

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

BAKALÁŘSKÉ PREZENČNÍ STUDIUM

2016-2017

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Michaela Hořtová

**Příprava na stáří a odchod do důchodu z pohledu dnešní
populace středního věku ve městě Sedlčany**

Praha 2017

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Bohumír Fiala

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

BACHELOR FULL-TIME STUDIES

2016-2017

BACHELOR THESIS

Michaela Hořtová

**Preparation for old age and retirement in relation to the
current middle-aged residents from the rural town of
Sedlčany**

Prague 2017

The Bachelor Thesis Work Supervisor: PhDr. Bohumír Fiala

Prohlášení

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

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne.....

Michaela Hořtová

Poděkování

Děkuji vedoucímu práce, PhDr. Bohumírovi Fialovi, za odborné vedení, vstřícnost a trpělivost.

Anotace

Bakalářská práce se zabývá přípravou na stáří a odchodem do důchodu osob středního věku. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část má pět kapitol a vysvětluje základní pojmy – stáří, stárnutí, příprava na stáří, rodina a stáří, odchod do důchodu a aktivní život v důchodu. Pro praktickou část je zvolena kvantitativní metodologie. Data byla zjištěna prostřednictvím dotazníkového šetření, jehož výsledky byly následně analyzovány a interpretovány. Hlavním cílem bakalářské práce je zjistit, jak se lidé středního věku připravují na stáří a odchod do důchodu. Cílová skupina výzkumu jsou osoby středního věku ve městě Sedlčany.

Klíčová slova

Aktivní stáří, cílová skupina, postoj rodiny, odchod do důchodu, pozdní dospělost, příprava na stáří, společnost, stárnutí, stáří, univerzity třetího věku.

Annotation

This bachelor thesis deals with the preparation for old age and retirement for people who are currently of middle age. The work is divided into theoretical and practical areas. The theoretical part has five chapters and explains the basic concepts of age, aging, preparation for old age, family and old age, retirement, and active life in retirement. For the practical part, quantitative methodology is used. Data was collected from a questionnaire survey, and the results were subsequently analyzed and interpreted. The main aim of this thesis is to find out how middle-aged people are currently preparing for old age and retirement. The target group of the research are middle-aged people in the town of Sedlčany.

Keywords

Active old age, aging, late adulthood, old age, preparation for old age, retirement, Senior aged university students, society, the attitude of the family, the targeted group.

| | |
|---|-----------|
| ÚVOD..... | 8 |
| TEORETICKÁ ČÁST..... | 10 |
| 1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ..... | 10 |
| 2 POSTOJ RODINY KE STÁŘÍ..... | 15 |
| 3 VNÍMÁNÍ SPOLEČNOSTI KE STÁŘÍ A STÁRNUTÍ..... | 18 |
| 4 PŘÍPRAVA NA ŽIVOT V DŮCHODU..... | 20 |
| 4.1 FINANČNÍ GRAMOTNOST..... | 21 |
| 5 AKTIVNÍ ŽIVOT V DŮCHODU..... | 24 |
| 5.1 U3V..... | 25 |
| PRAKTICKÁ ČÁST..... | 27 |
| 6 VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO CÍLE..... | 27 |
| 7 HYPOTÉZY..... | 28 |
| 8 VÝZKUMNÝ VZOREK..... | 29 |
| 9 VÝZKUMNÁ METODIKA..... | 31 |
| 10 ANALÝZA DAT A OVĚŘOVÁNÍ HYPOTÉZ..... | 32 |
| 10.1 KOMPARACE PROŽÍVÁNÍ ŽIVOTA MUŽŮ A ŽEN..... | 32 |
| 10.2 IDEJE O PROŽÍVÁNÍ ŽIVOTA VE STÁŘÍ..... | 38 |
| 10.3 ODKHOD ZE ZAMĚSTNÁNÍ..... | 43 |
| 10.4 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ..... | 48 |
| ZÁVĚR..... | 54 |
| SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ..... | 56 |
| SEZNAM ZKRATEK..... | 58 |
| SEZNAM TABULEK A GRAFŮ..... | 59 |
| SEZNAM PŘÍLOH..... | 61 |

ÚVOD

Stáří je nevyhnutelnou součástí v našem životě, téma bakalářské práce se týká přípravy na stáří a odchodu do důchodu z pohledu dnešní populace středního věku. Toto téma je v současnosti čím dál více aktuální, a na tuto problematiku se často zapomíná. Téma se dostává do popředí vzhledem k přibývajícimu počtu starších osob. Stárnutí populace je jev, který spočívá ve zvyšování podílu starých lidí v populaci, příčinou je pokles porodnosti a stále se prodlužující naděje na dožití, díky stále zvyšující se kvalitě lékařské péče. Délka našeho života se prodlužuje, tento jev je dán lepšími životními podmínkami, zdravotní péčí a sociálním systémem v ČR. Ať si to připouštíme či naopak, samotné stáří není problémem individuálním, nýbrž celospolečenským. Staří lidé tvoří velmi početnou skupinu obyvatelstva, což ve svém důsledku má dopad i na ekonomiku v našem státě – zvyšuje se počet příjemců starobních důchodů. Nezanedbatelná není ani finanční částka vynaložená na zajištění zdravotní péče.

Stárnutí populace je proces, který přináší řadu otázek a témat k diskusím, které se týkají různých aspektů života stále rostoucí skupiny starších lidí. Největším úspěchem moderní doby je fakt, že se lidé dožívají stále vyššího věku, který díky moderní medicíně dokážou prožít v důstojných podmínkách. Starší lidé by neměli být považováni za skupinu populace, o kterou se musí lidé starat, ale mělo by se k nim přistupovat jako k aktivním občanům, kteří nám přinášejí zkušenosti a vyrovnanost, kteří mohou mladé generaci nabídnout zkušenosti a porozumění. Příprava na stáří, je zásadní jev a je třeba se na toto životní období postupně připravovat.

Odchod do důchodu je někdy vnímán negativně. Na jednu stranu mívá tento krok řadu dopadů na psychiku i celkovou životní situaci jedince a často je ukončení ekonomické aktivity bráno jako ztráta seberealizace a sociálních kontaktů. V neposlední řadě dochází například k výraznému snížení příjmů. Vzhledem ke všem těmto skutečnostem, které se s odchodem do důchodu a příchodem seniorského věku pojí, je velmi důležité, zda a jak se jednotlivci na příchod stáří s předstihem připraví. Na druhou stranu dochází k nárůstu množství volného času a rozšíření možností věnovat se koníčkům, zájmům, vnoučatům a dalším aktivitám, na které v předešlém období výdělečné činnosti nebylo tolik času.

Primárním cílem bakalářské práce bude zjistit, jakým způsobem se dnešní

populace ve středním věku připravuje na stáří a odchod do důchodu. Sekundárním cílem bakalářské práce bude zjistit, jaké představy a aspirace má spojené s touto životní fází.

Bakalářská práce bude dělena na dvě části, a to na teoretickou a praktickou. Teoretická část, se bude zaměřovat na základní pojmy pro pochopení zkoumané problematiky – stáří, stárnutí a pozdní stáří. Dále se bude zabývat přípravou na stáří a odchodem do důchodu. Praktická část bude zpracována na základě analýzy a interpretaci získaných dat. Pro sociologický výzkum, bude zvolena kvantitativní metodologie, jejímž nástrojem sběru dat bude dotazník. Vybranou cílovou skupinou výzkumu, budou osoby středního věku ve městě Sedlčany.

Při zpracování této práce bude vycházeno z odborné literatury, z periodik, ze studijních opor, z právních norem a internetových zdrojů.

Tato práce bude přínosem pro autorku z důvodů získání nových znalostí a zkušeností. Dále tato práce může obohatit studenty Univerzity Jana Amose Komenského v Praze, kteří by se do budoucna chtěli věnovat podobnému výzkumu.

TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Stáří a stárnutí je biologický proces, který je charakterizován tím, že je dlouhodobý, nevratný a nikdy se neopakuje, charakteristika procesu je rozdílná a ponechává trvalé následky.¹

Kvalitu života můžeme brát jako subjektivní náhled klienta na jednotlivé stránky života. Zachování vitality do vysokého věku je výsledkem několika faktorů. K těm hlavním patří genetická a vrozená dispozice, současný životní styl, prostředí, strava, vyčerpání organismu, choroby degenerativní povahy (chátrání organismu), ale i takové faktory, jako je stres a psychické poruchy.

Zmenšit vliv faktoru stáří od vlivu jiných faktorů je složité, není proto vůbec snadné určit, co je způsobeno věkovými faktory a co faktory jinými. Zatímco věk změnit nelze, jiné vlivy většinou ano.²

Otázky, které se týkají lidského života a smrti provázejí lidstvo už po několika století. Stárnutí populace je totiž záležitostí celosvětovou a nikomu se nikdy nevyhne. Stárnutí vyžaduje aktivní přístup odborníků a nacházení optimálních řešení ve všech kategoriích společenského života.

Populace starších lidí vzrůstá a tvoří heterogenní skupinu, ve které jsou jak zdraví, tak nemocní jedinci. Každý jedinec má nárok na kvalitní péči sociální, ale i zdravotní, která zachová jejich důstojnost i v tom nejvyšším věku.³ Pod pojmem stárnutí se rozumí určitý souhrn změn ve struktuře a funkcích celého organismu, které se projevují zhoršením celkové výkonnosti jedince a větší zranitelností. Tento proces je velmi individuální a každý organismus stárne jinak, tedy nerovnoměrně.⁴

Pojem stáří je vzhledem ke své individualitě a osobitosti velmi těžké vymezit. Jedna z mnoha vymezení tvrdí, že je stáří celkovým označením pozdních fází ontogeneze (individuální vývoj jedince od narození do smrti), ve kterých se projevují involuční

¹ PACOVSKÝ, V. a H. HEŘMANOVÁ. *Gerontologie*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1981. ISBN 08-044-81.

² GALVAS, Z. *K problematice kvality života TZP seniorů* [online]. © 2001 [cit. 2017-01-16]. Dostupné z: <http://www.braillnet.cz/sons/docs/tl99/01.html>

³ DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

⁴ LANGMEIER, J. a D. KREJČÍKOVÁ. *Vývojová psychologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 1998. ISBN 08-7169-195-X.

změny se zhoršováním odolnosti organismu. Dále je ve stáří snížena schopnost adaptační, a to ve smyslech biologických i psychosociálních.⁵ Pacovský tvrdí, že pokud by lidská populace měla celý život schopnosti adaptační - jako v dětství, lidé by se dožívali 700 let.⁶ Hamilton uvádí, že jednotlivé funkce se zhoršují jen nepatrně, pokud mají pracovat správně, je celkové zhoršení větší než součet úbytku jednotlivých funkcí.⁷

Člověk ve středním věku přechází do období stáří a stárnutí pozvolna. Stav stáří si člověk nejčastěji uvědomí, když přichází období tzv. „syndromu prázdného hnízda“ – což znamená osamostatnění dospělých dětí od rodičů a narození jejich dětí (vnoučat). Jedním ze zásadních posledních faktorů je odchod do důchodu. V tomto období dochází ke zhoršování aktivního životního stylu, ubývají veškeré pracovní síly, životní tempo se zpomaluje a tím nejobávanějším faktorem je zhoršení celkového zdravotního stavu. Vzhledem k opuštění zaměstnání může docházet i ke zhoršování ekonomické, nebo finanční situace. Jedna z velkých životních změn, která může nastat, je bohužel i úmrtí partnera a přátel. Lidé v důchodu postupně ztrácí své vrstevníky a posledními lidmi v jejich životech je rodina. K náročnosti situace není divu, že osoby v důchodovém věku mají často pocit zbytečnosti a neúcty, což vede k závažným psychologickým onemocněním. Senioři by měli trávit hodně času se svou rodinou a vnoučaty, protože v případě zanedbávání by to mohlo vést k úplné sociální izolaci. Případně si najít nějakého nenáročného koníčka jako například domácí mazlíček, komunikace se sousedy, vaření atp.

Stáří je důsledkem především geneticky daných podmíněných involučních procesů, které jsou upravené dalšími faktory (nemocemi, celoživotním stylem a životními podmínkami) dále se pojí s řadou významných sociálních změn (odchod dětí z domova, nebo celkové změny v sociálních rolích). Stáří je většinou vymezováno chronologicky. Dle Světové zdravotní organizace je základní označení vyššího věku následující: 45-59 let střední, nebo zralý věk, 60-74 let vyšší věk, nebo také rané stáří, 75-89 let stařecký věk a 90 let a výše dlouhověkost.⁸ Haškovcová ve svém díle uvedla, že mimořádně důležitý je věk funkční tedy (biologický, psychologický, sociální, subjektivní), který

⁵ KALVACH, Z. a A. ONDERKOVÁ. *Stáří: Pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi psychologie*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-7262-455-5.

⁶ PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

⁷ STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

⁸ KALVACH, Z. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0.

vůbec nemusí kalendářnímu věku odpovídat. Stáří a stárnutí je věcí velmi osobitou, a to z časového pohledu, rozsahu i závažnosti projevů. Každý jedinec je jedinečný, a proto stárne rozdílným tempem, jeden stárne rychleji jiný zase podstatně pomaleji.⁹

Každý jedinec se rodí s jinými dispozicemi a to, jak se bude chovat v různých situacích ve svém životě, je nejvíce ovlivňováno genetikou, životními zkušenostmi a společenským prostředím. Stáří se projevuje tělesně, psychicky a sociálně - jedná se o propojené systémy.¹⁰

K tělesným projevům ve stáří patří například tělesná výška. Tělesná výška se s věkem spíše snižuje a hmotnost s věkem stoupá, ovšem u každého jedince je to individuální.

Jedny z nejvýznamnějších změn jsou změny v celkovém držení těla (postoji) a také v chůzi, ubývá i svalová hmota a tím ubývá i na síle. Dále se mění i smyslového vnímání. Přichází k celkovému zhoršení vidění, sluchová ostrost se taktéž zhoršuje, čich i chuť klesá a to zejména u dlouholetých kuřáků.¹¹

Stárnutí může být spojeno s celkovou změnou osobnosti – změny v povaze, v uvažování, v názorech atp. U starších lidí se dostávají do popředí ty negativnější rysy osobnosti, ty které dříve na povrch tolik nevyplouvali. Může nastat, že senioři ztrácejí soudnost ke svému okolí.

Tyto sociální a psychické změny osobám ve vysokém věku adaptaci na nové prostředí vůbec neulehčují. Důležité je odlišovat negativní chování, které je zapříčiněné změnami ve stáří, od tělesných a duševních poruch. Duševní poruchy jsou pro seniory závažným onemocněním. Stáří a stárnutí je charakteristický pro úbytek duševních funkcí, podmíněný přirozenými změnami na úrovni biologické. Ubývání funkcí nastává pozvolna a v některých složkách už v produktivním věku. Je důsledkem změn v ústřední nervové soustavě, ve smyslových orgánech, v pohybovém ústrojí, v činnosti žláz a v látkové přeměně.¹²

⁹ HAŠKOVCOVÁ, H. *České ošetřovatelství*. 1. vyd. Brno: Institut pro vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2002. ISBN 80-7013-363-5.

¹⁰ VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-2170-5.

¹¹ KALVACH, Z. *Tělesné projevy stáří*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

¹² DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

Ve chvíli, kdy lidé odchází do důchodu (zasloužilého odpočinku), dochází k celkové změně situace a to ke změně společenské role – připisuje se mu role „nemít roli“. Při tomto statusu se člověk může dostat do situace závislosti. Existují dva typy řešení:

- a) Teorie aktivity - vychází z názoru, že pokud nemá starší člověk zdravotní komplikace, má zůstat po všech stránkách plně aktivní.
- b) Teorie stažení se - uvádí, že stárnoucí osoba se má včas připravovat na odchod do důchodu.¹³

Člověk se sociálně i mentálně stává starým dnem, kdy je jeho status změněn z ekonomicky produktivního na ekonomicky neproduktivní (neaktivní) osobu. Ukončením pracovního kontaktu je v dnešní hektické době stárnoucí člověk postaven před velký problém: musí totiž změnit svůj dosavadní životní styl, protože pracovní stereotyp přestává být aktuální a vzniká mnohem více volného času. S příchodem do důchodu se mění vnímání, prožívání i celkové chování.

Rizikem je odchod do důchodu, bez další perspektivy. Ke stáří patří i méně zmiňovaná smrt, která ukončuje lidské a partnerské soužití.¹⁴

Volba doby odchodu do důchodu je důležitá, ale zároveň to není volba jednoduchá. Na tuto otázku nelze odpovědět, protože situace každého občana je různá (datum důchodového věku, výše výpočtového základu, délka pojištěné doby apod.), výši důchodu ovlivňuje více faktorů, které na sebe vzájemně působí a prolínají se. Důležité je, čemu dává konkrétní jedinec přednost – pokud preferuje odklad odchodu do důchodu s tím, že pak bude mít vyšší důchod, nebo naopak dává přednost okamžité výplatě nižšího důchodu. Případně může zvolit možnost souběžné výdělečné činnosti. Další možností, která přichází v úvahu je zpětné přiznání starobního důchodu.

Důchod se přiznává bez výjimky na základě žádosti pojištěnce, a proto pouze pojištěnec určuje, od jakého dne mu má být důchod přiznán. Posun data přiznání důchodu o jediný den může výrazně ovlivnit výši starobního důchodu, proto je volba vhodného data odchodu do starobního důchodu důležitá. Životy osob v důchodovém věku jsou různorodé a nelze dát obecný návod na to, co je nejlepší a nejvýhodnější. Každý, kdo přemýšlí o odchodu do starobního důchodu, by si měl určit důchodový věk

¹³ PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

¹⁴ HOJDA, Z. *Věché stáří, nebo zralý věk moudrosti?*. 1. vyd. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1691-1

a zjistit celkovou dobu pojištění. Dále by měl pojištěnec vzít v úvahu následující skutečnosti, které výši důchodu podstatně ovlivňují.

