

**UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA**

**Magisterské kombinované studium**

**2010 – 2012**

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

**Bc. Petra Horáková**

**Vzdělávání seniorů – Akademie III. věku  
v Havířově**

**Praha 2012**

**Vedoucí diplomové práce:**

**PhDr. Jan Kufa**

**JAN AMOS KOMENSKÝ UNIVERSITY PRAGUE**

**Master Combined (Part-Time) Studies**

**2010-2012**

**DIPLOMA THESIS**

**Bc. Petra Horáková**

**Senior citizen education – Academy of the Third  
Age**

**Prague 2012**

**The diploma work supervisor:**

**PhDr. Jan Kufa**

### **Prohlášení**

Prohlašuji, že předložená diplomová 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 použité literatury.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne 15. 2. 2012      Bc. Petra Horáková

### **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat svému vedoucímu diplomové práce PhDr. Janu Kufovi za odborné vedení a panu Ing. Oldřichu Kročkovi za pomoc a rady při zpracování praktické části práce.

## **Anotace**

Cílem práce je zjistit, co motivuje seniory ke studiu. Celá práce se skládá z 5 hlavních kapitol. První se zabývá procesem stáří a stárnutí. Druhá je zaměřena na postavení seniorů ve společnosti a rozsah péče o ně v ČR. Třetí a čtvrtá kapitola se věnuje celoživotnímu vzdělávání především lidí v seniorském věku. Pátá praktická část v úvodu charakterizuje Akademii III. věku v Havířově a posléze je uvedena výzkumná část, která si klade za cíl, zjistit spokojenost a motivaci účastníků kurzů A3V v Havířově. Závěrem jsou uvedeny výsledky dotazníkového šetření.

## **Klíčové pojmy**

akademie třetího věku, senior, stárnutí, stáří, vzdělávání, univerzita třetího věku

**Annotation**

The goal of the thesis is to find out what motivates seniors to study. The whole work consists of the five main chapters. The first chapter deals with the process of aging and old age. The second one focuses on older persons in society and the extent of care in the Czech Republic. The third and fourth chapters are considered to lifelong learning of elderly people. A practical introduction of the fifth part describes Academy III. Age of Havířov furthermore there is research about finding of satisfaction and motivation of the participants in the courses A3V Havířov. In conclusion, the results of the survey are shown.

**Key words**

Academy of the Third Age, age, aging, education, senior, University of Third Age

## **OBSAH**

ÚVOD .....	9
TEORETICKÁ ČÁST .....	10
1. STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	10
1.1 Stáří.....	10
1.1.1 Klasifikace stáří .....	11
1.1.2 Rizika stáří .....	14
1.1.3 Ageismus .....	15
1.1.4 Příprava na stáří .....	16
1.1.5 Adaptace na stáří .....	19
1.2 Charakteristika procesu stárnutí .....	21
1.2.1 Koncept úspěšného stárnutí .....	22
1.2.2 Stárnutí a kognitivní funkce.....	23
1.3 Vědní disciplíny zabývající se stářím .....	24
1.3.1 Gerontologie.....	24
1.3.2 Geriatrie .....	25
1.3.3 Gerontopedagogika.....	26
2. POSTAVENÍ SENIORŮ VE SPOLEČNOSTI.....	29
2.1 Generace, postoje .....	29
2.2 Péče o seniory ve společnosti .....	33
2.2.1 Rodinná péče .....	33
2.2.2 Terénní péče .....	33
2.2.3 Ústavní péče .....	34
3. CELOŽIVOTNÍ UČENÍ.....	36
3.1 Bariéry ve vzdělávání .....	38
3.2 Osobnost lektora .....	39
4. VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	41
4.1 Formy vzdělávání.....	41
4.2 Neformální vzdělávání.....	41
4.3 Formální vzdělávání .....	42

4.3.1	Akademie třetího věku (A3V).....	42
4.3.2	Univerzity třetího věku (U3V) .....	43
5.	AKADEMIE III. VĚKU V HAVÍŘOVĚ .....	46
5.1	Institut vzdělávání a rekvalifikace o.p.s. Havířov .....	46
5.1.1	Akademie III. věku 2003-2005 .....	47
5.1.2	Akademie III. věku 2005-2007 .....	49
5.1.3	Akademie III. Věku 2006-2008.....	51
5.1.4	Akademie III. věku 2007-2009, 2008-2010 .....	51
5.1.5	Akademie III. věku 2009-2011 .....	52
5.2	PRAKTICKÁ ČÁST (Dotazníkové šetření) .....	53
5.2.1	Výzkumný problém .....	53
5.2.2	Definice hlavních pojmů .....	54
5.2.3	Výzkumná metoda.....	55
5.2.4	Výzkumný soubor .....	55
5.2.5	Sběr dat.....	55
5.2.6	Výsledky výzkumu .....	56
5.2.7	Vyhodnocení předpokladů.....	74
	ZÁVĚR .....	76
	Seznam použité literatury .....	79
	Seznam tabulek .....	84
	Seznam grafů .....	85
	Seznam použitých zkratk .....	86
	Seznam příloh .....	87



## ÚVOD

Vzdělávací potřeby starších lidí byly dlouhou dobu opomíjeny a podceňovány. Jedním z důvodů, byl negativní obraz stáří spojený s nemocemi, tělesnou a duševní neschopností. V dnešní době se stále často hovoří o učící se společnosti, kdy možnost vzdělávat se by měla být dostupná pro všechny bez rozdílu. Stárnoucí člověk se neustále musí přizpůsobovat době, ve které žije, to znamená, vzdělávat se.

Cílem diplomové práce je zjistit motivaci, která vede seniory ke studiu, dále zjistit, jaká je jejich spokojenost s nabídkou kurzů a zda jsou splněna jejich očekávání.

Teoretická část se skládá ze čtyř kapitol. První kapitola rozvádí pojem stáří, jeho klasifikaci a možná rizika, jako je např. ageismus, která mohou ovlivnit duševní zdraví seniorů. Dále se podrobněji věnuje přípravě a adaptaci na stáří. V závěru první kapitoly je výčet vědních disciplín, zabývající se stářím.

Druhá kapitola se věnuje postavení seniorů ve společnosti a pohledu mladší generace na jejich svět. Dále se zabývá demografickým vývojem a přibližuje formy péče společnosti o starší generaci.

Vzdělávání seniorů je součástí celoživotního učení, kterému se věnuje třetí kapitola. Dále se zabývá zvláštnostmi a funkcí vzdělávání v postproduktivním věku. Čtvrtá kapitola je věnována neformálnímu a formálnímu vzdělávání seniorů a institucím, které toto vzdělávání poskytují.

Empirická část (pátá kapitola) diplomové práce je zaměřena na Akademii III. věku v Havířově. Je zde doložen průřez vzdělávacími aktivitami v průběhu několika let existence této instituce. Za účelem zjištění hlavního cíle diplomové práce, což je motivace ke studiu, spokojenost s nabídkou kurzů a splněná, či nesplněná očekávání seniorů, je zvolena kvantitativní výzkumná metoda. Dotazníkové šetření je graficky zpracováno. V závěru práce je uveden souhrn výsledků.

## 1. STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

### 1.1 Stáří

Láska a smrt jsou ohniskem elipsy lidské existence. Veškerá literatura a filozofie se točí kolem těchto dvou témat. Stolleis (2009, s. 167) říká: „Vznik a zánik života fascinuje člověka bez ohledu na to, zda se považuje za korunu veškerého tvorstva, za obraz Boží nebo za pozdní evoluční druh savce. Přemýšleli o tom kněží, umělci, básníci a filozofové, zakladatelé náboženství a velcí myslitelé. Nabízejí útěchu, ujišťují o znovuzrození, slibují život na onom světě, pragmaticky zdůrazňují výhody stáří, upadají do beznaděje kvůli nesmyslnosti smrti, protestují proti ní a považují ji za urážku života.“ Společenská povaha člověka však většinou ve stáří vidí izolované chřadnutí a osamělou smrt.

V evropských zemích se dnes mnoho vědeckých odvětví zajímá právě o „stáří“, během posledních zhruba 30 let můžeme u různých výzkumných směrů a v médiích pozorovat zvýšený zájem o toto téma. Staří lidé jsou zkoumání jako voliči, příslušníci určité generace, konzumenti spotřebního zboží a televizních programů, nebo jako klienti sociálních a lékařských zařízení.

Stáří se stalo aktuálním společenským fenoménem. Společnost, socializace a její proměny, které probíhají po dobu života jedince, ovlivňují proces stárnutí a následné stáří. Stárnoucí člověk se proto musí přizpůsobit době, ve které žije a která je v čase prakticky neopakovatelná. Každá doba vnímá starého člověka z jiného pohledu. Mnoho autorů se ve specifikaci, kdy se člověk stává starým, liší.

Význam gerontologie stále stoupá především z důvodu stárnutí celé populace. Lidský život se prodlužuje. V 16. stol. byla střední délka života 20 roků, v 18. století 23 – 28 roků, začátkem 19. stol. 37, poté 40, roku 1930 50 let, v r. 1959 61 roků u mužů a 66 u žen a v roce 1968 délka života u mužů 68,5

roků a u žen 72 let (Gregor, 1990). V dnešní době je to 73,5 roku u mužů a 80 let u žen. Podle středních předpovědí bude v roce 2050 tento věk činit 79 let, resp. 85 let.

Stárnutí obyvatel bude mít mnohé ekonomické následky. Vyšší podíl starších lidí zatěžuje ekonomiku, tzn. menší část populace je pracující a platící daně, a tak nedostatečně pomáhá zajistit důchody, sociální a lékařskou péči starším občanům.

Stárnutí je obecně biologickým jevem. Jedná se o přirozený proces, během kterého se snižují adaptační schopnosti a ubývají funkční rezervy organismu. Probíhá již od početí, ale za skutečné projevy stárnutí považujeme až pokles funkcí, které nastávají po dosažení sexuální dospělosti (Kalvach, 2004).

### **1.1.1 Klasifikace stáří**

Stáří je přirozenou a poslední etapou života. Stejně jako ostatní vývojové etapy má své typické biologické znaky. Změny, které s sebou přináší, se neopakují. Mezi základní charakteristiky patří individuálnost procesu stárnutí a to, že v průběhu stárnutí dochází ke změnám v oblasti tělesné, psychické i sociální. Stárne celý člověk (Petřková, 2005).

Při periodizaci lidského života se nejčastěji vychází z kalendářního věku, nazývaného také matriční nebo chronologický. Stáří je tedy podle kalendářního věku vymezeno dosažením určitého věku, od něhož se obvykle nápadněji projevují involuční změny. Výhodou kalendářního vymezení stáří je jednoznačnost a jednoduchost.

V 60. letech 20. stol. byl stanoven Světovou zdravotnickou organizací (WHO) hraniční věk stáří 60 let. WHO pracuje s následující klasifikací:

- ranné stáří 60-74 let (starší, stárnoucí člověk, vyšší věk)
- vlastní stáří 75-89 let (pokročilé pravé stáří, sénium)
- dlouhověkost 90 let a více

Mühlpachr, Staníček (2001) uvádějí členění dle V. Příhody, který považuje za sénium období od 60 let a má tyto tři fáze:

- časné stáří (stárnutí, senescence): 60-74 let
- vlastní stáří (kmetství, sénium): 75-89 let
- dlouhověkost (patriarchum): nad 90 let

P. Mühlpachr (2004) se opírá o členění z 60. let 20. století, které navrhla Neugartenová. Rozdělila stáří na mladé seniory (65-74 let) a staré seniory (nad 75 let). Z toho pak vznikla následující periodizace:

- mladí senioři (65-74 let) - dominuje problematika adaptace na penzionování, na přebytek volného času - důležitý rozvoj seberealizace, aktivit, koníčků,
- staří senioři (75-84 let) - dominuje změna funkční zdatnosti, specifická medicínská problematika, atypický průběh chorob,
- velmi staří senioři (85 let a výše) - nabývá na významu sledování soběstačnosti a zabezpečení.

Podle F. Tvaroha (1983) je možno proces stáří rozdělit na tyto fáze:

- příprava na stárnutí - období od 45 do 60 let pro muže. U žen toto období začíná přechodem,
- rané stáří označuje věk mezi 60 až 74 lety,
- vlastní stáří je období od 75 do 89 let,
- kmetický věk dosažen po 90 letech.

Pro přípravné období je typické, že se lidé snaží užít, co se dá. Nejen v práci, ale i ve volném čase.

Doba vlastního stárnutí se vyznačuje zpomalením a zklidněním. Lidé hodnotí svůj uplynulý život. Mnohdy provází toto období nespokojenost, lítost či vztek z toho, co propásli a nestihli vykonat. Postupně se v tomto věku život stává ustáleným a příliš se toho nemění. Přejít mezi jednotlivými obdobími je plynulý a každý člověk jim prochází individuálně.

Mechanismy zodpovědné za rozvoj stárnutí nejsou známy. Existuje jen řada hypotéz a teorií (Kalvach, 1997):

**teorie rychlosti života** – teorie, kdy délka života závisí na rychlosti, s jakou organismy vydávají energii,

- **lipofuscinová teorie** – lipofuscin tzv. pigment stáří, představuje příčinu stárnutí na buněčné úrovni. Bohužel ačkoliv je lipofuscin znám už více než 250 let, není provedena úplná analýza ani jeho mechanismus vzniku,
- **teorie účinku reaktivních sloučenin kyslíku** – teorie založená na primárním účinku reaktivních sloučenin kyslíku.

Existuje celá řada faktorů, které ovlivňují délku života populace (Mühlpachr, 2004):

- **život ve vysokohorských podmínkách** – statisticky je prokázáno, že v nadmořské výšce 2000 m se dožívá věku 90 let 24 lidí z 10 000, oproti lidem žijícím v nadmořské výšce 1 000 m, kde se dožívá 90 let jen 13 lidí z 10 000. Tato šetření jsou však ovlivněna malým počtem lidí žijících v takovémto prostředí a je zde rovněž odlišný způsob života. Je tedy málo pravděpodobné, že pobyt na horách prodlužuje maximální dobu života.
- **strava** – byly provedeny různé výzkumy ohledně nadváhy, která zkracuje délku života. Složení potravy však není faktorem určujícím délku života. Jedná se o komplexní jev.
- **tělesný pohyb** – statistická šetření neukázala souvislost mezi délkou života a tělesnou aktivitou. Ta má blahodárný účinek na prodloužení aktivní části života, nikoliv na prodloužení života samotného.
- **průběh onemocnění ve stáří** – pro vysoký věk jsou typické mnohočetné poruchy. Terapii onemocnění ve stáří komplikuje odlišná reaktivita na léky, která je způsobena odlišnou metabolickou aktivitou.

Každý živý organismus se časem opotřebovává. Rychlost opotřebování je ovlivněna vnitřními, zevními a smíšenými činiteli. Mezi nejdůležitější vnitřní

činitele patří dědičné dispozice. Pokud člověk dodržuje rozumnou životosprávu, má větší naději na delší život. Mezi vnější činitele můžeme uvést prostředí, škodlivé záření, smog, chemické produkty a znečištěné životní prostředí. Zátěží pro staršího člověka bývají i náhlé změny, které narušují jeho zaběhnutý stereotyp. Také ztráta kontaktu se zevním světem může proces stárnutí urychlit ( Tvaroh, 1983).

Langmeier uvádí důvody, proč nelze jednoznačně určit počátek stáří (Langmeier, Krejčířová, 2006):

- individualita každého člověka,
- ve stáří se ještě více prosazují rozdíly každého jedince. Někdo si uchovává duševní i tělesnou zdatnost do pozdního věku, jiný vykazuje známky stárnutí velmi brzy,
- medicínský pokrok dokáže posunout hranici stáří, zároveň je vlivem pokroku na člověka kladeno více a více nároků.

Stárnutí zasahuje člověka jako celek. Stárneme tělesně, duševně i sociálně. Je to vlastně poslední fáze vývoje, kterou prožívá každý jedinec. Protože tato fáze nenese žádné zdokonalení funkcí, na rozdíl od předcházejících období vývoje, někteří badatelé toto období nazývají postvývojovou fází, v níž již byly realizovány všechny latentní schopnosti vývoje a zůstávají pouze nově působící možnosti poškození (Bromley, 1974).

### **1.1.2 Rizika stáří**

Duševní zdraví seniorů bývá ohrožováno mnoha specifickými rizikovými faktory. Senioři se musejí vyrovnávat se ztrátou svých blízkých, hodně obtížné bývá vyrovnání se s úmrtím celoživotního partnera. K významným stresorům dnešní doby patří finanční problémy, ale také sociální izolace, samota či nuda. Problém může způsobovat i nedostatečný přístup k dopravě a stále častěji se tato věková kategorie stává obětmi trestných činů.

Dle Pacovského (1990) je nutné věnovat zvýšenou pozornost skupinám starých lidí, které ohrožují tyto rizika:

- **psycho – sociální rizika** – vysoký věk jedince (80 a více), ztráta aktivity, sociální izolace a samota, rodinné konflikty, nezvladatelné požadavky prostředí, maladaptace na změny a na zátěže, trvalé umístění jedince do institucionální péče, finanční obtíže a problémy související s očekávanou smrtí,
- **zdravotní rizika** - předčasné a nápadně rychlé stárnutí, multi-morbidita, psychické nebo tělesné handicapy, komplikovaná onemocnění, funkční poruchy a neuznání obtíží jako projevů nemoci.

Tato rizika mohou ohrožovat seniory dlouhodobě (rizika chronická) a nebo akutně.

Nejobtížnější psychickou zátěží bývá změna sociálního statutu, tzn. odchod do důchodu. Již samotný výraz odchod je záporné povahy a pro člověka znamená ztrátu profesní role, je spojen s velkou nejistotou. Lidé musí změnit a přehodnotit svoje role, hodnoty a postoje. Stávají se ekonomicky závislí na společnosti. Ztrácí důležité sociální vazby (Stuart-Hamilton, 1999). Jen určitá část lidí odchází do důchodu s pocitem uspokojení. Velká část lidí odcházejících do důchodu prožívá pocity odloženosti, vyřazenosti, devalvace, sebehodnocení.

### 1.1.3 Ageismus

Ve stáří se zvyšuje riziko, že osoby vystavené diskriminaci přijmou dominantní skupinový záporný obraz a budou se chovat tak, jak tomu odpovídá negativní stereotyp (Tošnerová, 2002). V důsledku to může znamenat omezování společenské činnosti, nevyhledání lékařského ošetření, přijímání chudoby atd.

Pojem ageismu poprvé použil americký psychiatr Robert Butler v roce 1968. Původní a dodnes pravděpodobně nejrozšířenější definice ageismu hovoří o stereotypizování a diskriminaci lidí pro jejich stáří. Synonymem tohoto pojmu je „věková diskriminace“ nebo „diskriminace na základě věku“.

V sociální gerontopsychologii se s konceptem ageismu začíná pracovat až začátkem 90. let 20. století.

R. Butler (1975) ve své publikaci pojem ageismus rozpracovává takto:

- ageismus můžeme chápat jako proces systematického stereotypizování a diskriminace lidí pro jejich stáří, podobně jako se rasismu a sexismus vztahují k barvě pleti a pohlaví. Staří lidé jsou kategorizováni jako senilní, rigidní ve svém myšlení a způsobech, staromódní v morálce a dovednostech,
- ageismus dovoluje mladším generacím vidět starší lidi jako odlišné od nich samých, a proto jim brání, aby se se staršími lidmi identifikovali jako s lidskými bytostmi.

V českém prostředí se věkové diskriminaci poprvé komplexněji věnovala L. Vidovićová (2008), která definuje ageismus jako ideologii založenou na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovanou skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku anebo na jejich příslušnosti k určité generaci.

#### **1.1.4 Příprava na stáří**

Příprava na stáří je celoživotním procesem. Každý jedinec by se měl na období stárnutí a stáří připravovat v průběhu svého života. Předpokladem jejího úspěšného zvládnutí je zaměření se na aktivity a perspektivy do budoucnosti. Způsoby přípravy na stáří mohou mít rozmanité podoby tj.:

- koníčky, další vzdělávání,
- zdravý životní styl,
- podpora ze strany rodiny,
- finanční příprava na stáří,
- informace o nabídce sociální pomoci (služeb) pro seniory, o nárocích na tuto pomoc a o specializovaných zdravotních službách pro seniory,



- otázky bydlení.

