

**UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA**

**BAKALÁŘSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM**

2022-2023

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**Iveta Coufalová**

**Vzdělávání seniorů v institucionálním zařízení**

Praha 2023

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Ivana Shánilová, Ph.D.

**JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE**

**BACHELOR COMBINED (PART TIME) STUDIES**

**2022-2023**

**BACHELOR THESIS**

**Iveta Coufalová**

**Education of seniors in an institutional facility**

**Prague 2023**

**The Bachelor Thesis Work Supervisor: PhDr. Ivana Shánilová, 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

Iveta Coufalová

## **Poděkování**

Ráda bych zde poděkovala vedoucí své bakalářské práce paní PhDr. Ivaně Shánilové, Ph.D., za rady a čas, které mi věnovala při řešení dané problematiky a za vlidný, vstřícný přístup. Děkuji všem respondentům, kteří se podíleli na tvorbě praktické části práce a poskytli mi potřebné informace.

## **Anotace**

Práce se zaměřuje na vzdělávání seniorů v institucionálním zařízení. Teoretická část práce popisuje základní pojmy dané oblasti, způsoby vzdělávání osob v pokročilém věku v ČR, ale i v zahraničí, obory, které se zabývají vzděláváním seniorů, bariéry ve vzdělávání těchto osob, pojem celoživotní vzdělávání a další. Praktická část práce se soustředí na konkrétní domov pro seniory a cílem je zjistit, jakým způsobem se senioři žijící v tomto zařízení vzdělávají, a jaký to má pro ně smysl. Výzkumné šetření probíhá dle kvalitativního šetření, informace jsou získávány prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů a pozorování.

## **Klíčová slova**

Celoživotní vzdělávání, centra aktivizačních programů, Geragogika, Gerontodidaktika, institucionální zařízení, kluby pro seniory, senior, univerzita třetího věku

## **Annotation**

This work is focused on education of seniors in an institutional facility. The theoretical part describes basic concepts in this area and ways of education of elderly people in the Czech republic and in foreign countries as well. The work deals with barriers in education of seniors and what is lifelong learning. The practical part explores types of education, what seniors use in this facility and what does it the education mean to them. The research was carried out by using qualitative research and the informations are obtained through semi-structud interviews and observations.

## **Keywords**

Centres of activation, clubs for seniors, geragogy, gerants didactics, institucional facility, lifelong learning, seniors, University of the Third Age

<b>ÚVOD.....</b>	<b>9</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>11</b>
<b>1 STÁRNUTÍ.....</b>	<b>11</b>
1.1 Vymezení pojmu stárnutí a stáří .....	11
<b>2 ZMĚNY, KTERÉ S SEBOU STÁŘÍ PŘINÁŠÍ.....</b>	<b>13</b>
2.1 Fyzické změny .....	13
2.2 Psychické změny.....	14
2.2.1 Typy paměti a zapominání .....	14
2.3 Sociální změny.....	16
<b>3 GERAGOGIKA .....</b>	<b>18</b>
3.1 Historie geragogiky.....	19
3.2 Cíle geragogiky .....	20
<b>4 GERONTODIDAKTIKA .....</b>	<b>21</b>
4.1 Metody .....	21
<b>5 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ .....</b>	<b>23</b>
5.1 Celoživotní vzdělávání .....	23
5.2 Cíle a funkce vzdělávání seniorů .....	24
5.3 Vzdělávání seniorů v institucionálním zařízení.....	25
5.3.1 Trénování paměti .....	26
5.4 Specifika a metody vzdělávání seniorů .....	27
5.5 Motivace seniorů ke vzdělávání .....	27
5.6 Bariéry ve vzdělávání seniorů.....	28
<b>6 SOCIÁLNÍ VYLOUČENÍ SENIORŮ A JEHO PREVENCE .....</b>	<b>30</b>
6.1 Pojem sociální vyloučení .....	30
6.2 Sociální služby pro seniory.....	30
<b>7 INSTITUCE PRO VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....</b>	<b>32</b>
7.1 Kluby pro seniory .....	32
7.2 Univerzity třetího věku .....	32
7.3 Centra aktivizačních programů.....	34

<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>35</b>
<b>8 CÍL VÝZKUMU .....</b>	<b>35</b>
<b>9 VYBRANÁ METODOLOGIE .....</b>	<b>35</b>
<b>10 POPIS ZAŘÍZENÍ.....</b>	<b>36</b>
<b>11 METODY ZÍSKÁVÁNÍ DAT .....</b>	<b>37</b>
<b>12 VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....</b>	<b>38</b>
<b>13 RESPONDENTI.....</b>	<b>38</b>
13.1 Respondent č. 1 .....	38
13.2 Respondent č. 2.....	40
13.3 Respondent č. 3 .....	41
13.4 Respondent č. 4.....	42
13.5 Respondent č. 5.....	44
13.6 Respondent č. 6.....	45
<b>14 VYHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ .....</b>	<b>46</b>
14.1 Vzdělávání v zařízení.....	46
14.2 Vzdělávání individuální či skupinové.....	47
14.3 Smysl vzdělávacích aktivit .....	48
14.4 Vzdělávání mimo zařízení .....	49
14.5 Vlastní činnost .....	51
14.6 Obohacení vzdělávání v zařízení .....	52
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>53</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....</b>	<b>55</b>
<b>SEZNAM ZKRATEK .....</b>	<b>57</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>58</b>

## ÚVOD

Bakalářská práce se bude zaměřovat na seniory žijící v Domově pro seniory v Trutnově. Cílem práce bude zjistit, jakým způsobem se klienti v tomto zařízení vzdělávají a jaký to má pro ně význam. Téma stárí se jednoho dne bude týkat každého z nás. Vzhledem k tomu, že ve stáří paměť slábne a kognitivní funkce se snižují, je důležité pravidelné procvičování a dopomáhání tak k uchování co nejvyšší možné míry funkčnosti.

Toto téma jsem si vybrala, protože sama již několik let pracuji s touto cílovou skupinou a je mi velmi blízké. Senioři v této etapě života potřebují pomoc od druhé osoby i ve vzdělávacích činnostech. Proto je velmi důležité seniora motivovat a správnou formou ho navést a podpořit k rozvoji ve vzdělávání. V této oblasti existuje velké množství témat a problémů, kterým by se dalo věnovat. Já se budu zabývat tím, jakým způsobem se senioři v rámci institucionálního zařízení jako je domov pro seniory vzdělávají.

Teoretická část práce se bude zabývat základními pojmy jako je stáří, stárnutí a změny, které doprovází každého člověka na sklonku života. Jedná se konkrétně o změny psychické, biologické a sociální. Bude se soustředit na vzdělávání seniorů, které je úzce propojeno s pojmem celoživotní vzdělávání a zabývat se funkcemi, cíli a možnostmi vzdělávání těchto osob v rámci institucionálního zařízení. Mimo jiné bude zmiňovat, jakým způsobem lze namotivovat seniora ke vzdělávání a jaké mohou nastat bariéry v tomto směru. Nelze opomenout definice pojmů Geragogika a Gerontodidaktika, které budou zmíněny v teoretické části práce. Bude vysvětlen pojem sociální vyloučení, protože většina seniorů se cítí velmi osamocně a vzdělávání je jedna z forem, jak předejít takové situaci. V poslední řadě bude teoretická část popisovat sociální služby, které jsou určeny pro tuto cílovou skupinu a také instituce, které se zabývají vzděláváním seniorů v České republice.

Praktická část bakalářské práce se bude zaměřovat na konkrétní domov pro seniory a cílem bude zjistit, jakým způsobem se klienti daného zařízení vzdělávají. Jako výzkumná metodologie bude zvolen kvalitativní výzkum s použitím polostrukturovaných rozhovorů a pozorování. Respondenti budou zkoumáni v jejich přirozeném prostředí

a bude kladen důraz na kvalitu získaných dat. Vybráno bude celkem 6 klientů domova, z čehož je 5 žen a 1 muž a jejichž věková hranice je od 74 do 82 let.

Tato práce by měla být přínosem pro mnoho lidí, např. pro pečující personál, který je denně v kontaktu s touto cílovou skupinou a vytváří tak ze vzájemné spolupráce co největší možnou míru kvality jejich životů. Dále pro seniory žijící v domácím prostředí zvažující přesun do institucionálního zařízení a pro jejich rodiny. Práce by mohla být inspirací a informačním materiálem, jakým způsobem probíhá vzdělávání seniorů v institucionálním zařízení. Díky propojení nových technologií a metod vzdělávání, které probíhají právě v domovech pro seniory, mají senioři možnost naučit se nové věci, získat nové poznatky a sociální kontakty. Možnosti vzdělávání seniorů jsou velmi rozmanité.

Vždy ale záleží na mnoha faktorech, jako je např. motivace člověka v poproduktivním věku ke vzdělání, způsobu jeho života, zaměstnání, vzděláním, místem narození či rodinnými vazbami. Vždy je potřeba se zaměřit individuálně na každého respondenta a zjistit, co konkrétně jeho bude motivovat ke vzdělávání i v pokročilém věku.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 STÁRNUTÍ

Otázky ohledně procesu stárnutí a stáří doprovází celé lidstvo od počátku věků a týkají se nás všech. Je to nedílná součást života a nikdo z nás se této životní etapě nemůže vyhnout. Proto je pro nás všechny důležitým úkolem postarat se o to, aby naše stáří zůstalo v co nejvyšší možné míře kvality a vitality. A když jsme ještě ve věku, kdy stáří tolik neřešíme, je naším úkolem pomáhat lidem, kteří se již nacházejí v této životní etapě, a nejsou tedy schopní se postarat sami o sebe. Je to úkol celé společnosti, ale i jednotlivců. Dobré stáří je totiž výsledkem osobního nasazení a vlastního způsobu života.<sup>1</sup>

### 1.1 VYMEZENÍ POJMU STÁRNUTÍ A STÁŘÍ

Dalo by se říci, že stárnutí je proces, který začíná už narozením a probíhá celý život. Jedná se o velké množství změn, které mají vliv na celý organismus. Tyto změny přicházejí individuálně, orgány a jednotlivé funkce organismu stárnou nerovnoměrně.<sup>2</sup> Stáří je pak stav, na jehož kvalitě záleží velké množství faktorů, jsou jimi např. genetika, zdravotní stav v průběhu celého života, vlivy venkovního prostředí, životospráva, celkový životní styl a psychická vyváženost.

Stáří rozdělujeme na rané, vlastní a dlouhověkost, kdy rané stáří je vymezeno od věku 60 do 74 let, vlastní od 75 do 89 let a dlouhověkost pak 90 let a více.<sup>3</sup> V tomto období dochází k úpadku téměř ve všech oblastech života. Dochází k úbytku fyzické síly a k narušení v oblasti myšlení, senioři ale i přesto v některých případech překypují emocionální inteligencí, moudrostí a životní zkušeností, a to jim nemůže nikdo vzít. Stejně to bývá také v oblasti umění a ve vysoce odborných profesních znalostech, např. dirigenti nebo spisovatelé. Většinou tito lidé patří k těm nejlepším, a jejich

---

<sup>1</sup> DVOŘÁČKOVÁ, D., 2012. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4138-3, s. 8.

<sup>2</sup> ŠPATENKOVÁ, N. a SMÉKALOVÁ L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8, s. 59.