Příb uvádí osm skutečností:

- a) Délka rozhodného období
- b) Přesná délka pojištěné doby
- c) Výše redukčních hranic
- d) Výše koeficientu u vyměřovacího základu
- e) Pravidla pro zvyšování důchodu
- f) Počet kalendářních dnů v době ode dne přiznání předčasného starobního důchodu do dosažení důchodového věku
- g) Přesná doba další výdělečné činnosti
- h) Případné další výdělečné činnosti¹⁵

¹⁵ PŘIB, J. *Kdy do důchodu a za kolik*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2399-0.

2 POSTOJ RODINY KE STÁŘÍ

Rodina je nejdůležitější společenská skupina pro každého z nás. Fungující rodina poskytuje všem členům pocit bezpečí, sounáležitosti, pochopení a vzájemnou pomoc. V rodině získáváme základní dovednosti, pravidla a hodnoty. Rodina prošla určitou přeměnou, ale hlavní funkce rodiny zůstávají zachovány. Pod pojmem rodina si představíme společenskou skupinu, která je spojena manželstvím, pokrevně či adopcí dítěte.

Dle sociologie je rodina malá neformální skupina. Je základním stavebním kamenem společnosti, má funkci biologicko-reprodukční, sociálně-ekonomickou, kulturně výchovnou, sociálně-psychologickou a emocionální. Dělí se na rodinu základní (rodiče a děti), rozšířenou (plus příbuzní), orientační (tam, kde se člověk narodil), prokreační (nová rodina vzniklá novým manželstvím), dále na úplnou a neúplnou rodinu.¹⁶

Dle Durkheima se dnešní rodina stala méně závislou na širší rodině, ale více závislou na státu, protože stát převzal některé funkce rodiny a vytvořil záchranou sociální síť, v případě ohrožení rodiny.¹⁷

V dnešní době dochází ke snížení funkce reprodukční a výchovné. Dříve se rodina skládala z rodičů a dětí. Trojgenerační rodiny se vyskytovaly výjimečně, kvůli dřívější úmrtnosti. Dřívější rodiny udržovaly kontakty s dalšími příbuznými a s blízkým okolím. Rodina měla spíše funkci ekonomickou, i sňatky byly uzavírány z majetkových důvodů. Do tehdejší rodiny patřily také služebné. Další forma byla častá ve vyšších vrstvách, kde vysokou autoritou rodiny byl otec. Začal být kladen důraz na mateřskou lásku. Třetí forma se začala objevovat v 19. století, je spojená se svobodnou volbou partnera, s citovými vazbami a s potřebou soukromí. Největší podíl na změně rodiny měla průmyslová revoluce. Mladá generace se stěhovala za prací a staří rodiče zůstali sami. Moderní rodina se vyznačuje rovnoprávností, odkládáním sňatků a častým výskytem svobodných matek.

¹⁶ SOBOTKOVÁ, I. *Psychologie rodiny*. 3. vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0217-2.

¹⁷ DURKHEIM, E. *Sociologie a filozofie*. 1. vyd. Praha: Slon, 1999. ISBN 80-85850-57-5.

Prioritou dnešní moderní doby se pro spousty lidí stalo budování kariéry, finanční úspěšnost a úspěchů osobních (škola, vysoké pracovní pozice). Někde vzadu stojí fakt, že člověk původně žil pro rodinu – reprodukci lidstva. Dříve bylo bytí viděno hlavně se svými přáteli a rodinou, což v dnešní době není. V současné době se ztrácí empatie a snaha pochopit druhé lidi, bez osobních prospěchů. Dnešní populace všechno bere jen k rychlé spotřebě, možnosti mobilů, PC, televize a rozhlasů nám odebírají možnosti přímého kontaktu s lidmi. Babičky a dědečkové mají čím dál tím menší tendence předávat své zkušenosti mladším generacím. Mizí veškerá sebedůvěra a chuť žít život naplno a zbytek života si náležitě užít. Senioři se v dnešní chaotické době cítí ohroženi, protože dnešní doba je úplně jiná, než na kterou byli zvyklí. Starší lidé nechápou, proč všechny změny nastaly a myslí si, že těchto změn nebylo třeba.

Co zůstává pravdou, že vztahy dnes a dříve se velmi změnili a to zejména k horšímu, co se týče slušnosti společnosti, ochoty pomáhat druhým lidem a loajálnosti.¹⁸

Předpokladem pro správně fungující soužití vícegeneračních rodin je místo k bydlení, vzájemná spolupráce mezi všemi členy rodiny, empatie a pochopení druhého člověka, shovívavost, pozitivní přístup k pečování o druhé, umět dobře komunikovat a mít aktivizační schopnosti. Důležitá je podpora státu, tzn. hlavně podpora celého sociálního systému nejvíce sociálních služeb a dobré platové podmínky pro pečující osoby, které zlepší celkovou funkci domácnosti. Zájem rodiny pečovat o členy rodiny se odvíjí od výchovy a nastavení rodinných zvyků či rodinných vztahů. Dále se zájem odvíjí od potřeby finančních prostředků, k péči o rodinu potřebujeme finance, protože pouhé příspěvky státu by nám na celkové žití nevystačili, musíme vydělávat v zaměstnání, abychom k příspěvku měli i patřičnou výplatu. Potřeba podpory od státu tedy hraje významnou roli.

Existují samozřejmě důchody, příspěvek na péči, pozůstalostní důchody apod. Nesmí se zapomínat, že senior může mít také své zájmy a nenahrazuje funkci rodiče, je dědečkem nebo babičkou. Na výchově dětí se pouze podílí a na celém chodu

¹⁸ DLABATOVÁ, I. a D. KLEVETOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

domácnosti taktéž. Prarodiče mohou předávat své zkušenosti vnoučatům a vnoučata mohou zase předávat zkušenosti babičkám a dědečkům. Například pomocí elektronických prostředků jako jsou mobilní telefony, moderní televize, počítače a internet. Fungující rodina si zkušenosti a poznatky vzájemně předává a všichni by si měli být navzájem prospěšní.¹⁹

Starý člověk má v rodině vždy svou úlohu. Očekává zájem o svou osobu a naopak se zajímá o problémy rodiny i ve velmi vysokém věku. Rodinné a příbuzenské vztahy si i v moderní společnosti uchovávají svůj význam po celé lidské žití, a to přesto, že se vztahy mezi generacemi podstatně změnily. V nějakých případech i v současné rodině zůstávají emoční pouta, která přetrvávají i po tom, co si děti založí vlastní rodinu.

Někteří sociologové mluví o „*vnitřní blízkosti při vnější distanci*“ nebo o „*modifikované rodinné integraci*.“ Zdravý a soběstačný starý člověk se v rodině podílí na tzv. mezigenerační výměnné službě a nebývá ani problémem v tom, když potřebuje jednorázovou nebo intermitentní pomoc mladších členů rodiny.²⁰

Můžeme tedy říct, že ve stáří hraje rodina opravdu výraznou roli. Představuje místo pro sociální integraci starých lidí. Musíme usilovat o silné vazby mezi prarodiči, rodiči a dětmi. Rodinné a citové vazby jsou ze společenského hlediska ty nejsilnější a hrají důležitou roli.

Měla by fungovat mezigenerační solidarita, vzájemná pomoc a spolupráce. Narozené dítě očekává každodenní péči o svou osobu stejně tak osoby v důchodovém věku očekávají péči od jejich dětí.²¹

¹⁹ VALERIÁNOVÁ, T. *Rodina a její význam pro seniory*. Zlín, 2010. Bakalářská práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Ústav ošetrovatelství. Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Zlatica Dorková, Ph.D.

²⁰ PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990, s. 52-54. ISBN 80-201-0076-8.

²¹ ODMATURUJ. *Stáří: Psychologické aspekty stáří* [online]. © 2012 [cit. 2017-01-28]. Dostupné z: <https://www.odmaturuj.cz/psychologie/stari/>

3 VNÍMÁNÍ SPOLEČNOSTI KE STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Téma mezigeneračních vztahů je v dnešní době aktuálnější než kdy jindy vzhledem k proměnám demografické struktury obyvatelstva. Lidé se dožívají vyššího věku a starších lidí přibývá. Zároveň jsou díky pokrokům v medicíně a změnám v životním stylu zdravější a aktivnější. Přesto se nezdá, že by společnost upouštěla od stereotypních představ o seniorech. Naopak média často mluví o vztazích mezi generacemi v termínech jako mezigenerační konflikt, nebo dokonce válka generací, zejména s důrazem na projevy znevažování a diskriminace seniorů mladými lidmi.

Fakt, že se starší lidé netěší vysokého společenského statusu a uznání mladších, byl empiricky doložen v několika výzkumech v České republice i v zahraničí. Z výzkumu European Social Survey z roku 2009 vyplývá, že téměř 70 % Čechů starších šedesáti let mělo v posledním roce zkušenost s projevy nedostatku respektu, nebo se špatným chováním druhých kvůli jejich věku.²²

Říká se, že člověk na konci života lituje věci, které neudělal a mohl udělat, než těch které udělal. Každý by měl být na konci života hrdý právě na věci, které se mu podařilo udělat. Lidé v dnešní době podceňují situaci, která se týká finanční přípravy na život ve stáří. Každý jednou přijde o svůj pravidelný příjem z výdělečné činnosti a v tu chvíli má příjem nahrazovat příjem z aktiv, která si v produktivním věku vybudovali. Ve skutečnosti je to pochopitelně jinak. Společnost je nastavená tak, že se lidé zabývají věcmi, které zpravidla moc ovlivnit nejdou a s velkým nasazením je řeší. Naopak, situace, které člověk ovlivnit může, nechává v ústraní a neřeší je. Nejtypičtějším příkladem je právě příprava na důchod.

Velkým tématem v poslední době je důchodová reforma, která vyvolává diskuse o tom, jak bude stát pomalu přenášet břemeno odpovědnosti na samotné občany a tím je učiní zodpovědnými za svou životní úroveň ve stáří. Lidé si budou klást otázky typu: jak je možné, že nedostanu pořádné peníze, když celý život tvrdě pracuji? Stát na to nebude mít finanční prostředky, na druhé straně vlastní přípravu na život v důchodu, kterou mají občané plně ve svých rukou, (soukromé spoření občanů), příliš neřeší. Nevidí v tom žádný smysl a je jim líto vynaložených prostředků, které přece daleko lépe

²² TRUSINOVÁ, M. *Stáří mladýma očima: zdroje nevraživosti mladých k seniorům*. Praha, 2013. Školní článek. Fakulta sociálních věd Univerzity Karlovy. Dostupné z: <http://www.antropoweb.cz/cs/stari-mladyma-ocima-zdroje-nevrazivosti-mladych-k-seniorum>

splní svůj účel v nákupu spotřebních věcí, nejlépe na splátky s vysokým úrokovým zatížením. Následně to ale přijde. Pravidelný příjem zmizí a s ním i většina jistot, které si člověk za celý život pracně vybudoval. Teď, když má čas pro sebe, své koníčky, rodinu, cestování a jiné věci, na které se tak těšil, nemá finanční prostředky, aby svá přání a cíle splnil. V tu chvíli je každému jasné, kde udělal chybu. Ve většině případů je už příliš pozdě.²³

Dnešní složitá komunikace mezi generacemi, hektická doba a pohodlnost dnešní populace, daly vzniknout mnoha předsudkům a falešným představám o stáří a seniorech.

Můžou to být maličkosti, ale někdy také ne. Není ale pochyb o tom, že v české společnosti žije mnoho lidí vyššího věku, kteří na vlastní kůži pocítili ústrk ze strany těch mladších a silnějších. Někdy je to obyčejná lidská hloupost, někdy ale chyba celého systému.²⁴

²³ SIMAICHL, Z. *Příprava na stáří a finanční gramotnost* [online]. © 2009 [cit. 2017-01-28]. Dostupné z: <http://www.simaichl.cz/?p=28>

²⁴ SPVG. *Společnost přátelská všem generacím* [online]. © 2015 [cit. 2017-01-28]. Dostupné z: <http://www.spvg.cz/>

4 PŘÍPRAVA NA ŽIVOT V DŮCHODU

Všichni si uvědomují, že dřív, nebo později zestárne každý z nás. Každý si je této skutečnosti vědomí, ale skoro nikdo se na období v důchodu nepřipraví. Problematikou nepřipravenosti na stáří se zabývá oblast gerontologie. Můžeme ji definovat jako teorie výchovy a vzdělávání ke stáří.

Přípravu na stáří dělíme na dlouhodobou (spočívá v celoživotní přípravě), střednědobou (ta nastupuje asi od 45 let věku) a krátkodobou (ta trvá 2 – 3 roky před odchodem do důchodu). Zhruba okolo 45 – 55 let, tedy v produktivním (středním) věku se rozhoduje o tom, jaké stáří bude daná osoba prožívat. Celkovou kvalitu života a prožívání stáří nám ovlivňuje celý život. Stáří ovlivňují úspěchy v zaměstnání i v osobním životě, celoživotní styl i zdravotní problémy, které lidé prožívají již ve věku produktivním. Pro většinu populace v produktivním věku je jedním z hlavních smyslů života - zaměstnání. Proto, je pro člověka odchod do penze jedno z největších psychických traumat v životě, na které v pozdějších letech můžou navazovat i jiná psychická onemocnění.²⁵

Příprava na stáří a odchod do důchodu je potřeba brát jako součást přirozeného života, přijímat podmínky, které stát svým občanům umožňuje a v post ekonomické fázi života a snažit se je vlastní aktivitou ovlivňovat. Nejdůležitější je být připraven hlavně po stránce finanční (ekonomické).

Lidé by měli brát na vědomí možnosti o připojištění v nejrůznějších penzijních fondech, v zaměstnání i mimo něj si budovat a utužovat přátelské vztahy a již v produktivním (středním) věku si hledat vhodné koníčky, které můžou život a volný čas v důchodu naplňovat.²⁶

Pro kvalitní život v důchodu a ve vysokém věku je zásadní vytvořit si zábavu pro volný čas. Aktivní životní styl v post ekonomické fázi života je nejvhodnější prevencí proti psychickým chorobám a vlastní nesoběstačnosti. Utužování a navazování nových vztahů, setkávání s dlouholetými přáteli, prohlubování vztahů se svou rodinou má velký

²⁵ KALVACH, Z., H. ZAVÁZALOVÁ, R. JIRÁK, Z. ZADÁK a P. SUCHARDA. *Geriatric a gerontologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

²⁶ DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

vliv na prožívání kvalitního života ve stáří. Mnoho upozornění, rad a doporučení jak prožít kvalitní život ve stáří odpovídá obecným pravidlům duševní hygieny. Senioři by měli udržovat aktivní životní styl (procházky, výlety atp.), správně relaxovat a odpočívat, správně si nastavit životní program tak, aby zahrnoval fyzickou i duševní aktivitu, bojovat o začleňování, posilovat zmíněné pozitivní přátelské vztahy a hledat i nové přátelské kontakty.

Snaha o aktivní nasazení osob musí vždy plně respektovat individuální možnosti a schopnosti každého člověka. Důležité je pomoci každému jedinci najít motivaci pro vytvoření krátkodobých a dlouhodobých cílů. Posilovat sebeúctu a umožňovat prožít zážitky úspěchu. Kterákoliv aktivita, jak sociální, fyzická či psychická dává lidem ve stáří smysl a pocit naplnění.²⁷

S odchodem ze zaměstnání se mění celkové chování, vnímání, i prožívání osob. Radost nad uvolněním z každodenní celoživotní povinnosti je velmi rychle vystřídána za volný čas. Pokud si lidé nevytvoří zmiňované potřebné koníčky v produktivním věku, kterým se můžou ve stáří věnovat, nastává problém s využitím volného času.

Stáří může být velmi různorodé. Osoby v post ekonomické fázi života jsou rozdílné a to jak ve zdravotním stavu, tak ve fyzickém stavu. Každý má různé zájmy, hodnoty, rodinnou situaci, životní zkušenosti, finanční možnosti a bytové podmínky. Hledání nových možností a zkušeností je o to důležitější. Potřeby ve stáří se pořád mění a vyvíjí. Ve světě se objevují stále nové technologie, pomůcky pro osoby v této životní fázi, ale i nabízené služby.²⁸

4.1 FINANČNÍ GRAMOTNOST

Říká se, že ten kdo se na stáří připravuje předem má později vystaráno, alespoň co se týče finančních prostředků. Zkusme si představit situaci, že je nám o 40 let víc, než právě je. Pro jednoho to znamená produktivní ekonomicky aktivní věk, ale pro druhé dobu odchodu do důchodu. Jak je asi každému známo, tak dnešním seniorům není moc co závidět, důchody jsou malé a ceny na trhu vysoké. Nemělo by spíše platit, že když budeme celoživotně pravidelně pracovat a platit sociální pojištění, stát se o nás ve stáří

²⁷ LANGMEIER, J. a D. KREJČÍKOVÁ. *Vývojová psychologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2006. ISBN 978-80247-1284-0.

²⁸ DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

postará? Mělo a taky to v našem státě platí. Ovšem pod pojmem postarání si každý představuje rozdílně a především má jinou představu osoba v důchodovém věku a jinou představu má stát. Stát má představu jako přesně vypočítaný příspěvek, který vystačí na pokrytí základních životních potřeb (základní stravování, ošacení). Bohužel pravda je taková, že ve skutečném životě státem stanovený důchod někdy nevystačí ani na ty nejnnutnější věci. Těžko se ale senioři dočkají toho, že se stát umoudří a o své seniory se postará lépe. Senioři to mají v dnešní době opravdu velmi těžké, proto bychom jim měli pomáhat, jak nejlíp můžeme.