Podle V. Pacovského (1988) rozdělujeme přípravu na stáří do tří etap:

- **dlouhodobá příprava** je neoddelitelnou součástí života, proto je rozhodující celoživotní výchovné, vzdělávací i zdravotně-osvětové působení na celou populaci. Důležité je vést mladou generaci k úctě ke starým lidem, rodičovství a stabilním rodinným vztahům,
- **středně dlouhá příprava** začíná 45. rokem života člověka a je rozdělena na tyto tři základní problémové okruhy:
  - biologická rovina znamená osvojení zásad zdravého životního stylu, racionálního stravování, aktivního odpočinku a eliminaci negativních návyků.
  - psychická rovina si klade za cíl přijmout stáří za součást svého života a akceptovat roli, která nás čeká,
  - sociální rovina se věnuje mimopracovním aktivitám a zájmům. Postupně a aktivně si má člověk připravovat náhradní program seberealizace v období stáří. Aktivním zapojením do společenského života zabránit pozdější segregaci a izolaci.
- **krátkodobá příprava** na stáří je bezprostřední přípravou, která začíná 3 až 5 let před odchodem do důchodu. Toto období bývá psychicky náročné, člověk se musí smířit se ztrátou dosavadního sociálního postavení.

Podle Kalvacha (2004) je nutné začít s přípravou na proces stárnutí již ve středním věku. Lidé v tomto věku by se měli seznamovat s psychologií a filozofií stáří, trénovat kognitivní funkce, zabývat se tématy smrti a umírání a také se účastnit vzdělávacích programů pro seniory. Udržovat si své osobní zájmy a integraci ve společenském životě.

V minulých letech proběhlo několik empirických výzkumů věnovaných různým způsobům přípravy na stáří. Výzkum realizovaný Výzkumným ústavem práce a sociálních věcí „Život ve stáří“ v roce 2002 se zaměřil na osoby ve věku 60 a více let. Jeho cílem bylo zmapovat životní podmínky,

názory a postoje českých seniorů. V roce 2004 byl uskutečněn výzkum „Střední generace“, byl zaměřen na respondenty ve věku 45-59 let a jeho předmětem zájmu bylo zjistit, jaké problémy lidé v této životní etapě řeší, jak zvládají své úkoly a jak se připravují na období stárnutí. Z uvedených výzkumů vyplynulo, že nejvyšší podíl osob praktikuje pasivní strategii přípravy na stáří, tzn. že se na své stáří s předstihem příliš nepřipravují

(SVOBODOVÁ, K Analýza: příprava na stáří,

[http://www.demografie.info/?cz\\_detail\\_clanku=&artclID=714,2011-12-12](http://www.demografie.info/?cz_detail_clanku=&artclID=714,2011-12-12)).

Tab. 1: Strategie přípravy na stáří, podle vzdělání (%)

strategie	Střední generace				Život ve stáří			
	ZŠ, bez maturity	maturita	VŠ	celkem	ZŠ, bez maturity	maturita	VŠ	celkem
aktivní	6,6	13,7	29,5	13,9	6,6	15,7	14,1	9,9
středová	21,5	36,1	43,2	31,9	19,5	23,2	37,0	22,1
pasivní	71,9	50,2	27,4	54,2	73,9	61,1	48,9	68,0

Zdroj: Střední generace 2004; Život ve stáří 2002

Pozitivním zjištěním je, že v průběhu času dochází k určitému posunu směřujícímu k uvědomělejšímu chování, tzn. většina osob středního věku, se na blížící se stáří začíná připravovat již po čtyřicátém roce věku.

Podle uvedených výzkumů patří mezi nejčastěji uváděné způsoby přípravy na stáří koníčky, kterým je možné se věnovat ve stáří a v případě střední generace také finanční příprava, tj. placení penzijního či životního pojištění. Daleko méně rozšířený způsob přípravy na stáří je další vzdělávání, informování o nabídce sociální pomoci pro seniory nebo změny v oblasti bydlení.

Tab. 2: Jednotlivé způsoby přípravy na stáří (%)

	Střední generace			Život ve stáří	
	ano	ne, ale uvažují o tom	ne a neuvažují o tom	ano	ne
Koníčky, kterým se lze ve stáří věnovat	75,4	13,5	11,0	71,5	28,5
Další vzdělávání	35,9	23,2	40,9	9,9	90,1
Zdravý životní styl (sport, zdravá strava aj.)	54,9	29,2	16,0	50,8	49,2
Hovory s dětmi o jejich případné podpoře	16,3	27,0	56,7	19,0	81,0
Spoření, příp. nákup akcií, nemovitostí apod.	55,7	15,0	29,3	46,4	53,6
Placení životního pojištění	57,6	14,8	27,6	25,4	74,6
Placení penzijního připojištění	72,0	15,5	12,6	20,1	79,9
Informování o nabídce sociální pomoci (služeb) pro seniory	8,4	24,5	67,1	18,3	81,7
Informování o spec. zdrav. službách pro seniory	7,4	22,8	69,9	17,9	82,1
Hledání přiměřeného bydlení	4,1	9,9	86,0	17,9	82,1
Úprava bytu pro bezpečnější pohyb a činnosti	7,3	12,2	80,5	12,9	87,1
Snaha obnovit předměty usnadňující chod domácnosti	34,8	24,2	41,0	51,2	48,8

Zdroj: Střední generace 2004; Život ve stáří 2002

### 1.1.5 Adaptační strategie na stáří

K prožití spokojeného stáří je nutné, aby se člověk adaptoval na proces stárnutí. K dosažení optimální adaptace je potřeba se zaměřit na jeho individuální možnosti. Musí se zohlednit jeho dosavadní životní styl, osobní potřeby a přání a zároveň respektovat jeho volbu a osobní svobodu.

Podle studie S. Reichardové lze rozlišit 5 typů či strategií vyrovnávání se s vlastním stářím (Krejčířová, 2006):

- **konstruktivní strategie** – člověk je aktivní, nepřestává mít radost ze života, vyrovnaný se svým věkem, akceptuje i eventualitu smrti. Je snášenlivý a změny přijímá vstřícně. Většinou jsou to lidé, kteří prožili šťastné dětství a spokojenou dospělost.

- **strategie závislosti** – lidé tohoto typu jsou pasivní a závislí na druhých lidech, na které se spoléhají více než na sebe. Strategie méně příznivá, ale ještě přijatelná.
- **strategie obranná** – lidé jsou pedantičtí, jednají podle zvyků a konvencí. Jsou přehnaně aktivní.
- **strategie hostility** – jsou nepřátelští a dávají druhým lidem za vinu své nezdary. Mohou být více podezřívaví, agresivní a stěžují si stále na něco.
- **strategie sebenávisti** – lidé jsou k sobě příliš kritičtí, svůj dosavadní život berou jako selhání, agresivitu obracejí sami vůči sobě. V mládí měli často problémy ve vztazích s rodiči, neuspokojivý produktivní věk a jsou přesvědčeni o své neužitečnosti.

V 60. letech 20. století vznikly adaptační teorie, které popisují možnosti udržování či uvolňování se z aktivit v seniorském věku (Švancara, 1983):

- **teorie aktivity** – netrpí-li senior závažnějšími obtížemi, měl by zůstat ve stáří aktivní a uchovat si své přátele,
- **teorie stažení se** – postupné uvolňování z aktivit – stárnoucí člověk se postupně vzdává svých funkcí a činností na základě svého rozhodnutí,
- **substituční teorie** – pokud stárnoucí osoba nezvládá dosavadní činnosti v důsledku snížení svých schopností, je vhodné je nahradit jinými – vhodnějšími.

Jak se vyrovnat s příznaky stárnutí popisuje Křivohlavý (2002) dva přístupy:

- **reznace** – člověk ztrácí naději, pasivně očekává svůj konec. Je přesvědčen o nemohoucnosti, je negativně motivován. Jeho život lze charakterizovat jako vegetování a v tomto případě můžeme hovořit o pojmech předčasná nebo psychická smrt,
- **boj** – člověk se rozhodl bojovat, udržuje kontakty, má víru a důvěru k životu, dokáže se radovat z maličkostí.

## 1.2 Charakteristika procesu stárnutí

Každý člověk stárne určitým tempem. Proces stárnutí je dán nejen genetickou výbavou člověka, ale také různými životními podmínkami, interakcemi s prostředím, odlišným zdravotním stavem i životním stylem.

**Biologická involuce** vychází z individuálních genetických dispozic. Mühlpachr (2004, s. 22) uvádí: „Léky, které mají příznivě ovlivňovat stav organismu ve stáří, se označují jako geriatrika. Používají se pouze tzv. nepravá geriatrika, která pozitivně ovlivňují organismus. Působí především substitučně – dodávají látky, které u daného člověka (často u seniorů) chybějí – vitamíny, minerály, hormony. Někdy se zde řadí i látky ovlivňující mozkovou činnost stimulačně či zefektivnění metabolismu. Žádné pravé geriatrikum, které by ovlivnilo biologický mechanismu stárnutí, není znám.“

Po šedesátém roce života nabývá **tělesná involuce** rychlejšího tempa. Lze říci, že stárnutí je kontinuální proces, součást celoživotního vývoje organismu. Jednotlivé orgány a jejich fyziologické funkce stárnou nestejně. Některé významnější somatické změny ve stáří a jejich důsledky (Mühlpachr, 2004):

- složení organismu – atrofie tkání se zmnožením vaziva a tuku, úbytek tělesné hmoty, zmenšení objemu celkové tělesné vody, ukládání vápníku v tkáních,
- pohybový aparát – pokles svalové síly, stárnutí chrupavky, zhoršení pohybové koordinace,
- nervový systém – poruchy spánku, atrofie mozku,
- metabolismus,
- oběhový systém – snížení průtoku krve všemi orgány,
- respirační systém – zvýšení dechové práce,
- vylučovací systém – např. poruchy močového měchýře,
- trávicí systém – opotřebenění a ztráta chrupu, snížení acidity žaludeční,
- imunitní systém – horší efekt imunizace ve stáří,
- atrofie kůže,
- snížená vitalita tkání a zpomalené hojení,

- zhoršení smyslového vnímání – zhoršení adaptace na šero a svět, zhoršení sluchu, oslabení chuti a čichu, snížení tepelné rozlišovací schopnosti.

Stejně jako u tělesného stárnutí, tak i v **duševním vývoji** je těžké odlišit přirozené involuční změny dané věkem od změn, které jsou součástí nebo následkem duševní poruchy. Duševní činnost starých lidí je zpomalena, starší člověk je ke své činnosti méně motivován a je na ní méně zainteresován, je však zvýšeně opatrný. Obecně uznávaným rysem je špatné snášení změn (stěhování, úmrtí blízké osoby aj.). S přibývajícím věkem, se zpomaluje i rychlost slovní reakce. Obtížně se vyjadřují a potřebují více slov. Postupně se stávají uzavřenější, jejich citový a intelektuální život se pro ně stává důležitějším. Dochází ke změnám i v citové oblasti – nedochází u nich k tak velkým citovým výlevům jako za mlada (Mühlpachr, 2004).

Proces stárnutí lze považovat za zákonitý proces, který je zahájen příchodem na svět. Jedná se o přirozený proces, se specifickými změnami ve všech třech složkách lidské osobnosti, tzn. dochází ke změnám fyzickým, psychickým a sociálním. Stuart-Hamilton (1999) používá pro popis změn v procesu stárnutí tyto pojmy:

- primární stárnutí – týká se změn v tělesné oblasti,
- sekundární stárnutí – změny, které se objevují častěji, ale nemusí být vždy přítomny,
- terciální stárnutí – vyjadřuje prudký úpadek bezprostředně před smrtí.

### **1.2.1 Koncept úspěšného stárnutí**

Gerontologové se často tážou, zda je zdravotní a funkční stav ve stáří pozitivně ovlivnitelný. Pokud by nebyl, docházelo by zákonitě s prodlužováním střední délky života k přibývání závislých osob – tedy lidí s nízkou kvalitou života a s vysokou potřebou zdravotně sociální péče. Proti této představě stojí možnost

oddálení nemocnosti, která předpokládá nejen prodloužení, ale především zkvalitnění života ve stáří.

V USA vznikl koncept úspěšného stárnutí, který je zaměřen na zlepšování zdravotního a funkčního stavu stárnoucích osob s prevencí vzniku jejich závislosti.

Stárnutí podle tohoto konceptu může být (Mühlpachr, 2004):

- obvyklé, normální – zdravotní a funkční stav seniora odpovídá jeho vrstevníkům a současné normě v dané společnosti,
- úspěšné – zdravotní a funkční stav seniora je lepší než průměr, je soběstačný, tělesně, psychicky i sociálně aktivní,
- neúspěšné, patologické – zdravotní a funkční stav je horší než u vrstevníků. Rozvíjí se závislost na okolí a nemoci.

Základním požadavkem konceptu je řada faktorů, z nichž některé jsou ovlivnitelné:

- zákonitá biologická involuce
- chorobné procesy
- způsob života (aktivita či pasivita)
- životní podmínky
- subjektivní hodnocení a prožívání

### **1.2.2 Stárnutí a kognitivní funkce**

Kognitivní funkce souvisejí s tím, jak vnímáme a jednáme, jsou nezbytné k vykonávání jakéhokoliv úkolu, patří k nim všechny myšlenkové procesy, které nám umožňují rozpoznávat, pamatovat si, učit se a přizpůsobovat se měnícím se podmínkám prostředí. Mozek obsahuje více než 10 miliard neuronů, které pomocí výběžků elektrickými impulzy přenáší informace. Přenos informací má vliv na funkčnost mozku a jeho zdokonalování. V praxi to znamená, že je nutný trénink nejen naší fyzické schránky, ale i duševní. Zdokonalováním sama sebe vytváříme hustotu spojů celého nervového systému. Vlivem stárnutí organismu dochází k úbytku neuronů, což je ve stáří

v rozmezí 10 až 20%. Nové výzkumy ukazují, že pravidelným tréninkem a využíváním informací se mohou neurony také obnovovat. Člověk je schopen učit se celý život, pouze v pozdním věku se mění způsob zpracování informací (Klevetová, Dlabáčová, 2008).

Podporu kognitivních funkcí v seniorském věku můžeme provádět jednoduchým pravidelným tréninkem paměti. Existuje celá řada preventivních strategií, jak předejít rozvoji kognitivního narušení ve vyšším věku a příp. rozvoji demence. Je doporučována dostatečná a pravidelná fyzická aktivita, kognitivní trénink (luštění křížovek, četba, učení cizího jazyka), dostatečný odpočinek a zdravá dieta.

### **1.3 Vědní disciplíny zabývající se stářím**

Prodlužování průměrné délky života člověka v průběhu dvacátého století a její vzestupná tendence je předmětem zkoumání odborníků nejrůznějších profesí. Patří mezi ně demografové, lékaři, ekonomové, psychologové, sociologové, sociální pracovníci aj. Jedná se o problematiku multidisciplinární tzn. zabývá se jí řada různých oborů a vědních disciplín. Není v silách jednoho vědního oboru ani jednoho člověka pojmout proces stárnutí a stáří v celé jeho šíři. Problémy stáří a stárnutí je potřeba studovat navzájem, srovnávat, podporovat spolupráci odborníků různého zaměření, pořádat odborné semináře, konference a současně přiblížit a zpřístupnit získané poznatky a informace nejširší veřejnosti.

#### **1.3.1 Gerontologie**

Vědní obor zabývající se problematikou stárnutí a stáří. Jeho název byl etymologicky odvozen z řeckých slov gerón – stařec, logos – slovo, nauka. Jako samostatný interdisciplinární vědní obor je uznáván od roku 1939.

Gerontologie je věda zabývající se zkoumáním biologického procesu stárnutí, psychických a fyzických vlastností stárnoucího organismu, dlouhověkostí a dokonce i sociálními a společenskými problémy stáří. Jejím hlavním a nejdůležitějším cílem není analýza procesu stárnutí obecně, ale rozbor, který



má pomoci hledat osobní předpoklady a podmínky pro prožití spokojeného a šťastného stáří (Wolf, 1982).

Gerontologie je integrovaný vědní obor, který spolupracuje a využívá řady poznatků a informací z jiných společenských disciplín a plně si uvědomuje nutnost komparace všech poznatků.

V současnosti se gerontologie podle Kalvacha (1997) člení do tří hlavních proudů:

- experimentální (biologická) gerontologie – zkoumá příčiny a mechanismy stárnutí živých organismů,
- sociální gerontologie – zabývá se vzájemným vztahem starého člověka a společnosti,
- klinická gerontologie – věnuje se zvláštnostem zdravotního stavu a nemocí ve stáří, specifickým aspektům jejich výskytu, klinickému obrazu, průběhu léčby i sociálním souvislostem.

Gerontologie má specifický obsah, vymezený předmět zájmu, využívá zvláštních poznávacích metod (experiment) a také má stanovený cíl – program. Shrnuje všechno, co se týká starého člověka ve zdraví i nemoci. (Pacovský, Heřmanová, 1981).

### **1.3.2 Geriatrie**

Lékařský obor zabývající se klinickým obrazem, diagnostikou, léčbou a prevencí nemocí ve vyšším věku. Jeho název je odvozen z řeckého gerón – stařec a iatro – léčím. V České republice byla geriatrie uznána za samostatný specializační obor medicíny v roce 1983. Jeho cílem je zlepšit zdravotní péči o pacienty – seniory, dosáhnout zlepšení zdravotního stavu funkční zdatnosti starší populace a zlepšit kvalitu života ve stáří. Zahrnuje prevenci, diagnostiku, léčbu, specifickou rehabilitaci a geriatrické ošetřovatelství. Maximálně využívá poznatků z experimentální i sociální gerontologie (Mühlpachr, Staníček, 2001).

U nás je často ztotožňována pouze s dlouhodobou péčí, ošetřovatelstvím a sociální problematikou. Geriatrie také usiluje o akutní geriatrickou péči,

o zachování a obnovu soběstačnosti pacientů vyšších a nejvyšších věkových skupin, o zachování schopnosti žít kvalitní a nezávislý život.

Nedílnou součástí je také spolupráce se seniory mladšími 65 let, se seniorskými organizacemi, kluby, rodinami, které pečují o své starší rodinné příslušníky, s laickými ošetrujícími, s ostatními vědními obory i různými rezorty.

### **1.3.3 Gerontopedagogika**

Zájem odborníků o vzdělávání stárnoucích a starých lidí je doprovázen i konstituováním nové hraniční disciplíny, která studuje tyto speciální otázky. Zabývá se edukací, tj. výchovou a vzděláváním seniorů. Základ pojmu tvoří řecké slovo gerón – stařec a agogé – vedení. V anglosaské literatuře nacházíme i termín eldergogy (= rozpracování systematického přístupu k vyučování starších lidí). Mühlpachr (2004, s.11) hovoří o gerontopedagogice a rozlišuje:

- „gerontopedagogiku v užším slova smyslu, která je chápána jako pedagogická disciplína zabývající se výchovou a vzděláváním seniorů, kde se jedná o vzdělávání ve stáří a ke stáří
- gerontopedagogiku v širším slova smyslu, která je prezentována jako teoreticko-empirická disciplína zajišťující komplexní péči, pomoc a podporu seniorům při uspokojování jejich potřeb v nemedicínské dimenzi, ale paralelně s ní.“

Mimo gerontologie, geriatrie a gerontopedagogiky se stárnutím a stářím zabývá ještě například gerontopsychologie, gerontopsychiatrie, sociologie stáří, gerontoekologie, gerontoergonomie a řada dalších podoborů a specializací. Podstatou všech těchto disciplín, které se od sebe liší jen nepatrnými rozdíly a řeší řadu podobných problémů, je specifická sociálně věková skupina starých lidí (Wolf, 1982).

Gerontopsychologie je vědní obor zabývající se stárnutím a stářím z hlediska individuálních zvláštností, řeší řadu témat týkajících se generačních a intergeneračních vztahů, psychických změn spojených s odchodem

do důchodu, vývojem partnerských, manželských a rodinných vztahů, náplní volného času seniorů, schopností přizpůsobit se různým změnám atd. Takové a mnoho dalších problémů (představy o stáří, hodnocení a sebehodnocení seniorů, negativní stereotypy stáří apod.) řeší také sociologie stáří a sociální gerontologie. Gerontopsychologické výzkumy se zaměřují na vytváření objektivních metodik, kterými by bylo možné postihnout hlavně časné psychické změny vyvolané normálním stárnutím, na vypracování detailních charakteristik duševních projevů stárnutí v celé oblasti psychiky (Mühlpachr, 2004).

