

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**  
**FILOZOFICKÁ FAKULTA**

Magisterská diplomová práce

Olomouc 2020

Bc. Eliška Gatnerová

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

**FILOZOFICKÁ FAKULTA**

**KATEDRA SOCIOLOGIE, ANDRAGOGIKY A KULTURNÍ ANTROPOLOGIE**

**VYROVNÁVÁNÍ SE S ODCHODEM DO DŮCHODU**

Magisterská diplomová práce

Obor studia: Sociologie – Andragogika

**Autor:** Bc. Eliška Gatnerová

**Vedoucí práce:** doc. Mgr. Jana Poláchová Vašátková, Ph.D.

Olomouc 2020

Prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma *„vyrovnávání se s odchodem do důchodu“* vypracovala samostatně a uvedla v ní veškerou literaturu a ostatní zdroje, které jsem použila.

V Olomouci dne ..... Podpis .....

## **Poděkování**

Chtěla bych touto cestou poděkovat vedoucí mé magisterské práce doc. Mgr. Janě Poláčové Vašátkové, Ph.D., za odborné vedení, poskytování cenných rad a podněcování k lepšímu výkonu. Zejména bych pak chtěla poděkovat za velmi vstřícný přístup a hlavně za podporu, čehož si velmi vážím.

## Anotace

<b>Jméno a příjmení:</b>	<b>Bc. Eliška Gatnerová</b>
<b>Katedra:</b>	Katedra sociologie, andragogiky a kulturní antropologie
<b>Obor studia:</b>	Sociologie-Andragogika
<b>Obor obhajoby práce:</b>	andragogika
<b>Vedoucí práce:</b>	<b>doc. Mgr. Jana Poláchová Vašátková, Ph.D.</b>
<b>Rok obhajoby:</b>	2020

<b>Název práce:</b>	<b>Vyrovňávání se s odchodem do důchodu</b>
<b>Anotace práce:</b>	<p>Práce se zaměřuje na problematiku odchodu do důchodu skrze optiku andragogiky. Cílem této magisterské práce je porozumět tomu, jak se lidé žijící na vesnici vyrovnávají s odchodem do důchodu. Záměrem je popsat tento náročný životní předěl, zkoumat postoje participantů výzkumu vůči odchodu do důchodu a zjistit změny k němu se pojící. Hlavním přínosem teoretické části je podrobný popis procesu odchodu do důchodu a vytvoření profilu čerstvého důchodce. Bylo zjištěno, že oproti odborné literatuře, která popisuje odchod do důchodu jako velmi náročné období života jedince, ve spíše negativní konotaci, participantů výzkumu jej vnímali jako vytoužený cíl a adaptace na novou životní etapu jim nedělala větší obtíže. Jako výzkumný design byl zvolen kvalitativní přístup, kdy sběr dat byl realizován metodou hloubkového polostrukturovaného rozhovoru. Získaná data byla analyzována metodou otevřeného kódování a následně interpretována technikou vyložených karet. Hlavní výzkumná otázka zní: Jaké strategie používají lidé žijící na vesnici, při vyrovnávání se s odchodem do důchodu? Z výsledků výzkumu vyplynula jako souhrnná strategie vyrovnávání se s odchodem do důchodu nabývání nových zájmů. Nově nabytý volný čas je pojímán jako příležitost a nové zájmy jako smysluplné využití tohoto prostoru. Výzkum byl realizován v rámci specifické vesnice, kdy bylo zjištěno, že životní podmínky a možnosti dané vesnice mají přímý vliv na volbu nových zájmů participantů.</p>
<b>Klíčová slova:</b>	odchod do důchodu, starobní důchod, adaptace, strategie, kvalitativní výzkum, vesnice, hloubkový rozhovor,

	polostrukturovaný rozhovor
<b>Title of Thesis:</b>	<b>Coping with retirement</b>
<b>Annotation:</b>	The diploma thesis focuses on the issue of retirement within the field of andragogy. The aim of this thesis is to understand how people living in a village are coping with retirement. The intent is to describe this demanding divide of life, to study the attitudes of research participants towards retirement and to identify changes related to it. The main contribution of the theoretical part is a detailed description of the retirement process and the creation of a fresh pensioner profile. It was found that in contrast to the scientific literature describing retirement as a very difficult period of life of an individual, the research participants perceived retirement as an attractive goal and their adaptation to a new stage of their life did not cause them more difficulties. As a research design was chosen a qualitative approach. Data was collected by using the method of in-depth semi-structured interview. Data was analysed by the method of open coding and then interpreted by the technique of inlaid cards. The main research question is: What strategies are used by people living in a village to cope with retirement? Research results shows acquiring new interests as a strategy for coping with retirement. Newly acquired leisure time is viewed as an opportunity and new interests as a meaningful use of this time. The research was realized within a specific village, where it was found that the living conditions and possibilities of the village had a direct impact on the choice of new interests of research participants.
<b>Keywords:</b>	Retirement, coping, adaptation, strategy, qualitative research, village, in-depth interview, semi-structured interview
<b>Názvy příloh vázaných v práci:</b>	Přepis rozhovoru pan První
<b>Počet literatury a zdrojů:</b>	48
<b>Rozsah práce:</b>	93 s. (158 191 znaků s mezerami)

# Obsah

Úvod.....	8
I. Teoretická část.....	10
1. STÁRNUTÍ A STÁŘÍ.....	10
2. STAROBNÍ DŮCHOD.....	16
2.1. ODKHOD DO DŮCHODU.....	21
2.2. PROFIL ČERSTVÉHO DŮCHODCE.....	27
3. ADAPTACE NA ODKHOD DO DŮCHODU A STRATEGIE PŘI TOM VYUŽÍVANÉ.....	34
4. STAROBNÍ DŮCHODCE A ŽIVOT NA VESNICI.....	40
4.1. SPECIFIKACE KONTEXTU VÝZKUMU.....	42
II. Praktická část.....	46
5. METODOLOGIE VÝZKUMU.....	46
5.1. METODA SBĚRU DAT.....	49
5.2. VÝZKUMNÝ VZOREK.....	52
5.3. REALIZACE VÝZKUMU.....	56
5.4. ANALÝZA DAT.....	58
6. INTERPRETACE DAT.....	59
6.1. SCHÉMA VZTAHŮ KATEGORIÍ.....	60
6.2. STRATEGIE.....	63
6.3. INTERPERETACE ODKHODU DO DŮCHODU.....	69
6.4. VESNICE A ODKHOD DO DŮCHODU.....	72
6.5. ZMĚNY V DŮCHODU.....	74
7. DISKUZE.....	82
Závěr.....	86
Literatura a zdroje.....	88

Seznam obrázků a grafů.....	92
Seznam příloh.....	93
Přílohy .....	I
Příloha 1: .....	I



## Úvod

V zaměstnání strávíme téměř třetinu svého života, a připočteme-li k tomu i profesní přípravu, tento čas se nám prodlouží až o 20 let. Profese se tak stává nedílnou součástí života člověka. Někteří jedinci jsou se svou profesí natolik sžití, že patří zároveň k elementárním prvkům jejich identity. Odchod do důchodu pak představuje významný předěl od ekonomicky produktivního jedince, užitečného, definovaného určitým statutem a prestiží, k jedinci nepracujícímu, pobírajícímu starobní důchod a označeného titulem důchodce. Ze začátku se může zdát ukončení pracovní činnosti jako vytoužený cíl, zasloužený odpočinek. Avšak nastává otázka, jak vynaložit s volným časem, jež byl dříve věnován práci, její přípravě či dokonce jen přemýšlení o ní? Tato a další otázky vedly k výběru tématu diplomové práce, jež zní: Vyrovnávání se s odchodem do důchodu.

Práce se zaměřuje na problematiku odchodu do důchodu skrze optiku andragogiky. Cílem této magisterské práce je porozumět tomu, jak se lidé žijící na vesnici vyrovnávají s odchodem do důchodu. Záměrem je popsat tento náročný životní předěl a zkoumat postoje participantů výzkumu k odchodu do důchodu a zjistit změny k němu se pojící. Výzkumné téma se zaměřuje na problematiku odchodu do starobního důchodu z pohledu jedinců, jež jsou v důchodu méně než 5 let, a stále si tak velmi dobře vybavují pocity, které je provázely při této změně, a ne méně než 2 roky, aby byli schopni retrospektivně pohlížet na prožité období. Na základě takto stanoveného tématu byla zvolena následující hlavní výzkumná otázka: Jaké strategie používají lidé žijící na vesnici při vyrovnávání se s odchodem do důchodu? Z uvedené výzkumné otázky byly odvozeny tři specifické výzkumné otázky, které slouží k větší specifikaci výzkumu a rozdělují výzkumnou otázku na témata, jimiž se výzkum zabývá. Tedy na samotnou

interpretaci odchodu do důchodu participantů výzkumu, roli vesnice při odchodu do důchodu a životní změny participantů pojící se s ním.

Diplomová práce se dělí na teoretickou a empirickou část. Teoretická část tvoří východiska, na jejichž základě je pak budována empirická část. Teoretickou část tvoří čtyři hlavní kapitoly. První kapitola se obecně zaměřuje na stárnutí a stáří, jelikož odchod do důchodu je pojímán jako pomyslná brána do této další etapy života. Druhá kapitola se zabývá konkrétněji starobním důchodem, zejména jeho právním vymezením, a je doplněna o názory humanitních a společenskovedních autorů. V následující podkapitole jsou nastíněny různé pohledy na odchod do důchodu, shrnuta pozitiva a negativa a uvedeny výzkumy pojící se k tématu. Navazuje podkapitola kladoucí si za cíl vytvořit jakýsi profil čerstvého důchodce, tedy jedince, který se nachází ve starobním důchodu 2-5 let. Třetí kapitola nabízí škálu možných adaptací a strategií vyrovnávání se s odchodem do důchodu. Ve čtvrté kapitole je nastíněno specifikum života na vesnici pro starobní důchodce a v následující podkapitole je pak popsána vesnice, v rámci níž byl výzkum realizován.

Empirická část obsahuje deskripci metodologického postupu a výzkumného šetření. Jako výzkumný design je zvolen kvalitativní přístup, kdy sběr dat bude realizován pomocí metody hloubkového polostrukturovaného rozhovoru. Získaná data budou analyzována s použitím otevřeného kódování a interpretována technikou vyložených karet.

Práce je jedinečná spojením témat odchodu do důchodu a života na vesnici. Téma odchodu do důchodu je v literatuře uváděno pouze okrajově a nebylo mu dosud věnováno dostatek pozornosti (Svobodová, 2007; Haškovcová, 2010; Říčan, 2014; Rabušic, 1997; Vágnerová, 2007; Špatenková & Smékalová, 2015). Spojení s životem na vesnici nalezneme v literatuře velmi omezeně.

# I. Teoretická část

## 1. STÁRNUTÍ A STÁŘÍ

Dané téma se nachází na pomezí andragogiky a gerontagogiky, která je pojímána jako součást andragogiky. Rozdíl je spatřován ve věku studovaných jedinců. Zatímco andragogika obecně studuje výchovu a vzdělávání dospělých, péči o dospělé, ve smyslu respektující zvláštnosti dospělé populace a zabývající se její akulturací, socializací a personalizací (Fiala, 1999, s. 11), gerontagogika se zaměřuje na starší dospělé, někdy označované jako seniory (Špatenková, 2009, s. 4-5). Andragogický rozměr této práce spočívá ve studiu adaptace jedinců na odchod do starobního důchodu, kdy adaptace je pojímána jako proces funkčního učení jedince při přizpůsobování se novým podmínkám prostředí (Průcha & Veteška, 2012, s. 16-17).

Odchod do důchodu se pojí s vyšším věkem jedinců a jak dokazují citované zdroje, je i branou do nové etapy života - stáří. Je tedy vhodné vytyčit tento homogenní pojem. Budou zde uvedeny definice pojmu stárnutí a stáří. Dále pak časová vymezení stáří dle různých autorů, ale také pohledy autorů, kteří odmítají stáří charakterizovat dle věku. V kontextu vymezení stáří se ukazuje, že odchod do důchodu může být jakýmsi mezníkem či vstupem do etapy stáří. A nakonec bude popsána nelehká společenská situace, ve které se senioři nacházejí.

Odborná literatura obsahuje rozsáhlé spektrum pojetí stáří, zdůrazňujících nejrůznější aspekty stáří a stárnutí. „Všeobecně se uznává, že stárnutí představuje komplexní a dynamický proces zahrnující vzájemně propletené procesy stárnutí biologického, psychologického a sociálního.“ (Sýkorová, 2007, s. 47). Stárnutí je nezadržitelný přirozený proces přeměny jak fyzického těla, tak i duševní sféry člověka. Tento proces s sebou přináší zpomalování

psychických procesů, zhoršení pozornosti i paměťových funkcí (Špatenková, 2010, s. 50) „Pod pojmem stárnutí se zpravidla rozumí souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které podmiňují jeho zvýšenou zranitelnost a pokles schopností a výkonnosti jedince a jež kulminují v terminálním stádiu a ve smrti.“ (Langmeier & Krejčířová, 2006, s. 202). „Z psychologického hlediska je stárnutí nezaměnitelnou individuální zkušeností, kterou mohou ovlivnit nejrůznější vnitřní a vnější faktory, zkušeností postupné změny, která se týká všech aspektů člověka. Mění se vzhled, tělesné funkce, aktivity, vnímání času, sociální okolí.“ (Šolcová, 2011, s. 152). Stárneme již od samotného narození, tento proces je vždy diskontinuitní, což znamená, že v určitých etapách života člověk stárne rychleji a v jiným zase pomaleji. (Haškovcová, 2010, s. 20). Podobu stárnutí ovlivňují do značné míry genetické dispozice, prodělané nemoci, životospráva, životní náplň a také schopnost jedince vyrovnat se s překážkami a adaptovat se na životní změny (Špatenková & Petřková, 2013, s. 37).

Mnohotvárné pojetí stáří umocňuje jeho záhadnost a zároveň znemožňuje formulaci univerzálně platící definice. Ta se mění v závislosti na historickém, kulturním, společenském a individuálním kontextu (Bartáková, 2013, s. 280). Sak a Kolesářová (2012, s. 14-16) potvrzují, že dle toho, jak se proměňuje společnost, mění se také stáří a jeho atributy. Základnou fenoménu jsou jevy a procesy mající biologický charakter, ovšem na ni se navrší sociologické, psychologické a kulturní vlivy.

V literatuře můžeme nalézt rozličné věkové vymezení stáří. Například nejrozšířenější definicí stáří je, že starým se člověk stává po dovršení 60–65 let a rituálem přechodu do této fáze je odchod do důchodu (Rabušic, 1995, s. 143). Podle Saka a Kolesářové (2012, s. 26) se v české populaci člověk stává seniorem mezi 60. - 70. rokem věku. Dle Bartákové, (2013, s. 282) se seniorem nejčastěji označuje člověk starší 60 nebo 65 let. Haškovcová (2010, s. 20) ve své publikaci uvádí členění druhé poloviny života ve čtyřech etapách:

střední nebo zralý věk (45 – 59 let), vyšší věk nebo rané stáří (60 – 74 let), stařecký věk neboli sénium, vlastní stáří (75 – 89 let) a dlouhověkost (90 let a výše). Konstatuje, že rané stáří reprezentují „mladí senioři“ a teprve od 75 let můžeme mluvit o „skutečném stáří“.

V anglicky psané literatuře se používají termíny young-old a old-old. Young-old můžeme přeložit jako mladší stáří a datuje se od 61 do 74 let. Old-old můžeme přeložit jako starší stáří a datuje se od 75 let a výše (Jung & Siedlecki, 2018, s. 141). Experti Světové zdravotnické organizace uvádějí toto dělení stáří: 45 – 60 let střední věk, 60 – 75 let rané stáří, 75 – 90 let pokročilý věk neboli vlastní stáří a od 90 let dlouhověkost (Říčan, 2014, s. 332). Langmeier a Krejčířová (2006, s. 203–204) uvádějí, že obecně je člověk pojímán za starého dle toho, jak je vnímán společností. S vývojem společnosti se tato hranice posouvá. V roce 1800 byl na starého považován člověk starší čtyřiceti let, v roce 1900 to byl už padesátník a v současnosti se jako spodní hranice udává věk od 65 let. Rabušic (1997 s. 13) upozorňuje na fakt, že důchodový věk je výsledkem především politického rozhodování a vyjednávání a může s ním být manipulováno.

Tito autoři tedy tvrdí, že určení stáří se týká věku člověka. Věk je připsaným statutem, a tudíž přispívá k sociální diferenciaci. V onom sociálním kontextu je pak věk spojován s určitým očekávaným chováním ze strany společnosti, jinými slovy, na příslušníky určitého věku je vyvíjen sociální tlak, který jim přikazuje, jak se za jaké situace mají chovat (Rabušic, 1995, s. 141). Dopita (2005, s. 34-35) ve své práci píše o více přístupech k věku. Ukazuje, že věk není pouze kalendářní, nepočítá se od našeho data narození, ale nabývá rozličných subjektivních podob. Lidé se pak posuzují podle toho, na kolik “vypadají”, na kolik “se chovají” anebo na kolik se “cítí”. Toto subjektivní vymezení věku nemusí být vázáno na kalendářní věk. Výzkum Sýkorové (2007, s. 54-60) potvrzuje, že určení stáří podle chronologického věku je nepřesné, samotní respondenti se s tímto pohledem

neztotožňují a dodávají, že je to pouze o tom, jestli se člověk „cítí být starý“. Z pohledu politiky státu je určení jasné kalendářní věkové hranice odchodu do důchodu výhodné, jelikož tak jasně odděluje členy společnosti, kteří by měli pracovat a členy, o které by mělo být postaráno. Stát tak stanovuje, kdy se člověk stává starým (Rabušic, 1995, s. 143).

Vymezení časové hranice stáří je velmi problematické a diskriminační (Sýkorová, 2007, s. 47) Svobodová (2007, s. 88) podotýká, že určení stáří je velice nelehký úkol. *„Nejběžnějším měřítkem stárnutí je chronologický (kalendářní) věk. Ten je sám o sobě ovšem bez informace, neboť jde v podstatě o náhodně zvolenou míru. Další běžně používanou mírou je sociální věk. Ten se vztahuje ke společenskému očekávání chování přeměřeného určitému biologickému věku.“* Langmeier a Krejčířová (2006, s. 203) uvádějí tři důvody, proč neurčovat stáří chronologickým věkem. Zaprvé pokles výkonnosti nemusí nutně souviset s věkem; za druhé, jak se člověk o sebe stará a zda vypadá a myslí jako starý, je dáno také jeho naladěním mysli; a za třetí posun v medicíně a celkové společenské změny přinášejí pozitivní změny na zdravotní stav lidí, avšak díky tomu se i zvyšuje zátěž na ně kladená. *„Přestože je tato populace zdánlivě vnímána jako stejnorodá, jedná se o jednu z nejrozmanitějších skupin lidí ve společnosti, což naznačuje i nejednotnost definic a členění pojmu stáří. Na základě znalosti věku osoby je nemožné anticipovat její charakteristiky.“* (Bartáková, 2013, s. 282).

Dle Haškovcové (2010, s. 20–21) je v běžném životě za starého považován každý, kdo dosáhl penzijního věku. Jak je známo, odchod do důchodu je nastaven dle individuálních zvláštností (více v kapitole 2.), většinou se však pohybuje okolo 65 let, tedy 65letý občan už je pokládán za starého. Se zvyšující se hranicí odchodu do důchodu se posouvá i věk, který je označován jako stáří. Můžeme tedy konstatovat, že v očích společnosti odchod z pracovního života určuje hranici stáří. Odchod do důchodu bývá označován jako mezník, který odděluje konec středního věku a počátek stáří

(Svobodová, 2007, s. 94). Toto potvrzuje i Rabušic (1997, s. 12), který říká, že odchod do důchodu definuje stáří a odlišuje tak stáří od ne-stáří. „V moderních západních společnostech se za znak počátku stáří považuje ukončení pracovního poměru a odchod do důchodu. Znamená to, že jedinec přestává být angažován v pracovním procesu a začíná pobírat starobní důchod. Tímto je utvořena zvláštní sociální kategorie – kategorie starých osob definovaných jako závislá skupina, jejíž členové by neměli pracovat, ale naopak potřebují ekonomickou a společenskou asistenci, kterou mají poskytovat mladší členové společnosti. Věk vymezující odchod do důchodu se většinou pohybuje v rozmezí 60 až 65 let.“ (Svobodová, 2007, s. 88).

V rámci dělení psychosociálního vývoje Erikson (2015, s. 65, 109) stanovil osm vývojových stádií a určil pro jednotlivá období antiteze a krize pro ně typická. Poslední osmé stádium nazval stáří a za antitezi určil integritu proti zoufalství. Později tuto teorii rozšířil o deváté stádium, které zahrnuje osmdesátíky a devadesátíky. Dělí tak stáří na dvě období, kdy v prvním máme bilancovat svůj dosavadní život, ve druhém už toho nejsme schopni.

O vlastním stáří neuvažujeme dřív, než se nás začne týkat (Haškovcová, 2010, s. 17). Šolcová (2011, s. 152) podotýká, že stárnutí je též životem v prostředí s převažujícími negativními stereotypy ve vztahu k starým osobám. Na stáří je nahlíženo zejména negativně. K tomu přispívá současný ideál mládí, který říká, že nejdůležitější je rychlý životní styl mládí, které musíme do důsledku využít dřív, než se objeví ten “hrozný” vyšší a vysoký věk. V takové atmosféře se starším lidem jen těžko může žít dobře (Haškovcová, 2010, s. 17). Stárnoucí jedinec se musí vyrovnat s faktem, že lidí, kteří se vyskytovali v jeho okolí, ubývá a v závislosti na jejich oslabené autonomii přibývá naopak lidí, které si sám nevybírá, např. sociální pracovníci. Navíc s úbytkem fyzických sil, přicházejících nemoci či handicapů mění a omezuje okruh jejich činností. (Šolcová, 2011, s. 152).

Svobodová (2007, s. 91) navíc poukazuje na to, že stáří je typické období ztrát. Příkladem je odchod do důchodu, ztráta sociálního statusu, fyzické, psychické změny, smrt partnera a blízkých, zdravotní problémy, změna bydlení a další. Vzhledem k těmto ztrátám a společenské atmosféře se život seniora jeví jako velmi nežádoucí stádium lidského života. Haškovcová (2010, s. 19-20) zdůrazňuje potřebu vytvoření takové politiky a podmínek, které by dokázaly vytvořit prostor pro realizaci individuálních cílů zdravých seniorů, a to jak na státní, regionální, krajní i místní úrovni. Nezbytným předpokladem k realizaci této vize je celospolečenská propojenost problematiky stáří.

Fenomén stáří se dotýká všech lidí v dané společnosti, jelikož mladí a ekonomicky činní rozhodují, a to buď přímo, či nepřímo o kvalitě žití aktuální generace seniorů a současně si připravují své vlastní podmínky, na byť vzdálené stáří (Haškovcová, 2010, s. 20). V české populaci se podíl osob ekonomicky postaktivních, důchodců zvyšuje, a tím narůstá proporce seniorské závislosti. Seniorská závislost dává do vztahu poměr mezi počtem osob ekonomicky aktivních a ekonomicky postaktivních a podle této predikce budou v blízké budoucnosti velké rozdíly mezi výší vybraných finančních prostředků na starobní důchody a výší potřebnou k jejich vyplácení, která se zvyšuje (Rabušic, 1997, s. 10). Starší a staří lidé byli vždy součástí každé společnosti, ale po celá staletí byl počet starých lidí ve společnosti relativně nízký. Avšak za posledních 60 let tento počet nezadržitelně roste. Je to zapříčiněno delším životním cyklem, hovoří se o takzvané inflaci stáří. (Haškovcová, 2010, s. 19).