Velká část odpovědnosti za to, jak se budeme mít v důchodovém věku, je pouze na nás. Můžeme se na to dívat i tak, že stát za nás nevybírání rodinu, počet dětí, potřeby, chutě, životní styl, práci, bydlení atp. To všechno si hledáme, zařizujeme a budujeme sami. Podobně tak jako plány na svůj život v důchodu.²⁹

Pokud je člověk aktivní a hledá inspiraci v novinových člancích, časopisech, na internetu, nebo v literatuře získá spoustu informací, tipů a rad. Lidé musí číst pouze kvalitní články, protože někdy dochází k zjednodušování informací. Správná rada neexistuje, protože každý jsme jiný, máme jiné představy a jiné očekávání, jiné priority, zázemí i možnosti. Každý z nás by si měl na stáří spořit celý život.

Pár obecných rad a doporučení se ale určitě vyplatí znát.

1. státní důchod - státem vyplácený starobní důchod představuje nejslabší „nohu“ penzijních financí, (např. v roce 2016 byl průměrný státní důchod 11 400 Kč měsíčně, což je podstatně nižší částka ve srovnání s naší současnou mzdou)
2. dávky vyplácené penzijní společnostmi v návaznosti na platnou zákonnou úpravu penzijního spoření (v dnešní době můžeme takto spořit jen v původním třetím pilíři, dříve - doplňkové penzijní spoření) a možnosti, které v této oblasti využíváme, by měl představovat „prostřední nohu“ našich penzijních financí;
3. soukromé úspory a jiný příjem z našeho majetku – tady by se měly objevit peníze dlouhodobě nashromážděné v rámci osobního finančního plánu (např. cenné papíry, majetek, příjem z pronájmu nemovitosti atp.)

Všechny tři složky dohromady by měli být ku pomoci udržet životní standard tak, aby v okamžiku odchodu do starobního důchodu nedošlo k náhlému propadu na sociální

²⁹ FINANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ. *Kdy začít myslet na penzi?* [online]. © 2016 [cit. 2017-01-29]. Dostupné z: <http://www.financnivzdelavani.cz/jak-na-to/zajisteni-na-stari/kdy-zacit-myslet-na-penzi2>

dno. Pokud si chceme stáří užívat a neomezovat se, potřebujeme asi 70 – 80 % měsíčního příjmu, který jsme před odchodem do důchodu vydělávali.³⁰

³⁰ FINANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ. *Kolik peněz budeme v penzi potřebovat?* [online]. © 2016 [cit. 2017-01-29]. Dostupné z: <http://www.financnivzdelavani.cz/jak-na-to/zajisteni-na-stari/kolik-penez-budeme-v-penzi-potrebovat>

5 AKTIVNÍ ŽIVOT V DŮCHODU

Pojem aktivní stárnutí byl přijat Světovou zdravotnickou organizací koncem 90. let. Jedná se o termín, který je širší než samotné zdravé stárnutí, protože se netýká jen zdraví a péče o zdraví. Termín aktivního stárnutí vyšel ze základních zásad Organizace spojených národů pro staré občany (seniory), které můžeme nazývat následovně: nezávislost, účast na životě společnosti, péče, důstojnost a seberealizace. V aktivním stárnutí je zahrnuto také respektování práva seniorů na rovnost příležitostí, jejich zodpovědnost, účast na politických rozhodováních a ostatních aspektech komunitního života. Koncept aktivního stárnutí respektuje, že lidé v post produktivním věku nejsou stejnorodou skupinou a že tato rozmanitost s věkem stoupá. Velmi důležitým aspektem ve stoupajícím věku obyvatel, je vytvořit prostředí, které umožňuje samostatný život. Světová zdravotnická organizace uvádí tyto příklady: vytvoření bezbariérových pracovních míst, flexibilní pracovní dobu pro osoby ve vyšším věku, částečné pracovní úvazky, modifikované pracovní prostředí, a to jak ve veřejném, tak i soukromém sektoru, lepší bezpečnost na ulicích, bezpečnější chodníky, dostupnější veřejné toalety, lepší dopravní označení, více světelných značení na přechodech, které bude respektovat skutečnost, že starší lidé potřebují více času na přejítí silnice, pohybové programy pro seniory, které přispějí ke zlepšení mobility, rekonvalescenci, zachování svalové síly, celoživotní vzdělávací programy (univerzity třetího věku), dostatečné zabezpečení kompenzačními pomůckami v případě smyslových poruch, bezbariérový přístup ve zdravotnických zařízeních a možnost účasti na rehabilitačních programech. Není přesně dané, že se člověk ve stáří musí vzdát aktivit, kterým se věnoval v mládí, pokud mu v tom nebrání závažná nemoc či snížená soběstačnost.³¹

Důležité je, aby lidé v seniorských letech nacházeli smysl života. Zachování soběstačnosti a nezávislosti jedinců ve stárnoucí populaci by mělo být cílem nejen seniora samotného, ale také politiků a veřejných činitelů. Lidé stárnou ve společnosti své rodiny, přátel, nebo sousedů Tyto mezilidské vztahy jsou pro aktivní stárnutí velmi důležité. Kvalita života člověka, závisí na tom, jak se během svého života vyrovnal s možnými negativními zkušenostmi a jak se k němu chová mladší generace.

³¹ DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

5.1 U3V

Představa o tom, že vzdělávání je pouze pro děti, už dávno není pravdou. Výchova a hlavně vzdělávání je dnes bráno jako proces celoživotní.³²

Univerzita třetího věku je jedna ze součástí celoživotního vzdělávání starších lidí. Základní charakteristika tohoto vzdělávání spočívá v tom, že poskytuje seniorům vzdělání na nejvyšší možné úrovni.

Studium je určeno pro osobní rozvoj a studenti na univerzitách nezískávají žádný titul. 20. století je charakteristické tím, že senioři ve většině případů vedou kvalitní životy. Z toho plyne požadavek této skupiny lidí na další sociální a kulturní vzdělávání v zájmu udržení fyzické, a hlavně intelektuální formy. Roku 1973 ve Francii byla založena první univerzita třetího věku. Tuto univerzitu třetího věku založil tehdejší profesor práv a ekonomických věd P. Vellas. Jeho cílem bylo vytvořit vzdělávací příležitosti pro seniory a nabídnout jim takový program, který by odpovídal jejich potřebám. Poté se nápad univerzit třetího věku rychle rozšířil po celém světě. V ČR univerzity třetího věku začínají fungovat od roku 1986. První kurzy pro osoby v post ekonomické fázi života vedla Karlova univerzita, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích či Univerzita Palackého v Olomouci. Roku 1992, se otevírají další možnosti navázat kontakty s podobnými organizacemi i v zahraničí. Rok 2000 přináší další velkou změnu v systému vzdělávání starých občanů, kdy technicky zaměřené vysoké školy otevírají kurzy z oblastí moderních technologií. Kvalitní aktivní život seniorů vyžaduje spojení se současnou společností. To znamená, že ten, kdo se chce účastnit společenského života, se musí naučit ovládat současné technologie (PC, mobilní telefony, dopravní systémy atd.). Lidé, kteří jsou ve věku šedesát let, tyto technologie za svého mladšího věku nepoznali. Vzdělávání na U3V proto není jen o rozšiřování vědomostí, znalostí a dovedností, ale o celkovém zlepšení kvality života v současné době.³³

Hlavními cíli univerzit třetího věku je obeznámit seniory s vědeckými poznatky, prohlubovat jejich sebepoznání, pomoci jim získat nadhled a tím ulehčovat jejich přizpůsobování a orientaci ve stále se vyspívajícím světě. Potvrzuje se, že vzdělání

³² MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova Univerzita. ISBN 80-86633-62-4.

³³ DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

v průběhu dospělosti i v seniorském věku ovlivňuje kvalitu života ve stáří. Pro seniory je důležité, aby se pravidelně setkávali s mladší generací a vyměňovali si různé zkušenosti a dovednosti. Můžeme to nazvat jako sociálně psychologický aspekt vzdělávání seniorů, kdy je důležité seniory začleňovat do běžného života. Začleňováním do běžného života se uchovává kvalita života. Významnou roli v U3V jsou možnosti sociálních kontaktů s podobně starými lidmi. Senioři mohou navazovat nové přátelství, překonávat pocit osamění, ztrácí se pocit nepotřebnosti, zpomaluje se proces stárnutí, udržují se v celkové psychické pohodě a kvalitně vyplňují svůj volný čas.

Programy na univerzitách jsou koncipovány tak, aby pomáhaly seniorům orientovat se ve změnách ve společnosti a přizpůsobovat se životu v dnešní době. Studium pro seniory je jeden ze způsobů, jak podávat seniorům nové informace o celkovém dění ve světě. Studium lze i pozastavit či zpomalit příchod nemocí a to jak fyzických, tak psychických, které bohužel se stářím souvisí.³⁴

Můžeme říct, že univerzita třetího věku je specifická forma vzdělávání dospělých, určená pro vzdělávání lidí v seniorských letech. Ve většině případů probíhá ve formě přednášek, vyučují tam vysokoškolští odborníci a neudělují se žádné tituly.³⁵

Vzdělávání slouží pro aktivní život ve stáří.

³⁴ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova Univerzita. ISBN 80-86633-62-4.

³⁵ PRŮCHA, J. *Pedagogický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-772-8.

PRAKTICKÁ ČÁST

6 VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO CÍLE

V předchozí – teoretické části jsem se zabývala stářím, stárnutím, přípravou na stáří, přístupem rodiny k samotnému stáří, odchodem do důchodu a aktivním životem v důchodu. Zaměřila jsem se na projevy stáří a stárnutí, jak je v dnešní době možné se na stáří připravit, jak přistupuje rodina ke starým lidem a co jsou například univerzity třetího věku. Dále bylo v teoretické části vyličen, jak mohou staří lidé prožít aktivitní život v důchodu. V této části práce jsem vycházela především z naučné a odborné literatury, z internetových zdrojů a z diplomových prací. Ve druhé, praktické části budu porovnávat názory žen a mužů na období, které se týká života v důchodu. Budu zkoumat, jak se osoby ve středním věku života připravují na post-ekonomickou fázi života a co od tohoto životního období očekávají. Budu se snažit zmapovat celkovou situaci o osobách v produktivním věku a osvětlovat jejich aktuální stav. Zaměřím se na to, zda by osoby ve středním věku života chtěli zůstat stále výdělečně činnými osobami či naopak a jak berou celkový pohled na stáří jako takové.

7 HYPOTÉZY

Na základě provedeného výzkumu měly být potvrzeny či vyvráceny následující předem stanovené hypotézy:

Hypotéza č. 1: Ve středním (produktivním) věku se pohled na život v důchodu u mužů a žen neliší.

Hypotéza č. 2: Osoby v produktivním věku života mají pozitivní ideje o prožívání života v důchodu: více aktivního životního stylu, zpomalení životního tempa, mnohem více volného času na cestování a koníčky, více času pro vnoučata.

Hypotéza č. 3: Osoby ve starším středním věku si přejí, být co nejdéle stále výdělečně činnými osobami.

Hypotéza č. 4: Čím mají osoby v produktivním věku nižší příjmy, tím mají větší tendence smluvně se zajišťovat na stáří.

Hypotézy byly sestaveny na základě psaní teoretické části práce a na základě mé celkové zvědavosti, která se týká problematiky stáří. Absolvovala jsem praxi na oddělení dlouhodobě nemocných a zajímal mě celkový přístup lidí ke stáří. Na této praxi jsem bohužel neměla možnost s lidmi diskutovat o prožívání stáří, protože zde jsou většinou lidé umírající, ale celkově mě toto téma zajímalo, a proto jsem si ho zvolila. Dle mého názoru, se lidé v dnešní době tzv. honí za prací a na život v důchodu ve většině případů zapomínají. Stejně jako se zapomíná na rodinné (mezigenerační) vztahy, o kterých jsem se v teoretické části práce zmiňovala. Domnívám se, že je to škoda, protože prožívání života v důchodu je vlastně tím nejdůležitějším aspektem ve stáří. Prožívání života ve stáří je poslední velkou životní etapou a bylo by potřeba, aby lidé tuto životní etapu prožívali co nejdůstojněji. Prožitek má totiž celkový vliv na příchod psychických i fyzických nemocí, pokud jsou lidé v celkové psychické, fyzické a sociální pohodě nemoc se nemusí projevit. Pokud je osoba každodenně zaměstnaná a má nějaký plán, nemá možnost přemýšlet o negativních věcech a to má celkový dopad na lidskou psychiku. Na druhé straně, pokud osoby v důchodu nemají zažité koníčky, plány a aktivizaci často o negativních věcech přemýšlí a to vede k onemocnění. Čím více se lidé něčím negativním zabývají, tím se to stále více zhoršuje. Zajímalo mě, jak to opravdu osoby ve starším středním věku v dnešní době vidí.

8 VÝZKUMNÝ VZOREK

Následující kapitola obsahuje demografické rozložení respondentů dle jednotlivých ukazatelů (pohlaví, starší střední věk, počet dětí a vzdělání). Dotazovaných mužů bylo 24 (48 %) a dotazovaných žen 26 (52 %). Nejvíce dotazovaných respondentů bylo ve věku 45 - 50 let (64 %) a nejméně ve věku 60 - 65 let (0 %). Poměrná většina respondentů (70 %) má dvě děti. Dotazovaní mají v (54 %) nejvyšší dosažené vzdělání SOŠ, na druhé straně vystudovanou VŠ má deset respondentů (20 %).

Tabulka 1: Rozdělení respondentů dle pohlaví

| Pohlaví | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|---------------|-------------------|-------------------|
| Muž | 24 | 48% |
| Žena | 26 | 52% |
| Celkem | 50 | 100% |

Tabulka 2: Rozdělení respondentů dle staršího středního věku

| Věk | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|---------------|-------------------|-------------------|
| 45 – 50 | 32 | 64% |
| 50 – 55 | 11 | 22% |
| 55 – 60 | 7 | 14% |
| 60 – 64 | 0 | 0% |
| Celkem | 50 | 100% |

Tabulka 3: Rozdělení respondentů dle toho, kolik mají dětí

| Počet dětí | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|---------------|-------------------|-------------------|
| 1 | 9 | 18% |
| 2 | 35 | 70% |
| 3 | 6 | 12% |
| Více než 3 | 0 | 0% |
| Celkem | 50 | 100% |

Tabulka 4: Rozdělení respondentů dle nejvyššího dosaženého vzdělání

| Dosažené vzdělání | Absolutní četnost | Relativní četnost |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| ZŠ | 0 | 0% |
| SOU | 11 | 22% |
| SOŠ | 27 | 54% |
| Gymnázium | 2 | 4% |
| VŠ | 10 | 20% |
| Celkem | 50 | 100% |

Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)³⁶

³⁶ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

9 VÝZKUMNÁ METODIKA

Pro empirický výzkum byl zvolen kvantitativní výzkum, nástrojem sběru dat byl dotazník, který obsahoval 18 otázek. Tato metoda byla zvolena nejen proto, že pomocí dotazníku se mohou získávat poměrně jednoduché a snadno statisticky zpracovatelné údaje od většího počtu jedinců, ale také proto, že dotazník je známá metoda sběru dat, kterou už respondenti znají, což má vliv na jejich ochotu ho vyplnit.³⁷ Do dotazníku byly použity především otázky týkající se přípravy na stáří, vnímání pocitů vůči důchodovému věku a jaký mají respondenti pohled na aktivní život v důchodu. Použity byly především uzavřené otázky. Sběr dat probíhal od 16. 1. 2017 do 10. 2. 2017, přičemž výběrovým souborem respondentů byli náhodně vybrané osoby středního věku ze Sedlčan. Poté byla provedena komparace mezi jednotlivými odpověďmi na otázky, kvůli zjištění, jakým způsobem uvažuje na jedné straně ženská populace a na druhé straně populace mužská. Dotazníky byly rozdány mezi 55 vybraných respondentů. Konečný výběrový soubor tvoří 50 správně vyplněných dotazníků, z toho 26 od ženské populace a 24 od mužské populace.

³⁷ HANZL, D. *Metody a techniky sociálního výzkumu*. 1. vyd. Třebíč: Amaprint-Kerndl, 2012. ISBN 978-80-87710-01-2.

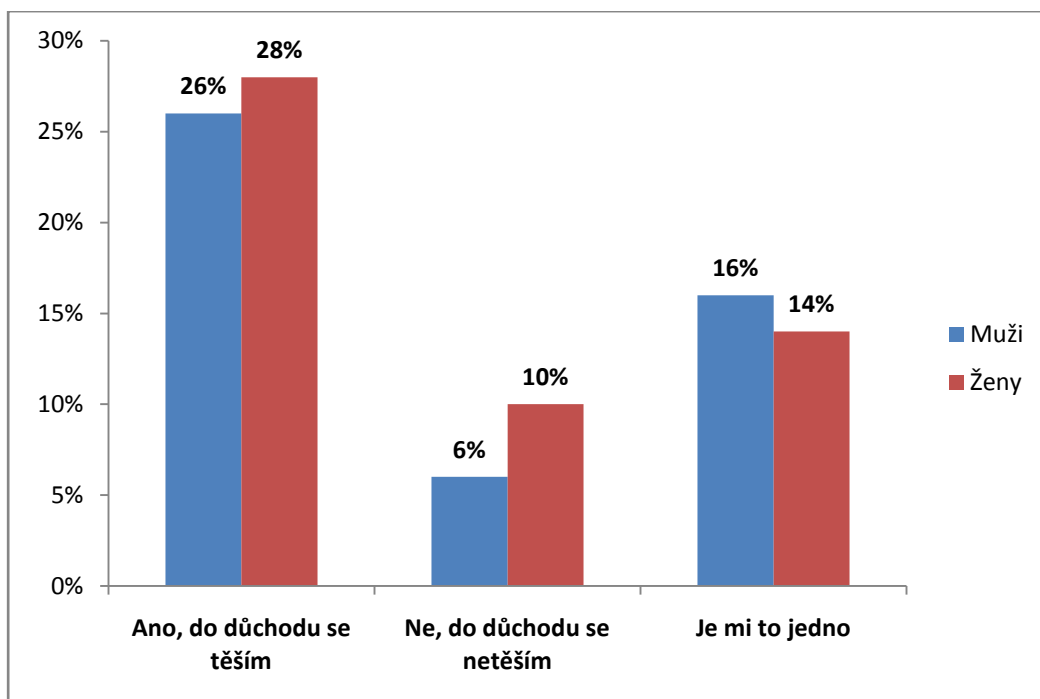
10 ANALÝZA DAT A OVĚŘOVÁNÍ HYPOTÉZ

10.1 KOMPARACE PROŽÍVÁNÍ ŽIVOTA MUŽŮ A ŽEN

První z hypotéz, která měla být provedeným výzkumem potvrzena, nebo vyvrácena, je tvrzení, že ve středním (produktivním) věku se pohled na život v důchodu u mužů a žen neliší.