Gerontopsychiatrie je speciální podobor psychiatrie a zároveň se stává prvním specializovaným podoborem geriatrie. Gerontopsychiatrie je věda zabývající se duševními poruchami souvisejícími s procesem stárnutí a stáří, jejich prevencí, diagnostikou, léčbou a péčí o duševně nemocné staré lidi (Holmerová, Jurášková, Zikmundová, 2003).

Gerontoergonomie je pak obor, který se zabývá například kvalitou bydlení starých lidí, metodikou organizace práce a pracovních prostředků, zaměstnáváním a pracovními podmínkami seniorů.

Gerontoekologie je vědní obor jehož podstatou je vztah mezi starými lidmi a prostředím, ve kterém žijí, vztah mezi seniory navzájem, problematika intergeneračních vztahů atd.

Do budoucna se od všech vědních disciplín a oborů zkoumajících otázky stárnutí a stáří očekává ještě intenzivnější studia a výzkumy. Jejich hlavním cílem bude zejména zvýšit počet tělesně a duševně zdravých starých jedinců, na základě získaných poznatků oddalovat stárnutí, umožnit organismu, aby se pokusil realizovat své možnosti druhově mu dané.

Výsledkem pak bude zlepšení kvality života seniorů i zdravotní a sociální péče o ně a současně také snížení úmrtnosti během stárnutí, snížení celkových nákladů na zdravotní péči a zabránění segregaci starých lidí.

Samozřejmě i do budoucna se počítá s týmovou spoluprací všech odborníků z nejrůznějších vědních disciplín, ale také s úsilím samotných seniorů. Dostatek vědecky fundovaných znalostí a informací o věkovém úseku stáří pomůže spoluvytvářet psychologicky i pedagogicky příznivější prostředí pro naše spoluobčany.

## 2. POSTAVENÍ SENIORŮ VE SPOLEČNOSTI

V dřívějších dobách si stáří společnost velmi cenila. Starci byli bohatstvím národa. Řídili se pravidlem „ve starých lidech přebývá vědomost, kterou lid potřebuje, aby dobře žil“ (Grün, 2009, s. 7). V dnešní uspěchané a moderní době je nutné získat nový smysl pro moudrost a stáří. Tím pozvedneme a ochráníme poklad, který společnost v sobě ukrývá. Zároveň nám toto ocenění stáří umožní pozitivně vnímat své vlastní stárnutí. Každý člověk stárne a myšlenkami o stáří se nezabývají jen staří lidé, je to důležité pro každého. Náš život si vybudujeme úspěšnější, jen pokud se k procesu stárnutí postavíme čelem.

### 2.1 Generace, postoje

Generací je míněna skupina lidí (vrstevníků), která se narodila a dospívala přibližně v téže době bez ohledu na příbuzenský či jiný vztah. V chování jednotlivých generací existují rozdíly dané společenským vývojem. Vrstevníky spojují životní a dobové podmíněné zkušenosti, hodnotový rejstřík a způsob uvažování. Díky prodlužování délky lidského života se na světě setkávají v současnosti čtyři žijící generace lidí. Rozdíly mezi generacemi jsou dané nejen životními zkušenostmi. Soužití několika generací je dnes volnější než dříve. V rodině sice žije několik generací, ale existují vedle sebe, vědí o sobě, jsou v kontaktu. V našich podmínkách preferujeme osamostatnění mladých od rodičů, s přibývajícím věkem se projevuje tendence vrátit se ke kořenům a být blíže dětem. Stále však platí mezigenerační výpomoc, která může být psychická i fyzická, ovšem je-li rodina schopna a ochotna ji poskytnout (Tošnerová, 2009).

Každý člověk se narozením stává členem určité sociální skupiny. Tou může být rodina, pracovní kolektiv, národ atd. Členství ve skupině je přirozené i nezbytné od počátku až ke konci života. Vztah společnosti k těm, kteří se

blíží ke svému konci, je základem důvěry jedinců – všichni musí mít vyhlídku na to, že jejich život nebude ukončen násilně anebo v důsledku nezájmu druhých, ale že bude udržován i přes nesnáze. Velmi důležitými jsou osobní prožitky se stářím, ty se stávají hlavními zdroji postojů ke stáří. Vliv má zcela jistě rodinná výchova, kdy zkušenosti s postoji k seniorům v rodině a morální či etická výchova, může ovlivnit vyrůstajícího jedince na celý život. Později, v průběhu dospělosti, pak ovlivňuje obavy z vlastního stáří a nemoci.

U diskusí mladých o světě starých se můžeme setkat, jak s kladnými, tak i negativními postoji. Tošnerová (2002, s. 41) uvádí: „několik výroků mladší generace o světě seniorů:

- Já a moje rodina považujeme pečovat o staré lidi za svou morální povinnost, nedokážou si představit, že bych tak neučinila a péči přenechala na institucích.
- Vztah ke starým je jako jakýkoli vztah k ostatním lidem, nerozdělovala bych je na staré a mladé, jsou to lidé jako já. Záleží na člověku, ne na věku.
- Jsou trpělivější, rozvážnější, klidnější.
- Srovnávám si skutečné životní hodnoty, učím se při kontaktu s nimi toleranci a trpělivosti.
- Všichni jednou budeme staří - potřebují naší pomoc, starali se o nás celý život.
- Ze starých lidí mám dobrý pocit, když se usmívají a jsou spokojeni. Dávají mi své zkušenosti, budujeme přátelství. Jsou to i starosti, ale to je normální.
- Často vzpomínají na to, co bylo dříve, asi se tím snaží předat své zkušenosti.
- Jsou staří a měli bychom je chápat, i když ne vždy je to jednoduché. Lituji je.
- Můj vztah ke starým je dost nevyvážený, na jednu stranu k nim cítím úctu a lítost, ale na druhé straně si nechci připustit, že jednou budu také stará, proto jsem k nim odměřená.

- Své banální problémy zveličují, nejsou až tak závažné. Mají přehnané obavy.
- Jejich svět je úplně odlišný od našeho. Nikdy nevím, o čem se s nimi mám bavit.
- V péči o staré lidi nevidím výsledek, vidím jen zhoršení, marnost úsilí.”

Před sto lety na území Čech a Moravy byla délka života u mužů 38 let a u žen o 6 let více. V roce 2006 se stejný statistický údaj vyšplhal u mužů téměř na dvojnásobek, u žen na 78 let. Čas tzv. dožití se výrazně prodlužuje a nejvíce se zvýší počet lidí, kteří překročí osmdesátku. Máme z toho radost, ale současně i strach. Tato demografická revoluce, tzn .že třetina populace je a bude v třetím věku života tj. ve stádiu stáří, je pro společnost zcela něco nového. Je to změna, která ovlivní svět více, než předpokládaný střet kultur. Dnešní staří lidé jsou zdravější, než jejich rodiče, jsou v průměru vzdělanější, mají vyšší nároky na život a nejsou tak skromní. Jejich zdravotní stav je díky prevenci a hlavně lékům mnohem lepší. Pro tyto lidi však zatím není vhodná náplň života. Před sto lety většina lidí začínala pracovat kolem 15-16 roku a poměrně krátce po dosažení věku důchodového umírala. Ženy měly více dětí. Ti, kteří se dožili šedesáti a více let tvořili pouze 6% obyvatelstva. Dnes představuje tato věková skupina již čtyřnásobek a v prognóze pro rok 2050 se uvádí přibližně 40%. Fáze životního cyklu se změnily. Pro roli dospělého člověka, který pracuje a vydělává peníze, potřebujeme poměrně dlouhou přípravu, skoro třetinu života. Poslední třetina života člověka náleží do období stáří, což ovlivní celou společnost. Řešení tohoto problému není jen otázkou financí, ale je to také otázka životní náplně (Demografické souvislosti stárnutí, [http://www.cvvm.cas.cz/upl/nase\\_spolecnost/100067s\\_Starnuti.pdf](http://www.cvvm.cas.cz/upl/nase_spolecnost/100067s_Starnuti.pdf),2011-11-10).

Vzhledem k demografickému vývoji a ekonomickým možnostem společnosti je věková hranice odchodu do důchodu stále upravována a navyšována. Odchod do důchodu, platí to bez ohledu na dobrý zdravotní stav, mnohdy bez ohledu na možnosti a schopnosti, je v ČR s rozdílným přístupem pro ženu a

muže. V uváděném přístupu je možné vycítit diskriminaci mužů, protože delší doba dožití je u žen zjevná už od 19. století a větší nemocnost žen není prokázána. Pokrokovým jevem 19. století se staly důchodové reformy. Otto Eduard Leopold von Bismark-Schönhausen jako jeden z nejvýznamnějších politiků 19. století a jako budovatel sjednoceného Německa v roce 1881 zavádí nový systém sociálního pojištění, který zahrnoval všechny vrstvy obyvatelstva a byl dokončen až roku 1889. Odchod do důchodu byl tenkrát spojen s věkem 65 let, kterého se v té době lidé ani nedoživali. V průběhu 20. století se důchodci své renty již dožívají a vyčleňují se z tzv. produktivního věku do věku postproduktivního (Tošnerová, 2009).

Musíme si uvědomit, že většina seniorů nepotřebuje ve stáří pomoc, většina není nemocná, ani neleží v ústavech, ale žije ve svých domácnostech, není ostatním na obtíž, ale je a může být spokojena a spokojenost může předávat svoji aktivitou i dalším lidem.

V dokumentu Ministerstva práce a sociálních věcí ČR „Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012“ je uvedeno, že občané každého věku by měli hrát aktivní roli při určování povahy a kvality jim poskytovaných služeb. Na trhu práce, při poskytování zdravotní péče, sociálních a dalších služeb je žádoucí zásadní změna přístupu ke starším lidem. Stárnoucí společnost si nemůže dovolit vylučovat starší osoby z trhu práce a neposkytovat příležitost těm, kteří chtějí žít aktivně. Je potřeba zajistit:

- více možností pro aktivní a soběstačný život ve stáří, nejen více ošetrovacích zařízení pro seniory,
- přátelské komunity, které poskytují více příležitostí pro sociální aktivity a hodnotné trávení volného času,
- komunitní centra poskytující starším občanům a rodinám podporu flexibilní služby,
- nabídku vhodného a důstojného bydlení, které podporuje sociální integraci a vyhovuje potřebám a omezením starých lidí.



Je nutné se však zamyslet i nad bariérami a diskriminací seniorů, a to nejen ve zdravotní a sociální péči. Kalvach (2006) uvádí řadu negativních konsekvencí souvisejících se stárnutím populace:

- demografická panika
- gerontofobie – strach ze záplavy starých lidí
- různé formy ageismu – věková diskriminace, segregace, mezigenerační střety
- nedostatečná kapacita služeb pro seniory
- zastarávání struktury zdravotnických a sociálních služeb.
- chybění konsensu, odborné i občanské shody o základních prvcích života ve stáří a služeb pro seniory (např. penzijní reforma, věk a povaha penzionování, geriatrická medicína).

## **2.2 Péče o seniory ve společnosti**

Základní formy péče o seniory je dle Výzkumného ústavu práce a sociálních věcí nevyhovující. Převažuje především ústavní péče o seniory, ačkoliv tuto péči potřebují asi jen 2% seniorů v ČR. U zajišťování zdravotní a sociální péče o seniory je třeba myslet na velkou heterogenitu této skupiny obyvatelstva. V ČR rozlišujeme tři druhy zajištění péče – rodinná, terénní a ústavní.

### **2.2.1 Rodinná péče**

Rodinná péče je založená na osobním vztahu k seniorovi, odehrává se v místě, na něž je senior zvyklý, je zajištěna nejbližší rodinou. Jedná se o nejlepší formu péče, respektující integritu, psychický stav a kvalitu života jedince. Je časově náročná pro rodinu, často vyžaduje i odřeknutí vlastních priorit ve prospěch rodiny jako celku.

### **2.2.2 Terénní péče**

Terénní péče může být poskytována ve formě:

- osobní asistence (osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, onemocnění, postižení),
- pečovatelská služba (v domech s byty s pečovatelskou službou, může být poskytována v domácnostech osob nebo v zařízeních sociálních služeb – např. zajištění stravování nebo chodu domácnosti či pomoc při osobní hygieně),
- home care zajišťována kvalifikovaným zdravotnickým personálem v přirozeném prostředí pacienta,
- odlehčovací služby – terénní, ambulantní nebo pobytové služby poskytované osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, onemocnění nebo postižení, cílem je umožnit osobě nezbytný odpočinek.

Tato péče usnadňuje rodinám péči o svého starého člena. Jedná se především o kombinování rodinné péče s dalšími formálními službami, které je možno využít. Především se jedná o finanční podporu. V cizích zemích jsou systémy sociální a zdravotní péče velmi rozličné. Skandinávské země mají tradičně rozvinutý systém komunitní péče, v německých zemích jsou to charitativní služby církve a náboženských organizací. V jiných zemích pak fungují různé formy pomoci neziskovými organizacemi (často s příspěvkem státu, obce, nebo placené přímo klientem).

### **2.2.3 Ústavní péče**

V této formě péče existuje řada problémů, které se vzájemně prolínají. Mezi nejčastější problém pro samotné seniory je vytržení z domácího prostředí, na které byli zvyklí a z toho vyplývá zhoršující se stav a strádání.

V dnešní době se můžeme setkat s těmito formami ústavní péče:

- lůžkové oddělení nemocnic (velice nákladné a odstupuje se o ní)
- geriatrická oddělení nemocnic (slouží jako akutní oddělení pro nemocné nad 70 let)

- léčebny dlouhodobě nemocných (jsou určeny osobám trpící dlouhotrvajícími nemocemi, mohou fungovat jako státní, soukromé organizace, součást nemocnice aj.)
- domovy pro seniory (jsou určeny seniorům, jejich zdravotní stav nevyžaduje speciální lékařskou pomoc, jde především o zajištění ubytování a věcnou pomoc v případě potřeby)
- domy s byty zvláštního určení s pečovatelskou službou (je zde poskytována sociální péče občanům, kteří si nejsou sami schopni si obstarat nutné domácí práce příp. potřebují ošetření druhých)
- hospic – speciální zařízení v péči o umírající, umožňuje prožít důstojný konec života pro nevléčitelně nemocné.

Péče o staré lidi prodělává vývoj především v posledních desetiletích zejména v souvislosti se stárnutím populace.

Jak již bylo uvedeno výše, stáří se projevuje především ztrátou pracovní aktivity, poklesem sociálního statutu, zhoršujícím se zdravotním stavem, úmrtím partnera, řidnutím sociálních sítí. Je však velmi důležité zachovat si i jako senior svou vlastní nezávislost, soběstačnost – tj. vlastní autonomii. Autonomie seniorů je všeobecně chápána jako respekt vůči starším, zachování rozhodovacích kompetencí, soukromí. Můžeme ji vnímat jako Sýkorová (2007):

- soběstačnost fyzickou – zajištění osobních potřeb, potřeb svých nejbližších a péči o domácnost
- soběstačnost finanční – schopnost postarat se o sebe, nezávislost na druhých, absence pocitu závazku, pocit svobody, svobodné rozhodování o finančních výdajích.

### 3. CELOŽIVOTNÍ UČENÍ

Vzhledem k stále rychlejšímu rozvoji techniky a vědy a jejich vliv na všechny oblasti lidského života musí lidé zpracovávat stále více informací, zvládat nové situace a činit více rozhodnutí než kdykoliv předtím. Vzdělávání se stává životní nezbytností ke zvládnutí všedního života. Rychlé zastarávání získaných vědomostí vyžaduje celoživotní vzdělávání všech lidí.

Koncepce celoživotní vzdělávání byly formulovány mezinárodními organizacemi, které změnilly tradiční pojetí vzdělávání. Definice celoživotního vzdělávání mezinárodní organizace OECD z roku 2000 říká, že se jedná o systémový přístup, zaměřující se na standardy vědomostí a dovedností, které platí pro všechny děti od nejútlejšího věku k učení po celý život a koordinuje snahy o zajištění příslušných možností pro všechny dospělé, bez ohledu na zaměstnané usilující o postoupení na vyšší kvalifikační stupeň či nezaměstnané, kteří se potřebují rekvilifikovat. (Wikipedie, [http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní\\_vzdělávání](http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní_vzdělávání), 2011-11-12)

Celoživotní vzdělávání představuje důležitou otázku rovněž pro politiku Evropské unie, která jej zahrnuje mezi základní přístupy k rozvoji politiky vzdělávání a představuje klíčový bod pro zaměstnanost. Toto vzdělávání jednak podporuje sociální začleňování a osobní naplnění, a také zvyšuje zaměstnanost a přizpůsobivost vůči novým pracovním příležitostem. Otevírá kontakty, umožňuje reciprocitu, setkávání, účast ve vzdělávacích programech a mezinárodních grantových aktivitách, bez ohledu na věk.

Z hlediska realizace je možno celoživotní vzdělávání sledovat v těchto podobách:

- formální vzdělávání – je uskutečňováno národním vzdělávacím systémem, zahrnuje denní i dálkové studium a vede k dosažení určitého stupně vzdělání,

- neformální vzdělávání – probíhá zpravidla ve specializovaných zařízeních, jedná se o nejrůznější programy, kurzy v oblasti jazykového, odborného nebo sociálního vzdělávání. Vědomosti a dovednosti touto formou získané pomáhají zlepšovat jedinci nejen pracovní, ale i společenské uplatnění. Do této kategorie spadá i vzdělávání seniorů formou univerzit třetího věku.
- informální vzdělávání – jedná se o nahodilé, příležitostné prohlubování znalostí především formou sebevzdělávání nebo samostudiem.

Jedním z důležitých požadavků celoživotního vzdělávání je, aby příležitost k němu měli skutečně všichni. Cílem společnosti je tedy vytvořit takové podmínky a vzdělávací příležitosti, aby lidé cítili potřebu získávat nové informace, zdokonalovat se a také, aby mohli a chtěli tuto potřebu uspokojit v průběhu celého života, tedy i v postproduktivním věku.

Je všeobecně známo, že pokud se člověk učí, žije. Bohužel byly vzdělávací potřeby starších a starých lidí dlouhou dobu ignorovány. K přehodnocení úlohy vzdělávání starší populace ve společnosti dochází od 60. let dvacátého století.

Senioři tvoří ve vzdělávání bezpochyby speciální skupinu, vyžadující odlišný přístup a pojetí vzdělávacího procesu na rozdíl od vzdělávacích skupin jiných věkových kategorií. Je nutné k nim přistupovat odlišně. Dospělí lidé ve věku nad 60 let už ve většině případů nezačínají studovat, nýbrž spíše pokračují v předešlých studijních návycích. Jejich přístup je ovlivněn zájmy, samotnými poznatky, zkušenostmi jedince, které získal v průběhu života. V této souvislosti jsou důležité poznatky vycházející z oborů gerontologie a gerontagogiky (Bočková, 2000).

Funkce vzdělávání v postproduktivním věku rozlišujeme (Mühlpachr, 2004):

- preventivní – pozitivně ovlivňuje průběh stáří a stárnutí, pokud byla prováděna v určitém předstihu,
- anticipační – přispívá k pozitivní připravenosti na změny ve stylu života, ke kterým dochází zejména odchodem do důchodu,

- rehabilitační – je spojována se znovuobnovováním či udržováním fyzických a duševních sil,
- posilovací – je považována za nejvýznamnější, přispívá k rozvoji zájmů, potřeb a schopností lidí v postproduktivním věku, někdy je také nazývána funkcí stimulační či kultivační.

Vzdělávání seniorů může usnadnit zvládnání vývojových úkolů v průběhu života a usnadní přechod a adaptaci v pozdějších stádiích. Zlepšuje orientaci v nových životních situacích a schopnost samostatně se rozhodovat.

Vzdělávání ve starším věku se stává nutnou podmínkou pochopení života ve stále se měnícím světě. Nové informace poskytují seniorům možnost volby, jak si uspořádat svůj život, jak být psychicky vyrovnanější a spokojenější.

V ČR nabízí celá řada nejrůznějších institucí, spolků a nadací vzdělávací programy pro seniory. Cílem všech těchto programů by mělo být rozvíjení a podpora tvořivého myšlení, ne jen učení faktu a znalostí. Je nutné brát ohled na řadu specifíků, které vyplývají z jejich dosavadního sociálního a společenského postavení, z jejich věku, z jejich odlišné motivace.