<sup>3</sup> ŠRÁMO, J., 2012. *Příprava na stáří*. Občanské sdružení Melius. ISBN 978-80-87638-00-2, s. 16-20.

následovníci se mohou jen učit. Senioři mají mnohem více silných stránek, např. mají úžasnou schopnost uspořádat si život a být spokojeni i s málem. Důvodem může být, že vyrůstali v době, kdy toho obecně nikdo moc neměl, a tak nejsou tolik nároční. Především ale srovnávají své nepříznivé životní situace s těmi, kteří jsou na tom ještě hůř. I na velké ztrátě se jim podaří najít zisk, i na nejhorší události najdou něco dobrého. To je vlastnost, která většině lidem v dnešní uspěchané době chybí, a z toho důvodu většina lidí žije nešťastný život. <sup>4</sup>

Stárnutí populace je vlastně pozitivní záležitost, znamená to totiž, že žijeme déle, z čehož vyplývá, že žijeme zdravě. Zůstává spíše otázkou, jak k tomu kdo přistupuje. S přibývajícím věkem totiž přibývá zdravotních komplikací, ve stáří již nejsme v tak dobré kondici, jako jsme byli zvyklí, často potřebujeme pomoc druhé osoby, s čímž se pojí i psychické rozpoložení, protože málokdo se s tím dokáže dobře vyrovnat. <sup>5</sup>

V České republice se dožíváme celkem vysokého věku, u žen je to 81,4 let a u mužů 75,8 let. <sup>6</sup> Většinu života ale strávíme v přítomnosti nějakého chronického onemocnění a nesoběstačnosti, konkrétně je to až pětina (platí pro muže) a čtvrtina (platí pro ženy) života. Počet seniorů (65+) v naší republice se k roku 2050 zvýší na třetinu populace. To je velký problém a je potřeba na to nějakým způsobem reagovat. Světová zdravotnická organizace (WHO) společně s odbornou veřejností zveřejnila svou Globální strategii a plán na stárnutí a zdraví, kde doporučuje vládám, jak nastavit zdravotní politiku a opatření tak, aby na tuto skutečnost mohly co nejlépe reagovat. <sup>7</sup>

---

<sup>4</sup> GRUSS, P., 2007. *Perspektivy stárnutí z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Verlag C. H. Beck Ohg Copyright. ISBN 978-80-7367-605-6. s. 11-15.

<sup>5</sup> SUCHÁ, J., HOLMEROVÁ, I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 6.

<sup>6</sup> *Vše o stárnutí české populace* [online]. [cit. 17. 12. 2022]. Dostupné z: <https://archiv.hn.cz/c1-65390290-vse-o-starnuti-ceske-populace>.

<sup>7</sup> SUCHÁ, J. a HOLMEROVÁ, I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 9.

## 2 ZMĚNY, KTERÉ S SEBOU STÁŘÍ PŘINÁŠÍ

S příchodem vyššího věku se nám život mění v podstatě od základů a přichází velké množství změn. Tento fakt si málokdo uvědomuje. V této kapitole přiblížím tyto změny a problematiku s nimi spojenou. Jedná se především o změny fyzické, psychické a sociální. Mimo jiné popíši i jaké existují typy paměti a jak se nejčastěji projevuje zapomínání u seniorů.

### 2.1 FYZICKÉ ZMĚNY

Fyzických změn ve stáří existuje velké množství. Typické je vypadávání a šednutí vlasů, vypadávání chrupu, vrásčitá a velmi citlivá kůže, tzv. „*papírová*“ kůže, zhoršení zraku, vyšší únavnost, oslabování imunitního systému nebo snížení pohybové schopnosti.

Schopnost pohybovat se, přesunout se z místa na místo, představuje pro nás všechny velmi důležitý faktor kvalitního života. Ve vyšším věku přibývá potíží, které se týkají pohybového aparátu a často to končí i tak, že člověk není schopen pohybovat svým tělem vůbec. Existuje ale mnoho rozměrů mobility, někdo je schopen chodit na krátké procházky do parku, někdo je vděčný za schopnost mobility ve své domácnosti, čímž je myšlen přesun z lůžka na toaletu nebo do kuchyně. Mezi stavy omezující v pohybu patří nejčastěji úbytek svalové hmoty, řídnutí kostí (osteoporóza) nebo degenerativní onemocnění kloubů (artróza). Nejlepší na prevenci těchto onemocnění je pravidelný pohyb, vyvážená strava a dostatek tekutin.<sup>8</sup>

Co se týká fyzických změn ve stáří v ohledu ke vzdělávání, projevuje se to především zhoršením zraku a sluchu. U zraku dochází ke změně zrakové ostrosti a ztrátou pružnosti čočky. Tato situace se dá dobře vyřešit brýlemi, čtecími lupami nebo operativně. U sluchu dochází k trvalému poklesu, což může být velká bariéra pro vzdělávání. Seniori špatně rozumí mluvenému slovu (např. při přednášce), tudíž nejsou schopni pochopit danou látku. Kompenzační pomůckou pro tuto situaci jsou naslouchátka.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> SUCHÁ, HOLMEROVÁ, 2019, s. 11- 12.

<sup>9</sup> ŠPATENKOVÁ, N. a SMĚKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80247-5446-8. s. 64.

Kromě výše zmíněných problémů, které sebou stáří přináší, zmíním ještě pár typických onemocnění pro tento věk. Jedná se např. o vysoký krevní tlak, diabetes mellitus, bérčové vředy nebo Parkinsonova choroba.

## 2.2 PSYCHICKÉ ZMĚNY

Ve stáří dochází ke změnám v myšlení, pozornosti, uvažování a paměti. Tyto změny zasahují celou osobnost člověka a vedou ke zhoršení psychických funkcí, ke změně charakteru člověka a k určitým typům psychických poruch. U každého člověka to ale probíhá velmi individuálně. Tyto změny jsou ale přirozené a fyziologické.<sup>10</sup> To nic nemění na tom, že paměť je třeba neustále procvičovat a rozvíjet. To věděli už i odborníci v minulosti, jako byl např. J. A. Komenský, který tvrdil: „*Nenechávej paměť odpočívat. Není nic jiného, co by se tak radovala a rostlo z práce, jako paměť. Svěřuj jí každý den něco, čím více jí budeš svěřovat, tím věrněji bude vše střežit.*“<sup>11</sup> Lidé v poproduktivním věku mají také problém s pozorností, již nejsou schopni zaměřit se na více podnětů najednou nebo udržet pozornost na jedné činnosti dlouhou dobu.

### 2.2.1 TYPY PAMĚTI A ZAPOMÍNÁNÍ

Paměť se většinou mění z mechanické na logickou. Starší lidé mají problém s osvojováním učiva, které pro ně nemá logiku. Ke zhoršování paměti dochází nejvýrazněji ve věku od 70 do 90 let.<sup>12</sup>

Existují různé druhy paměti. Můžeme ji rozlišit dle časového hlediska na krátkodobou, střednědobou a dlouhodobou. Krátkodobá trvá asi 10- 20 sekund a ukládají se z ní pouze informace, které jsou pro mozek nějakým způsobem „zajímavé“. Střednědobá paměť uchovává informace z nedávné minulosti, trvá několik hodin až dní. U starších lidí je zpravidla narušená, potřebují více času na naučení se něčeho nového. A dlouhodobá paměť má neomezenou kapacitu a uchovává informace z dávné minulosti,

---

<sup>10</sup> MÜHLPACHR, P., 2017. *Kvalita života seniorů*. Brno. ISBN 978-80-7392-260-3. s. 92-93.

<sup>11</sup> ŠPATENKOVÁ, N., 2019. *Kognitivní trénink u seniorů- distanční studijní text*. Opava: Slezská univerzita Opava. s. 10.

<sup>12</sup> ŠPATENKOVÁ, N. a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80247-5446-8. s. 65-66.

mohou to být např. vzpomínky z mládí. U seniorů právě tento typ paměti převládá. Nepamatují si události dnešního či včerejšího dne, ale události před 20 lety v konkrétní den si pamatují velmi dobře a dokáží to popsat.

Dále můžeme paměť rozdělit dle charakteru zapamatované informace na deklarativní a nedeklarativní. Deklarativní paměť zahrnuje data, encyklopedické znalosti, slova (ty senioři využívají především při luštění křížovek) a různé vzpomínky a zážitky. Nedeklarativní paměť je úzce spojena s motorikou, protože zahrnuje určité dovednosti, činnosti (např. zaměstnání- přesný pracovní postup, který celý život vykonávali, nikdy nezapomenou).

Topografická paměť je pro seniory také velmi důležitá, neboť je to typ paměti, která pomáhá s prostorovou orientací, uchovává informace o trase nebo o prostoru, ve kterém se denně pohybují. Bohužel tento typ paměti bývá u starších lidí narušen. Stejně jako prospektivní paměť- často zapomínají, co zrovna chtěli udělat, nebo pro co zrovna šli. Mají také problém soustředit se a vybavit si určité pojmy, jména či názvy. Adaptovat se se změnami v životě, plánovat a rozlišit priority (co je podstatné, co ne) už také není jednoduché.<sup>13</sup>

U seniorů, ale již u lidí středního věku, je velmi typický tzv. TOT fenomén, z anglického jazyka „*tip of tongue*“, což znamená „*mám to na jazyku*“. Znamená to, že nám náhle z paměti vypadne určitý pojem a zpravidla se nám vybaví později. Nemá smysl snažit se vzpomenout si, čím více se snažíme, tím méně se to daří. Z těchto důvodů můžeme u seniorů doma nebo v pokoji často vidět všude vylepené lístečky, protože si vše píší, aby na nic nezapomněli. Také pro tyto případy u sebe většinou nosí tužku a kousek papírku.

Je ale důležité podotknout, že zapomínání se netýká jen starších lidí, ale nás všech. Jak říká Suchá a Holmerová „*čím jsme starší, tím více toho máme k zapamatování, ale i k zapomínání*“.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup> SUCHÁ, J., a HOLMEROVÁ, I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 62-64.

<sup>14</sup> SUCHÁ a HOLMEROVÁ, 2019, str. 66-67.

## 2.3 SOCIÁLNÍ ZMĚNY

Čím aktivněji člověk žil svůj život, o to lépe se bude ve stáří vyrovnávat s problémy v životě. S čímž úzce souvisí velký problém, který musí lidé v poproduktivním věku řešit, a to je odchod ze zaměstnání do důchodu. Najednou mají nadbytek volného času a neví, co s tím. Hledají tak různé aktivity, které je zaměstnají. Jednou z nich může být právě vzdělávání. Nejhůře snáší odchod do důchodu lidé, kteří byli vysoce postavení ve společenském žebříčku, např. lékaři, profesoři. Byli celý život zvyklí, že něco znamenali, že byli pro společnost důležití, najednou jsou to „obyčejní důchodci“, nikdo už je neoslovuje „*pane profesore*“ nebo „*pane doktore*“. I když ve většině institucionálních zařízení se tak oslovují, někde je to i povinností.<sup>15</sup>

Stáří je spojeno i se ztrátou nebo snížením finančních prostředků, na které byli zvyklí během pracovního procesu. Stát seniory zabezpečuje formou starobního důchodu, což ale není tak vysoká částka, jako když chodili do zaměstnání. Také mají často vyšší výdaje, vzhledem k fyzickým nedostatkům si musí kupovat velké množství léků. Musí se tedy hodně uskromnit a i tak často potřebují pomoc od svých dětí či vnoučat.

Dalším velkým problémem je vyrovnání se se ztrátou blízkých, přátel, často i se ztrátou životního partnera. Dříve vztahy fungovaly jinak než v dnešní době, lidé ve sňatku byli zvyklí žít spolu po celý život, rozvodovost byla minimální. I pro nás je myšlenka ztráty partnera nemyslitelná, senioři se s takovou skutečností musí vyrovnat a jít životem dál, již sami. Některé výzkumy znázorňují, že staří lidé nevyhledávají nové zájmy nebo vztahy, ale spíše obnovují ty staré. Všeobecně ve světě i mezi rodinnými příslušníky je navazování nových partnerských vztahů nebo dokonce erotických vztahů ve stáří tabu. Často se stává, že děti starých lidí tuto představu odmítají a reagují na ní s pohoršením. Přitom pro každého člověka je důležité mít někoho vedle sebe, o koho se může opřít v těžkých situacích, komu může důvěřovat. V domovech pro seniory a v jiných

---

<sup>15</sup>ŠRÁMO, J., 2012. *Příprava na stáří*. Občanské sdružení Melius. ISBN 978- 80- 87638-00-2. s. 70.

institucionálních zařízeních je bohužel mírná snaha navodit tyto možnosti, právě z toho důvodu, že je to pro společnost tabu. <sup>16</sup>

Ve zkratce lze říci, že staří lidé čelí velkému množství krizí a životních zklamání. Důvodů, proč se často cítí osaměle a vyhledávají sociální kontakt, je mnoho. Tohle jsou ty nejčastější. Proto je velmi důležité, abychom jim pomáhali a byli jim oporou v těchto nelehkých životních situacích. I oni ale mají své specifické schopnosti, jak takovým nástrahám života čelit. Jedná se o moudré a zkušené lidi, kteří mají hodně životních zkušeností. Obecně o schopnostech a znalostech platí, že se musí aktivně využívat a procvičovat, aby to nevedlo k jejich retardaci. Právě z toho důvodu je vzdělávání seniorů prospěšné a důležité. <sup>17</sup>

---

<sup>16</sup> ŠRÁMO, 2011, s. 31.