Muži a ženy jsou dva rozdílné „světy“, které mají v určitých ohledech rozdílné vnímání, rozdílné potřeby, rozdílné představy a očekávání od života. Jelikož jsme dva rozdílné světy je potřeba spolu aktivně komunikovat a dorozumívat se. Pokud lidé nekomunikují, vzniká velké riziko konfliktů. Následné konflikty a nedorozumění vyplývají z toho, že se k sobě muži a ženy chovají podle toho, co chtějí a potřebují oni sami. Hlavním hlediskem bylo tudíž zjistit, zda mají naši respondenti odlišné, nebo stejné očekávání od života v důchodovém věku. Zda vnímají svůj život naplněně, jestli jsou mezi mužskou a ženskou populací výrazné rozdíly ve vzdělání. Dále byli respondenti v dotazníkovém šetření požádáni o vyjádření se k několika výroky, a to pomocí škály od 1 do 5, kdy 1 znamenala nejdůležitější hodnotu a 5 naopak nejméně důležitou hodnotu. Respondenti uvedené výroky známkovali jako ve škole od jedné až do pěti. Výroky se vztahovaly k rodině, aktivnímu stáří, spokojenému manželství, investice do majetku, poklidného života v důchodu, přátelům, dalšímu sebevzdělávání a ke zdraví. Z rozboru dat bylo zjištěno, že naši respondenti situaci vnímají podobně. Nebyl zaznamenán zásadní rozdíl mezi mužskou a ženskou populací. Možnost ano, do důchodu se těším, uvedlo 26 % mužské populace, pouze 6 % uvedlo, že se do důchodu netěší a 16 % respondentů mužské populace uvedlo, že jím je to jedno. Podíváme-li se na ženskou populaci, tak 28 % žen uvedlo, že se do důchodu těší, 10 % žen uvedlo, že se do důchodu netěší a 14 % ženské populace uvedlo, že jím je to jedno. V následujícím grafu je uvedeno vnímání situace mužské a ženské populace. Uvedená data ukazuje graf č. 1.

Graf 1: Komparace pohledu na důchod u mužů a žen

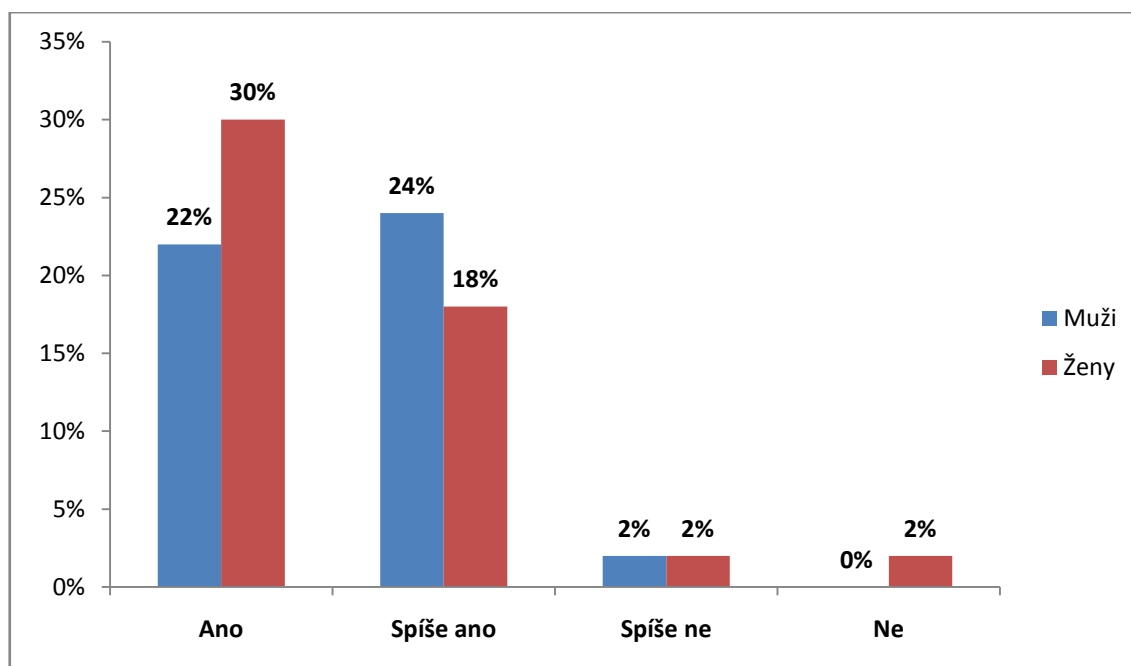


Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)³⁸

Dále bylo zjišťováno, jak respondenti vnímají svůj současně prožívaný život. Zda život vnímají naplněně, nebo naopak. Respondenti na otázku pozitivně odpověděli v 94 %. Pouze 6 % respondentů uvedlo, že je jejich život nenaplněný. Otázka byla rozdělena na čtyři odpovědi první a druhá odpověď zněla ano a spíše ano. Další dvě odpovědi zněly spíše ne a ne. Konkrétně na první odpověď odpovědělo 52 % respondentů, z toho 22 % mužské populace a 30 % ženské populace. Na druhou odpověď, která zněla spíše ano, tudíž také pozitivně odpovědělo 42 % respondentů, z toho 24 % mužské populace a 18 % ženské populace. Třetí odpověď byla uvedena pouze od dvou respondentů (4 %) a to od jednoho muže a od jedné ženy. Čtvrtá odpověď, která zněla ne, uvedla pouze jedna žena (2 %). Uvedená data ukazuje graf č. 2.

³⁸ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Graf 2: Vnímají respondenti svůj život naplněně?

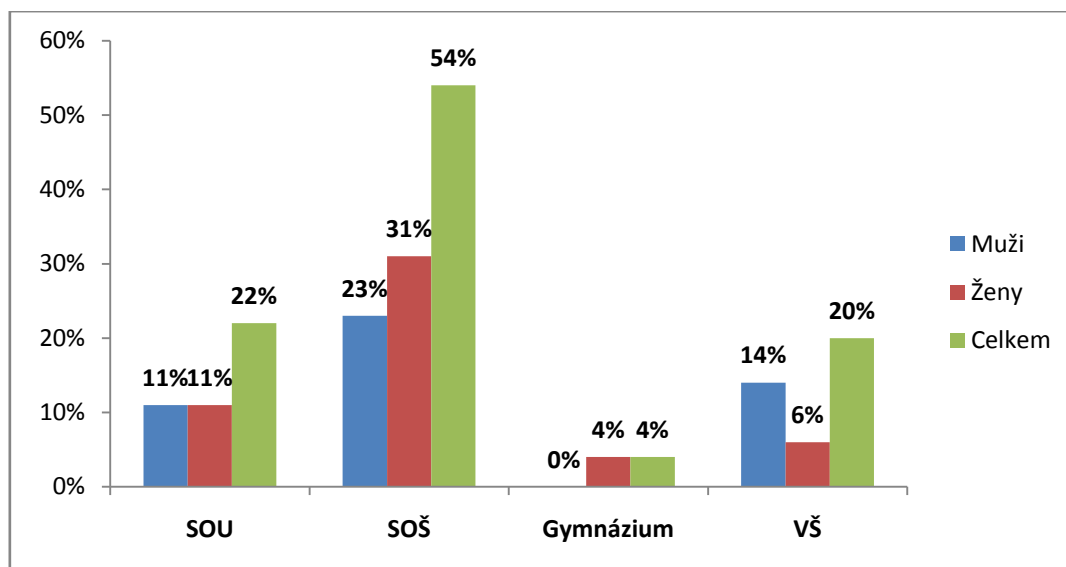


Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)³⁹

Dalším zajímavým faktorem je nejvyšší dosažené vzdělání respondentů ve středním věku. Zajímalo nás, zda jsou znatelné rozdíly v dosaženém vzdělání u mužů a žen. Rozdíl nebyl až tak velký, mírný ano, ale zásadní ne. Za nejvyšší dosažené vzdělání Středního odborného učiliště je dohromady 22 % respondentů, z toho 11 % mužské populace a 11 % ženské populace. Střední odbornou školu má za nejvyšší dosažené vzdělání 54 % respondentů, z toho 23 % mužské populace a 31 % ženské populace. Gymnázium uvedli pouze 4 % respondenti a to ženy. Vystudovanou vysokou školu uvedlo dohromady 20 % respondentů, z toho 14 % mužské populace a 6 % mužské populace. Muži se podle zjištěných dat vzdělávali častěji než ženy. Uvedená data ukazuje graf č. 3.

³⁹ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Graf 3: Porovnání vzdělání



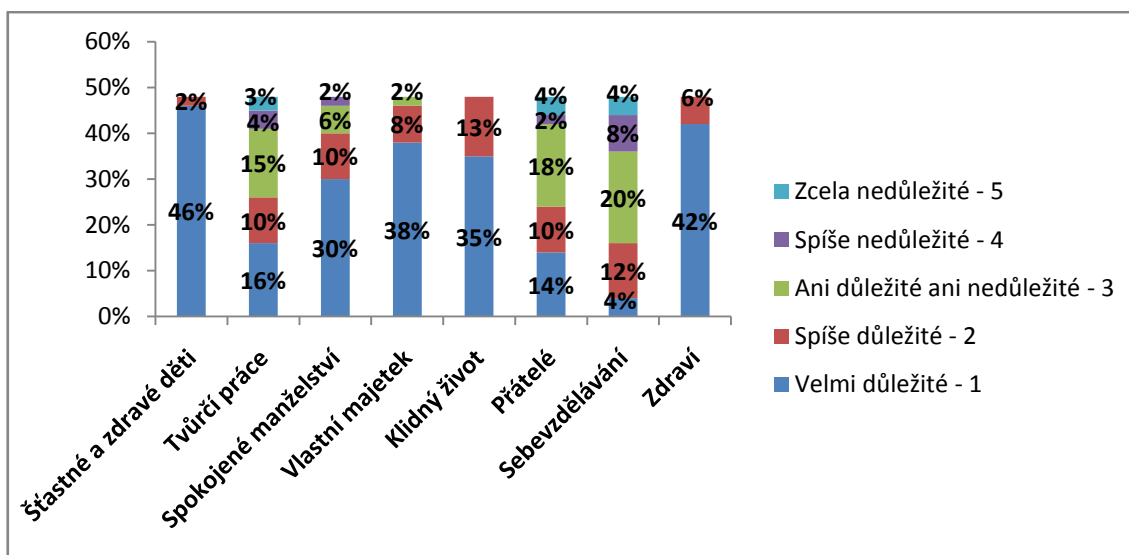
Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁰

Respondenti byli v dotazníkovém šetření požádáni o vyjádření se k několika výroky, a to pomocí škály od 1 do 5, kdy 1 znamenala nejdůležitější hodnotu a 5 naopak nejméně důležitou. Všechny výroky se vztahovaly k životu ve stáří. Z rozboru dat bylo zjištěno, že 94 % respondentů si ve stáří přeje mít šťastné zdravé a děti a jejich rodiny. Dále 48 % respondentů si přeje být aktivní v tvůrčích pracích. Další hodnotou v dotazníkovém šetření bylo, zda očekávají klidné a spokojené manželství v 70 % bylo uvedeno, že respondenti očekávají spokojené a klidné manželství. Dále bylo zjišťováno, zda je pro respondenty důležité vlastnit nějaký majetek. V 70 % je tato hodnota pro respondenty důležitá. Další otázkou bylo, zda respondenti chtějí v důchodovém věku prožít příjemný a klidný život. Z rozboru dat bylo zjištěno, že v 77 % si respondenti přejí prožít příjemný a klidný život. Překvapivým zjištěním byla otázka, která se týkala přátelství, tedy přátel respondentů. Ukázalo se, že přátelé pro respondenty nehrají až tak důležitou roli, protože přátelství zvolilo 48% respondentů, což není ani polovina. Dalším zjištěním bylo, že respondenti nemají zájem o další vzdělávání, tedy sebevzdělávání ve stáří. Pouhých 12 % respondentů uvedlo, že by se chtěli dále sebevzdělávat. Poslední hodnota, ke které se měli respondenti vyjádřit, se týkala zdraví.

⁴⁰ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

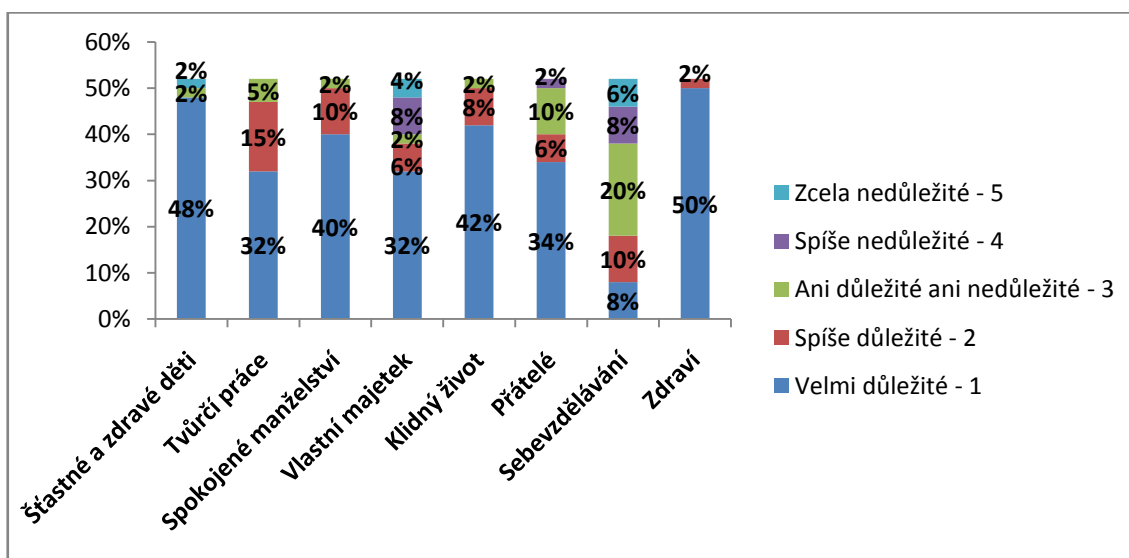
Zdraví bylo uvedeno v 92 %. Zde jsou popsány pouze nejdůležitější hodnoty a to od mužů i od žen dohromady. V následujících grafech je porovnáno, jak to vidí muži i ženy zvlášť. Uvedená data prezentují následující grafy a to graf č. 4 a graf č. 5.

Graf 4: Vyjádření souhlasu s výroky z hlediska mužů



Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴¹

Graf 5: Vyjádření souhlasu s výroky z hlediska žen



Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴²

⁴¹ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

⁴² Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

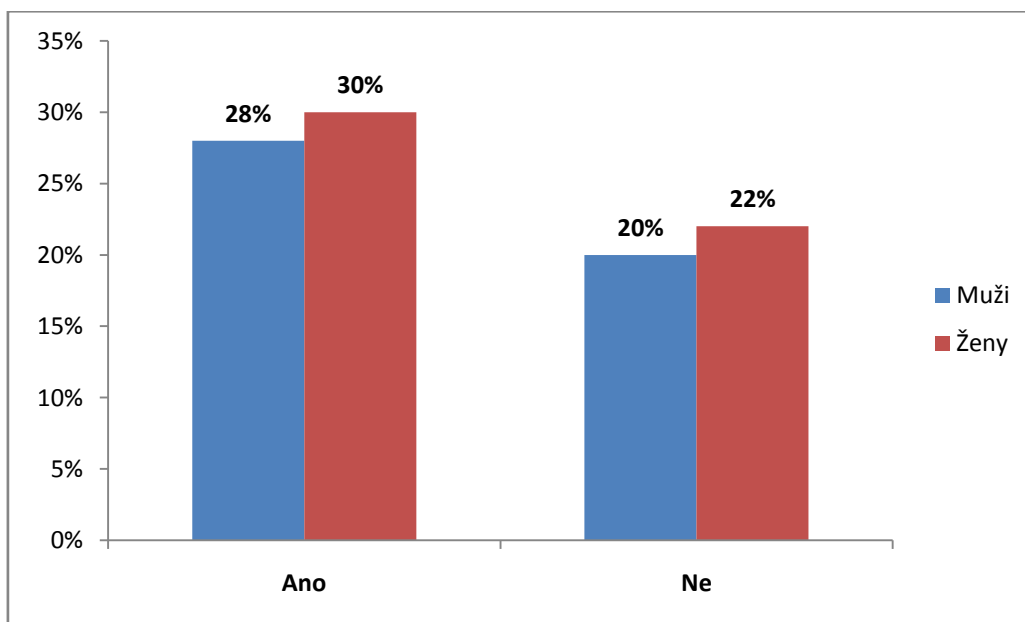
V závěru první kapitoly si shrňme údaje, které jsme analýzou dat získali. V této kapitole jsme se dozvěděli, že názory mužů a žen se liší. Vždy nebyl rozdíl tak razantní, ale přeci jen byl rozdíl zaznamenán. Průzkumem bylo zjištěno, že většina dotazovaných respondentů se do důchodu těší, celkově to je 54 % respondentů. Zajímavým zjištěním bylo, že více jsou v životě spokojené ženy, než muži. Dále bylo zjištěno, že muži v produktivním věku mají lepší vzdělání než ženy. Pouze 14 % mužů má vystudovanou vysokou školu a u žen je to jen 6 %. Občasné rozdíly jsou ve vyjádření hodnot pomocí škály. Zde nám uvedlo 32 % žen, že je pro ně důležité mít nějaký vlastní majetek u mužské populace to bylo 38 %. Z toho vyplývá, že muži mají v rodině spíše funkci zabezpečovací. Výsledky mohou být zkreslené, jelikož lidi nemuseli odpovídat pravdivě, nebo se styděli o tomto tématu vyjádřit. Na otázku zdraví nám spíše jako velmi důležitou hodnotu odpovídaly ženy. Toto zjištění může být dáno tím, že muži mají z nemocí a ze smrti menší strach. Otázku přátelství berou vážněji opět ženy, zde byl poměrně velký rozdíl. Celkově nám vyplývá, že ženy berou všechny hodnoty vážněji než muži. Toto zjištění není velkým překvapením, protože je dané, že ženy jsou více citově založené a více nahlížíjí do budoucna. Tímto můžeme vyvrátit první hypotézu, že prožívání mužů a žen se ve středním věku neliší, protože se liší.