Vzdělávání dospělých jedinců má své zvláštní charakteristiky v porovnání s učením dětí a mládeže. V seniorském věku se tyto zvláštnosti ještě násobí. Dle výzkumů orientovaných na zkoumání inteligence bylo zjištěno, že schopnost učit se a řešit nové problémy s věkem klesá (tzv. fluidní inteligence), zatímco inteligence ovlivněná prostředím a učením, zkušenostmi a kulturním prostředím (tzv. krystalická inteligence) může s věkem i vzrůstat.

### **3.1 Bariéry ve vzdělávání**

Vzdělávací proces v seniorském věku může znesnadnit celá řada faktorů, které jsou subjektivního či objektivního rázu. Mezi základní faktory odborníci řadí (Čornaničová, Petřková, 2004):

- obavu z poklesu sensorických a kognitivních schopností, nedůvěru ve své schopnosti, nízké sebepojetí, trému a úzkost z nových situací, nedostatek energie a vitality, nerozhodnost (subjektivní),

- nedostatek informací o edukačních příležitostech nebo špatný přístup k nim, nevhodná doba konání akcí, problémy s dopravou či přepravou, finanční náročnost.

Z českého sociálně vědního výzkumu je patrné, že čeští senioři jsou málo sebevědomí, blížící se důchod nebo důchod samotný je vede k pasivitě, programem pro seniory je často to, že žádný program nemají (Rabušic, 2006).

### **3.2 Osobnost lektora**

Důležitým faktorem ve vzdělávání seniorů hraje osobnost kompetentního lektora, který disponuje nejen odbornými znalostmi a dovednostmi, ale má také zkušenosti v práci se seniory. Hrapková (2010, s. 100) ve své publikaci uvádí: „Konkrétní kompetence, které jsou nezbytné pro vzdělavatele seniorů:

- odborné a sociální kompetence – vysoká odbornost, profesionalita, srozumitelná technika přednášení, dochvilnost, aplikace poznatků do praxe, schopnost jednoduše podat i složité souvislosti,
- didaktické kompetence – plánování a projektování výuky, tvorba vzdělávacích obsahů, řízení samostatné práce účastníků vzdělávání,
- osobnostní a charakterové vlastnosti – ochota přednášet seniorům, kolegiálnost, pozornost a přátelský přístup k posluchačům, lidskost, umění pochválit, upřímnost a radost z předávání vědomostí,
- intelektuální kompetence – schopnost vyhledávání informací a výběr základních informací, schopnost produkovat nové myšlenky, kreativní myšlení, sebehodnocení a sebepoznání.“

Ve vzdělávání seniorů je nutné, aby lektor nutně dodržoval zásady jako je logické uspořádání obsahu výuky, provázanost lekcí celého vzdělávacího cyklu nebo průběžné opakování a shrnování základních informací a myšlenek (Palán, 2003).

Zajímavým hlediskem výběru vzdělavatele může být i jeho věk. V některých případech je vhodnější starší lektor, jehož tempo a vztah k věkově blízkým

skupinám dá posluchačům pocit jistoty a důvěry. Někteří jedinci nemusejí mladého lektora akceptovat a dochází zbytečně k neefektivnímu procesu učení.

Mezi základní didaktické zásady vzdělávání seniorů podle Palána (2003) patří:

- logické uspořádání obsahu výuky jak v rámci jedné lekce, tak i ve vzájemné provázanosti lekcí celého cyklu,
- časté opakování a shrnování základních myšlenek a nových poznatků pro důkladnější vštípení nové látky do paměti, opakované zdůrazňování podstatného,
- co nejčastější zapojování účastníků do vzdělávacího cyklu a jejich participace na něm,
- nutnost zpětné vazby formou diskuse či dotazování,
- neustálá motivace a pomoc při překonávání nedůvěry ve vlastní schopnosti a schopnost učit se.

Příprava lektora na vzdělávání seniorů se může někdy jevit náročnější než vzdělávání studentů mladších věkových skupin. Senioři patří mezi náročnější posluchače, kteří rádi a často poměrně kriticky posuzují kompetence lektora z nejrůznějších úhlů pohledu.



## 4. VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

### 4.1 Formy vzdělávání

Vzhledem k diferencovanosti skupiny lidí v postproduktivním věku se můžeme setkat s nejrůznějšími formami vzdělávání. Vliv na to má především úroveň vzdělání, původní profese, finanční možnosti, sociální zařazení, místo bydliště nebo osobní celoživotní zkušenosti.

Vzdělávání seniorů je organizováno v různých formách, buď jako samostatná (soukromá) organizace nebo začleněním seniorů do vzdělávacího systému.

### 4.2 Neformální vzdělávání

K neformálnímu seniorskému vzdělávání může docházet v rámci těchto organizací (E-senior, <http://www.e-senior.cz/www/>, 2011-11-12):

- **Seniorská centra** (setkávání, aktivní činnosti)
- **Kluby důchodců** (návštěvy kulturních akcí, exkurze, besedy, přednášky, výstavy aj.)
- **Kluby třetího věku** – jsou určeny lidem starší generace, ale přesto to nejsou kluby důchodců ani seniorů, někdy se můžeme setkat s klubem tří generací, jejichž cílem je vytvořit podmínky pro setkávání a společné aktivity dětí, dospělých a seniorů a tím přispět k rozvoji vzájemného porozumění a respektu mezi generacemi, příp. podporovat vznik mezigenerační komunity) – čítárny, tvořivé dílny, besedy aj.
- **Kluby aktivního stáří** – sdružující seniory, kteří se aktivně podílí na kulturních, společenských a vzdělávacích událostech věnované svým vrstevníkům. Další náplní může být umělecká a další zájmová činnost. Financování takových klubů probíhá především z dobrovolných darů jeho členů, příp. města, státu aj.

### **4.3 Formální vzdělávání**

V největší míře se na celoživotním vzdělávání seniorů podílí Akademie a Univerzity třetího věku, které mají své zastoupení po celé republice. Konkrétní formy vzdělávání, míra odbornosti, obsah i nároky na studenty se liší dle organizátorů.

#### **4.3.1 Akademie třetího věku (A3V)**

V ČR vznikla první A3V v roce 1983 v Přerově. Zřizovatelem bylo Okresní kulturní středisko a spoluorganizátorem byl Československý červený kříž. Při pořádání prvního běhu se využilo především zahraničních zkušeností. Kurz byl uskutečněn na přelomu let 1983 a 1984 a jeho cílem bylo poskytnout základní informace z oblasti vzdělávacích zájmů osob vyššího věku. Hlavním záměrem nebylo rozšířit znalosti, ale především stimulovat zájem účastníků o praktické využívání získaných vědomostí, o aktivní přístup k životu i o současné dění. A3V od samého začátku fungování poskytovala také příležitost k výměně názorů, k vytváření optimistické atmosféry a k podpoře pocitu sounáležitosti. Do A3V se tehdy přihlásilo 82 zájemců, z nichž 75 kurz dokončilo. Nejmladšímu účastníkovi bylo 56 let a nejstaršímu 75 let, většina posluchačů byla s dokončeným středoškolským vzděláním a asi 20% účastníků bylo se základním vzděláním. (Šipr, 1997)

Dobré zkušenosti získané v Přerově vedly k zakládání A3V v dalších místech, např. v Lipníku n. Bečvou, v Praze, v Hradci Králové atd.

Pořádání A3V nevyžaduje příliš složitou organizační strukturu, pořadatelem může být jakákoliv společenská organizace či instituce, v některých případech se na realizaci A3V podílí více pořadatelů. A3V organizují různé činnosti kulturně-osvětového charakteru na všeobecně přístupné úrovni. V rámci jejich vzdělávání jsou nabízeny jednorázové, krátkodobé nebo i vícesemestrální akce na aktuální téma nebo akce dle zájmu. Délka vzdělávacích cyklů jsou závislé na činnosti každé akademie. Jsou zaměřeny na občany, kteří již aktivně opustili své povolání, ale stále se snaží udržovat v dobré psychické i fyzické kondici a

chtějí být členy skupiny lidí podobného věku i zájmů. Většina akademií nabízí své služby zájemcům starších 50 let (Šipr, 1997).

Obecně lze říci, že A3V jsou velmi významnou součástí organizované přípravy na aktivní stáří a plní tři důležité úkoly:

- všeobecně vzdělávací
- zájmově poznávací
- adaptační

#### **4.3.2 Univerzity třetího věku (U3V)**

První univerzita tohoto typu byla založena ve Francii v Toulouse v roce 1972 při Univerzitě společenských věd. Zakladatelem a tvůrcem nových vzdělávacích metod, se stal Pierre Vellas (Vavřín, 2010). Tento vzdělávací program pro seniory se rozšířil postupně po celém světě a tzv. celoživotní učení bylo začleněno rovněž do koncepce UNESCO a Evropské unie.

Kladné výsledky snah s pořádáním A3V v ČR vedly k myšlenkám uskutečnit i náročnější formu vzdělávacích aktivit starších osob – tj. univerzitu třetího věku. První U3V byla založena v roce 1986 při Palackého univerzitě v Olomouci. Vznik prvních českých U3V je spojen s Československou gerontologickou společností a s Československým červeným křížem, kdy hlavním obsahovým zaměřením byla problematika zdraví a jeho prevence (Šipr, 1997). Jako druhá U3V vznikla při 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze. K dalším U3V se postupně přidaly ostatní fakulty Univerzity Karlovy v Praze, v Plzni, Hradci Králové, Ostravě aj.

Každá vysoká škola vnímá institut U3V individuálně, především s ohledem na charakteristiku dané školy. Základním posláním U3V je otevření univerzitních poznatků, vědomostí a dovedností seniorům. Cílem U3V není jen prohlubovat jejich dosavadní vědomosti, ale i prezentovat nové poznatky, obory a technologie, které jsou jim jinak nedostupné. Posláním kurzů U3V je též stimulace k aktivitě a poskytnutí informací usnadňujících praktické využívání dříve získaných poznatků. Výukou na akademické půdě je provází

její profesori, docenti, lektori a další odborníci z praxe. Jednotlivé kurzy a přednášky bývají zaměřeny na seznámení studentů s novinkami v současném světě – především na poli vědy a techniky a také na samotná specializovaná témata humanitních, společenských, přírodních i technických věd.

Přijetí ke studiu je omezeno pouze dokončeným středoškolským vzděláním s maturitou (výjimky jsou možné) a dosažením určité věkové hranice (50 či 60 let, hranice pro přiznání starobního důchodu – liší se dle konkrétní školy). Omezená je také kapacita. Kurzy se většinou vypisují a přihlašuje se do nich začátkem jara. Přijatí studenti platí zápisné pohybuující se od 100,- Kč za rok či semestr studia. Výuka je organizována prostřednictvím přednášek, seminářů, cvičení i exkurzí, nejčastěji jednou či vícekrát za týden nebo 14 dní. Bývá stanovena procentuální hranice účasti na výuce k úspěšnému dokončení studia. Jeho výsledkem není sice získání nějakého titulu či pracovní kvalifikace, nicméně promoce a vydání osvědčení o absolvování studia posluchače univerzit nemine. Je důležité zmínit, že posluchači U3V nejsou studenty podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách. Zájem o vzdělávání seniorů stále roste a je uskutečňováno téměř na všech českých vysokých školách. V současnosti U3V existuje na 20 vysokých školách ČR. Hlavními cíli jsou optimalizovat formu a strukturu státní podpory a umožnit seniorům, aby výuka probíhala i mimo univerzitní místa a střediska.

#### **4.3.2.1 Asociace**

V roce 1993 byla založena z iniciativy několika dobrovolníků Asociace Univerzit Třetího Věku (AU3V). Jedná se o neziskové občanské sdružení institucí, které nabízejí a provozují vzdělávací aktivity na vysokoškolské úrovni a je určené občanům ČR v důchodovém věku. V současné době má asociace 31 aktivních členů a mezi její hlavní úkoly patří (Asociace univerzit třetího věku, <http://au3v.vutbr.cz/>, 2011-11-12):

- zajistit institucionální podporu aktivit U3V v rámci rozpočtu MŠMT
- rozvíjet mezinárodní kontakty AU3V

- podporovat a iniciovat aktivity českých vysokých škol v oblasti vzdělávání seniorů jako vysoce potřebnou a společensky prospěšnou činnost

## 5. AKADEMIE III. VĚKU V HAVÍŘOVĚ

Havířov leží na jižním okraji ostravsko-karvinské průmyslové oblasti, asi v poloviční vzdálenosti mezi Ostravou a pohraničním městem Český Těšín. Administrativně se Havířov stal městem na základě příslušného usnesení vlády ČSR z roku 1955 a dne 4. 12. 1955 mu byla udělena městská práva (Město Havířov: historie a současnost, <http://www.havirov-city.cz/historie-a-soucasnost/historie-a-soucasnost-2.html>, 2011-08-08). V té době patřil Havířov mezi nejmladší města v republice. V současné době má téměř 81 000 tisíc obyvatel (Město Havířov: historie a současnost, <http://www.havirov-city.cz/historie-a-soucasnost/havirov-v-cislech.html>, 2011-08-08). V roce 2009 Havířov získal ocenění „*Město přátelské seniorům.*“ V tomto projektu se hodnotilo, do jaké míry umožňují česká města svým obyvatelům aktivně stárnout. Průzkum provádělo Občanské sdružení CAKTIS – Centrum pro aktivní stárnutí ve dvaceti třech statutárních městech v České republice a patnácti největších městských částí Prahy. Kromě jiného, jako je bydlení, doprava, sociální služby, účast seniorů na společenském životě, byla pozitivně hodnocena možnost studia seniorů na Akademii III. věku (Havířov se stará o seniory nejlépe v republice, <http://www.havirov-city.cz/dokumenty/radnicni-listy/2009/06/stahnout.html>, 2011-08-08).

Rok 1999 byl vyhlášen rokem seniorů a u této příležitosti zahájilo město Havířov Akademii III. věku na Institutu vzdělávání a rekvalifikace, o.p.s. Havířov (Kronika města Havířov za rok 2005, [http://kronika.knih-havirov.cz/2005/rada\\_a\\_zastupitelstvo.pdf](http://kronika.knih-havirov.cz/2005/rada_a_zastupitelstvo.pdf), 2011-12-12).

### 5.1 Institut vzdělávání a rekvalifikace o.p.s. Havířov

Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s. je akreditovanou vzdělávací institucí Ministerstva vnitra ČR pro vzdělávání úředníků územních

samosprávných celků a akreditovanou vzdělávací institucí MŠMT ČR pro vzdělávání školského managementu. Svou činnost zahájil v roce 1999 a postupně své aktivity rozšířil po celé České republice. V roce 2007 založil Institut celoživotního vzdělávání Vysokou školu sociálně-správní (VŠSS), která se nachází na ulici V. Nezvala v Havířově a po její akreditaci a změně názvu – Institut celoživotního vzdělávání se stal organizační složkou vysoké školy. Tím došlo k završení dlouhodobých snah Havířova o získání vysokoškolského statutu (Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání Havířov, <http://www.incev.cz/>, 2011-08-08).

Vysokou školou sociálně – správní, Institutem celoživotního vzdělávání o.p.s. jsou pořádány kurzy Akademie III. věku. Realizace probíhá na základě vyhlášení veřejné zakázky k realizaci „Akademie III. věku“, kterou vyhlašuje Magistrát města Havířova. Po vyhodnocení nabízených projektů je s vítězem veřejné zakázky následně uzavřena „Smlouva o dílo“ na realizaci zakázky.

A3V v Havířově, byla realizována na VŠSS, Institut celoživotního vzdělávání o.p.s. v letech: 2003 – 2005; 2005 – 2007; 2006 – 2008 (výuku zajišťoval Institut celoživotního vzdělávání); 2007 – 2009; 2008 - 2010 a 2009 – 2011 (výuku zajišťovala VŠSS, Institut celoživotního vzdělávání). Havířovská akademie je specifická tím, že je schopna se přizpůsobit potřebám zájemců, tzv. prodloužená Akademie, jako reakce na požadavky účastníků, byla 2x v letech 2005 - 2006 (jeden semestr) a 2007 (dva semestry). V současné době probíhá A3V 2010 – 2012.

### **5.1.1 Akademie III. věku 2003-2005**

Výuku zajišťoval Institut celoživotního vzdělávání o.p.s. Studium (čtyři semestry) bylo určeno pouze pro občany Havířova bez věkového omezení ve starobním nebo invalidním důchodu bez dalších kvalifikačních nároků.

Ke studiu nastoupilo celkem 60 posluchačů a stejný počet posluchačů toto studium ukončilo. V průběhu studia někteří posluchači odstoupili, ale byli průběžně nahrazováni dalšími zájemci.

V souladu s projektem byla výuka v 1. a 2. semestru realizována ve dvou skupinách z důvodu menšího počtu účastníků v jazykových kurzech. Semestr 3. a 4. probíhal současně pro obě skupiny. Pro zajištění kvalitní výuky, byli sjednání lektoři Ostravské univerzity, Slezské univerzity, Obchodně podnikatelské fakulty Karviná, Vysoké školy báňské – Technické univerzity Ostrava apod. (Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia - Akademie III. věku 2003 - 2005). Posluchačům byla nabídnuta tato výuková témata:

Tab. 3: Výuková témata 2003-2005

<b>Výuková témata</b>	<b>Počet hodin</b>	<b>Semestr</b>
Angličtina	64	1,2
Obsluha osobního počítače	32	1
Psychologie	16	2
Zdravý životní styl	16	2
Finanční poradenství	16	3
Sociální politika	16	3
Komunální politika	16	3
Informatika - využití sítě INTERNET	16	3
Věda a kultura, UNESCO, EU	16	4
Historie a politologie, náboženství–křesťanství, problematika sekt, ostatní církve	16	4
Zeměpis a geografie	16	4
Vesmír a astronomie	16	4

Zdroj: Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia -Akademie III. věku 2003-2005

Každý posluchač měl k dispozici samostatné počítačové pracoviště a ve velké míře byl využíván diapojektor s prezentací. Při výuce „Vesmír a astronomie“ byla jedna konzultace realizována na hvězdárně v Ostravě – Porubě, což mělo obrovský úspěch.



Jelikož posluchači byli velice spokojeni se studiem v průběhu 4. semestru požádali o možnost prodloužení výuky o 1 - 2 semestry v jimi vybraných tématech. Bylo jim vyhověno a tak se v roce 2005-2006 konala tzv. prodloužená Akademie, která byla rozšířena o tato výuková témata (Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia - Akademie III. věku 2003 - 2005):

- Komunikace
- Funkční poruchy pohybového ústrojí, cvičení
- Vybrané kapitoly právních norem
- Stav a vývoj kriminality v okrese Karviná
- Dějiny umění

#### **5.1.2 Akademie III. věku 2005-2007**

O studium projevilo zájem 125 občanů. Ke studiu bylo přijato celkem 72 posluchačů. V průběhu studia někteří posluchači odstoupili a Institutem celoživotního vzdělávání byli průběžně nahrazováni dalšími zájemci dle pořadí přijatých přihlášek. Studium ukončilo 61 posluchačů.

Studenti byli rozděleni do dvou skupin pro výuku angličtiny dle výchozích znalostí a kapacity počítačových učeben. Ostatní kurzy probíhaly, tak jako v minulosti, společně. Výuková témata byla, dle předchozího zájmu z prodloužené Akademie 2005-2006, rozšířena o Dějiny regionu a Poruchy pohybového ústrojí. Některá původní témata, jako je Zdravý životní styl, byla přesunuta z druhého semestru do semestru čtvrtého. Témata ohledně Komunální a sociální politiky a Historie a politologie a náboženství, byla rozdělena do třetího i čtvrtého semestru.

Tab. 4: Výuková témata 2005-2007

<b>Výuková témata</b>	<b>Počet hodin</b>	<b>Semestr</b>
Jazyková příprava – anglický jazyk	64	1,2
Výpočetní technika	32	1
Informatika – využití sítě Internet	16	2
Poruchy pohybového ústrojí	16	2
Vybrané kapitoly z právních norem	16	3
Psychologie, motivace, komunikace	13	3
Finanční poradenství	16	3
Komunální a sociální politika	16	3,4
Historie a politologie, náboženství, Islám	16	3,4
Zdravý životní styl	8	4
Zeměpis a geografie	16	4
Dějiny regionu	8	4
Vesmír a astronomie	16	4

Zdroj: Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia -Akademie III. věku 2005-2007

V průběhu 4. semestru, tak jako v minulých letech, požádalo asi 40 posluchačů vedení Institutu o projednání možnosti prodloužení studia o 1 - 2 semestry a předložili témata, která by bylo možno zařadit.

