuje absolutní hodnoty.

Následující grafy a tabulky jsou výsledkem samotného zpracování autorky a obsah vznikl na základě jejího vlastního šetření. Pro lepší přehlednost je každá otázka na nové straně.

Otázka 1 – Jste muž nebo žena?

Na tuto otázku posluchači odpovídali dle genderové rozložení. Na U3V studuje více žen (82,4 %) než mužů (17,6 %). Celkem odpovědělo 351 žen a 75 mužů. Na VU3V ČZU procentuální zastoupení kopíruje celkové výsledky. V obou případech je ženské pokolení v silné převaze.

Graf 3: Poměr ženy/muži



Zdroj⁶⁵

Tabulka 1: Poměr ženy/muži

Pohlaví	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Muži	42	33	75
Ženy	221	130	351

Zdroj⁶⁶

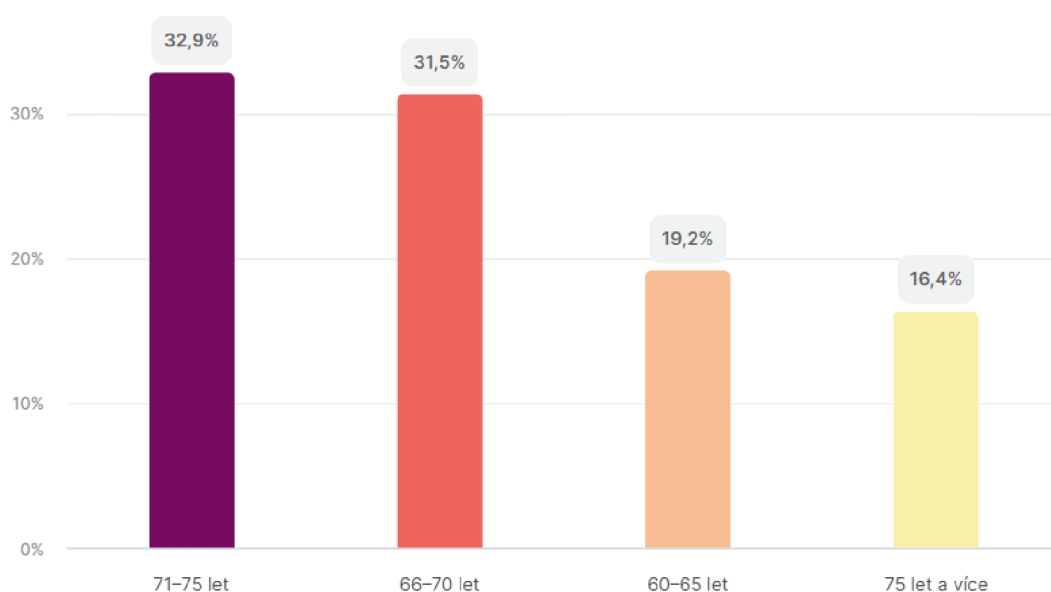
⁶⁵ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁶⁶ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 2 – Jaká je Vaše věková kategorie?

Tato otázka se věnuje dosaženému věku studentů. Nejvíce odpovědělo studentů v kategorii 71–75 let (32,9 %), hned vzápětí studuje na U3V nejvíce osob ve věku 66–70 let (31,5 %). Na třetím místě se jedná o posluchače ve věku 60–65 let (19,2 %) a nejméně je studentů ve věku 75 let a více (16,4 %). Na VU3V ČZU je poměr jiný než v celkových výsledcích, kdy nejméně studentů je ve věku 60–65.

Graf 4: Věková kategorie



Zdroj⁶⁷

Tabulka 2: Věková kategorie

Věk	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
60–65 let	39	43	82
66–70 let	86	48	134
71–75 let	94	46	140
75 a více let	50	20	70

Zdroj⁶⁸

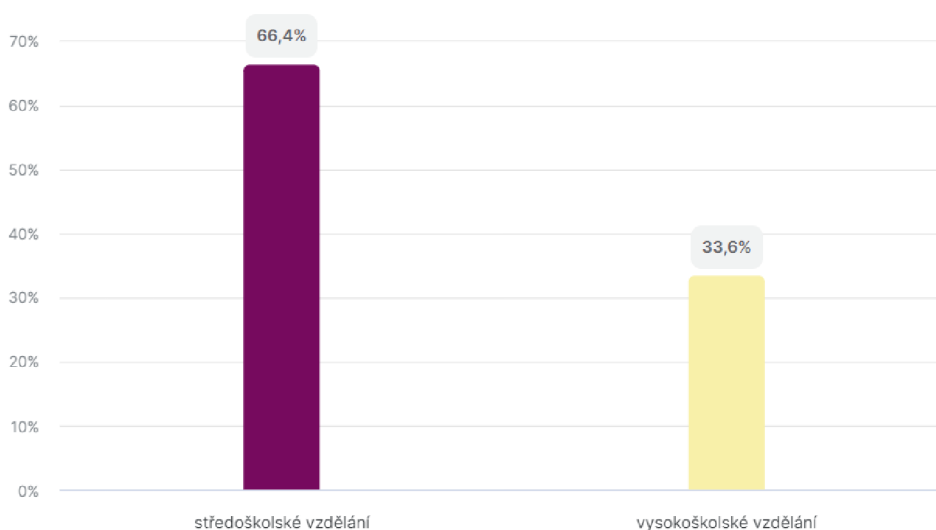
⁶⁷ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁶⁸ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 3 – Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

Nejvíce studuje na U3V posluchačů s ukončeným středoškolským vzděláním (66,4 %). Vysokoškolsky vzdělaných osob je o polovinu méně (33,6 %). Stejné výsledky vychází i u studentů VU3V ČZU, kdy středoškolského vzdělání dosáhlo 178 osob a vysokoškolského 87 osob. V dotazníku jiná varianta nebyla zmíněna, neboť se předpokládá, že studovat budou hlavně lidé středoškolsky vzdělání. I přesto byla autorka konfrontována studentem, který objasnil, že mu bylo umožněno studovat na U3V při dosažení pouhého výučního listu.

Graf 5: Nejvyšší dosažené vzdělání



Zdroj⁶⁹

Tabulka 3: Nejvyšší dosažené vzdělání

Vzdělání	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Středoškolské	178	105	283
Vysokoškolské	87	56	143

Zdroj⁷⁰

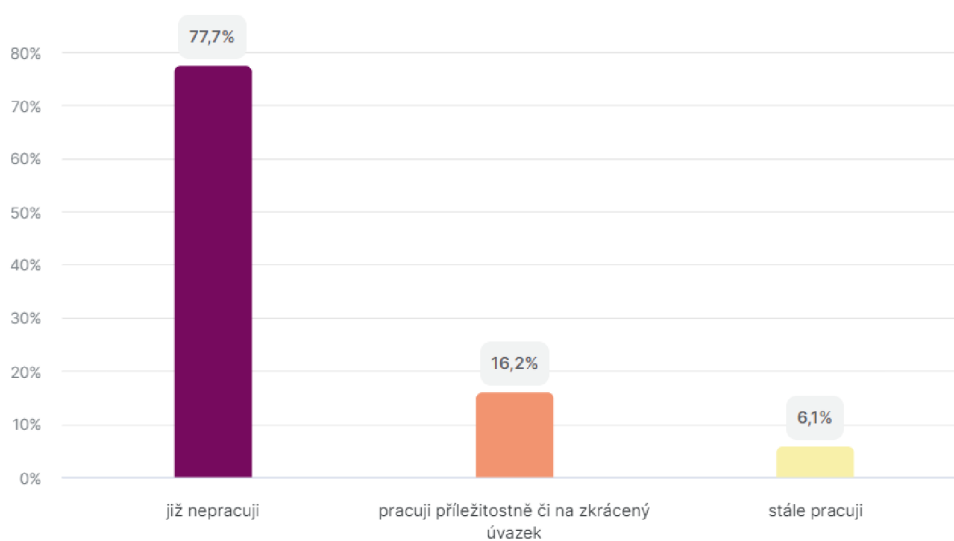
⁶⁹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁷⁰ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 4 – Jaký je Váš pracovní status?

Respondenti na tuto otázku odpovídali dle svého pracovního statusu. Největší zastoupení je u studentů, kteří již nepracují (77,7 %). Z dotazníku vyplývá, že posluchačů pracujících na zkrácený úvazek nebo jen příležitostně je 16,2 %. Plně zaměstnaných studentů je 6,1 %. V číselném zobrazení u studentů na VU3V ČZU je nepracujících 209 osob. Částečně pracuje 44 a stále zaměstnaných je 12 osob.

Graf 6: Pracovní status



Zdroj⁷¹

Tabulka 4: Pracovní status

Pracovní status	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Stále pracuji	12	14	26
Pracuji příležitostně či na zkrácený úvazek	44	25	69
Již nepracuji	209	122	331

Zdroj⁷²

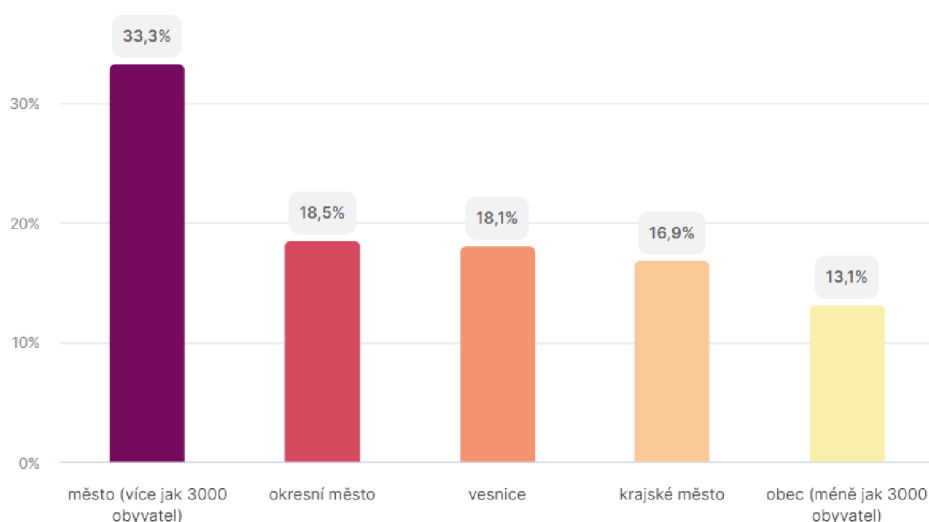
⁷¹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁷² Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 5 – Kde bydlíte?

Otázka pět směřovala ke zjištění, zda posluchači U3V bydlí v okresních nebo krajských městech, nebo naopak v obcích a musí tak za studiem dojíždět. Nejvíce studentů (33,3 %) žije ve městech, která mají více než 3 000 obyvatel. Na dalších příčkách se s celkem vyrovnaným výsledkem umístili posluchači z okresních měst (18,5 %), vesnic (18,1 %), krajských měst (16,9 %) a obcí (13,1 %). Průzkum zde potvrdil, že virtuální univerzity mají velké zastoupení i v menších městech.

Graf 7: Bydliště



Zdroj⁷³

Tabulka 5: Bydliště

Bydliště	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Vesnice	55	22	77
Obec (méně jak 3 000 obyvatel)	44	12	56
Město (více jak 3 000 obyvatel)	109	33	142
Okresní město	59	20	79
Krajské město	3	69	72

Zdroj⁷⁴

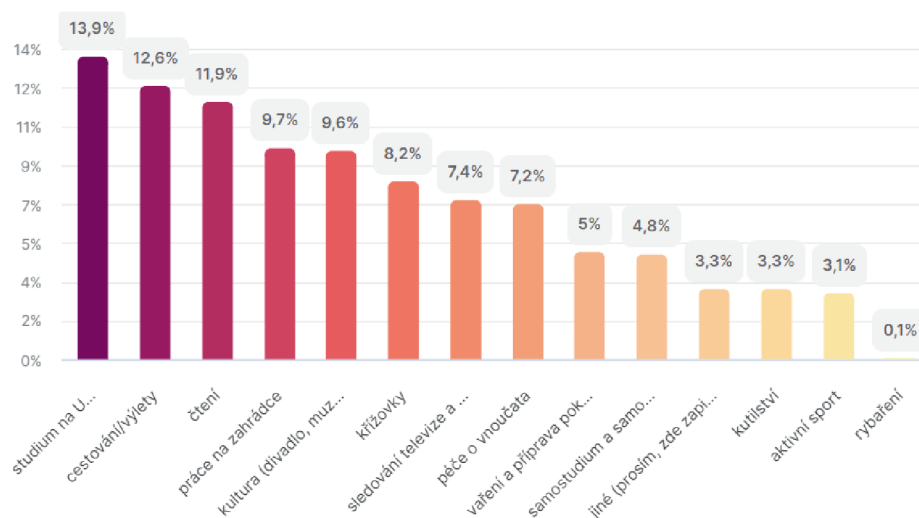
⁷³ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁷⁴ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 6 – Jaké činnosti/aktivity Vás baví?

Respondenti měli na výběr z několika možností, jakým aktivitám a činnostem se věnují ve svém volném čase. Největší výskyt se prokázal u studia na U3V (13,9 %) jako u samostatné činnosti, dále u cestování (12,6 %) a čtení (11,9 %). Graf ukazuje celkové procentuální vyčíslení všech zmíněných aktivit u všech studentů. V tabulce jsou zobrazeny činnosti, kdy studenti mohli zaškrtnout více odpovědí. Mezi jinými aktivitami, které vypsali posluchači VU3V ČZU v otevřených odpovědích, byly zmíněny: myslivost, chov zvířat, fyzická práce v lese, fotografování, zpěv (folklorní soubor Krkonošský Horal Vrchlabí), malování, ruční práce (paličkování, pletení, šití), hra na hudební nástroj, kynologie a šachy, včetně trénování mládeže. Posluchači z ostatních univerzit zmínili mimo jiné geocaching, sudoku, vyhledávání předků a přípravu erbů, modelování lodí a letadel a Spider Solitaire.

Graf 8: Činnosti/aktivity



Zdroj⁷⁵

⁷⁵ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 6: Činnosti/aktivity

Aktivity/činnosti	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Péče o vnoučata	100	72	172
Křížovky	137	60	197
Cestování/výlety	177	125	302
Práce na zahrádce	142	91	233
Kutilství	48	30	78
Studium na univerzitě třetího věku	197	137	334
Samostudium a samovzdělávání (odborná literatura, cizí jazyk apod.)	71	46	117
Vaření a příprava pokrmů	74	45	119
Rybaření	1	2	3
Kultura (divadlo, muzea, výstavy apod.)	148	82	230
Čtení	173	112	285
Aktivní sport	40	34	74
Sledování televize a poslech rozhlasu	109	68	177
Jiné	58	23	81

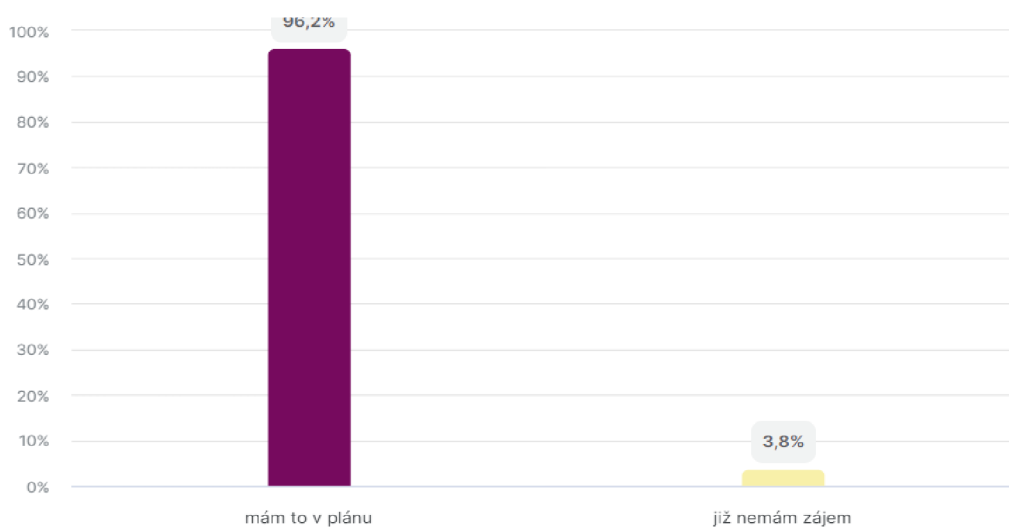
Zdroj⁷⁶

⁷⁶ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 7 – Chcete ve studiu na U3V pokračovat?

Respondenti jednoznačně projevili zájem o další studium na univerzitě (96,2 %). Pouhých 3,8 % studentů zaškrtno, že již nemají zájem pokračovat ve studiu. U studentů VU3V ČZU se jedná o 253 osob, které chtějí pokračovat ve studiu. Rozhodnutí o ukončení studia při virtuálním studiu na České zemědělské univerzitě v dotazníku vyjádřilo pouhých 12 studentů.