Z kapitoly vyplynulo obtížné definování pojmu stárnutí i stáří. Shrnutím výše uvedených definic můžeme konstatovat, že stárnutí je proces, který zahrnuje změnu, zejména zhoršení, v biologických, psychologických i fyzických procesech. Pokud trváme na vymezení stáří pomocí chronologického věku, ukazuje se jako spodní hranice stáří okolo 60 let



jedince. Avšak mnozí autoři se distancují od této věkové diskriminace a podotýkají, že určení stáří je mnohem složitější a individuálnější. Další determinantou, která určuje stáří, je pohled společnosti. Ta spojuje začátek stáří s odchodem do důchodu, který je dán vládou, můžeme tedy konstatovat, že vláda má jistý podíl na určení hranice mezi dospělostí a stářím. Posledním probíraným tématem byl život seniorů ve společnosti vyznávající kult mládí, což se jeví v situaci, kdy zastoupení seniorů v populaci přerůstá zastoupení mladších dospělých, poněkud zvláštní.

## 2. STAROBNÍ DŮCHOD

Jak již název napovídá, práce se zabývá odchodem do starobního důchodu. Podoba starobního důchodu je určována státem, respektive příslušnými zákony. Z tohoto důvodu se kapitola zabývá zejména právním vymezením starobního důchodu a je doplněna o názory humanitních a společenskovedních autorů. Nejprve bude stručně představen termín důchodce, jeho význam a funkce. Dále bude rozebráno důchodové pojištění, jehož je starobní důchod součástí. Budou uvedeny zákony, které upravují důchodový systém. Další odstavec se bude zabývat vybranými principy důchodového pojištění. V neposlední řadě se kapitola zabývá kritérii pro nárok na vyplacení dávek, těmi jsou potřebná doba pojištění a dosažení stanoveného důchodového věku. Nakonec budou uvedeny složky důchodového pojištění.

Takzvaným starobním důchodcem se jedinec stává v okamžiku, kdy opouští svoje zaměstnání, ukončuje trvalý pracovní poměr z důvodu splnění věkových podmínek vstupu do důchodu (Špatenková & Smékalová, 2015, s. 50). „Slovo starobní nezní pěkně, ale tomu, kdo na důchod toužebně čeká, chutná přesto sladce.“ (Říčan, 2014, s. 346). Termín důchodce je označení sociálního statusu, z praktického hlediska je to nutné například pro evidenci osob

přijímajících starobní důchody (Haškovcová, 2010, s. 82). Instrukce starobního důchodu je mechanismus, který reguluje proud pracovníků do pracovního trhu a z něj. Jeho funkcí je eliminace nezaměstnanosti tím, že vytváří volná místa na pracovním trhu pro mladší lidi (Špatenková & Smékalová, 2015, s. 50).

Základní důchodové pojištění tvoří spolu s nemocenským pojištěním součást sociálního zabezpečení v užším slova smyslu (MPSV ČR, 2018). V České republice je pod pojmem důchodové pojištění chápáno nejen pobírání starobního důchodu, ale spadají sem i invalidní a pozůstalostní důchody, kam patří vdovský/vdovecký a sirotčí důchod. Zákon přesněji hovoří o zabezpečení osob v životních situacích jako je stáří, invalidita a úmrtí živitele (ČSSZ, 2018; Přib, Voříšek, 2004, s. 21). Špatenková se Smékalovou (2015, s. 50) upozorňují, že v dřívějších dobách lidé pracovali i ve velmi vysokém věku, obvykle „dokud mohli“. Jedná se tak o ochranu občanů, o které je na stáří postaráno.

Důchodový systém ČR je upraven zákonem č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění. Dále od roku 2013 zákonem č. 426/2011 Sb., o důchodovém spoření a na doplňkovém penzijním spoření podle zákona č. 427/2011 Sb., které nahradilo penzijní připojištění se státním příspěvkem podle zákona č. 42/1994 Sb. (MPSV ČR, 2018).

Základním principem důchodového pojištění v ČR je povinná účast na důchodovém pojištění prakticky všech ekonomicky aktivních osob. Mezi další principy patří princip jednotné úpravy. To znamená, že je jednotná pro zaměstnance v pracovním poměru, osoby ve služebním poměru, osoby samostatně výdělečně činné, vojáky, pro členy družstev a ostatní skupiny pojištěnců. A posledním zmíněným principem je princip solidarity. Jedná se o solidaritu pojištěnců s vyššími příjmy s pojištěnci s nižšími příjmy. Uplatňuje se způsobem, kdy se od určité výše příjmů základ pro důchod nenavýšuje, ale redukuje. Tento princip má i další rozměr, a to solidaritu

osob ekonomicky aktivních s osobami, které pobírají důchody. Vybrané pojistné slouží k vyplácení důchodů, nevytvářejí se z něj kapitálové fondy. (Příb, 2004, s. 11). Starobní důchod je podmíněn hrazením sociálního pojištění po dobu aktivního života, jedná se vlastně o část platu, která je vyplácena později. I přes to je ve společnosti zakořeněn názor, že ekonomicky aktivní občané poskytují starobní důchod ekonomicky závislým občanům ze své dobré vůle. Což pak v jedincích, kteří pobírají starobní důchod, může vzbuzovat pocity méněcennosti, závislosti, snižuje jim to sebevědomí a nutí je přijmout určenou roli nerole. Tento pocit závislosti může zmírnit možnost dále pracovat a současně pobírat starobní důchod, což umožnila zákonná úprava od 1. 1. 2010 (Haškovcová, 2010, s. 82, 86).

Nárok na vyplácení dávek důchodového zabezpečení mají pojištěnci po splnění příslušných kritérií. *„O nároku na důchod, jeho výši a výplatě rozhoduje Česká správa sociálního zabezpečení s výjimkou případů, kdy jsou příslušné k rozhodování orgány sociálního zabezpečení ministerstev obrany, vnitra a spravedlnosti (v případě příslušníků ozbrojených sil a sborů).“* (MPSV ČR, 2018). Dále budou uvedena pouze kritéria k vyplácení starobního důchodu. Podmínkou nároku na starobní důchod je získání potřebné doby pojištění a dosažení stanoveného důchodového věku, popř. věku od něho odvozeného nebo věku 65 let.

*„Věk odchodu do důchodu určuje množství důchodců v populaci, a tím také množství důchodů, které je třeba vyplácet. Vzhledem k tomu, že důchody jsou u nás vypláceny ze systému státního pojištění založeného na systému průběžného financování, je možno jich vyplácet pouze tolik, kolik prostředků se na ně vybere.“* (Rabušic, 1997 s. 10). Hranice pro odchod do starobního důchodu se s ohledem na demografický vývoj u nás neustále zvyšuje. Současně se však zvyšuje i naděje na dožití (Špatenková & Smékalová, 2015, s. 50). *„Průměrný věk, jehož se dožíváme, stále stoupá a stoupá i věk, do kterého jsme schopni pracovat, což se týká žen ještě více než mužů. Technický pokrok by samozřejmě bez problémů*

*umožňoval, abychom všichni odcházeli do důchodu v padesáti letech, to by ovšem nesměly stoupat naše nároky na spotřebu zboží a služeb všeho druhu tak rychle, jak tomu v celém světě je.“ (Říčan, 2014, s. 346).*

Důchodový věk je podle § 32 zdp rozdělen na dvě časové etapy: věk pojištěnců narozených před rokem 1936 a věk pojištěnců narozených v období let 1936 až 1971. První z případů nebude dále rozebírán, jelikož práce se zabývá pouze čerstvými důchodci (termín vysvětlen v kapitole 2.2.), tedy lidmi pobírající starobní důchod 2-5 let (ČSSZ, 2018).

U lidí narozených v období let 1936 až 1971 se věk odchodu do starobního důchodu liší podle pohlaví. Muži narozeni roku 1936 odešli do důchodu v 60 letech a dvou měsících a dále se věk odchodu do důchodu navyšuje po roce o dva měsíce až do ročníku 1965. Muži narozeni tohoto roku a mladší budou odcházet do důchodu v 65 letech. U žen závisí na počtu vychovaných dětí, ten se dělí na 5 kategorií: bezdětná, jedno, dvě, tři až čtyři a pět a více dětí. Věk odchodu do důchodu se snižuje s přibývajícím dětmi o rok a 4 měsíce mezi každou kategorií a s každým rokem se zvyšuje o 4 měsíce. Nejvyšší věk odchodu do důchodu je stanoven na 65 let a je tedy stejný jak pro muže, tak pro ženy. Ročníky narozené po roce 1971 budou do důchodu odcházet bez ohledu na pohlaví a počet dětí ve věku 65 let. (ČSSZ, 2018). Stanovení jednotné hranice pro odchod do důchodu jak pro ženy, tak pro muže, a to na 65 let prosazoval Rabušic již roku 1997 (1997 s. 19).

*„Odchodem do důchodu se člověk stává seniorem, věk vzniku nároku na důchod definuje stáří sociálním způsobem, který nezávisí na žádném výrazném biologickém či psychickém parametru a je veskrze arbitrární. InSTITUTE důchodu je společensky vykonstruovaná a v rámci dané společnosti se rozvíjí určitým způsobem. Z toho vyplývá, že sice existuje zákonem jednoznačně daná doba vzniku nároku na důchod, ale lidé se v názoru na věkovou hranici, která by byla chápána jako vhodná k odchodu do důchodu, neshodují.“ (Vágnerová, 2007, s. 355).*

Dalším kritériem pro získání nároku na vyplácení této dávky je potřebná doba pojištění. Ta se postupně prodlužuje v závislosti na důchodovém věku pojištěnce, eventuálně věku pojištěnce. Potřebná doba pro nárok na starobní důchod je stanovena v ust. § 29 odst. 1 zdp (Příb & Voříšek, 2004, s. 124-125). Roku 2010 činila nutná doba pojištění 26 let a každým rokem se o rok navyšuje. Od roku 2018 se pak tato doba zastavila na 35 let pojištění (ČSSZ, 2018).

Důchod se skládá ze dvou složek, a to ze základní a procentní výměry. Základní výměra je stanovena pevnou částkou stejnou pro všechny druhy důchodů bez ohledu na délku doby pojištění a výši výdělků. Procentní výměra je stanovena procentní sazbou z výpočtového základu (Příb & Voříšek, 2004, s. 21). „*Důchod ze základního důchodového pojištění pobírá více než 99 % obyvatel ve věku vyšším, než je věková hranice pro nárok na starobní důchod.*“ (MPSV ČR, 2018).

Starobní důchod je součástí důchodového pojištění. Primárně je chápán jako zabezpečení osob ve stáří, ale má také funkci regulace pracovního trhu. Stojí na řadě principů jako je povinná účast na důchodovém pojištění, jednotná úprava pro všechny a princip solidarity. Je upraven zákony č. 155/1995 Sb., č. 426/2011 Sb. a č. 427/2011 Sb. Kritéria pro vyplácení dávek důchodového zabezpečení jsou získání potřebné doby pojištění a dosažení stanoveného důchodového věku. Důchodový věk se mění podle jednotlivých ročníků, pohlaví a počtu vychovaných dětí.

Ročníky narozené po roce 1971 pak budou do důchodu odcházet bez ohledu na pohlaví a počet dětí ve věku 65 let. Potřebná doba pojištění závisí na roku odchodu do důchodu. Pro lidi odcházející do starobního důchodu v roce 2013 činila tato doba 29 let a dále se navyšovala, od roku 2018 se doba ustálila na 35 let pojištění.

## 2.1. ODCHOD DO DŮCHODU

Odchod do důchodu je hlavním tématem této práce, v kapitole budou nastíněny pohledy různých autorů na problematiku odchodu do důchodu. Budou uvedeny negativa a pozitiva odchodu do důchodu a dva výzkumy z českého prostředí, zkoumající postoje jedinců před i po odchodu do důchodu. Tento postoj bude rozlišen i z pohledu genderu. A nakonec se kapitola bude zajímat o využívání možnosti pokračující ekonomické aktivity po odchodu do důchodu.

Odchod do starobního důchodu představuje podle Alana (1989, s. 371-374) snad nejdramatičtější situaci v celé profesní dráze a zasahuje podstatným způsobem do celého života jedince i jeho nejbližšího rodinného okolí. Člověk opouští profesní dráhu a současně bilancuje celý svůj život. Jde o jeden z nejdůležitějších kroků v životě staršího člověka, který mívá řadu dopadů na sebepojetí a životní situaci jedince (Svobodová, 2007, s. 94). V dnešní společnosti je pracovní tempo vysoké a stárnoucí pracovníci mu už nedostačují, odchod do důchodu se tak ve všech ekonomicky vyspělých státech stal nutností. Může se to jevit jako pochopitelné z hlediska zájmu zaměstnavatelů, avšak z pohledu těch, kteří odcházejí do důchodu, se to může jevit jako ostrčení či vyřazení (Haškovcová, 2010, s. 81). *„Odchod do důchodu je závažným krokem, který se neomezuje pouze na ukončení ekonomické aktivity, ale jedná se v prvé řadě o krok, který může mít výrazný dopad na celkovou životní situaci jednotlivce“* (Svobodová, 2007, s. 87). Sice se odchodem do důchodu člověk nijak nezmění, je to však akt, který „hází člověka do starého železa“. (Haškovcová, 2010, s. 16).

Dle Říčana (2014, s. 347) bychom se měli zamyslet nad použitím slova odchod, které v sobě nese význam ukončení, což dle něj vzbuzuje negativní emoci. Doporučuje nahrazení tohoto slova slovem vstup nebo přechod do důchodu. Slovní spojení odchod do důchodu je v naší společnosti pevně

zakořeněno a sám Říčan ve své publikaci dále toto spojení používá. Je tedy vhodné zamyslet se nad negativní konotací tohoto pojmu, avšak v této práci bude nadále používáno spojení odchod do důchodu.

Jde o psychologicky, sociálně a často ekonomicky komplikovanou fázi individuálního života (Kuchařová, 2002, s. 10). *„Odchod do starobního důchodu je pro nemalou část lidí traumatizující, ať již si to připouštějí, či nikoliv, resp. ať již o tom hovoří, nebo ne. Odchod do důchodu představuje posun od něčeho, co známe, někam, kde je změna dosavadních zvyklostí nezbytná, a přitom nejasná. Nikdo nás nepřipravil na to, co bude dál. Nikdo nás nepoučil, jak vlastně vypadá život v penzi a jak si ho máme uspořádat.“* (Haškovcová, 2010, s. 81).

Neexistuje jednotný přístup k odchodu do důchodu. Jsou lidé, kteří na důchod čekají jako na toužebné vysvobození z těžké dřiny, nudné rutiny nebo ponižující pozice, ale jsou i tací, kteří vnímají odchod do důchodu jako noční můru (Říčan, 2014, s. 346). *„Samotný akt odchodu do důchodu nemusí být vždy aktem dobrovolným. Někdo odchází do důchodu rád, někdo je k odchodu na zasloužený odpočinek proti vlastní vůli více či méně zmanipulován, někdo musí odcházet ze zdravotních důvodů.“* (Rabušic, 1997 s. 23). Ukončení soustavné výdělečné činnosti, kterou jedinec vykonával řadu let, je nesmírně významný, mnohostranný předěl, který nutí jedince přebudovat svou identitu (Říčan, 2014, s. 346). *„Odchod do důchodu je závažným životním krokem, který se neomezuje pouze na ukončení ekonomické aktivity, ale jedná se v prvé řadě o krok, který může mít výrazný dopad na celkovou životní situaci jednotlivce. V této souvislosti by proto neměl být opomíjen individuální přístup ke stárnutí. Ukončení ekonomické aktivity navíc ani zdaleka není jedinou závažnou životní událostí, se kterou bývá stárnoucí člověk konfrontován. Vzhledem k faktu, že stáří je závěrečnou fází života člověka, nepříznivé události se obvykle hromadí, což má negativní vliv na sebeobraz a prožitky staršího člověka.“* (Svobodová, 2007, s. 87).

*„V období dvou až pěti let před penzí začínají mít adepti důchodu pocit, že stojí na okraji propasti.“* (Haškovcová, 2010, s. 15-16). Lidé se často strachují již

několik let předem, což vede k soustavné stresové situaci (Říčan, 2014, s. 346-347). Odchod do důchodu je vnímám také jako pád, označovaný jako penzijní kolaps či dokonce penzijní smrt, který spočívá ve ztrátě zaměstnanecké role, o kterou jsme přišli. Tento pád bývá o to strmější, čím vyšší post člověk zastával a čím specializovanější byla jeho profese (Haškovcová, 2010, s. 81).

Jak už bylo uvedeno, budoucí důchodce se může strachovat o budoucnost již několik let dopředu. Nejčastějším zdrojem strachu z budoucnosti bývá ekonomická nejistota a s tím spojený pokles životního standardu (Říčan, 2014, s. 346–347). To potvrzuje i Svobodová (2007, s. 95), dle které negativním důsledkem odchodu do důchodu bývá nejčastěji zhoršení finanční situace. Odchod do důchodu s sebou nese ztrátu profesní role, která je často spojena s jistou prestiží a nabývá zpravidla horšího společenského statusu a menších privilegií. Jedná se o přebudování identity. Nejčastějším strachem lidí před přechodem do důchodu je strach o finanční zabezpečení. Přicházejí o hlavní příjem, ale také o vedlejší příjmy jako jsou stravenky, bonusy, firemní auta, mobily, tarify a další výhody (Říčan, 2014, s. 346-347). Vágnerová (2007, s. 355) doplňuje, že se jedná o potvrzení ztráty výkonnosti a s tím související společenské užitečnosti.

S odchodem z pracovního procesu se pojí řada změn, lidé neopouští jen práci, ale také sociální sítě kolegů a známých. Jde o odtrhnutí se z mnoha sociálních vazeb, které nebude možné pěstovat za změněných podmínek. Člověk má sice schopnost adaptace a nakonec si téměř všichni na roli důchodce zvyknou, je nutno však podotknout, že schopnost adaptace se s narůstajícím věkem snižuje a v důchodovém věku je již značně oslabena. Můžeme tedy konstatovat, že adaptace na odchod do důchodu je pro člověka náročnější než puberta (Haškovcová, 2010, s. 82). S tímto tvrzením souhlasí i Paulík (2010, s.65, 69), který pojímá odchod do důchodu jako tranzitorní, tj. citlivou, kritickou, životní etapu, která může vyústit až v krizi



a přirovnává ho k pubertě či nástupu do zaměstnání. Pro čerstvé důchodce je typická krize šedesátníků, jedná se o vývojovou krizi následující po krizi středního věku. Souvisí s koncem profesní dráhy, pocity stárnutí, nepotřebnosti a ztráty významu života. Podle Špatenkové a Smékalové, (2015, s. 50) s sebou přináší odchod do důchodu ztrátu profese až změnu identity, omezení či ztrátu sociálních kontaktů, snížení materiálního standardu a celkově tak představuje radikální změnu životního stylu.

Vágnerová (2007, s. 358) uvádí důvody, proč se lidé nechtějí vzdát zaměstnání. Může se jednat o skutečný zájem o profesní aktivitu, která jedince uspokojuje, potřebu udržení sociálního statusu daného profesí, dále udržení prestiže, jelikož podporuje jedincovu sebeúctu, potřebu udržet určitý životní styl, který zahrnuje i pravidelné zaměstnání, potřebu kontaktu s lidmi a strach z izolace v rodině a v neposlední řadě ekonomické důvody, kdy důchod se obvykle spojuje se snížením životní úrovně.

Z pohledu genderu je odchod do důchodu dramatičtější situací pro muže, jelikož je to zároveň ztráta jejich atraktivity (Vágnerová, 2007, s. 358). To potvrzuje Říčan (2014, s. 346–347), když poukazuje na to, že odchod do důchodu může pro některé muže znamenat ponížení a ztrátu sebevědomí, sebeúcty a sebevědomí. Odchod do důchodu nese zpřetrhání mnohých kontaktů a izolaci seniorů, jejich hlavním sociálním stykem se stává rodina. Je to jeden z důvodů, proč životní spokojenost u mužů před šedesátkou prudce klesá. I pro ženu může být perspektiva odchodu do důchodu hrozivá. Celkově je ale pořád větší procento žen, které se s vidinou odchodu do důchodu smiřují lépe než muži. Špatenková a Smékalová (2015, s. 50) tento trend vysvětlují tím, že muži se převážně realizují ve veřejném sektoru, kdežto ženy v privátním sektoru, který zůstává zachován i v důchodu.

Nelze však generalizovat a tvrdit, že všichni, kteří v brzké době odejdou do důchodu, jsou nešťastní, bez vizí a cílů a se spoustou nezodpovězených otázek. Existují i lidé, kteří se do důchodu těší a mají

vytvořenou jasnou představu o tom, jak budou trávit čas a jakých cílů chtějí dosáhnout. (Haškovcová, 2010, s. 82). Pozitivní důsledek odchodu do důchodu bývá spatřován v rozšíření možností věnovat se zájmům (Svobodová, 2007, s. 95). Jedinci nabývají větší svobodu v rozhodování o sobě i svém životním programu. Participace na společenském dění nabývá jiné podoby, a to například členství v různých spolcích. Vágnerová také píše, že po 70. roku věku už senioři po práci netouží. V České republice je obecně považováno za výhodu, když člověk nemusí pracovat a dostává starobní důchod. (Vágnerová, 2007, s. 302-303, 355, 358). Na to navazuje Rabušic (1997 s. 15) a upozorňuje na fakt, že dříve byl stav „být v penzi“ chápán v česku jako výhoda a snad i vytoužený stav. Dodává, že na to mohl mít vliv bývalý socialistický režim, ve kterém byla práce jakousi nutností bez možnosti seberealizace a finančního ohodnocení na základě výkonu. Tato práce vedla k pracovnímu odcizení, příjmové nivelizaci a inkonzistenci sociálního statusu. Odchod do důchodu se v takové společnosti stal vyhledávanou hodnotou.