Pro posluchače Akademie III. věku 2005-2007, byly otevřeny další dva semestry s těmito tématy (Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia - Akademie III. věku 2005 - 2007):

#### **I. semestr**

- Historie regionu
- Fauna světa (+ návštěva ZOO)
- Dějiny umění

- Politologie
- Územní plán města Havířova
- Problematika kriminality ČR a regionu

## **II. semestr**

- Himaláje – světové velehory – přednáška a prezentace účastníka horolezecké výpravy
- Humanitární a rozvojová pomoc
- Astronomie – návštěva Hvězdárny
- Fotografie v praxi
- Právní normy: Ochrana spotřebitele, Živnostenský zákon, ČOI
- Ochrana životního prostředí, odpady
- Ochrana ovzduší, meteorologie
- Novodobé dějiny ČR po roce 1918
- Archeologie

Oba prodloužené semestry měly shodně po 64 hodinách.

### **5.1.3 Akademie III. Věku 2006-2008**

Studium do konce roku 2006 zajišťoval Institut celoživotního vzdělávání, který v roce 2007 založil VŠSS. Prostory pro tuto vysokou školu byly vytvořeny rekonstrukcí nevyužitých budov bývalé základní školy na ulici V. Nezvala v Havířově. Výuka šedesáti posluchačů A3V se přesunula do nově otevřených prostor.

Výuková témata pro A3V 2006 – 2008 byla shodná s předchozími léty, snížil se počet hodin u Historie a politologie a přibylo nové téma a to Ochrana ovzduší, odpadové hospodářství.

### **5.1.4 Akademie III. věku 2007-2009, 2008-2010**

V tomto období již výuku zajišťovala VŠSS - Institut celoživotního vzdělávání Havířov. Vždy 60 posluchačů se mohlo vzdělávat ve výpočetní technice, angličtině, psychologii, zdravém životním stylu, poruchách pohybového

ústrojí, v práci s internetem, finančním poradenství, sociální politice, komunální politice, vědě, kultuře, Evropská unii, historii a politologii, zeměpise a geografie, vesmíru a astronomii. Ke změnám nebo rozšíření výukových témat nedošlo. Všech 120 posluchačů úspěšně A3V v letech 2007-2008 a 2008-2010 absolvovalo a získalo Osvědčení.

#### **5.1.5 Akademie III. věku 2009-2011**

A3V Havířov 2009 – 2011 byla určena, jak již v minulých letech, posluchačům bez věkového omezení ve starobním nebo invalidním důchodu s trvalým bydlištěm v Havířově. Výuková témata byla shodná s předchozími pořádanými akademiemi, došlo k menším úpravám, jako je, zvýšení počtu výukových hodin u historie a historie regionu, přesunutí tématu zdravý životní styl ze čtvrtého semestru do semestru třetího. Bylo zařazeno nové výukové téma „Etika včera a dnes“.

Na konci května 2011 úspěšně ukončilo 60 posluchačů tuto A3V a právě tito posluchači byly jedni z těch, které jsme si vybrali jako respondenty pro praktickou část diplomové práce.

Tab. 4: Výuková témata 2009-2011

Výuková témata	Počet hodin	Semestr
Angličtina (němčina – volitelný jazyk)	64	1,2
Obsluha osobního počítače	32	1
Informatika – využití sítě Internet	16	2
Poruchy pohybového ústrojí	16	2
Finanční poradenství	8	3
Sociální politika státu	8	3
Zdravý životní styl	8	3
Komunální politika	4	3
Psychologie, komunikace, motivace	16	3
Etika včera a dnes	8	3
Politologie, náboženství, problem. sekt	12	3
Historie, historie regionu	16	4
Vybrané kapitoly právních norem	16	4
Zeměpis a geografie	16	4
Vesmír a astronomie	16	4

Zdroj: Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia -Akademie III. věku 2009-2011

V současné době probíhá Akademie III. věku 2010 – 2012. Účastní se jí 60 posluchačů. Posluchači prvního ročníku se stali dalšími respondenty.

## 5.2 PRAKTICKÁ ČÁST (Dotazníkové šetření)

### 5.2.1 Výzkumný problém

Cílem výzkumu je zjistit motiv, který seniory vede k dalšímu vzdělávání, dále zjistit, zda aktuální nabídka kurzů seniorům vyhovuje nebo v případě možnosti by uvítali její rozšíření a zda kurzy splňují jejich očekávání.

V rámci výzkumného problému, který můžeme definovat jako jasnou a jednoznačnou otázku, na kterou hledáme odpověď (Maňák, 2005), jsme si stanovili několik předpokladů:

**Předpoklad 1.:** „A3V navštěvují senioři, kteří žijí sami.“

**Předpoklad 2.:** „Hlavní motivem, který vede seniory k návštěvě A3V, je touha seznámit se s novými lidmi.“

**Předpoklad 3.:** „Senioři nabídku kurzů A3V chtějí rozšířit.“

**Předpoklad 4.:** „Očekávání, se kterým senioři nastoupili do kurzů A3V, je naprosto splněno.“

### 5.2.2 Definice hlavních pojmů

Pro účely této práce si vymezíme několik pojmů:

**Respondent** – dotazovaný – senior, který se účastní prvního a třetího ročníku kurzu A3V.

**Senior** – účastník kurzu, poživatel důchodu s trvalým bydlištěm v Havířově.

**Motivace** – pojem motivace má svůj původ v latinském slovese *mover*, které znamená hýbat, český ekvivalent pohnutka. Motivaci lze definovat jako souhrn všech intrapsychických dynamických sil neboli motivů, které aktivizují a organizují chování i prožívání s cílem změnit existující neuspokojivou situaci nebo dosáhnout něčeho pozitivního. Naléhavost mnoha motivů roste, nejsou -li delší dobu uspokojovány (Plháková, 2004). Motivace byla sledována otázkou č. 4 „S kým žijete“ a č. 7 „Jaká byla hlavní motivace, proč jste se rozhodl/a pro studium na A3V“.

**Vzdělávání seniorů** – ve stáří narůstá tendence klást větší důraz na vnitřní smysl činností a ten se projevuje právě potřebou se vzdělávat. Je to také určitý způsob pomoci seniorům v adaptaci v důsledku společenských změn. Zájem o další vzdělávání byl sledován otázkou č. 13 a č. 14.

**Spokojenost** – spokojenost s nabídkou kurzů a technickým vybavením, které je posluchačům k dispozici sledovala otázka č. 9 a č. 15.

**Očekávání** – každý z účastníků do kurzů nastupoval s určitým očekáváním a nadějí získání dalších nových a užitečných informací. Zda tato očekávání byla splněna, bylo sledováno otázkou č. 12.

### **5.2.3 Výzkumná metoda**

Výzkumná metoda je název pro proceduru, se kterou se pracuje při výzkumu. V rámci každé metody lze vytvořit konkrétní výzkumný nástroj. Jsou známy dvě základní orientace výzkumu, kvantitativní a kvalitativní. Kvantitativní výzkum pracuje s číselnými údaji, naopak kvalitativní výzkum uvádí zjištění ve slovní podobě (Gavora, 2000).

Cílem práce bylo zjistit názor většího počtu seniorů, byla proto zvolena kvantitativní výzkumná metoda. Jako výzkumný nástroj byl použit dotazník, který je, právě, určen pro hromadné získávání údajů.

### **5.2.4 Výzkumný soubor**

Rozlišujeme dva pojmy a to základní soubor a výběrový soubor. Pojmem základní soubor se rozumí všechny prvky nebo osoby či situace, které patří do skupiny, kterou zkoumáme. Výběrovým souborem nebo vzorkem rozumíme určitou část prvků vybraných ze základního souboru, která základní soubor reprezentuje (Chrástka, 2007).

Základním souborem jsou senioři, kteří navštěvují A3V v Havířově. Výběrovým souborem jsou posluchači 1. ročníku A3V 2010-2012 a 2. ročníku A3V 2009-2011.

### **5.2.5 Sběr dat**

Původním záměrem práce bylo uskutečnění výzkumu vzdělávání seniorů na Univerzitě III. věku v Karviné, ale i přes příslib poskytnutí informací a materiálů začátkem dubna 2011, k této spolupráci nedošlo. Oslovená osoba, zajišťující vzdělávání seniorů v této instituci přestala komunikovat a reagovat na e-maily i osobní návštěvu.

Proto byla v měsíci květnu 2011 přenesena pozornost na VŠSS. Osloven byl manažer vzdělávání VŠSS v Havířově, Ing. Oldřich Kroček, s žádostí o poskytnutí informací a podkladů pro tuto diplomovou práci, která byla zaměřena na vzdělávání seniorů na A3V, kterou tato vysoká škola pravidelně v Havířově pořádá. Velmi milým překvapením byla ochota a vstřícnost předávat informace.

Samotné dotazníkové šetření proběhlo 16. a 18. května 2011. Jelikož svým obsahem vyhovoval dotazník z diplomové práce *Vzdělávání seniorů* Bc. Petry Hošové, byl inspirací pro tuto práci. Úvod dotazníku patřilo představení a sdělení k jakému účelu dotazník slouží a že je zcela anonymní. Dotazník se skládal z 15 otázek, z nichž 2 otázky se týkaly věku a pohlaví respondentů, sedm otázek bylo uzavřených, které nabízely pouze připravené odpovědi a u dalších 4 otázek byla možnost zvolit i jinou než zadanou odpověď.

Rozdáno bylo celkem 120 dotazníků, z toho 3 dotazníky se nevrátily, takže celkový počet vyplněných dotazníků byl 117. Z tohoto počtu 117 bylo nutné vyloučit 12 dotazníků, protože respondenti zaškrtili více odpovědí nebo naopak odpovědi neoznačili. Pro vyhodnocení zbylo 105 dotazníků.

### 5.2.6 Výsledky výzkumu

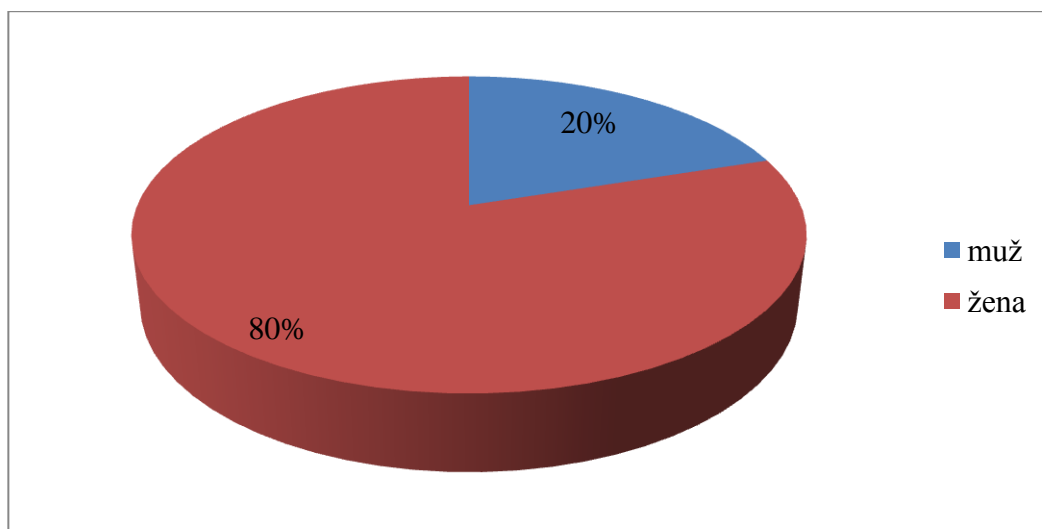
V první otázce respondenti měli uvést své pohlaví.

Tab. 5: Otázka č. 1 Pohlaví

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
muž	21	20,00
žena	84	80,00
celkem	105	100,00



Graf 1: Otázka č. 1 Pohlaví



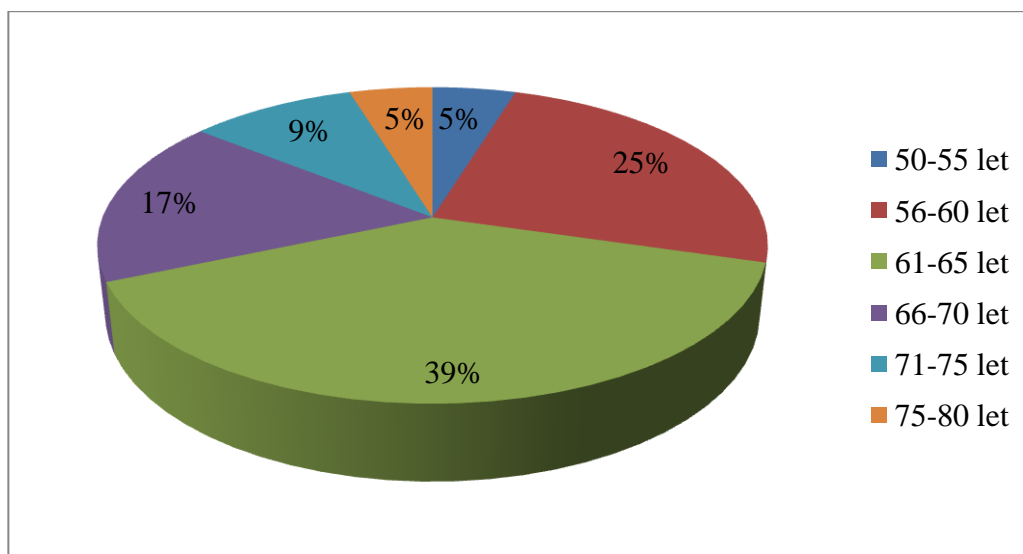
Z grafu jednoznačně vyplývá, že A3V v Havířově navštěvuje 84 žen, což je 80%, muži jsou zastoupeni pouze v počtu 21, což je 20% z celkového počtu respondentů.

Druhá otázka se týkala věku seniorů, kteří navštěvují A3V. Škála byla vytvořena následně po vyplnění dotazníků.

Tab. 6: Otázka č. 2 Věk

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
50-55 let	5	4,76
56-60 let	26	24,76
61-65 let	41	39,05
66-70 let	18	17,14
71-75 let	10	9,52
75-80 let	5	4,76
celkem	105	100,00

Graf 2: Otázka č. 2 Věk



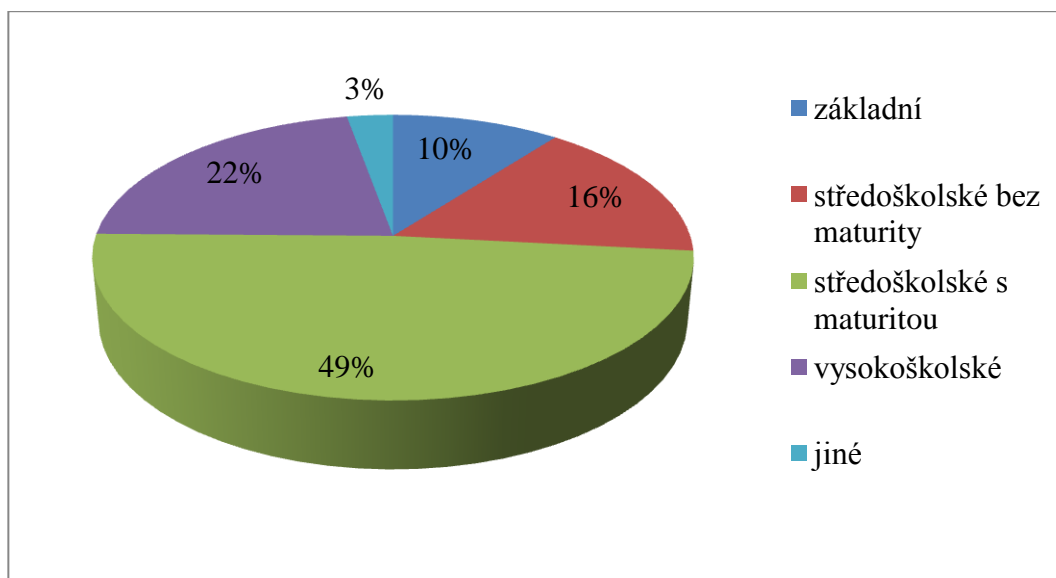
Největší zastoupení (41 účastníků) a to 39,05%, tvoří senioři, kteří dosáhli 61-65 let. Druhou nejpočetnější skupinou (26 účastníků) je skupina seniorů ve věkovém rozmezí 56-60 let, která představuje 24,76% z celkového počtu dotazovaných. Třetí příčku zaujímají senioři ve věkové hranici 66-70 let (18 účastníků) a tvoří tak 17,14% z celkového počtu. Dále následuje 10 seniorů ve věku 71-75 let, což je 9,52%, a shodně 5 seniorů ve věku 50-55 a 75-80 let, což je 4,76% z celkového počtu.

Třetí otázka se zaměřila na nejvyšší dosažené vzdělání, aby bylo zřejmé, jaký okruh seniorů navštěvuje A3V v Havířově a má zájem se vzdělávat.

Tab. 7: Otázka č. 3 Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
základní	11	10,48
středoškolské bez maturity	17	16,19
středoškolské s maturitou	51	48,57
vysokoškolské	23	21,90
jiné	3	2,86
celkem	105	100,00

Graf 3: Otázka č. 3 Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání



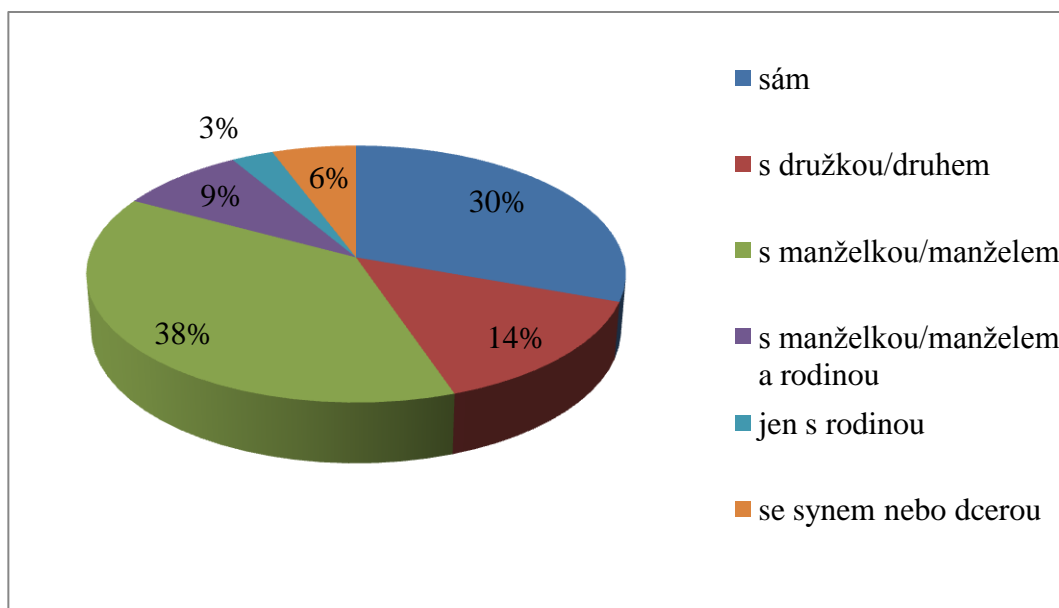
Největší počet studentů, kteří navštěvují A3V je skupina 51 studentů se střeđoškolským vzděláním s maturitou, což je 48,57% z celkového počtu dotazovaných. Další početnou skupinou (23 studentů) je překvapivě skupina vysokoškolsky vzdělaných seniorů 21,90%. Následuje 17 studentů se střeđoškolským vzděláním bez maturity, která tvoří 16,9% z celkového počtu dotazovaných, 11 studentů pouze se základním vzděláním, kteří představují 10,48%. Při volbě odpovědi byla možnost i jiného než uvedeného vzdělání, ta se objevila ve 3 případech a jednalo se o ukončené vyšší odborné vzdělání (2,86%).

Otázkou číslo čtyři bylo zjištění, s kým žijí senioři v domácnosti, abychom získali představu o možné motivaci ke studiu.