<sup>17</sup> BENEŠ, M., 2010. *Andragogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2580. s. 90.

### 3 GERAGOGIKA

V této kapitole přibližuji pojem Geragogika, historii této disciplíny a její cíle.

Geragogika se považuje za samostatnou disciplínu, která se zabývá výchovou ke stáří. Jedná se o poměrně novou disciplínu, která ještě prochází legitimizací. Hodně odborníků zpochybňovalo její smysl, ale od pedagogiky se liší především v cílové skupině. Pedagogika je obor, který se sice soustředí na výchovu a vzdělání jedince v průběhu celého života, ale už z významu slova (řecky *paidós*=dítě, *agóge*=vedení) vyplývá, že je zaměřená spíše na děti a dospívající jedince. Bližší k této disciplíně je Andragogika, což je obor zabývající se vzděláváním dospělých. Musíme ale brát v úvahu, že i dospělí jedinci mají rozdílné vzdělávací cíle, motivaci ke vzdělání a formy výuky, než senioři. Z tohoto důvodu je lepší tyto vědy rozlišit.

Vzhledem k tomu, že v terminologii v této oblasti panuje zmatek, někteří odborníci (Čorňaničová R., Peterson David A.) se shodují, že by bylo vhodné všechny tyto termíny spojit v jeden, a to by byla právě Geragogika. Jedná se konkrétně o Gerontologii (nauka o stárnutí a stáří), vzdělávací gerontologii (edukace seniorů) a gerontologické vzdělávání (vzdělávání v gerontologii).

Název Geragogika jako první použil Ferdinand Adalbert Kehrer v roce 1952. Vznikla především v důsledku potřeb demografického vývoje. Proces stárnutí totiž představuje dlouhou etapu lidského života, která má svou hodnotu. Geragogiku řadíme do antropologických a humanitních věd. Umožňuje tzv. animaci seniorů, což znamená získávání a rozvíjení kulturních kompetencí a celkovou socializaci a edukaci těchto osob. Tato animace může být buď záměrná, nebo nezáměrná. Pod tímto oborem se skrývají tři skutečnosti. Geragogika jako oblast společenské činnosti, kam patří vedení, vzdělávání a péče. Poté geragogika jako teoretická disciplína, která se zabývá především prostředím, ve kterém se aktivity uskutečňují a metodami jednotlivých aktivit, a v poslední řadě geragogika jako studijní obor, kde se připravují budoucí geragogové na své působení.

V České republice dříve existoval podobný obor s názvem sociální gerontologie a sociálně-geriatrická péče, ten už ale teď neexistuje.<sup>18</sup>

Poznatky z geragogiky jsou rozvíjeny na základě společenských potřeb. Vzdělávání seniorů probíhalo i dříve, ale primárně pouze v domovech pro seniory. Zde se praktikovaly edukační programy se zaměřením na adaptaci, aktivizaci nebo rehabilitaci. Žádné akademie ani univerzity pro edukaci seniorů neexistovaly.

### 3.1 HISTORIE GERAGOGIKY

Za zakladatele geragogiky lze považovat J. A. Komenského. Ten jako první popsal celoživotní vzdělávání ve svém díle *Pampaedia* a vytvořil edukaci nejen pro děti a mládež, ale také pro dospělé a seniory. Tvrdil, že stáří je stejně důležité jako všechny ostatní životní etapy, a že vzhledem k tomu, že v tomto období jsou lidé nejslabší a nejzranitelnější, potřebují pomoc a podporu od druhých o to více, a nesmí být zanedbáváni. Starý člověk by podle Komenského neměl zapomínat na své ctnosti a zkušenosti a měl by je rozvíjet a správně využívat.

I přesto se ale prakticky na tuto oblast zapomínalo a opomíjela se. Tyto úvahy měly vždy spíše teoretický charakter. Samotná edukace seniorů začala vznikat až v 70. letech minulého století na mezinárodních gerontologických kongresech, kde se hovořilo o vzdělávacích kurzech pro seniory, o výchovně-vzdělávacích přípravách na odchod do důchodu a dalších podobných tématech. Tento směr se začal rozvíjet na základě potřeb společnosti, vznikala řada nových teoretických poznatků o procesu stárnutí a celoživotní vzdělávání se stalo nutností. Kromě toho velké množství seniorů začínalo projevovat zájem o tuto oblast z důvodu kontaktu se sociálním prostředím a zvyšováním kvality jejich života. Přispívá to k lepší orientaci v rychle se měnícím světě.<sup>19</sup>

---

<sup>18</sup> ŠPATENKOVÁ, L., a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8, s. 17-19.

<sup>19</sup> ŠPATENKOVÁ, SMÉKALOVÁ, 2015, s. 26.

## 3.2 CÍLE GERAGOGIKY

Mezi hlavní cíle tohoto oboru patří edukace seniorů v období vlastního stáří (konkrétně zaměřené na vzdělávání seniorů), edukace všech jedinců v přípravě na stáří, protože všichni budou jednou staří, a edukace veřejnosti k chápání procesu stárnutí a k úctě vůči těmto lidem. V teoretické rovině se zabýváme diagnostikou a hodnocením procesu stárnutí, jeho determinanty a okolnostmi, a v poslední řadě metodami a možnostmi způsobu pomoci. Je zde snaha o stabilizaci životních podmínek seniorů. V empirické rovině se zaměřujeme na adaptaci seniorů se stářím, jakým způsobem efektivně trávit nadbytek volného času a na prevenci sociálního vyloučení. Tato rovina usiluje o zlepšení kvality života lidí v poproduktivním věku, poskytuje poradenství a konzultace a je zde stěžejní socializace a seberealizace. V aplikační rovině pak najdeme vzdělávání seniorů v konkrétních institucích. Patří sem univerzity třetího věku, kluby pro seniory, domovy pro seniory, instituce péče o seniory a další vzdělávací instituce.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> ŠPATENKOVÁ, SMÉKALOVÁ, 2015, s. 28-29.

## 4 GERONTODIDAKTIKA

Tato kapitola se soustředí na pojem Gerontodidaktika a Androdidaktika, což jsou disciplíny, které spolu úzce souvisí. Jsou zde zmíněny i didaktické metody, které se nejčastěji využívají při vzdělávání seniorů.

Gerontodidaktika je disciplína, která se zabývá edukačními specifiky seniorů. Jde o teorii výuky a vzdělávání seniorů, která zahrnuje především volnočasové aktivity lidí v tomto věku. Předmětem je vzdělávací proces, který obsahuje cíle, organizační formy, metody, materiální prostředky a pomůcky, didaktické principy, kompetence edukanta (seniora), kompetence edukátora (lektora), podmínky edukačního procesu a další. Tato disciplína staví na Androdidaktice, což je teorie výuky a vzdělávání dospělých a je zaměřena především do profesní sféry, což je pro tento věk typické. Obě disciplíny jsou si velmi blízké, liší se v podstatě jen v cílových skupinách.<sup>21</sup>

### 4.1 METODY

Didaktické metody jsou považovány za „*cestu k cíli*“. Týkají se lektora, seniora a společně stanovených cílů a jedná se vlastně o způsoby, jak přesně dosáhnout vytyčených cílů. Tyto metody se rozdělují dle různých kritérií, záleží hlavně na obsahu učiva a na možnostech a schopnostech seniorů a lektorů. Obecně u této cílové skupiny je lze rozlišit do tří velkých skupin: tradiční, aktivizační a kreativní.

Tradiční metody zahrnují slovní, názorně-demonstrační a praktické metody, aktivizační zohledňují participaci seniora a kreativní jsou často založeny na asociaci.

Konkrétní didaktická metoda může být např. vyprávění. Tu si ale může dovolit jen lektor, který má přímo talent na vyprávění. Nelze jí použít na vzdělávací obsah, ale lze s ní upoutat pozornost nějakým vlastním zážitkem či zkušeností, čímž se pak lépe

---

<sup>21</sup> KALNICKÝ, J., 2019. *Androdidaktika a gerontodidaktika*. Opava: Slezská univerzita Opava. s. 2- 18.

vzdělávací obsah zapamatuje. Navíc se i samotní senioři mohou zapojit a podílet se se skupinou o své zážitky a zkušenosti, které souvisí s probíraným tématem. Další metodou může být práce s textem, která je také velmi účinná při osvojování nových poznatků. U seniorů by ale tato metoda neměla zahrnovat komplexní téma lekce, ale pouze část. Stejně tak musí být speciálně přizpůsobena seniorské populaci, tzn. dostatečná velikost písma, vhodný formát i rozsah. Vhodné je také využití myšlenkových map.

Brainstorming neboli burza dobrých nápadů je metoda, kdy lektor položí otázku, na kterou senioři odpovídají a sdělují své nápady a argumenty. Žádná odpověď není hodnocena kriticky a žádná odpověď není špatná. Následně se pak odpovědi analyzují. V této metodě jde spíše o kvantitu, než o kvalitu. Brainwriting je metoda velmi podobná, s rozdílem, že senioři své nápady píšou na papír, který si pak mezi sebou posílají. Je lepší v tom, že se zaměřuje na každého seniora více individuálně.

Didaktických metod, které lze využívat se seniory existuje velké množství. Mezi nejefektivnější patří jednoznačně rozhovor, který umožňuje aktivizaci, pozornost, motivaci seniorů a rozvíjí schopnost argumentovat. Při této didaktické metodě musí lektor dodržovat určitá pravidla, např. vždy zareagovat na odpověď (při správné odpovědi dětsky nechválit, při špatné nekritizovat, ale poskytnout jinou formulaci), nechávat dostatek času i prostoru, mluvit jasně, srozumitelně, jednoznačně, dostatečně nahlas a další.<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> ŠPATENKOVÁ, N., a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 16-141.

## 5 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Člověk je schopen učit se nové věci v každém věku. Vzdělávání dospělých je trendem a nutností současné doby. Jak už bylo zmíněno, u seniorů většinou dochází ke zhoršení paměťových schopností, potřebují více času a více opakování, aby si něco vštípili do paměti. I přesto se ale vzdělávají a má to pro ně přínos. Většinou tyto nedostatky kompenzují vysokou odpovědností, přesností a trpělivostí.

Obor, který se zabývá vzděláváním seniorů a podporou kvalitního životního programu se nazývá Gerontogagika. Vzdělávání tohoto typu je sice trendem dnešní doby, i přesto se ho ale zúčastňuje malé procento lidí. Jedná se o činnost zcela dobrovolnou, na rozdíl např. od školského vzdělávání dětí. Instituce poskytující tuto formu vzdělávání proto přikládají důraz na fakt, že v tomto případě není důležité, že se učí každý, ale že každý, kdo se chce učit, se učit může.<sup>23</sup>

Jak už bylo zmíněno v předchozí kapitole, vzdělavatel seniorů musí výuku speciálně upravit dle jejich potřeb, už jen proto, že mají často problém se zrakem a sluchem.<sup>24</sup> V této kapitole bude popsáno, jaké jsou možnosti vzdělávání pro lidi ve vyšším věku, cíle a funkce tohoto typu vzdělávání, jaké problémy při vzdělávání seniorů mohou nastat a jakým způsobem namotivovat takového člověka ke vzdělávání.

### 5.1 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Celoživotní vzdělávání je chápáno jako permanentní vzdělávání po dobu celého života. V současnosti se stále více používá pojem *celoživotní učení*, neboť zdůrazňuje svobodu a důvěru ve vlastní schopnosti. Většinou probíhá v tradičních vzdělávacích institucích, jako jsou např. vysoké školy, může ale probíhat i mimo ně. Jedná se

---

<sup>23</sup> BENEŠ, M., 2010. *Andragogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2580. s. 90.

<sup>24</sup> SUCHÁ, J., a HOLMEROVÁ, I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 57.

o celoživotní proces, který vede k formování postojů každého z nás, k rozvoji osobnosti, zájmů a získávání nových zkušeností a dovedností. Celoživotní vzdělávání učí člověka vést plnohodnotný život ve společnosti a osvojovat si efektivní vzorce chování.