Téma odchodu do starobního důchodu se stalo námětem pro výzkum z roku 1996 50+ realizovaný týmem Rabušic, Mareš (Rabušic, 1997 s. 22-23), který se zaměřoval, jak název napovídá, na jedince od padesáti let výše a zkoumal mimo jiné i jejich postoje k vlastnímu odchodu do důchodu. Na otázku, co plánují dělat, až u nich nastane důchodový věk, odpovědělo 24 % lidí ve věku 50-59, že plánuje dále pracovat. Důležitým faktorem byl věk respondenta, 79 % mladších respondentů ve věku 50-54 let odpovědělo, že do důchodu odejde. Další důležitou proměnnou je vzdělání. Výzkum ukázal, že jen 7 % lidí se základním vzděláním chce pokračovat v práci a naopak 44 % vysokoškoláků by chtělo v práci setrvat. Výzkum také ukázal, že raději odcházely do důchodu ženy (43 %, muži 35 %), ze zdravotních důvodů odešlo 25 % mužů a 18 % žen a odejít se nechtělo 19 % mužům a 13 % žen (Rabušic, 1997 s. 23). Dalším výzkumem zkoumajícím postoje k odchodu do

důchodu byl Život ve stáří z roku 2002 (Kuchařová, 2002, s. 2, 11-12). Bylo zjištěno, že do důchodu odcházely rády dvě pětiny dotazovaných mužů a žen (nejčastěji se přitom jednalo o osoby s nejnižším vzděláním), necelá třetina při odchodu váhala a zbylý podíl by raději zůstal v zaměstnání, ale z různých důvodů tento krok (musel) učinil. Nejčastěji uváděným důvodem pro nutnost opustit zaměstnání byla nepotřebnost pracovníka ze strany podniku. Také bylo zjištěno, že nejvíce zaměstnání postrádají vysokoškoláci, jelikož odchodem do důchodu ztratili možnost seberealizace. Nejméně zaměstnání postrádají lidé se základním vzděláním.

Dle Rabušice (1997 s. 16-17) si lidé začnou uvědomovat, že možnost zůstat na trhu práce i po dosažení důchodového věku je požehnáním. Zvyšují se totiž životní nároky, počet hypoték, úvěrů a kreditních karet, které bývá obtížné splácet z důchodového příspěvku. Upozorňuje také na fakt, že při stanovování odchodu do důchodu jsou ženy diskriminovány, odcházejí totiž do důchodu dříve než muži a počet dětí tuto hranici také snižuje. Ty pak mají menší možnost zvýšit si životní úroveň, jelikož dosažení hranice odchodu do důchodu sice neznamena faktický odchod, ale vytváří sociální tlak a zařazuje nositelky do období stáří dříve než muže. Dle výzkumu Kuchařové (2002, s. 9) odešlo do důchodu v „řádném“ důchodovém věku 73 % dotázaných důchodců, 8 % odešlo do předčasného důchodu a 19 % pracovalo ještě po dosažení důchodového věku. Průměrná doba zaměstnání po dosažení důchodového věku byla 18 měsíců, nejčastěji to bývá jeden nebo dva roky. Možnost pracovat a zároveň pobírat starobní důchod využívají více muži než ženy, a to při průměrné době 22 měsíců u mužů a 16 měsíců u žen.

Odborná literatura se shoduje, že odchod do důchodu je závažným krokem v životě jedince, který může mít vliv na proměnu identity, jde o razantní změnu dosavadního životního stylu, se kterou se pojí pocit strachu. Jako nejčastější negativum je spatřováno snížení socioekonomického

statusu, dále zpřetrhání sítě kontaktů a ztráta seberealizace v práci. Z pohledu genderu je odchod do důchodu vnímán hůře muži než ženami. Nemůžeme však generalizovat a tvrdit, že je odchod do důchodu všemi pojmán jen negativně. O pozitivních důsledcích se však autoři tolik nezmiňují. Největším pozitivem je nově nabytý volný čas, který skýtá spoustu příležitostí k naplnění. Z uvedených výzkumů vyplývá, že postoj se mění s ohledem na vzdělání jedinců. Lidé se základním vzděláním vnímají odchod do důchodu spíše pozitivně, zatímco vysokoškolsky vzdělaní mají tendence setrvávat v práci. To se může pojít s významem a možností seberealizace, kterou jedinci práce přinášejí. Poslední odstavec poukazuje na diskriminaci žen, které podle zákona odcházejí do důchodu dříve než muži.

## 2.2. PROFIL ČERSTVÉHO DŮCHODCE

Kapitola pojednává o charakteristice zkoumané skupiny jedinců. Dle Vágnerové (2007, s. 361-362) se nový životní stereotyp ve smyslu odchodu do důchodu a jeho pohled na něj stabilizuje v průběhu 1-2 let v důchodu, ale ne dřív než po jednom roce. Bezprostřední reakce na změnu je nestabilizovaná a nemá tedy význam zkoumat strategie odchodu do důchodu v tomto období, jelikož probíhá teprve jejich formace. V úvahu musí být brána také individualita participantů, z tohoto důvodu byla stanovena kritéria výzkumného vzorku na osoby od 2-5 let po vstupu do starobního důchodu. Z kapitoly 2. vyplývá, že podle ročníku narození a pohlaví odcházejí jedinci do důchodu v rozličném věku. Nemůže zde tedy být uveden přesný věk popisované skupiny. Díky kapitole 1. stárnutí a stáří však můžeme říci, že se jedná o část období raného stáří. Budou zde popsány změny, kterým čerství důchodci čelí, a to jak v oblasti biologické, tak duševní. Tato kapitola se na

problematiku zaměřuje zejména optikou vývojové psychologie, jelikož právě tato disciplína sleduje změny a charakteristiky daného vývojového období.

Hledání důstojného termínu pro označení lidí v postproduktivním věku je značně obtížné. Možné používání oslovení seniorů nabízí Špatenková (2013, s. 25), například geront, senescent, starý člověk, starobní důchodce, stříbrná generace, zkušenější, zralejší občané, starci či lidé třetího věku. Jelikož je práce zaměřena na odchod do důchodu, bylo zvoleno oslovení důchodce. Avšak důchodci jsou široká skupina od lidí raného stáří po dlouhověky. Práce studuje jedince v období 2 až 5 let po vstupu do důchodu, tato specifická skupina nemá jednotné pojmenování. Z tohoto důvodu bude přejímám název z publikace Špatenkové a Smékalové (2015, s. 50), a to čerstvý důchodce.

*„Mezi staršími, tak jako mezi ostatními lidmi, existují velké rozdíly v psychických a kognitivních schopnostech a dovednostech, 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). Staří lidé tedy netvoří nějakou homogenní skupinu“* (Beneš, 2014, s. 111). Tento proces bývá individuálně variabilní z hlediska času, rozsahu i závažnosti projevů. Závisí na mnoha faktorech, mimo jiné na interakci dědičných předpokladů a důsledků různých exogenních vlivů, které se v průběhu života stárnoucího člověka postupně nakumulovaly. (Vágnerová, 2007, s. 311). Proto uvedené biologické a psychologické změny nemohou být vztaženy na všechny čerstvé důchodce.

Šedesátníci se díky demografickému stárnutí stávají silnou skupinou v populaci. Chtějí se společensky uplatnit, mají své nároky a svůj způsob života. Je to skupina, která má svou vlastní historickou zkušenost, moudrost i pošetilost, naděje i strachy (Říčan, 2014, s. 332-333). *„Stáří přináší nové zkušenosti, s nimiž se musí každý člověk nějakým způsobem vyrovnat, a záleží na jedinci, jak tento úkol zvládne. Na počátku 60. let života si lidé uvědomují*

*nevyhnutelné přibližování stáří se všemi jeho problémy a jde o to, jak budou očekávanou proměnu interpretovat a jak jí dokáží přizpůsobit svůj životní plán.“* (Vágnerová, 2007, s. 302).

Toto období je charakteristické pozvolným úpadkem v řadě oblastí jako je tělesná oblast, oblast sexuálních zájmů a oblast kognitivních funkcí (Petřková & Čornaničová, 2004, s. 33). Vágnerová (2007, s. 303) hovoří o úbytku fyzických sil, psychických kompetencí či narušení vztahů s lidmi. Biologické ani duševní změny však nejsou tak rozsáhlé a výrazně neomezují jedince v jeho komfortu a jedinec je dále schopen vést aktivní a nezávislý život (Vágnerová, 2007, s. 299; Špatenková & Petřková, 2013, s. 38). Tyto změny spíše ovlivňují sebepojetí jedince, který si poklesu svých schopností všímá. Jedinec v tomto období si už nedělá zbytečné iluze o znovunabytí svých schopností a spíš nestojí o další změny, rád by si uchoval to, co mu ještě zbylo (Špatenková & Petřková, 2013, s. 38). *„Většina 60letých lidí si udržuje přijatelnou úroveň tělesných i duševních schopností a může žít uspokojivě a nezávisle. Může žít dokonce mnohem svobodněji než dřív, nezatěžována povinnostmi, které už splnili (zaměstnání, péče o děti a staré rodiče).“* (Vágnerová, 2007, s. 302).

## BIOLOGICKÉ ZMĚNY

Biologické změny jsou nejvíce viditelné, odrážejí se ve vzhledu, držení těla, kvalitě kůže a vlasů či ve způsobu pohybu. Fyziologické změny se projevují zmenšováním odolnosti organismu vůči nepříznivým vlivům, úbytkem svalové hmoty, síly a energie, snižováním sensorické (zrak, sluch) a motorické kapacity (Petřková & Čornaničová, 2004, s. 30). Špatenková s Petřkovou (2013, s. 38) jako nejčastější biologické změny uvádí zhoršování smyslových funkcí, ubývání tělesné síly, zhoršování pohybové koordinace, zpomalování rychlosti a pohotovosti reakcí. S přibývajícím věkem jedince je těžší odlišit, které změny v tělesné involuci jsou následkem

stárnutí a které důsledkem nemoci (Říčan, 2014, s. 332-333). Nejvíce se tělesné změny dotýkají sluchu a zraku. Po šedesátce rychle klesá citlivost na vysoké tony a rapidně přibývá očních onemocnění. (Říčan, 2014, s. 332-333; Špatenková, & Smékalová, 2015, s. 64; Kozáková & Müller, 2006, s. 14-15). Ubývá sil, přibývá únavy a tělo se celkově mění. Jedinec pak stojí před výzvou přijmout novou podobu svého těla i těla svého partnera. Je to o to těžší situace kvůli naší mládí vyzdvihující společnosti (Říčan, 2014, s. 336). Na počátku období raného stáří dochází k úbytku sil, toto uvědomění a vědomí jistoty jeho progresu vede 60leté lidi ke zpomalení životního tempa, redukci aktivit a zájmů a k přijetí kompromisu, který signalizuje postupné smiřování s realitou stárnutí, ať už je, nebo není plně uvědomělé. (Vágnerová, 2007, s. 303).

## DUŠEVNÍ ZMĚNY

Dalšími změnami jsou duševní involuce. Do těchto změn se promítají i vlivy biologického věku mozku a vidina zkrácené životní perspektivy. Duševní činnost se zpomaluje, což souvisí s pomalejší aktivitou mozkových buněk. Často se upozorňuje na horší zvládnutí životních změn. Zajímavé je ale zamyšlení se nad povahou změn, které v tomto věku přicházejí. Naprostá většina změn je negativního rázu, což pak vede k negativnímu postoji k jakékoli změně (Říčan, 2014, s. 337-338). To potvrzuje Vágnerová (2007, s. 303), tyto ztráty mohou v seniorech vyvolávat pocit ohrožení, který pak vede k tendenci získat nad svým životem co největší kontrolu a zamezit tak dalším ztrátám. Patologicky se to může projevit striktním odmítáním jakýchkoli změn.

Rané stáří přináší nadhled a moudrost, pocit naplnění, ale také úbytek energie a proměnu osobnosti jedince (Vágnerová, 2007, s. 299). S tím souhlasí Říčan (2014, s. 339), který tvrdí, že osobnost jedince prochází změnami, které můžeme nazvat jako demontáž osobnosti. Člověk ztrácí vztah k některým

svým zálibám, cílům, hodnotám a ideálům, a dokonce i k některým osobám. Jiní autoři (Petřková & Čornaničová, 2004, s. 33; Špatenková, 2013, s. 35) však dodávají, že nebyl zjištěn žádný významný regres v osobnostní oblasti.

Vývoj inteligence ve stáří je velmi diskutované téma. Není jednoznačně prokázáno, že se s věkem inteligence snižuje. Za horšími výsledky inteligenčních testů totiž může být pocit vlastní méněcennosti a rezignace, duševní nemoci nebo tělesné choroby zhoršující pozornost a únavu (Říčan, 2014, s. 337-338). Výzkumy vyvrátily tvrzení, že inteligence po dvacátém roku věku klesá. Některé složky inteligence jako je prostorová orientace, induktivní myšlení a chápání slovních významů rostou až do padesátého roku. Jsou známy i jisté deficity, které se ve stáří objevují, například schopnost koncentrace na více věcí najednou, to však může být kompenzováno jinými strategiemi myšlení. Do 75 let se nepředpokládá výrazné omezení výkonnosti, paměť a schopnost myšlení klesá až po 75. roce a například znalosti u zdravých jedinců klesají až po 95. roku (Beneš, 2014, s. 111). Co se inteligence týče, musíme rozlišovat mezi fluidní a krystalickou inteligencí. Pokles fluidní inteligence je zřejmý již v období raného stáří, jde především o zhoršování schopnosti zpracovávat nové informace, reagovat na ně a vyvozovat řešení nových problémů. Kdežto krystalická inteligence klesá až po 70. roce. Jde o dříve nabyté zkušenosti a znalosti, které jedinci dokáží využít k řešení známých situací (Vágnerová, 2007, s. 328, Špatenková & Smékalová, 2015, s. 67; Petřková & Čornaničová, 2004, s. 31).

Typickým projevem stárnutí je atrofie, tj. úbytek mozkové tkáně. Proměňují se i kognitivní funkce, po 60. roce kriticky klesá kognitivní plasticita, tj. schopnost využívat svůj potenciál. Dochází k výraznému zpomalení kognitivních procesů a prodloužení reakčních časů. Celkové zpomalení seniora májí za následek biologické změny v mozku. Jedinec se celkově zpomaluje, zhoršuje se zapamatování a vybavování, snižuje se frustrační tolerance (Vágnerová, 2007, s. 315-332). „Obecně lze konstatovat, že



*průměrný šedesátník reaguje asi o 20 % pomaleji než průměrný dvacetiletý jedinec.“* (Petřková & Čornaničová, 2004, s. 31). Vágnerová (2007, s. 316-332) dále dodává, že se začínají objevovat nedostatky paměťových funkcí a s nimi spojené obtíže učení, je nutné však podotknout, že zhoršování paměti závisí zejména na tom, jak jedinec paměť cvičí a využívá. Paměť se mění z mechanické na logickou, zhoršuje se zejména novopaměť, která slouží k uložení nových poznatků, ale staropaměť, která uchovává starší poznatky zůstává zachována (Špatenková & Smékalová, 2015, s. 65). Avšak díky zkušenosti překonaných krizí a životních zklamání mají starší lidé specifické kompetence, potenciály, schopnosti a dovednosti jako například rozvinuté strategie řešení problémů (Beneš, 2014, s. 112).

Co se týče emocí, snižuje se intenzita emočního prožívání z důvodu úbytku výběžků mozkových buněk a řídnutí jejich propojení. Začínají tak převažovat negativní emoce. (Říčan, 2014, s. 337-338; Vágnerová, 2007, s. 336). *„V průběhu raného stáří dochází k celkovému zklidnění emočního prožívání, klesá intenzita a frekvence některých emocí, ale postupně může narůstat citová dráždivost.“* (Vágnerová, 2007, s. 349). S tím souhlasí i Kozáková a Müller (2006, s.14-15), kteří konstatují, že se snižuje intenzita emocí a jedinec bývá citlivější.

Dost často po odchodu do důchodu dochází k tomu, že jedinci přestávají být orientováni na výkon a klesá soupeřivost. Díky tomu, že jedinec už nemusí udržovat své profesně společenské postavení, může realizovat své dosud nenaplněné vnitřní potřeby a věnovat se tomu, co ho opravdu zajímá. Není důležité, jakou aktivitu si senior zvolí, může jít například o univerzitu třetího věku, péči o vnoučata, cestování nebo chov králíků. Důležité však je, že se neřídí tlakem společnosti, ale svými vlastními potřebami, na které může společnost pohlížet jako na nezajímavé či bezvýznamné. (Vágnerová, 2007, s. 303). Dle Říčana (2014, s. 345) by měla být nejdůležitější aktivitou šedesátníka práce nebo jakákoli společensky

prospěšná činnost, při které uplatní své bohaté zkušenosti a znalosti. V rámci organizace by se měli připravovat na novou roli poradce, což je ale stejně kvalifikovaná a cenná funkce, jen je méně stresující. Je to vhodný způsob uplatnění pracovníka, jehož výkon se ve stáří snižuje, ale kvalita práce zůstává.

Shrnutím výše uvedených poznatků lze konstatovat, že čerství důchodci procházejí řadou biologických i duševních změn, jež mají regresivní povahu, avšak tyto změny nejsou natolik markantní, aby zasahovaly do jedincova komfortního bytí. Při charakteristice této skupiny je nutné mít na paměti její heterogenost, která se prohlubuje se zvyšujícím se věkem jedinců. Nejčastější biologickou změnou je zhoršování zraku a sluchu. Tato změna však téměř nemusí zasahovat do života jedince, jelikož existuje mnoho kompenzačních pomůcek, které dokážou absentující schopnosti nahradit. Mezi další tělesné involuce patří úbytek síly, únava, zhoršování pohybové koordinace, zpomalování rychlosti a pohotovosti reakcí a další změny pojící se ke vzhledu, jako je snížená elasticita kůže či kvalita vlasů. Zpomaluje se i duševní činnost, například kognitivní procesy jako myšlení. Avšak pokles kognitivních funkcí je diskutabilní téma. Například na změně osobnosti se autoři neshodují. Co se inteligence týče, klesá pouze fluidní inteligence a krystalická zůstává zachována. Paměť se mění na logickou, zhoršuje se novopaměť a s tím spojené učení. Zde však je nutné podotknout, že kondice kognitivních funkcí je závislá na jejich využívání a procvičování. To znamená, že u lidí, kteří ji celoživotně cvičí, nemusí docházet k žádným regresím. Poslední uvedenou duševní změnou jsou emoce. Snižuje se intenzita emočního prožívání, jedinci bývají citlivější a převažují negativní emoce.

### 3. ADAPTACE NA ODCHOD DO DŮCHODU A STRATEGIE PŘI TOM VYUŽÍVANÉ

V této kapitole budou představeny možné formy a fáze adaptace na odchod do starobního důchodu a strategie, které jsou brány jako jisté formy adaptace, tedy vyrovnávání se s touto novou a náročnou situací. Pojmy adaptace a strategie jsou velmi podobné a v práci nebudou striktně rozlišovány.

Jak bylo popsáno v kapitole 2.1., odchod do důchodu je jednou z nejnáročnějších fází života, se kterou se různé osoby mohou rozličně vyrovnávat. Hraje zde tedy velkou roli individualita jedince, jeho osobnost a postoj ke změnám, ale také celková životní situace, ve které se právě jedinec procházející touto životní změnou nachází. *„Každý člověk by měl v průběhu svého života stále usilovat o integritu, jednotu, celistvost, neporušenost své osobnosti tím, že se adekvátně přizpůsobuje (adaptuje) nejrůznějším náročným životním situacím, vnějšímu prostředí i svému vnitřnímu světu.“* (Kohoutek, 2009). Adaptace na neustále se měnící podmínky působící v interakci jedince s prostředím je základní podmínkou vývoje jedince. Člověk je od samotného početí neustále vystaven vlivům mnoha nejrůznějších činitelů, s nimiž je nucen se vyrovnávat. Úspěšnost a efektivita zvládnutí těchto náročných životních situací závisí na mnoha faktorech, zejména pak na osobnostních charakteristikách a zvolených strategiích vyrovnávání se s těmito situacemi (Paulík, 2010, s.10). Šolcová (2011, s.155) přejímá názor Vaillanta, který vnímá správně zafixovanou schopnost adaptace, tedy používání zralých obranných mechanismů při střetu s kritickými událostmi, jako hlavní předpoklad ke zdravému stárnutí. Jako další předpoklady vedoucí ke zdravému stárnutí udává vzdělání, stabilní manželství, zdravý a aktivní životní styl (Paulík, 2010, s. 65).

Termín adaptace je možno rozdělit na tři dimenze (Štikar, et al., 2003, s. 89): Adaptabilita je předpoklad jedince zvládnout změny vnějšího i vnitřního prostředí. Jedná se o soubor schopností, dovedností a zkušeností, jež vytvářejí vhodnou kapacitu pro uplatnění variability v jednotlivých situacích. Adaptování je proces zvládání změn postihující vzájemné působení jedince s prostředím. Tento proces má charakter individuálně vnímané a prožívané zátěže. A adaptovanost je průběžné vyrovnávání se s novým systémem života nebo výsledný stav.

Odchod do důchodu se řadí mezi tranzitorní, tj. citlivou, kritickou, životní etapu, která je spojena se zvýšenými nároky na jedince, které mohou přerůst až v krizi. Tranzitorní životní etapy se objevují zvláště při přechodu z jedné vývojové etapy do druhé. (Paulík, 2010, s.65, 69). Dle Špatenkové a Smékalové (2015, s. 51) průběh adaptace na starobní důchod podmiňují osobní a sociální faktory jako:

- Individuální potřeba práce
- Budoucí pracovní uplatnění
- Další možnost seberealizace
- Sociální potřeby
- Finanční potřeby
- Předdůchodové pracovní podmínky
- V případě manželů realita či plány týkající se penzionování

partnera

Atchley (In Stone, 1984, s. 8; Peterson, 2014, s. 509-513) rozděluje sedm fází přechodu do důchodu: fáze přípravy (preretirement), fáze líbánek (honeymoon), fáze okamžité důchodové rutiny (immediate retirement routine), fáze odpočinku a relaxace (rest and relaxation), fáze rozčarování (disenchantment), fáze přehodnocení (reorientation) a konečná fáze důchodové rutiny (retirement routine) (překlad autora). Tyto fáze se nijak neváží na časové hledisko, jsou velice individuální a zastávají funkci

ideálního typu. Dle autora mají sloužit výzkumníkovi pro lepší pochopení zkoumaných jedinců. Fáze přípravy je definována svou vzdáleností a předvídatelností, jedinec se v tomto období připravuje na ukončení své profesní kariéry. Bezprostředně po odchodu do důchodu přichází fáze líbánek, je typická zvláště pro osoby se stabilním sociálním prostředím a adekvátním finančním zabezpečením. Fáze okamžité důchodové rutiny je charakteristická pro pocit sžítí s novým životním stylem, ustavení nového harmonogramu. Prvotní fáze přinášející pozitivní pocity, rozbíjí fáze rozčarování, kdy jedinec začíná pociťovat negativní změny ve finančním zabezpečení, zhoršující se zdravotní stav a úbytek sociálních kontaktů, bývá provázeno pocitem deprese a melancholie. Fáze přehodnocení uzavírá předchozí fázi, kdy se jedinec smíří s důsledky starobního důchodu a stárí a končí fází ustanovení konečné důchodové rutiny.

Vágnerová (2007, s. 360-363) uvádí ve srovnání s Atchleyem redukované pojetí přechodu do důchodu:

1. Příprava na důchod, se odehrává před odchodem do důchodu. Obecně je stárí a s tím spojen odchod do důchodu, považováno za méně uspokojivé období života. Tato představa ovlivňuje i očekávání budoucích důchodců. Jedinci začínají o změnách spojených s odchodem do důchodu uvažovat s určitým předstihem. Vyrovnaní se s odchodem do důchodu, který vnímá jedinec jako negativní změnu, může mít podle Říčana (2014, s. 347–348) dvě podoby. Buďto předstírat, že se nic tak zásadního neděje a nepohlížet na důchod jako na smrt. Anebo si připustit změnu a připravovat se na ni. Hovořit o tom s vrstevníky a rodinou, vtipkovat a informovat se u těch, kteří už v důchodu jsou.