Tab. 8: Otázka č. 4 S kým žijete

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
sám	32	30,48
s družkou/druhem	15	14,29
s manželkou/manželem	40	38,10
s manželkou/manželem a rodinou	9	8,57
jen s rodinou	3	2,86
se synem nebo dcerou	6	5,71
celkem	105	100,00

Graf 4: Otázka č. 4 S kým žijete



Nejvíce, a to 40 dotazovaných tj. 38,10% žije s manželkou nebo manželem, druhá nejpočetnější skupina, kterou představovalo 32 dotazovaných tj. 30,48% jsou senioři, kteří žijí sami, třetí místo zaujímá družský poměr a to v 15 případech tj. 14,29%. Dále následují 9 seniorů, kteří jsou manželé a společně

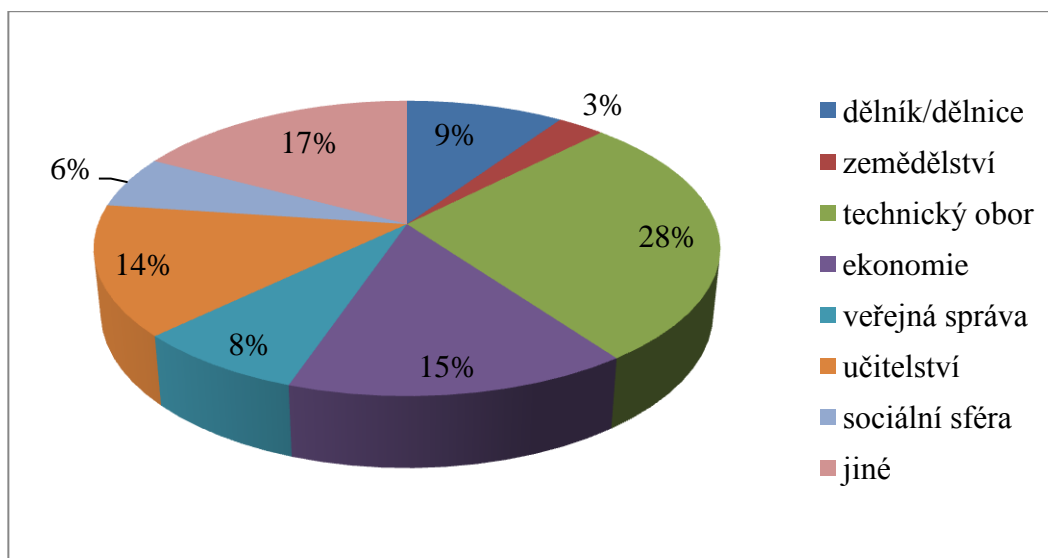
žijí s rodinou tj. 8,57%, 6 seniorů, kteří žijí s dcerou nebo synem tj. 5,71% a na závěr 3 seniory, kteří žijí pouze s rodinou, což je 2,86%.

Pátá otázka se týkala oboru, ve kterém senioři pracovali a tím následně získat informace, jací lidé mají zájem se dále vzdělávat. Bylo dáno sedm profesí s možností uvést i jinou profesi. V této možnosti se nejčastěji objevovalo zdravotnictví.

Tab. 9: Otázka č. 5 V jakém oboru jste pracoval/a

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
dělník/dělnice	10	9,52
zemědělství	3	2,86
technický obor	29	27,62
ekonomie	16	15,24
veřejná správa	8	7,62
učitelství	15	14,29
sociální sféra	6	5,71
jiné	18	17,14
celkem	105	100,00

Graf 5: Otázka č. 5 V jakém oboru jste pracoval/a



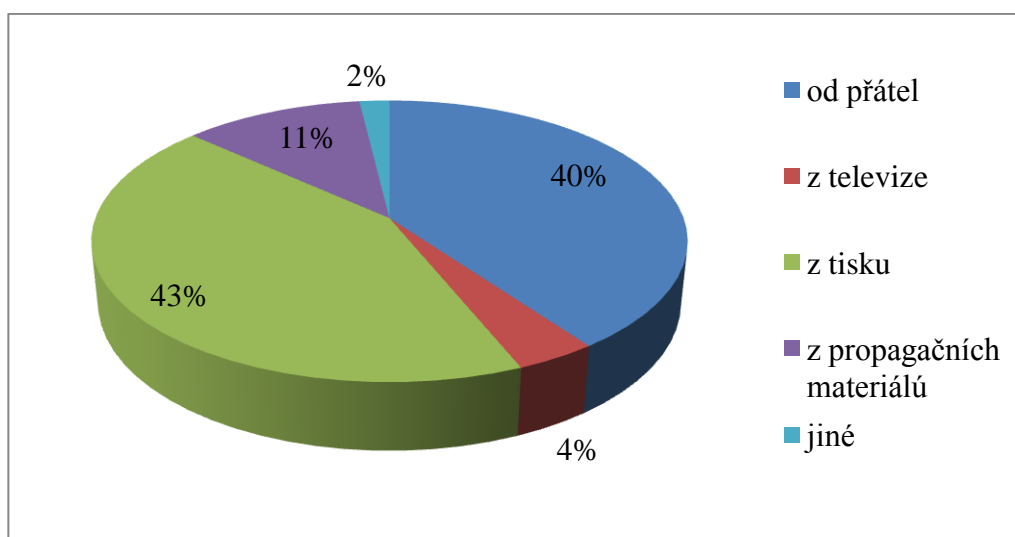
Největší zastoupení měl technický obor 27,62% tj. 29 seniorů, druhým z oborů byla ekonomie 15,24% tj. 16 seniorů pouze o jedno méně 15 seniorů mělo zastoupeno učitelství tj. 14,29% následovali dělníci s celkovým počtem 10 tj. 9,52% , sociální sféra s počtem 6 tj. 5,71% a zemědělství 3 seniori tj. 2,86%. Zvolená možnost uvést jiný obor byla zastoupena v 18 případech tj. 17,14%, kde ve většině se objevovalo zdravotnictví.

Následující šestou otázkou jsme chtěli zjistit, z jakých zdrojů se seniori dozvěděli o možnosti studia na A3V. Bylo možno volit ze čtyř daných možností pátá možnost, byla zvolena pro případ, že by informace byly získány někde jinde.

Tab. 10: Otázka č. 6 Jak jste se o možnosti studia na Akademii III. věku dozvěděl/a

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
od přátel	42	40,00
z televize	4	3,81
z tisku	45	42,86
z propagačních materiálů	12	11,43
jiné	2	1,90
celkem	105	100,00

Graf 6: Otázka č. 6 Jak jste se o možnosti studia na Akademii III. věku dozvěděl/a



Z tabulky a grafu vyplývá, že nejvíce informací 42,86% tj. 45 seniorů získalo informace z tisku, což je dáno tím, že každý měsíc vycházejí tzv. Radniční listy, informační měsíčník pro občany statutárního města Havířova, který je zdarma doručován občanům Havířova, dostatek informací 40% tj. 42 seniorů získává od svých přátel, následují propagační materiály 11,46% tj. 12 seniorů a poslední příčka patří informací z televize 3,81%. V možnosti uvést jiný zdroj byl uváděn internet a to ve 2 případech, což je 1,9% z celkového počtu dotazovaných.

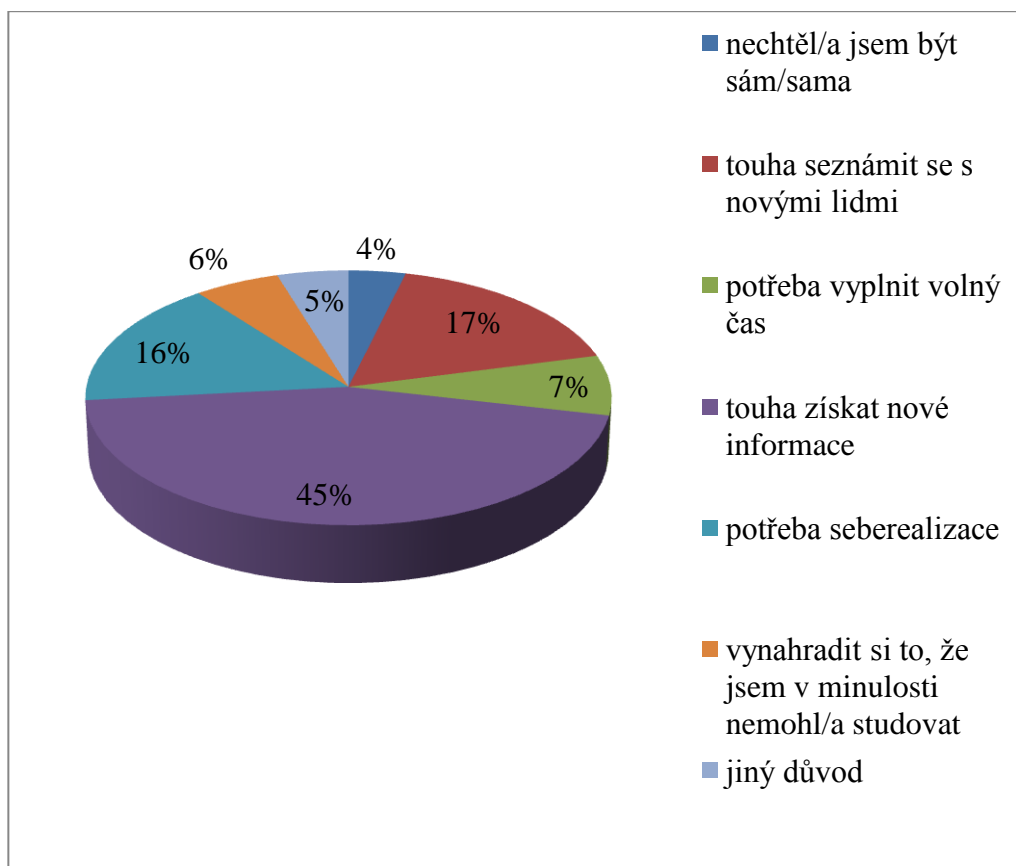
V pořadí sedmou otázkou, byla otázka zaměřená na motivaci seniorů ke studiu. Bylo dáno šest možností s tím, že sedmá možnost umožňuje zvolit jiný důvod, který byl hlavní motivací ke studiu.

Tab. 11: Otázka č. 7 Jaká byla hlavní motivace, proč jste se rozhodl/a pro studium

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
nechtěl/a jsem být sám/sama	4	3,81
touha seznámit se s novými lidmi	18	17,14
potřeba vyplnit volný čas	8	7,62
touha získat nové informace	47	44,76
potřeba seberealizace	17	16,19
vynahradit si to, že jsem v minulosti nemohl/a studovat	6	5,71
jiný důvod	5	4,76
celkem	105	100,00



Graf 7: Otázka č.7 Jaká byla hlavní motivace, proč jste se rozhodl/a pro studium



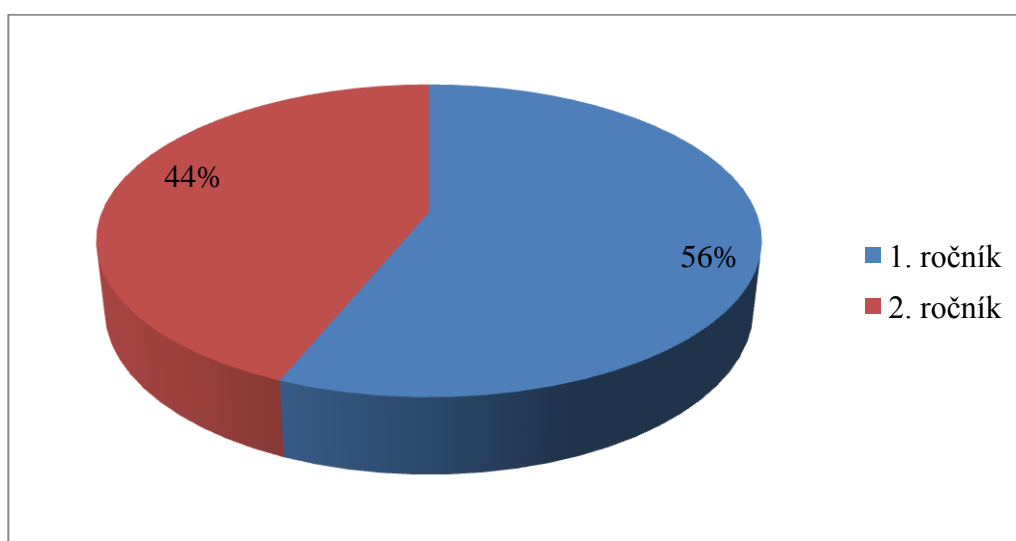
Nejčastější odpovědí, kterou si senioři vybrali ve 47 případech, což je 44,76%, byla touha získat nové informace v 18 případech byla touha seznámit se s novými lidmi 17,14%, o jednu odpověď méně 17 zvolilo možnost potřeby seberealizace 16,19%. Potřebu vyplnit volný čas zvolilo 8 dotazovaných, což je 7,62%. Variantu, vynahradit si to, že nemohli v minulosti studovat, si vybralo 6 dotazovaný, což představuje 5,71%. Pouze 4 dotazovaní uvedli možnost, že nechtěli být sami 3,81%. Jinou možnost si zvolilo 5 dotazovaných tj. 4,76% z celkového počtu.

Osmá otázka sloužila k tomu, aby bylo srozumitelné, kteří studenti se účastnili vyplňování dotazníků. Dotazníky byly rozdány v 1. ročníku kurzu 2010-2012 a v závěrečném, 2. ročníku, kurzu 2009-2011, který měl týden před závěrečným ukončením studia.

Tab. 12: Otázka č. 8 Který ročník studujete

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
1. ročník	59	56,19
2. ročník	46	43,81
celkem	105	100,00

Graf 8: Otázka č. 8 Který ročník studujete



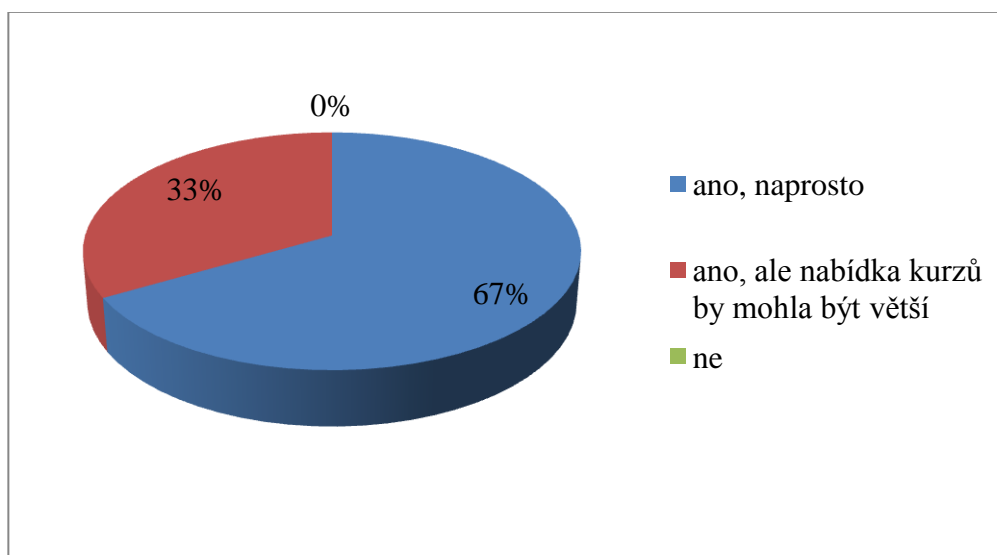
Z uvedeného grafu a tabulky vyplývá, že nejvíce 59 respondentů, což představuje 56,19%, se účastnili posluchači prvního ročníku A3V v kurzu 2010-2012. Celkový počet studentů v tomto kurzu byl 60. V kurzu 2009-2011, tedy v závěrečném druhém ročníku z celkového počtu 60 studentů, se účastnilo 46 respondentů tj. 43,81% z celkového počtu oslovených studentů.

Následující otázkou devět, jsme chtěli zjistit, do jaké míry jsou senioři s kurzy, které pořádá A3V v Havířově, spokojeni. Bylo možno volit ze tří možností.

Tab. 13: Otázka č. 9 Jste spokojeni s kurzy, které Akademie III. věku svým posluchačům nabízí

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
ano, naprosto	70	66,67
ano, ale nabídka kurzů by mohla být větší	35	33,33
ne	0	0,00
celkem	105	100,00

Graf 9: Otázka č. 9 Jste spokojeni s kurzy, které Akademi III. věku svým posluchačům nabízí



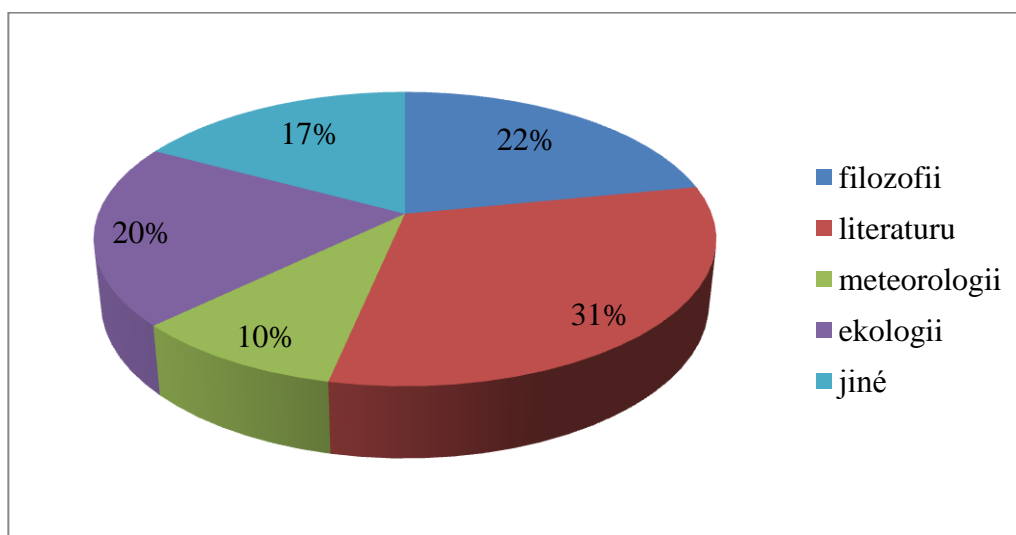
Graf a výše uvedená tabulka ukazují, že s kurzy je 70 dotazovaných naprosto spokojeno, tj. 66,67% a zvolilo možnost ano, naprosto. Druhou možnost ano, ale nabídka kurzů by mohla být větší, zvolilo 35 dotazovaných tj. 33,33% a možnost ne, nezvolil ani jeden z dotazovaných. Z výše uvedených údajů je zřejmé, že s kurzy A3V v Havířově jsou posluchači naprosto spokojeni a nenašel se nikdo, kdo by byl nespokojen.

Zda by posluchači nabídku kurzů chtěli rozšířit jsme se ptali desátou otázkou. Bylo možno volit ze čtyř daných možností, které se v předchozích kurzech neobjevovaly, pátou možností si dotazovaní mohli zvolit jinou variantu kurzu.

Tab. 14: Otázka č. 10 O jaké kurzy by se podle Vás mohla nabídka rozšířit

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
filozofii	23	21,90
literaturu	33	31,43
meteorologii	10	9,52
ekologii	21	20,00
jiné	18	17,14
celkem	105	100,00

Graf 10: Otázka č. 10 O jaké kurzy by se podle Vás mohla nabídka rozšířit



Z grafu a výše uvedené tabulky vyplývá, že nejvíce 33 dotazovaných tj. 31,43% má zájem kurz rozšířit o literaturu, o deset dotazovaných méně 23 tj. 21,90% by chtělo kurz rozšířit o filozofii, na třetím místě byla ekologie zvolená 21 dotazovanými, meteorologii zvolilo 10 dotazovaných, což je 9,52% (tyto možnosti jsme zvolili vzhledem k tomu, že senioři žijí ve velice znečištěném prostředí Ostravska, kde jsou několikrát za rok zhoršené rozptylové podmínky, ale i často se měnící meteorologické podmínky) a 18 seniorů zvolilo jinou možnost, ve které se ve většině případů objevovala historie, další byly dějiny umění a v jednom případě umělecká fotografie.