V České republice je tato oblast vzdělávání ošetřena v *Národním programu rozvoje vzdělávání*, kde je ukotveno, že vzdělávání má být dostupné pro všechny, bez ohledu na věk. Tento pojem najdeme definovaný i v mnoha dalších dokumentech, jako je např. *Memorandum o celoživotním učení* (MPSV), nebo *Strategie vzdělávací politiky České republiky do roku 2020* (MŠMT).<sup>25</sup> Jedná se o propojený celek, který má své určité etapy:

1. *předškolní výchova a vzdělávání;*
2. *vzdělávání a výchova po dobu povinné školní docházky;*
3. *všeobecné vzdělávání realizované na gymnáziích;*
4. *profesní vzdělávání na úrovni středoškolského vzdělávání*
5. *profesní vzdělávání na úrovni vysokoškolského vzdělávání*
6. *vzdělávání dospělých.*<sup>26</sup>

## **5.2 CÍLE A FUNKCE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ**

Vzdělávání plní hned řadu důležitých funkcí. Prostřednictvím vzdělávání získává člověk sociální status, nabývá nových znalostí, zkušeností, dovedností, kvalifikací a vědomostí. Díky vzdělání je člověk schopný socializace, má větší možnosti na trhu práce (senioři si často přivydělávají formou brigád), a obecně jde o celkovou humanizaci jedince.

Vzdělávací aktivity pomáhají k pocitu spokojenosti. Senioři se díky nim dozvídají informace, které je zajímají a ztotožňují s dnešní dobou. Ovlivňují i pohled společnosti, která si díky nim uvědomuje, že i senior může žít plnohodnotný a kvalitní život.

---

<sup>25</sup> ZORMANOVÁ, L., 2017. *Didaktika dospělých*. . Praha: Grada. ISBN 978-80-271- 0051-4. s. 21.

<sup>26</sup> ZORMANOVÁ, 2017, s. 22.

Vzdělávání lidí v poproduktivním věku má pozitivní vliv na mezigenerační integraci a solidaritu.<sup>27</sup>

### 5.3 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V INSTITUCIONÁLNÍM ZAŘÍZENÍ

Lidé žijící v domovech pro seniory už ve většině případů nemají chuť na vzdělávání formou docházení na U3V, do knihoven nebo do klubů seniorů. Existují ale formy vzdělávání v rámci institucionálního zařízení jako je např. domov pro seniory, není jich ale bohužel mnoho.

V těchto zařízeních se vzdělávání seniorů soustředí především na paměť a její procvičování z důvodu, že v seniorském věku tyto funkce nejvíce slábnou. Jejich procvičování je velmi důležité. Je mnoho her a způsobů, jak lze procvičovat paměť. Výtvarné a tvořivé dílny, výstavy, přednášky, projekce filmů, kvízy, kluby tvůrčího psaní, deskové hry a další. Tyto činnosti mohou probíhat individuálně i skupinově. Když se jedná o skupinové cvičení, většinou je to pod vedením aktivizačního pracovníka. Ke kognitivnímu tréninku je potřeba splnit několik podmínek, jako je nehlukné prostředí s dostatkem čerstvého vzduchu, světla a s ustáleným řádem, což znamená, že musíme předem určit kdy, a jak často bude takový trénink probíhat.<sup>28</sup> Doporučuje se asi jen dvě hodiny týdně. Někteří senioři ale preferují individuální vzdělávání, takže si na pokoji čtou knihy nebo používají počítač, kde najdou různé tréninkové programy či online hry. Např. na stránkách neziskové organizace *Život 90* najdeme aplikaci na podporu kognitivních funkcí, která je financována Ministerstvem zdravotnictví ([www.seniorum.cz](http://www.seniorum.cz)).

---

<sup>27</sup> ZORMANOVÁ, 2017, s. 42.

<sup>28</sup> ŠPATENKOVÁ, N. a SMĚKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 102.

### 5.3.1 TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

Trénování paměti je nejčastější formou vzdělávání seniorů v rámci institucionálního zařízení. Má několik fází. První fáze se nazývá počáteční a vysvětluje účastníkům, co se bude probírat. Má za úkol posluchače namotivovat. Druhá fáze je hlavní, ve které se začíná trénovat smyslové cvičení, což pak vede k procvičování paměti dlouhodobé. V této fázi se u posluchačů zvyšuje soustředění. Třetí fáze je volnějšího charakteru, dochází k diskuzím a k lehkému občerstvení, někdy se může pustit i hudba. Ve čtvrté fázi se opakují cvičení z hlavní fáze, opakováním dojde ke vštípení do paměti. V závěrečné fázi se zpívají písničky, povídají se povídky nebo se zadávají úkoly.

Hlavním cílem trénování paměti je zajistit úspěch. Úspěchu dosáhneme pravidelným opakováním a tréninkem mozkových funkcí. Není dobré se vystavovat časovému a výkonnostnímu tlaku. Trénování paměti musí být zábavné a povzbudivé, aby motivovalo seniory k pravidelnosti. Důležitou součástí je také chvála a povzbuzení. Pomocí skupinového tréninku lze podpořit i vazbu sociálních kontaktů.

Cvičení na podporu paměti existuje velké množství. Záleží také, jakou paměť konkrétně procvičujeme. K tréninku krátkodobé paměti slouží např. vyhledávání slov nadřazených a podřazených, vyhledávání synonym nebo homonym, vyhledávání slov, které se spolu rýmují, vyhledávání českých výrazů pro cizojazyčné termíny nebo hledání víceznačných slov. Na podporu paměti sensorické a na podporu koncentrace slouží vyhledávání rozdílů na dvou podobných obrázcích, cvičení na rozeznávání různých zvuků hudebních nástrojů, přirozených zvuků z každodenního života nebo hledání změn v melodii skladeb.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> ŠPATENKOVÁ, N., a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 103.

## 5.4 SPECIFIKA A METODY VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vzhledem ke změnám, ke kterým zpravidla ve vyšším věku dochází, je potřeba výuku těchto jedinců speciálně upravit a přizpůsobit. Je to ale velmi komplikované, protože tyto změny jsou individuální a účastníci výuky se mohou lišit v mnoha faktorech, např. ve svých zájmech, v dosaženém vzdělání, ve zdravotním stavu, v úrovni motivace a potenciálu nebo v představě o vzdělávání. Všechny tyto rozdíly se s přibývajícím věkem značně zdůrazňují. Tudiž organizátoři a realizátoři výuky pro tuto cílovou skupinu musí být důslední a musí všechny tyto zvláštnosti respektovat. Důležitým faktem ale je, že většina seniorů představují skupinu s nižší dosaženou úrovní vzdělání, než mají lidé v produktivním věku. Důvodem jsou především změny ve společnosti. V dobách svého mládí tito lidé ve většině případů nemohli studovat z finančních a sociálních důvodů.

Při vzdělávání seniorů je nezbytné respektovat jejich osobnost vzhledem k individuálním potřebám, podporovat sebedůvěru a pozitivní myšlení, volit správná témata vzdělávání, pomoci s adaptací se stářím, správně motivovat ke vzdělávání a v poslední řadě efektivně komunikovat, aby rozuměli všemu, co říkáme. Je dobré si čas od času kontrolovat zpětnou vazbu. Ve vzdělávání starších lidí je také dobré používat pracovní a životní zkušenosti účastníků, lépe si pak vše zapamatují.<sup>30</sup>

## 5.5 MOTIVACE SENIORŮ KE VZDĚLÁVÁNÍ

Namotivovat seniora k dalšímu vzdělávání většinou není potřeba, protože se jedná o dobrovolnou činnost. Zejména ale v rámci institucionálního zařízení to není někdy na škodu. Může nastat situace, kdy má klient strach z něčeho nového, co nezná, zejména u seniorů se to stává velmi často. My ho můžeme namotivovat k tomu, že vše nové nemusí být zpravidla zlé, a že to pro něj může mít i určitý přínos. Můžeme to uvést na konkrétním příkladu z domova pro seniory- klient se nechce zúčastnit vzdělávací aktivity,

---

<sup>30</sup> ŠPATENKOVÁ, N., a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 57-58.

protože se stydí. Když se nám podaří namotivovat ho tak, že to na konec zkusí, může se stát, že ho to bude velmi bavit a bude se těchto aktivit účastnit pravidelně.

Motivace seniorů ke vzdělání záleží na mnoha faktorech, např. na dosaženém vzdělání, na druhu vzdělání, na dřívějších zájmech, na předešlém zaměstnání, celkově na zájmu tohoto jedince v účasti na kulturním a společenském životě, na snaze v něčem se zdokonalovat a pracovat na sobě. Pro některé je to vyloženě koníček.

Motivací pro seniory ke vzdělávání je nejčastěji potřeba sociálního kontaktu, většina z těchto lidí žije osamoceným životem. Snaží se najít smysl života, mít pocit potřeby, dosáhnout nějaké sociální změny ve svém životě nebo si zkrátka jen udržet intelektuální schopnosti. Vzdělávání seniorů slouží také především jako prevence sociálního vyloučení.<sup>31</sup>

## 5.6 BARIÉRY VE VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Bariéry ve vzdělávání seniorů existuje velké množství a mohou silně ovlivňovat výsledky a průběh vzdělávání. Souvisí především se zdravotním stavem těchto jedinců a s jejich individuálními potřebami, proto organizátoři a lektori musí výuku speciálně upravovat a musí se vypořádat se všemi nedostatky. Tyto bariéry lze rozdělit do několika skupin.

Informační bariéry spočívají v neznalosti seniorů o vzdělávacích možnostech a příležitostech ke studiu. V dnešní moderní době téměř vše funguje přes komunikační technologie, což je pro lidi žijící doma a nemající počítač a někdy ani televizi, celkem složité. Nemají možnost se dozvědět o různých kurzech nebo o jiných podobných možnostech, natož se do nich zapojit.

Další bariéry vyplývají z životní situace jedince a jedná se o situační bariéry. Mnoho lidí nemá dostatek finančních prostředků na poplatky za studium, na koupi knih, učebnic

---

<sup>31</sup> BENEŠ, M., 2010. 2010. *Andragogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2580. s. 90.

či dokonce počítačového systému, nebo na dojíždění do určité univerzity či do konzultačního střediska.

Psychologickou zábranou je často nízká motivace až negativní postoj seniora ke vzdělávání. Důvodem je často strach z něčeho nového, neznámého, což je u seniorů naprosto typické. Dalším důvodem může být špatná zkušenost z předchozího vzdělávání (např. z mládí), obavy z neschopnosti učit se nebo z nároků, požadavků a celkového pohledu a negativního přístupu lektora k seniorům. Je velmi smutné, že se hodně seniorů ztotožňuje s názorem, že v jejich věku již nemá smysl další vzdělávání, že už jsou úplně k ničemu a že se nebudou nikde ztrapňovat. Tyto předsudky a mýty jsou nejrůznějšího charakteru a mají vliv na pojetí stáří pro společnost a na sebepojetí seniorů. Úzce to pak souvisí s diskriminací starých lidí.<sup>32</sup>

---

<sup>32</sup> ŠPATENKOVÁ, N., a SMÉKALOVÁ L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 80-82.

## **6 SOCIÁLNÍ VYLOUČENÍ SENIORŮ A JEHO PREVENCE**

Tato kapitola vysvětlí pojem sociální vyloučení neboli exkluze a sociální služby určené pro seniory, které často představují prevenci sociálnímu vyloučení těchto osob.

### **6.1 POJEM SOCIÁLNÍ VYLOUČENÍ**

Sociální vyloučení je proces, při kterém jsou jednotlivci či skupiny osob zbavovány přístupu ke zdrojům sociálních, ekonomických a politických aktivit společnosti. Tento proces doprovází zvýšená závislost na péči druhé osoby. Exkluzí velmi často trpí právě senioři a to z různých důvodů, např. přechod ze zaměstnání do penze, nadměrné množství volného času, úmrtí životních partnerů a přátel, adaptace na institucionální zařízení, nedostatek finančních prostředků, ztráta kontaktu s rodinnými příslušníky atd. Velký vliv mají i zdravotní potíže, které jsou doprovázeny tímto věkem. Snížení fyzické zdatnosti může vést ke ztrátě schopnosti vykonávání koníčků a oblíbených volnočasových aktivit.<sup>33</sup>

### **6.2 SOCIÁLNÍ SLUŽBY PRO SENIORY**

Sociální služby pro seniory jsou definovány zákonem o sociálních službách č. 108/2006 Sb. Všechny tyto služby mají jeden společný cíl- poskytovat pomoc a podporu lidem, kteří se v důsledku zdravotního stavu či věku ocitli v situaci, že již nejsou schopni postarat se sami o sebe. Obecně rozdělujeme tyto služby dle způsobu poskytování na terénní, ambulantní a pobytové.