2. Fáze bezprostřední reakce na změnu, je charakteristická pro pocit vykořenění a ztráty zafixovaných jistot. Můžeme být také nazývána přechodnou fází, mezi ukončením profesního života a ještě neukotveným novým životním stylem. Je běžné uchovávat si po určitou dobu ukotvené

zvyklosti, jež pozbyly smyslu, což signalizuje potřebu postupného přizpůsobování. Pokud je starobní důchod jedinci chápán jako doba nekonečné dovolené, obvykle se uchylují k omezením aktivity až demonstrativní nečinností a zdůrazněním potřeb klidu.

3. Fáze deziluze a postupného přizpůsobování nové životní situaci. Mnozí jedinci mohou pociťovat nudu, absenci denního harmonogramu či sociálních kontaktů. K deziluzi dochází u jedinců, kteří se těšili na nějakou činnost nebo odpočinek, jelikož po určité době přichází přesycení a nastává pocit zklamání. Dochází k uvědomění si nezvratnosti životní změny. Doporučuje se zaměřit se na kvalitní využití nabytého času, nalezení trvalejšího programu s cílem udržovat kompetence jedince na přijatelné úrovni. Jedná se o fázi hledání nového životního stereotypu, často se dochází k nalezení částečného zaměstnání, jež umožňuje plynulejší přechod. Problém nastává zejména u jedinců, kteří měli o životě v důchodu značně nerealistické očekávání. Mohou pociťovat důchod jako stresovou situaci, ohrožení, bezmoc či deprese. Tyto stavy mohou přerůst až v tzv. syndromu čtyř stěn, kdy se člověk uzavírá doma a chybí mu jakákoli motivace.

4. Fáze adaptace na životní styl starobního důchodce a stabilizace nového stereotypu. Adaptace na novou životní situaci vede ke stabilizaci nových rolí a transformovaného hodnotového systému, postupně dochází i k zafixování nového životního programu a denního harmonogramu. Impulsem bývá potřeba ještě něčeho dosáhnout, něco po sobě zanechat. Jak už bylo napsáno v kapitole 2. odchod do důchodu je mnohými pojímán jako vstup do etapy stáří a může tak podnítit bilanci nad dosavadním životem. Životní styl starobních důchodců je silně ovlivňován zdravotním i ekonomickým omezením a určitou sociální izolací v rámci rodiny a sousedství. Lze jej definovat jako alternativu „málo prostředků, méně možností a mnoho času“ (Vágnerová, 2007, s. 360-363).

Uvedené dělení se zaměřovaly na proces adaptace na starobní důchod, existují však různé strategie, které jedinci při vyrovnávání se s touto životní změnou využívají. Bromley (1974, s. 104-110; srov. Haškovcová, 2010, s. 83–84; Špatenková & Smékalová, 2015, s. 59-60) definoval pět reakcí na odchod do důchodu, které nepojímá jako přesné typy, jedinci většinou využívají kombinaci těchto strategií či jejich různé modifikace.

**Strategie konstruktivnosti** je identifikována jako ideální forma adaptace a akceptace stáří. Jedinec se nadále těší ze svého života, je otevřený, přizpůsobivý a tolerantní. Navazuje poměrně snadno vztahy s druhými lidmi a udržuje ty stávající. Udržuje si smysl pro humor a vyzařuje z něj spokojenost. Nejsou u něj časté projevy sebelítosti a okolím je tak vnímán jako milý starší člověk.

**Strategie závislosti** se řadí mezi poměrně častou formu. Jedinec zaujímá pasivní postoj a stává se závislým na druhých lidech, kteří se o něj mají postarat jak po stránce hmotné, tak citové. Mezi jeho rysy nepatří ctižádost, pracovní kariéra a prestiž pro něj nebyly prioritou a díky tomu odchod do důchodu nenese nijak těžce. Jeho motivací k práci byl pouze výdělek. Takový jedinec preferuje klidné rodinné zázemí, bezpečí a pohodlí. Důchod vnímá jako odpočinek a jako takový ho vítá.

**Strategie obranného postoje** je typická pro jedince, kteří takzvaně „žili prací“, aktivně se angažovali ve společenském či politickém dění. Celoživotně vykazovali velkou míru nezávislosti a odmítají se podrobit diktátu stáří. Bojí se závislosti a odchod do důchodu je pro ně spjat s nelibými pocity. Proto i po dosažení věku znamenající nárok na odchod do důchodu, stále bojují o své pracovní pozice a odcházejí až tehdy, kdy je to nezbytně nutné, nebo jsou donuceni. Haškovcová (2010, s. 83) dodává, že v České republice bývala tato strategie spíše výjimkou, jelikož existovalo nepsané společenské pravidlo, že ihned po dosažení nároku na důchod je

povinnost odejít do důchodu. V dnešní době však jedinců volících strategii obranného postoje přibývá.

**Strategie nepřátelství** je jednou z velmi negativních strategií, může být pro jedince ohrožující. Reprezentují ji lidé, kteří ve svém osobním životě nebyli příliš úspěšní i když si to velmi přáli. Svoje selhání svádějí na druhé ať už jen částečně nebo celkově. Mezi hlavní povahové rysy těchto jedinců můžeme zařadit agresivitu, soutěživost, podezíravost. Tito lidé oddalují odchod do důchodu co nejvíc to jde a když je okolnosti donutí, snášejí tuto změnu velice těžce. Bývají depresivní, bez zájmu, objevují se u nich úzkosti a neurózy, mívají pocit zklamání. Závidí mladým lidem jejich mládí jsou tak proti mladým lidem zaujatí. Ve stáří nevidí žádné pozitiva a bojí se smrti.

**Strategie sebenávisti** se podobá předchozí strategii nepřátelství, avšak nenávist obrací vůči sobě. Jedinci volící tuto strategii jsou zklamaní svým životem, nespokojení jak s pracovními výsledky, tak osobní stránkou života. Po odchodu do důchodu nemají chuť dál v životě pokračovat. Je to ten typ lidí, který věří, že jako jedinec nic moc se svým osudem nezmůže a vše je předem dáno. Nemají teda ani chuť do dalších aktivit často jim výrazně klesá socioekonomický status. Na rozdíl od strategie nepřátelství tito jedinci nezávidí mladým lidem (Bromley, 1974, s. 104-110).

Kapitola měla za cíl nabídnou škálu možných adaptací a strategií pro vyrovnávání se s odchodem do důchodu. Na samotném začátku bylo upozorněno na individualitu jedinců a možné faktory modifikující vyrovnávání se s tímto životním přechodem. Důkladně byly popsány fáze přechodu do důchodu podle Atchleyho a Vágnerové. Jako další byly uvedeny Bromleyho strategie vyrovnávání se s odchodem do důchodu. V rámci srovnání výsledků výzkumu pak bude mimo jiné zkoumáno, jaké strategie jsou participanty výzkumu využívány a v jaké fázi adaptace se dle uvedených dělení nacházejí.



## 4. STAROBNÍ DŮCHODCE A ŽIVOT NA VESNICI

Daný výzkum se zaměřuje na osoby žijící v jedné konkrétní vesnici, která je specifická svou polohou a historií, podrobně bude pak popsána v následující kapitole. Život na vesnici se liší od života ve městě, a to pro všechny věkové skupiny. Značný rozdíl hraje také fakt, v jaké vzdálenosti od města se daná obec nachází. Dle tématu výzkumu se tato kapitola zaměří na specifika života na vesnici pro starobní důchodce.

Základní charakteristikou venkova je vysoká míra křížících se mezosobních vazeb a vyšší míra pokrevního příbuzenstva, kdy každý každého zná, alespoň z doslechu. Větší vzájemná znalost obyvatel obce, menší míra anonymity a méně formální mezosobní vztahy se projevují jak v podobě pocitu větší vzájemné solidarity a odpovědnosti, tak i ve formě silnější sociální kontroly a následně i v podobě silnějšího pocitu bezpečí (Heřmanová & Patočka, 2007, s. 58). Efektivnost sociální kontroly bývala tak dokonalá, že pro odlehlé horské a polohorské vesnice bývalo do nedávna zvykem neoplocovat své zahrady. Pokud se v obci objevil cizí člověk, místní obyvatelé dokázali plně zrekonstruovat jeho cestu od vstupu do vsi (Blažek, 2004, s. 85). Mezi další charakteristiky venkovských komunit se řadí vyšší míra tradicionalismu, jež se projevuje konzervatismem a obranými postoji vůči novým myšlenkám a inovacím, které jsou technického či kulturního rázu. Za centrum společenského života vesnice je považována hospoda, obchod či autobusová čekárna (Heřmanová & Patočka, 2007, s. 59). Dle Janiše a Skopalové (2016, s. 76) patří mezi specifika vesnice, která se přímo dotýkají starobních důchodců, především nedostatečná nabídka volnočasového vyžití a dojíždění za zájmovými aktivitami do větších měst, což s sebou nese jisté komplikace jako finanční zatížení či komplikace pro jedince se zdravotními problémy.

Rozdíly mezi městem a vesnicí se vlivem suburbanizace a industrializace čím dál více zmenšují. Město je však stále považováno za daleko pestřejší a podnětější prostředí pro vyžití jedinců (Heřmanová & Patočka, 2007, s. 59-61). Město hraje důležitou roli i pro obyvatele nedalekých vesnic. Zajišťuje totiž kulturní, obchodní, správní a vzdělávací funkci pro širokou veřejnost (Janiš & Skopalová, 2016, 78). *„Život ve velkoměstě je uzavřen do sebe a splývá do jednoho sice pestrého, nicméně na dění v přírodě takřka nezávislého proudu. Život ve městě je sám o sobě zdrojem rozmanitosti.“* (Blažek 2004, s. 14).

Oproti městu také vesnice disponuje menší variabilitou profesních možností a menší sociální diferenciací. Posun směrem vzhůru po socioekonomickém žebříčku je zde také mnohem obtížnější kvůli nedostatku možností a tradicionalismu (Heřmanová & Patočka, 2007, s. 59-60). Dle šetření ČSU (2009) byly zjištěny výrazné rozdíly mezi venkovem a městem, v rámci venkova jsou patrné rozdíly mezi oblastmi, které zasáhla suburbanizace a oblastmi periferními. Co se ekonomické oblasti, věkové a vzdělanostní struktury týče, obce nacházející se v blízkosti velkých měst si oproti odlehlým obcím stojí mnohem lépe, respektive přibližují se struktuře přilehlému městu.

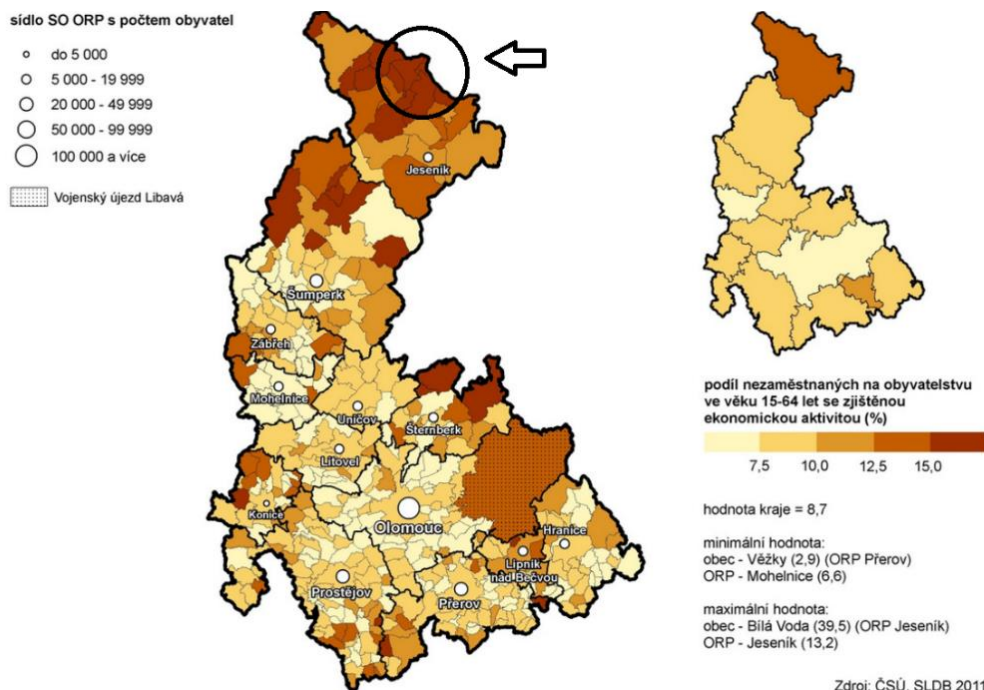
Nejmarkantnější rozdíly mezi městem a venkovem byly spatřeny v možnostech vyžití, které je typické pro město. Dále pak i mírou anonymity související však i s pocitem bezpečí, který je charakteristický pro vesnici. Obec, v jejímž rámci byl výzkum prováděn, se nachází v poměrně odlehlé oblasti, čímž se přístup k možnostem vyžití značně komplikuje.

## 4.1. SPECIFIKACE KONTEXTU VÝZKUMU

V této kapitole bude představena vesnice, v rámci které byl výzkum prováděn. Ovlivňuje totiž zásadním způsobem životy participantů z hlediska zkoumaného tématu, a to zejména nedostatkem práce a mírou nezaměstnanosti, což z části zapříčiňuje její geografická poloha a bariéry. Bude tedy zmíněna geografická poloha vesnice, nikoli však její název, a to z důvodu ochrany anonymity participantů výzkumu, kteří by mohli být snadno rozpoznatelní. Dále bude krátce pojednáno o historickém kontextu vesnice, budou zveřejněna data o její rozloze a demografické údaje o obyvatelích vesnice.

Vesnice, ve které participanté žijí, je specifická jednak svou geografickou polohou, ale také historií. Je součástí Olomouckého kraje, přesněji okresu Jeseník a leží na hranicích s Polskem. Přibližná poloha vesnice je vyznačena na obr.1.

**Obrázek 1.: Nezaměstnaní SLDB 2011; vyznačení polohy zkoumané vesnice**

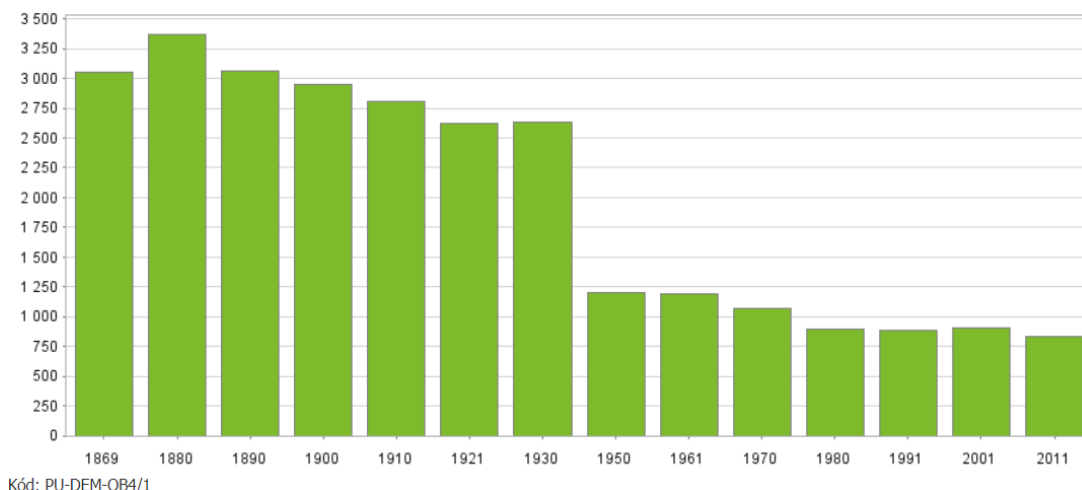


Zdroj: ČSÚ, SLDB 2011

Jedná se o bývalé Sudety, tato část historie obce je v ní stále zakořeněná, zvláště absencí tradic. Vesnice bývala plně Německy osídlena, jednalo se o prosperující území o pěti částech, z toho dvě osady a dvě připojené vesnice. Po odsunu Němců po 2. světové válce vesnici osídlili Češi z vnitrozemí, dosud se však nenaplnil původní počet obyvatel, což dokládá graf 1. Dvě zmíněné osady zanikly. Z tohoto důvodu zde nenajdeme takové tradice, které dodržují pevně etablované vesnice.

**Graf 1.: Srovnání výsledků SLDB od roku 1869 do roku 2011**

Počet obyvatel a domů podle výsledku sčítání od roku 1869  
pře počít na územní strukturu 2016



Kód: PU-DEM-OB4/1

Zdroj: ČSÚ, SLDB 2011

Mezi významné geografické specifikum vesnice patří její oddělení pohořím Hrubý Jeseník od zbytku Olomouckého kraje. Tyto faktory způsobují horší dostupnost, komplikovanější zásobování a především mají podíl na vysoké nezaměstnanosti (obr. 1).

Rozloha obce činí necelých 30 km<sup>2</sup> s tím, že se převážně jedná o zemědělskou půdu. Koncem roku 2018 žilo v obci přes 800 obyvatel (obr. 2). K 31.1.2020 měla tato obec 43 osob evidovaných na úřadu práce, což činí v obci 7,91% nezaměstnanost. Situace v okolních obcích se nijak neliší

(ČSÚ, 2020). Obrázek 3 vypovídá o pohybu obyvatel v obci za rok 2018. Je z něj zřejmé, že počet obyvatel klesá vystěhováním z obce. Obec je vzdálená přes 30 km od okresního města, kde se nachází jediná nemocnice a supermarket v okrese.

**Obrázek 2.: Stav obyvatel k 31.12. 2018**

	<b>Celkem</b>	<b>Muži</b>	<b>Ženy</b>
Počet obyvatel	882	456	426
v tom ve věku (let)	0-14	176	90
	15-64	569	256
	65 a více	137	80
Průměrný věk (let)	39,1	38,3	40,0

Zdroj: ČSÚ, 2019

**Obrázek 3.: Pohyb obyvatel 2018**

	<b>Celkem</b>	<b>Muži</b>	<b>Ženy</b>
Živě narození	11	8	3
Zemřelí	9	.	.
Přirozený přírůstek	2	.	.
Přistěhovalí	35	15	20
Vystěhovalí	65	36	29
Přírůstek stěhováním	-30	-21	-9
Celkový přírůstek	-28	.	.
Sňatky	4	.	.
Rozvody	2	.	.

Zdroj: ČSÚ, 2019

V obci se nachází tři obchody se smíšeným zbožím, tři hospody, centrum volnočasových aktivit, jehož součástí je bowling, tělocvična a další prostory možné k pronájmu, dále venkovní tenisový kurt, venkovní fotbalové hřiště a venkovní workoutové hřiště. V obci je zřízena mateřská škola a nižší stupeň základní školy. Fungují zde také tři hlavní organizace,

kteřé se starají o kulturní a sportovní vyžití občanů, jedná se o T.J. SOKOL, Sdružení Dobrovolných Hasičů a sociálně kulturní výbor obce. Každoročně jsou pořádány dva plesy pro dospělé a jeden maškarní pro děti, Den matek, Den dětí, pálení čarodějnic, kácení Májky, Den obce, obecní pouť, lampionový průvod, Mikulášská nadílka a živý betlém. Přímó pro důchodce se jednou měsíčně koná setkání důchodců, v obci není zřícen žádný jiný klub či aktivita vhodná pro důchodce.

Obec, v jejímž rámci byl výzkum realizován, leží v odlehlé části Olomouckého kraje, která je vzhledem k pohoří izolována, což způsobuje větší míru nezaměstnanosti. Tento údaj se pak ukazuje na samotném výzkumu, když dva z participantů museli za prací vyjíždět po celé republice. Další dvě účastnice vyjadřovaly nespokojenost se zaměstnáním v místě bydliště, ale zároveň vděčnost nad skutečností, že nemusí za prací dojíždět. Bylo důkladně popsáno vyžití, jež se občanům vesnice naskýtá a které je důležité pro ucelení kontextu analýzy a interpretace získaných dat.

## II. Praktická část

### 5. METODOLOGIE VÝZKUMU

Empirická část této práce vyplývá z poznatků výše popsaných v teoretické části a je zaměřena na samotné výzkumné šetření. Výzkumné téma se zaměřuje na problematiku odchodu do starobního důchodu z pohledu jedinců, jež jsou v důchodu méně než 5 let a stále si tak velmi dobře vybavují pocity, které je provázely při této změně. Cíl této práce a výzkumné otázky jsou formulovány na základě tohoto výzkumného tématu (Miovský, 2009, s. 121). Výzkumným cílem této práce je porozumět tomu, jak se lidé žijící na vesnici vyrovnávají s odchodem do důchodu. Dle výzkumného problému a cíle bylo jako výzkumný přístup zvoleno kvalitativní šetření, jež je charakteristické pro zkoumání menšího počtu případů (Barker, 1999, 10). Disman (2002, s. 285) pojímá kvalitativní výzkum jako interpretaci sociální reality a jako jeho cíl vnímá odkrytí významu podkládaného sdělovaným informacím. Klíčovými termíny pojícími se s kvalitativním výzkumem jsou jedinečnost a neopakovatelnost.

Švaříček a Šedřová (2007, s. 61) upozorňují na propletenost jednotlivých fází kvalitativního výzkumu, které na sebe lineárně nenasazují jako například u kvantitativního výzkumu, nýbrž při konstruování jedné fáze musíme vždy zohledňovat všechny ostatní fáze a tuto rozsáhlou síť vztahů brát na vědomí. Vhodnou pomůckou pro pochopení vzájemného působení jednotlivých fází výzkumu je Maxwellův (2012, s. 215-217) interaktivní model výzkumného designu, který do středobodu výzkumu umístil výzkumnou otázku. Dalšími komponenty tohoto modelu jsou cíle, konceptuální rámec, metody a validita. Při provádění výzkumu bylo vycházeno z Maxwellova modelu, avšak s ohledem na rozsah práce zde nebude detailněji vysvětlen.

*„Kvalitativní přístup je proces zkoumání jevů a problémů v autentickém prostředí s cílem získat komplexní obraz těchto jevů založený na hlubokých datech a specifickém vztahu mezi badatelem a participantem výzkumu.“* (Švaříček Šeďová, 2007, s. 17). Disman (2002, s. 285) pojímá kvalitativní výzkum jako interpretaci sociální reality a jako jeho cíl vnímá odkrytí významu podkládaného sdělovaným informacím. Klíčovými termíny pojícími se s kvalitativním výzkumem jsou jedinečnost a neopakovatelnost. Dále je to přístup využívající principů kontextuálnosti, procesuálnosti a dynamiky (Miovský, 2009, s. 17-18). Švaříček a Šeďová (2007, s. 17) doplňují charakteristiky kvalitativního výzkumu o dialogičnost. Dle nich se výzkumník noří do studované reality a životů participantů a získává tak hluboké pochopení zkoumaného jevu. Analýzu a interpretaci dat přetvoří do výzkumné zprávy, která zahrnuje množství hlasů jak badatele, tak všech participantů a nabývá tak dialogické podoby. Výzkumná zpráva je vystavěna na původních interpretacích a sděluje, co je skryto za těmito interpretacemi. Hendl (2005, s. 50) přirovnává práci kvalitativního výzkumníka k činnosti detektiva. Výzkumník vyhledává a analyzuje jakékoliv informace, které přispívají k osvětlení výzkumných otázek a provádí deduktivní a induktivní závěry.