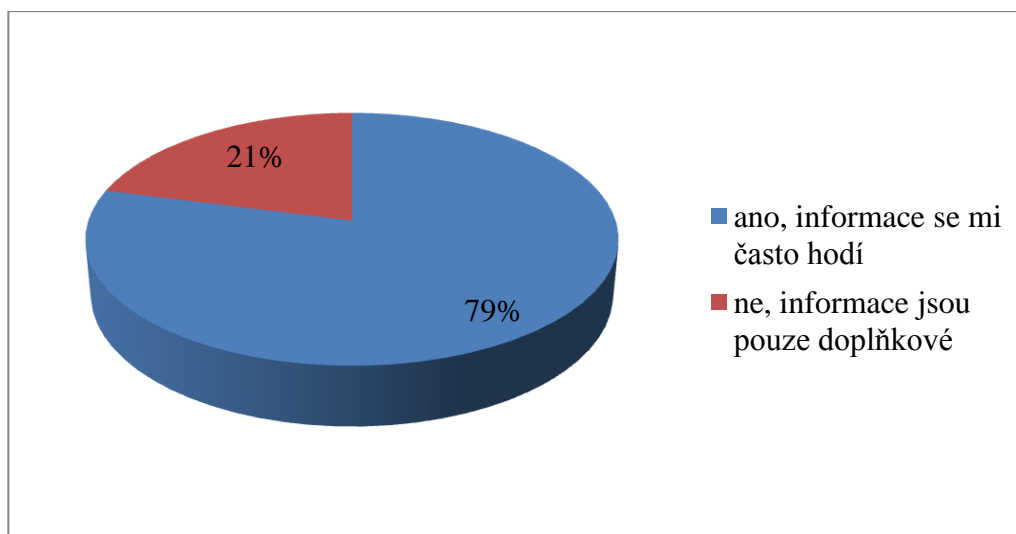
Z volby nabídky rozšíření kurzů je vidět, že na A3V studuje převážný počet žen, proto jsou voleny humanitní a umělecky zaměřené předměty.

V následující otázce jsme se zajímali, zda senioři, kteří navštěvují A3V, získané informace dále uplatňují ve svém životě nebo se jedná pouze o doplňkové informace. Dotazovaní senioři mohli volit ze dvou daných možností.

Tab. 15: Otázka č. 11 Uplatňujete získané informace ve svém vlastním životě

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
ano, informace se mi často hodí	83	79,05
ne, informace jsou pouze doplňkové	22	20,95
celkem	105	100,00

Graf 11: Otázka č. 11 Uplatňujete získané informace ve svém vlastním životě



Z výsledků ve výše uvedené tabulce a grafu je zřejmé, že nadpoloviční většina tj. 83 z celkového počtu dotazovaných seniorů, což představuje 79,05%, získané informace studiem na A3V ve svém životě využívá. To znamená, že vzdělávací nabídka volená Akademií je správná a umožňuje seniorům smysluplně se dále vzdělávat. Jen 20,95%, což odpovídá 22 dotazovaným,

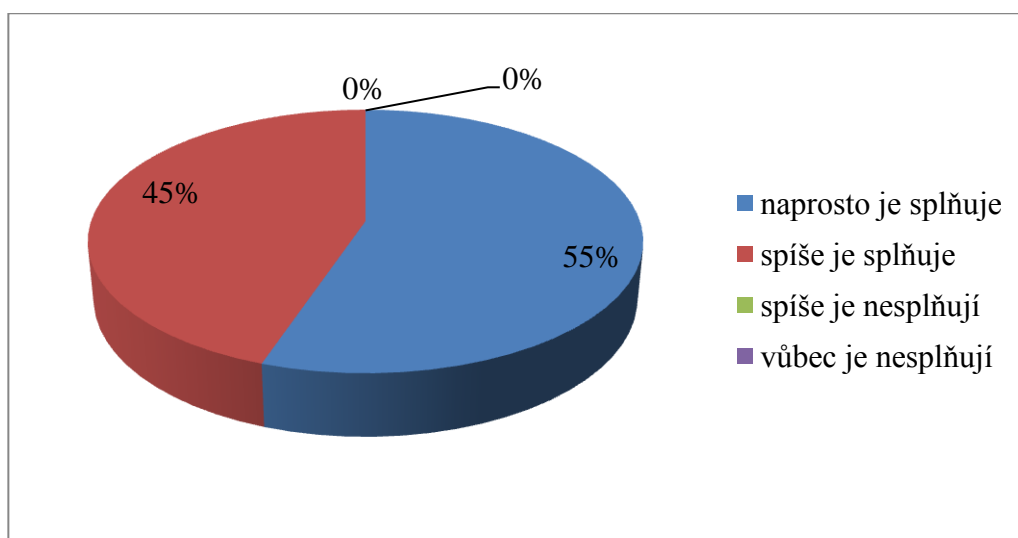
uvedlo, že informace neuplatňují ve svém životě a jsou pro ně pouze doplňkové.

Každý, kdo se chce vzdělávat, má určité představy a očekávání, co mu má vzdělávání přinést. Otázkou číslo dvanáct, jsme chtěli vědět, zda senioři, kteří se rozhodli dále se vzdělávat, kurzy plní jejich očekávání, s kterými na A3V nastupovali. Bylo možno volit ze čtyř daných možností, ale dotazovanými byly zvoleny pouze dvě možnosti. Varianta, spíše je nesplňuje a vůbec je nesplňuje, zvolena nebyla.

Tab 16: Otázka č. 12 Do jaké míry splňují kurzy Vaše očekávání

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
naprosto je splňuje	58	55,24
spíše je splňuje	47	44,76
spíše je nesplňují	0	0,00
vůbec je nesplňují	0	0,00
celkem	105	100,00

Graf 12: Otázka č. 12 Do jaké míry splňují kurzy Vaše očekávání



Jak je možno z výše uvedené tabulky a grafu vyčíst, v 58 případech, kurzy naprosto splňují očekávání seniorů, což představuje 55,24% z celkového počtu

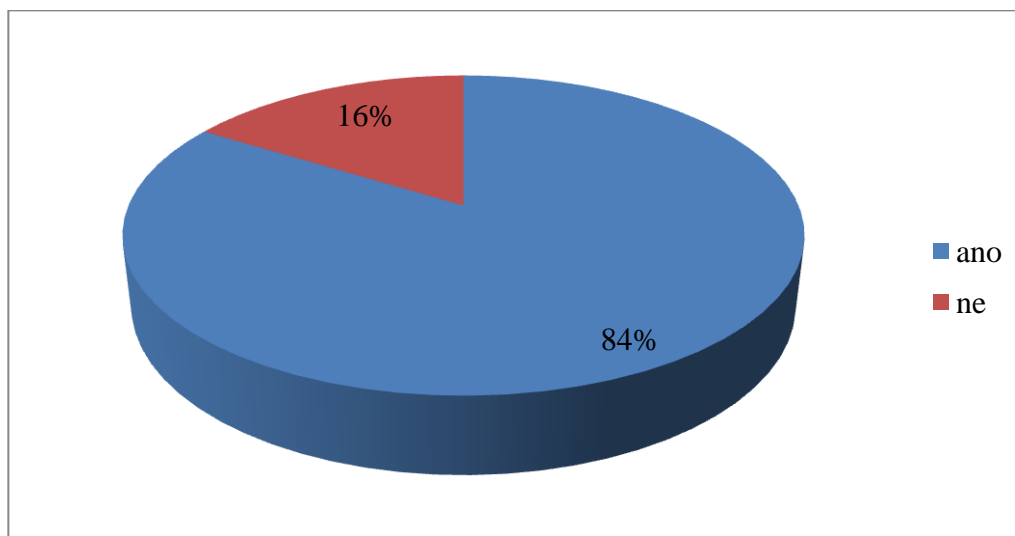
dotazovaných, 47 seniorů tj. 44,76%, uvedlo možnost, že jejich očekávání kurzy spíše splňují. Z dotazovaných seniorů nikdo nezvolil variantu, že kurzy jejich očekávání spíše nesplňují, nebo vůbec nesplňují. Náplň kurzů A3V, jak vyplývá z výše uvedených údajů, je volena dobře.

Zájem o studium u seniorů jsme zjišťovali otázkou číslo třináct, kde jsme se dotazovali, zda se jedná o první kurz nebo zda již některé kurzy v předchozích letech navštěvovaly. Byla dána volba ze dvou odpovědí.

Tab. 17: Otázka č. 13 Je tento kurz Vaším prvním

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
ano	88	83,81
ne	17	16,19
celkem	105	100,00

Graf 13: Otázka č. 13 Je tento kurz Vaším prvním



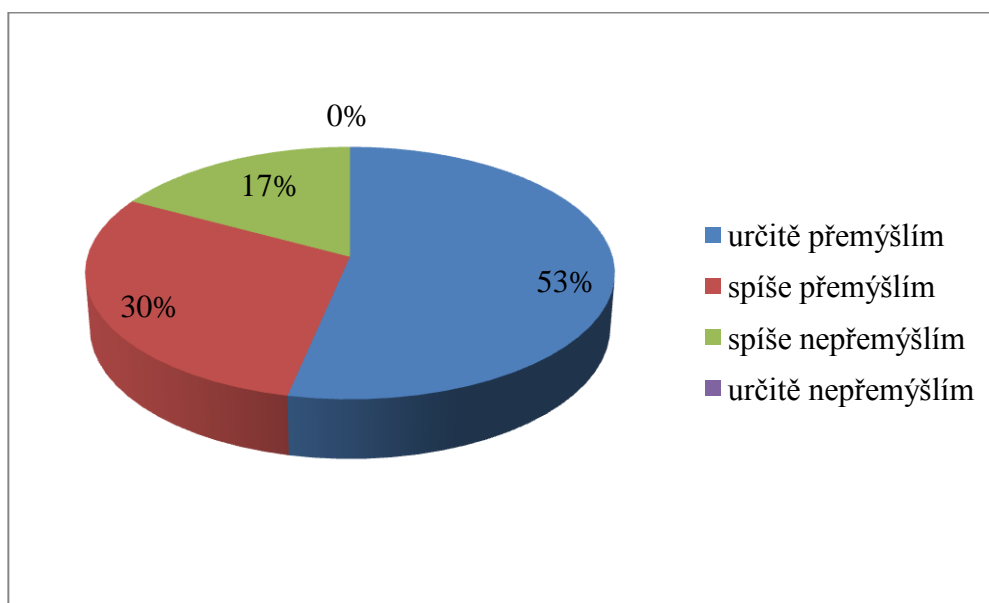
Jak můžeme usoudit z výše uvedených údajů, překvapivě z celkového počtu dotazovaných, se jedná v 88 případech o první kurz, který navštěvují, a pouze v 17 případech kurzy, pořádané A3V v Havířově, senioři navštěvují opakovaně, tzn., že nejsou jejich první. Z výše získaných předchozích údajů o spokojenosti s kurzy a splnění očekávání jsme se domnívali, že tomu bude naopak.

Čtrnáctou otázkou jsme se seniorů dotazovali, zda přemýšlí o dalším studiu na A3V. Byly dány čtyři možnosti a to určitě přemýšlím, spíše přemýšlím, spíše nepřemýšlím a určitě nepřemýšlím.

Tab. 18: Otázka č. 14 Přemýšlíte o účasti na dalším vzdělávacím kurzu A3V

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
určitě přemýšlím	56	53,33
spíše přemýšlím	31	29,52
spíše nepřemýšlím	18	17,14
určitě nepřemýšlím	0	0,00
celkem	105	100,00

Graf 14: Otázka č. 14 Přemýšlíte o účasti na dalším vzdělávacím kurzu A3V



I když předchozí graf č. 13 ukázal, že senioři opakovaně kurzy A3V nenavštěvují z výše uvedené tabulky a grafu č. 14 vyplývá, že 53,33% dotazovaných, což představuje 56 seniorů, určitě přemýšlí o účasti na dalším vzdělávacím kurzu, 29,32% dotazovaných, což představuje 31 seniorů, spíše přemýšlí o dalším kurzu, 17,14% dotazovaných, což je 18 seniorů, spíše nepřemýšlí o dalším kurzu. Nikdo z dotazovaných neuvedl, že určitě



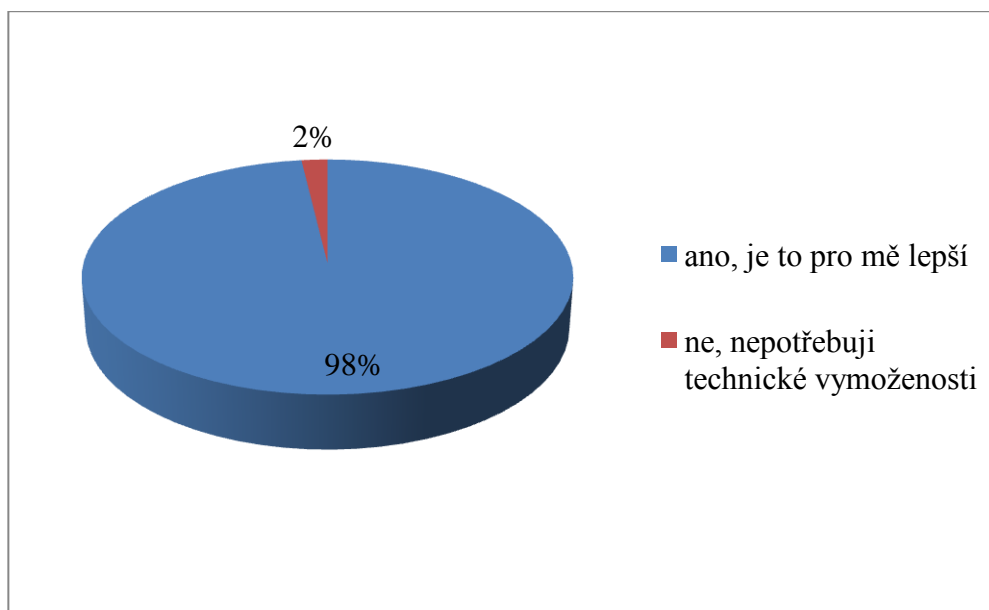
nepřemýšlí o účasti na dalším vzdělávacím kurzu, což je pozitivní výsledek, který naznačuje, že vzdělávací kurzy budou i v budoucnu navštěvovány.

V patnácté otázce jsme zjišťovali, zda seniorům vyhovuje technické vybavení učeben, které mají k dispozici. Bylo možno volit ze dvou daných možností, a to ano, je to pro mě lepší, nebo ne, nepotřebuji technické vymoženosti.

Tab. 19: Otázka č. 15 Vyhovuje Vám technické vybavení, které je posluchačům k dispozici

	počet odpovědí	počet odpovědí v %
ano, je to pro mě lepší	103	98,10
ne, nepotřebuji technické vymoženosti	2	1,90
celkem	105	100,00

Graf 15: Otázka č. 15 Vyhovuje Vám technické vybavení, které je posluchačům k dispozici



Z celkového počtu 105 dotazovaných 103 seniorů, což představuje plných 98,10% uvedlo, že jim technické vybavení vyhovuje a je to pro ně lepší, při získávání informací. Opačný případ, kdy technické vybavení nevyhovuje, a technické vymoženosti nepotřebují, uvedli pouze 2 dotazovaní.

## 5.2.7 Vyhodnocení předpokladů

V rámci výzkumného problému jsme si stanovili čtyři předpoklady.

### **Předpoklad 1.: „A3V navštěvují senioři, kteří žijí sami.“**

Předpokládali jsme, že z odpovědí vyplyne ta možnost, že osamělí senioři mají větší zájem se stýkat s lidmi, a právě jednou z možností, jak nebýt sám, je i návštěva kurzů, které pořádá A3V v Havířově. S výsledků šetření jednoznačně vyplynulo, že A3V v Havířově navštěvují senioři, kteří žijí s manželem nebo manželkou. Z celkového počtu 105 respondentů 32 seniorů žije samo, což je pouze 30,48%.

### **Předpoklad 1 se nepotvrdil.**

### **Předpoklad 2.: „Hlavní motivem, který vede seniory k návštěvě A3V, je touha seznámit se s novými lidmi.“**

Senioři se cítí více, či méně izolovaní a proto vítají možnost setkat se s novými lidmi. Proto jsme předpokládali, že z odpovědí respondentů vyplyne, že hlavní motivací, která seniory vede k návštěvě kurzů a ke studiu na A3V bude touha seznámit se s novými lidmi. Z celkového počtu 105 respondentů zvolilo možnost, že za hlavní motivaci, která je vede k návštěvě A3V je touha seznámit se s novými lidmi, 18 seniorů, což představovalo 17,14%. Za hlavní motivaci, lze považovat z odpovědí respondentů, touha získat nové informace. To se potvrdilo ve 47 případech.

### **Předpoklad 2 se nepotvrdil.**

### **Předpoklad 3: „Senioři nabídku kurzů A3V chtějí rozšířit.“**

Předpokládali jsme, že senioři, kteří navštěvují kurzy A3V v Havířově, budou sice spokojeni s jejich nabídkou, ale přece jenom budou chtít tyto stávající kurzy více rozšířit, aby získali více informací o daném výukovém předmětu. Z dotazníkového šetření vyplynulo, že 35 seniorů, což představuje 33,33% z celkového počtu, je s nabídkou kurzů spokojena, ale nabídka by mohla být

větší. Většina - 70 seniorů, která tvoří 66,67% z celkového počtu 105 respondentů, jsou s nabídkou kurzů naprosto spokojeni.

**Předpoklad 3 se nepotvrdil.**

**Předpoklad 4.: „Očekávání, se kterým senioři nastoupili do kurzů A3V, je naprosto splněno.“**

A3V v Havířově nabízí kurzy, u kterých výuková témata zasahují do mnoha oblastí od filozofie, historie, umění, literatury až po témata která souvisí s každodenním životem nejen seniorů. Očekávání z nových věcí je u každého jiné. Někdo nemá žádná očekávání a je mile překvapen, jinému se jeho očekávání neplní. Z odpovědí respondentů jednoznačně vyplynulo, že kurzy A3V naprosto splňují jejich očekávání. Ze 105 respondentů tuto možnost zvolilo 58 seniorů, což představuje 55,24% z celkového počtu dotazovaných.

**Předpoklad 4 se potvrdil.**

## ZÁVĚR

Jedním z klíčových výsledků šetření a cílem diplomové práce, bylo zjištění hlavní motivace, která vede seniory ke studiu, jejich spokojenost s nabídkou kurzů a dále, zda jsou splněna jejich očekávání. Motivace, která člověka vede k určitému chování, může vycházet z vnitřní pohnutky, to znamená z konkrétní potřeby jedince, nebo může vycházet z vnějšího popudu. Motivace hraje v procesu učení nezastupitelnou roli, stejně, jako při každé jiné lidské činnosti je hnací silou pro dosažení žádoucích výsledků.

Z dotazníkového šetření jednoznačně vyplynulo, že hlavní motivací je touha získat nové informace. Ze šetření jsme se chtěli dozvědět, zda nejvíce motivovaní jsou osamělí senioři nebo senioři, kteří se cítí izolovaní, tuto otázku, zda hlavní motivací je touha získat nové informace, jsme do dotazníku neměli vůbec zařadit, protože dotazovaní tuto možnost zvolili ve velké míře, jako za nejjednodušší odpověď. Jako druhá nejčastější odpověď, byla touha seznámit se s novými lidmi, což alespoň částečně potvrzuje myšlenku, že motivace, být mezi lidmi, je u seniorů velice důležitá. Dále senioři byli motivováni potřebou seberealizace, potřebou vyplnit volný čas, ale také si vynahradit to, že v minulosti nemohli studovat.

Co nás velice překvapilo, bylo zjištění, že senioři jsou naprosto spokojeni s kurzy, které A3V v Havířově pořádá. Kdyby měli potřebu změnit některá výuková témata, tak by senioři volili ne tak změnu, ale spíš jen rozšíření a to hlavně o humanitní předměty jako je literatura a filozofie. Zájem by byl i o ekologii a meteorologii. Z dotazníkového šetření jednoznačně vyplynulo, že výuková témata jsou velice dobře vybrána a senioři získané informace často využívají ve svém životě a naprostá většina přemýšlí o účasti na dalším vzdělávacím kurzu, pořádaným A3V v Havířově.

Se spokojeností s kurzy souvisí i očekávání, se kterým senioři nastoupili na A3V. Senioři potvrdili, že jejich očekávání je naprosto splněno.