Terénní služby se poskytují v přirozeném prostředí klientů-tedy u nich doma. Patří sem pečovatelská služba, osobní asistence nebo tísňová péče. Do ambulantních služeb řadíme denní stacionáře, týdenní stacionáře nebo centrum denních služeb. Jsou ty služby, které jsou klientům poskytovány většinou od pondělí do neděle, od rána do odpoledních

---

<sup>33</sup> ONDRUŠOVÁ, J., KRAHULCOVÁ, B., a kol., 2019. *Gerontologie pro sociální práci*. Praha: Univerzita Karlova. ISBN 978-80-246-4383-0. s. 128.

hodin. Klienti se zde setkávají s vrstevníky a trávit tak svůj volný čas. A v poslední řadě jsou pobytové sociální služby, což jsou např. domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem nebo odlehčovací služby.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> SUCHÁ, J. a HOLMEROVÁ I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 140-143.

## **7 INSTITUTE PRO VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ**

Tato kapitola popíše nejčastější vzdělávací instituce pro seniory v rámci České republiky. Jedná se o Univerzity třetího věku, Kluby pro seniory a Centra aktivizačních programů. Všichni klienti z institucionálních zařízení mohou dle svých možností, schopností a dle svého zájmu navštěvovat tyto instituce.

### **7.1 KLUBY PRO SENIORY**

Kluby pro seniory jsou určené pro skupinu lidí vyššího věku, kteří jsou osamělí a nemají s kým sdílet své zájmy a záliby, nebo pro lidi, kteří jen chtějí vyzkoušet něco nového. Tito lidé se zde pravidelně scházejí a zúčastňují se vzdělávacích a volnočasových aktivit. Do těchto aktivit můžeme zahrnout např. cvičení paměti, jazykové kurzy nebo pohybové aktivity. Může se ale jednat i o akce jednorázové jako je např. beseda, přednáška, návštěva divadla nebo jiné kulturní akce. Často se zde setkávají se zajímavými a známými lidmi, kteří jim přednáší a tím přinesou do života nové zkušenosti a poznatky. Není nutností, aby se konala nějaká akce, mnoho lidí v seniorském věku si tam chodí jen posedět a popovídat nad šálkem dobré kávy. Kluby jsou otevřené většinou celoročně s výjimkou letních měsíců a to od rána často až do večerních hodin. Většinou jsou financovány z rozpočtů obcí a pro seniory jsou zdarma. Vzdělávací činnost klubů probíhá formou besed, zájezdů do divadel, na koncerty či výstavy.

### **7.2 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU**

Univerzity třetího věku (U3V) jsou nejznámější a nejčastější formou vzdělávání seniorů. První U3V vznikla ve Francii v roce 1973 na Univerzitě společenských věd v Toulouse a odtud se tato myšlenka začala rychle šířit po celém světě. První U3V v České republice vznikla v roce 1986 v Olomouci. Hned o rok později vznikla další v Praze. V současné době je situace taková, že U3V najdeme téměř na každé vysoké škole. Mimo jiné je to jedna ze základních podmínek pro fungování U3V, aby měla odborné spojení s jakoukoliv akreditovanou vysokou školou. Jedná se totiž o vzdělávání na vysokoškolské úrovni různých oborů, akorát pro určitou cílovou skupinu. Většinou

tyto univerzity nabízí stejný program oborů jako vysoká škola, se kterou spolupracují. Tyto obory se vzájemně propojují a navazují na sebe. Výjimkou jsou pouze kurzy počítačové gramotnosti, které jsou zařazeny všude, a to z toho důvodu, že je o ně u seniorů velký zájem.<sup>35</sup>

Zpravidla studium trvá cca 12 týdnů, což je jeden semestr. Studium je zakončené odevzdáním závěrečné práce a „promocí“. Absolventi nezískají žádný titul. Výuka probíhá nejčastěji formou přednášky, semináře nebo teoretického/laboratorního cvičení. Většinou lidé studující na těchto univerzitách musí studium platit, částka se pohybuje mezi 300 a 900 Kč.<sup>36</sup>

I přesto že U3V najdeme dnes téměř na každé vysoké škole, je spoustu lidí ve starším věku, kteří žijí úplně mimo město, tudíž nemají možnost na univerzitu pravidelně dojíždět. Pro tyto případy existuje **Virtuální univerzita třetího věku (VU3V)**, kterou vymyslela Česká zemědělská univerzita v Praze. Výuka této univerzity se odehrává virtuálně prostřednictvím komunikačních technologií, jako je mobil nebo počítač. Jedná se v podstatě o e-learningové vzdělávání, které se u nás velmi rozšířilo v průběhu doby onemocnění Covid-19. Senior, který má o takové vzdělání zájem, se přihlásí do systému PEF a pak sleduje přednášky vedené akademickými pracovníky. Tyto přednášky si pak může zpětně kdykoliv dohledat a znovu pustit. V jednotlivých regionech jsou konzultační střediska, kde si pak každý může napsat závěrečný test, čímž celé studium uzavře. Účastníkem se může stát osoba pobírající důchod, invalidní důchodce bez ohledu na věk nebo osoba ve věku 50 let a výš. Kromě závěrečného testu čeká posluchače celodenní závěrečný seminář, kde se setkají s lektory, kteří je provázeli po celou dobu studia, ale také s ostatními seniory, kteří mají stejný zájem o vzdělání a plnohodnotné trávení volného času. Je zde možnost otázek a diskuzí. Součástí je i seznámení s místní historií a zajímavostmi, jako jsou např. hrady, zámky, muzea atd. Nevýhodou virtuálních univerzit je neschopnost pracovat s komunikačními technologiemi. Existuje ale velké

---

<sup>35</sup> ŠPATENKOVÁ, N. a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 89-90.

<sup>36</sup> SUCHÁ, J., a HOLMEROVÁ I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 57.

množství kurzů na počítačovou gramotnost, kde se senioři mohou naučit pracovat s mobilem či počítačem.<sup>37</sup>

Za zmínku stojí také **Experimentální univerzity pro prarodiče a vnoučata**, které vznikly na Univerzitě Karlově v Praze v roce 2004-2005. Jsou velmi zajímavé tím, že umožňují společné studium prarodičům a jejich vnoučatům ve věku od 6- 12 let. Děti si pod vedením vysokoškolsky vzdělaných pedagogů vybírají obor své budoucí profese a prarodiče jim s tím pomáhají. Toto mezigenerační vzdělávání prohlubuje jejich vzájemné vztahy.

### 7.3 CENTRA AKTIVIZAČNÍCH PROGRAMŮ

Jedná se o sociálně-aktivizační služby dle zákona č. 108/2006 v platném znění o sociálních službách a o vyhlášku č. 505/2006 Sb. Cílovou skupinou těchto programů nejsou jen senioři (65+), ale také zdravotně postižení jedinci, kteří se nachází v nepříznivé životní situaci. Umožňují jim udržovat kontakt se sociálním prostředím a tím také předchází sociálnímu vyloučení. Kromě toho nabízejí pomoc při zvládnání činností z každodenního života a aktivity spojené se vzděláváním. Jedná se např. o výuku cizího jazyka, trénink paměti, jóga, pilates, tance, dramatický kroužek, společenské hry (bingo), půjčovna knih, projekce filmů a o mnoho dalších aktivit. Mimo jiné je zde možné udělat si počítačový kurz, kde se klienti naučí jak pracovat s textem ve Wordu, jak vyhledávat informace na internetu nebo jak si založit účet na sociálních sítích.<sup>38</sup>

Klienti do těchto center dochází ambulantně ve všední dny, ale je zde možnost i terénní spolupráce, kdy terénní pracovník dojíždí do přirozeného prostředí klienta a poskytuje tyto služby. Konkrétním příkladem Centra aktivizačních programů je na Praze 8, které má i více poboček.

---

<sup>37</sup> ŠPATENKOVÁ, N., a SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8. s. 96-98.

<sup>38</sup> SUCHÁ J., a HOLMEROVÁ I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4. s. 58-59.

## PRAKTICKÁ ČÁST

V praktické části bude přiblížen cíl výzkumného šetření, vybraná metodologie, metody získávání dat, výzkumné otázky a způsob zpracování dat. Mimo jiné bude popsáno zařízení, ve kterém se celý výzkum realizoval a respondenti, kteří odpovídali na kladené dotazy. Jejich jméno není nikde zmíněno pro uchování anonymity. Na závěr budou shrnuty důležité informace a celý výzkum bude vyhodnocen.

### 8 CÍL VÝZKUMU

Výzkumné šetření se zaměřuje na jeden konkrétní domov pro seniory a na klienty v něm. Dochází k analýze možností vzdělávání klientů, kteří zde žijí, a zda jsou tyto možnosti využívány. Cílem je zjistit, jakým způsobem se klienti konkrétního zařízení vzdělávají. Jedná se o Domov pro seniory Trutnov.

### 9 VYBRANÁ METODOLOGIE

Cíl výzkumného šetření je zjišťován prostřednictvím kvalitativního výzkumu. Kvalitativní výzkum zkoumá jednotlivé případy podrobně a cílem je jejich porozumění. Přístupuje ke zkoumaným jevům se snahou důkladně je popsat a vysvětlit jejich jedinečnosti. Případy zkoumá většinou v jejich přirozeném prostředí a delší dobu. Na rozdíl od kvantitativního výzkumu se zde nevytvářejí hypotézy předem, tvoří se až v průběhu zkoumání. Cílem kvalitativního výzkumu je generovat teorii o zkoumaném předmětu nebo vytvořit otázky pro zkoumání tohoto předmětu. Výzkumník by měl být k respondentům upřímný a otevřený, zároveň ale subjektivní. Jsou různé způsoby sběru dat u kvalitativního výzkumu, např. rozhovor, pozorování, vzorky událostí, analýza dokumentů, případové studie a další.<sup>39</sup> Já budu používat formu polostrukturovaných rozhovorů a pozorování. Polostrukturovaný rozhovor stojí mezi strukturovaným

---

<sup>39</sup> PRŮCHA, J., 2014. *Andragogický výzkum*. Praha. ISBN 978-80-247-5232-7. s. 110.

a nestrukturovaným, a znamená to, že mám předem připravené otázky, na které budou respondenti odpovídat.

## **10 POPIS ZAŘÍZENÍ**

Domov pro seniory Trutnov je pobytové zařízení s kapacitou 31 lůžek. Ubytování je tvořeno jednolůžkovými, dvojlůžkovými a trojlůžkovými pokoji. V každém pokoji se nachází sociální zařízení, předsíň a potřebný nábytek. Zařízení poskytuje stravovací služby, lékařskou péči, úklid, praní, žehlení, společenské, zájmové, aktivizační a sociálně terapeutické činnosti. Kromě toho jsou zde poskytovány kadeřnické a pedikérské služby, zajištění nákupů, zajištění léčiv, zdravotních pomůcek a doprovod k lékaři, na úřady nebo na jiné veřejné instituce.

Posláním Domova pro seniory v Trutnově je poskytovat individuální a odbornou pomoc seniorům, kteří se ocitli v nepříznivé životní situaci z důvodu věku či zdravotního stavu, a tato situace jim znemožňuje nadále žít ve svém přirozeném prostředí. Nejsou již schopni postarat se samy o sebe a podpora rodiny není možná nebo dostatečná. Služba se ale snaží v maximální možné míře napodobit domácí prostředí seniorů.

Při poskytování péče se klade důraz na individuální potřeby klientů, na zachování lidské důstojnosti a dodržování lidských práv a svobod, což znamená, že každý klient má možnost se svobodně rozhodovat, jeho vůle je plně respektována a přistupuje se k němu etickým způsobem. Dochází zde také k sociálnímu posilování a začleňování seniorů. Vždy je snaha o maximální rozvoj soběstačnosti klientů, zároveň se ale přihlíží ke zdravotnímu stavu, možnostem a schopnostem každého z nich.

Cílovou skupinou jsou senioři nad 62 let, kteří nejsou schopni samy vyřešit svou nepříznivou životní situaci, není schopna je vyřešit ani jejich rodina či jiná veřejně dostupná služba, a potřebují každodenní pomoc a podporu od jiné osoby, jinak by mohli být ohrožení na zdraví či na životě.