Graf 9: Pokračování ve studiu



Zdroj⁷⁷

Tabulka 7: Pokračování ve studiu

Pokračování ve studiu	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Již nemám zájem	12	4	16
Mám to v plánu	253	157	410

Zdroj⁷⁸

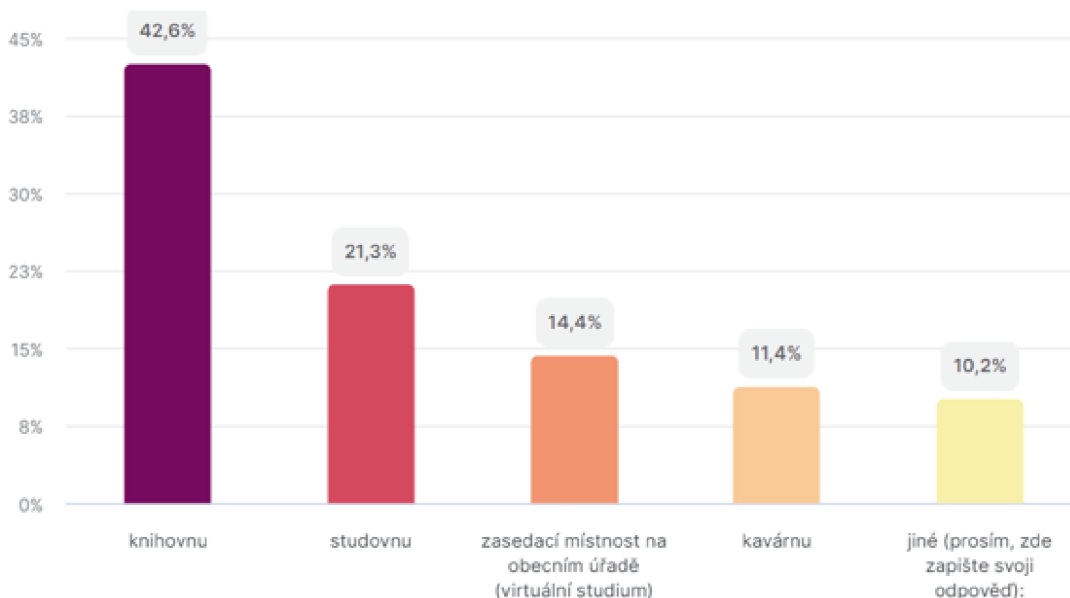
⁷⁷ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁷⁸ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 8 – Jaké prostory máte možnost využít na univerzitě třetího věku?

Další otázka vypovídá o prostorech, jaké můžou studenti využít při studiu na U3V. Nejvíce odpovědí získala knihovna (42,6 %), dále studovna (21,3 %) a na třetím místě se umístila zasedací místnost na obecním úřadě (14,4 %). Studenti mohli zaškrtnout více možností a vyjádřit se i v otevřené odpovědi. Studenti VU3V ČZU zmínili možnost využít při studiu sál kulturního střediska a školní učebnu. Ostatní studenti zmínili jídelnu a počítačové učebny. Několikrát se posluchači z obou skupin vyjádřili k tomu, že za poslední dva roky musí studovat ze vzdáleného přístupu kvůli pandemickým opatřením a do prostor sloužících U3V vůbec nedochází.

Graf 10: Možnost využití prostor



Zdroj⁷⁹

⁷⁹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 8: Možnost využití prostor

Prostory	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Studovna	45	76	121
Knihovna	141	101	242
Kavárna	19	45	64
Zasedací místnost na obecním úřadě	76	6	82
Jiné	37	19	56

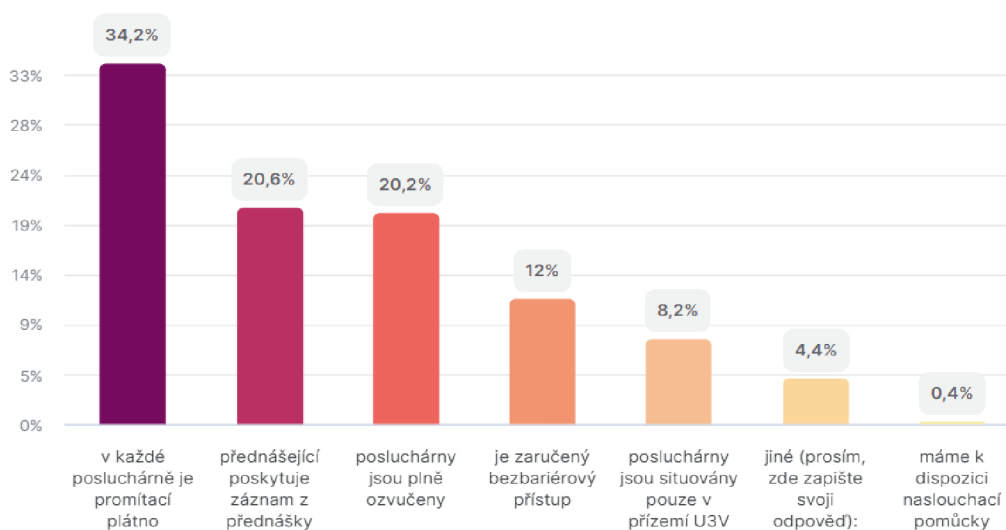
Zdroj⁸⁰

⁸⁰ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 9 – Vyhovuje Vám materiální zázemí na univerzitě třetího věku?

Materiální zázemí, které mohou posluchači využít, úzce souvisí s jejich věkem a potřebami, které jsou specifické pro seniory. V nabídce mohli opět zaškrtnout více odpovědí. Nejvíce procent získalo promítací plátno (34,2 %), záznamy z přednášek (20,6 %) a ozvučení poslucháren (20,2 %). Studenti z VU3V ČZU i z ostatních univerzit vyzdvihli v otevřených odpovědích možnost kdykoliv si v domácím prostředí pustit přednášku ze záznamu a dostat se přes univerzitní portál k doprovodným studijním materiálům, pokud se nemohli přednášky zúčastnit např. ze zdravotních důvodů. Potřebné materiály a skripta většinou získají studenti v předstihu několik dní před následující přednáškou od jejich tutora. Tím získávají možnost připravit si otázky a seznámit se s materiály. Většina studentů přebírá vytištěné podklady přímo na přednášce.

Graf 11: Materiální zázemí



Zdroj⁸¹

⁸¹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 9: Materiální zázemí

Materiální zázemí	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Posluchárny jsou plně ozvučeny	104	78	182
V každé posluchárně je promítací plátno	179	130	309
Posluchárny jsou situovány pouze v přízemí U3V	43	31	74
Je zaručený bezbariérový přístup	73	35	108
Máme k dispozici naslouchací pomůcky	1	3	4
Přednášející poskytuje záznam z přednášky	122	64	186
Jiné	31	8	39

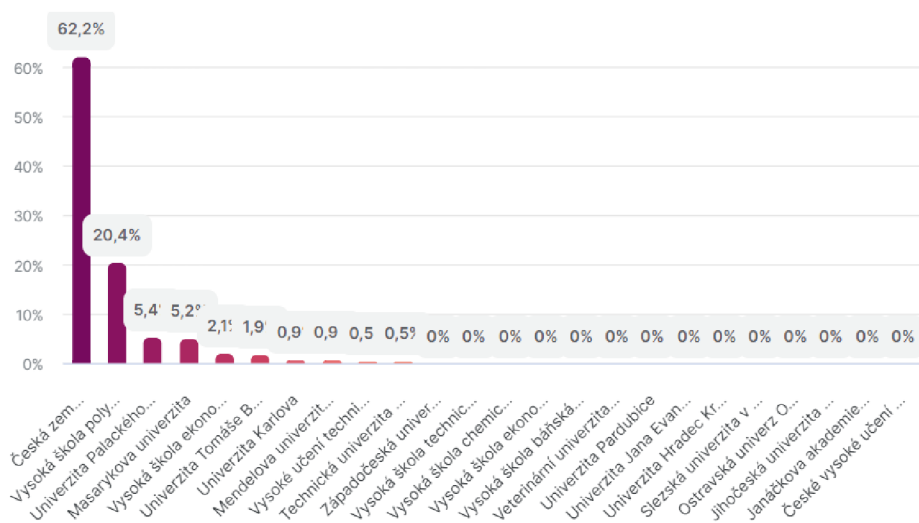
Zdroj⁸²

⁸² Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 10 – Na jaké univerzitě třetího věku studujete?

V dotazníkovém šetření bylo osloveno všech 24 univerzit v České republice. Celkem se jedná o 42 rozdílných fakult. Bohužel se šetření zúčastnilo jen 10 různých univerzit, a to z důvodu GDPR (obecné nařízení na ochranu osobních údajů), kdy univerzity nesmí oslovovat účastníky v jiných záležitostech, než ke kterým dali účastníci písemné svolení. Dotazníky byly následně autorkou rozeslány přímo na e-mailové adresy vzdělávacích institucí nalezených na internetu, a umístěné na facebookové stránky univerzit. U této otázky převažují studenti z České zemědělské univerzity (265 osob), která sídlí v Praze, s celkovými 62,2 %. Na druhé příčce v návštěvnosti se umístili studenti z Vysoké školy polytechnické v Jihlavě (86 osob). Třetí místo s počtem 23 osob se dělí mezi Univerzitu Palackého v Olomouci a Masarykovu univerzitu v Brně.

Graf 12: Univerzita



Zdroj:⁸³

⁸³ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 10: Univerzita

Univerzita	Celkem
Česká zemědělská univerzita v Praze	265
České vysoké učení technické v Praze	0
Janáčkova akademie múzických umění	0
Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích	0
Masarykova univerzita v Brně	23
Mendelova univerzita v Brně	4
Ostravská univerzita v Ostravě	0
Slezská univerzita v Opavě	0
Technická univerzita v Liberci	2
Univerzita Hradec Králové	0
Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem	0
Univerzita Karlova	4
Univerzita Palackého v Olomouci	23
Univerzita Pardubice	0
Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně	8
Veterinární univerzita Brno	0
Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava	0
Vysoká škola ekonomická v Praze	9
Vysoká škola ekonomická v Jindřichově Hradci	0
Vysoká škola chemicko-technologická v Praze	0
Vysoká škola polytechnická Jihlava	86
Vysoká škola technická a ekonomická v Českých Budějovicích	0
Vysoké učení technické v Brně	2
Západočeská univerzita v Plzni	0

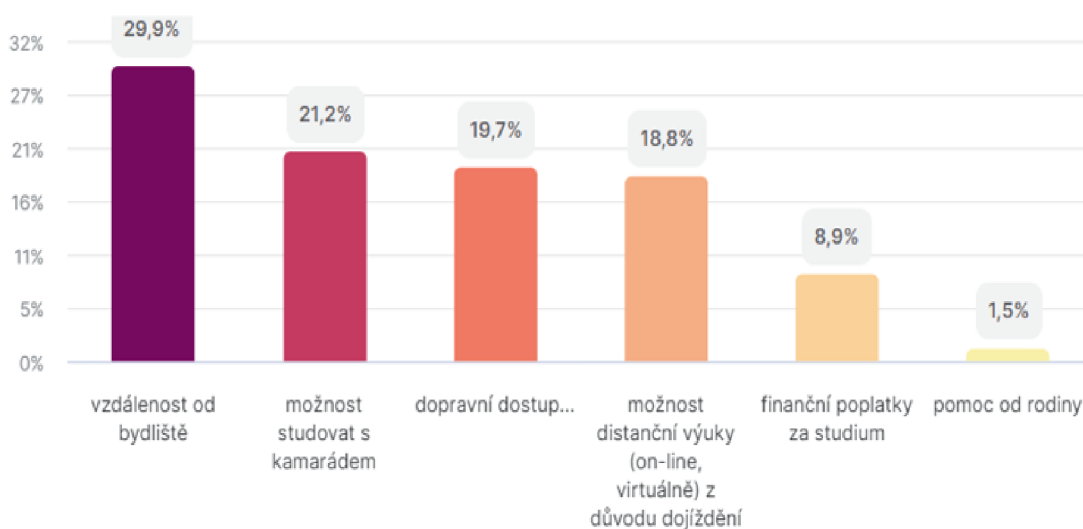
Zdroj⁸⁴

⁸⁴ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 11 – Které faktory jsou pro Vás důležité pro rozhodování se o studiu na U3V?

Tato otázka se opírá o několik možných faktorů, které ovlivňují respondenty při rozhodování se o studiu na U3V. Posluchači měli možnost zaškrtnout více odpovědí ze šesti různých možností. Největší počet odpovědí (29,9 %) získal faktor, který vyjadřuje vzdálenost univerzity od bydliště. Druhým nejvýznamnějším faktorem je možnost studovat a navštěvovat univerzitu třetího věku se svým kamarádem (21,2 %). O třetí (19,7 %) a čtvrtou příčku, kde byl pokles pouze o 0,9 procentuální bodu (18,8 %), bojoval faktor vyjadřující dopravní dostupnost a možnost distanční výuky. Oproti tomu, s pouhým 1,5 %, byl zmíněn faktor pomoc od rodiny. Za tímto faktorem se skrývá pomoc s dopravou na univerzitu, zabezpečení domácnosti v době výuky, pomoc u nemocného partnera, ale také vysvětlení tématu či pomoc s technologií.

Graf 13: Faktory



Zdroj⁸⁵

⁸⁵ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 11: Faktory

Faktory	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Vzdálenost od bydliště	71	56	127
Dopravní dostupnost/spojení	33	51	84
Finanční poplatky za studium	23	15	38
Možnost distanční výuky	71	9	80
Pomoc od rodiny	5	2	7
Možnost studovat s kamarádem	59	31	90

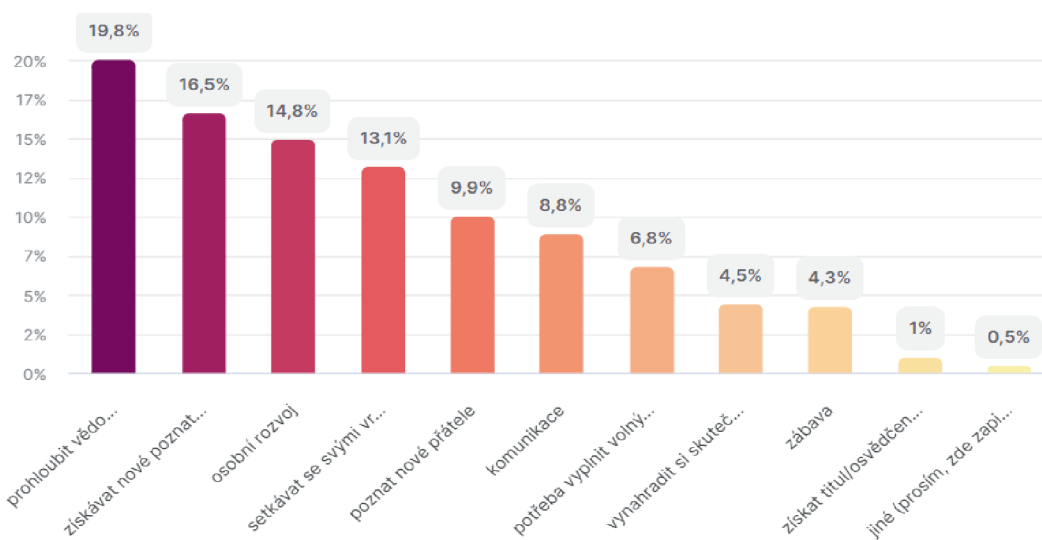
Zdroj⁸⁶

⁸⁶ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 12 – Proč jste se rozhodl/a studovat na U3V?

Prohloubení dosavadních vědomostí bylo respondenty označeno v 19,8 % jako hlavní důvod, proč se rozhodli studovat na U3V. Druhým důvodem bylo získávat nové poznatky, zkušenosti a zážitky (16,5 %). Kvůli osobnímu rozvoji se rozhodlo studovat na univerzitě třetího věku celkem 14,8 % posluchačů. Setkávání se s kamarády a poznání nových přátel obsadilo čtvrtou (13,1 %) a pátou příčku (9,9 %) z vyhodnocených odpovědí, přičemž mohli posluchači zaškrtnout nejen jednu možnost. Studenti z VU3V ČZU v otevřené odpovědi zmínili také fakt, že je důležité cvičit a zaměstnávat mozek proti Alzheimerově demenci. Další účastníci popsali potřebu rehabilitovat mozek po mozkové příhodě a dokázat si, že na studium ještě mají hlavu. Zde je ocitovaný výrok studentky: „rozhodla jsem se, že to musím v našem městě prosadit pro ostatní“.

Graf 14: Důvody



Zdroj⁸⁷

⁸⁷ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 12: Důvody

Důvody	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Setkávat se svými vrstevníky	152	74	226
Získat titul/osvědčení o studiu	16	2	18
Prohloubit vědomosti	207	136	343
Potřeba vyplnit volný čas	73	44	117
Komunikace	97	56	153
Osobní rozvoj	148	108	256
Získávat nové poznatky, zkušenosti a zážitky	169	116	285
Vynahradiť si skutečnost, že jsem nemohl/a studovat v mládí	55	22	77
Zábava	45	29	74
Poznat nové přátele	102	70	172
Jiné	7	2	9

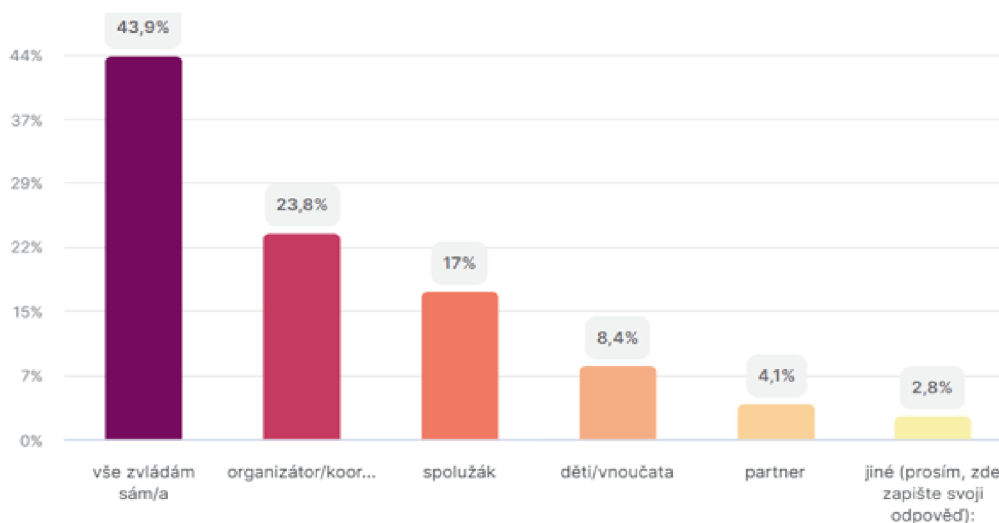
Zdroj⁸⁸

⁸⁸ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 13 – Na koho se obrátíte, pokud potřebujete poradit s výukou?