10.2 IDEJE O PROŽÍVÁNÍ ŽIVOTA VE STÁŘÍ

Druhou z hypotéz, která měla být provedeným výzkumem potvrzena, nebo vyvrácena, je tvrzení, že osoby v produktivním věku života mají pozitivní ideje o prožívání života v důchodu.

Důležitými faktory ke smysluplnému životu jsou: tvořivost, vztahy k druhým lidem a celkové životní potěšení. Tato úloha může někdy být pro staré lidi velmi náročná, protože současná společnost preferuje hodnoty, které u starších lidí přirozeně ubývají, například elektronika a internet. Důležité bylo zjistit, zda mají respondenti pozitivní či negativní ideje o prožití stáří. Jako první bylo zjišťováno, zda mají respondenti vědomí o tématu, které se týká přípravy na život ve stáří. Ve většině případů již byli respondenti na toto téma dotazováni. Uvedená data ukazuje graf č. 6.

Graf 6: Byli respondenti dotazováni na tematiku, která se týká přípravy na důchod?



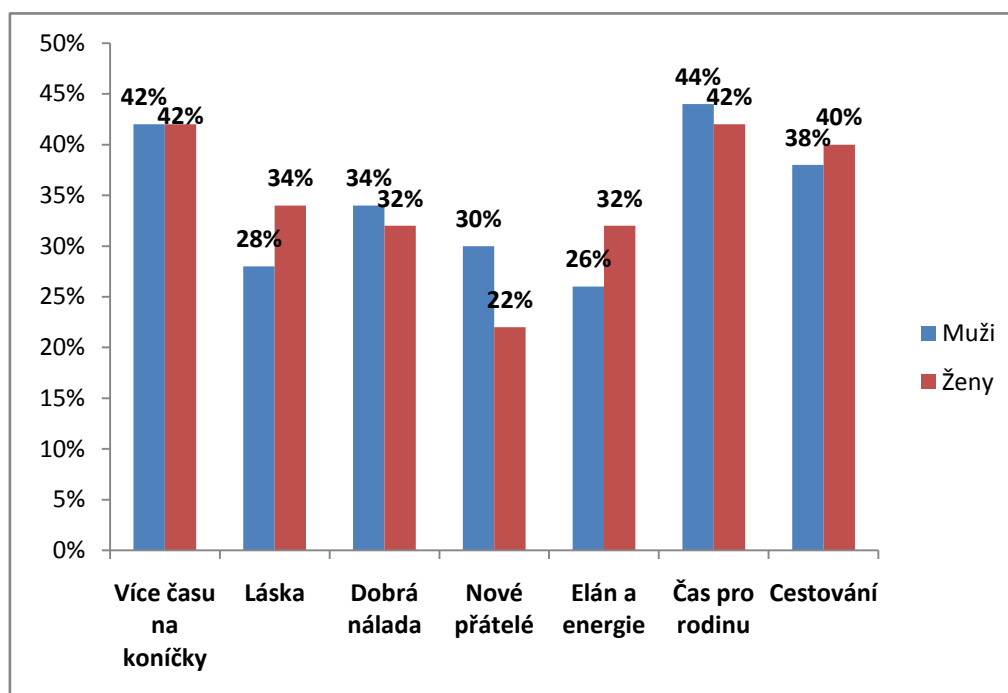
Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴³

Dále bylo zjišťováno, zda osoby v produktivním věku mají pozitivní ideje o prožití života ve stáří. Respondenti byli dotazováni, zda plánují cestovat, prožívat nové zážitky a jak si budou celkově tuto fázi života užívat. Prvně uvedu pozitivní očekávání dotazovaných osob a poté se zaměřím na negativní očekávání. První

⁴³ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

hodnotou bylo, zda se respondenti těší na to, že budou mít více času na koníčky. Z rozboru dat bylo zjištěno, že 42 % žen se na volný čas těší a 10 % žen uvedlo, že se netěší. Muži na tom byli podobně, 42 % mužů uvedlo, že se těší a 6 % se netěší. V poměru dotazovaných, což bylo 26 žen a 24 mužů vychází výsledky stejně. Další otázkou bylo, zda respondenti od důchodového věku očekávají lásku. Zde mohou být výsledky zkreslené, protože každý tuto hodnotu bere jinak. Ženy očekávají lásku v důchodovém věku více než muži, 34 % žen uvedlo, že lásku očekává a 18 % žen uvedlo, že lásku neočekává. U mužů tomu bylo jinak, zde uvedlo 28 % mužů, že lásku očekává a 20 % mužů lásku neočekává. Dále jsem se dotazovala na otázku každodenní dobré nálady a bylo zjištěno, že respondenti byli realisté a vědí, že každý den není posvícení. Pouze 32 % žen uvedlo, že očekává každodenní dobrou náladu a 20 % žen uvedlo, že každodenní dobrou náladu neočekává. Podobně na tom byli muži, 34 % mužů uvedlo ano, očekávám každodenní dobrou náladu a 14 % mužů uvedlo ne, neočekávám. Na otázku poznání nových přátel bylo převážně uváděno, že respondenti nic takového neočekávají, což je v jejich věku zcela pochopitelné. Zde se výsledky poměrně liší. Z rozboru dat vyplývá, že 22 % ženské populace má zájem poznat nové přátele a zkušenosti spojené s nimi a 30 % uvedlo, že takové očekávání nemají. Mužská populace měla o poznání nových přátel více pozitivní ideje, ve 30 % uvedli ano a v 18 % ne. Dále byli respondenti dotazováni na jejich elán a energii. Ženská populace očekává více elánu, než mužská populace. Ženská populace elán a energii očekává ve 32 % a 20 % elán a energii od života v důchodu neočekává. U mužů tomu bylo jinak 26 % elán a energii očekává a 22 % mužů elán a energii neočekává. Jedním z nejdůležitějších aspektů byla otázka času pro svou rodinu. Zde uvedlo 42 % žen, že od důchodového věku očekává čas pro svou rodinu a 10 %, že neočekává. Příjemným překvapením bylo, že muži v poměrně velkém počtu 44 % očekávají od důchodového věku čas pro svou rodinu a pouhé 4 % mužů čas pro svou rodinu v důchodovém věku neočekává. Poslední otázka byla směřována k cestování a zábavě, 40 % žen uvedlo, že chtějí v důchodovém věku cestovat a 12 % žen o cestování zájem nemělo. Muži chtějí cestovat v 38 % a v 10 % se cestování věnovat nechtějí. Následující graf zahrnuje pouze odpovědi ano na danou otázku. Stručné shrnutí ukazuje graf č. 7.

Graf 7: Pozitivní očekávání od stáří



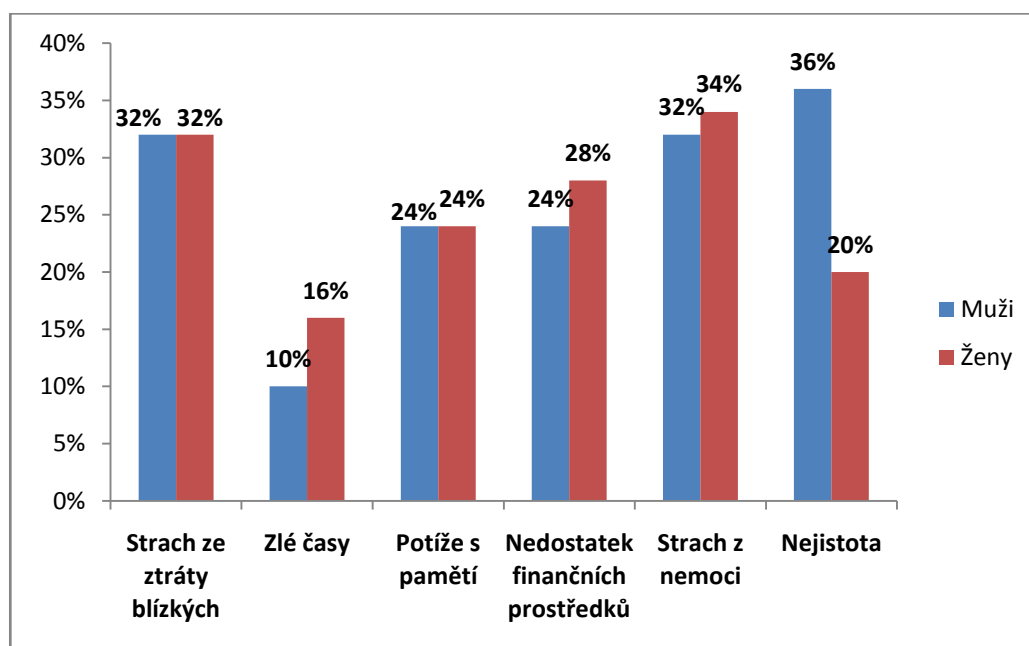
Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁴

V předchozí části jsem se zaměřila na pozitivní očekávání, v následující části se zaměřím na negativní očekávání, které je spojené se stářím. Za negativní aspekt považujeme strach ze ztráty blízkých, zlé časy v důchodovém věku, potíže s pamětí, strach z nedostatku finančních prostředků, strach z nemoci a očekávání větší nejistoty. Strach ze ztráty blízkých uvedlo 32 % žen a zbylých 20 % žen uvedlo, že strach ze ztráty blízkých nemá. U mužů to bylo podobně 32 % strach má a 16 % nemá. Od důchodového věku očekává zlé časy 16 % žen a 36 % žen zlé časy neočekává. U mužů jsou výsledky opět podobné, 10 % mužů zlé časy očekává a 38 % neočekává. Strach z potíže s pamětí ženy ve 24 % očekávají a ve 28 % potíže neočekávají. Muži potíže očekávají ve 24 % a ve 24 % ne. Strach z nedostatku finančních prostředků v důchodovém věku uvedlo 28 % žen a 24 % žen nemá strach z nedostatku finančních prostředků. U mužů jsou opět podobné výsledky, 24 % strach nemá a 24 % naopak. Největší procento vyšlo v aspektu, který se týkal strachu z nemoci, zde uvedlo 34 % žen strach a pouze 18 % se nemoci nebojí. Muži se v 32 % nemoci obávají a 16 % mužské

⁴⁴ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

populace strach nemá. Posledním aspektem bylo zjistit, zda se respondenti bojí větší nejistoty, zde uvedlo 20 % ženské populace strach z nejistoty a 32 % žen se nejistoty nebojí. Muži se v 36 % nejistoty bojí a ve 12 % naopak. Následující graf zahrnuje opět pouze odpovědi ano na danou otázku. Stručné shrnutí ukazuje graf č. 8.

Graf 8: Negativní očekávání od stáří

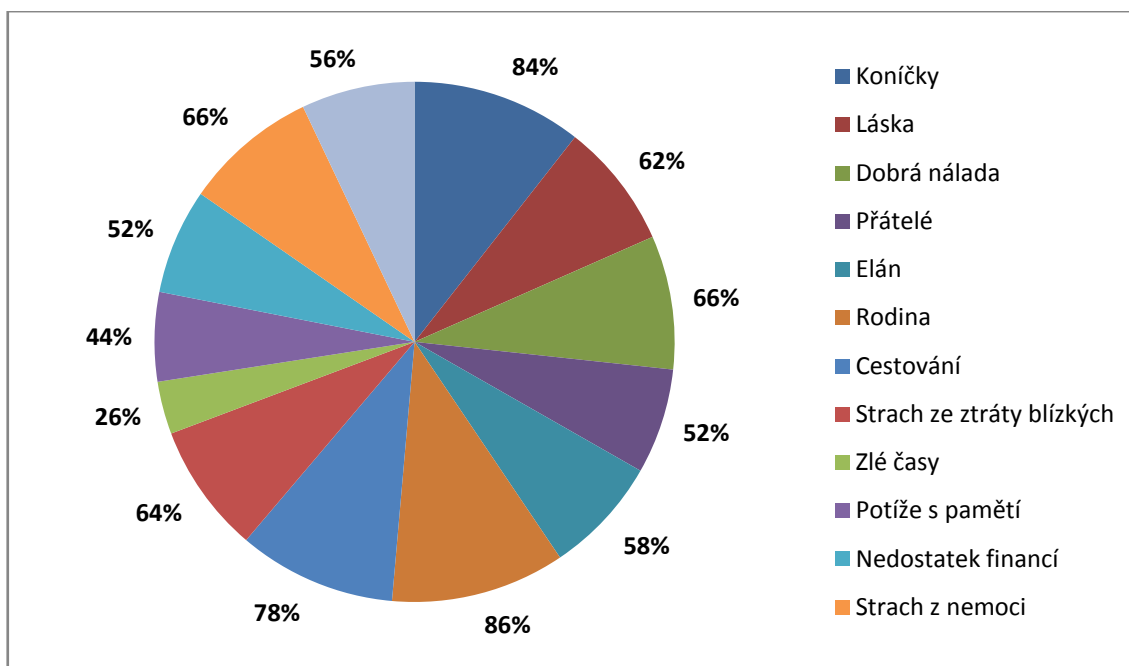


Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁵

Následující graf uvádí sečtené hodnoty mužské i ženské populace dohromady. Průzkumem bylo zjištěno, že od důchodového věku respondenti nejvíce očekávají čas pro svou rodinu 86 %. Dále bylo v 84 % uvedeno, že budou mít více času na koníčky a třetím nejdůležitějším aspektem bylo uvedeno cestování a to v 78 %. Největší strach mají respondenti z nemoci a to v 66 %. Další obava je ze ztráty svých blízkých a to v 64 % a třetí hodnotou je, že respondenti očekávají více nejistoty 56 %. Zde jsou popsány první tři nejvíce uváděné hodnoty a následující graf ukazuje celkové výsledky. Uvedená data ukazuje graf č. 9.

⁴⁵ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Graf 9: Součet pozitivních a negativních tvrzení



Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁶

V závěru druhé kapitoly si shrňme údaje, které jsme analýzou dat získali. V této kapitole bylo zjištěno, že respondenti od důchodového věku očekávají pozitivní, ale i negativní časy. Ovšem výsledky naznačují, že očekávání jsou spíše pozitivní, čímž se druhá hypotéza o pozitivních idejích potvrzuje. Ve většině případů osoby v produktivním věku očekávají od stáří pozitivní čas. Odpovědi respondentů můžou být zkrácené, protože každý jmenované aspekty vnímá rozdílně. Průzkumem bylo zjištěno, že od důchodového věku respondenti nejvíce očekávají čas pro svou rodinu. Dále bylo nejvíce uváděno, že budou mít více času na koníčky a třetím nejdůležitějším aspektem bylo cestování. Největší strach mají respondenti z nemoci. Průzkumem bylo celkově zjištěno, že respondenti se na stáří těší. Toto zjištění je pozitivním zjištěním a ukazuje, že i život ve stáří může být prožíván pozitivně. Nejvíce záleží na celkovém přístupu lidí a na mezigeneračních vztazích v rodině. Pokud jsou vztahy v rodině přerušené, má to celkový vliv na prožívání života.