## 11 METODY ZÍSKÁVÁNÍ DAT

Nejprve jsem si vybrala zařízení, ve kterém se celý výzkum realizoval. Po odsouhlasení DPS, že zde mohu realizovat výzkum, a po předchozí konzultaci s vedoucí daného zařízení, jsem začala přemýšlet nad konkrétním cílem výzkumu a výzkumným problémem. Kladla jsem důraz především na to, aby zjištěná data byla v co největší možné míře využitelná a přínosná. Kromě toho bylo i velmi důležité, aby výzkum obohatil i mě samotnou. Následovalo stanovení hlavních výzkumných a vedlejších otázek. Poté jsem vybrala klienty, kteří by byli vhodní pro výzkum. Vzhledem k tomu, že jsem chtěla zjišťovat, jakým způsobem se senioři v DPS vzdělávají, musela jsem vybrat takové klienty, u kterých je možnost, že mají dostatek schopností k tomu, aby se mohli nějakým způsobem vzdělávat. S tímto rozhodnutím mi pomohl především personál.

Následně jsem klienty oslovila, představila téma své bakalářské práce a cíl výzkumného šetření. Zeptala jsem se, zda jsou ochotni se mnou spolupracovat a odpovědět mi na pár otázek. Po odsouhlasení jsme podepsali informovaný souhlas, který obsahuje informace o mlčenlivosti a o možnosti zaznamenávání rozhovoru. Vše jsem důkladně vysvětlila. Poté jsme zahájili rozhovor, měla jsem předem připravené otázky, na které mi respondenti odpovídali. Každý rozhovor trval jinak dlouho a vždy probíhal v tichém a klidném prostředí, aby se klienti cítili příjemně a mohli se co nejvíce otevřít a já tak mohla získat co nejvíce informací o zkoumaném jevu. Rozhovory byly vždy individuální, jen mezi mnou a respondentem. Často jsme se bavili i o jejich osobních životech, na většině z nich bylo vidět, že jsou rádi, že si mohou s někým popovídat. Rozhovor jsem si zaznamenávala na papír, abych ho následně mohla zpracovat a otevřeně okódotovat.

Otevřené kódování je činnost, kdy se rozhovor rozděluje na jednotlivé oblasti. Ke každé oblasti byl přiřazen kód, pomocí kterého se mi pak snadněji celý výzkum vyhodnocoval. Kódy jsem vytvořila na základě oblastí, o kterých jsem se s respondenty bavila.

## 12 VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Hlavní výzkumnou otázkou je: „*Jaké máte možnosti vzdělávání v tomto zařízení?*“

Tuto otázku pak doplňuje velké množství otázek vedlejších, které můžeme najít v přílohách. I přesto že jsem měla otázky předem připravené, často docházelo k situacím, že jsme odbočili od tématu. Myslím, že příčinou je především skutečnost, že senioři, se kterými jsem rozhovory vedla, byli velmi sdílní a chtěli si povídat. Musela jsem tedy rozhovor držet pod kontrolou a často nasměrovat zpět k tématu. Často se také stalo, že otázky nešly přesně po sobě, vždy jsem rozhovor tvořila velmi individuálně.

## 13 RESPONDENTI

Respondenti jsou klienti domova pro seniory v Trutnově. Jedná se o klienty ve věkové kategorii od 74 do 82 let. Tvořila jsem celkem 6 rozhovorů s 6 klienty. Jedná se o 5 žen a 1 muže. V této kapitole shrnu základní informace o jednotlivých klientech. Vybírala jsem je po předchozí domluvě s personálem, na základě jejich schopností a možností ke vzdělání. Jména všech respondentů jsou utajena pro zachování anonymity.

### 13.1 RESPONDENT Č. 1

Klientka je umístěna v Domově pro seniory Trutnov již 3 roky. Byla zde umístěna z důvodu věku a neschopnosti postarat se sama o sebe. Klientka je mobilní a částečně inkontinentní. Pobírá starobní důchod a příspěvek na péči II. stupně. Hodně samoobslužných činností zvládne sama, i přesto ale potřebuje pomoci od druhé osoby v určitých činnostech, např. neumí si sama obstarat stravu či vyprat prádlo. Bydlí na třílůžkovém pokoji.

Vystudovala střední odborné učiliště v oboru švadlena. Tím se ale nikdy neživila, pracovala v Texlenu. Jiné zaměstnání nikdy nedělala. Vždycky chtěla studovat, bavilo jí vzdělávat se a získávat nové poznatky a vědomosti. V té době to ale nešlo, rodiče byli

chudí a navíc potřebovali, aby se starala o svou mladší sestru. Byla vdaná, manžel již ale zemřel před 5 lety. Má dceru a sestru, se kterou se pravidelně vídá, často si volají a navštěvují se.

Volný čas tráví velmi kreativně. S radostí se zúčastňuje veškerých volnočasových aktivit, které domov nabízí. Sama na pokoji si pak ráda čte romány. S respondentkou se pracovalo velmi dobře, byla sdílná a komunikativní. Srozumitelně a jasně odpověděla na všechny kladené dotazy.

### Osobní údaje

Pohlaví: žena

Datum narození: květen 1949

Věk: 74

Bydliště: Trutnov

Stav: vdova

Státní příslušnost: ČR

Národnost: česká

Zaměstnání: dělnice Texlen Trutnov

Vzdělání: SOU obor švadlena

## 13.2 RESPONDENT Č. 2

Klientka je v domově umístěna 4 rokem. Je zde umístěna z důvodu neschopnosti postarat se o svou osobu a z důvodu věku. Klientka je inkontinentní, imobilní a občas bývá zmatená. Z toho důvodu je zcela odkázaná na péči druhé osoby. Pobírá starobní důchod a příspěvek na péči III. stupně. Stravu má diabetickou. Žije na jednolůžkovém pokoji. Klientka není schopna se sama obléknout, není schopna se sama přesouvat z místa na místo, je schopna se sama najíst. Má nějaká psychiatrické diagnózy, které ale nejdou na první pohled znát. Jeví se orientovaná, občas má jen problém spolupracovat s personálem.

Celý život pracovala v JZD (jednotné zemědělské družstvo). Vystudovala odborné učiliště v oboru cukrář. Udává, že studium jí nikdy příliš nepřitahovalo. Za mlada občas pekla dorty pro známé, ale nikdy se tím neživila. Nemá žádné sourozence. Nikdy neměla děti. Je v kontaktu s kamarádkou ze školy, občas jí přijede navštívit. Jinak se nevidá s nikým. Je to velmi introvertní typ.

Svůj volný čas nejraději tráví dle svého programu. Nerada tráví čas ve společnosti dalších lidí. Nejčastěji sleduje televizi na pokoji. Sleduje naučné pořady, dokumenty nebo AZ kvíz. Bylo vidět, že klientka si moc povídat nechce. Rozhovor trval jen pár minut. Bylo zjevné, že chce mít svůj klid a nechce sdílet své pocity.

### Osobní údaje

Pohlaví: žena

Datum narození: červen 1941

Věk: 82

Bydliště: Havlíčkův Brod

Stav: vdova

Státní příslušnost: ČR

Národnost: česká

Zaměstnání: JZD

Vzdělání: SOU obor cukrář

### 13.3 RESPONDENT Č. 3

Klient je v domově pro seniory umístěn 5 rokem. Žije zde, protože již není schopen sám o sebe plně pečovat. Některé samoobslužné činnosti zvládne sám, zvládne se sám omýt, převléknout, najíst se. Není ale schopen si sám prát, uklízet nebo vařit. Je to především z důvodu imobility. Je částečně imobilní, pohybuje se pomocí pojízdného vozíku, velmi pomalu a opatrně. Je částečně inkontinentní. Pobírá starobní důchod a příspěvek na péči II. stupně. Žije na dvoulůžkovém pokoji se svou manželkou. Kognitivní schopnosti má v pořádku, je plně orientován v čase i prostoru.

Klient vystudoval vysokou školu matematicko-fyzikální a vyučoval matematiku a fyziku na SŠ. Narodil se na Šumavě, byl rok na vojně a pak se oženil a přestěhoval do Trutnova. S manželkou nyní žije právě v domově pro seniory na dvoulůžkovém pokoji. Mají spolu syna, se kterým jsou v pravidelném kontaktu. Velmi často za nimi chodí na návštěvu snacha. Má ještě mladší sestru, s tou už ale několik let není v kontaktu. Žije na Šumavě. Klient měl celý život kladný vztah ke vzdělávání, bavilo ho to a baví ho to i nadále.

Ve svém volném čase si rád čte, luští křížovky, sudoku a počítá příklady. Veškerý svůj volný čas tráví se svou manželkou, chodí všude spolu. Stará se o ni. Při rozhovoru s klientem jsem hned poznala, že byl po celý život vysoce postavený a že je na to patřičně hrdý. Byl to vzdělaný člověk, který předával své moudrosti a znalosti žákům ve škole. Jedná se o velmi komunikativního a společenského člověka a měl radost, že si může s někým povídat o svém životě.

## Osobní údaje

Pohlaví: muž

Datum narození: březen 1947

Věk: 76

Bydliště: Trutnov

Stav: ženatý

Státní příslušnost: ČR

Národnost: česká

Zaměstnání: učitel na SŠ

Vzdělání: VŠ matematicko-fyzikální

## **13.4 RESPONDENT Č. 4**

Respondentka je klientkou domova pro seniory již 5 let. Je zde umístěna z důvodu neschopnosti postarat se sama o sebe a z důvodu věku. Potřebuje pomoc v základních sebe-obslužných činnostech jako je osobní hygiena, poskytnutí stravy, čistého ošacení, kosmetických služeb a další. Je plně mobilní, částečně inkontinentní a kognitivní funkce jsou na první pohled v pořádku, ale ve skutečnosti je to jinak. Paní trpí psychickými potížemi, které se ale projevují jen někdy ve formě úzkostných stavů, kdy nekomunikuje s okolím a je uzavřená do sebe. V nepřítomnosti těchto stavů je možné si s ní normálně povídat. Klientka pobírá starobní důchod a příspěvek na péči III. stupně. Žije na dvouúžkovém pokoji se svým manželem.

Paní vystudovala SŠ zdravotnickou, celý život pracovala jako zdravotní sestra v nemocnici na dětském oddělení. Ke studiu neměla nikdy kladný vztah, v průběhu rozhovoru se zmínila, že školu skoro nedodělala. Vždycky raději vykonávala spíše praktické vyučování. Má jednoho syna, který za nimi s manželem chodí pravidelně na

návštěvu společně se svou manželkou. Nemá žádné sourozence, vyrůstala sama. Narodila se v Trutnově, kde také celý život žila.

Veškerý svůj volný čas tráví s manželem. Má tendence se o něj starat, ale ve skutečnosti je na tom zdravotně i psychický hůř než on, takže se spíše stará on o ni. Je možné, že si to uvědomuje, a to její stav zhoršuje. Často spolu luští křížovky a dělají sudoku. S respondentkou se pracovalo dobře, byla sdílná a měla radost, že si může s někým povídat o svém životě.

### Osobní údaje

Pohlaví: žena

Datum narození: prosinec 1949

Věk: 74

Bydliště: Trutnov

Stav: vdaná

Státní příslušnost: ČR

Národnost: česká

Zaměstnání: zdravotní sestra

Vzdělání: SŠ s maturitou

## 13.5 RESPONDENT Č. 5

Klientka je umístěna v domově druhým rokem. Je zde z důvodu věku a snížené schopnosti postarat se sama o sebe. Potřebuje 24 hod péči, je plně inkontinentní a částečně imobilní. Je schopna se sama najíst, napít, převléknout se, ale není schopna obstarat si čistý oděv, připravit si stravu nebo vykonat osobní hygienu. Pobírá starobní důchod a příspěvek na péči III. stupně. Bydlí na třílůžkovém pokoji, s klientkami, se kterými žije na pokoji, vychází dobře, je ráda, že si má s kým povídat. Paní bývá někdy zmatená v čase i v prostoru a stává se, že zapomíná. Záležitosti z minulosti si ale pamatuje velmi dobře a dá se s ní moc hezky povídat.

Klientka vystudovala základní školu. Na další studium nešla především z důvodu, že se jí nechtělo a také z nedostatku finančních prostředků. Celý život pracovala v prádelně v nemocnici. Má dvě sestry a bratra. Jedna ze sester a bratr jí pravidelně navštěvují. Byla vdaná, manžel již ale zemřel. Má také syna, který jí pravidelně navštěvuje.