Tato otázka vypovídá o samostatnosti studentů při studiu, neboť 43,9 % posluchačů napsalo, že vše zvládají sami. Necelých 24 % studentů se v případě potřeby obrátí na koordinátora výuky, tzn. tutora. Na spolužáka se obrací s prosbou o radu ohledně výuky 17 %. V otevřené odpovědi posluchači z VU3V ČZU zmínili nejčastěji jako jednu z možností, kde vyhledávají informace: internet, literaturu nebo se obrátí na sourozence.

Graf 15: Kdo pomůže



Zdroj⁸⁹

Tabulka 13: Kdo pomůže

Kdo pomůže	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Spolužák	45	54	99
Partner	14	10	24
Děti/vnoučata	17	32	49
Organizátor/koordinátor výuky	80	58	138
Vše zvládám sám/sama	169	86	255
Jiné	14	2	16

Zdroj⁹⁰

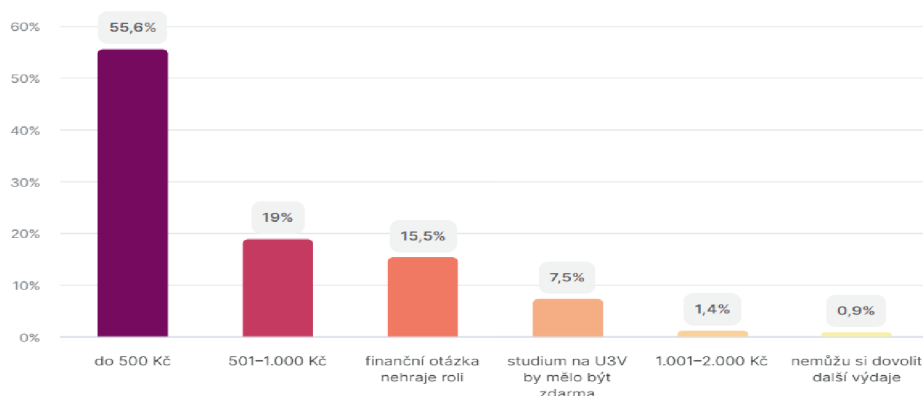
⁸⁹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁹⁰ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 14 – Jakou finanční částku jste ochotni platit za studium (za semestr/pololetí)?

Nadpoloviční většina respondentů (55,6 %) vyjádřila svůj názor, že jsou ochotni zaplatit za semestr částku do 500 Kč. Částku v rozmezí 501–1 000 Kč označilo 19 % posluchačů a třetí nejčastěji vyznačená odpověď koresponduje s 15,5 % posluchači, kteří zmínili, že finanční otázka nehraje při rozhodování žádnou roli.

Graf 16: Finanční částka



Zdroj⁹¹

Tabulka 14: Finanční částka

Finanční částka	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Studium na U3V by mělo být zdarma	23	7	30
Nemůžu si dovolit další výdaje	4	9	13
Do 500 Kč	188	47	235
501–1 000 Kč	13	67	80
1 001–2 000 Kč	3	2	5
Finanční otázka nehraje roli	31	32	63

Zdroj⁹²

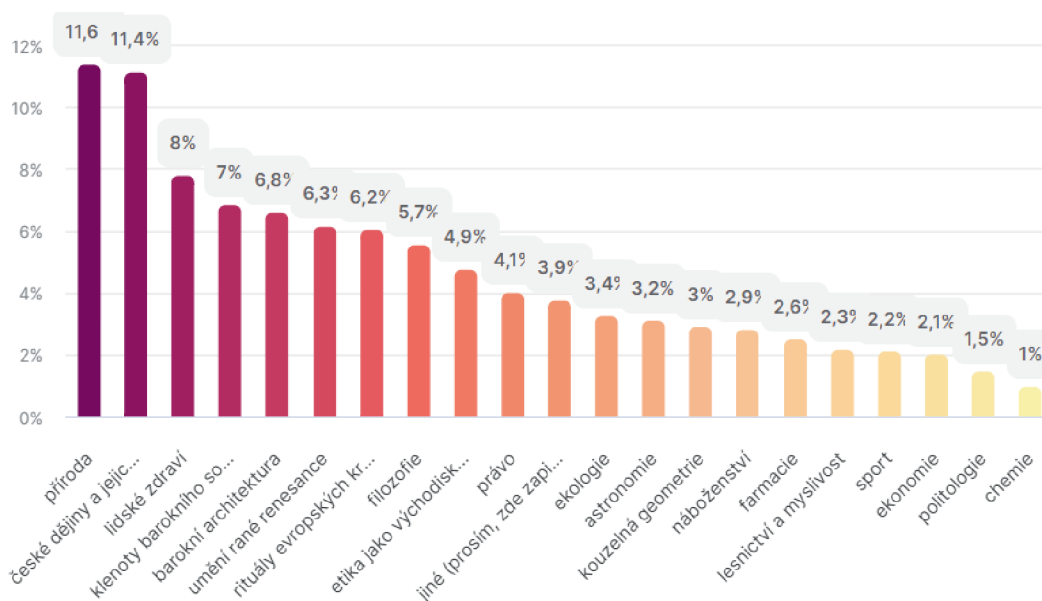
⁹¹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁹² Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 15 – O jaké oblasti vzdělávání na U3V byste měli zájem?

Největší zájem projeví posluchači o přírodu (11,6 %), hned poté se s rozdílem 0,2 procentuálního bodu umístily české dějiny a jejich souvislosti (11,4 %). Třetí nejčastější odpověď napovídá o zvyšující se úrovni a zájmu o vlastní zdraví, kdy toto téma získalo od posluchačů 8 %. Posluchači VU3V ČZU v otevřené odpovědi zmínili zájem o téma věnující se moderní architektuře po válce, hudební nástroje, historii odívání, kulturní památky, způsob života v jiných zemích, psychologii, rybářství a rybníkářství, genealogii a dějiny světového divadla. Často bylo posluchači zmíněno, že pro ně výběr tématu není důležitý, že budou studovat cokoli. Na druhou stranu několik studentů zmínilo, že by uvítalo větší výběr nových témat, neboť se studiu věnují již delší dobu a témata již absolvovali. Studenti z ostatních univerzit mají zájem o počítačovou gramotnost, psychologii, cizí jazyky a práci s chytrým telefonem.

Graf 17: Oblasti vzdělávání



Zdroj⁹³

⁹³ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 15: Oblasti vzdělávání

Oblasti	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Filozofie	74	45	119
Příroda	163	80	243
Náboženství	43	17	60
Astronomie	44	23	67
Ekologie	48	22	70
Farmacie	35	19	54
Ekonomie	27	17	44
Politologie	22	10	32
Právo	52	34	86
Sport	31	15	46
Chemie	18	3	21
Kouzelná geometrie	55	8	63
Lesnictví a myslivost	38	9	47
Umění rané renesance	93	38	131
Barokní architektura	97	44	141
České dějiny a jejich souvislosti	140	98	238
Klenoty barokního sochařství v českých zemích	102	44	146
Etika jako východisko z krize společnosti	74	28	102
Rituály evropských královských rodů	90	39	129
Lidské zdraví	88	79	167
Jiné	45	35	80

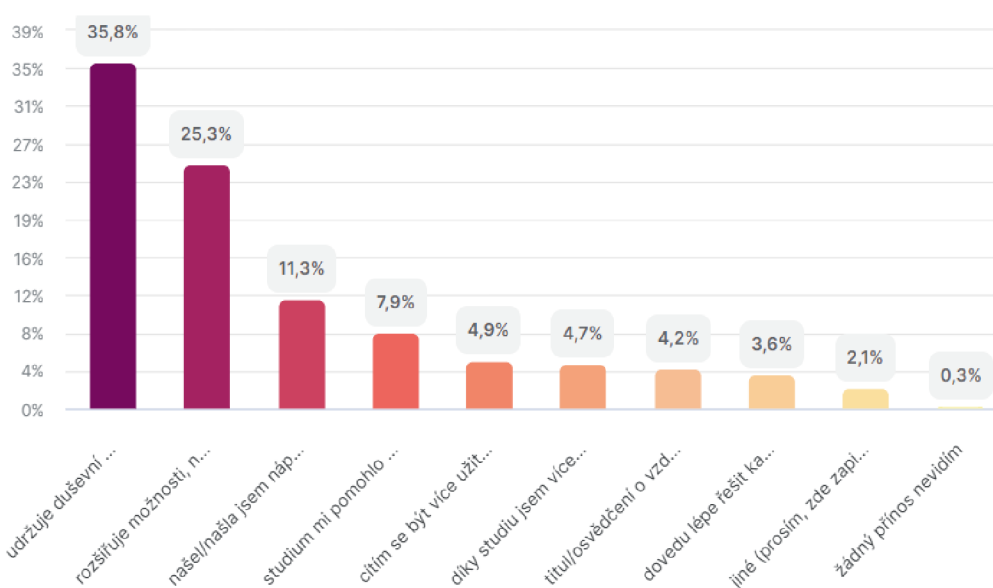
Zdroj⁹⁴

⁹⁴ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 16 – Jaký podle Vás spočívá přínos ve vzdělávání na U3V?

Tato otázka se věnuje přínosu ze vzdělávání na U3V. Nejvíce odpovědí získala v procentuálním vyjádření (35,8 %) odpověď, že největší přínos je, že vzdělávání přináší a udržuje duševní svěžest, čilost a elán. Druhá odpověď s 25,3 % vypovídá o rozšiřování možností, zvýšení intelektu a sebevědomí a o celkovém rozvoji osobnosti. Třetí nejčastěji zaškrtnutá odpověď (11,3 %) respondentů naznačuje, že našli náplň života ve třetím věku. Studenti VU3V ČZU mimo jiné v otevřených odpovědích zmínili procvičování paměti, boj proti skleróze, setkávání se s přáteli a že zůstávají aktivní. Ostatní studenti z jiných univerzit zmínili, že vnímají vzdělávání na U3V jako pravidelnou společenskou událost, na kterou se velmi těší. Také se jedná o odreagování od jejich profese a vzdělávání jim umožňuje domluvit se na cestách po světě.

Graf 18: Přínos



Zdroj⁹⁵

⁹⁵ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 16: Přínos

Přínos	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Udržuje duševní svěžest, čilost a elán	240	151	391
Cítím se být více užitečný/prospěšný	29	25	54
Díky studiu jsem více soběstačný	21	30	51
Dovedu lépe řešit každodenní problémy	14	25	39
Našel/našla jsem náplň života ve třetím věku	75	49	124
Studium mi pomohlo v počítačové gramotnosti	49	37	86
Rozšiřuje možnosti, zvyšuje intelekt a sebevědomí a celkový rozvoj osobnosti	171	105	276
Titul/osvědčení o vzdělání mi dodává pocit sebeuspokojení a sebedůvěry	35	11	46
Žádný přínos nevidím	3	0	3
Jiné	15	8	23

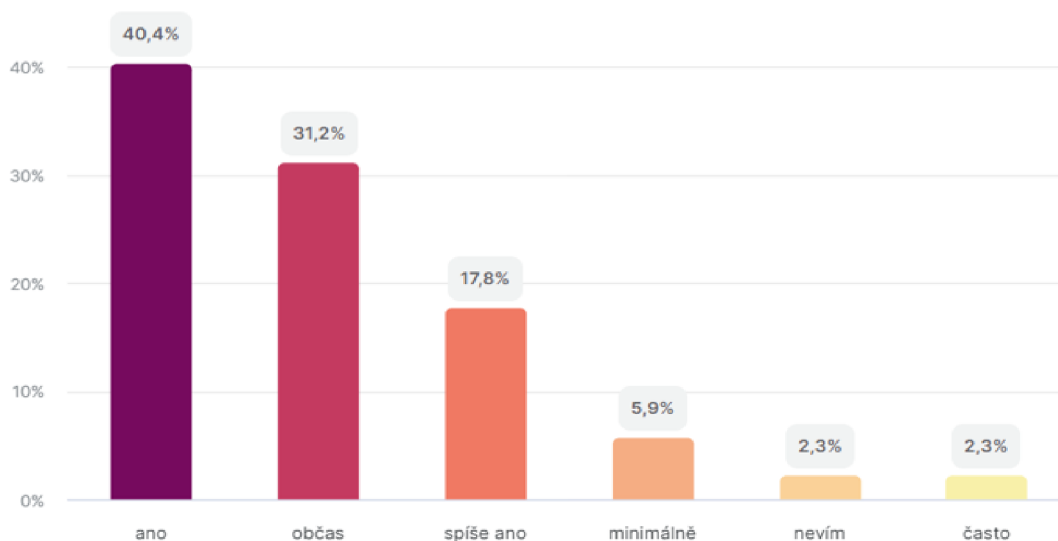
Zdroj⁹⁶

⁹⁶ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 17 – Domníváte se, že využijte pro svoji osobní potřebu získané vědomosti z U3V?

Z uvedeného grafu je zřejmé, co si senioři myslí o využití získaných vědomostí pro vlastní potřebu. 172 studentů (40,4 %) vyznačilo, že vědomosti využijí. Odpověď pro občasně využití vědomostí označilo 133 osob (31,2 %). Pouhých 25 posluchačů (5,9 %) odpovědělo, že vědomosti využijí pro svoji potřebu v běžném životě minimálně.

Graf 19: Využití vědomostí



Zdroj⁹⁷

Tabulka 17: Využití vědomostí

Využití vědomostí	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Ano	83	89	172
Spíše ano	44	32	76
Občas	99	34	133
Často	8	2	10
Minimálně	24	1	25
Nevím	7	3	10

Zdroj⁹⁸

⁹⁷ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

⁹⁸ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 18 – Jaký byl pro Vás dosud nejzajímavější kurz z pohledu studenta?

Na tuto otázku odpovídali studenti v otevřených odpovědích. Z tohoto důvodu jsou výsledky vypsané a seřazené dle uvedených názvů, neboť většina posluchačů nevypisovala přesný název kurzu. Mnoho studentů se zmínilo, že měli několik oblíbených kurzů, proto celkové resumé neodpovídá přesnému počtu respondentů. Celkem je zaznamenáno 389 odpovědí s názvem kurzu. Taktéž někteří studenti zmínili, že byl pro ně každý kurz zajímavým, nebo že se teprve zúčastnili prvního semestru a nemůžou tedy porovnávat.

Tabulka 18: Nejzajímavější kurz

Nejzajímavější kurz	Celkem
Genealogie	48
Rituály evropských královských rodů	45
Klenoty barokního sochařství v českých zemích	30
České dějiny a jejich souvislosti / Česká kultura	28
Etika jako východisko z krize společnosti	18
Historie/dějiny	17
Kouzelná geometrie	16
Lidské zdraví / tělo / kurz první pomoci	16
Psychologie	13
Dějiny oděvní kultury	12
Včelařství	10
Jazyky	9
Dějiny umění	8
Práce na PC	8
Trénink mozku	7
Historie křesťanství v Evropě	7
Lesnictví	7
Fotografie	6
Myslivost	6
Italská renesance	5
Pohyb, arteterapie, sport	5
Cestovní ruch	4
Mistři evropského barokního malířství	4
Život s energií	4
Etudy ze středověkého a raně novověkého života	4
Právo	4
Psychosociální studia	4

Dějiny umění	3
Kulturní dědictví	3
Houby	3
Cestování	3
Astronomie	2
Grafika	2
Hrady a zámky	2
Ikonografie a hagiografie	2
Antická kultura	2
Společenská a sociální věda	2
Renesance	2
Historie architektury	1
Finance/ekonomie	1
Hudební nástroje	1
Arteterapie	1
Cestovatelská gastronomie	1
Dějiny hudby	1
Čínská medicína v naší zahrádce	1
Čtení kurentu	1
Da Vinci	1
Středověké zbraně	1
Symbolika libereckého regionu	1
Asijská kultura	1
Toxikologie	1
My lidé a příroda	1
Lázeňství	1

Zdroj⁹⁹

⁹⁹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 19 – Jaký byl pro Vás nejsložitější kurz z pohledu studenta?

Tyto otevřené odpovědi vypovídají o nejsložitějším kurzu z pohledu studentů. Opět jsou odpovědi vypsány a seřazeny od největšího počtu zmíněných odpovědí tak, jak je studenti popsali, neboť nepoužívají přesné označení kurzů. Celkem je 399 odpovědí od posluchačů, zbylí posluchači navštěvují první kurz a nemohou posoudit. Respondenti také vyjadřují názor, že se v některých případech jedná o dost nudný kurz (Astronomie a Život s energií), popř. vzhledem k věku jsou náročné všechny kurzy (2 odpovědi). Největší problémy dělají studentům konkrétní letopočty a umístění uměleckých děl. Tato data jsou požadována v závěrečných testech.