*„Nesmíme zapomenout, že posláním kvalitativního výzkumu je porozumění lidem v sociálních situacích.“* (Disman, 2002, s. 289). A přesně o porozumění složitosti situace odchodu do důchodu tento výzkum usiluje. Kvalitativní výzkum skrze své specifické metody sběru dat dokáže přinášet kulturně jedinečná a kontextově bohatá data. Tyto metody jsou zaměřeny na objevení a popsání jevů a jsou tak založeny na otevřenosti v otázkách a pozorování (Švaříček & Šeďová, 2007, s. 142). V následující kapitole (5.1.) bude zdůvodněna a popsána zvolená metoda sběru dat.



Dle Maxwella (2012, s. 219-220) můžeme výzkumné cíle dělit na tři typy, intelektuální, praktický a personální. Z hlediska daného dělení intelektuálním cílem této práce je prohloubit vědění o odchodu do důchodu obyvatel vesnice nacházející se ve specifickém regionu České republiky, který je význačný pro chybějící pracovní příležitosti a kulturní či jiné zájmové vyžití. Praktickým cílem je přispět k pochopení vyžití důchodců žijících v dané vesnici, jak se jim zde žije, zda jim nechybí jakékoliv volnočasové vyžití, popřípadě návrh vyžití, které by se dalo ve vesnici uskutečnit. Personální cíl se váže k autorčinu dlouhodobému zájmu o studium seniorů a zlepšení života v její rodné vsi. Autorka si je vědoma, že participanti mohou být s vyžitím ve vesnici spokojeni a nemusí tedy vůbec nastat situace, která povede k návrhu volnočasových aktivit ve vesnici. Výzkumným cílem této práce je porozumět tomu, jak se lidé žijící na vesnici vyrovnávají s odchodem do důchodu.

Hlavní výzkumná otázka: *Jaké strategie používají lidé žijící na vesnici při vyrovnávání se s odchodem do důchodu?*

Z uvedené výzkumné otázky byly odvozeny tři specifické výzkumné otázky, které slouží ke většímu upřesnění výzkumu. Rozdělují výzkumnou otázku na témata, kterými se výzkum zabývá.

Specifické výzkumné otázky:

SVO1: Jak participanti interpretují svůj odchod do důchodu?

SVO2: Jak život na vesnici ovlivňuje vyrovnávání se s odchodem do důchodu?

SVO3: Jaké změny se udály v životech participantů související s odchodem do důchodu?

SVO1 se obecně zaměřuje na vnímání vlastního odchodu do starobního důchodu z pohledu komunikačních partnerů. Jak jej prožívali, zda odcházeli dobrovolně, byla to pro ně pozitivní či negativní událost?

SVO2 zkoumá vliv vesnice ve vztahu k odchodu do důchodu komunikačních partnerů. Zkoumaná vesnice je specifická svou občanskou nevybaveností a dopravní nedostupností. Funguje zde jen velmi malé kulturní či sportovní vyžití. Oproti možnostem města bude zajímavé zkoumat, jak komunikační partneři využívají nabytý čas. A zda jsou s životem na vesnici spokojeni, popřípadě co by chtěli změnit.

SVO3 se zaměřuje na samotnou proměnu z pracujícího jedince, který je větší či menší měrou definovaný svou profesí, na starobního důchodce. V teoretické části (kapitola 2.) byla tato transformace popsána z pohledu odborných publikací, ze kterých vyplynulo, že se jedná o jednu z nejnáročnějších změn v životě člověka, která může vést až ke změně osobnosti. Bude zkoumáno, zda se udály nějaké změny, popřípadě jaké a jakým způsobem jsou chápány účastníky.

## **5.1. METODA SBĚRU DAT**

V předchozí kapitole byla zdůvodněna volba kvalitativního přístupu pro zkoumání zvoleného tématu, nyní bude představena metoda sběru dat. Zvolenou metodou sběru dat byl hloubkový polostrukturovaný rozhovor.

Cílem hloubkového rozhovoru je získat detailní a komplexní informace o zkoumaném jevu a je tedy využívám při kvalitativním výzkumu (Švaříček & Šedová, 2007, s. 13). Technika hloubkového rozhovoru může být charakterizována jako důvěrný rozhovor, kdy komunikační partner tazateli přibližuje podrobnosti svého osobního života a osobní historie související se zkoumanou oblastí. Začínat by se mělo méně citlivými otázkami a od obecného se postupně dostávat k citlivějším položkám. Typickým rysem hloubkového rozhovoru jsou doptávající otázky například: Jakto? Co si o tom myslíte? A proč si to myslíte? Tazatel by se neměl spokojit s první

odpovědí. Měl by se pokusit získat více podrobností a pochopit souvislosti. Cíl tazatele spočívá v pochopení a proniknutí k osobním pohnutkám, sociálním okolnostem, které se pojí s daným výzkumným problémem (Barker, 1999, s. 12; 21).

Nejčastěji se setkáváme s dělením rozhovoru na strukturovaný, polostrukturovaný a nestrukturovaný. Polostrukturovaný rozhovor byl zvolen z důvodu umožnění volnosti při dotazování a zároveň jistotu udržení se tématu výzkumu (Hendl, 2005, 166-181). Pořadí okruhů ve schématu není závazné, dle potřeby a možností je toto pořadí modifikováno tak, aby byla maximalizována výtěžnost rozhovoru (Miovský, 2009, s. 159-161). Polostrukturovaný rozhovor dává tazateli možnost co nejvýhodněji využít čas a současně umožňuje provést rozhovory s několika lidmi strukturovaněji a ulehčuje tak jejich srovnání. Pomáhá udržet zaměření rozhovoru, zároveň však dovoluje participantovi uplatnit vlastní perspektivy a zkušenosti. (Hendl, 2005, 174). Další výhodou polostrukturovaného rozhovoru je rozpracování otázek a odpovědí do hloubky díky použití doplňujících otázek pro upřesnění a vysvětlení odpovědí participanta. Slouží také jako ujištění, že došlo ke správnému pochopení a interpretování participantovi odpovědi (Miovský, 2009, s. 160). Metoda polostrukturovaného rozhovoru se provádí tváří v tvář participantovi výzkumu, díky čemuž kromě zkoumání jeho odpovědí můžeme zaznamenávat i jeho neverbální projevy, chování či emoce. Díky tomu dostáváme komplexnější pohled na zkoumaný problém (Clifford, French & Valentine, 2016, s. 153; Barker, 1999, 22).

Před samotným rozhovorem je nutné definování jádra rozhovoru, tím je myšleno minimum témat a otázek, které mají být při rozhovoru probrány. Jádro vnáší do rozhovoru jistotu, že stanovená témata a otázky budou skutečně probrány. Na jádro je pak nabalováno množství doplňujících témat a otázek, které vhodně rozšiřují původní zadání, případně otázky pro motivaci participanta nebo rozpuštění jeho tenze (Miovský, 2009, s. 160).

Jádro rozhovorů uskutečněných pro výzkum této práce bylo zkonstruováno na základě výzkumné otázky a specifických výzkumných otázek. Přesně se jednalo o tato témata:

- vztah k práci a poslednímu zaměstnání (náplň práce, zaměstnavatel, kolegové)
- proměna vztahu s manželem/manželkou
- proměna vztahu s rodinnou obecně (děti, vnoučata, širší rodina)
- proměna denních aktivit, denního harmonogramu v kontextu vesnice
- pocity spojené s odchodem do důchodu – před i po, vnímání pozitiv a negativ důchodu – přínos, rozdíl, ztráta
- proměna sociálních kontaktů (přátelé, kolegové, nové kontakty)

Témata dále byla během rozhovorů převedena do otázek, jejichž forma se lišila v závislosti na kontextu rozhovoru, jednotlivé otázky zde tedy nebudou popsány.

Vedení rozhovoru podléhá jistým zákonitostem a klade na tazatele vysoké nároky. Tazatel by měl vést rozhovor tak, aby ovládnul své reakce na cokoli, co zkoumaná osoba sděluje, nemanifestoval své úsudky, ale dával dostatečně najevo svůj celkový zájem o komunikačního partnera, aktivně naslouchal a podporoval zkoumanou osobu a přitom nedával najevo jakýkoliv souhlas či nesouhlas s obsahem sdělovaného (Barker, 1999, s. 22). *„Zvláštní pozornost je nutné věnovat začátku a konci rozhovoru. Na začátku dotazování je nutné prolomit případné psychické bariéry a zajistit souhlas se záznamem. Také zakončení rozhovoru je jeho důležitou součástí. Právě na konci rozhovoru nebo při loučení můžeme ještě získat důležité informace.“* (Hendl, 2005, s. 167).

Úvodem je tedy nutné, jak už bylo zmíněno výše, zajistit souhlas s nahráváním a použitím získaných dat k určeným účelům. Komunikačnímu partnerovi by měl být vysvětlen účel výzkumu, jeho očekávané využití

a nastíněno zkoumané téma. Ujistit participanta o anonymitě jeho i všech osob, které budou případně zmíněny. Po tomto formálním zabezpečení výzkumu přichází na řadu otázky týkající se výzkumného tématu. Ty by na začátku měly mít jednoduchou a obecnou podobu, měly by doširoka otevírat téma. Tazatel musí přizpůsobit slovník komunikačním partnerům a vyvarovat se sugestivním otázkám (Švaříček & Šeďová, 2007, s. 62-165). Přiměřený by měl být i prostor vymezen pro každou otázku, nepokládat otázky bleskově za sebou, ale umět pracovat s tichem, odmlkou, jakož se stimulací komunikačního partnera (Barker, 1999, s. 22). Tyto nastíněné zákonitosti vedení rozhovoru byly využity při vedení jednotlivých výzkumných rozhovorů.

## 5.2. VÝZKUMNÝ VZOREK

Miovský (2009, s. 128) se přiklání k Charvátovu dělení základních požadavků na metody výběru výzkumného vzorku. Charvát dle srovnání různých autorů došel k závěru, že se v obecné rovině shodují ve třech základních požadavcích:

- Metoda výběru výzkumného souboru v rámci kvalitativního přístupu není většinou předem pevně dána a mění se v průběhu výzkumu a téměř vždy se jedná o kombinaci více různých metod výběru.

- Metoda výběru výzkumného souboru je podřízena cílům výzkumu tak, aby bylo ve vztahu ke zkoumanému problému dosaženo saturace dat, popř. alespoň dobrého pokrytí relevantních charakteristik cílové populace.

- Metoda výběru výzkumného souboru a její modifikace v průběhu realizace výzkumu mají být detailně popsány a zdůvodněny.

*„Vzorkování má v kvalitativním výzkumu jiná pravidla než ve výzkumu kvantitativním. Cílem není, aby reprezentoval určitou populaci, ale určitý problém.“* (Švaříček & Šeďová, 2007, s. 72-73). Nejde totiž o zjišťování frekvenčních

rozložení daných proměnných v populaci. Při realizaci kvalitativního výzkumu pracujeme s takovým množstvím proměnných, že úvahy o jejich statistickém podchycení by vedly k ohromným a nerealizovatelným rozsahům výběru (Hendl, 2005, s. 150). Avšak v rámci kvalitativního výzkumu není ani žádoucí zabývat se populací jako celkem. Cílem je pochopení potřeb a situace určitého výseku populace, který byl stanoven. Srovnání s celkovou populací pak může být zmíněno při analýze dat, jedná se o zařazení vyzkoumaných závěrů do kontextu celkové populace. Nelze však předpokládat, že informace z kvalitativního výzkumu jsou stejně zobecnitelné jako výsledky z kvantitativního výzkumu. Cílem je možnost říci, že vyzkoumané závěry jsou pro danou populaci relativně odpovídající (Barker, 1999, 30). V rámci kvalitativního přístupu platí, že s výjimkou tzv. totálního výběru není dopředu jasné, jak bude vypadat konečný výběr vzorku. Není tedy možné před samotným začátkem výzkumu ani určit jaké metody a strategie výběru vzorku budou využity při jeho konstruování, jelikož způsob výběru vzorku se v průběhu výzkumu mění (Miovský, 2009, s. 128).

Vzorek je konstruován teoreticky, tj. záměrně, s ohledem na zkoumaný problém. Výběr případů je tedy odvozován od definovaného výzkumného problému a stanovených výzkumných otázek. Konstrukce vzorku se řídí pravidlem graduální konstrukce vzorku, které říká, že vzorek nelze vytvořit v jednom momentě, nýbrž podléhá cirkulární logice průběhu sběru dat a jejich analýzy a v této návaznosti je stále rozšiřován či redukován (Švaříček & Šedová, 2007, s. 72-73). *„Znamená to, že na počátku výzkumu máme určený základní, iniciační způsob, jak získáme vzorek (jednotlivé případy, skupiny participantů, zástupce institucí, zápisy z terapií, archivní dokumenty atd.) a až při jejich zpracování a analýze definujeme další postup při získávání potřebných dat. Tento princip vychází z toho, že teprve při prvním cyklu zpracování a analýze dat můžeme kvalifikovaně posoudit, zda pro danou oblast máme získán potřebný objem*

*a bohatost dat, či nikoli a zda se současně neobjevila potřeba získat data v některé blízké oblasti, která se vzhledem k cílům výzkumu ukázala být relevantní. Opět se tak dostáváme k uplatnění obecného principu hermeneutické spirály.*" (Miovský, 2009, s. 129). Shromažďování dalších informací, tedy rozšiřování vzorku, je ukončeno po dosažení teoretické saturace. Teoretická saturace je klíčovým pojmem v konstruování výzkumného vzorku v rámci kvalitativního přístupu a nastává v momentě, kdy výzkumník uzná, že teorie je již vyvinuta a nepředpokládá se, že další případy přinesou nové poznatky, které by mohly vést k její změně (Hendl, 2005, s. 151).

Zvolenou formou výběru případů byla metodou „sněhové koule“, kdy výzkumník zvolí jednoho nebo několik málo jedinců k rozhovoru. Tyto osoby slouží pak jako informátoři pro doporučení dalších zajímavých členů populace (Hendl, 2005, s. 152). Prakticky tedy požádáme osoby vyhovující stanoveným kritériím, aby vybraly osoby s podobným profilem (Barker, 1999, 23). Hendl (2005, s. 154) dodává, že metoda sněhové koule je velmi vhodná při sběru dat pomocí rozhovorů. Jedná se o kombinaci účelového výběru a prostého náhodného výběru. Princip této metody je založen na využívání sociálních vazeb mezi členy populace (Miovský et al. 2003, s. 56). Základním východiskem pro realizaci této metody je získání kontaktu s první vlnou či "generací" participantů výzkumu (Miovský, 2009, s. 131).

Zvolená metoda sněhové koule se v rámci provedeného výzkumu skládala nejprve z účelového výběru a následně prostého náhodného výběru, a to dle předem daných kritérií. Participantů výzkumného šetření byli vybíráni na základě následujících kritérií:

- 1. Obyvatelé vybrané specifické vesnice.**
- 2. Osoby, které odcházely do řádného starobního důchodu.**
- 3. Osoby od 2-5 let po odchodu do starobního důchodu.**

Tato kritéria byla volena následovně: Prvním kritériem byla podmínka geografická, výzkum byl prováděn v rámci jedné specifické vesnice, do výzkumu tedy byli zahrnuti pouze obyvatelé oné vesnice. Podrobnější popis a význam zkoumané vesnice je uveden v kapitole 4.

Dalším kritériem byl odchod do řádného starobního důchodu, vyloučen tak byl odchod do předčasného důchodu, jelikož je předpoklad, že lidé odcházející do předčasného starobního důchodu jsou specifická skupina osob, která tak činí za specifických pohnutek, čímž by byl výzkumný vzorek zkreslen. Vyloučenou skupinou osob byli také pracující důchodci, přesněji lidé pobírající starobní důchod a zároveň pracující ať už na plný či zkrácený úvazek, nebo formou brigády.

Třetí kritérium bylo zvoleno dle Vágnerové (2007, s. 361-362), která uvádí, že nový životní stereotyp ve smyslu odchodu do důchodu a jeho pohled na něj, se stabilizuje v průběhu 1-2 let v důchodu, ale ne dřív než po jednom roce. Bezprostřední reakce na změnu je nestabilizovaná a nemá tedy význam zkoumat strategie odchodu do důchodu v tomto období, jelikož probíhá teprve jejich formace. V úvahu musí být brána také individualita participantů, z tohoto důvodu byla stanovena kritéria výzkumného vzorku na osoby od 2-5 let po odchodu do starobního důchodu.

Příprava před prvním rozhorem spočívala v nastudování teoretické báze o zkoumaném tématu. Dalším krokem bylo setkání se vzdáleným rodinným příslušníkem, který podle stanovených kritérií výběru vzorku spadá do zkoumané populace. Toto setkání může být pojímáno jako pilotáž, kdy byl zjišťován postoj komunikačního partnera na odchod do důchodu a jeho osobní poznatky z této prožité zkušenosti. Pilotáž byla velmi přínosná, jelikož přinesla velmi odlišný pohled na zkoumanou problematiku než odborné publikace a výzkumy. Pomohla formulovat vhodné otázky a vytvořit jakési povědomí o výzkumném terénu. Jednalo se o velmi



neformální setkání, které mělo informační charakter, nebylo nahráváno a data z něj nebudou použita v tomto výzkumu.

Zmíněná osoba poskytla tip a kontakt na muže odpovídajícího stanoveným kritériím. Tento muž byl kontaktován a s účastí na výzkumu souhlasil. V souladu s ochranou participantů a zajištěním jejich anonymity bude tento muž ve výzkumu nazván pan První. Pan První dále doporučil pana Druhého jako svého známého z hospody, ten doporučil paní Třetí jako svou známou z kulturního výboru obce a ta nakonec paní Čtvrtou, kterou zná díky její účasti na kulturních akcích obce, jež paní Třetí spoluorganizuje. Výzkumný vzorek se tak skládá ze čtyř participantů, dvou žen a dvou mužů.

- Pan První = 4 roky ve starobním důchodu
- Pan Druhý = 2 roky ve starobním důchodu
- Paní Třetí = 2 roky ve starobním důchodu
- Paní Čtvrtá = 4 a půl roku ve starobním důchodu

Komplikací při hledání vhodných participantů byla zejména nízká osídlenost vesnice, více o specifikaci vesnice bylo popsáno v kapitole 4.

### **5.3. REALIZACE VÝZKUMU**

V předešlé kapitole byla popsána konstrukce výzkumného vzorku, z níž vyplynulo, že se jedná o čtyři participanty výzkumu, dvě ženy a dva muže. Postupně, dle zmíněného pořadí byli jednotliví participanté telefonicky osloveni. Byl jim představen výzkum, jeho téma a účel. Všichni oslovení s účastí na výzkumu souhlasili. Byl jim nabídnut výběr prostředí, ve kterém se rozhovory odehrají. Pan první chtěl uskutečnit výzkum v domě výzkumníka, pan Druhý a paní Třetí si přáli uskutečnit výzkum ve svém

vlastním domě a paní Čtvrtá si přála setkat se na neutrální půdě u své kamarádky.

Před samotným rozhovorem byl participantům výzkum znovu představen a byly zodpovězeny jejich otázky ohledně výzkumu. Participantů byli seznámeni s opatřeními pro zajištění anonymity jejich i osob zmíněných a bylo požádáno o souhlas s nahráváním rozhovoru. Ten byl nahráván na mobilní telefon. Během rozhovorů měl výzkumník před sebou malý nevýrazný notýsek, aby nerušil participanty, kde byla napsána výzkumná témata. Tímto způsobem bylo zajištěno, že všechna témata budou zmíněna. Pořadí témat nebylo pevně dané, vyplývalo z přirozeného vývoje rozhovoru. Při vedení dialogu bylo pamatováno na zásady zmíněné v kapitole 5.2. Až na paní Čtvrtou, které muselo být položeno více doplňujících otázek, byli všichni participanti velmi ochotní a sdílní. Na konci rozhovoru byl zajištěn souhlas s dalším setkáním.

Následné nahrávky byly doslovně přepsány a analyzovány s použitím otevřeného kódování a technikou vyložených karet, více o analýze dat pojednává následující kapitola. Každý následný rozhovor byl uskutečněn až po doslovném přepsání rozhovoru předcházejícího, bylo tak učiněno za účelem retrospekce výzkumníka. Po analýze prvního kola rozhovorů byli participanti znovu kontaktováni, všichni s opakovanými rozhovory souhlasili a postupně tak bylo uskutečněno druhé kolo opakovaných rozhovorů. Ty se zaměřovaly na validaci zjištěných kategorií a strategií a doptávání na témata, která vyvstala z rozhovorů s ostatními participanty. Tyto druhé rozhovory byly také doslovně přepsány a následně analyzovány. Popis analýzy rozhovorů je uveden v následující kapitole.

## 5.4. ANALÝZA DAT

*„Analýza dat v kvalitativním přístupu je odlišná od analýzy v kvantitativním přístupu, kde aplikujeme předem zřízené kategorie k datům podle pevných pravidel. Kvalitativní analýza a interpretace dat je hledáním sémantických vztahů mezi nimi a spojování deskriptivních kategorií do logických celků.“* (Švaříček & Šedřová, 2007, s. 16). Řádnou analýzou nalézá kvalitativní výzkum významné důsledky a přináší užitečné informace, které nebyly běžně známé či nebyly analyzovány v takovém rozsahu. (Barker, 1999, s. 11). Účelem analýzy dat je přinést přesvědčivou evidenci o tom, že daný jev existuje a je nějakým způsobem strukturován. Je tedy přirozené, že kvalitativní analýza je vždy do určité míry popisná a svým způsobem literární (Švaříček & Šedřová, 2007, s. 210).

Data budou analyzována s použitím otevřeného kódování a technikou vyložených karet. Švaříček a Šedřová (2007, s. 211) poukazují na techniku otevřeného kódování jako na univerzální a velmi efektivní techniku analýzy dat v kvalitativním výzkumu. Na základě otevřeného kódování je možné použít řadu analytických technik podle zvoleného designu výzkumu a dalších podmínek. Základem otevřeného kódování jsou operace, které získané údaje rozebírají, konceptualizují a nakonec se údaje znovu skládají dohromady novým způsobem.

Prvním krokem analýzy bylo rozdělení rozhovoru na jednotky, jednotkou byl považován určitý významový celek, které byly pojmenovány (Švaříček & Šedřová 2007, s. 211-212). Analýza rozhovorů byla prováděna v aplikaci Microsoft Word, kde jednotky byly odlišeny barvou textu či zvýrazněním a vždy k nim byl přidán komentář s názvem jednotky. Tento způsob umožňuje jednoduchou vizuální orientaci v rozhovoru a zároveň vkládání komentářů s názvy kódů a poznámkami neruší samotný text rozhovoru. Po ještě lepší orientaci bylo zvoleno číslování řádků. Dalším

krokem byla revize kódů a vytvoření seznamu kódů, který slouží jako podklad pro vytváření kategorií, jež jsou zastřešující celky pro kódy patřící ke stejnému jevu. Tento proces byl velmi zdlouhavý, revize kódů u každého rozhovoru byla provedena nespočetněkrát. Jedná se o velmi pracnou techniku, která směřuje k detailní a hloubkové práci s textem a zaměřuje se na rozkrývání skrytých výrazů. Otevřené kódování je naprosto induktivní metoda, kdy pojmy a kategorie jsou vytvářeny na základě přepsaných rozhovorů a dochází tak ke tvorbě něčeho naprosto nového. Vytvořené kategorie dále síťujeme, tedy jsou definovány vztahy a závislost mezi nimi (Švaříček & Šedřová, 2007, s. 211-222).