Svůj volný čas tráví nejradši na pokoji dle svého programu. Nejčastěji poslouchá rádio a luští křížovky. Občas se zúčastní skupinové aktivity na jídelně. S respondentkou se povídalo dobře, odpovídala jasně a srozumitelně, ale odpovědi nerozváděla.

### Osobní údaje

Pohlaví: žena

Datum narození: prosinec 1956

Věk: 67

Bydliště: Dřevíč u Hronova

Stav: vdova

Státní příslušnost: ČR

Národnost: česká

Zaměstnání: vedoucí v prádelně v nemocnici

Vzdělání: základní

## 13.6 RESPONDENT Č. 6

Klientka je umístěna v domově pro seniory z důvodu snížené soběstačnosti péče o vlastní osobu a z důvodu věku. Žije zde prvním rokem. Je částečně imobilní, pohybuje se pomocí pojízdného vozíku. Není inkontinentní. Pobírá starobní důchod a příspěvek na péči I. stupně. Není schopna se omýt, převléknout, obstarat si stravu ani opatřit si čistý oděv. Je zcela odkázaná na 24 hod péči druhé osoby. Kognitivní funkce jsou zcela v pořádku. Je orientovaná v čase i prostoru. Je na dvoulůžkovém pokoji.

Narodila se v Pardubicích. Už v mladém věku se s rodiči stěhovala do Radvanic z pracovních důvodů. Vyučila se v oboru prodavačka, celý život prodávala v drogerii.

Klientka svůj volný čas tráví nejraději na pokoji dle svého programu. Není příliš komunikativní ani společenská, má ráda spíš svůj klid. Spolubydlící klientky si moc nevšimá a moc se s ní nebaví. Rodiče již nemá, nebyla nikdy vdaná a neměla děti. Nemá ani sourozence, nikdo za ní nechodí na návštěvu, v podstatě s nikým není v kontaktu. Je to velmi samotářský typ. Tato povaha se také velmi odrazila v průběhu rozhovoru. Respondentka si nechtěla povídat, odpovídala v krátkých větách a bylo zjevné, že jí to spíše obtěžuje. Z toho důvodu rozhovor netrval moc dlouho.

### Osobní údaje

Pohlaví: žena

Datum narození: květen 1945

Věk: 78

Bydliště: Trutnov

Stav: svobodná

Státní příslušnost: ČR

Národnost: česká

Zaměstnání: prodavačka v drogerii

Vzdělání: SOU v oboru prodavačka

## 14 VYHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ

V této kapitole je vymezeno 6 základních okruhů, o kterých jsem se bavila s respondenty z Domova pro seniory v Trutnově, a odpovědi na ně přímo od klientů domova. Jedná se celkem o 6 respondentů, z toho je 5 žen, a 1 muž ve věku od 74 do 82 let. Každý rozhovor trval jinak dlouho a každý respondent byl jinak výřečný. Někdo mluvil více a byl z rozhovoru nadšený, někdo mluvil méně a bylo vidět, že ho to spíše obtěžuje a nepovídá si rád. Rozhovory trvaly v rozmezí od 15 do 40 min.

### 14.1 VZDĚLÁVÁNÍ V ZAŘÍZENÍ

Jakým způsobem se vzděláváte tady v zařízení?

Tato otázka má za cíl zjistit, jakým způsobem se senioři daného zařízení vzdělávají.

Respondentka č. 1 řekla: „...často procvičujeme paměť, třeba nám dá sestřička papír, kde jsou napsané různé slova, dá nám to, ať si to pořádně přečtem a zapamatujeme, pak nám ten papír vezme a my říkáme slova, co jsme si zapamatovali. Nebo taky často hrajem pexeso a kvízy. Taky nám sestřička říká, ať si pišem deník. A do něj ať pišeme, co jsme celý den dělali, a pak ať si to někdy přečtem. Taky často koukáme na filmy a taky tady máme hodně knížek, který si můžeme půjčovat, jak se nám zlíbí.“

Respondentka č. 2 řekla: „Musím říct, že na tohle moc nejsem. Mě nějaký učení nebo tyhle věci nebavěj. Jako občas jsem byla na jídelně a to jsme hráli nějaký bingo, nebo co to bylo, nebo si pamatuju, že jsme hráli šibenici.“

Respondent č. 3 řekl: „Občas procvičuju paměť. Sestřička s náma dělá různé kvízy, vyhledáváme slova, počítáme příklady, hraje město jméno, šibenici a tak.“

Respondentka č. 4 řekla: „*Vzdělávacích aktivit se zúčastňuji často. Vždycky na jídelně, chodíme tam s manželem. A tam děláme různé věci, třeba si musíme zapamatovat slova, nebo nám tuhle sestřička dala básničku, at' se jí naučíme. Často taky hrajeme pexeso a různé kvízy. Nejvíc mě baví, když hrajem hru město jméno.*“

Respondentka č. 5 řekla: „*Občas něco děláme, třeba hrajeme pexeso nebo kvíz, město jméno, šibenici a tak. Oni s náma jako furt něco dělaj, ale abych byla upřímná, mě to nějak moc nebere, já už mám docela ráda svůj klid.*“

Respondentka č. 6 řekla: „*No tak třeba koukáme na filmy, hrajeme pexeso, různé hry se slova, třeba že si musíme zapamatovat různé slova, abychom jako procvičovali paměť, nebo že musíme vymejšlet slova na různý písmeno a tak, a furt něco vyrábíme.*“

Z uvedeného vyplývá, že všichni dotazovaní klienti domova se zúčastňují skupinových vzdělávacích aktivit. Nejčastěji se jedná o hru se slovy, kvízy, bingo, šibenice, pexeso a hra „*město, jméno.*“ Jedna z respondentek uvedla, že si na doporučení aktivizační pracovnice píše deník, který obsahuje, co celý den dělala, a ten si pak jednou za čas přečte. Dva z respondentů zmínili také sledování filmů. Většina z dotazovaných respondentů mají ke vzdělávacím aktivitám kladný vztah a zúčastňují se jich rádi, 2 klienti z 6 dotazovaných naopak sdělili, že mají raději svůj klid.

## **14.2 VZDĚLÁVÁNÍ INDIVIDUÁLNÍ ČI SKUPINOVÉ**

Zúčastňujete se i individuálního vzdělávání nebo jen skupinového? Co z těchto dvou možností preferujete?

Tato otázka má za cíl zjistit, zda se klienti daného zařízení zúčastňují spíše skupinových aktivit či individuálních, a jaké preferují. Někdy může nastat situace, kdy by se klient rád vzdělával, ale bariérou může být právě to, neosobní přístup a skupinové aktivity, někteří klienti jsou introvertní a nechtějí být ve společnosti jiných lidí.

Respondentka č. 1 řekla: „*No individuálně ani ne, jako nabízela mi to, ale já to mám radši takhle, když je nás víc.*“

Respondentka č. 2 si nevzpomíná, že by někdy vykonávala individuální vzdělávání.

Respondent č. 3 řekl: *„Individuálně asi ani ne, vždycky jsme na tý jídelně.“*

Respondentka č. 4 řekla: *„Nepamatuju si, že bych něco takovýho dělala sama se sestřičkou, jakože třeba na pokoji. Vždycky na jídelně se všemi, přes dopoledne.“*

Respondentka č. 5 řekla, že se zúčastňuje spíše skupinových aktivit, ale že si s ní sestřičky hodně povídají a společně si prohlížejí fotky z mládí, které jim respondentka popisuje a u toho vzpomíná. Vyhovují jí obě formy.

Respondentka č. 6 řekla, že preferuje skupinové vzdělávání.

Z odpovědí na danou otázku jasně vyplývá, že nikdo z dotazovaných klientů se nezúčastňuje individuálního vzdělávání a ani o to nejeví zájem. Jen 1 z 6 respondentů uvedl, že se zúčastňuje reminiscenční terapie individuálně se sestrou, ale vyhovuje mu i skupinová aktivita.

### **14.3 SMYSL VZDĚLÁVACÍCH AKTIVIT**

Jaký smysl pro vás mají vzdělávací aktivity a celkově vzdělávání ve vašem věku?

Tato otázka zjišťuje, jaký smysl mají vzdělávací aktivity pro každého jednotlivého tázaného klienta ze zařízení, a jaký na ně mají vliv.

Respondentka č. 1 řekla: *„Ráda se zúčastňuju těhlech aktivit. Baví mě to. Já nerada sedím sama na pokoji, jsem ráda mezi lidma, a když se něco děje. A taky si myslím, že to procvičování paměti je důležitý, hlavně ve starším věku. Protože už sama na sobě pozoruju, že docela často zapomínám.“*

Respondentka č. 2 řekla: *„Mě nějaký učení nebo tyhle věci nebavěj. Je mi 82 let. Myslím si, že už mám tyhle věci za sebou. Všechno mě bolí a nemám náladu dělat věci, který mě nebavěj. Myslím si, že mám nárok na to, abych si zbytek života žila podle svých představ.“*

Respondent č. 3 řekl: „*Myslím si, že smysl to určitě má. Podle mě by se paměť měla procvičovat a to především ve vyšším věku, jinak zakrní.*“

Respondentka č. 4 řekla: „*Smysl to určitě má. Jak člověk stárne, tak ty mozkové buňky ubývají, co si budem povídat. Je to znát už. A řekla bych, že s tím procvičováním paměti to není tak hrozný, a nejde to tak rychle. Určitě to na mě má pozitivní vliv, asi bych s tím nechtěla úplně přestat.*“

Respondentka č. 5 řekla: „*Smysl to asi má. Jak jste starší, tak už na sobě začnete docela pozorovat, že už ta paměť stojí za prd. Zhoršuje se to dost. A tak si myslím, že asi tohle procvičování pomáhá. Ale žít bych bez toho mohla, mě to nějak moc nezajímá, já už mám docela ráda svůj klid.*“

Respondentka č. 6 řekla: „*Asi je to k něčemu dobrý, ale je mi to spíš jedno.*“

Z 6 tázaných respondentů každý z nich potvrdil, že pravidelné procvičování paměti je důležité a to především ve vyšším věku, a že to na ně má pozitivní vliv. 4 z 6 respondentů svou paměť procvičují rádi a rádi se zúčastňují vzdělávacích aktivit, 2 z 6 respondentů si myslí, že to pro ně má pozitivní přínos, ale nemají již ve svém věku náladu ani sílu se jakýmkoliv způsobem vzdělávat.

## **14.4 VZDĚLÁVÁNÍ MIMO ZAŘÍZENÍ**

Co víte o univerzitách třetího věku nebo o klubech pro seniory?

Tato otázka zjišťuje, zda se klienti daného zařízení vzdělávají i mimo toto zařízení, např. v klubech pro seniory nebo na univerzitách třetího věku, a nebo jestli mají o těchto institucích alespoň povědomí.

Respondentka č. 1 řekla: „*O tom jsem četla v novinách. A myslím, že sestřička se o tom taky zmiňovala. Zní to dobře, ale já radši zůstanu tady doma. A navíc si myslím, že bych na to neměla mozkové buňky. Podle mě to bude dost náročný.*“

Respondentka č. 2 řekla, že nikdy o instituci poskytující vzdělávání pro seniory neslyšela.

Respondent č. 3 řekl: „*Chodil jsem do klubu seniorů. Je to asi rok zpátky. Bylo to tady v Trutnově, tu nabídku mi tenkrát dala knihovna. Chodil jsem tam pravidelně pro knížky. Různě se tam zpívalo, vyrábělo....byla to zábava. Ale taky jsme hodně jezdili, tenkrát jsme byli v Polsku na trhách, byly tam nějaký sportovní soutěže. Taky jsme jednou byli v Náchodě na zámku. Chodili jsme tam s manželkou, už tam nechodíme, ani nevím proč. Ale mám takovej pocit, že on snad teď někdy skončil.*“

Respondentka č. 4 řekla: „*Do klubu seniorů jsme s manželem chodili. Hodně jsme tam cestovali, Byli jsme v Polsku na nějakých trhách, a v Náchodě na zámku. To bylo super. A pak jsme třeba vyráběli různé věci. Našla jsem si tam kamarádky a volám si s nima dodnes. Teď už tam totiž nechodíme. Asi proto, že jsme líný jít přes celý město.*“

Respondentka č. 5 řekla: „*Slyšela jsem o tom, už nevím kde, Nikdy jsem se toho ale nezúčastnila. Možná mi o tom říkala sestra. Já už docela špatně chodím, nevím, jak bych se tam dostala. A asi bych o to ani neměla zájem.*“

Respondentka č. 6 řekla: „*O tom jsem asi něco slyšela. Nevím kde. Nějak mě to nezajímá.*“

Z odpovědí na otázku vyplývá, že 2 z 6 tázaných respondentů v minulosti navštěvovali klub pro seniory. Další 3 respondenti mají povědomí o těchto institucích, nikdy je ale osobně nenavštívili a ani o to nejeví zájem. 1 z 6 tázaných klientů o tom nikdy neslyšel.