Tabulka 19: Nejsložitější kurz

Nejsložitější kurz	Celkem
Žádný	65
Lidské zdraví / tělo / kurz první pomoci	48
Renesance	30
Kouzelná geometrie	25
Barokní architektura	21
Genealogie	20
Nevím	18
Etika jako východisko z krize společnosti	17
Jazyky	17
Astronomie	13
Práce na PC	11
České dějiny a jejich souvislosti / Česká kultura	10
Finance/ekonomie	10
Historie/dějiny	8
Psychologie	7
Dějiny oděvní kultury	7
Architektura	7
Život s energií	5
Právo	5
Kulturní dědictví	5
Lesnictví	3
Italská renesance	4
Cestování	4
Hudební nástroje	4
Houby	3
Grafika	3

Čínská medicína v naší zahrádce	3
Rituály evropských královských rodů	2
Klenoty barokního sochařství v českých zemích	2
Dějiny umění	2
Myslivosť	2
Ikonografie a hagiografie	2
Antická kultura	2
Leonardo Da Vinci	2
Evropská unie	2
Filozofie	2
Včelařství	1
Trénink mozku	1
Fotografie	1
Mistři evropského barokního malířství	1
My lidé a příroda	1
Sluneční hodiny	1
Elektrárny	1
Hrnčířství	1

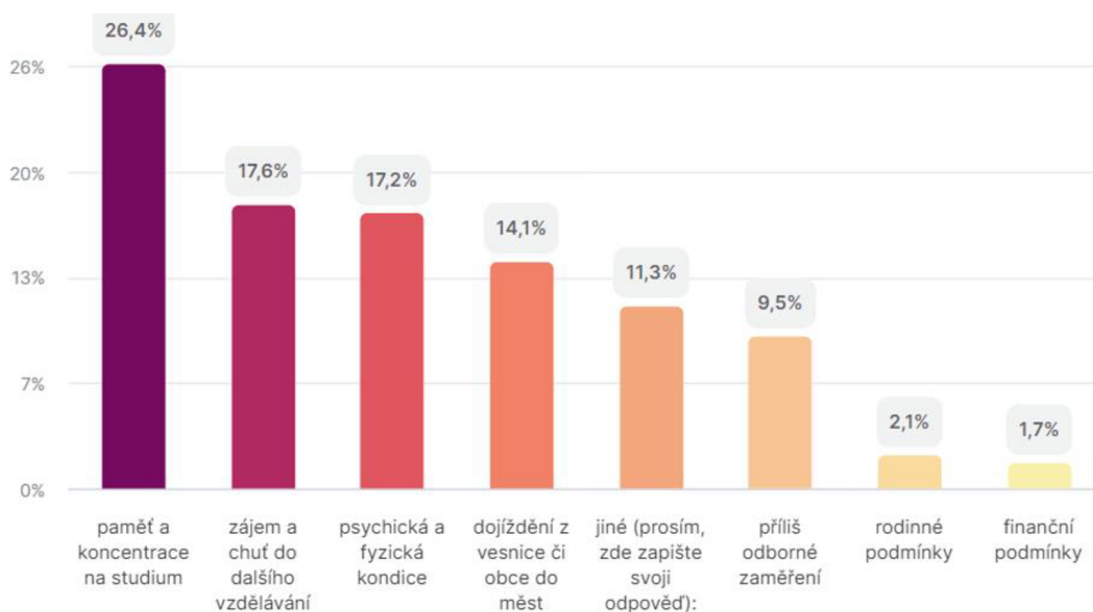
Zdroj¹⁰⁰

¹⁰⁰ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Otázka 20 – Co vnímáte jako největší bariéry/limity v rámci vzdělávání v postproduktivním věku?

Závěrečná otázka se věnuje bariérám, které posluchači vnímají při studiu v postproduktivním věku. Nejčastěji zmíněným limitem je paměť a samotná koncentrace na studium (26,4 %). Zájem a chuť do dalšího vzdělávání označilo 17,6 % posluchačů. Dojíždění z vesnice či obce do univerzitních měst není zastoupeno vysokými počty odpovědí (14,1 %), neboť většina virtuálních univerzit má svoje konzultační střediska již i v malých městech či vesnicích. V otevřených otázkách se posluchači z VU3V ČZU zmínili o tom, že velmi záleží v kolika letech začne člověk navštěvovat U3V. Další několikrát zmíněnou bariérou je zdravotní stav studentů, jedná se o invaliditu a špatný přístup do budov nebo sluchové a zrakové postižení.

Graf 20: Bariéry/limity



Zdroj¹⁰¹

¹⁰¹ Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

Tabulka 20: Bariéry/limity

Bariéry/limity	Virtuální univerzita třetího věku ČZU	Univerzita třetího věku	Celkem
Zájem a chuť do dalšího vzdělávání	75	41	116
Paměť a koncentrace na studium	111	61	172
Psychická a fyzická kondice	64	48	112
Dojíždění z vesnice či obce do měst	53	39	92
Rodinné podmínky	8	6	14
Finanční podmínky	6	5	11
Příliš odborné zaměření	46	16	62
Jiné	45	28	73

Zdroj¹⁰²

4.7 Diskuze

H1: Převládající faktory, které jsou důležité pro rozhodování se o studiu na U3V, jsou spíše vzdálenost od bydliště nežli finanční náklady spojené se studiem.

První hypotéza je zaměřena na faktory, které ovlivňují budoucí studenty při rozhodování se o studiu. Z uvedeného průzkumu je patrné, že vzdálenost bydliště od U3V ovlivňuje studenty více než finanční poplatky za studium. Vzdálenost od bydliště nezískala nadpoloviční většinu hlasů v dotazníku, ale i přesto má největší zastoupení (29,9 %). Tato hypotéza je potvrzena i další otázkou. Respondenti se vyjádřili v otázce č. 14, že si nemůžou dovolit další výdaje (0,9 %), což také napovídá o rozhodování se o studium na U3V, a pouze potvrzuje hypotézu 1.

H2: Více než 70 % oslovených se rozhodlo pro studium na U3V na základě prohloubení vědomostí.

Druhá hypotéza vypovídá o důvodech, proč se posluchači rozhodli studovat na U3V. Prohloubení vědomostí označilo celkem 343 posluchačů, což v přepočtu na procentuální vyjádření vychází 80,5 %. I tato hypotéza je potvrzena.

¹⁰² Autorka práce, 2022 (vlastní šetření).

H3: O vzdělávání na U3V v oblasti českých dějin je větší zájem než o vzdělávání v ekonomické oblasti.

Na třetí hypotézu byla zaměřena otázka ohledně zájmu o druh kurzu při vzdělávání. Z hodnocení vyplývá, že o české dějiny má zájem celkem 238 posluchačů, naproti tomu o finance a ekonomickou oblast pouhých 44 respondentů. Hypotéza je tímto potvrzena. Z pohledu posluchačů patří české dějiny mezi první čtveřici nejzajímavějších kurzů, hned po genealogii, rituálech evropských královských rodů a klenotech barokního sochařství, čímž se zabývala otázka č. 18.

H4: Mezi největší bariéry/limity v rámci vzdělávání v postproduktivním věku jsou u seniorů paměť a koncentrace na studium než příliš odborné zaměření.

Čtvrtá hypotéza se opírá o bariéry či limity, které vnímají posluchači při studiu v seniorském věku. Z odpovědí vyplývá, že se posluchači více obávají paměti a koncentrace na studium, než že vnímají příliš odborné zaměření jako největší bariéru. Odpověď na paměť byla označena celkem 172 osobami, v porovnání s tím byla odpověď na příliš odborné zaměření označena 62 posluchači. Poslední hypotéza je potvrzena.

4.8 Formulace doporučení

Praktická část bakalářská práce Vzdělávání seniorů na univerzitách třetího věku je zpracována na základě dotazníkového šetření. Výsledky ukazují, že uchazečům vyhovuje forma vzdělávání. Díky otevřeným otázkám a v rámci provedených rozhovorů vyplývá, že posluchače trápí několik zásadních a problematických míst.

V první řadě bylo studenty zmíněno, že některé vzdělávací kurzy postrádají tempo a spád a označili je za nudné. V tomto případě by bylo vhodné konzultovat sestavení přednášek včetně zpracování videopřednášek s odborníky tak, aby posluchače zaujaly, neboť v případě virtuální univerzity jsou posluchači odkázáni pouze na projekci. Jedná se zejména o vhodný výběr exteriérů při natáčení, vhodný text a způsob řeči.

Oproti tomu by nemalá část posluchačů uvítala změnu ve výběru témat. V případě, že senior navštěvuje U3V již poněkoličtější, oblasti vzdělávání se stále opakují. I přesto, že samotní studenti mohou ovlivnit výběr před zahájením semestru, byla by vhodná větší spolupráce s přednášejícími v rámci celé republiky.

Dalším často zmíněným faktem, a možná i s přihlédnutím k věku studentů, by bylo vhodné oprostít se od požadovaných letopočtů a přímého popisu místa, kde jsou umístěna umělecká díla. Studenti mohou vypracovat závěrečné testy samostatně, není jasně stanoven čas, po který musí odpovědět. Tím pádem mají šanci vše vyhledat v podkladech od tutora nebo na internetu. V tomto případě bázírování na přesných datech postrádá smysl.

V neposlední řadě několik studentů zmínilo uzpůsobení prostor pro jejich potřeby, s ohledem na jejich zdravotní stav. V případě seniorů je velmi důležité zajistit výuku v bezbariérových prostorech, pokud možno v přízemí nebo se zajištěním výtahu. Velmi často se důchodci také potýkají se sluchovou vadou nebo s vadou zraku. V prvním případě by bylo vhodné mít řádně ozvučené videoprojekce a správně umístěnou aparaturu v celé místnosti, aby se zamezilo ozvěně. O něco více nákladná investice je do naslouchací techniky v podobě sluchátek, které zajistí jasný zvuk bez šumu, ozvěn a jiných rušivých elementů např. z venkovních prostor. Vhodné je také zvážit velikost promítacího plátna, na kterém se prezentuje nebo promítá předem připravená přednáška. Potřebné zázemí s technickou podporou však při virtuálním studiu zajišťuje ve svém konzultačním středisku zřizovatel, kterým jsou nejčastěji knihovny a samotná města.

ZÁVĚR

Bakalářská práce zabývající se vzděláváním seniorů na univerzitách třetího věku a jejich motivací ke studiu byla zpracována do dvou hlavních částí, teoretické a praktické. Cílem práce bylo přiblížit U3V a zmapovat problematiku studií na U3V. Zjistit dominantní a efektivní faktory, které mohou ovlivňovat, a hlavně motivovat posluchače při studiu bylo dalším cílem. Tyto aspekty se týkají všech studentů v postproduktivním věku bez rozdílu, zda studují na U3V nebo virtuální formu univerzity třetího věku.

Teoretická část se zabývala periodizací stáří, kdy popisovala seniory včetně jejich změn z různých hledisek. V reakci na fyzické a psychické změny, ale i dle společenského uplatnění každého jedince. Motivace ke studiu, ale i součinnost studentů je ovlivněna několika faktory. Sociálně-psychologické mají nemalý dopad na každého jedince v každé společnosti. Dále tato část práce nabídla souhrn základních pojmů z oblasti vzdělávání, jeho významu pro seniory, samotné motivace a různých specifík a potřeb ve vzdělávání.

Praktická část studie představila analýzu virtuální univerzity třetího věku. Metodika spočívala v rozeslání dotazníkového šetření na univerzity a jejich konzultační střediska. Osloveni byli napřímo i studenti prostřednictvím sociálních sítí. Stanovené hypotézy byly vyhodnoceny na základě odpovědí, které byly zpracovány do přehledných grafů a tabulek. Výsledná čísla v tabulkách byla jasně rozdělena do dvou skupin dle typu respondentů. Absolutní hodnoty popisovaly odpovědi od posluchačů Virtuální univerzity třetího věku při České zemědělské univerzitě v pražském Suchbátově ulici a všechny ostatní studenty z ostatních univerzit třetího věku. Celkově se průzkumu zúčastnilo 426 anonymních respondentů, kteří odpověděli na dvacet otázek v období prosinec 2021 až leden 2022. Do dotazníkového šetření se zapojili studenti z deseti různých univerzit v České republice.

Všechny stanovené hypotézy byly potvrzeny a ověřeny několika otázkami. První hypotéza se zabývala faktory, které jsou důležité při rozhodování se o studiu na U3V. Bylo potvrzeno, že převládá faktor, který označuje vzdálenost bydliště od U3V než finanční poplatky. Tato hypotéza byla ověřena i další otázkou, která byla zaměřena na finanční obnos za studium. Druhá hypotéza byla stanovena, že více než 70 % oslovených respondentů se rozhodlo pro studium na U3V z důvodu prohloubení vědomostí. I tato hypotéza byla potvrzena, a to na základě odpovědí, které označilo celkem 343

posluchačů. V přepočtu se jedná o 80,5 % posluchačů. Třetí hypotézu, která pojednávala o větším zájmu o vzdělávání v oblasti českých dějin než v oblasti ekonomické, potvrdilo 238 posluchačů, zatímco pro finanční oblast hlasovalo pouhých 44 studentů. České dějiny taktéž spadají mezi čtveřici kurzů označenou posluchači za nejzajímavější. Poslední, čtvrtá hypotéza se zajímala o bariéry v rámci vzdělávání. Hypotézu potvrdilo 172 odpovědí s tím, že větší bariéry při studiu jsou paměť a koncentrace než odborné zaměření. Šetřením a dotazováním bylo zjištěno, že mezi dominantní faktory, které ovlivňují posluchače, patří vzdálenost univerzity od bydliště, možnost navštěvovat instituci s kamarádem a také dopravní dostupnost. Mezi hlavní motivy ke studiu zmíněné posluchači bylo prohloubení vědomostí, získání nových poznatků, osobní rozvoj a v neposlední řadě je pro seniory velmi důležité také setkávání se se svými vrstevníky a poznávání nových kamarádů.

Kvalitu našeho života udržuje nepřestávající zájem o vzdělávání. Univerzity zajišťují místo pro prohloubení dovedností, získání dalších vědomostí, setkávání se s přáteli a spolužáky a napomáhají také smysluplně vyplnit volný čas seniorům. Bakalářská práce s tématem vzdělávání seniorů na U3V vykazuje výrazný nepoměr mezi studenty. Nejvíce studuje žen, v poměru 4:1 oproti mužům. Hlavní zastoupení je mezi studenty ve věku 71–75 let, kteří již nepracují a bydlí ve městech. Studium na U3V si vybrali se záměrem prohloubit vědomosti a dovednosti, které mohou následně využít ve svém životě. Z odpovědí z dotazníkového šetření a z rozhovorů vyplývá, že studium na U3V není finančně nákladné pro respondenty, a naopak přispívá k duševnímu zdraví. V rámci svého volného času měli posluchači největší zájem o studium na U3V a 96 % respondentů vyjádřilo přání ve studiu pokračovat.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

ADAMEC, P., D. KRYŠTOF a kol. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky ve spolupráci s Masarykovou univerzitou, 2011. ISBN 978-80-210-5640-4.

BENEŠ, M. *Andragogika*. 1. vydání. Praha: Eurolex Bohemia, 2003. ISBN 80-86432-23-8.

GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, edice pedagogické literatury, 2000. ISBN 80-85931-79-6.

HAMILTON, I. S. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

HAŠKOVCOVÁ, H. *Manuálek sociální gerontologie*. 1. vyd. dotisk. Brno: NCO NZO. ISBN 80-7013-363-5.

HOLCZEROVÁ, V. a D. DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5.

KALVACH, Z. a A. ONDERKOVÁ. *Stáří, pojetí geriatrického pacienta a jeho problému v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén, 2006. ISBN 80-7262-455-5.

KALVACH, Z., Z. ZADÁK, R. JIRÁK, H. ZAVÁZALOVÁ, P. SUCHARDA a kolektiv. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

KLEGA, V. Olomoucká koncepce univerzity 3. věku a její hodnocení. In: *Deset vzdělávacích aktivit pro seniory. Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 1997. ISBN 80-7067-824-0.

- KLEVETOVÁ, D. a I. DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.
- KOMENSKÝ, J. A. *Vševýchova = Pampaedia*. Vyd. 1. Praha: Státní nakladatelství, 1948. GC 19243.
- KUČERA, D. *Moderní psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-247-8773-2.
- LANGMEIER, J. a D. KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 3. přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 1998. ISBN 80-7169-195-X.
- MÜHLPACHR, P. a P. STANÍČEK. *Geragogika pro speciální pedagogy*. Brno: Masarykova univerzita, 2001. ISBN 80-210-2510-7.
- MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 978-80-210-5029-7.
- ORT, J. *Kapitoly ze sociologie stáří: (společenské a sociální aspekty stárnutí)*. Vyd. 1. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta, 2004. ISBN 80-704-4636-6.
- PALÁN, Z. a L. RÝZNAR. *Vzdělávání dospělých a Evropa*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2000. ISBN 80-7041-879-6.
- PALÁN, Z. a T. LANGER. *Základy andragogiky*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-58-7.
- PALÁN, Z. *Základy andragogiky*. Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2003. ISBN 80-867-2303-8.
- PEF ČZU. *10 let Virtuální Univerzity třetího věku*. Praha: PEF ČZU, 2018. ISBN 978-80-213-2856-3.
- PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0879-1.

PRŮCHA J., E. WALTEROVÁ a J. MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-416-8.

PRŮCHA, J. a J. VETEŠKA. *Andragogický slovník*. 2. vydání. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-4748-4.

ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-078-0.

ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠPATENKOVÁ, N. a L. SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5446-8.

ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. ISBN 978-80-244-3653-1.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

VEBER, J. *Management*. 2. vyd. Praha: Management Press, 2009. ISBN 978-80-7261-200-0.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

ČORNANIČOVÁ, R. *Edukácia seniorov*. 1. vydání. Bratislava: Univerzita Komenského, 1998. ISBN 80-223-1206-1.

GRAVER, M. a A. LONG. *Introduction, Seneca. Letters on Ethics: To Lucilius, Ep CVI*. University of Chicago Press, 2015. ISBN 978-0226265179.

POLEDNÍKOVÁ, L. *Geriatrické a gerontologické ošetrovatel'stvo*. 1. vyd. Martin: Osveta, 2006. ISBN 80-8063-208-1.

RÜEGG, W. *A history of the university in Europe: Volume1, Universities in the Middle Ages*. Cambridge: Cambridge University Press, 2013, s. 50. ISBN 9780521541138.

Seznam použitých internetových zdrojů

Andromedia – databanka dalšího vzdělávání. *Andragogický slovník* [online]. Poslední aktualizace 18. 10. 2021. [cit. 2021-12-27]. Dostupné z:

<http://www.andromedia.cz/andragogicky-slovník/univerzita>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Naděje dožití v okresech a správních obvodech ORP Středočeského kraje* [online]. Poslední aktualizace 10. 8. 2021. [cit. 2022-01-08].

Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/xs/nadeje-dožiti-v-okresech-a-spravnich-obvodech-orp-stredoceskeho-kraje-2020>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Procentuální zastoupení populace* [online]. Poslední aktualizace 9. 3. 2021. [cit. 2021-11-21]. Dostupné z:

<https://www.czso.cz/csu/czso/seniori>

Dětský úsvit. *Erik Erikson – osm věků člověka* [online]. Poslední aktualizace 2. 1. 2022. [cit. 2022-01-02]. Dostupné z: <http://detskyusvit.cz/erik-erikson-osm-veku-cloveka/>

Facebook: Virtuální Univerzita třetího věku PEF ČZU. *Promoce* [online]. Poslední aktualizace 24. 1. 2020 [cit. 2022-01-23]. Dostupné z:

<https://www.facebook.com/422226844581308/posts/1783442825126363/>

Facebook: Virtuální Univerzita třetího věku PEF ČZU. *Virtuální promoce* [online]. Poslední aktualizace 10. 11. 2021 [cit. 2022-01-23]. Dostupné z:

<https://www.facebook.com/422226844581308/posts/2399537670183539/>

IAUTA. *About IAUTA* [online]. Poslední aktualizace 29. 12. 2021. [cit. 2021-12-29].

Dostupné z: <https://www.aiu3a.org/v2/index-en.html>

Týnecké listy, dvouměsíčník, číslo 1/2018. *Slavnostní promoce studentů třetího věku 16. 1. 2018 – Genealogie* [online]. Poslední aktualizace 6. 3. 2018. [cit. 2022-01-23].

Dostupné z: http://www.mestoty nec.cz/download/tl2018_1.pdf

Týnecké listy, dvouměsíčník, číslo 1/2020. *Slavnostní promoce studentů třetího věku 15. 1. 2020 – Gian Lorenzo Bernini – génius evropského baroka* [online]. Poslední aktualizace 5. 3. 2020. [cit. 2022-01-23]. Dostupné z: http://www.mestoty nec.cz/download/tl2020_1.pdfhttp://www.mestoty nec.cz/download/tl2018_1.pdf

University of Oxford. *History* [online]. Poslední aktualizace 2021. [cit. 2022-01-08]. Dostupné z: <https://www.ox.ac.uk/about/organisation/history>

Univerzita Hradec Králové Pedagogická fakulta. *Studijní opora – Úvod do gerontagogiky* [online]. [cit. 2022-01-01]. Dostupné z: <https://www.uhk.cz/file/edee/pedagogicka-fakulta/pdf/pracoviste-fakulty/katedra-socialni-patologie-a-sociologie/dokumenty/studijni-opory/socialni-komunikace-v-neziskovem-sektoru/uvod-do-gerontagogiky.pdf>

Wikipedie. *Erik Erikson* [online]. Poslední aktualizace 2. 1. 2022. [cit. 2022-01-02]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Erik_Erikson

Zpravodajství iDnes. *Univerzity třetího věku* [online]. Poslední aktualizace 13. 6. 2021. [cit. 2021-12-29]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/univerzity-tretiho-veku-narust-statistika-posluchaci-vyber-skol.A210603_095738_domaci_brzy

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. § 60, *Celoživotní vzdělávání, zákon č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů* [online]. Poslední aktualizace 1. 4. 2021. [cit. 2021-12-27]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/dokumenty-3/zakon-c-111-1998-sb-o-vysokych-skolach>

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. *Srovnávání podílu dospělé populace na dalším vzdělávání v ČR a EU* [online]. Poslední aktualizace 18. 10. 2021. [cit. 2021-11-21]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/dalsi-vzdelavani/srovnani-podilu-dospete-populace-na-dalsim-vzdelavani-v-cr-a>

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. *Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030* [online]. Poslední aktualizace 19. 10. 2020. [cit. 2021-12-12]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/skolstvi-v-cr/strategie-2030>

PEF ČZU. *Mapa konzultačních středisek* [online]. Poslední aktualizace 30. 12. 2021. [cit. 2021-12-30]. Dostupné z: <https://www.pef.czu.cz/cs/r-17582-uchazeci/r-7023-u3v-vu3v>

PEF ČZU. *Pro uchazeče VU3V* [online]. Poslední aktualizace 30. 12. 2021. [cit. 2021-12-30]. Dostupné z: <https://www.pef.czu.cz/cs/r-7008-studium>

Univerzity Bologne. *Our history* [online]. Poslední aktualizace 2021. [cit. 2022-01-08]. Dostupné z: <https://www.unibo.it/en/university/who-we-are/our-history/our-history>

SEZNAM ZKRATEK

A3V	Akademie třetího věku
AIVD ČR	Asociace institucí vzdělávání dospělých České republiky
AU3V	Asociace univerzit třetího věku
AUITA	Mezinárodní sdružení U3V (International Association of Universities of the Third Age)
GDPR	Obecné nařízení na ochranu osobních údajů (General Data Protection Regulation)
MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí
MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
NVF	Národní vzdělávací fond
OECD	Spojené organizace pro vzdělávání (Organization Economic Corporate Development)
U3V	Univerzita třetího věku
UNESCO	Organizace spojených národů pro výchovu, vědu a kulturu (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization)
VU3V	Virtuální univerzita třetího věku
VU3V ČZU	Virtuální univerzita třetího věku při České zemědělské univerzitě
WHO	Světová zdravotnická organizace (World Health Organization)

SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK

Seznam obrázků

Obrázek 1: Maslowova pyramida potřeb	19
Obrázek 2: Konzultační střediska VU3V České zemědělské univerzity	37

Seznam grafů

Graf 1: Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v EU	20
Graf 2: Podíl dospělé populace na dalším vzdělávání v ČR a EU v letech 2008–2019 .	24
Graf 3: Poměr ženy/muži	42
Graf 4: Věková kategorie.....	43
Graf 5: Nejvyšší dosažené vzdělání	44
Graf 6: Pracovní status.....	45
Graf 7: Bydliště.....	46
Graf 8: Činnosti/aktivity	47
Graf 9: Pokračování ve studiu	49
Graf 10: Možnost využití prostor.....	50
Graf 11: Materiální zázemí	52
Graf 12: Univerzita	54
Graf 13: Faktory.....	56
Graf 14: Důvody	58
Graf 15: Kdo pomůže	60
Graf 16: Finanční částka	61
Graf 17: Oblasti vzdělávání	62
Graf 18: Přínos.....	64
Graf 19: Využití vědomostí	66
Graf 20: Bariéry/limity	71

Seznam tabulek

Tabulka 1: Poměr ženy/muži	42
Tabulka 2: Věková kategorie.....	43

Tabulka 3: Nejvyšší dosažené vzdělání	44
Tabulka 4: Pracovní status	45
Tabulka 5: Bydliště	46
Tabulka 6: Činnosti/aktivity	48
Tabulka 7: Pokračování ve studiu	49
Tabulka 8: Možnost využití prostor	51
Tabulka 9: Materiální zázemí	53
Tabulka 10: Univerzita	55
Tabulka 11: Faktory	57
Tabulka 12: Důvody	59
Tabulka 13: Kdo pomůže	60
Tabulka 14: Finanční částka	61
Tabulka 15: Oblasti vzdělávání	63
Tabulka 16: Přínos	65
Tabulka 17: Využití vědomostí	66
Tabulka 18: Nejzajímavější kurz	67
Tabulka 19: Nejsložitější kurz	69
Tabulka 20: Bariéry/limity	72

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A – Informovaný souhlas	I
Příloha B – Ukázka – pamětní list	II
Příloha C – Ukázka – částečný přepis rozhovoru s posluchačkou VU3V.....	III
Příloha D – Fotodokumentace	VI
Příloha E – Seznam členů Asociace U3V.....	VIII
Příloha F – Dotazníkové šetření.....	IX
Příloha G – Tištěný podklad pro virtuální kurz	XIV

PŘÍLOHY

Příloha A – Informovaný souhlas

Příloha A – Informovaný souhlas s účastí ve výzkumu a se zpracováním osobních údajů

Informace o výzkumu:

Průzkum je prováděn studentkou Univerzity Jana Amose Komenského, paní Danou Pokornou. Cílem práce je přiblížit Univerzity třetího věku a zmapovat problematiku jejich studia. Za pomoci dotazníku a rozhovoru budou zjištěny dominantní a efektivní faktory, které ovlivňují a motivují seniory při studiu.

Informace o účastníkovi výzkumu:

jméno a příjmení: *Eva KAJNAROVÁ*
posluchač U3V: *ČZU*
bytem: *OKružel - 520 Týbec 2/Sd2.*

Prohlášení

Já níže podepsaný/-á potvrzuji, že

- jsem se seznámil/-a s informacemi o cílech a průběhu výše popsaného výzkumu (dále též jen „výzkum“);
- dobrovolně souhlasím s účastí své osoby v tomto výzkumu;
- rozumím tomu, že se mohu kdykoli rozhodnout ve své účasti na výzkumu nepokračovat;
- jsem srozuměn s tím, že jakékoliv užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu nezakládá můj nárok na jakoukoliv odměnu či náhradu, tzn. že veškerá oprávnění k užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu poskytují bezúplatně.

Zároveň prohlašuji, že

- souhlasím se zveřejněním anonymizovaných dat a výstupů vzešlých z výzkumu a s jejich dalším využitím;
- souhlasím se zpracováním a uchováním osobních a citlivých údajů v rozsahu v tomto informovaném souhlasu uvedených ze strany Univerzity Jana Amose Komenského v Praze, a to pro účely zpracování dat vzešlých z výzkumu, pro účely případného kontaktování z důvodu zpracování dat vzešlých z výzkumu či z důvodu nabídky účasti na obdobných akcích a pro účely evidence a archivace; a s tím, že tyto osobní údaje mohou být poskytnuty subjektům oprávněným k výkonu kontroly projektu, v jehož rámci výzkum realizován;
- jsem seznámen/-a se svými právy týkajícími se přístupu k informacím a jejich ochraně podle § 12 a § 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, tedy že mohu požádat Univerzitu Karlovu v Praze o informaci o zpracování mých osobních a citlivých údajů a jsem oprávněn/-a ji dostat a že mohu požádat Univerzitu Karlovu v Praze o opravu nepřesných osobních údajů, doplnění osobních údajů, jejich blokaci a likvidaci.

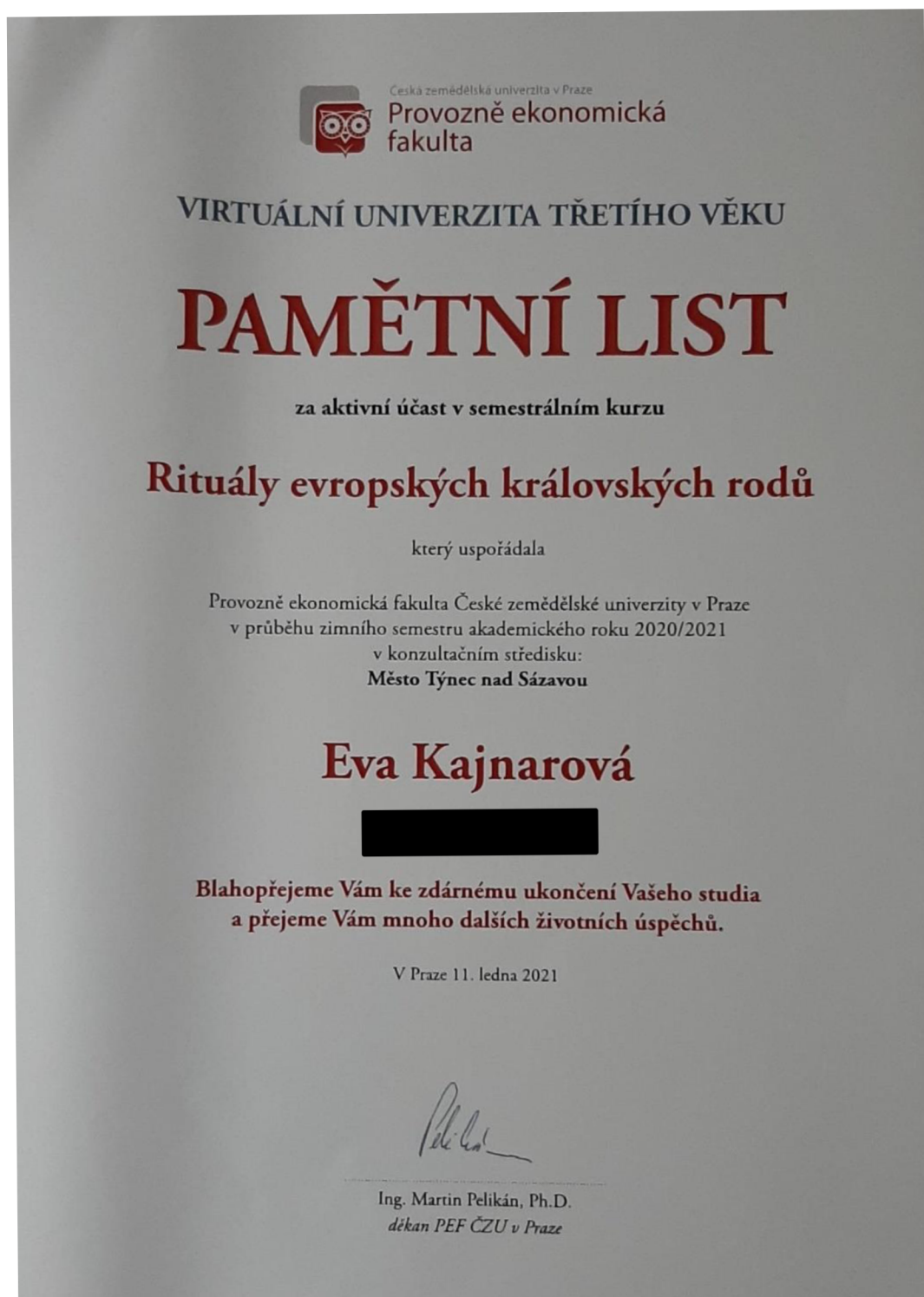
Výše uvedená svolení a souhlasy poskytují dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazují se je neodvolat bez závažného důvodu spočívajícího v podstatné změně okolností. Vše výše uvedené se řídí zákony České republiky, s výjimkou tzv. kolizních norem, a bude v souladu s nimi vykládáno, přičemž případné spory budou řešeny příslušnými soudy v České republice.

Potvrzuji, že jsem převzal/a podepsaný stejnospis tohoto informovaného souhlasu.

Dne: *22. 1. 2022*

Podpis: *Kajnarová*

Příloha B – Ukázka – pamětní list



Příloha C – Ukázka – částečný přepis rozhovoru s posluchačkou VU3V

Jaký byl nejzásadnější popud k podání přihlášky na U3V?

„No, abych mohla využívat ten počítač, který mi děti koupily, a abych se s ním naučila. A když jsem viděla ty téma, který nabízeli, tak jsem říkala, ano, tohle bych mohla zkusit. Dřív jsem si netroufala, už to tady v Týnci běželo jak dlouho. Někteří lidi odchází, jiní přichází, ale já už tam budu asi nejstarší.“

Jak jste spokojena s výběrem témat?

„Měli jsme možnost vybírat ze čtyř témat: křesťanská ikonografie, potraviny a spotřebitel, obklopení textilem a architektura italského baroka. A právě tohle téma, který tam teď bude (pozn. architektura italského baroka), by mě zrovna zajímalo. Chtěla jsem vše vidět, slyšet. Ona (pozn. tutor) nám to tam promítá na to plátno a já si do toho ještě píšu poznámky na papír. Jako každopádně bylo zajímavý to minulý téma, které jsme teď skončili. Nechci říct, že bylo nejhorší, ale nejnáročnější lidské tělo a už bych na to nešla. A varovali nás, ale já jsem říkala, že ty nemoci některý v rodině byly, a tak bych ráda o tom něco věděla. Ale pamatovat si ty latinský názvy. Právě potom si všechno vyhledávám v těch papírech, já bych si to sama nepamatovala, a stejně se stane, že to (pozn. test) nemám na deset bodů. Nejsem žádné šprt, mám dvojky. Ale ještě nám za to nakonec pográtulují.“

Co Vás motivuje ke studiu na univerzitě?

„Určitě zaměstnat hlavu, něco se dozvědět. Taky mě dřív lákalo chodit na výstavy obrazů nebo soch, takže jsem o tom něco věděla. I knížky jsem nějaký měla, a tak jsem si říkala, jo, to bych chtěla vidět. Studuju čtvrtý rok a už se mi do toho moc nechce. Marta (pozn. tutor) nám napsala, že se letos nebudeme scházet, že to musíme nyní dělat z domova a už nás takhle bylo málo. A ona rovnou řekla, jestli se přihlásíte tři, tak já sem kvůli vám chodit nebudu. Bylo nás tam teď pětadvacet, tak se vůbec rozhoduju, jestli tam mám jít nebo nemám. Platíme jen tři stovky za celý rok, a to ještě dostaneme první hodinu občerstvení.“

Jaká pozitiva Vám studia přináší?

„Že se k něčemu musím donutit, vypravit se do města a udělat ty testy. Nedělám je sama, chodí mi sem pomáhat dcera, hlavně zprovoznit počítač. Já jsem byla ráda, že se dostanu z těchto prostor (pozn. pečovatelský dům) ven mezi lidi. Protože pro mě nějaký

kino nebo divadlo už není. A tím, že špatně slyším i když mám sluchadlo, tak to není ono, tak to už sem vše kolem začala rušit. Ráda čtu, a hodně čtu, ale přeci jenom když se člověk dostane ven mezi ty lidi a tam nám to promítali na tom plátně, tak to bylo zajímavý. Abych tu hlavu trochu zapojovala a při tom se něco dozvěděla.“

Jsou i nějaká negativa spojená se studiem?

„Já ani nějak nevím. Člověk tam tedy musí přijít s tím, že vidí a slyší. Já tedy vidím, ale s tím sluchem je to horší. Někdy to tak strašně řve, že akorát odezírám z toho obrazu. A když si vezmu sluchadlo, tak to tak hodně řve, ale to je můj problém, že jo. Takže je někdy špatně slyšet, ale jinak to funguje, mají to pod kontrolou.“

Co je přínosem studia ve Vašem životě?