Výsledkem otevřeného kódování uvedeného výzkumu je deset kategorií, jež tvoří analytickou kostru příběhu a budou podrobně rozebrány v rámci následujících podkapitol.

## **6. INTERPRETACE DAT**

Po analýze dat přichází na řadu jejich interpretace. Interpretace dat je vysoce kreativní proces, jehož výsledek úzce závisí na individuálních schopnostech výzkumníka, šíři jeho teoretického záběru a praktických zkušenostech. Stejná data získaná statistickými metodami lze někdy interpretovat různě a z různých perspektiv, není možné se zcela vyhnout ani různým osobním intruzím (Miovský, 2009 s. 15). Zvolenou technikou interpretace dat je technika vyložených karet, kdy kategorie identifikované skrze proces otevřeného kódování jsou uspořádány do určitého obrazce či linky a na tomto základě je sestaven text, který je převyprávěním obsahu jednotlivých kategorií. Není však nutností, aby byly do příběhu použity všechny identifikované kategorie, zahrnuty mají být kategorie související



Uvedené schéma znázorňuje vztahy jednotlivých kategorií vyplývajících z výzkumu. Ze schématu je jasně názorné, že kategorie Strategie a Nabývání nových zájmů jsou kategoriemi stěžejními.

Schéma začíná kategorií Pracovní zázemí, které stojí jako podklad pod zvolenou Strategii. Jinými slovy, jakou strategii participanti volili, mělo základ v pracovním zázemí, ve vztahu se zaměstnavatelem a spolupracovníky, ve vztahu k obsahu práce, popřípadě k zákazníkům. Dále má Pracovní zázemí obousměrný vztah ke kategorii Ještě to vydržet, která pojednává o odchodu do starobního důchodu jako o vytouženém cíli, odpočinku. V návaznosti na spokojenost/nespokojenost s Pracovním zázemím se odvíjí atraktivita tohoto cíle. Pracovní zázemí dále ovlivňuje kategorii Sociální kontakty, vztah s kolegy/zákazníky se u participantů po odchodu do důchodu proměnil, někde až vymizel. Sociální kontakty byly tím, co v prvních chvílích adaptace na tuto změnu participanti postrádali, později se však s touto skutečností vyrovnali. Poslední vztahovou linií Pracovního zázemí je vztah ke kategorii Páni svého času. V důchodu díky absenci zaměstnání participanti získali množství volného času a svobodu v jeho naplňování.

Jak již bylo uvedeno, jednou z ústředních kategorií je Strategie, což je zjevné z hlavní výzkumné otázky. Jednotlivé strategie participantů jsou popsány v kapitole 6.2. Pro strategie byly zvoleny výstižné názvy, a to dle způsobu adaptace a vyrovnávání se s odchodem do důchodu:

Pan První = najít svou vášeň

Pan Druhý = být stále aktivní tělem i duchem

Paní Třetí = být vděčná za vytoužený cíl

Paní Čtvrtá = udělat si to pěkně a zvyknout si

Strategie se úzce pojí k další ústřední kategorii, kterou je Nabývání nových zájmů. Souhrnně může být konstatováno, že nabývání nových zájmů

je zvolenou strategií vyrovnávání se s odchodem do důchodu. Každý z participantů využil nabytý čas k provádění určité aktivity či aktivit, kterou před důchodem nevykonávali. Všichni tak činí vědomě za účelem smysluplného využití volného času.

Nabývání nových zájmů ovlivňuje kategorie Starousedlíci, jež se váže k místu bydliště participantů výzkumu, a tedy k možnostem vesnice, ve které participanti žijí. Specifikace vesnice byla provedena v kapitole 4. Bylo zjištěno, že i přes pro důchodce téměř nulové vyžití jsou zde participanti spokojeni, mají k obci citový vztah a za lepšími podmínkami a vyžitím by se jinam neodstěhovali.

Další kategorií ovlivňující Nabývání nových zájmů je Manželské soužití. Zde je pojednáno o proměně vztahu mezi manželi po odchodu do důchodu. Participanti volili účelně nové zájmy tak, aby byly odlišné od zájmů jejich partnerů, jelikož vnímali potřebu oddělených činností od svých partnerů. Odchodem do důchodu se manželé ocitli v dříve nezvyklém celodenním kontaktu, oddělené zájmy jim pomáhají „nelézt si na nervy“.

Nové zájmy vyhledávají mimo jiné také za účelem udržet se v kondici. Všichni participanti výzkumu pracovali manuálně a pohyb byl pro ně každodenní přirozeností. O nutnosti zachovat si kondici i po odchodu do důchodu pojednává kategorie Zůstat fit. Alespoň jeden nový zájem u každého participanta výzkumu se dá považovat za pohybovou aktivitu. Je tedy zřetelný vztah mezi kategorií Nabývání nových zájmů a Zůstat fit.

Kategorie Nabývání nových zájmů je také v obousměrném vztahu s kategorií Páni svého času. Bez nově nabytého času by totiž nebyl prostor pro nové zájmy a nové zájmy by participanti nevyhledávali, pokud by neoplývali dostatkem času na jejich plnění. Nabytý čas je v tomto případě jak pozitivem a svobodou, tak obavou o jeho dostatečné naplnění.

Dalším vztahem kategorie Páni svého času je spojení s kategorií Participující prarodiče. Volný čas umožňuje participantům výzkumu více se věnovat svým vnoučatům. Pro všechny participanty jsou vnoučata důležitou součástí jejich životů. Zajímavé bylo, že se participanti téměř nezmiňovali o svých dětech, nýbrž pouze o vnoučatech. Být prarodičem je pro ně radost, v souvislosti s vnoučaty často vyjadřovali pocity hrdosti.

Posledním zde představeným vztahem bude vztah mezi kategorií Sociální kontakty a kategorií Páni svého času. Kategorie Sociální kontakty již byla výše představena v souvislosti s kategorií Pracovní zázemí. Uvolněním času dříve věnovanému práci vznikl prostor pro setkávání se s přáteli, ale zároveň se odchodem ze zaměstnání sociální kontakty omezily. Vzniká tak nenaplněná potřeba sociálních kontaktů, kterou participanti řeší různými způsoby, například paní Třetí procházkami se psem.

Ze schématu vyplývá, že se jedná o velmi komplexní, provázané téma, které se prolíná celou řadou oblastí života jedince. Kategorie jsou navzájem pevně spjaty a jedna bez druhé nemohou být do důsledku vysvětleny. Může být tedy usuzováno, že problém odchodu do důchodu je změna rozsáhlého vlivu plně pokrývající život jedince. Z analýzy vyplývá, že nabývání nových zájmů může být všemi participanty pojmáno jako zvolená strategie vyrovnávání se s odchodem do důchodu.

## **6.2. STRATEGIE**

Tato kapitola odpovídá na hlavní výzkumnou otázku: Jaké strategie používají lidé žijící na vesnici při vyrovnávání se s odchodem do důchodu? V kapitole 3. bylo vyjasněno pojmání strategie v této práci, a to jako způsob vyrovnávání se s odchodem do důchodu, který je úzce spjat s adaptací. Strategie byla jedním z témat, na které byl rozhovor směřován a stala se ústřední kategorií výzkumu. Tato kategorie tedy pojednává o způsobech



vyrovnávání se s odchodem do důchodu. V potaz musí být bráno, že každý participant je individuální bytost se svými jedinečnými zkušenostmi a nelze tuto komplexitu zjednodušovat napasováním do určitého typu strategie. V této kapitole tak bude popsán způsob vyrovnávání se s odchodem do důchodu každého z participantů výzkumu.

Jak již bylo výše psáno, to, jakou strategii participantí výzkumu deklarovali, že volili či stále volí, úzce souvisí s kategorií Pracovní zázemí. Čím více bylo participantem pracovní zázemí vnímáno negativně, tím více byl odchod do důchodu vnímán jako pozitivum. Například **Paní Třetí** se těšila do důchodu z důvodu vyčerpání z práce a špatného pracovního kolektivu a bránila se jakémukoli delšímu setrvání v práci: *„Já jsem jí řekla, že jako, že nebudu dělat déle, že nebudu ani chodit na žádný brigády, tak jako museli si prostě za mě najít náhradu a tak. Prostě to vzali tak jak to má být, no.“* ... *„Jo přemlouvali, ale já sem si prostě trvala na svém, že už jako do toho důchodu si odejdu a už nebudu chodit do práce. To v žádném případě a na tom si aj stojím a nechcu jít už do té práce.“* Po samotném odchodu pak přicházely pocity úlevy, euforie, při vyprávění o pozitivěch důchodu paní Třetí doslova „zářila“, vyzařovala z ní radost. I s odstupem času pro ni má důchod jen samá pozitiva a do práce už by se nevrátila.

Odpověď na otázku, v čem je pro ni důchod pozitivní: *„Prostě ve všem jako, je to úplně super.“* Na nic si zvykat nemusela: *„No já jsem si zvykla hned (smích).“* Ustanovila si nový volnějšší harmonogram: *„nevstávám pravidelně. To jako ne, to bejvávalo. Nic mě nehoní. Snažím se teda obědovat v poledne to jo, to se snažíme jako obědovat. A v 10 hodin se snažíme ještě s manželem pít kafičko, to máme takový rituál. Ale jinač jako ne. Jak ten den přijde, jak si co uděláme.“* Velkou životní náplní jsou její vnoučata, se kterými se vídá téměř denně a aktivně se jim věnuje, vypráví o nich s velkým zájmem a radostí: *„aji kolikrát jako tam jdu, že a B. už je teda ve škole, že, ale J. je doma, tak ona vždycky ráda sem chodívá tak, vždycky ona, že jde s babičkou, tak si ju vezmu, že, a na večír ju vždycky odvedu*

zpátky domů.“ Novou zálibu si našla v podobě procházek se sousedovic psem. Nahrazuje si tak sociální kontakty, pohyb a zábavu. Nejvíce ji na procházkách baví, jak jí pes vyjadřuje lásku: „A je to úplně suprový, protože ona je tak hrozně ráda, když mě vidí, ona vždycky za mnou letí (smích).“ ... „Ale jako s tou (pes) mě to baví, jako že ona mě má ráda, a já ji mám taky ráda.“ Ze všech participantů výzkumu vyjadřovala paní Třetí nejvíce pozitivní pohled na život v důchodu. **Strategie paní Třetí byla nazvána být vděčná za vytoužený cíl.**

**Paní Čtvrtá** byla z práce také už vyčerpaná, což byl důvod k pozitivnímu smýšlení ohledně odchodu do důchodu. Její strategii na samotný akt odchodu do důchodu můžeme nazvat: **udělat si to pěkné a zvyknout si**, hned po ukončení zaměstnání odjela na dovolenou a poté už se do práce nevrátila. O setrvání v práci ani neuvažovala jako o možnosti. O předčasném důchodu však uvažovala, nakonec však vydržela. Popisuje, že adaptace na důchod ji trvala zhruba půl roku, jako překážky vnímala jiný režim, méně socializace, žádný šrumec: „A tak ze začátku jsem si zvykala, toho půl roku určitě, že mě chyběli ti lidi, toš sem byla pořád mezi lidma, že, a pořád šrumec, pošťačka pořád spěchá, že. Tak mě to chybělo no, ale tak časem si člověk zvykne, že se doma zabaví. Když je zahrádka, a tak, takže tak už pak si zvolní že, pak si jako na ten režim jinej zvykneš no.“ Nabytý čas se v jejím podání jevil v ne zcela pozitivním duchu, ale spíše ve smyslu nutnosti ho naplnit: „Jo, sem tam si něco přečtu, a tak se ten čas nějak taky zaplní no... nebo se nějak zabaví jinak člověk, něco si najde zkrátka. No. ... Ale ze začátku jsem z toho byla taková, že jsem neměla jakoby, co budu dělat, že, jsem z toho byla nešťastná, jak ten den vyplním, co budu dělat no.“ Sama paní Čtvrtá o sobě říká, že je konzervativní, což může vysvětlovat její obavy před odchodem do důchodu, jelikož se jedná o zásadní životní změnu: „já zas nemám ráda změny, já bych si těžko někde zvykala, jinde.“ Ustanovila si nový denní harmonogram, dopoledne domácnost, odpoledne vycházka. Každodenní vycházky, které by se daly srovnat s túrami, jsou

jejím radostným bodem dne, jedná se o nově nabytý zájem: „*jo baví. Po obědě už čekám, kdy bude půl druhé, jestli zavolá ta moje kamarádka. A už je člověk na to natěšenej, že někde vyrazíme, mezi pole (smích).*“ Adaptaci však vnímala jako nenáročnou, jelikož měla starosti o maminku a sestru, říká, že měla pořád nějakou činnost. Přiznává však, že nejvíc ji chyběla socializace: „*Tak bylo to, to je jasný že jo, že člověk, že s těma lidma a tak, že. Takže říkám chybělo to, chyběli ti lidi no jako. Takže no, ale tak si člověk pomalu zvykne na to no, že nemůže mít všechno*“

Odchod do důchodu **pana Druhého** byl zasažen bolestivou osobní zkušeností, tudíž byla jeho pozornost zaměřena jiným směrem, než na vyrovnávání se s touto změnou: „*No pro mě ten odchod byl takovej dost špatný, protože hlavně se týkalo to mamky, že, ta dostala rakovinu prs a já jsem vlastně když jsme končili a mělo to vlastně být takové to hezké kdy už by člověk v důchodu odpočíval a bylo tak jsme v podstatě běhali, lítali*“ Se zaměstnavatelem, samotnou prací i spolupracovníky byl spokojen: „*takže tak jako jsme byli s chlapama, byla dobrá partia takže v podstatě to bylo jako dobré. Já si nemůžu stěžovat ani nějak jak se věčně, jsou nějaké takové ty handrkovačky na vedoucí a to. Já musím říct, že jsem měl prima chlapi a že jsme si tak nějak. Jsme dělali zabijačky...*“ Jedná se o velice společenského a sportovně založeného pána, který podle svých slov chvíli neposedí. V létě žije sportem, kde je však největší problém sehnat spoluhráče: „*Já jsem teď před dvouma rokama začal hrát tenis, protože na fotbal už neseženu chlapy (smích), na fotbal je třeba hodně lidí že a tady na ten tenis mi stačí jeden no.*“ V zimě, aby se nenudil, tak se vrátil ke svému koníčku z mládí, myslivosti: „*Tam je myslím pět předmětů a, tak uvidím no, a tak říkám, zas mám teďka na zimu, že sice mám tu dílnu a teď jsem si tam udělal aji topení, takže už budu moct dělat aji když bude zima, nějaké takové čuchtačky, (...) tak říkám aspoň budu mět takovou zábavu. No, aby člověk nezakrněl, takže no*“. Pan Druhý bere svůj znovu nabytý koníček opravdu vážně, zařídil si zbrojní průkaz a nyní jezdí do myslivecké školy, poctivě studuje, s hrdostí ukazuje své výpisky

a učebnice. Je si vědom, že to není běžná strategie v jeho okolí. **Strategie pana Druhého by se dala nazvat být stále aktivní tělem i duchem:** „člověk, vždycky když bude chtít, najde, co ho baví. Pokud se mi podaří udělat tu myslivost, tak mám možnost, že mě vemou třeba do spolku. Tak budeme s mamkou chodit do lesa, tak třeba na procházku třeba že.“ Má základ v jeho velmi aktivní osobnosti a chuti do života. Je rodákem ve zkoumané vesnici a hojně se angažuje v jejím dění. Býval předsedou Sokola, ale dle svých slov to přenechal mladším, pořád je ale aktivním členem a velmi rád vypomáhá s organizací akcí: „...ted'ka jim zas pomáhám zabijačku dělat, že (smích).“ Jediné negativum důchodu vnímá zhoršenou finanční situaci: „Že na to, když člověk odpracuje 47 roků jo, a pak de do důchodu a já říkám, já kdybych třeba neměl ještě nějaké takové ty, trošičku fušku že a tam někdo něco chce, takže si tak jako na to přivydláme na takové tak se z toho žije opravdu tak akorát, aby člověk žil. Nic moc, je to no. To si myslím, že jako že jako že je takové, že to není moc dobré no.“ S manželkou si pořád vymýšlejí plány na zvelebení svého domu a pozemku: „A furt něco vymýšlíme a ted'ka chceme ještě tady tu dlažbu dodělat tak, to bysme ted'ka chtěli nějak přes zimu po Vánocích, jako po novým roku by sem se do toho pustil.“ ... „Jéžíšmarja (smích). Bych musel žít do devadesáti aspoň, aby, a to bych ne, protože bych měl zas další.“ Je rodákem srdcem a duší a do města nikdy nechtěl: ... „já mám jít aji tady do obchodu a jsem z toho nervózní. Prostě nemám to rád. Tady su spokojený. Určitě bych nešel jinam.“

Posledním představeným příběhem bude **pan První**. Práce byla pro něj velmi důležitá, vypráví o ní s velkou hrdostí. Byl pyšný na svoje výsledky i na finance, které za práci dostával. O svém posledním zaměstnavateli mluví jen pozitivně a vyzdvihuje spoustu věcí, co pro něj firma dělala. I po dvou letech v důchodu stále přemílá, zda neměl ještě chvíli pracovat: „když člověk to dělá a baví ho to a skončí, tak si říká kurník ještě sem mohl třeba rok dva dělat jo, ale pak říkám ale proč, oddělal sem toho dost a na co. Říkám budu se někde honit, to že to je taková, je to velká změna, když člověk dělá já nevím určité roky.“ Dobré

vztahy s firmou vedly k tomu, že se pan První 3x vrátil vypomocet. V důchodu si však našel novou zálibu, zahradničení a když přišla zahrádkářská sezóna, už se svého koníčku na úkor práce nevzdal. Zahrádka se stala jeho každodenní aktivitou: „já si tam... prostě si to všechno zaseju, zasadím pak tam jdu, já si to okopu, vypleju. No a máme z toho všichni. Loni sem tam měl 3 metráky brambor. Dávám vždycky klukovi, jednomu, druhému. Ale baví mě to.“ Zahradu má nejen jako koníček, ale také pro užitečnost, je hrdý na vypěstované plody a zásobuje tak celou rodinu a přátele: „to všechno zaseju, mrkev, cibulu, tak je toho dost že, ještě pro tu švagrovou, ona je na vozíku. Tak to ona vždycky už volá, jestli něco už mám na zahrádce. Takže jednak z toho je... jo to já když sem začínal ... A to bylo, na co ti to je? A pak byla aféra s těma vajíčkama, že nebyly že, a jak byli rádi. A teď na podzim. Proč si sadil tolik brambor? A já, já ti to připomenu v zimě. Vždycky přijede z Domašova a tato, máš brambory? Tak igelitku, a to je nějakých 8, 10 kg. A já říkám, přijedeš 5x za zimu, a to je metrác, že. To přišel loni, nadával, že neměl už brambory, že si koupil v Kauflandu a že nebyly dobré. Teď už si na to zvykli. To jo, už přijedou, i ten starší.“

Dalším novým koníčkem se stala jízda na kole, o které pan První vypráví s neskryvanou radostí: „Říkám, bez kola to, jedině v zimě až je sních tak.“ Může být chápáno, že koupě kola byla součástí přípravy na důchod: „A dost teď jezdím na kole, co su v důchodě“ ... „To jsem si koupil, jak jsem šel do důchodu, no až sem byl v důchodě. Dá se říct, že to řekli, že to si mám koupit, že to budu mít jako do důchodu.“ Manželka pana Prvního zřejmě shledala jeho strategii za vydařenou, a tak opakuje stejný vzorec: „Tak uvidíme jak teď, manželka říkala, taky si koupila kolo, jak šla do důchodu. Tak že budem jezdit na kolách tak. Zatím teda nejdál co byla na novým kole, no tady, kde jsme byli nejdál na tom jejím, mám dojem no tady v tom, jenom v té dědině v Dziwientlicách.“ Nové zájmy jsou pro něj především zábava, ale také vyplněním nově nabytého času: „Zabije s tím člověk aji času dost, když ho to baví jako, v tom důchodě, když je ta zahrádka nebo prostě aj to rybaření. Nesmí to dělat z donucení, já sem říkal, když

*něco děláš z donucení to je špatný.*“ S manželkou mají oddělené zájmy, navzájem se do toho druhému nepletou: *„Ne to je moje. Ta jenom, dones do polívky a máš to, máš to.“* ... *„doma má kvítka tam záhon před barákem to, tak a to ji chytne nálada, tak to vypleje všechno to. Tak ty kvítka jo ale tu zeleninu ne.“* Co se sociálních kontaktů týče, pan První má ve vesnici dostatek stálých přátel a nepocituje tak v této oblasti deficit. Pocituje spíše opačný problém: *„A nejhorší je, když dělám na zahrádce, tam jide paní M a paní V, ... a doma když něco dělám, sousedka K, ježišmarja, to už půlhodiny už to... tak se vždycky vymluví, že musím jít něco dělat, protože už to...“* **Strategie pana Prvního byla nazvána najít svou vášeň.** Vášní je zde míněno zahradničení, o kterém dokáže pan První vyprávět hodiny, denně chodí na svoji zahradu 3x a plody své práce hrdě daruje známým a rodině. Jeho další vášní je kolo, na které nedá dopustit a když počasí dovolí, každý týden vyjede na výlet.

### 6.3. INTERPERETACE ODCHODU DO DŮCHODU

V této kapitole bude rozvedena odpověď na první specifickou výzkumnou otázku: *Jak komunikační partneři interpretují svůj odchod do důchodu?* Tato otázka měla za cíl odhalit vnímání vlastního odchodu do starobního důchodu z pohledu participantů. Jak jej prožívali, zda odcházeli dobrovolně, byla to pro ně pozitivní či negativní událost? Otázka se pojí s kategoriemi **Pracovní zázemí** a **Ještě to vydržet**. Do kategorie **Pracovní zázemí** spadá to, jaké měli participanté vztahy v poslední práci před odchodem do starobního důchodu, to pak ovlivnilo jejich samotný odchod. Například paní Třetí odpovídá na otázku, co pro ni odchod do důchodu znamená: *„Pro mě to hlavně znamenalo, že si odpočinu. To jako bylo pro mě jedno velké plus. Znamená, že si odpočinu od té práce a od těch lidí v té práci, protože jako*

*ta moje práce mě celkem už teďka ke konci dosti vyčerpávala.“* Pro paní Třetí se tak odchod do důchodu stal vytouženým cílem. Naopak pan První, který měl se zaměstnavatelem dobré vztahy, byl v důchodu ještě třikrát vypomocť: *„Třikrát jsem byl. Poprvé jsem byl v listopadu, to jsem byl myslím do půli prosince. Pak ještě jsem byl v únoru, a to už jsem byl jenom na 3 týdny. A pak ještě v dubnu, a to jsem byl měsíc. Potřebovali vrata elektrické předělat. No a potom už, to už bylo koncem dubna. A říkám, já už mám práce na zahrádce dost.“* Postoj paní Čtvrté se nachází někde mezi postojem pana Prvního a paní Třetí: *„Pak jsem byla ráda že už ty starosti ze mě spadly, že už sem nemusela hlídat peníze, abych někde nevletěla a s autem abych neudělala škodu, že a atak už to potom byla taková úleva aji no. Takže tak to potom šlo. A už je to dobrý no. Volali mě na brigádu, ale už bych nešla.“*

Velkou roli také sehrával samotný zaměstnavatel: *„To jsem právě tehdá chtěla po panu vedoucím, ať mě ještě ty tři roky nechá v té Kraši, a on, že ne, že jsu z (vesnice), že mám smlouvu na (vesnice), tak, že se tam musím vrátit.“* (Paní Třetí paroduje našťvaného vedoucího). V tomto případě vedoucí nevyhověl žádosti participantky, která nebyla spokojena s pracovním kolektivem. V rámci pracovního zázemí je zahrnut i pracovní kolektiv, který zásadním způsobem ovlivňoval participantovo vnímání práce samotné: *„ta parta musela být dobrá, protože tam se nedalo hádat.“* ... *„Ono dělat s někým 12 hodin denně, a ještě se hádat, to ne. To je. To se nedá.“* (Pan První). Právě dobré pracovní zázemí a vyhovující pracovní kolektiv mohl být důvod, proč se pan První rozhodl opakovaně vrátit do bývalé práce na brigádu.