## 14.5 VLASTNÍ ČINNOST

Jakým způsobem se vzděláváte samostatně?

Otázka zjišťuje, jakým způsobem se klienti daného zařízení vzdělávají samostatně.

Respondentka č. 1 řekla: *„Ráda čtu. Hlavně romány. Máme tady hodně knížek, který si můžeme půjčovat, jak se nám zlíbí. Si vždycky ňákou vezmu a na pokoji si čtu.“*

Respondentka č. 2 má negativní vztah celkově ke vzdělávacím aktivitám. Většinu času sleduje televizi, ráda kouká na AZ kvíz, na dokumenty o zvířatech či cestování nebo poslouchá rádio.

Respondent č. 3 řekl: *„Udělali nám tady knihovnu, tak tu využívám. Rád čtu. Mám rád matematiku, tak mi sestřička dává nějaký příklady, tak si je vždycky počítám. Taky rád luštím křížovky a nejradši mám sudoku. Taky hodně koukám na televizi, ale spíš na kriminálky a tak.“*

Respondentka č. 4 řekla: *„Ráda luštím křížovky a dělám sudoku.“*

Respondentka č. 5 řekla: *„Občas luštím křížovky, to mě docela baví. Jinak asi nic. Ještě poslouchám rádio.“*

Respondentka č. 6 řekla: *„Koukám na televizi, ale spíš jenom na zprávy.“*

Většina klientů daného zařízení rádi luští křížovky a čtou. Mají k dispozici knihovnu přímo v zařízení. 2 respondenti z 6 tázaných mimo jiné rádi dělají sudoku. 1 z 6 respondentů počítá příklady, které mu zadává aktivizační pracovnice. Má rád matematiku. V tomto zařízení klienti preferují spíš skupinové vzdělávání než individuální. I přesto se ale někteří vzdělávají i individuálně.

## 14.6 OBOHACENÍ VZDĚLÁVÁNÍ V ZAŘÍZENÍ

Čím byste obohatil/a vzdělávání v tomto zařízení?

Tato otázka má za cíl zjistit, jakým způsobem by klienti obohatili vzdělávání v tomto zařízení., zda by chtěli dělat něco, co moc často nedělají nebo co ještě nikdy nedělali.

Respondentka č. 1 řekla: *„Nevím čím obohatit, podle mě to je dobrý.“*

Respondentka č. 2 se nevzdělává, tudíž neví, čím by vzdělávání obohatila.

Respondent č. 3 řekl: *„Podle mě je to naprosto dostačující. To vzdělávání u starých lidí už má úplně jinací význam než vzdělávání třeba mladých lidí. Tady už ani tolik nejde o to, naučit se nové věci, ale spíš se snažit stabilizovat ten stav paměti, aby se to nezhoršovalo. Takže už nejde o žádný seminární práce nebo tak něco, ale spíš prostě to tak nějak udržovat. A na to tady děláme dost věcí, myslím si, že je to dostatečný. Hlavně hodně starších lidí už se ani moc k těmhle aktivitám nemaj.“*

Respondentka č. 4 řekla: *„To mě snad ani nic nenapadá. Podle mě toho děláme dost.“*

Respondentka č. 5 řekla: *„Nic mě nenapadá.“*

Respondentka č. 6 řekla, že ničím.

U této otázky se všichni respondenti shodli na tom, že je nenapadá žádný způsob, jak vzdělávání v zařízení obohatit. Podle všech je to takhle dostačující. 1 z 6 respondentek má negativní vztah ke vzdělávání a nevzdělává se, tudíž otázku jak vzdělávání obohatit nemělo smysl pokládat.

## ZÁVĚR

Vzdělávání starších osob ve světě bylo dlouho opomíjené téma a nikdy se na něj nekladl velký důraz. V dnešní době se situace změnila. Ve 20. st. vznikly univerzity třetího věku, kluby pro seniory a další možnosti vzdělávání pro tuto cílovou skupinu. Čím dál tím více seniorů aktivně vyhledává tyto služby. Důvodů proč se to děje je mnoho, ale jedním z hlavních faktorů je, že se senioři cítí osamocení a nevyužití v přechodném období ze zaměstnání do penze, vyhledávají sociální kontakt a porozumění, a také mají potřebu udržet si duševní svěžest.

Co se týká vzdělávání v institucionálním zařízení, jako je např. domov pro seniory, tam je zájem o vzdělávání nižší. Lidé žijící v těchto zařízeních už většinou nemají chuť a ani sílu se jakýmkoliv způsobem vzdělávat. Velké procento z nich už jsou nemohoucí a nezvládají péči o svoji osobu, ve většině případů již nejsou schopni ani komunikace a jsou odkázáni na pomoc druhé osoby po celý den. I přesto se tam ale najdou tací, kteří mají dostatek elánu a sil na tyto aktivity.

Bakalářská práce s názvem „*Vzdělávání seniorů v institucionálním zařízení*“ byla zaměřena na konkrétní zařízení a jeho obyvatele, a tím je Domov pro seniory Trutnov. Cílem práce bylo zjistit, jakým způsobem se senioři v tomto zařízení vzdělávají.

Teoretická část práce vysvětlila základní pojmy spojené s danou problematikou, jedná se konkrétně o pojem stárnutí, geragogika, gerontodidaktika, sociální vyloučení, celoživotní vzdělávání, cíle a způsoby vzdělávání seniorů včetně bariér ve vzdělávání těchto osob. Mimo to se soustředila na konkrétní zařízení poskytující vzdělávání osob ve vyšším věku, jako jsou univerzity vyššího věku, kluby pro seniory nebo centra celoživotního vzdělávání.

Praktická část práce se věnovala metodologickému postupu, popisovala zvolenou metodu a také metodu sběru dat. Výzkum byl realizován pomocí kvalitativního výzkumu s použitím polostrukturovaných otázek. Cílem bylo zjistit, jakým způsobem se vzdělávají senioři z Domova pro seniory v Trutnově. Hlavní výzkumná otázka tedy byla: *Jakým způsobem se vzděláváte v tomto zařízení?* Tuto otázku pak doplňovaly otázky vedlejší, které zjišťovali např. jaký smysl pro respondenty vzdělávání má, jestli preferují

vzdělávání skupinové či individuální, zda by vzdělávání v domově nějakým způsobem obohatily nebo zda navštěvují nějaké vzdělávací instituce.

Osloveno bylo celkem 6 klientů z tohoto zařízení ve věku od 74 do 82 let, z čehož bylo 5 žen a 1 muž. Kapacita zařízení je celkem 31 klientů. O každém z respondentů jsem zmínila základní informace, jako je věk, bydliště, dosažené vzdělání nebo zaměstnání. Výzkum byl rozdělen do 6 konkrétních okruhů, každý z okruhu se týká určité oblasti. Jedná se o *Vzdělávání v zařízení, Vzdělávání individuální či skupinové, Smysl vzdělávacích aktivit, Vzdělávání mimo zařízení, Vlastní činnost a Obohacení vzdělávání v zařízení.*

Výsledkem šetření je, že klienti Domova pro seniory v Trutnově se vzdělávají převážně formou skupinového vzdělávání. Konkrétní aktivity, které nejčastěji dělají, jsou kvízy, hry se slovy, bingo, šibenice, pexeso a hra „*město, jméno.*“ Většina z klientů také luští křížovky a rádi čtou. Mají v zařízení knihovnu, kterou mohou využívat. Dva z šesti tázaných respondentů pravidelně v minulosti docházeli do klubu seniorů. V současné době nikdo nenavštěvuje ani nenavštěvoval univerzitu třetího věku. Většina z dotazovaných respondentů mají ke vzdělávacím aktivitám kladný vztah a zúčastňují se jich rádi, všichni se shodují v názoru, že pravidelné procvičování paměti je důležité a smysluplné a to především ve starším věku. Samy na sobě začínají pociťovat, že se paměť zhoršuje a její funkce ochabují. Velké množství z dotazovaných respondentů také odpovědělo, že rádi sledují televizi, a to především naučné pořady jako je např. AZ kvíz, dokumenty o zvířatech nebo o cestování.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

### Seznam použitých českých zdrojů

BENEŠ, M., 2010. *Andragogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2580.

DVOŘÁČKOVÁ, D., 2012. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4138-3.

GRUSS, P., 2007. *Perspektivy stárnutí z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Verlag C. H. Beck Ohg Copyright. ISBN 978-80-7367-605-6.

KALNICKÝ, J., 2019. *Androdidaktika a gerontodidaktika*. Opava: Slezská univerzita v Opavě.

MÜHLPACHR, P., 2017. *Kvalita života seniorů*. Brno. ISBN 978-80-7392-260-3.

ONDRUŠOVÁ, J. a KRAHULCOVÁ, B., a kol., 2019. *Gerontologie pro sociální práci*. Praha: Univerzita Karlova. ISBN 978-80-246-4383-0.

PRŮCHA, J., 2014. *Andragogický výzkum*. Praha. ISBN 978-80-247-5232-7.

SUCHÁ, J. a HOLMEROVÁ I., 2019. *Praktický rádce pro život seniora*. Brno, Praha: C-Press, Albatros Media. ISBN 978-80-264-2709-4.

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

ŠPATENKOVÁ, N., 2019. *Kognitivní trénink u seniorů- distanční studijní text*. Opava: Slezská univerzita v Opavě.

ŠRÁMO, J., 2012. *Příprava na stáří*. Občanské sdružení Melius. ISBN 978-80-87638-00-2.

ZORMANNOVÁ, L., 2017. *Didaktika dospělých*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0051-4.

## **Seznam použitých zahraničních zdrojů**

0

## **Seznam použitých internetových zdrojů**

*Vše o stárnutí české populace* [online]. [cit. 17. 12. 2022]. Dostupné z:  
<https://archiv.hn.cz/c1-65390290-vse-o-starnuti-ceske-populace>.

## **SEZNAM ZKRATEK**

U3V- Univerzity třetího věku

VU3V- Virtuální univerzity třetího věku

PEF- Provozně ekonomická fakulta

MPSV- Ministerstvo práce a sociálních věcí

MŠMT- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

DPS- Domov pro seniory

JZD- Jednotné zemědělské družstvo

SŠ- Střední škola

## SEZNAM PŘÍLOH

**Příloha A – Vedlejší otázky .....**Chyba! Zázložka není definována.

## **Příloha A- Vedlejší otázky**

„Jaký smysl pro Vás mají vzdělávací aktivity?“

„Jaký smysl pro Vás má nadále si procvičovat paměť?“

„Co konkrétně děláte pro to, abyste se nadále vzdělával/a?“

„Jakým způsobem jste informováni o možnosti vzdělávání v tomto zařízení? Nebo i o možnostech vzdělávání mimo zařízení?“

„Jak probíhají vzdělávací aktivity tady v zařízení?“

„Preferujete spíše individuální nebo skupinové vzdělávání?“

„Jakým způsobem byste obohatil/a vzdělávání v tomto zařízení? Myslíte, že je to dostatečné?“

„Máte možnost navštěvovat nějakou vzdělávací instituci, např. Univerzitu třetího věku? A jestli ano, navštěvujete?“

## **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

**Jméno autora: Iveta Coufalová**

**Obor: Andragogika**

**Forma studia: kombinovaná**

**Název práce: Vzdělávání seniorů v institucionálním zařízení**

**Rok: 2023**

**Počet stran textu bez příloh: 46**

**Celkový počet stran příloh: 1**

**Počet titulů českých použitých zdrojů: 12**

**Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 0**

**Počet internetových zdrojů: 1**

**Vedoucí práce: PhDr. Ivana Shánilová, Ph.D.**