„Že se dozvím více o té kultuře, která mě zajímá, jako ty sochy a obrazy z toho Říma. Dokonce jsem byla i v Itálii, asi dvakrát, třikrát, takže jsem něco i viděla. A tak jsem docela ráda, že jsem si tohle promítla. A teď z toho posledního kurzu (pozn. lidské tělo a choroby), jelikož mám nemocné obě dcery na arytmiu a obě jsou po operaci, tak to mě hodně zajímalo a byla jsem na tohle téma zvědavá. Jak arytmie vzniká a jak se to potom léčí.“

Co říká Vaše rodina nebo nejbližší okolí na to, že se věnujete studiu?

„Rodina to bere, že jsem do toho šla, akorát tady některé kolegyně, lidi, kteří se mnou bydlí v baráku, tady na mě koukají jako na blázna, proč jsem se na starý kolena do toho dala. „Potřebuješ to?“ mi říkají. Kdybych nechtěla, tak bych tam nechodila. Já jsem chodila i na kurz na počítače, abych se to trochu naučila a třeba na týhle univerzitě jsem poznala spoustu jiných cizích lidí, a i jsme se třeba skamarádili. A když se potkáme, tak vyzvídáme: „už jsi dělala ty testy?“. Jiný kolektiv jsem zase poznala, než co je třeba tady, takže jsem spokojená. Chodíme spolu cvičit a někdy i na kafičko do Příběhu (pozn. místní cukrárna).“

Podporují Vás Vaši blízcí?

„Určitě, to spíš já začínám trochu brzdit. Děti mi říkají: „mami neblázni, my ochotně přijdeme a pomůžeme ti“. Já už vím, co mám zmáčkout, všechno dobrý, ale jakmile se dostanu na to stahování těch testů, tak tam už nevím jak dál, na který křížek mám kliknout. A jako holky by byly rády, kdybych pokračovala. Když nikam nemusím, víte, já bych totiž nejezdila už ani do Benešova. V týhle pandemii skutečně ne, nechci nikam do autobusu. Takže tady je to ve městě blízko, dostanu se z tohohle prostředí

a mám tam zase jiný lidi, jinou společnost trošku. Jen se musím do toho jednatřicátýho ledna rozhodnout, tři stovky už mám bokem připravený, takže snad tam dojdu a potvrdím to.“

Příloha D – Fotodokumentace

Virtuální univerzita třetího věku PEF ČZU

Obsah následujících fotografií vypovídá o slavnostních okamžicích z promoce studentů na Virtuální univerzitě třetího věku při Provozně ekonomické fakultě na České zemědělské univerzitě v Praze. Fotografie a videa jsou dostupná na facebookových stránkách ČZU a internetových stránkách zřizovatele konzultačního střediska VU3V v Týnci nad Sázavou.

Slavnostní promoce studentů – konzultační středisko Týnec nad Sázavou

Konzultační středisko v Týnci nad Sázavou zahájilo spolupráci s ČZU v říjnu 2011. K výročí zájmového vysokoškolského vzdělávání pro seniory v regionech vyšla kniha *10 let Virtuální Univerzity třetího věku*. K tomuto datu se zvýšil počet posluchačů na 31, přičemž ve městě žije 5 716 osob¹⁰³. Posluchači v roce 2018 ukončili semestr, který byl zaměřen na genealogii. V roce 2020 studenti zakončili semestr s názvem Gian Lorenzo Bernini – génius evropského baroka.



Zdroj¹⁰⁴



Zdroj¹⁰⁵

¹⁰³ PEF ČZU. *10 let Virtuální Univerzity třetího věku*. Praha: PEF ČZU, 2018, s. 383. ISBN 978-80-213-2856-3.

¹⁰⁴ Týnecké listy, dvouměsíčník, číslo 1/2018. *Slavnostní promoce studentů třetího věku 16. 1. 2018 – Genealogie* [online]. Poslední aktualizace 6. 3. 2018. [cit. 2022-01-23]. Dostupné z: http://www.mestoty nec.cz/download/tl2018_1.pdf

¹⁰⁵ Týnecké listy, dvouměsíčník, číslo 1/2020. *Slavnostní promoce studentů třetího věku 15. 1. 2020 – Gian Lorenzo Bernini – génius evropského baroka* [online]. Poslední aktualizace 5. 3. 2020. [cit. 2022-01-23]. Dostupné z: http://www.mestoty nec.cz/download/tl2020_1.pdf

Slavnostní promoce studentů třetího věku – 15. 1. 2020



Zdroj¹⁰⁶

Virtuální promoce studentů třetího věku – 10. 11. 2021

Předávání Osvědčení o absolutoriu bylo také zprostředkováno virtuálně s ohledem na „covidovou“ situaci, kdy byl ceremoniál natočený se členy promočního kolegia v prázdném sále auly a byl doplněn jmény všech absolventů dle konzultačních středisek.



Zdroj¹⁰⁷

¹⁰⁶ Facebook: Virtuální Univerzita třetího věku PEF ČZU. *Promoce* [online]. Poslední aktualizace 24. 1. 2020 [cit. 2022-01-23]. Dostupné z:

<https://www.facebook.com/422226844581308/posts/1783442825126363/>

¹⁰⁷ Facebook: Virtuální Univerzita třetího věku PEF ČZU. *Virtuální promoce* [online]. Poslední aktualizace 10. 11. 2021 [cit. 2022-01-23]. Dostupné z:

<https://www.facebook.com/422226844581308/posts/2399537670183539/>

Příloha E – Seznam členů Asociace U3V

Seznam členů Asociace U3V v České republice, platný ke dni 1. 1. 2019

1	Česká zemědělská univerzita v Praze	Provozně ekonomická fakulta
2	Česká zemědělská univerzita v Praze	Institut vzdělávání a poradenství
3	České vysoké učení technické v Praze	Rektorát
4	České vysoké učení technické v Praze	Fakulta elektrotechnická
5	Janáčkova akademie múzických umění	Divadelní fakulta
6	Janáčkova akademie múzických umění	Hudební fakulta
7	Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích	
8	Masarykova univerzita v Brně	
9	Mendelova univerzita v Brně	
10	Ostravská univerzita v Ostravě	
11	Slezská univerzita v Opavě	
12	Technická univerzita v Liberci	
13	Univerzita Hradec Králové	
14	Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem	
15	Univerzita Karlova	Rektorát UK
16	Univerzita Karlova	1. lékařská fakulta UK
17	Univerzita Karlova	2. lékařská fakulta UK
18	Univerzita Karlova	3. lékařská fakulta UK
19	Univerzita Karlova	Lékařská fakulta UK v Hradci Králové
20	Univerzita Karlova	Lékařská fakulta UK v Plzni
21	Univerzita Karlova	Farmaceutická fakulta UK v Hr. K.
22	Univerzita Karlova	Husitská teologická fakulta UK
23	Univerzita Karlova	Evangelická teologická fakulta UK
24	Univerzita Karlova	Katolická teologická fakulta UK
25	Univerzita Karlova	Matematicko-fyzikální fakulta UK
26	Univerzita Karlova	Přírodovědecká fakulta UK
27	Univerzita Karlova	Filozofická fakulta UK
28	Univerzita Karlova	Fakulta humanitních studií UK
29	Univerzita Karlova	Fakulta sociálních věd UK
30	Univerzita Karlova	Pedagogická fakulta UK
31	Univerzita Karlova	Právnická fakulta UK
32	Univerzita Karlova	Fakulta tělesné výchovy a sportu UK
33	Univerzita Palackého v Olomouci	
34	Univerzita Pardubice	
35	Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně	
36	Veterinární univerzita Brno	
37	Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava	
38	Vysoká škola ekonomická v Praze	
39	Vysoká škola ekonomická v Jindřichově Hradci	Fakulta managementu VŠE
40	Vysoká škola chemicko-technologická v Praze	
41	Vysoká škola polytechnická Jihlava	
42	Vysoká škola technická a ekonomická v Č. Budějovicích	
43	Vysoké učení technické v Brně	
44	Západočeská univerzita v Plzni	

Příloha F – Dotazníkové šetření

Vzdělávání seniorů na univerzitách třetího věku (U3V)

Vážený respondente, vážená respondentko,
jsem studentkou Univerzity Jana Amose Komenského v Praze se zaměřením na andragogiku – vzdělávání dospělých. Momentálně zpracovávám bakalářskou práci zabývající se univerzitou třetího věku. Tímto bych Vás ráda požádala o vyplnění dotazníku, který obsahuje 20 otázek a zabere Vám přibližně 15 minut.

Vaše odpovědi budou sloužit výhradně jako podklad pro bakalářskou práci, jsou zcela anonymní a nebudou předány třetí osobě. Po skončení studia nebudou dotazníky uchovány.

Předem děkuji za Vaš čas a odpovědi.

Dana Pokorná, DiS.

1. Jste muž nebo žena:

- a) muž
- b) žena

2. Vaše věková kategorie je:

- a) 60–65 let
- b) 66–70 let
- c) 71–75 let
- d) 75 let a více

3. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- a) středoškolské vzdělání
- b) vysokoškolské vzdělání

4. Pracovní status:

- a) stále pracuji
- b) pracuji příležitostně či na zkrácený úvazek
- c) již nepracuji

5. Bydliště:

- a) vesnice
- b) obec (méně jak 3 000 obyvatel)
- c) město (více jak 3 000 obyvatel)
- d) okresní město
- e) krajské město

6. Jaké činnosti/aktivity Vás baví?

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) péče o vnoučata
- b) křížovky
- c) cestování/výlety
- d) práce na zahrádce
- e) kutilství
- f) studium na univerzitě třetího věku
- g) samostudium a samovzdělávání (odborná literatura, cizí jazyk apod.)
- h) vaření a příprava pokrmů
- i) rybaření
- j) kultura (divadlo, muzeum, výstava apod.)
- k) čtení
- l) aktivní sport
- m) sledování televize a poslech rozhlasu
- n) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

7. Chcete ve studiu na U3V pokračovat?

- a) již nemám zájem
- b) mám to v plánu

8. Máte možnost využít na univerzitě třetího věku např.:

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) studovnu
- b) knihovnu
- c) kavárnu
- d) zasedací místnost na obecním úřadě (virtuální studium)
- e) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

9. Vyhovuje Vám materiální zázemí na univerzitě třetího věku:

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) posluchárny jsou plně ozvučeny
- b) v každé posluchárně je promítací plátno
- c) posluchárny jsou situovány pouze v přízemí U3V
- d) je zaručený bezbariérový přístup
- e) máme k dispozici naslouchací pomůcky
- f) přednášející poskytuje záznam z přednášky
- g) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

10. Na jaké univerzitě třetího věku studujete?

- a) Česká zemědělská univerzita v Praze
- b) České vysoké učení technické v Praze
- c) Janáčkova akademie múzických umění
- d) Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
- e) Masarykova univerzita v Brně
- f) Mendelova univerzita v Brně
- g) Ostravská univerzita v Ostravě
- h) Slezská univerzita v Opavě

- i) Technická univerzita v Liberci
- j) Univerzita Hradec Králové
- k) Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem
- l) Univerzita Karlova
- m) Univerzita Palackého v Olomouci
- n) Univerzita Pardubice
- o) Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
- p) Veterinární univerzita Brno
- q) Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava
- r) Vysoká škola ekonomická v Praze
- s) Vysoká škola ekonomická v Jindřichově Hradci
- t) Vysoká škola chemicko-technologická v Praze
- u) Vysoká škola polytechnická Jihlava
- v) Vysoká škola technická a ekonomická v Českých Budějovicích
- w) Vysoké učení technické v Brně
- x) Západočeská univerzita v Plzni

11. Které faktory jsou pro Vás důležité pro rozhodování se o studiu na U3V?

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) vzdálenost od bydliště
- b) dopravní dostupnost/spojení
- c) finanční poplatky za studium
- d) možnost distanční výuky (on-line, virtuálně) z důvodu dojíždění
- e) pomoc od rodiny (doprava, zabezpečit domácnost, pomoc u nemocného partnera, vysvětlení tématu a pomoc s technologií apod.)
- f) možnost studovat s kamarádem

12. Proč jste se rozhodl/a studovat na U3V?

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) setkávat se svými vrstevníky
- b) získat titul/osvědčení o studiu
- c) prohloubit vědomosti
- d) potřeba vyplnit volný čas
- e) komunikace
- f) osobní rozvoj
- g) získávat nové poznatky, zkušenosti a zážitky
- h) vynahradiť si skutečnost, že jsem nemohl/a studovat v mládí
- i) zábava
- j) poznat nové přátele
- k) jiné (*prosim, zde zapište svoji odpověď*):

13. Na koho se obrátíte, pokud potřebujete poradit s výukou?

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) spolužák
- b) partner
- c) děti/vnoučata
- d) organizátor/koordinátor výuky
- e) vše zvládám sám/sama
- f) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

14. Jakou finanční částku jste ochotni platit za studium (za semestr/pololetí)?

- a) studium na U3V by mělo být zdarma
- b) nemůžu si dovolit další výdaje
- c) do 500 Kč
- d) 501–1 000 Kč
- e) 1 001–2 000 Kč
- f) finanční otázka nehraje roli

15. O jaké oblasti vzdělávání na U3V byste měli zájem?

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) filozofie
- b) příroda
- c) náboženství
- d) astronomie
- e) ekologie
- f) farmacie
- g) ekonomie
- h) politologie
- i) právo
- j) sport
- k) chemie
- l) kouzelná geometrie
- m) lesnictví a myslivost
- n) umění rané renesance
- o) barokní architektura
- p) české dějiny a jejich souvislosti
- q) klenoty barokního sochařství v českých zemích
- r) etika jako východisko z krize společnosti
- s) rituály evropských královských rodů
- t) lidské zdraví
- u) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

16. Jaký podle Vás spočívá přínos ve vzdělávání na U3V?

Zde můžete zaškrtnout více odpovědí.

- a) udržuje duševní svěžest, čilost a elán
- b) cítím se být více užitečný/prospěšný
- c) díky studiu jsem více soběstačný
- d) dovedu lépe řešit každodenní problémy
- e) našel/našla jsem náplň života ve třetím věku
- f) studium mi pomohlo v počítačové gramotnosti
- g) rozšiřuje možnosti, napomáhá zvýšit intelekt a sebevědomí a celkový rozvoj osobnosti
- h) titul/osvědčení o vzdělání mi dodává pocit sebeuspokojení a sebedůvěry
- i) žádný přínos nevidím
- j) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

17. Domníváte se, že využijte pro svoji osobní potřebu získané vědomosti z U3V?

- a) ano
- b) spíše ano
- c) občas
- d) často
- e) minimálně
- f) nevím

18. Jaký byl pro Vás dosud nejzajímavější kurz z pohledu studenta?

Prosím o vypsání:

19. Jaký byl pro Vás nejsložitější kurz z pohledu studenta?

Prosím o vypsání:

20. Co vnímáte jako největší bariéry/limity v rámci vzdělávání v postproduktivním věku?

- a) zájem a chuť do dalšího vzdělávání
- b) paměť a koncentrace na studium
- c) psychická a fyzická kondice
- d) dojíždění z vesnice či obce do měst
- e) rodinné podmínky
- f) finanční podmínky
- g) příliš odborné zaměření
- h) jiné (*prosím, zde запиšte svoji odpověď*):

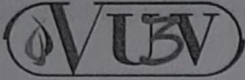

Děkuji za Vaše odpovědi.

Dana Pokorná

Příloha G – Tištěný podklad pro virtuální kurz

Tištěný podklad pro virtuální kurz ze dne 27. 10. 2021, VU3V v Týnci nad Sázavou

Česká zemědělská univerzita v Praze, 165 21 Praha 6, Kamýcká 129, tel: 224 382 350

 Virtuální univerzita třetího věku  Česká zemědělská univerzita v Praze Provozně ekonomická fakulta

Semestrální kurz VU3V

Lidské zdraví

Přednáška: **Nervová soustava a její choroby**

Lektor: MUDr. Emerich Majer

Úvod

Vítám Vás u třetí přednášky z oblasti lékařství. Dnes se poprvé budeme systematicky zabývat nemocemi. Na začátku ještě probereme soustavu nervovou a pak se podíváme dosti podrobně do oblasti psychiatrie, proto jsme v areálu psychiatrické léčebny v Bohnicích. Věřím, že to pro Vás bude zajímavé.

Kapitola I. - Soustava nervová

Nervová soustava obsahuje více než 10 miliard nervových buněk, **neuronů**. Každá nervová buňka má své jádro a své buněčné orgány, jak jsme to probírali hned v první lekci. Dále má výběžky. Každá nervová buňka má několik výběžků dostředivých, zpravidla vedou od jiné buňky do této nervové buňky a dále jeden výběžek odstředivý.

Změnou elektrických vlastností neuronu se změní propustnost iontů, např. sodíku, vápníku a draslíku. Z buňky tedy vede jediný výběžek odstředivý. Vede vzruch z buňky navenek, obvykle zas do jiného neuronu.

Vedle neuronů tvoří nervovou tkáň i **buňky podpůrné**, nazývané **glie** nebo **neuroglie**. Je jich více typů, ale mohly by nás zajímat jen tehdy, kdybychom probírali nádory, které z těchto typů buněk vznikají. Představit si je můžeme jako pečující chůvičky, které neurony vyživují. Ukažme si na mikroskopické obrázku z kůry mozku, jak je celá buněčná korová vrstva uspořádaná.

A hned si řekněme, že bílá hmota pod kůrou je tvořena **nervovými vlákny**. Vlákna jsou obalena pochvou, tvořenou **myelinem**. Je to důležité.

1

Signál nervovým vláknem s myelinovým pouzdrém se šíří rychlostí až 120 m/s, bez myelinu jen 1 m/s. Právě myelin mozkové dřeni dodává její bílou barvu. Vidíte, že **mozková kůra má 6 vrstev**.