Kategorie **Ještě to vydržet** se úzce pojí k předešlé kategorii Pracovní zázemí. Jedná se o postoje, jež zastávali participanti před samotným odchodem do důchodu. Všichni uvažovali o odchodu do předčasného starobního důchodu, lišily se však důvody, které je vedly k tomuto uvažování. Pan První: *„No taky jsem říkal kurník půjdu do důchodu, uvažoval jsem, že půjdu o rok dřív nebo o dva. A dokonce jsem si napsal do Prahy o výpis, že.*

*A říkám byl jsem v Jeseníku a říkám půjdu se zeptat na tu sociální zabezpečení. ... ale říká pane První víte co, pokud Vám zdraví slouží nemusíte ze zdravotního důvodu, máte práci, tak to vydržte. Říká hodně lidí tady, jde o rok o dva a potom chodí chtěli by to zpátky nebo že by ještě dělali a ono už to nejde.“ ... „Když už jsem to vydržel tak dlouho tak.“ Důvodem, proč pan První upustil od odchodu do předčasného důchodu byly zejména finance: „No a když de o 3 roky tak to dělá no hodně, tam to dělá 11 nebo 12 procent, že. No a, ale předtím kdysi což je já nevím před 10-ti rokama, že tak mohl jít o dva roky dřív ne o tři ale o dva. Ale oni, když dovršili důchodový věk, tak jim to tu částku navrátili. Jo. Ale teď už ne, teď může jít až o tři roky dřív, ale tu částku mu nikdo nedá zpátky.“*

*Paní Čtvrtá uvádí jako důvody zvýšenou náročnost práce: „Jednu dobu aj jo, protože ta práce byl to velký nápor a to, ale potom se to tak nějak zklidnilo a tak jsem si říkala, ale tak když sem zdravá, když jsem to vydržela tak dlouho, tak už to jako do toho odchodu do důchodu můjho jako vydržím no, takže pak už to tak bylo dobrý no.“*

*Kategorie Ještě to vydržet obsahuje kód být z generace pracantů, ten vyjadřuje jakousi povinnost pracovat, zároveň je práce vnímána jako ctnost a nutnost: „když chtěl člověk peníze, tak to musí být podložené nějakou pracou, že“ (pan Druhý). Participantů například vyjadřovali hrdost nad množstvím odpracovaných let či setrváním pod jedním zaměstnavatelem: „Protože sem dělal, měl sem všecko, ona mi říká (sociální pracovnice), jo, že to je dobrý...Měl jsem. Oni tam počítají vojnu i učení, že já jsem měl bez nějakých dnů skoro 47 roků oddělaných. 46 a něco.“ (Pan První). „Jsem u té pošty byla 30 let“ (Paní Čtvrtá). Paní Třetí to vydržela až do konce: „No, jednu dobu jsem měla takovou tendenci, že odejdu, ale pak jsem si říkala, to bylo, to sem měla myslím dva roky do důchodu, tak to už jsem si potom řekla, že to už vydržím. No, takže jako jsem dělala až do konce.“ Pan Druhý přímo vnímá rozdílnost vlastní generace vůči ostatním: „protože práci jako, my jsme ještě generace co nám práce nevádí a těšíme se z toho, když můžeme pracovat.“*



Starobní důchod se tak jeví jako vytoužený cíl, kterého participanti chtěli dosáhnout co nejdříve, ale, nakonec si všichni participanti řekli, že to ještě vydrží. Dle výsledků výzkumu se pro participanty jednalo o pozitivní změnu, dokonce uvažovali o předčasném odchodu do důchodu, což značí jeho atraktivitu. Dále bylo zjištěno, že se opravdu jedná o předěl, na který je potřeba jistý čas adaptace: „*A tak ze začátku jsem si zvykala, toho půl roku určitě,*“ (paní Čtvrtá). Vnímání odchodu do důchodu bylo pro každého participanta velmi individuální. V práci nespokojená paní Třetí to vnímala jako vysvobození a vytoužený cíl (viz kap. 6.2). Paní Čtvrtá zase jako nediskutovatelný fakt, změnu, které se musí přizpůsobit, ale zároveň pozitivum. Pan První nejprve jako pozitivum, možnost si odpočinout od fyzicky náročné práce, největším negativem je pro něj finanční situace. Pan Druhý odcházel do důchodu za náročné životní situace, onemocnění manželky, jež ovlivnilo celé vnímání tohoto odchodu (viz 6.2.).

#### 6.4. VESNICE A ODCHOD DO DŮCHODU

Druhá výzkumná otázka: *Jak život na vesnici ovlivňuje vyrovnávání se s odchodem do důchodu?* Byla zacílena na vliv vesnice ve vztahu k odchodu do důchodu participantů. Pojí se s kategorií **Starousedlíci**. Účelem bylo zjistit, jak vesnice zasahuje do života participantů. Přesněji, zda a jak ovlivňuje odchod a život ve starobním důchodu. Všichni participanti výzkumu žijí dlouhodobě ve zkoumané vesnici, až na paní Čtvrtou se zde dokonce všichni narodili. U participantů se projevuje velká síla sounáležitosti s místem bydliště. Ona zkoumaná obec byla popsána v kapitole 4.1. Mimo jiné zde byla nastíněna vysoká nezaměstnanost, tento faktor se také odráží ve vyprávěních participantů: „*Ale tak jako, na ten důchod je to tady dobrý. Pro ty mladý to je horší s tou prací, ale pro ty důchodce to tady vyhovuje.*“ (paní Čtvrtá).

Paní Třetí odpovídá na otázku, proč při nespokojenosti se zaměstnáním, práci nezměnila: „*No uvažovala. Jenomže tady jako nemáš na výběr. A vlastně pak už jsem měla chvílku do toho důchodu, takže jsem si říkala, že to prostě musím vydržet.*“

Oba pánové vyjížděli za prací mimo okres, jelikož se v daném okrese neuživil. Pan Druhý by však nejráději pracoval poblíž místa bydliště: „*Člověk přijel v pondělí tak říká, tak přijde středa, čtvrtek a už to člověka hnalo, už jako. Né, no tak samozřejmě, ale když jsme chvílku jsem tady byl aji v JZD ve stolárně jsem dělal, jenomže těch peněz je tak málo, že.*“

Vesnice, v jejímž rámci byl výzkum prováděn, je specifická svou občanskou nevybaveností a dopravní nedostupností. Funguje zde jen velmi malé kulturní či sportovní vyžití oproti možnostem města. Ve vesnici kromě měsíčního srazu důchodců nefungují žádné organizované aktivity pro důchodce, či dospělé. Participantům však tento fakt nevadí, každý si dokázal najít náplň času podle svých preferencí a na otázku, zda by si přáli nějakou organizovanou aktivitu, kroužek, byli touto otázkou zaskočení a nedokázali jednoznačně odpovědět. Z toho může být usouzeno, že jsou s vyžitím na vesnici spokojeni. Zmíněného srazu důchodců se účastní z participantů výzkumu pouze paní Čtvrtá: „*Tak se sejdeme, tak u kafe se povzpomíná, hlavně to je pro ty domorodce tady že, co můžou povzpomínat, jak bylo kdysi dřív a jak to, povzpomínat i na ty lidi co už tady nejsou, nebo co už zemřeli, že. Ale tak člověk poslouchá a něco se doví.*“

Participant vyjadřovali spokojenost s životem na vesnici a nechtěli by se stěhovat někam, kde je více možností: „*Třeba když jsem byla mladá, tak možná, že. Ale jako nějak jsem po tom netoužila. Mně se tady líbilo vždycky v těch (vesnice). Jsem asi nebyla nikdy taková náročná že (smích). A vlastně měli jsme tady potom ten barák jsme začali opravovat. Takže do toho se nějaké finance vrazily. Už jsem po tom jako nějak netoužila.*“ (paní Třetí). „*My jsme tady vlastně už 37 let v těch (vesnice). Takže vyhovuje, tak je tady klid zase, že než někde ve městě, už jsme*

*tady na ten život zvyklý. Akorát je blbý, že fakt je všude daleko pro nás na to dojíždění no, když odtud máš jet do Šumperka vlakem nebo autobusem, no tak to je do Jeseníku a pak zase jak se dostat z Jeseníku, že a tak.*“(paní Čtvrtá). Nejvíce emočně spjat se zkoumanou vesnicí je pan Druhý: *„Ale to srdce tadyk, to prostě, těžko už, jako, říkám člověk se tu narodil a.“*

Otázky byly zaměřeny na využití nabytého volného času a na spokojenost s životem na vesnici. Dle výsledků výzkumu jsou participanti s životem na vesnici jako starobní důchodci spokojeni. Participanti dokázali zaplnit nabytý volný čas novými aktivitami. Při otázce, co by si za další vyžití ve vesnici přáli, nedokázal ani jeden participant odpovědět, je tak znát, že jsou se svými životy spokojeni a nechtějí nic měnit. Pro participanty je nejhorším obdobím zima: *„Nejhorší je to přes tu zimu no. Přes tu zimu je to takové, že není co dělat. Venku se nedá, protože od toho jara do podzimu, dá se pořád něco.“* (pan První). Tento fakt se dá vysvětlit množstvím venkovních aktivit, které participanti provozují a nelze je tak provádět v zimě, jako například opečovávání zahrady, jízda na kole, outdoorové sporty.

## 6.5. ZMĚNY V DŮCHODU

Třetí a zároveň poslední výzkumná otázka: Jaké změny se udály v životech participantů související s odchodem do důchodu? se zaměřuje na samotnou proměnu z pracujícího jedince větší či menší měrou definovaného svou profesí na starobního důchodce. Pojí se kategoriemi **Páni svého času**, **Nabývání nových zájmů**, **Participující prarodiče**, **Zůstat fit**, **Manželské soužití** a **Sociální kontakty**.

Odchodem do důchodu mizí zaměstnání jako hlavní časová náplň dne. Je tedy pochopitelné, že tento nabytý čas se stává hlavním tématem při odchodu do důchodu. Toto téma je obsažené v kategorii **Páni svého času**.

Pro participanty výzkumu znamenal příliv volného času pozitivní změnu, na kterou se těšili. Paní Čtvrtá však měla před odchodem pochyby, jak s volným časem naloží, teď přiznává, že si vymýšlí programy, aby se zaměstnala: „*Ale ze začátku jsem z toho byla taková, že jsem neměla jakoby, co budu dělat, že, jsem z toho byla nešťastná, jak ten den vyplním, co budu dělat no.*“ Později si však na tuto volnost zvykla. Největším pozitivem nabytého času byla pro participanty možnost zvolnit tempo dle sebe: „*Vyhovuje to, že nikam nemusím spíchat, jo. No a když se mi nechce tak ne, udělám to zítra jo, nikdo mě nikam netlačí prostě. Že nemusím, nespíchám, to je na tom to nejlepší no. Tam říkám ten čas na to, že člověk nemusíš se nikam, nemusíš se dívat na hodinky, že. Někde musí být na tolik a na tolik, takové, že to je v klidu.*“ (pan První). „*Třeba mi zavolá B., přijď na kafe, no tak jdu. Posedíme dvě hodinky u kafe a pak jdu dom. Je to takové volnější no. Nekmitám, prostě.*“ (paní Třetí). Díky získanému času tak participanti mohli realizovat aktivity, kterým se při zaměstnání nemohli, nebo alespoň ne v takové míře, věnovat. Kategorie být pánem svého času tak úzce souvisí s kategorií nabývání nových zájmů, bez nabytého času by neměli prostor vykonávat nové aktivity.

Kategorie **Nabývání nových zájmů** spolu s kategorií strategie tvoří stěžejní kategorie výzkumu. Jako strategie může být chápáno nabývání nových zájmů, které vyplní nabytý čas a přinese uspokojení. Participanti si našli nové zájmy, jež se staly jejich pravidelnou výplní dne a zároveň zábavou. Někteří se vrátili k zájmům z mládí, jako například Pan Druhý: „*ale tak to jo. To mě bavilo od malička chodit do lesa a se dřevem. Ale říkám, tak si to plním teď. Byla práce.*“ Pan Druhý v létě sportuje, ale aby se v zimě nenudil, rozhodl se, že bude studovat myslivost. I když jak říká, mu o nic nejde, tak pilně studuje na zkoušky a pomáhá v lese: „*Akorát přes tu zimu jsem si vymyslel, teďka jsem si udělal zbroják, si říkám něco, no a teďka chcu jít, už su přihlášený, chcu udělat myslivost. Tak jako říkám, abych jako dělal říkám no tak jestli to udělám neudělám nevím, ale budu mět, prostě zas nějakou, zas aby měl člověk*

*nějakou motivaci, aby člověk neseseděl a jenom tadyk neposlouchal ty negativní stránky těch lidí.“* Jedná se tedy o záměrné vyhledávání činností za účelem smysluplného vyplnění času, Pan Druhý se zaměřuje na budoucnost, nestuduje kurz jako krátkodobou aktivitu: *„Pokud se mi podaří udělat tu myslivost, tak mám možnost, že mě vezmou třeba do spolku. Tak budeme s mamkou chodit do lesa, tak třeba na procházku třeba že.“*

Paní Čtvrtá pravidelnými procházkami nahradila dva hlavní aspekty, které ji ve starobním důchodu chyběly, a tím jsou sociální kontakty a pohyb, který ji jako poštovní doručovatelku vystihoval: *„No našla no. Jo, určitě no tady paní R., že chodíme na ty svoje procházky.“*... *„to je dlouhý už potom doma, tak vyplnit ten čas i udělat něco pro sebe.“*

Nový zájem paní Třetí se příliš neliší od zájmu paní Čtvrté. Také se jedná o procházky, které mají nahradit jak fyzickou aktivitu, tak socializaci. Socializačním činitelem je zde však sousedovic pes. Sama paní Třetí říká, že ji ve vesnici chybí kamarádka, například na vyjížďky na kole a přiznává, že ji sousedovic pes nahrazuje kontakty. Na procházky občas zašla i při práci, ale nyní nabyla tato aktivita každodenní pravidelnosti: *„Protože jsem chodila do té práce a když jsem přišla z té práce, třeba z té celodenní, tak jsem už byla hodně unavená. Takže teďka mám na tu Enie čas. A když s ní jdu, tak si odpočinu a dělá mi to hrozně dobře.“*

Jak již bylo popsáno v kapitole 6.2., pan První si našel v důchodu dvě vášně, zahrádku a vyjížďky na kole. Dělá mu radost, když může předat vypěstovanou zeleninu, domácí vajíčka. Rád pomáhá a zachovává si tak jistou identitu potřebnosti. Už při sadbě počítá s tím, komu všemu to rozdává. Co se jízdy na kole týče, jedná se o úplně nově nabytý zájem: *„Na tom kole moc né, to až teď no, to kolo jako. Říkám, bez kola to, jedině v zimě až je sníh tak. Ale jinak, na tom kole jo, říkám, a je to pěkný na tom kole, když je počasí se dá podívat. Když třeba pomalu že do toho Račáku, ten provoz tady není takový se dá.“* Ovšem zahrádku pan První spravoval již před odchodem do důchodu, nyní se však

do této aktivity plně ponořil a stala se jeho hlavní náplní dne. Není to však o nutnosti vyplnit nabytý čas: „Říkám, je to od toho jara do podzimu mám... ne že bych to musel dělat. Já jdu na tu zahrádku a třeba jo, dneska se mi chce, nebo mám náladu, tak si tam vypleju a okopu si řádek petržele. Takže to udělám všechno naráz, na druhý den jdu, tak si udělám zase druhý a takové odpočinkové. Ne že bych to musel udělat, že to musí být. Dělán si to podle sebe a jak mám náladu.“

Další kategorií pojící se se změnami po odchodu do důchodu, jsou **Sociální kontakty**. Tato kategorie se pojí ke kategorii pracovní zázemí, jelikož pro všechny participanty výzkumu bylo pracovní prostředí zdrojem každodenní sociální interakce, co se spolupracovníků či zákazníků týče. Nejvíce vyjadřovala ztrátu sociálních kontaktů paní Čtvrtá: „...že mě chyběli ty lidi, toš sem byla pořád mezi lidma, že a pořád šrumec, pošťačka pořád spěchá, že. Tak mě to chybělo no.“ Po jisté době si však zvykla. Nejvíce vyhledávajícím sociální kontakty je ze všech participantů pan Druhý, který se se svými bývalými spolupracovníky stále vídá, i když v mnohem menší míře: „Ale tak sem tam si zavoláme, třeba když je konec roku, tak tam zavolám klukům nebo oni mně tak jenom plcnem, protože říkám oni sou furt ještě v práci, takže oni toho mají dost, ale jo jako tak jsme v kontaktu samozřejmě ne s každým že, ale s některýma jo, to se jako. Minule tady byl ... L. se jmenuje, tak tady dojel, tak tady byli aj s manželkou s děckem, tak tady přespali, takže jako se povzpomíná a tak.“ Pan První zůstal také v kontaktu se svou partou z předešlé práce a přiznává, že trvalo nějaký čas odvyknout si: „tak bylo to, že člověk dělal, pořád dělal s partou. V té práci, když jsme skončili, jsme dělali do 6 do večera, tak se ještě pokecalo, nebo šli jsme... Tak chvíli, ono to přejde potom zas.“ A nyní už panu Prvnímu sociální kontakty nechybí, na vesnici má dostatek přátel. I paní Třetí udržuje kontakt s bývalými kolegyněmi, o kterých vypráví velmi nadšeně: „Jo vídávám, furt. Furt když máme i ty narozeniny, tak ta bývalá šéfová, ona už tam není, ona odešla. Tak furt ona vždycky to vede jako v evidenci, vždycky jí dáme nějaké ty penízky, ona koupí nějaký ten dárek, protože ona má teďka i svůj obchůdek, takže jako ona vždycky

*něco jako vybere, že a my jsme hrozně rádi, protože to je pro nás takový velký překvápko. A ona už nás za ty roky prostě má tak jako přečtený, že nikdy jsme, se nám nestalo, že by ona nám něco vybrala, co by se nám nelíbilo, co by nám nepasovalo.“*

Co se kontaktů v rámci vesnice týče, pan Druhý není příliš spokojen: *„...říkám spíš mi chybí ti lidi. Člověk, když někam přijde (napodobuje pomlouvání) tak jeden je takový a ten je takový. Každý jsme nějaký.“* Jak již bylo zmíněno v kapitole 6.2. Strategie, pan Druhý organizuje sportovní akce v rámci Sokola a přiznává, že už nejde o tu výhru, ale o socializaci: *„Ten turnaj třeba ten v nohejbalu ... My už to máme spíš abysme se sešli, zahráli si, a prostě tak nějak povzpomínali, povykládali něco zobneme a deme dom a je to.“* Nespokojenost vyjadřuje taky paní Třetí, která si v důchodu nenašla žádnou kamarádku na společné aktivity: *„Ještě bych k sobě potřebovala nějakou kamarádku, která by se mnou jezdila (smích).“*

Kategorie **Participující prarodiče** se skládá z kódů být více s vnoučaty, nápomocná babička a dědeček pozorovatel. Co se rodinného tématu týče, participanti výzkumu téměř nemluvili o svých dětech, ale pouze o vnoučatech. To může značit přeorientování pozornosti od svých dětí na vnoučata. Participanti se aktivně zajímají o svá vnoučata a tráví s nimi čas. Odchodem do důchodu se vídání s vnoučaty díky nabytému volnému času zmnohonásobil. Zároveň tak i pomáhají svým dětem, například v případě prázdninového hlídání: *„Ještě kromě těch velkých prázdnin, tak ji dovezou. Takže kdybych chodila do práce, tak bych na ni neměla tak čas, že. Takže tak v tom je to, že ji můžou dovést kdy má volno, a když oni musí do práce chodit že, no.“* (Paní Čtvrtá). Je to tedy i o tom být nápomocný, ale také užít si je: *„Člověk to bere jinak než ty svoje děti že. Není to v takovém frmolu, v povinnostech, jak to bylo s dětma že.“* (Paní Čtvrtá). Dle vyprávění paní Třetí může být chápáno, že její vnoučata, se kterými se díky stejnému bydlišti vídá denně, ji nahrazují sociální kontakty a jedná se pro ni o radostné vyplnění času: *„No, někdy aj co*

*druhý den, zajdu důle, když sem holky nepřijdou. Na večír tam seběhnu, když to. Vlastně ta J. tu byla v to úterý no a (snacha) právě říkala že pojedou v pátek, že jestli ju pohlídám. Já říkám jo beze všeho... Pojedli večír a pak jsem jich odvedla no. Je to takový fajn no.“*

Pan Druhý je také v častém kontaktu se svými vnoučaty a sám vyjadřuje spokojenost nad jejich vztahem, nejstarší vnuk se díky jejich velkému baráku k nim dokonce nastěhoval: *„Jo, tak ten R. ten starší jako od toho, tak ten tadyk jako dost často je s náma, ted' je tady zas.“* Pan První má také blízké vztahy se svými vnoučaty a již před odchodem do důchodu se s manželkou plánovali více se jim věnovat.