⁴⁶ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

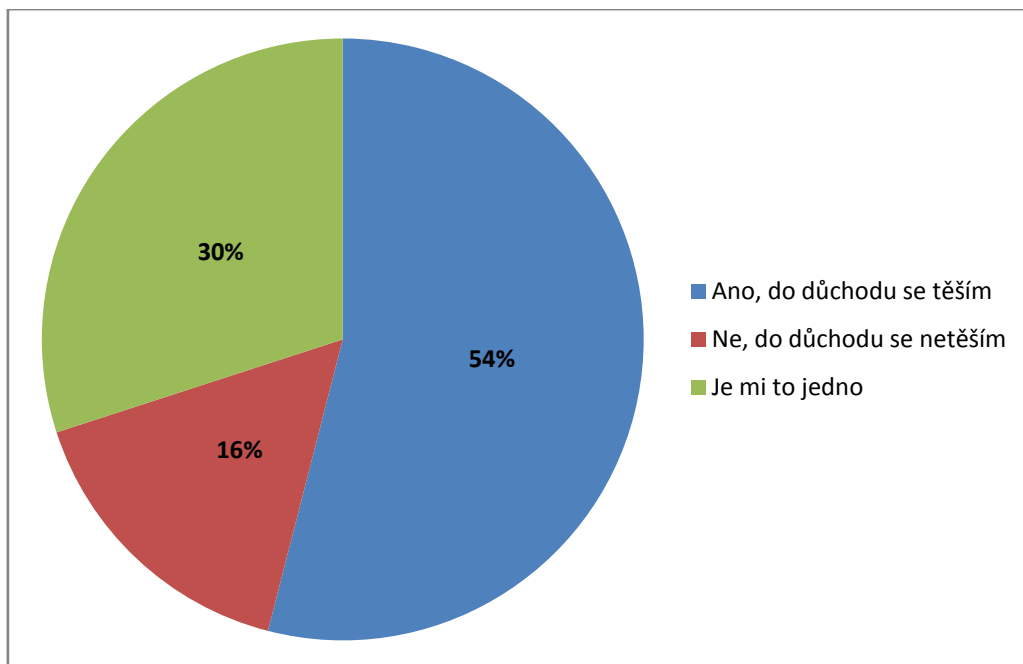
10.3 ODKHOD ZE ZAMĚSTNÁNÍ

Třetí z hypotéz, která měla být provedeným výzkumem potvrzena, nebo vyvrácena, předpokládá, že osoby ve starším středním věku si přejí být co nejdéle výdělečně činnými osobami.

Volba data odchodu do starobního důchodu je velmi důležitá, ale zároveň velmi těžká. Na otázku týkající se odchodu do důchodu není daná jasná odpověď. Každá osoba je v jiné situaci, a proto jsou odchody do důchodu rozdílné. Hlavním faktorem z hlediska výše starobního důchodu je datum dosažení důchodového věku, výše výpočtového základu a délka pojištěné doby. Důležitým aspektem je, čemu dává konkrétní jedinec přednost – zda preferuje odklad odchodu do důchodu s tím, že pak bude mít vyšší důchod, nebo naopak dává přednost okamžité výplatě nižšího důchodu, popřípadě možnosti souběžné výdělečné činnosti. Někdy přichází v úvahu zpětné přiznání starobního důchodu nebo ze sociálních, zdravotních, či rodinných důvodů je nutné požádat o přiznání důchodu dřív. Důchod se přiznává na základě podané žádosti od pojištěnce, a proto jen pojištěnec určuje, od jakého dne mu má být důchod přiznán. Posun data přiznání důchodu o pár dní může výrazně změnit výši důchodu, proto je volba vhodného data odchodu do starobního důchodu důležitá.

Základním hlediskem bylo tudíž zjistit, zda se respondenti do důchodu těší, nebo by raději chtěli zůstat osobami výdělečně činnými. Dále bylo zjišťováno, jestli si respondenti dokážou představit, čím vyplní volný čas v době, kdy nebudou v pracovním zařazení a zda je zajímavá sebevzdělávání - univerzity třetího věku. Doplňující otázkou bylo, zda souhlasí s názorem, že by se měl každý na stáří připravit tak, aby byl na pomoci své rodiny (dětí) co nejméně závislý. Z odpovědí respondentů vyplývá, že nadpoloviční většina dotazovaných mužů i žen (54 %) bez ohledu na věk či vzdělání se do důchodu těší. Z toho je 28 % ženské populace a 26 % mužské populace. Na odpověď „do důchodu se netěším“ a „chtěl/a bych zůstat osobou výdělečně činnou“ odpovědělo 16 % dotazovaných respondentů. Z toho je 10 % žen a 6 % mužů. Poslední možností byla odpověď, která zněla „je mi to jedno“; tak odpovědělo 30 % respondentů. Z toho je 16 % mužů a 14 % žen. Tato odpověď byla velkým překvapením, předpokládalo se, že dotazovaní respondenti vědí, jestli se do důchodu těší či nikoli. Uvedená data ukazuje graf č. 10.

Graf 10: Pohled na odchod do důchodu

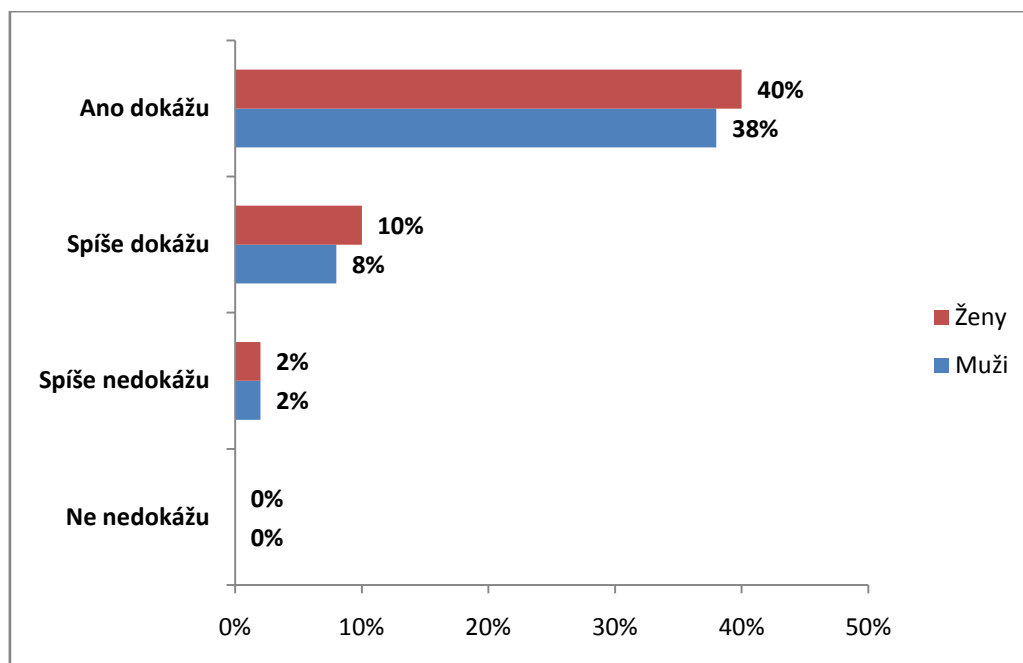


Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁷

Dále byli respondenti dotazováni na otázku, zda si dokážou představit, čím vyplní volný čas v době, kdy nebudou výdělečně činnými osobami. Tato otázka navazuje na předchozí zkoumání a zjištěná data jsou k tomu kompatibilní. Většina respondentů (78 %) uvedla, že si dokážou představit, čím vyplní volný čas v době po pracovním zařazení (z toho 40 % ženské populace a 38 % mužské populace). Odpověď „spíše dokážu“ uvedlo 18 % respondentů, z čehož bylo 10 % ženské populace a 8 % mužské populace. Odpověď „spíše nedokážu“ uvedla pouhá 4 % respondentů, z toho jeden muž (2 %) a jedna žena (2 %). Na odpověď „ne, nedokážu“ neodpověděl žádný z dotazovaných respondentů, což je pro tento výzkum pozitivním zjištěním. Uvedená zjištění ukazuje graf č. 11.

⁴⁷ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Graf 11: Dokážou si respondenti představit, čím vyplní volný čas?

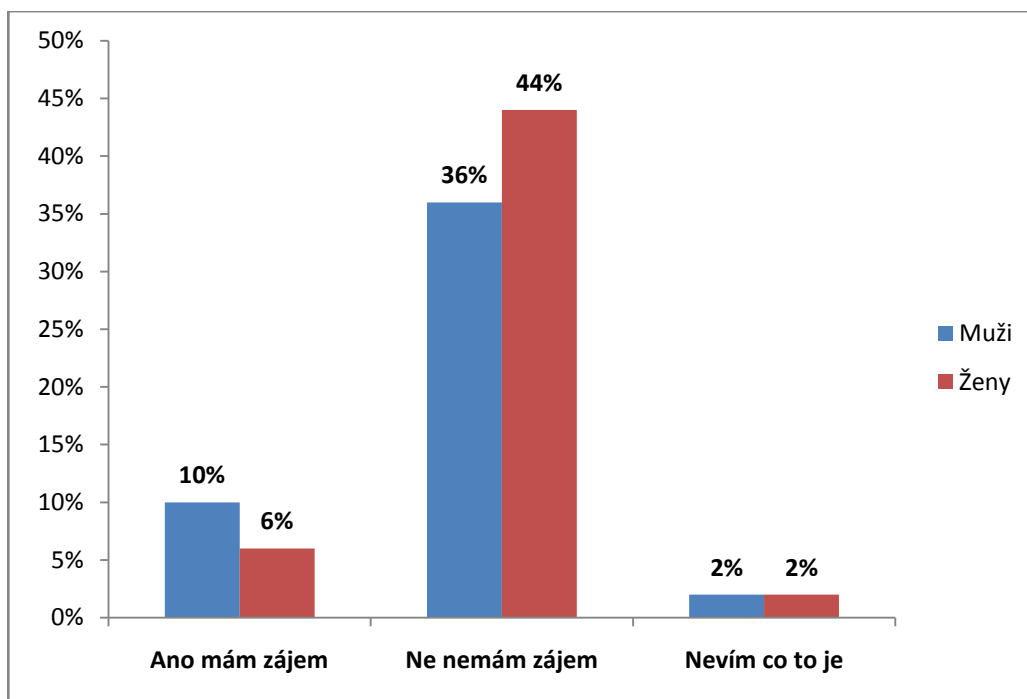


Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁸

Další otázkou byla otázka na univerzity třetího věku. Univerzity umožňují vzdělávat se a seznamovat se s nejnovějšími poznatky v různých oblastech, a to ve vědě, historii, politice nebo kultuře. Podporuje se psychická a fyzická svěžest, autonomie a integrace do společnosti. Díky společenskému charakteru umožňuje univerzita setkávání s vrstevníky navazování přátelství, překonávání pocitu izolovanosti a osamělosti. Univerzity třetího věku jsou podle mého názoru zajímavým způsobem, jak vyplnit volný čas v době, kdy jsou osoby v důchodu. V uvedeném smyslu jsem očekávala pozitivní reakce respondentů. Ovšem výsledky byly spíše opačné. Naprostá většina (80 %) uvedla, že je univerzita třetího věku vůbec nezajímá, z toho 44 % ženské populace a 36 % mužské populace. Takovýto výsledek nebyl vůbec očekáván. Možná by bylo vhodné více společnost o této možnosti informovat, nejspíše o této možnosti hodně lidí neví, a tedy o ni nemají zájem. Pouhých 16 % respondentů uvedlo, že by o U3V měli zájem, z toho 6 % žen a 10 % mužů. Dále byla uvedena možnost „nevím, co U3V je“ zde byli uvedeni 4 % respondentů, z toho 2 % žen a 2% mužů. Uvedená data ukazuje graf č. 12.

⁴⁸ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Graf 12: Univerzita třetího věku

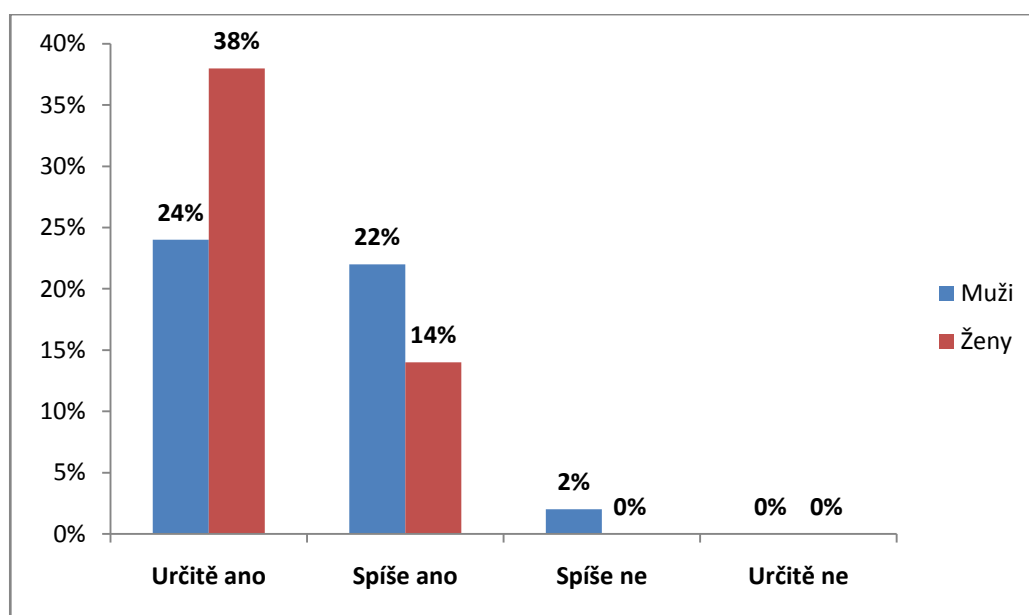


Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁴⁹

Respondenti byli dotazováni, zda souhlasí s tvrzením, že by se člověk měl na stáří připravit tak, aby byl na pomoci svých dětí co nejméně závislý. Více jak polovina dotazovaných respondentů odpověděla určitě ano, a to 62 % (38 % ženské populace a 24 % mužské populace). „Spíše ano“ odpovědělo 36 % respondentů, z toho 14 % žen a 22 % mužů. Pouze jeden respondent (2 %) odpověděl „spíše ne“. Žádný respondent neuvedl odpověď „určitě ne“. Ovšem je známo, že pokud je potřeba, tak děti svým rodičům v důchodu pomáhají. Téměř polovina, se stará například o chod domácnosti a někdy je podporují i finančně. S odchodem do důchodu klesá příjem zhruba na polovinu. Pokud nemají senioři vytvořenou dostatečnou rezervu, mohou se ocitnout na hranici chudoby či dokonce pod ní. V okamžicích, kdy dochází k poklesu příjmů, funguje mezigenerační solidarita. Přes to jsme z rozboru dat zjistili, že respondenti souhlasí s tvrzením, že by měli být na pomoci svých dětí co nejméně závislí. Z toho vyplývá, že osoby se budou snažit být na pomoci svých dětí co nejméně závislí, ale když se ocitnou bez finančních prostředků, mezigenerační solidarita bude plně fungovat. Uvedená data ukazuje graf č. 13.

⁴⁹ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Graf 13: Pohled na mezigenerační finanční pomoc ve stáří



Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁵⁰

Na závěr kapitoly si shrňme informace, které jsme se z průzkumu dozvěděli. Představa o vyplnění volného času respondentů je taková, že respondenti vědí, jak s volným časem v době po pracovním zařazení naložit. Výsledky mužů a žen se výrazně nelišily. Přes polovinu respondentů uvedlo, že se na důchod těší. Překvapivým zjištěním bylo, že 30 % respondentů odpovědělo na otázku, zda se do důchodu těší či netěší, že jím je to jedno. Takovou odpověď bych neočekávala. Výsledky mohou být zkreslené, respondenti otázce mohli špatně porozumět, nebo to může být i reakce na obavy z důchodu, tedy určitá psychologická reakce. Respondenti si mohou myslet, že po odchodu ze zaměstnání nastanou velké životní změny, a proto mohli uvést takovouto odpověď. O univerzitu třetího věku dotazovaní respondenti zájem spíše nemají, což je škoda. Co se týče předpokladu, že by se lidé měli finančně připravit na stáří tak, aby nebyli na pomoci svých dětí závislí, ten byl potvrzen. Z průzkumu tedy vyplynulo, že dotazovaní respondenti se na důchod těší, tudíž se těší na fázi života, kdy nebudou výdělečně činnými osobami. Tímto můžeme třetí hypotézu vyvrátit, protože osoby ve starším středním věku se do důchodu těší a dokážou si tuto životní fázi představit.

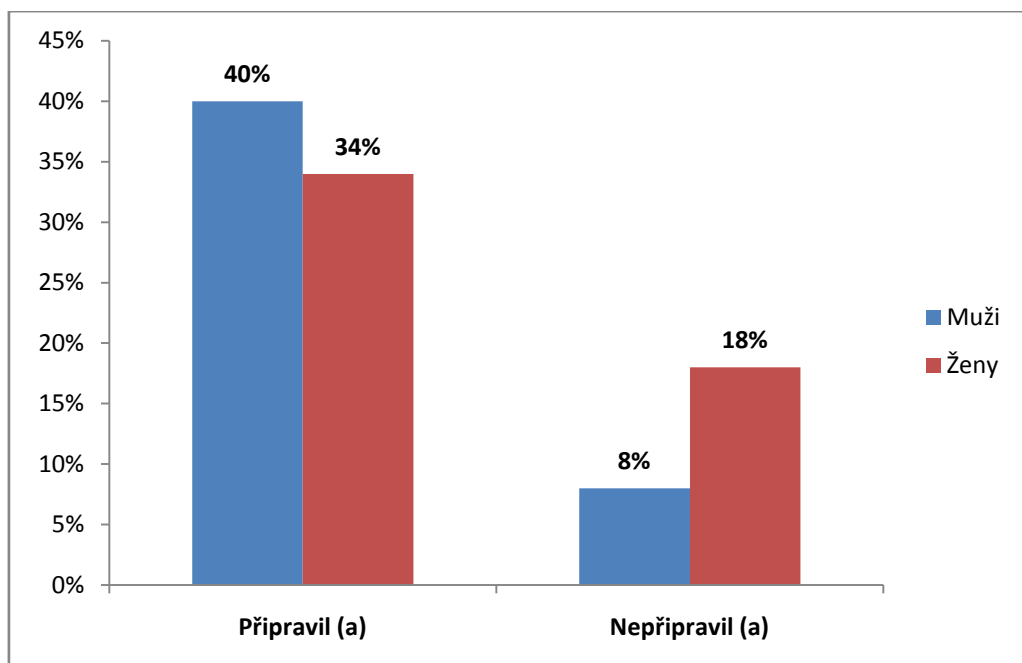
⁵⁰ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

10.4 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ

Provedeným výzkumem měla být potvrzena nebo vyvrácena čtvrtá hypotéza, podle které mají nižší příjmy v produktivním věku vliv na snahu zabezpečit se na stáří prostřednictvím různých finančních služeb.