Velké neurony jsou uspořádány ve třetí a páté vrstvě. Říká se jim zde pyramidové buňky pro jejich trojboký průřez. Mozkovou kůru tvoří těla neuronů, a proto se jeví našemu oku jako šedá. V jiných částech mozku mimo kůru a v míše jsou neurony mikroskopicky uspořádány jinak. Dokonce podle jejich uspořádání se dá určit, ze které části mozku byla částka k mikroskopickému vyšetření odebrána. I kůra mozku se v různých jeho lalocích a jejich částech mírně liší. I to může posloužit v orientaci při práci s mikroskopem.

Stejně jako v předchozích dílech, než jsme probírali orgánové systémy, nejprve jsme probrali jejich základní kámen – buňku. Také při probírání nervové soustavy si všimneme jejího základního kamene - neuronu. A především si všimneme, jak spolu nervové buňky komunikují.

Základním pojmem tu pro nás je **SYNAPSE**. Znamená spojení dvou neuronů k předávání si nervových vzruchů. Každý neuron má mnoho synapsí, desítky až stovky, kterými je spojen s dalšími neurony. Tím je zaručen velmi rychlý přenos vzruchu a dobrá kvalita přenosu.

Nejedná se o přímý dotyk výběžků neuronů, jak byla kdysi představa, ale mezi výběžky zůstává nepatrná štěrbiná, 0,02 až 0,04 μ . Mikron je tisícina milimetru. Po nervovém vlákně prvního z neuronů přichází nervový vzruch jako elektrický akční potenciál na zakončení vlákna, na jeho membránu. Potenciál se nešíří na další vlákno, tomu je na překážku ta štěrbiná, nazývaná synaptická štěrbiná. Na membráně prvního neuronu se vyloučí chemická sloučenina, nazývaná **neurotransmiterový mediátor**.

Existuje jich více druhů, celé desítky. Chemický neurotransmiter se z membrány prvního neuronu uvolní a naváže se na svůj příslušný receptor na membráně vlákna druhého neuronu. Také receptor je chemická sloučenina, konkrétně je to také chemická molekula.

Na receptoru je vyvolána změna. Změní se na membráně propustnost některých iontů, např. sodíku a vznikne slabý elektrický potenciál, postsynaptický, připravený k šíření vláknem druhého neuronu.

Významné je, že nestačí přechod jedné molekuly transmiteru na jednu molekulu receptoru. Na to je vzniklý elektrický potenciál moc slabý. Teprve až se takových potenciálů uplatní větší množství a překročí jistou kritickou hranici, vytvoří

se dostatečný elektrický signál, který se šíří ve druhém neuronu. Převod signálu z neuronu na neuron přes synapsi trvá jednu tisícinu až 25 tisícín vteřiny.

Smysl synapse je v tom, že elektrický signál by se šířil neomezeně, všemi směry a všemi spojeními neuronů. Synapse vede signál jen jedním směrem. Jen přechodem neurotransmiteru na protější receptor, ale ne naopak, v opačném směru. Dál to, že synapse nefungují jako prosté spojení, ale je to spojení odstupňované a je jemně regulované. Vznikne, až pokud je přes synapsi přecházející signál dostatečně silný. Ovšem mohou se počítat i signály na více synapsích druhého neuronu. Anebo je signál zesílen chemickým převodem ještě z dalšího, řekněme tomu z třetího neuronu na ten druhý.

Dále k regulaci slouží, že z celé řady transmiterů některé působí jako vzruch a jiné zase naopak vyvolávají útlum a sniží citlivost na vzruch. A další typ regulace v synapsi spočívá v tom, že neurotransmiter může být zvýšeně, anebo naopak méně, odbouráván. K určitému stupni jeho odbourávání v synapsi totiž dochází vždycky. Tím dojde po projití chemického signálu na druhý neuron k dosti rychlému zředění, až k vymizení neurotransmiteru a synapse je zas připravena k převodu nového signálu. Složitost předávání zprávy je nutná, protože signál je pak jednoznačný. Při povelu z mozku „pohni ukazováčkem“ je zabezpečeno, že se nebude hýbat jiný prst nebo celá ruka.

Možná Vám připadal tento výklad moc složitý, ale vynechat ho nemohu. Jsou to poznatky staré teprve málo desítek let a stále se ještě doplňují. Bez toho nemůžete pochopit ten úžasný pokrok, který byl dosažen v léčbě nervových a zvláště psychiatrických onemocnění.

Léky zcitlivují nebo znecitlivují synapse pro určité **transmitery**, mohou transmitery poskytovat v nadbytku, mohou dodávat enzymy, které transmiter odbourávají, mohou způsobit vydávání jiného, tlumícího neurotransmiteru a podobně. A v poslední době se objevují navíc léky, které nepůsobí na jeden typ transmiteru nebo receptoru, ale na jejich dvojice nebo na vhodné kombinace, vzájemně se podporující. Tak pro léčení nemoci působí silněji a naopak rozdělením zásahu do více míst je snížen nežádoucí účinek, který by se mohl objevit při užívání léku, kdy zasahuje jen do jediného synaptického systému. Pro ukázkou uvedu několik snímků.

Pokud jde o **mediátory**, vybírám jen tu část, která se nám bude hodit při probírání prvního z psychiatrických onemocnění, deprese. Začnu tou částí, kde je zřejmý kombinovaný účinek tří z nejběžnějších transmiterů, a to **noradrenalinu**,

zkracován na NA, **dopaminu**, bývá zkracován na DA, a **serotoninu**, zkracován na 5-HT. Na schématu vidíte účinek jednotlivých neurotransmiterů, kombinovaný účinek jejich dvojic a uprostřed kombinovaný účinek všech tří zároveň. Všimneme si jednotlivých neurotransmiterů.

Jako první si vezmeme **serotonin**. Je vidět, kde si ho tělo vyrábí, některé z jeho účinků a jak působí jeho porucha. Je zřejmé, z jaké látky ho tělo syntetizuje. Podáním obdobné látky lze zabránit depresi, která vznikla jako následek nedostatku serotoninu. Sledováním si lze ověřit, zda je serotoninu v těle dostatek nebo nedostatek.

Na dalším snímku je další důležitý transmitter, **dopamin**. Je také zřejmé, jak mnohostranné jsou účinky, když je tento systém narušen.

Poslední neurotransmitter, který si probereme a který byl v jejich trojici na prvním snímku, je **noradrenalin**. Je chemicky příbuzný hormonu nadledvin, kterým tělo mobilizuje své rezervy při šoku. Dál je zachyceno, z čeho ho tělo vyrábí, totiž z aminokyseliny na buněčné membráně na konci nervového zakončení. Je skladován v granulech a při elektrickém nervovém impulzu je z granul uvolněn do synaptické štěrbin. Část molekul obsadí receptory na druhém neuronu, ostatní noradrenalin je záhy odbourán nebo je vychytán a přesunut z tkáně do krevního řečiště. Na posledním snímku jsou popsány vztahy noradrenalinu k depresi.

Teď se věnujme nervovému systému, jak je vidět prostým okem. Tvoří ho tzv. **CNS**, často používaná zkratka, označení pro **centrální nervovou soustavu**. Ta má dvě složky: **mozek a míchu**. Vedle toho je periferní nervová soustava, to jsou všechna vlákna nervů v těle, včetně nervů autonomních, sympatiku a parasympatiku. Sympatikus a parasympatikus ovládají, jako vegetativní nervy, mnohé orgány. Vždycky jeden působí proti druhému. Například sympatikus oční panenku - zornici roztahuje, parasympatikus ji stahuje. Sympatikus má neurony v těle, mimo CNS, parasympatikus a ostatní nervy jsou vlastně nervová zakončení neuronů, sídlících v CNS.

Mozek sám je velmi komplexní orgán. Když postupujeme od jeho nejstarších částí, navazujících na krční míchu, tak jsou to prodloužená mícha, most mozkový, mozeček, střední mozek, mezimozek a koncový mozek, který tvoří 4 laloky kůry s podkořím. Můžeme si je prohlédnout na obrázcích.

V mozkovém kmeni jsou stará centra pro řízení dýchání, krevního oběhu a centrum zajišťující bdělost. Činnost těchto center zajistí přežití.

Mezimozek tvoří **thalamus, hypothalamus a hypofýza**. Slouží jako přepojovací ústředna. Např. vnímáme růži zrakem a čichem. Hypothalamus také

vjemy třídí a přiřadí k nim emoce, třeba „žlutá růže hezky sladce voní“ a předá dál do kůry koncového mozku.

Hypofýza je endokrinní žláza, která řídí ostatní žlázy s vnitřní sekrecí, např. štítnou žlázu. Produkuje totiž hormony, které působí na ostatní hormonální žlázy. Některé hormony produkuje sama. Např. růstový hormon.

Posledním a nejvyšším řídicím orgánem je velký mozek, jinak zvaný koncový. Laloky koncového mozku mají funkce rozdělené a specializované: V čelním laloku je staré centrum pro čich, další vývojově mladší partie zčásti řídí emoce, chování, veškeré jemné pohyby. Temenní lalok ve své zadní části obstarává vnímání doteku, polohy, v přední části řídí pohyby. Ve spánkovém laloku je centrum řeči a sluchu, v týlním laloku centrum zraku. Používám jen hrubé rozdělení funkcí, abychom měli prostor na nemoci, psychiatrické a neurologické.

Kapitola II. - Bipolární porucha a schizofrenie

Protože se budeme zabývat psychiatrií, chtěl bych vám nejdřív říci vzpomínku z mládí. V padesátých letech pan profesor Vondráček pořádal psychiatrické večery jednou týdně, eventuálně s demonstrací pacientů. Na první přednášce jsem byl hned v prvním semestru, koncem září, už byla s demonstrací pacientů spojena. Platí obecně, že psychiatři mají pocit, že každý je jejich potenciální pacient. Naopak laici mají dojem, že psychiatrická onemocnění jsou vzácná a je to strašné neštěstí.

Tak k těm demonstracím: první byl předváděn chlapec asi tak z páté nebo šesté třídy, velmi živý. Profesor se ho ptal, co by se tam dalo zničit. Například poškrábat lak klavíru, křídla, které stálo na podiu. Chlapec s nadšením začal vyprávět, že mnohem lepší by bylo namydlit ho a namočit, aby popraskal. Takových uličníků jsem znal mnoho.

Dalším byl starší pán, který usedavým zlomeným hlasem vyprávěl, jak je mu žena nevěrná, jak ho to bolí a jak jí nemůže ani nachytat, což ho mrzí snad ještě více. Nakonec nám pan profesor po jeho odchodu řekl, že tyto zprávy se musí objektivizovat. Byla vyslána sociální pracovnice do místa bydliště a zjistila, že manželka má dobrou pověst a trpí neprávem.

Další demonstrována byla starší paní, která mluvila nepřetržitě, velmi rychle a její řeč byla jedna pomluva a klep za druhým na lidi ze svého okolí. takových lidí jsem znal mnoho.

Vím, že mnou ten první psychiatrický večer dost otřásl, pochopil jsem, že ti psychiatři mají pravdu. I při dalších demonstracích to byly pacienti, kteří vypadali tak, jako mnoho lidí, které jsem znal.

Ve stejném duchu tedy začnu i já. Podíváme se podrobněji na nejčastější psychózu, pro kterou jsou lidé na psychiatrii hospitalizováni. Jde o **depresi**. Také se jí říká **unipolární porucha**. To znamená, že pacient prožívá chorobný smutek. V medicíně se dost často užívá před pacienty trochu jiných názvů, než se užívá běžně. Užívat latinu nepomáhá, to už nemocní znají. Třeba běžně se místo karcinomu říká tumor.

Deprese může být vystřídána **manickou fází**. Pak mluvíme o **poruše bipolární**. Mánie ale tak běžná není. Pacient s „jen depresí“ zná jenom období smutku. Pacient, který má i období mánií, zažije také prožitky, že „všechno zvládne, všemu rozumí“. Ptáte se asi, proč mu takové hezké pocity brát. Protože ty pocity, ani plusové - mánie ani minusové - deprese, neumožňují svému nositeli žít normální rodinný sociální život. Mnoho lidí si takové pocity samo navozuje pomocí užívání různých látek, i drog.

Deprese je známá od nepaměti. Prvně ji popsal už Hippokrates ve 4. století před Kristem. Trpělo jí mnoho známých osobností. Asi nejznámější byl malíř Vincent van Gogh. Z hudebních skladatelů Robert Schuman nebo v Čechách narozený Gustav Mahler.

Typický je pro depresi hluboký smutek, bezútěšnost, nechut' k životu. Je tu až sklon k sebevraždě, není vzácností sebevražda dokonaná. A ukazuje se, že v posledních desetiletích depresivních pacientů přibývá. Během života ji prožije asi 20 % lidí, většími depresemi trpí podle statistik asi 7 % lidí.

Názory na depresi a její léčba se zásadně změnily v sedmdesátých letech minulého století. Byla totiž objevena antidepresiva, která byla schopna během několika týdnů pacientům podstatně ulevit. Navíc byly nalezeny i nové postupy psychoterapeutické.

Úspěchy ale vedly k přehnané euforii, jako by byla ta nemoc zlikvidována málem tak jako pravé neštovice, nebo aspoň se z ní stala nemoc krátkodobá, dobře léčitelná. Dnes vyšla už řada výzkumných prací, kde byly zkoumány větší skupiny pacientů, obvykle několik set. V nich se ukázalo, že po první atace deprese se asi dvě třetiny pacientů během jednoho roku uzdraví. Ovšem polovina z nich má nejpozději do pěti let další postižení depresí a celá osmina už trpí depresí chronicky. Takže pouze jedna třetina se vymaní tak, že už dalšími depresemi po první atace netrpí. Pravděpodobnost uzdravení trvale klesá, čím déle první depresivní obtíže trvaly. Vyhlídky snižuje, pokud je současně přidruženo další psychiatrické onemocnění, např. úzkostná porucha nebo drogová závislost.

Vyhlídky také snižuje, pokud se deprese vyskytla u někoho z pokrevních příbuzných. Ale to neznamená, že pokud takového příbuzného máte, že onemocnět musíte taky. Jde asi nejvýš o 30 % pacientů. Důležité je, že deprese je příčinou asi

desetiny invalidit, naproti tomu schizofrenie, o které budeme mluvit dále, je příčinou jen ve 3 %.

Pro uzdravení je důležitá dostatečná léčba, nepřerušovaná, a dostatečně dlouhodobá. Dobré vyléčení je podstatné, protože pravděpodobnost návratu deprese se značně zvyšuje s počtem takových návratů recidiv v minulosti. Jestliže po první atace je pravděpodobnost druhé ataky dvoutřetinová, pak po dvou atakách je pravděpodobnost té třetí už 90 % a po třech atakách ještě o dost víc nad 90 %. A podstatně tyto pravděpodobnosti stoupají, pokud je ataka nedostatečně léčená nebo neléčená. Navíc u těch dalších atak se zkracuje časový interval mezi nimi, tedy období bez deprese.

A jak má vypadat léčba? Dávky léků a jejich druhy necháme na psychiatrech. Všimneme si délky léčení. Je to delší, než jste zvyklí u nemocí tak řečených tělesných. V **akutní fázi** v nemocnici probíhá léčba asi 6 týdnů. A k úplnému odeznění příznaků, čili **remisi**, to trvá další stejně dlouho dobu. Léčba tedy trvá nejméně čtvrt roku.

Následuje **léčba pokračovací**, která je se stejnými léky a ve stejných dávkách, jako byla léčba akutní fáze. Cílem je zabránit návratu choroby, další atace deprese. Tato léčba trvá asi 6 až 9 měsíců, čili celkem s léčbou akutní jde zhruba o celý rok. Dál pak je **léčba udržovací**, která je prevencí před novou atakou recidivy. Názory na její délku se dosti různí. Může trvat další rok, anebo více let, v některých obtížně léčitelných případech může trvat po celý život. V každém případě, pokud uslyšíte, že někdo tzv. radí pacientu po depresi, ať ty prášky už nebere, že z nich zblbne a už mu přeci nic není, tak budete vědět, že je to hlupák a okřiknete ho.

Jen letmo se zmíním o **bipolární poruše**. Je jednoznačně obtížněji léčitelná než unipolární deprese. Snadno totiž z depresivní fáze přejde přes normální ladění nálady, používá se název **euthymie**, do fáze manické. Psychiatrická léčba si i s tím ví rady. Prognóza, tedy vyhlídky do budoucna, jsou horší než u unipolární deprese. Jak už jsem říkal, přidružení dalších psychiatrických obtíží vyhlídky zhoršuje. Poněvadž se fáze manické a depresivní střídají, používá se pro ni někdy i název **cyklofrenie**.

Mánie se projevuje nadměrnou aktivitou. Ta je ale neproduktivní, stále jsou jen začínány nové a nové práce, rozmanité činnosti. Vzniká mnoho nevšedních plánů, ale nic se nedodělá a neuskuteční. Pacient má stále jakousi povznesenou náladu, má vysoké sebevědomí, sebedůvěru, je plný optimizmu, dává se s každým do řeči, mluví

o překot, často se vychloubá. Pro rodinu je nebezpečím to, že utrácí peníze bez rozmyslu, běžně i velké částky. Nakupuje za ně zbytečnosti anebo peníze rozdává lidem, když chce být středem pozornosti. Naštěstí je bipolární porucha vzácnější, častá je jen asi jako schizofrenie, anebo ještě méně.

To **schizofrenie** má obraz velmi mnohotvárný. Nebudeme ji probírat detailněji, ale probrat ji musíme, významně se podílí na statistikách úmrtí z příčin psychiatrických. Rovněž vyvolává u pacientů sklon k sebevraždám. Průměrně začíná ve věku 20-40 let, jedna z forem už kolem 15. Obecně u nich vidíme určité otupění, poruchy v mezilidských vztazích, neadekvátní změny nálad a chování. Často se mluví u příznaků o jejich skupině pozitivní a negativní. Negativní jsou ty, kde u pacienta chybí to, co by cítil a dělal běžný člověk. Pozitivní příznaky jsou ty, kde je cosi navíc. Nejlépe je charakterizují halucinace, tj. vidění, slyšení nebo jiné vnímání postav, hlasů a podobně. Časté jsou i bludy. To není to smyslové vnímání něčeho, co objektivně není, ale je to nevyvratně chybné myšlení.