Kategorie **Zůstat fit** se skládá z kódů Být fit, Mít pohyb, Nenudit se, Být aktivní. Všichni participant vykonávali manuální činnost, oba pánové vykonávali fyzickou práci na stavbách, a oba říkají, že šlo o fyzicky náročnou práci, která je však udržovala v kondici. Odchodem do důchodu se tento pohyb vytratil a přiznávají, že jim chybí, a tak si vymýšlejí různé aktivity. Například jako pan První, který v zimě účelně topí dřevem, jelikož to pro něj znamená větší práci než využívat nový plynový kotel: *„Trošku pohyb abych měl. Nejhorší je ted'ka v zimě, nedá se na kole někdy, že. Tak já tam jdu třeba 3x denně a jdu pěšky, že abych se prošel. Protože člověk, když sedí u té televize, leží. Ted máme doma plynový kotel nový ten turbo že, ale topím dřevem v kotlu, obyčejným. Že si zajdu pro dřevo...“* Pan Druhý se snaží udržovat sportem: *„No, aby se člověk držel tak nějak v kondici a ještě furt ten pohyb měl, že. ...Tak ale, tak, tam poběhne tolik co můžu, nebo zapinkám, nebudu vyhrávat no, jsem chtěl vždycky vyhrávat, ale ted' už né. (smích).“* Všimá si rozdílů mezi svými vrstevníky, kteří se neudržují jako on a už mu nestačí: *„A už ted' mám víc takové ty mladší kamarády, jaksí starší s tymba co jsme hrávali to už ten nemůže na to, ten bo je tam, všeci jsou bolaví a já mě to připadne jak kdyby mě nic nebylo, no taky mě to bolí, tak ineček, když má roky tak to nejde.“*



Paní Čtvrtá jako poštovní doručovatelka měla každodenní fyzickou aktivitu, nyní si ji vynahrazuje dlouhými procházkami: „*Jo, ano, že ten pohyb chybí no. Ta chůze a tak. Že ten pohyb chybí a ten čerstvý vzduch že, takže tak no. Tak ať se člověk trochu udržuje v kondici a neseď jenom v papučích u televize (smích). ...tak ten pohyb byl vždycky. A tak teďka, no tak teď chodím, věnuju se tomu vlastně teď s kamarádkou chodíme odpoledne. Nějakých 12 km našlapeme*“ Paní Třetí se díky astmatu sportu věnovat nemůže, ale jak bylo zmíněno v kapitole 6.2. Strategie, denně chodí alespoň na procházky se psem.

Poslední změna týkající se odchodu do důchodu je proměna partnerského vztahu, o čemž pojednává kategorie **Manželské soužití**. Všichni participanti žijí v dlouhodobém manželství a kromě manželky pana Druhého, už byli všichni partneři v důchodu, když participanti výzkumu do důchodu odcházeli. Skládá se z kódů Nelézt si na nervy, Oddělené činnosti, Každý to svoje. Jak již názvy kódů napovídají, manželé se snaží nebýt celý den v neustálém kontaktu a zachovávat si oddělené zájmy. Jedná se o velkou změnu partnerského soužití. Najednou jsou partneři celý den spolu a musejí se s tím nějakým způsobem vyrovnat: „*Tak je to rozdíl, to víš že jo, že ale tak kdyžtak každéj si dem po svým, že. Každéj si najdeme někde nějakou jinou práci a abysme pořád nebyli spolu no. On si de do svýho pokoje, tam k počítači, a já si najdu nějakou jinou doma nějakou jinou práci. Tak jako, ať si nelezem na nervy. Ať nemáme ponorku. (smích)*“ (paní Čtvrtá). „*No, někdy mně leze na nervy (smích). Ale tak to on dycky zaleze nahoru se dívat na televizu, a nebo já su třeba venku přes to léto že, dělám si kolem zahrádky a on je teda tady, že, vaří. O víkendu on jde třeba na ten fotbal, že a já si třeba vezmu to kolo a zajedu si třeba se podívat důle do Polska, že, k těm Otmuchovským jezerům, se podívat, a tak to jako nějak no. Přes tu zimu je to horší, protože to se nedá že, tak si vezmu knížku a čtu si, no a on se dívá na ty svoje sporty a já dělám tady tohle.*“ (paní Třetí). Jediný, kdo nevyjadřoval nutnost oddělených činností byl pan Druhý: „*Jsme v podstatě furt spolu. Jo jako ona zase ráda tak jde a projde se. Tak já zase do té tělocvičny, tam se vyblbnu. Člověk*

*si to musí udělat tak nějak hezké a lézt si na nervy, čím?“* Což může být způsobeno nemocí manželky pana Druhého, která manžele mohla více stmelit a v rozhovoru pan Druhý často vyjadřuje vděčnost vůči své ženě.

Z této otázky také vyplynula hlavní strategie vyrovnávání se s odchodem do důchodu, a to nabývání nových zájmů. Díky uvolněnému času, který byl dřív vyplněn pracovní aktivitou se změnil denní harmonogram participantů, který je pro ně výrazem svobody, nikoli vázání se k povinnostem. Hlavní změna by mohla být nazvána nehonit se, dělat jen to co chci.

## 7. DISKUZE

Diskuze slouží ke shrnutí výsledků výzkumu a jejich vztáhnutí k odborné literatuře. Bude zde proto provedeno porovnání výsledků výzkumu s teoretickou částí práce a dále bude zodpovězena jak hlavní výzkumná otázka, tak i specifické výzkumné otázky.

Z teoretické části vyplynulo pojetí odchodu do důchodu jako závažný krok v životě jedince, který může zapříčinit dokonce i ztrátu identity. Jedná se o razantní změnu dosavadního životního stylu, s níž se pojí pocit strachu (Alan, 1989; Svobodová, 2007; Haškovcová, 2010; Kuchařová, 2002; Říčan, 2014). Jako nejčastější negativum je spatřováno snížení socioekonomického statusu, dále zpřetrhání sítě kontaktů a ztráta seberealizace v práci (Říčan, 2014; Svobodová, 2007; Vágnerová, 2007; Špatenková & Smékalová, 2015). Z pohledu genderu je odchod do důchodu vnímán hůře muži než ženami, a to proto, že muži se častěji realizují ve veřejném sektoru, který se odchodem do důchodu omezuje, na rozdíl od žen, které se častěji realizují v privátním sektoru, jež zůstává zachován. Muži také hůře snášejí vyrovnání se s poklesem finančních prostředků (Vágnerová, 2007; Říčan, 2014; Špatenková & Smékalová, 2015). Genderové rozdíly v pohledu na starobní důchod participantů výzkumu kopírovaly teoretická zjištění, což znamená, že participantů výzkumu mužského pohlaví se oproti ženám zmiňovali negativně o finanční situaci v důchodu, oba při tom vyjadřovali velkou nespokojenost: „*A ta výše toho důchodu to dělá teda dost, no.*“ (pan První).

Nemůžeme však generalizovat a tvrdit, že je odchod do důchodu všemi pojmán pouze negativně. Pozitivní důsledky však nejsou autory toliko uváděny. Největším pozitivem je nově nabytý volný čas, který skýtá spoustu příležitostí k naplnění (Svobodová, 2007; Vágnerová, 2007). Participantů výzkumu naopak vnímali odchod do důchodu spíše pozitivně,

nabytý čas byl chápán jako brána ke svobodě, možnost určit si vlastní tempo, ale také jako prostředek k realizaci nových zájmů.

Z uvedených výzkumů vyplývá, že postoj se rovněž mění s ohledem na vzdělání jedinců. Lidé se základním vzděláním vnímají odchod do důchodu spíše pozitivně, zatímco vysokoškolsky vzdělaní mají tendence setrvávat v práci (Rabušic, 1997). Vzdělanostní složení participantů výzkumu bylo následující: tři vyučení v oboru a jedno odborné vzdělání s maturitou. Můžeme tedy konstatovat, že byly potvrzeny výsledky výzkumu Rabušice, jelikož participanti se do důchodu těšili, a až na jednoho dokonce uvažovali také o předčasném odchodu.

Dle dělení Vágnerové (2007, 360-363), jež bylo podrobně popsáno v kapitole 3., se participanti nacházejí v konečné fázi adaptace na odchod do důchodu, tedy ve fázi adaptace na životní styl starobního důchodce a stabilizace nového stereotypu. Na základě Bromleyho (1974, s. 104-110; srov. Haškovcová, 2010) dělení reakcí na odchod do důchodu může být konstatováno, že participanti volí strategii konstruktivnosti, jež je identifikována jako ideální forma adaptace a akceptace této změny.

Hlavní výzkumná otázka: *Jaké strategie používají lidé žijící na vesnici při vyrovnávání se s odchodem do důchodu?* Byla dále rozdělena na tři specifické výzkumné otázky. Odpověď na hlavní výzkumnou otázku byla získána analýzou opakovaných hloubkových polostrukturovaných rozhovorů. Jako souhrnná strategie vyrovnávání se s odchodem do důchodu bylo identifikováno nabývání nových zájmů. Participanti využili nově získaný prostor k vykonávání určité aktivity či aktivit, na něž před důchodem neměli čas. Činí tak vědomě za účelem smysluplného využití volného času. Dle Říčana (2014, s. 348-349) pěstování nových zájmů přispívá k úspěšnému zvládnutí adaptace na starobní důchod. Občas se těmito lidem povede vrátit k bývalým zálibám, na které později nezbýval čas, jako v případě pana Druhého. Velmi smysluplným koníčkem je zahradničení (pan První), které se

dá provozovat do vysokého věku, je nízkonákladové a přináší užitek. Pro některé může být lákavé i další vzdělávání (pan Druhý).

Zevrubnou analýzou jednotlivých příběhů vyplynuly pro každého participanta strategie, jejichž podrobný popis je uveden v kapitole 6.2., pro které byly zvoleny výstižné názvy, a to dle způsobu adaptace a vyrovnávání se s odchodem do důchodu:

Pan První = najít svou vášeň

Pan Druhý = být stále aktivní tělem i duchem

Paní Třetí = být vděčná za vytoužený cíl

Paní Čtvrtá = udělat si to pěkné a zvyknout si

Dále budou shrnuty odpovědi na specifické výzkumné otázky, jež byly podrobně popsány v rámci kapitol 6.3, 6.4. a 6.5. První specifická výzkumná otázka: *Jak komunikační partneři interpretují svůj odchod do důchodu?* Měla za cíl odkrýt vnímání vlastního odchodu do starobního důchodu z pohledu participantů. Jak jej prožívali, zda odcházeli dobrovolně, byla to pro ně pozitivní, či negativní událost? Výsledky výzkumu ukazují, že se pro participanty jednalo o pozitivní změnu, dokonce uvažovali o předčasném odchodu do důchodu, což značí jeho atraktivitu. Míra atraktivity starobního důchodu se dále odvíjela od postoje k poslednímu zaměstnání, zaměstnavateli a spolupracovníkům. Dále bylo zjištěno, že se opravdu jedná o předěl, na který je potřeba jistý čas adaptace.

Druhá výzkumná otázka: *Jak život na vesnici ovlivňuje vyrovnávání se s odchodem do důchodu?* Byla zacílena na vliv vesnice ve vztahu k odchodu do důchodu participantů. Jak již bylo popsáno v kapitole 4.1., zkoumaná vesnice je specifická svou občanskou nevybaveností a dopravní nedostupností. Funguje zde jen velmi malé kulturní či sportovní vyžití oproti možnostem města. Otázky proto byly primárně zaměřeny na zužitkování nově nabytého volného času a na spokojenost se životem na vesnici. Dle výsledků výzkumu jsou participanty s životem na vesnici jako starobní důchodci spokojeni.

Participantů dokázali zaplnit nabytý volný čas novými aktivitami. Na dotaz, co by si za další vyžití ve vesnici přáli, nedokázali odpovědět, a je proto znát, že jsou se svými životy spokojeni a nechtějí nic měnit. Období zimy však bylo participanty žijícími na vesnici popisováno jako náročné, a to z důvodu omezení venkovních aktivit, které představují základ jejich vyžití, jako příklad lze uvést opečovávání zahrady, jízdu na kole či outdoorové sporty.

Třetí a zároveň poslední výzkumná otázka: *Jaké změny se udály v životech komunikačních partnerů související s odchodem do důchodu?* Se zaměřuje na samotnou proměnu z pracujícího jedince, větší či menší měrou definovaného svou profesí, na starobního důchodce. Jak bylo výše v této diskuzi uvedeno, dle odborníků se jedná o velmi náročnou životní fázi. Obecně participanti vnímají odchod do důchodu jako velkou životní změnu, na kterou je z hlediska následné adaptace potřeba jistý čas. Z této otázky také vyplynula hlavní strategie vyrovnávání se s odchodem do důchodu, a to nabývání nových zájmů. Díky uvolněnému času, který byl dříve vyplněn pracovní aktivitou, se změnil denní harmonogram komunikačních partnerů, který je pro ně výrazem svobody, nikoli vázání se k povinnostem. Hlavní změna by v tomto případě mohla být nazvána nehonit se – dělat jen to, co chci.

Výše uvedená odborná literatura popisuje odchod do důchodu jako jedno z nejnáročnějších období života člověka. Výsledky výzkumu však toto tvrzení nepotvrdily. Odchod do důchodu byl vnímán participanty jako vytoužený cíl, na který se dokázali rychle adaptovat. Souhlasím s názory odborníků, že se jedná o významný předěl v životě jedince, participanty však nebyl vnímán s tak negativními konotacemi, jako bývá obvykle vyobrazeno v literatuře. Ústřední tématem výzkumu pak bylo hledání strategií využívaných participanty pro vyrovnávání se s odchodem do důchodu. Jako shrnující strategie bylo na základě získaných dat identifikováno nabývání nových zájmů, jímž participanti vyplňují nově nabytý čas.

## Závěr

Cílem práce bylo porozumět tomu, jak se lidé žijící na vesnici vyrovnávají s odchodem do důchodu. Záměrem bylo popsat tento náročný životní předěl, zkoumat postoje participantů výzkumu vůči odchodu do důchodu a zjistit změny k němu se pojící. Výzkumné téma se zaměřovalo na problematiku odchodu do starobního důchodu z pohledu jedinců, jež jsou v důchodu méně než 5 let a stále si tak velmi dobře vybavují pocity, které je provázely při této změně, a zároveň déle než 2 roky a dokáží tak retrospektivně pohlížet na prožité období. Výsledky výzkumu ukazují, že cíl této práce byl naplněn. Hlavním přínosem teoretické části je podrobný popis procesu odchodu do důchodu a vytvoření profilu čerstvého důchodce. Bylo zjištěno, že oproti odborné literatuře, která popisuje odchod do důchodu jako velmi náročné období života jedince, ve spíše negativní konotaci, participantů výzkumu vnímali odchod do starobního důchodu jako vytoužený cíl a adaptace na novou životní etapu jim nedělala větší obtíže.

Empirická část pak byla věnována kvalitativnímu výzkumu s hlavní výzkumnou otázkou: Jaké strategie používají lidé žijící na vesnici, při vyrovnávání se s odchodem do důchodu? Souhrnnou strategií vyrovnávání se s odchodem do důchodu bylo identifikováno nabývání nových zájmů. Nově nabytý volný čas je pojímán jako příležitost a nové zájmy jako smysluplné využití tohoto prostoru.

Mezi další výsledky výzkumu patří zjištění, že vztah k poslednímu zaměstnavateli, spolupracovníkům a obsahu práce zásadně ovlivnil postoj participantů vůči odchodu do důchodu, tj. negativní vztah k zaměstnání vedl k pozitivnímu postoji k odchodu do starobního důchodu.

Výzkum byl realizován v rámci specifické vesnice, kdy bylo zjištěno, že životní podmínky a možnosti dané vesnice přímo zasahují do života

participantů. Zejména co se zvolených nových zájmů týče. Vzhledem k omezenému vyžití pro důchodce ve vesnici, volí participanti aktivity jako práce na zahrádce, procházky, vyjížďky na kole a další sporty. Participanti však neexistující programy pro důchodce, či jiné organizované vyžití ve vesnici nepojímali jako negativum. Naopak vesnice byla popisována jako ideální místo pro důchodce. Ovlivnění vesnice dále může být spatřováno v souvislosti s prací. Vzhledem k nedostatku pracovních příležitostí, popisovali participanti práci v místě bydliště jako nadstandard, kterého je třeba si vážit i za cenu nevyhovující náplně práce.

Odchod do důchodu je významný mezník v životě jedince, jedná se však o velice individuální zkušenost, kterou je vhodné zkoumat kvalitativním přístupem. Publikace a výzkumy na dané téma jsou dle mého názoru nedostatečné, bylo by tak žádoucí zaplnit tento prostor pomocí rozsáhlejší studie, která by přinesla nové poznatky. Například v souvislosti s touto magisterskou prací by bylo vhodné pro komparaci realizovat výzkum v rámci vesnice nacházející se na periferii města.



## Literatura a zdroje

- Alan, J. (1989). *Etapy života očima sociologie*. 1. vyd. Praha: Panorama.
- Barker, G. (1999). *Použití kvalitativním výzkumných metod při postupech rychlého posuzování zneužívání drog ve společnosti*. Boskovice: Albert.
- Bartáková, M. (2013). *Devátý Věk Člověka: Narativní Analýza Autobiografických Vyprávění*. Proceedings of the Conference on Qualitative Approach & Methods in Human Sciences, 280–292. Citováno 1. prosince 2018  
Dostupné z:  
<https://shibboleth.ebscohost.com/Shibboleth.sso/Login?providerId=https://idp.upol.cz/idp/shibboleth&target=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=114543810&lang=cs&site=eds-live>
- Beneš, M. (2014). *Andragogika* (2., aktualiz. a rozš. vyd). Praha: Grada.
- Blažek, B. (2004) *Venkovy: anamnéza, diagnóza, terapie*. Šlapanice: ERA.
- Bromley, D. B. (1966). *The Psychology of Human Aging*. Harmondsworth: Penguin Books Ltd.
- Clifford, N. J., French, S., & Valentine, G. (Eds.). (2016). *Key methods in geography* (3rd ed). Los Angeles, Calif.: Sage.
- ČSSZ. (2018). *Důchodové pojištění*. Citováno 7. prosince 2018. Dostupné z:  
<https://www.cssz.cz/cz/duchodove-pojisteni/>
- ČSÚ. (2009). *Postavení venkova v krajích ČR*. Citováno 18. března 2020.  
Dostupné z:  
[https://www.czso.cz/csu/czso/postaveni\\_venkova\\_v\\_krajich\\_cr](https://www.czso.cz/csu/czso/postaveni_venkova_v_krajich_cr)
- ČSÚ. (2020). *Nezaměstnanost v obcích vybraného SO ORP*. Citováno 27. února 2020.  
Dostupné z:  
<https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/cs/index.jsf?page=vystup-objekt-vyhledavani&vyhltext=nezam%C4%9Bstnanost&bkvt=bmV6YW3Em3N0bmFub3N0&pvo=ZAMD004&z=T&f=TABULKA&katalog=30853&>

- Dopita, M. (2005). *Věk: stáří - role: prarodič*. In D. Sýkorová, D. Šimek D. & M. Dvořáková (eds.), *Třetí věk trojí optikou*. Acta Universitatis Olomucensis, Facultas Philosophica, Sociologica - Andragogica (33-42). Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Erikson, E. H. (2015). *Životní cyklus rozšířený a dokončený: devět věků člověka*. Praha: Portál.
- Fiala, B. (1999). *Vybrané kapitoly z andragogiky, pedagogiky a didaktiky*. Karviná: Slezská univerzita v Opavě.
- Haškovcová, H. (2010). *Fenomén stáří* (Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl). Praha: Havlíček Brain Team.
- Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Heřmanová, E., & Patočka, J. (2007). *Regionální sociologie, sociologie prostoru a prostředí II*. Praha: Oeconomica.
- Janiš, K., & Skopalová, J. (2016). *Životní styl seniorů*. Praha: Grada Publishing, a. s.
- Jung, S., & Siedlecki, K. L. (2018). *Attitude Toward Own Aging: Age Invariance and Construct Validity Across Middle-Aged, Young-Old, and Old-Old Adults*. JOURNAL OF ADULT DEVELOPMENT, 25(2), 141–149. Citováno 3. 11. 2019. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s10804-018-9283-3>
- Kohoutek, R. (2009). *Způsoby adaptace člověka*. Citováno 25. února 2020. Dostupné z: <http://rudolfkohoutek.blog.cz/0911/psychologie-psychosocialni-adaptace-cloveka>
- Kozáková, Z., & Müller, O. (2006). *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kuchařová, V. (2002). *Život ve stáří*. Praha: VÚPSV.

- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie* (2., aktualizované vydání). Praha: Grada.
- Maxwell, J. (2012). *Qualitative Research Design: An Interactive Approach*. 214-253. Citováno 16. února 2020. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/43220402\\_Qualitative\\_Research\\_Design\\_An\\_Interactive\\_Approach\\_JA\\_Maxwell/citation/download](https://www.researchgate.net/publication/43220402_Qualitative_Research_Design_An_Interactive_Approach_JA_Maxwell/citation/download)
- Miovský, M. (2009). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
- Miovský, M., & Hartnoll, R. (Eds.). (2003). *Příručka k provádění výběru metodou sněhové koule: snowball sampling*. Praha: Úřad vlády ČR.
- MPSV ČR. (2018). *Důchodové pojištění*. Citováno 7. prosince 2018. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/cs/3>
- Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada.
- Peterson, C. C. (2014). *Looking Forward Through the Lifespan: Developmental Psychology*. (6th ed). Malaysia: Pearson Australia.
- Petřková, A., & Čornaničová, R. (2004). *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Průcha, J., Veteška, J. (2012). *Andragogický slovník*. Praha: Grada Publishing, a.s.
- Příb, J. (2004). *Kdy do důchodu a za kolik?* (5. aktualizované vydání). Praha: GRADA Publishing a.s.
- Příb, J., & Voříšek V. (2004). *Důchodové předpisy s komentářem*. (3. aktualizované vydání). Olomouc: ANAG.
- Rabušic, L. (1995). *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova Univerzita v Brně, GEORGETOWN.
- Rabušic, L. (1997). *Česká společnost a senioři*. Brno: MU.
- Říčan, P. (2014). *Cesta životem: vývojová psychologie*. (3. přeprac. Vyd). Praha: Portál.

- Sak, P., & Kolesárová, K. (2012). *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing.
- Stone, R. (1984). *The Effects of Retirement on the Health Status of Older Unmarried Women*. San Francisko: Institute for health & aging.
- Svobodová, K. (2007). *Sociálně psychologické aspekty stárnutí*. In: Demografie, č. 2, s. 87-95.
- Sýkorová, D. (2007). *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON).
- Šolcová, I. (2011). *Psychosociální aspekty stárnutí 2*. Československá Psychologie, 55(2), 152-166. Citováno 24. listopadu 2018. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/867803233?accountid=16730>
- Špatenková, N. (2009). *Gerontagogika nebo andragogika?* In Andragogika. roč. XIII, č. 2, s. 4-5.
- Špatenková, N. (2010). *Univerzita třetího věku při Univerzitě Palackého v Olomouci*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Špatenková, N. (2013). *Gerontagogika*. Olomouc: Univerzita palackého v Olomouci.
- Špatenková, N., & Petřková, A. (2013). *Psychologie dospělých*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Špatenková, N., & Smékalová, L. (2015). *Edukace seniorů, Geragogika a gerontogogika*. Praha: Grada publishing, a.s.
- Štikar, J., et al. (2003). *Psychologie ve světě práce*. Praha : Karolinum.
- Švaříček, R., & Šedřová, K. a kol. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách: pravidla hry*. Praha. Portál.
- Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.

## Seznam obrázků a grafů

Obrázek 1.: Nezaměstnaní SLDB 2011; vyznačení polohy zkoumané vesnice .....	42
Obrázek 2.: Stav obyvatel k 31.12. 2018.....	44
Obrázek 3.: Pohyb obyvatel 2018 .....	44
Obrázek 4.: Schéma vztahů kategorií výzkumu .....	60
Graf 1.: Srovnání výsledků SLDB od roku 1869 do roku 2011 .....	43

## Seznam příloh

Příloha 1: Přepis rozhovoru pan První.....I