Na stáří se předem připravuje málokdo. Jaké stáří bude člověk prožívat, se rozhoduje právě už ve středním věku života. Ovšem kvalitu života a průběh stáří ovlivňuje celý život. Jak dále vyplývá z mé práce, tak v sociální oblasti znamená příprava na stáří brát stáří jako součást života, akceptovat podmínky, které připravuje společnost občanům v důchodovém věku a snažit se je svou vlastní aktivitou ovlivňovat. Jedna z nejdůležitějších podmínek je být připraven i po stránce ekonomické. Počítat s možností připojištění v různých penzijních fondech, udržovat a rozvíjet přátelské vztahy i mimo pracoviště a již ve středním věku si najít koníčky, které mohou naplnit volné dny v důchodu. Základním hlediskem bylo tudíž zjistit, jak se respondenti v průběhu života připravovali na život ve stáří. Zda v průběhu života uzavřeli nějaké životní pojistky, jestli tyto pojistky byly výhodné, či nevýhodné a jaké konkrétní životní pojistky respondenti zvolili. Dále jsem se dotazovala, zda jsou příjmy respondentů vysoké (uspokojivé), či nízké (neuspokojivé) a zda očekávají klidný a nezávislý život. Z rozboru dat bylo zjištěno, že většina respondentů (74 %) se ve starším středním věku na důchod zabezpečilo finančně. Tím myslíme vlastní našetřené finanční prostředky, peníze investované do majetku, nebo akcií. Naopak méně respondentů (26 %) se na důchod v tomto smyslu zatím nepřipravovalo. Tím je myšleno, že nemají příliš našetřených finančních prostředků a peníze neinvestovali ani do majetku ani do akcií. Z toho vyplývá, že větší část respondentů v uvedeném věku se na důchodový věk finančně zabezpečovala. V celkovém porovnání bylo zjištěno, že muži se na tuto životní fázi připravují více než ženy. Muži přípravu na stáří berou tedy vážněji než ženy, protože třináct respondentů (26 %) uvedlo, že se na důchod nepřipravovali, z toho 18 % ženské populace a pouze 8% mužské populace. Většina respondentů (78 %) uvedlo, že se na důchod aktivně připravují, z toho 40 % mužské populace a 34 % ženské populace. Uvedená data ukazuje graf č. 14 a z něj vyplývá, že muži berou situaci vážněji. Dle mého názoru se ženy spoléhají na zabezpečení od svých manželů, a proto situaci řeší podstatně míň.

Graf 14: Příprava zabezpečení na stáří



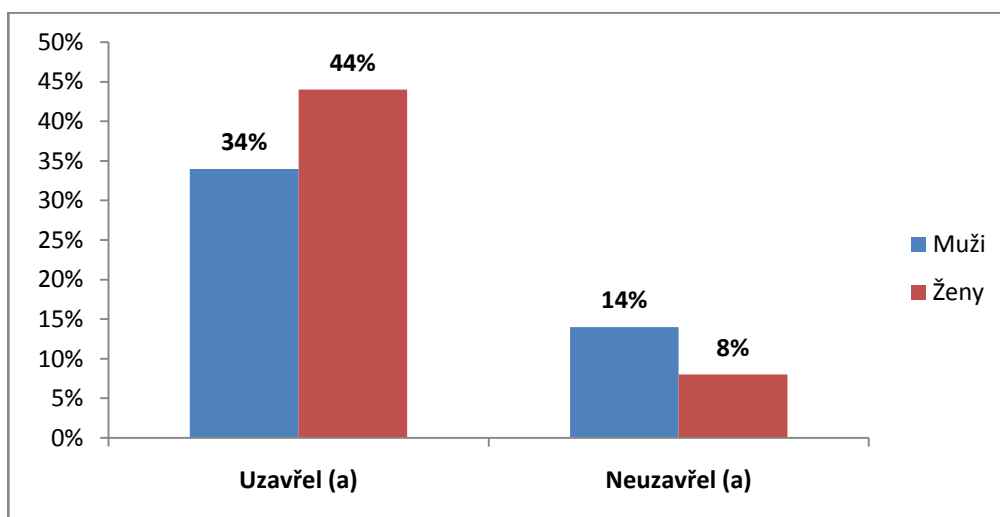
Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁵¹

Dále byly zjišťovány fakta o tom, zda respondenti v průběhu života uzavřeli nějaké životní pojistky. Zda se o otázku životních pojistek zajímají a jak oni sami tyto pojistky hodnotí. Z rozboru dat bylo zjištěno, že 78 % respondentů nějakou životní pojistku uzavřelo. Jedenáct respondentů (22 %) uvedlo, že v průběhu života žádné životní pojistky neuzavřeli. V tomto rozboru se data mužské a ženské populace vyměnili. Ze 78 % respondentů, bylo sedmnáct respondentů mužské populace (34%) a dvacet dva respondentů ženské populace (44 %). Tato skutečnost nám poukazuje na to, že muži se na stáří zabezpečují spíše finančně, investováním do majetku a investováním do akcií. Ženy mají tendenci spíše uzavírat životní, či jiné pojistky. Například penzijní připojištění, rizikové životní pojištění, kapitálové životní pojištění, investiční životní pojištění, flexibilní životní pojištění. Uvedená data ukazuje graf č. 15. Z něj vyplývá, že většina dotazovaných respondentů nějakou životní pojistku uzavřela a ženy uzavírají životní pojištění častěji než muži. Následující otázka měřila přímo otázku životních pojistek. Přes polovinu respondentů (51 %) uvedlo, možnost penzijního připojištění. Penzijní připojištění je jeden z možných způsobů spoření, s cílem zajištění na důchod. Zde se vyjadřovalo třicet devět respondentů (78%).

⁵¹ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

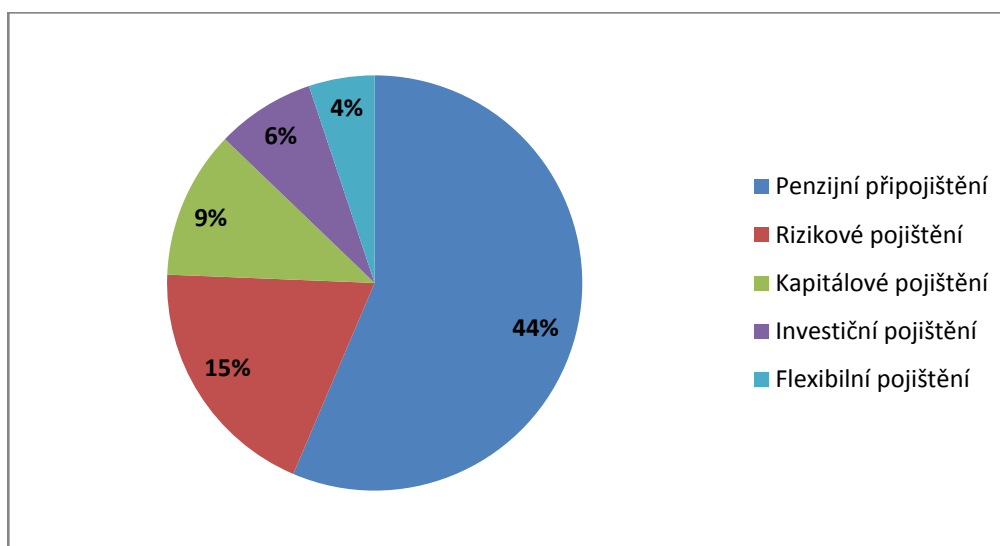
Jedenáct respondentů (22 %) uvedlo, že žádné z uvedených životních pojistek neuzavřeli. Z rozboru dat bylo zjištěno, že penzijní připojištění uzavřelo 44 % respondentů, rizikové pojištění uzavřelo 15 % respondentů, kapitálové životní pojištění uzavřelo 9 %, investiční životní pojistky uzavřelo 6 % respondentů a flexibilní životní pojištění uzavřelo pouze 4 % respondentů. Uvedená data ukazuje graf č. 16.

Graf 15: Uzavírání životních pojistek



Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁵²

Graf 16: Druhy životního pojištění



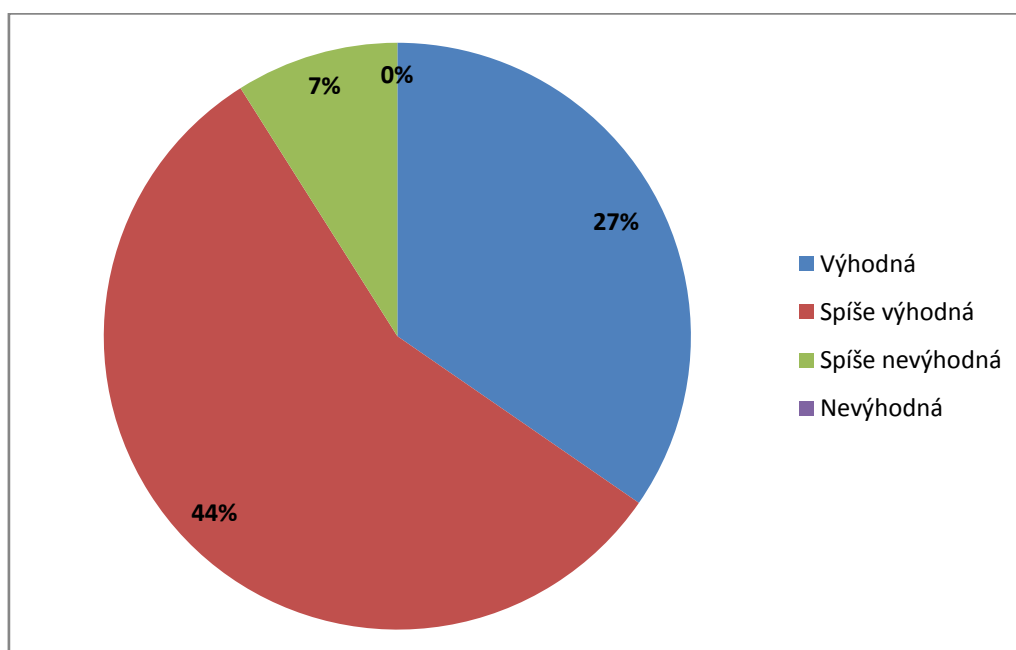
Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁵³

⁵² Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

⁵³ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

V dotazníkovém šetření byli respondenti dále dotazováni na fakt, který se týká životních pojistek. Respondenti měli vyjádřit, zda životní pojistka, kterou uzavřeli, byla vyhovující, nebo nevyhovující. Respondenti měli možnost zvolit z nabídky výhodná, spíše výhodná, spíše nevýhodná a nevýhodná. Z rozboru dat bylo zjištěno, že respondenti se přiklání k tomu, že jejich uzavřené pojistky jsou spíše výhodné. Zde odpovídalo také třicet devět respondentů (78 %). Ve 27 % bylo uvedeno, že životní pojistka byla výhodná. Nejvíce respondentů 44 % uvedlo, že byla pojistka spíše výhodná a 7 % uvedlo, že byla pojistka spíše nevýhodná. Možnost nevýhodná životní pojistka neoznačil žádný z dotazovaných respondentů. Uvedená data ukazuje graf č. 17.

Graf 17: Spokojenost s uzavřením životního pojištění



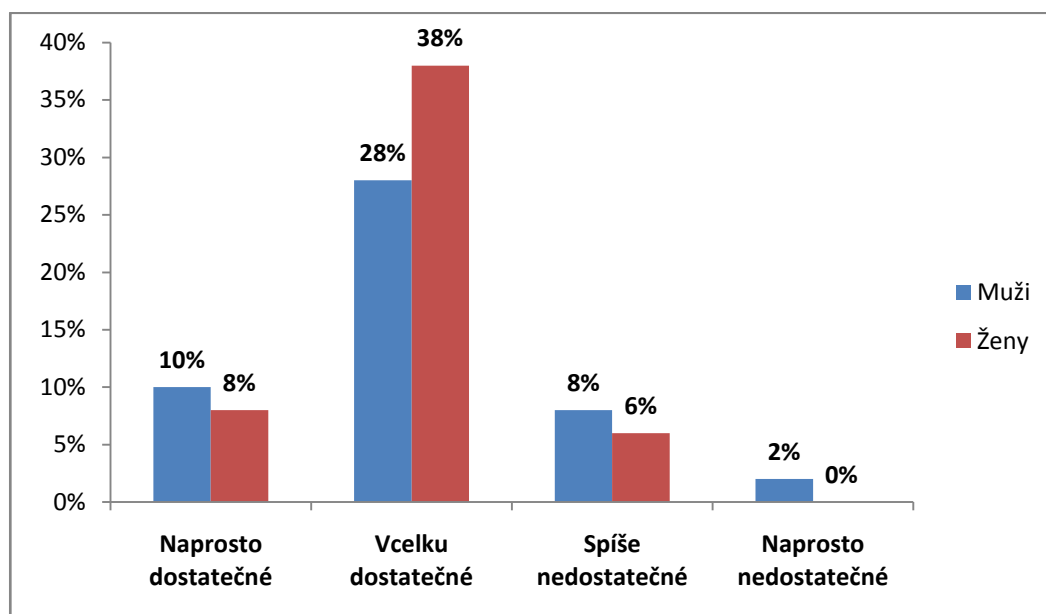
Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁵⁴

Respondenti byli dále dotazováni, jak hodnotí své příjmy. V grafu č. 18 je uvedeno, jaké příjmy dotazovaní respondenti mají. Z rozboru dat bylo zjištěno, že respondenti hodnotí své příjmy vcelku dostatečně. Přičemž naprosto dostatečné příjmy se stoprocentní spokojeností hodnotilo 18 % respondentů, z toho 10 % mužské populace a 8 % ženské populace. Vcelku dostatečné příjmy jak jsme si již uváděli, hodnotila většina respondentů (66 %), z toho 28 % mužské populace a 38 % ženské populace.

⁵⁴ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Spíše nedostatečné příjmy hodnotilo 14 % respondentů, z toho 8 % mužské populace a 6 % ženské populace. Za naprosto nedostatečné příjmy jsou pouhé dvě procenta respondentů, z toho pouze jeden muž.

Graf 18: Finanční situace respondentů



Zdroj: autorka práce, 2017 (vlastní šetření)⁵⁵

V závěru čtvrté kapitoly si shrňme údaje, které jsme analýzou dat získali. Lze říci, že dotazovaní se na stáří ve většině případu připravují. Dotazované osoby ve většině případů uzavřeli nějaké životní pojistky. Nejčastější uzavíraná pojistka je penzijní připojištění, druhá nejčastěji uzavíraná pojistka je rizikové životní pojištění a třetí nejčastěji uzavíraná pojistka je kapitálové životní pojištění. Respondenti uvádějí, že uzavřené pojistky pro ně jsou spíše výhodné. Průzkumem bylo zjištěno, že respondenti své příjmy hodnotí jako vcelku dostatečné. Přičemž, naprosto dostatečné příjmy mnoho respondentů nevedlo. Můžeme diskutovat tedy o tom, že respondenti hodnotí své příjmy průměrně. Z toho vyplývá, že respondenti se přiměřeně zajišťují. Na základě provedeného výzkumu, můžeme vyvrátit hypotézu číslo jedna, protože finanční příjmy respondenti hodnotili jako vcelku dostatečné. Hypotéza zněla, že čím mají osoby v produktivním věku nižší příjmy, tím mají větší tendence uzavírat smlouvy o finančních službách.

⁵⁵ Autorka práce, 2017 (vlastní šetření)

Celkové závěry výzkumu jsou následující:

První hypotéza, že „prožívání života mužů a žen ve středním věku se neliší“ se nepotvrdila. Hypotéza byla vyvrácena, protože prožívání mužů a žen se liší, sice ne vždy razantně, ale přeci ano. Celkově vyplynulo, že ženy berou všechny hodnoty vážněji než muži. Toto zjištění není velkým překvapením, protože je dané, že ženy jsou více citově založené. Také více nahlížíjí do budoucna a mají jiný pohled na svět. Zkrátka muži a ženy vnímají život rozdílně.

Druhá hypotéza, že „osoby v produktivním věku mají pozitivní ideje o prožívání života v důchodu: více aktivního životního stylu, zpomalení životního tempa, mnohem více volného času na cestování a koníčky, více času pro vnoučata“ se potvrdila. Bylo zjištěno, že respondenti od důchodového věku očekávají pozitivní, ale i negativní časy. Ovšem výsledky říkají, že očekávání jsou spíše pozitivní. Odpovědi respondentů mohou být zkreslené, protože každý jedinec mohl vnímat jednotlivé aspekty rozdílně. Bylo zjištěno, že se těší na čas pro svou rodinu a na vnoučata. Těší se na čas, který věnují svým koníčkům a cestování.

Třetí z hypotéz byla, že „osoby ve starším středním věku si přejí být stále výdělečně činnými“. Tato hypotéza se nepotvrdila. Dotazovaní se do důchodu těší a být výdělečně činnými nechtějí. Představa o vyplnění volného času respondentů je taková, že respondenti vědí, jak s volným časem v době po pracovním zařazení naloží. Do důchodu se těší a zůstat osobami výdělečně činnými nechtějí.

Čtvrtá hypotéza, že „čím mají osoby v produktivním věku nižší příjmy, tím mají větší tendence uzavírat smlouvy o finančních službách“ se nepotvrdila. Dotazované osoby uváděli, že jsou jejich příjmy vcelku dostatečné, tudíž neuzavírají finanční služby, z důvodu nižších příjmů. Nejčastější uzavíraná pojistka je penzijní připojištění. Respondenti uvádějí, že uzavřené pojistky pro ně jsou výhodné a pomohou jim v důchodovém věku, ve kterém bohužel jejich důchod nebude až tak velký.