Název nemoci pochází ze slova **schizo** – rozštěp. Pacient žije jakoby ve dvou světech. V tom skutečném, který ho obklopuje, a v tom svém, fantazijním. Moderní psychiatrická léčba dovede tyto dříve nevléčitelně nemocné trvale udržovat v dobrém psychickém stavu a v pracovní schopnosti. Léky vycházejí právě z toho, co jsme si před chvílí říkali o synapsích neuronů, o neurotransmiterech a receptorech. Léčba je velmi dlouhodobá, někteří mluví až o stálé léčbě, celoživotní.

V Bohnicích, kde jsem pracoval, vznikl projekt, který má pomoci pacientům odstranit nebezpečí recidivy nemoci. Pacient a současně někdo z jeho okolí kdo nemocí netrpí, vyplní čas od času krátký dotazník. Odpovědi otázek mají svoje znaky, ty se pošlou ve formě SMS ošetřujícímu psychiatrovi. Lékař vyhodnotí odpovědi pacienta, zhodnotí taky jejich objektivitu srovnáním s odpověďmi jeho příbuzného a výsledkem je včasné rozpoznání náznaků začínající recidivy schizofrenie. Po vyhodnocení lékař může pacienta pozvat na kontrolu, a pokud se potvrdí hrozba recidivy, upraví léčbu. Pokud nebezpečí recidivy nehrozí, není třeba pacienta volat a ušetří i pojišťovna na zdravotním pojištění. Kupodivu zatím toto odmítala hradit.

A ještě poznámku o souvislostech nemocí. Vyslechl jsem přednášku z oblasti genetiky, kde byly sledovány, hrubě řečeno, geny u velkého počtu pacientů se schizofrenií a byly hledány ty, ve kterých se pacienti shodovali. Obdobný výzkum udělali u pacientů s bipolární poruchou. Shodovali se v jiných genech. Pak napadlo výzkumníky porovnat tyto geny s tím, jaké geny se vyskytly u příbuzných obou

skupin pacientů. V určitém počtu pacientů s bipolární poruchou měli někteří příbuzní geny, které bývají u unipolární poruchy. To by až tak nepřekvapilo. Ale kupodivu, obdobný nález jako u unipolární poruchy měli také příbuzní od pacientů se schizofrenií. Proč, nevíme.

A ještě příklady schizofrenie. Jde o nemoc spíš mladšího věku. Někdy je už u dospívajících. To je forma hebefrenická. Nejčastěji je ale mezi 20 a 40 roky. Dospívající žijí často jakoby ve svém světě. Znáte podle svých dětí nebo vnuků, že někdy s vámi nechtějí komunikovat a jindy se cítí ostrčen, pokud na ně nemáte hned čas. Proto někdy rozpoznat, co je „náladou dospívajícího“ a co už duševní choroba není ani pro lékaře jednoduché.

V jednom jihofrancouzském podhorském městečku žila dívka, asi patnáctiletá, která měla schizofrenii. Byla to pasačka vepřů, velmi chudá, z velmi chudých poměrů. Jednou u řeky, u jeskyně, měla vidění, halucinaci, kdy mluvila s ní Panna Maria. Ostatní lidé se na to chodili dívat, doufali, že také budou mít nějaké vidění, ale nebyli nemocní, neměli nic. Zato dívka měla tuto halucinaci na stejném místě opakovaně. Komisař na ní udeřil, ať si nevymýšlí, ale ona trvala na svém. Halucinace totiž pacient pocítuje velmi opravdově. Lidé chodili k té jeskyni opakovaně, chodili tam i nemocní a někteří měli pocit, že se jejich nemoc nebo že se vůbec uzdravili. U jeskyně bylo vybudováno velmi dobré rehabilitační středisko především s vodoléčbou a také s podporou psychologů. A městečko Lurdy má z tohoto prospěch dodnes.

A o mladé Francouzce, dívce, které říkali Panna Orleánská, také schizofreničce, už jste jistě slyšeli. Hlasy, jí při jejích halucinacích říkali, ať zachrání svou vlast. Zvukové halucinace jsou podstatně častější, nežli halucinace zrakové. Francie byla tehdy ve stoleté válce s Angličany a dost prohrávala. Dívce se podařilo nadchnout k odvaze vojáky tak, že se situace Francie zlepšila. Ovšem Francouzi jí poměrně záhy vydali Angličanům a ti jí upálili jako čarodějnici. Nezemřela tedy asi v sedmnácti letech přirozenou smrtí. To lurdská dívka, Soubirousová, zemřela přirozenou smrtí asi ve 24 letech. Dožití u neléčené schizofrenie se totiž pohybuje asi mezi pěti a nejvýše deseti lety.

Kapitola III. - Poruchy osobnosti

Dnes na začátku jsem vzpomínal na mně moc milého pana profesora Vondráčka. Pacienti, které předváděl, spadali většinou do toho, čemu se tehdy říkalo psychopatie. Dnes používáme jiné názvy jako je psychopatická porucha, charakteropatie, sociopatie. Já budu zde používat název **porucha osobnosti**.

Spočívá v nenormální struktuře osobnosti v podobě nadměrného zdůrazňování některé či některých z významných povahových složek, případně v jejich potlačení nebo v jejich úchylce. Vedle povahových složek to mohou být různé typy emocí, nálad, temperamentu, pudů, vůle a charakteru. Bývá to ve spojení s nevyvážeností a

osobní nezralosti. Takový člověk má konflikty s okolím a trpí nevhodnými vztahy. Systém životních hodnot a sebehodnocení je odlišný od okolí, ovšem intelekt, vědomí a vnímání porušeny nejsou.

Z uvedeného vyplývá, že se nejedná o nemoc, ale abnormální odchylku osobnosti. Trvá od dětství a později se v zásadě nemění, i když se může postupem let sociální adaptací zlepšit. Ovšem může se také stářím dál zhoršovat. Jistě si sami vybavíte nějakého „podivína“ nebo „divného pavouka“, člověka, se kterým si málokdo rozumí.

Pokud se osoba liší od běžné normy, ale nemá to pro okolí ani pro společnost významnější důsledky, mluví se o anomální osobnosti. Ta se jeví spíše jen neškodným podivinstvím nebo zvýšenou pohotovostí k neurotickým nebo abnormním psychickým reakcím na nějakou zátěžovou situaci. Pokud jde o změny ještě méně odlišné od běžného standardu, třeba jen zvýrazněním některé vlastnosti bez její abnormálnosti, mluví se o akcentované osobnosti.

Patogeneze těchto změn osobnosti není dosud spolehlivě a jednotně vysvětlována. Bývají buď jednostranně zdůrazňovány vlivy biologické, anebo vlivy sociální, případně kombinace obojích vlivů. Z biologických vlivů se zdůrazňují vlivy dědičných nebo vrozených vloh. Ze sociálních vlivů bývá zdůrazňován vliv společenského prostředí, především vlivů z prostředí rodiny nebo jejích náhrad. Patří sem vlivy rozvrácených manželství, ztráta rodiče nebo obou, tvrdá výchova spolu s citovou deprivací, anebo příliš rozmazlující změkčilá výchova. Vliv může mít jak stav nouze, tak taky nadbytek prostředků. Jistě se uplatňuje i vliv špatných přátel a společníků. Navíc se zdá, že výsledný stav není prostým součtem negativních vlivů, ale že se tyto vlivy navzájem potencují a jsou spolu v součinnosti. Ovšem nedá se vyloučit, že se aspoň v některých případech jedná o důsledek nerozpoznaného mozkového poškození v raném období dětství.

Při klinickém vyšetření se první projevy povahové odchylnosti objevují už v předškolním věku. Ty ovšem valnou většinou uniknou pozornosti okolí, protože to se k dítěti chová shovívavě. Především toto platí v kruhu rodiny. Ve školním věku se už snáze odhalí různé povahové nevyváženosti a společenská nepřizpůsobivost. Děti bývají dostatečně chytré, jak už bylo řečeno, ale vzhledem ke své nesoustředěnosti, tékavosti a nepozornosti mají horší prospěch. Jsou také nespolehlivé, zbrklé, některé z nich značně agresivní nebo mohou mít až delikventní chování.

Zvýraznění psychopatických rysů s poruchami emotivity a chování bývá v období puberty. Vzorce poruchy chování bývají během života dosti stálé, i s přítomností poruchy jediné. Ta může spočívat v nezdrženlivosti a nedostatku ovládnutí se, neetičnosti a hysterických reakcích, čímž se liší od mnohotvárných, ale krátkodobějších neurotických projevů u normálních dětí a mladistvých.

V dospělosti nositelé poruchy osobnosti působí rušivě v pracovním prostředí, v manželském životě a ve společenském životě. Jejich obvyklá nezdrženlivost, neschopnost plánovat si svou budoucnost a lhostejnost k následkům svého jednání vyúsťuje v selhání v zaměstnání. Tito lidé střídají partnery a mají rozvrácené rodiny. Někdy to vede k alkoholizmu, někdy až k asociálním postojům a kriminalitě. Neplatí to ale vždy a po všech stránkách. Někteří se třeba chovají špatně jen doma, ale v práci a ve společnosti jsou úspěšní. Jiní naopak žijí velmi spořádaně, jenom se sami trápí neúměrnou úzkostností nebo obavami.

Někdy může anomální osobnost překvapit zajímavými a nečekanými nápady v oblasti umělecké, jindy v oblasti technické překvapí nečekanými vynálezy. Mohou někteří z nich projevit výjimečné organizační schopnosti nebo se tak projeví silné vůdčí schopnosti.

V dospělosti, jak už bylo řečeno, může dojít ke dlouhodobé kompenzaci rušivých vlastností poruchy osobnosti, naopak za nepříznivých okolností může se porucha vystupňovat a to zvláště v oblasti emoční. Hlavně se to týká pacientů, u kterých už je porucha emotivity.

Stáří působí tlumivě u povah výbušných a fanatických nebo stěžovatelských. Poruchy bývají méně nápadné, osoby jsou ve společnosti družnější. Stáří ovšem může na druhé straně podtrhnout sklony k podezřivosti, mrzoutství, také k neúměrné lakotě. V každém věku je třeba počítat u těchto osob se sklonem ke zkratkovitému a impulzivnímu jednání.

Nakonec si ještě přiblížíme některé vyhraněné typy poruch. Zatímco psychózy nejsou poruchy ani vady, jsou to nemoci a jako nemoci je lze léčit, tak porucha osobnosti nemoc není a nemá svou léčbu. Léčba není zacílena na vyléčení, ale může dopomoci ke kontrole nejrušivějších vlastností a navodit přijatelnou kompenzaci. Takovým lidem velmi pomůže například psychoterapie, kdy psycholog s nimi probere, co se stalo a jak se tomu dalo zabránit. Provází je, aby našli způsob, jak takovou situaci lépe vyřešit.

V dělení poruch osobnosti je použito určitých podobností s některými druhy psychóz. První jsou poruchy osobnosti se vztahem k neurózám - úzkostem. Porucha neurastenická znamená osobnost, která trpí tělesnou a psychickou ochablostí, už od dětství. Nápadný je nedostatek energie a snadná unavitelnost. Porucha **psychastenická** je osobnost s nejistotou, úzkostlivostí, nedostatkem sebedůvěry a povahovou nerozhodností. Proti neurastenické poruše má mnohem méně potíží tělesných a moc si na ně nestěžuje. Úzkostlivost se vyžívá v nadměrné pečlivosti.

Úlevu přinášejí přesně určená stereotypní chování. Rozlišujeme ještě dvě podskupiny: pedantické osobnosti a nutkavé posedlosti. V té první jsou pedanti, suchaři. Úporně lpí na přesném zachování pravidel, pořádku, postupů, brání se tvrdě inovacím nebo nějaké užitečné aktivitě druhých. Typicky jsou to domácí tyraní, byrokrati, hospodyňky fanaticky čistotné. Nutkavě posedlí zas stále kontrolují a opakují jinak běžné činnosti, nekonečně probírají své úvahy a vyhýbají se situacím, které v nich vyvolávají obavy. Brání se jim pomocí nesmyslných rituálů a ceremoniálů. Například nesmí na chodníku šlápnout na černou dlažební kostku, před důležitým rozhodnutím musí několikrát obejít telegrafní tyč, nemají-li po ruce oblíbený kus oděvu, nemohou vyjít z domu a podobně.

Porucha hysterická jeví velké množství zřejmě velmi měnlivých vlastností, velmi pestrých. Patří k nim přehnaná emotivita na úkor logického myšlení, neklid plynoucí ze stálého pocitu neuspokojení a hlavně do očí bijící sebestřednost. Ke svému prosazení a vynucování pozornosti od okolí, vyvolávají dramatické scény. Běžné jsou afektované až divadelní projevy, bouřlivé citové projevy, manipulování lidmi v okolí, rychlé zvraty sympatií v nenávisti. Domáhání se obdivu či aspoň soucitu. V potížích jsou tu často útky do nemoci s dovednou simulací různých příznaků. Nespokojují se však s předstíráním běžných nepříliš nebezpečných nemocí, ale zásadně vymýšlejí, jak jim hrozí nemoci smrtelné a dožadují se projevů soucitu při svém líčení, jak už brzy zemřou. Další jejich činností je intrikování, vymýšlení si nepravdivých historek, vyvolávání rozbrojů, hádek a scén.

Porucha se vztahem k maniodepresivitám, nazývaná obvykle **afektivní** nebo **cyklothymická**, se projevuje od běžného chování odchylkami v oblasti temperamentu a nálady. U poruch hypomanických je nápadná živost, přehnaný optimizmus a podnikavost. U jiných bývá více nápadná nezdrženlivost a nezodpovědnost. Naopak u depresivně laděných poruch chybí energie, radost ze života, může být sklon k hypochondrii.

Poruchy schizoidní jsou nápadné tím, jak jsou silně introvertní, úplně uzavřené do svých vlastních myšlenek a světů. Nedovedou navazovat ani udržovat kontakt s jinými lidmi. I když se takto jeví jako lidé nepřístupní a chladní, mohou překvapit svou snadnou zranitelností a vztahovačností, někdy výbuchem silného afektu. Mívají vyvinuté abstraktní myšlení, nadaní jedinci mohou překvapit originálním myšlením, nepostrádajícím logiku.

Paranoidní poruchy se dělí na osoby **pravé paranoidní**, na **fanatiky a reformátory** a konečně na **kverulanty a sudiče**. Všichni vesměs důrazně a úporně lpí na vlastních právech, vyznačují se sebestředností a vztahovačností. Dál je tu patrná silná afektivita, silné emoce, naopak je potlačena rozumová úvaha.

Paranoik ztrpčuje život svému okolí, je svárlivý a popudlivý. Někdy ale překvapí tím, jak se odvážně dokáže zastat někoho druhého. Fanatici se cele věnují

nějaké myšlenky, obvykle silně nadosobní, jako jsou otázky náboženské, sociálně politické nebo sociálně reformátorské. Také se mohou silně věnovat sběratelství, nebo neplodnému vynálezectví.

Kverulanti jsou známí tím, že svými podáními vysloveně obtěžují soudy nebo úřady se svými spory a stížnostmi. Ani příznivý výsledek pro ně je neuspokojí a vyrukují hned s dalšími požadavky. Vždy bojují právní cestou, ale jejich znalost zákona bývá útržkovitá, zato se ohánějí aktovkou plnou různých lejster a papírů. Ve vážných případech může dojít až k soudnímu omezení jejich právní způsobilosti.

Disociální poruchy se dělí na formu **anetickou** čili amorální, formu **explozivní** a formu **nezdrženlivou**. **Amorální porušené osobnosti** jsou členy chuligánských nebo dětských gangsterských part. Dívky tíhnou k prostituci, dívky i chlupci k alkoholizmu a drogám. Už před dosažením plnoletosti bývají izolováni do výchovných ústavů, po dosažení právní odpovědnosti jsou soudně trestáni.

Explozivní poruchy mají dost sníženou hranici pro snášení nepříjemných podnětů a událostí. Tito lidé na ně reagují neadekvátními záchvaty vzteku, neúměrnými nepříjemnému podnětu. Jsou zbrklí, jednají zkratkovitě bez ohledu na následky.

Nezdrženlivé poruchy osobnosti mají poruchu v oblasti pevné vůle. Jsou to lidé nestáli, kteří vyhledávají stále nové zážitky a dojmy. Mění zaměstnání, mění manželské partnery, opouštějí rodinu, užívají návykové látky. Nedbají o své zajištění a budoucnost, ale žijí pro daný okamžik. Mají slabé zábrany a snadno se nechají svést. Také sami umějí svést druhé.

Sexuální deviace jsou všechny odchylné přístupy a přípravy k dosažení sexuálního uspokojení. Za normální erotický objekt považujeme zralou osobu přiměřeného věku a opačného pohlaví, pokud odhlédneme od přírodní odchylky v podobě homosexuality. Homosexualita se za žádnou nemoc ani za psychopatologickou sexuální odchylku nepovažuje.

Polymorfní poruchy jeví několik anomálních vlastností, které patří do různých forem poruch osobnosti. Takové sdružování různých poruch osobnostních rysů je dost časté.

Závěr

Dnes jsme se zabývali nervovou soustavou a poměrně široce problematikou psychiatrie. Příště budeme probírat nemoci stáří a hned na psychiatrii navážeme probíráním demencí.

Mějte se dobře a na shledanou u příštího dílu.

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Dana Pokorná

Obor: Andragogika

Forma studia: kombinovaná

Název práce: Vzdělávání seniorů na univerzitách třetího věku

Rok: 2022

Počet stran textu bez příloh: 68

Celkový počet stran příloh: 26

Počet titulů českých použitých zdrojů: 30

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 4

Počet internetových zdrojů: 19

Vedoucí práce: Mgr. Martina Karkošová, Ph.D.