ZÁVĚR

Tato práce se zabývá především přípravou na důchod, jak dotazovaní vnímají tuto životní fázi a co od ní očekávají. Je rozdělena do dvou částí, teoretické a praktické. V první části práce bylo přiblíženo vývojové období stáří, se všemi jeho pozitivy i negativy. Zmíněné byly projevy stáří a to tělesné, psychické a sociální. Dále bylo zmíněno téma, které se týkalo přístupu rodiny ke stáří. Jak přistupuje celková společnost ke stáří a stárnoucí populaci. Vymezená byla příprava na důchod a finanční gramotnost starších lidí. Také byly ukázány specifika odchodu do důchodu. Byl uveden význam životního smyslu ve stáří, podporující faktory smyslu života a deprese v důchodovém věku. Poslední kapitola se týkala konceptu aktivního stárnutí, kde jsou popsány univerzity třetího věku. Ústředním tématem práce však bylo zjistit, jak osoby středního věku vnímají stáří jako takové. Tím bylo myšleno, co od důchodového věku očekávají, jak se finančně připravují a zda se do důchodu těší či nikoli. Životy osob v důchodovém věku jsou různorodé a nelze dát obecný návod na to, co je nejlepší a nejvýhodnější. Odchod do důchodu je tedy závažným krokem a jeho nejdominantnějším důsledkem je zhoršení finanční situace jednotlivce. Zároveň je tento důsledek přirozenou součástí života a může přinášet i určitá pozitiva například v podobě zvýšených možností věnovat se rodině, koníčkům, zájmům apod. Praktická část práce se věnuje analýze dat získaných provedeným dotazníkovým šetřením. Vzhledem ke skutečnosti, že výběrový soubor tvořilo pouze 50 respondentů, mohou být některé dílčí výsledky výzkumu zkresleny či ovlivněny tímto nízkým počtem. Provedeným výzkumem měly být potvrzeny či vyvráceny čtyři hypotézy vycházející z poznatků teoretické části.

Z celé práce vyplývá, že respondenti se do důchodu těší a od této životní fáze ve většině případů očekávají spokojenost. Co se týká finanční přípravy na stáří, tak dotazovaní respondenti přípravu nepodcenili a na důchodový věk jsou ve většině případů připraveni. Většina v průběhu života uzavřela nějakou životní pojistku. Od penzijních připojištění, rizikových životních pojištění, kapitálových pojištění, investičních pojištění po flexibilní životní pojistky. Respondenti uváděli, že s uzavřenými pojistkami jsou spokojeni. Finanční situace respondentů je vcelku dostatečná. Co se týkalo představ o tom, jak vyplní volný čas v době po odchodu ze zaměstnání, tak bylo zjištěno, že respondenti si tuto situaci dokážou živě představit.

Mírně přes polovinu respondentů se do důchodu těší, což není až tak mnoho. Bylo očekáváno větší procento respondentů. Situace mezi mužskou a ženskou populací byla lehce odlišná, avšak razantní rozdíly to mnohokrát nebyli. Většina dotazovaných uvedla, že jsou se svým životem spokojeni, což bylo příjemným zjištěním. Co se týkalo dalšího vzdělávání, tak o to respondenti zájem nemají. Univerzita třetího věku je neláká a raději by chtěli prožívat klidný a příjemný důchodový věk.

Co se týká prognózy přípravy na stáří do budoucna, je třeba říci, že příjmy v důchodu se budou stále snižovat, a proto by se měl každý na důchod připravovat celoživotně. Nejlépe investováním do nemovitostí a do věcí, které neztrácejí svou hodnotu. Nejvíce do toho, co bude mít později mnohem větší hodnotu, než má v přítomnosti. Toto je způsobeno tím, že je a bude více osob v důchodovém věku, než ve věku produktivním. V současnosti není situace zatím nejhorší, ale otázkou je, co bude za třicet až čtyřicet let. Do budoucna by bylo vhodné vytvořit podobný výzkum na toto téma, ale pro větší skupinu dotazovaných respondentů. Bohužel takto malý počet dotazovaných může zjištěné výsledky zkreslovat.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

DLABATOVÁ, I. a D. KLEVETOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

DURKHEIM, E. *Sociologie a filozofie*. 1. vyd. Praha: Slon, 1999. ISBN 80-85850-57-5.

DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

HANZL, D. *Metody a techniky sociálního výzkumu*. 1. vyd. Třebíč: Amaprint-Kerndl, 2012. ISBN 978-80-87710-01-2.

HAŠKOVCOVÁ, H. *České ošetrovatelství*. 1. vyd. Brno: Institut pro vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2002. ISBN 80-7013-363-5.

HOJDA, Z. *Vetché stáří, nebo zralý věk moudrosti?*. 1. vyd. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1691-1

KALVACH, Z. a A. ONDERKOVÁ. *Stáří: Pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi psychologie*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-7262-455-5.

KALVACH, Z. *Tělesné projevy stáří*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

KALVACH, Z. *Úvod do gerontologie a geriatricie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0.

KALVACH, Z., H. ZAVÁZALOVÁ, R. JIRÁK, Z. ZADÁK a P. SUCHARDA. *Geriatricie a gerontologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

LANGMEIER, J. a D. KREJČÍKOVÁ. *Vývojová psychologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 1998. ISBN 08-7169-195-X.

MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova Univerzita, 2004. ISBN 80-86633-62-4.

PACOVSKÝ, V. a H. HEŘMANOVÁ. *Gerontologie*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1981. ISBN 08-044-81.

PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

PRŮCHA, J. *Pedagogický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-772-8.

PŘIB, J. *Kdy do důchodu a za kolik*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2399-0.

SOBOTKOVÁ, I. *Psychologie rodiny*. 3. vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0217-2.

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

VALERIÁNOVÁ, T. *Rodina a její význam pro seniory*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Ústav ošetrovatelství, 2010. Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Zlatica Dorková, Ph.D.

VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-2170-5.

Seznam použitých internetových zdrojů

FINANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ. *Kdy začít myslet na penzi?* [online]. 2016 [cit. 2017-01-29]. Dostupné z: <http://www.financnivzdelavani.cz/jak-na-to/zajisteni-na-stari/kdy-zacit-myslet-na-penzi2>

FINANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ. *Kolik peněz budeme v penzi potřebovat?* [online]. 2016 [cit. 2017-01-29]. Dostupné z: <http://www.financnivzdelavani.cz/jak-na-to/zajisteni-na-stari/kolik-penez-budeme-v-penzi-potrebovat>

GALVAS, Z. *K problematice kvality života TZP seniorů* [online]. 2001 [cit. 2017-01-16]. Dostupné z: <http://www.brailnet.cz/sons/docs/tl99/01.html>

ODMATURUJ. *Stáří: Psychologické aspekty stáří* [online]. 2012 [cit. 2017-01-28]. Dostupné z: <https://www.odmaturuj.cz/psychologie/stari/>

SIMAICHL, Z. *Příprava na stáří a finanční gramotnost* [online]. 2009 [cit. 2017-01-28]. Dostupné z: <http://www.simaichl.cz/?p=28>

SPVG. *Společnost přátelská všem generacím* [online]. 2015 [cit. 2017-01-28]. Dostupné z: <http://www.spvg.cz/>

TRUSINOVÁ, M. *Stáří mladýma očima: zdroje nevráživosti mladých k seniorům* [online]. 2013 [cit. 2017-02-14]. Dostupné z: <http://www.antropoweb.cz/cs/stari-mladyma-ocima-zdroje-nevrazivosti-mladych-k-seniorum>

SEZNAM ZKRATEK

U3V - univerzita třetího věku

SEZNAM TABULEK A GRAFŮ

Seznam tabulek

| | |
|-----------------|----|
| Tabulka 1:..... | 29 |
| Tabulka 2:..... | 29 |
| Tabulka 3:..... | 30 |
| Tabulka 4:..... | 30 |

Seznam grafů

| | |
|---------------|----|
| Graf 1:..... | 33 |
| Graf 2:..... | 34 |
| Graf 3:..... | 35 |
| Graf 4:..... | 36 |
| Graf 5:..... | 36 |
| Graf 6:..... | 38 |
| Graf 7:..... | 40 |
| Graf 8:..... | 41 |
| Graf 9:..... | 42 |
| Graf 10:..... | 44 |
| Graf 11:..... | 45 |
| Graf 12:..... | 46 |

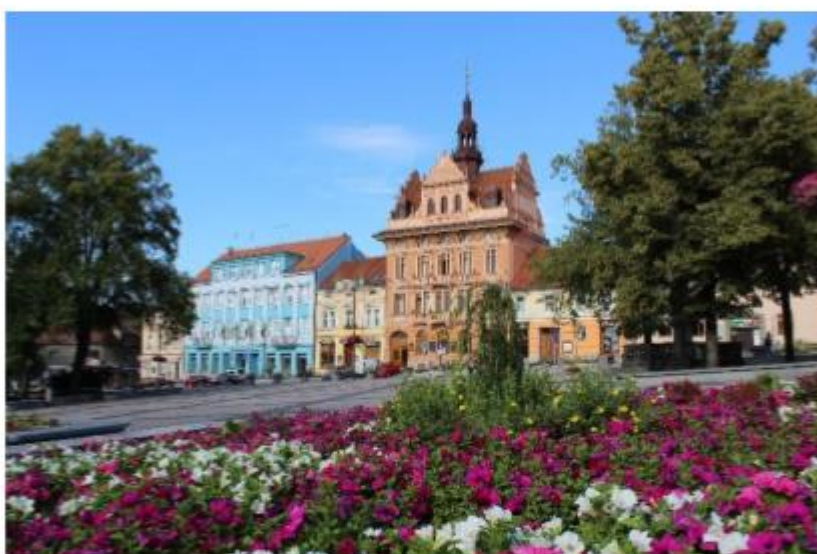
| | |
|---------------|----|
| Graf 13:..... | 47 |
| Graf 14:..... | 49 |
| Graf 15:..... | 50 |
| Graf 16:..... | 50 |
| Graf 17:..... | 51 |
| Graf 18:..... | 52 |

SEZNAM PŘÍLOH

| | |
|----------------------------|---|
| Příloha A - Dotazník | I |
|----------------------------|---|

Dotazník

Příprava na stáří a odchod do důchodu z pohledu dnešní populace středního věku ve městě Sedlčany



Kontakt: Michaela Hořtová
Email: hortova.michaela@seznam.cz
Telefon: 732112861

Vážení respondenti,

dovolte mi, abych se představila, jsem studentkou 1. ročníku Univerzity Jana Amose Komenského v Praze. V rámci své bakalářské práce si Vás dovoluji oslovit a požádat Vás o vyplnění dotazníku, který se zabývá přípravou na stáří.

Dotazník Vám nezabere více než 15 minut. Dotazování je anonymní a veškeré údaje, které uvedete, budou sloužit výhradně pro účely tohoto výzkumu. Byli jste náhodně vybráni z několika desítek respondentů, ale právě Váš názor mě velice zajímá.

Předem Vám děkuji za Váš čas, strávený nad vyplněním tohoto dotazníku.

Michaela Hořtová

Instrukce pro vyplnění dotazníku:

Otázky si nejprve pozorně přečtete. Vyberte si a zakřížkujte v šedém rámečku vždy jen jednu odpověď, pokud v instrukci otázky není uvedeno jinak. Děkuji za pochopení.

| | |
|---|-----|
| 1. Byl (a) jste už někdy dotazován na téma, které se týká přípravy na stáří? | Ano |
| | Ne |

| | |
|--|--|
| 2. Jak jste se Vy sám (a) připravil (a) na tuto životní fázi? | Zabezpečil (a) jsem se finančně (peníze, majetek, nemovitosti, akcie...) |
| | Na tuto životní fázi, jsem se nepřípravil (a) |
| | Jinak (na následující řádek napište jak) |
| | |

| | |
|--|-----|
| 3. Uzavřel (a) jste v průběhu života nějaké životní pojistky? | Ano |
| | Ne |

| | |
|--|--|
| 4. Odpovídají Ti, co odpověděli v otázce číslo tři ANO. Zde můžete zakřížkovat více možností. | |
| | Penzijní připojištění |
| | Rizikové životní pojištění |
| | Kapitálové životní pojištění |
| | Investiční životní pojištění |
| | Flexibilní životní pojištění |
| | Jiné (na následující řádek napište jaké) |
| | |

| | |
|--|-----------------|
| 5. Domníváte se, že životní pojistka, kterou jste uzavřel (a) byla výhodná, nebo nevýhodná? | |
| | Výhodná |
| | Spíše výhodná |
| | Spíše nevýhodná |
| | Nevýhodná |

| |
|--|
| 6. Jste ve svém dosavadním zaměstnání spokojen (á)? |
| Spokojen (á) |
| Spiše spokojen (á) |
| Jde to |
| Spiše nespokojen (á) |
| Nespokojen (á) |

| |
|---|
| 7. Zamyslete se nad svou finanční situací. Jaké jsou Vaše příjmy? |
| Naprosto dostatečné, nemusím se v ničem omezovat – jsem spokojen (á) |
| Vcelku dostatečné, omezují mě jen částečně – jsem vcelku spokojen (á) |
| Spiše nedostatečné, značně mě omezují v mnoha oblastech – jsem spiše nespokojen (á) |
| Naprosto nedostatečné, zásadně mě omezují ve všem – nejsem vůbec spokojen (á) |

| |
|--|
| 8. Souhlasíte s názorem, že člověk by se měl na stáří připravit tak, aby byl na pomoci svých dětí co nejméně závislý? |
| Určitě ano |
| Spiše ano |
| Spiše ne |
| Určitě ne |

| | | |
|--|----|---|
| 9. Co očekáváte od důchodového věku? Z následujícího tvrzení vyberte vždy ANO, nebo NE. | | |
| ANO | NE | Spokojený život |
| ANO | NE | Více času na koníčky |
| ANO | NE | Lásku |
| ANO | NE | Strach ze ztráty svých blízkých |
| ANO | NE | Každodenní dobrou náladu |
| ANO | NE | Zlé časy |
| ANO | NE | Poznání nových přátel, možností, dovedností |
| ANO | NE | Potíže s pamětí |
| ANO | NE | Spokojený bezstarostný život |
| ANO | NE | Elán a energii |
| ANO | NE | Strach, že se přihodí něco zlého |
| ANO | NE | Respekt k mým názorům |

| | | |
|-----|----|--|
| ANO | NE | Čas pro svou rodinu (vnoučata, partner, děti) |
| ANO | NE | Bojím se, že budu mít málo finančních prostředků |
| ANO | NE | Mám strach z nemoci |
| ANO | NE | Pomoc v domácnosti (od svých dětí) |
| ANO | NE | Těším se na cestování |
| ANO | NE | Očekávám více nejistoty |

| | | | | | |
|------------|--|---|---|---|--|
| 10. | Tyto hodnoty označte jako ve škole. Číslo 1 představuje nejdůležitější hodnotu a číslo 5 hodnotu nejméně důležitou. | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Sřadné a zdravé děti a jejich rodiny |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Být aktivní v tvůrčích pracích |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Spokojené manželství |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Úspěch v zaměstnání |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Vlastní majetek |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Příjemný a klidný život |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Přátelé |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Sebevzdělání (Univerzita třetího věku) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Zdraví |

| | |
|------------|--|
| 11. | Láká Vás Univerzita třetího věku? |
| | Ano |
| | Ne |
| | Nevím co U3V je |

| | |
|------------|--|
| 12. | Dokážete si představit, čím vyplníte volný čas v době, kdy nebudete v pracovním zařazení? |
| | Ano dokážu |
| | Spíše dokážu |
| | Spíše nedokážu |
| | Ne nedokážu |

| | |
|------------|--|
| 13. | Těšíte se na tuto životní fázi, nebo byste raději zůstal (a) osobou výdělečně činnou? |
| | Ano do důchodu se těším |
| | Ne netěším se, chtěl (a) bych zůstat osobou výdělečně činnou |
| | Je mi to jedno |

| | |
|--|-----------|
| 14. Považujete v současné době svůj život naplněně? | |
| | Ano |
| | Spíše ano |
| | Spíše ne |
| | Ne |

Děkuji za vyplnění dotazníku a na následující straně Vás žádám o vyplnění několika demografických otázek:

| | |
|---------------------------------|------|
| 15. Jakého jste pohlaví? | |
| | ZENA |
| | MUŽ |

| | |
|--|-------------|
| 16. Zařad'te se prosím do věkové kategorie. | |
| | 45 – 50 let |
| | 50 – 55 let |
| | 55 – 60 let |
| | 60 – 64 let |

| | |
|-----------------------------|------------|
| 17. Kolik máte dětí? | |
| | 1 |
| | 2 |
| | 3 |
| | Více než 3 |

| | |
|--|----------------------------|
| 18. Uveďte Vaše nejvyšší dosažené vzdělání. | |
| | Základní škola |
| | Střední (odborné) učiliště |
| | Střední (odborná) škola |
| | Gymnázium |
| | Vysoká škola |

Tímto Vám děkuji za vyplnění dotazníku a za Váš čas, který jste mu věnovali.

S pozdravem pěkného dne

Michaela Hořtová

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Michaela Hořtová

Obor: Vzdělávání dospělých

Forma studia: prezenční studium

Název práce: Příprava na stáří a odchod do důchodu z pohledu dnešní populace středního věku ve městě Sedlčany

Rok: 2017

Počet stran textu bez příloh: 48

Celkový počet stran příloh: 7

Počet titulů českých použitých zdrojů: 20

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 0

Počet internetových zdrojů: 7

Vedoucí práce: PhDr. Bohumír Fiala