Pomocí dotazníkového šetření jsme zjišťovali, kromě hlavních cílů, jako je motivace ke studiu, spokojenost s nabídkou kurzů a splněná, či nesplněná očekávání seniorů, i další skutečnosti. Jednou z nich je skutečnost, že A3V v Havířově v 80% navštěvují ženy. Převahu studujících žen můžeme přičíst několika faktorům. Například tomu, že dle statistických údajů, je průměrná délka života žen delší než u mužů. Další možností může být ta skutečnost, že ženy mají větší potřebu komunikace a tudíž častěji vyhledávají možnost setkávat se s lidmi a tím rozšiřovat sociální kontakty. Nebo jen mají větší chuť řešit pocit izolace a odsunutí ze společenského života, ke kterému u seniorů může docházet. Možností, proč studují právě ženy, může být daleko více.

S pocitem izolace jsme, tak trochu, počítali, a domnívali se, že A3V, navštěvují právě senioři, kteří žijí sami, bez partnera. Tato možnost se nám v dotazníku nepotvrdila, ale pouze rozdílem dvou dotazovaných. Na otázku „s kým žijete“ z celkového počtu 105 respondentů odpovědělo 34 seniorů, že žije s manželem nebo manželkou a samo žije 32 seniorů. Ostatní žili v družském poměru, s rodinou, s dcerou nebo synem.

Zajímavým výsledkem je zjištění oborů, ve kterých senioři pracovali. Převažují technické obory zřejmě proto, že Havířov se nachází v průmyslovém regionu, následují ekonomické obory a také velice početně bylo zastoupeno učitelství. Ve zvolených možnostech jsme opomněli uvést zdravotnictví, které se ve velkém počtu objevilo v možnosti „uved'te jiný obor“. Nejvíce vzdělávajících se seniorů bylo se středoškolským vzděláním ve velkém počtu se také objevilo i vysokoškolské vzdělání. Překvapilo nás, že i vysokoškoláci se dále vzdělávají, domnívali jsme se, že tuto potřebu mají jedinci, kteří neměli až takovou možnost se vzdělávat, ale je to zřejmě dané tím, že lidé, kteří byli zvyklí neustále se zajímat o nové věci, mají tuto potřebu i v seniorském věku a samozřejmě to neplatí jen o vysokoškolsky vzdělaných lidech.

Velice důležitá je skutečnost, že se podařilo prostřednictvím tisku, a to hlavně díky Radničním listům, které Magistrát města Havířova zdarma dodává obyvatelům města, zajistit informovanost o možnostech studia na A3V. Toto zjištění se potvrdilo v dotazníkovém šetření.

Celkově lze informace, které jsme získali v praktické části dotazníkovým šetřením hodnotit jako přínosné, protože nám poskytly odpovědi na výzkumný problém a stanovené předpoklady a tím byl splněn cíl výzkumu.

## Seznam použité literatury

BOČKOVÁ, V. *Celoživotní vzdělávání - výzva nebo povinnost?* 1. vyd. Olomouc : Univerzita Palackého, 2000. 29 s. ISBN 80-244-0155-X.

BROMLEY, D. B. *Psychológia ľudského stárnutí.* 1. vyd. Bratislava : Smena, 1974. 341 s.

BUTLER, R. N. *Why Survive : being old in America.* New York : Harper and Row, 1975. 496 s. ISBN 06-010591-7.

ČORNANIČOVÁ, R., PETŘKOVÁ, A. *Gerontagogika : úvod do teorie a praxe edukace seniorů.* 1. vyd. Olomouc : Univerzita Palackého, 2004. 92 s. ISBN 80-244-0879-1.

GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu.* Brno : Paido, 2000. 207 s. ISBN 80-85931-79-6.

GREGOR, O. *Stárnout, to je kumšt.* 2. vyd. Praha : Olympia, 1990. 139 s. ISBN 80-7033-040-6.

GRÜN, A. *Umění stárnout.* Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2009. 143 s. ISBN 978-807195-316-6.

HOLMEROVÁ, I., JURÁŠKOVÁ, B., ZIKMUNDOVÁ, K. *Vybrané kapitoly z gerontologie.* 2. vyd. Praha : Česká alzheimerská společnost, 2003. 88 s. ISBN 80-86541-12-6.

HRAPKOVÁ, N. Osobnost' lektora vo vzdelávaní seniorov. In *Univerzita třetího věku : historie, současnost a perspektivy dalšího rozvoje : sborník příspěvků z konference konané u příležitosti 20. výročí založení Univerzity třetího věku na MU 6.-7. dubna 2010 v Brně.* 1. vyd. Brno : Masarykova univerzita, 2010. s. 89-100. ISBN 978-80-210-5158-4.

CHRÁSTKA, M. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu.* 1. vyd. Praha : Grada, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

KLUGEROVÁ, J., PRÁZOVÁ I., VACÍNOVÁ, T. *Jak vypracovat bakalářskou, diplomovou, rigorózní a disertační práci*. 3. vyd. 48 s. Praha : Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2010. ISBN 978-80-7452-004-4.

KALVACH, Z. Bariéry a diskriminace seniorů ve zdravotní a sociální péči v ČR. In *Postavení a diskriminace seniorů v České republice*. 1. vyd. Praha : Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR, 2006. 139 s. ISBN 80-86878-52-X.

KALVACH, Z. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha : Grada, 2004. 861 s. ISBN 80-247-0548-6.

KALVACH, Z. et al. *Úvod do gerontologie a geriatric*. 1. vyd. Praha : Karolinum, 1997. 193 s. ISBN 80-7184-366-0.

KLEVETOVÁ, D., DLABAČOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha : Grada, 2008. 202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci*. 1. vyd. Praha : Grada, 2002. 198 s. ISBN 80-247-0179-0.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha : Grada, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9.

MAŇÁK, J. et al. *Slovník pedagogické metodologie*. 1. vyd. Brno: Paido, 2005. 134 s. ISBN 80-7315-102-2.

MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno : Masarykova univerzita v Brně, 2004. 203 s. ISBN 80-210-3345-2.

MÜHLPACHR, P., STANÍČEK, P. *Geragogika pro speciální pedagogy*. 1. vyd. Brno : Masarykova univerzita v Brně, 2001. 115 s. ISBN 80-210-2510-7.

*Kvalita života ve stáří : národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. Praha : Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2008. 60 s. ISBN 978-80-86878-65-2.



- PACOVSKÝ, V. et al. *Gerontologické minimum*. 1. vyd. Brno : Institut pro další vzdělávání středních zdravotnických pracovníků, 1988. 60 s.
- PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha : Avicenum, 1990. 135 s. ISBN 80-201-0076-8.
- PACOVSKÝ, V., HEŘMANOVÁ, H. *Gerontologie*. 1. vyd. Praha : Avicenum, 1981. 298 s.
- PALÁN, Z. *Základy andragogiky*. Praha : Vysoká škola J. A. Komenského, 2003. 199 s. ISBN 80-86723-03-8.
- PETŘKOVÁ, A. *Úvod do ontogenetické psychologie*. 1. vyd. Olomouc : Univerzita Palackého, 2005. 82 s. ISBN 80-244-1259-4.
- PLHÁKOVÁ, A. *Učebnice obecné psychologie*. 1. vyd. Praha : Academia, 2004. 472 s. ISBN 80-200-1086-6.
- PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky*. 2. vyd. Praha : Státní pedagogické nakladatelství, 1974. 231 s.
- RABUŠIC, L. Vzdělávání dospělých v předseniorském a v seniorské věku. In *Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity*. 1. vyd. Brno : Masarykova univerzita, 2006. s. 101-117. ISBN 80-210-4140-4.
- STOLLEIS, M. Historie a sociální relativita stárnutí. In *Perspektivy stárnutí z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. 1. vyd. Praha : Portál, 2009. s. 167–182. ISBN 978-80-7367-605-6.
- STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha : Portál, 1999. 319 s. ISBN 80-7178-274-2.
- SÝKOROVÁ, D. *Autonomie ve stáří : kapitoly z gerontosociologie*. 1. vyd. Praha : Sociologické nakladatelství, 2007. 284 s. ISBN 978-80-86429-62-5.
- ŠIPR, K. Od akademií k univerzitám třetího věku. In *Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí*. Olomouc : Univerzita Palackého, 1997. s. 11-15. ISBN 80-7067-824-0.

- ŠVANCARA, J. *Psychologie stárnutí a stáří*. 2. vyd. Praha : SNP, 1983.
- TOŠNEROVÁ, T. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 1. vyd. Praha : Ambulance pro poruchy paměti, 2002. 45 s. ISBN 80-238-9506-0.
- TOŠNEROVÁ, T. *Jak si vychutnat seniorská léta*. 1. vyd. Brno : Computer Press, 2009. 239 s. ISBN 978-80-251-2104-7.
- TVAROH, F. *Všichni stárneme*. 2. vyd. Praha : Avicenum, 1983. 248 s.
- WOLF, J. et al. *Umění žít a stárnout*. Praha : Svoboda, 1982. 368 s.
- VAVŘÍN, P. Trochu historie o seniorském vzdělávání v České republice i v Evropě. In *Univerzita třetího věku 1990-2010 : 20 let seniorského vzdělávání na MU*. Brno : Masarykova univerzita, 2010. s. 8-11. ISBN 978-80-210-5156-0.
- VESELÝ, V. *Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia - Akademie III. věku 2003-2005*. Havířov, 2005. 3 s.
- VESELÝ, V. *Závěrečná zpráva o průběhu a ukončení studia - Akademie III. věku 2005-2007*. Havířov, 2005. 3 s.
- VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. 1. vyd. Brno : Masarykova univerzita, 2008. 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6.
- Zákon č. 108/2006 Sb. o sociálních službách.*

### **Elektronické zdroje**

- Asociace univerzit třetího věku : internetový zpravodaj [online]. [cit. 2011-11-12]. Dostupné z www: <<http://au3v.vutbr.cz/>>.
- DIMITROVÁ, M. *Demografické souvislosti stárnutí* [online]. [cit. 2011-11-10]. Dostupné z www: <[http://www.cvvm.cas.cz/upl/nase\\_spolecnost/100067s\\_Starnuti.pdf](http://www.cvvm.cas.cz/upl/nase_spolecnost/100067s_Starnuti.pdf)>.
- E-senior : univerzita třetího věku* [online]. Praha, 2011 [cit. 2011-11-12]. Dostupné z www: <<http://www.e-senior.cz/www/>>.

Havířov se stará o své seniory nejlépe v republice. *Radniční listy: informační měsíčník pro občany statutárního města Havířova* [online]. Havířov: Statutární město Havířov, červen 2009, roč. 9, s. 1 [cit. 2011-08-11]. Dostupné z www: <<http://www.havirov-city.cz/dokumenty/radnicni-isty/2009/06/stahnout.html>>.

*Helpnet.cz : informační portál pro osoby se specifickými potřebami* [online]. 2007 [cit. 2011-11-12]. ISSN 1802-5145. Dostupné z www: <<http://www.helpnet.cz/seniori/weby-pro-seniory>>.

HOŠOVÁ, Petra. *Vzdělávání seniorů* [online]. Zlín, 2010 [cit. 2011-08-12]. Diplomová práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií. Dostupná z www: <<http://dspace.knihovna.utb.cz/handle/10563/13686>>.

*Kronika města Havířova za rok 2005* [online]. [cit. 2011-12-12]. Dostupné z www: <[http://kronika.knih-havirov.cz/2005/rada\\_a\\_zastupitelstvo.pdf](http://kronika.knih-havirov.cz/2005/rada_a_zastupitelstvo.pdf)>.

*Město Havířov: historie a současnost* [online]. Havířov: Statutární město Havířov, 2008 [cit. 2011-07-11]. Dostupné z www: <<http://www.havirov-city.cz/historie-a-soucasnost/historie-a-soucasnost-2.html>>.

*Město Havířov: Havířov v číslech* [online]. Havířov: Statutární město Havířov, 2008 [cit. 2011-07-11]. Dostupné z www: <<http://www.havirov-city.cz/historie-a-soucasnost/havirov-v-cislech.html>>.

SVOBODOVÁ, Kamila. Analýza: příprava na stáří. *Demografie* [online]. 2010 [cit. 2011-12-12]. ISSN 1801-2914. Dostupný z www: <[http://www.demografie.info/?cz\\_detail\\_clanku=&artclID=714](http://www.demografie.info/?cz_detail_clanku=&artclID=714)>.

*Třetívek.cz : pro důchodce a seniory* [online]. [cit. 2011-11-12]. Dostupné z www: <<http://www.tretivek.cz/rubriky/univerzity-tretiho-veku/>>.

*Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s.* [online]. Havířov [cit. 2011-08-12]. Dostupné z www: <<http://www.incev.cz/>>.

*Wikipedie : otevřená encyklopedie* [online]. [cit. 2011-11-12]. Dostupné z www: <[http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní\\_vzdělávání](http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní_vzdělávání)>.

## Seznam tabulek

Tab. 1: Strategie přípravy na stáří, podle vzdělání (%)

Tab. 2: Jednotlivé způsoby přípravy na stáří (%)

Tab. 3: Výuková témata 2003-2005

Tab. 4: Výuková témata 2005-2007

Tab. 5: Výuková témata 2009-2011

Tab. 6: Otázka č. 1 Pohlaví

Tab. 7: Otázka č. 2 Věk

Tab. 8: Otázka č. 3 Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání

Tab. 9: Otázka č. 4 S kým žijete

Tab. 10: Otázka č. 5 V jakém oboru jste pracoval/a

Tab. 11: Otázka č. 6 Jak jste se o možnosti studia na Akademii III. věku dozvěděl/a

Tab. 12: Otázka č. 7 Jaká byla hlavní motivace, proč jste se rozhodl/a pro studium

Tab. 13: Otázka č. 8 Který ročník studujete

Tab. 14: Otázka č. 9 Jste spokojeni s kurzy, které Akademie III. věku svým posluchačům nabízí

Tab. 15: Otázka č. 10 O jaké kurzy by se podle Vás mohla nabídka rozšířit

Tab. 16: Otázka č. 11 Uplatňujete získané informace ve svém vlastním životě

Tab. 17: Otázka č. 12 Do jaké míry splňují kurzy Vaše očekávání

Tab. 18: Otázka č. 13 Je tento kurz Vaším prvním

Tab. 19: Otázka č. 14 Přemýšlíte o účasti na dalším vzdělávacím kurzu Akademie III. věku

Tab. 20: Otázka č. 15 Vyhovuje Vám technické vybavení, které je posluchačům k dispozici

## **Seznam grafů**

Graf 1: Otázka č. 1 Pohlaví

Graf 2: Otázka č. 2 Věk

Graf 3: Otázka č. 3 Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání

Graf 4: Otázka č. 4 S kým žijete

Graf 5: Otázka č. 5 V jakém oboru jste pracoval/a

Graf 6: Otázka č. 6 Jak jste se o možnosti studia na Akademii III. věku dozvěděl/a

Graf 7: Otázka č.7 Jaká byla hlavní motivace, proč jste se rozhodl/a pro studium

Graf. 8: Otázka č. 8 Který ročník studujete

Graf 9: Otázka č. 9 Jste spokojeni s kurzy, které Akademi III. věku svým posluchačům nabízí

Graf. 10: Otázka č. 10 O jaké kurzy by se podle Vás mohla nabídka rozšířit

Graf. 11: Otázka č. 11 Uplatňujete získané informace ve svém vlastním životě

Graf 12: Otázka č. 12 Do jaké míry splňují kurzy Vaše očekávání

Graf 13: Otázka č. 13 Je tento kurz Vaším prvním

Graf 14: Otázka č. 14 Přemýšlíte o účasti na dalším vzdělávacím kurzu Akademie III. věku

Graf 15: Otázka č. 15 Vyhovuje Vám technické vybavení, které je posluchačům k dispozici

## **Seznam použitých zkratk**

AU3V	Asociace univerzit třetího věku
A3V	Akademie třetího věku
CAKTIS	Centrum pro aktivní stárnutí
ČR	Česká republika
ČSR	Československá republika
MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
OECD	Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
U3V	Univerzita třetího věku
VŠSS	Vysoká škola sociálně správní
WHO	World Health Organization

## **Seznam příloh**

Příloha A -	Dotazník .....	I
Příloha B -	Informace ke studiu .....	IV
Příloha C -	Přihláška ke studiu .....	V
Příloha D -	Projekt výuky .....	VI

### DOTAZNÍK

Dobrý den, jmenuji se Petra Horáková a jsem studentkou Andragogiky na Univerzitě Jana Amose Komenského v Praze. Ve své diplomové práci se zabývám vzděláváním seniorů, a proto se na Vás obracím s prosbou o vyplnění dotazníku. Dotazník je anonymní a poslouží pouze k mému výzkumu. Své odpovědi na otázky kroužkujte případně odpověď vepište na volný řádek.

Děkuji Vám za ochotu.

**1. Pohlaví**      muž                      žena

**2. Věk**.....

**3. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**

a) základní    d) vysokoškolské

b) středoškolské bez maturity                      e)

jiné.....

c) středoškolské s maturitou

**4. S kým žijete?**

a) sám/sama    d)

s manželkou/manželem a rodinou

b) s družkou/druhem    e) jen s rodinou

c) s manželkou/manželem    f) se synem nebo dcerou

**5. V jakém oboru jste pracoval/a?**

a) dělník/dělnice    e) veřejná správa

b) zemědělství    f) učitelství

c) technický obor    g) sociální sféra

d) ekonomie    f).....

**6. Jak jste se o možnosti studia na Akademii třetího věku dozvěděl/a?**

a) od přátel    e) z propagačních materiálů

b) z televize    f)

.....

c) z tisku



**7. Jaká byla hlavní motivace, proč jste se rozhodl/a pro studium na Akademii třetího věku?**

- a) nechtěl/a jsem být sám/sama
- b) touha seznámit se s novými lidmi
- c) potřeba vyplnit volný čas
- d) touha získat nové informace
- e) potřeba seberealizace
- f) vynahradiť si to, že jsem v minulosti nemohl/a studovat
- g) jiný důvod- uveďte  
jaký.....

**8. Který ročník studujete?**

.....

**9. Jste spokojeni s kurzy, které Akademie třetího věku svým posluchačům nabízí?**

- a) ano, naprosto
- b) ano, ale nabídka kurzů by mohla být větší
- c) ne

**10. O jaké kurzy by se podle Vás mohla nabídka rozšířit?**

- a) filozofii
- b) literaturu
- c) meteorologii
- d) ekologii
- e) jiné
- f) jiné .....

**11. Uplatňujete získané informace ve svém vlastním životě?**

- a) ano, informace se mi často hodí
- b) ne, informace jsou pouze doplňkové

**12. Do jaké míry splňují kurzy Vaše očekávání?**

- a) naprosto je splňují
- b) spíše je splňují
- c) spíše je nespĺňují
- d) vůbec je nespĺňují

**13. Je tento kurz Vaším prvním?**

- a) ano
- b) ne

**14. přemýšlíte o účasti na dalším vzdělávacím kurzu Akademie třetího věku?**

- a) určitě přemýšlím
- b) spíše přemýšlím
- c) spíše nepřemýšlím
- d) určitě nepřemýšlím

**15. Vyhovuje Vám technické vybavení, které je posluchačům k dispozici?**

- a) ano, je to pro mě lepší
- b) ne, nepotřebuji technické vymoženosti

Děkuji Vám za vyplnění a přeji Vám hodně štěstí při dalším studiu! Petra Horáková



**Informace ke studiu**

**„Akademie III. věku Havířov“ v letech 2010 – 2012**

**Pořádá a realizuje:** Magistrát města Havířova ve spolupráci s Vysokou školou sociálně-správní, Institutem celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s.

**Místo konání:** Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s., ul. Vítězslava Nezvala 1/801 (bývalá budova Základní školy) učebny VŠSS, ICV Havířov o.p.s.

**Rozsah:** 4-semestrální studium (2 roky)

**Určeno:** občanům města Havířova, důchodcům (invalidním důchodcům) bez věkového omezení, bez dalších kvalifikačních nároků

**Obsah studia:**

<u>Učební plán</u>	počet hodin	semestr
- angličtina (němčina – volitelný jazyk)	64	1,2
- obsluha osobního počítače	32	1
- informatika – využití sítě Internet	16	2
- poruchy pohybového ústrojí	16	2
- finanční poradenství	8	3
- sociální politika státu	8	3
- zdravý životní styl	8	3
- komunální politika	4	3
- psychologie, komunikace, motivace	16	3
- etiketa včera a dnes	8	3
- politologie, náboženství, problematika sekt, ostatní církve	12	3
- historie, historie regionu	16	4
- vybrané kapitoly právních norem	16	4
- zeměpis a geografie	16	4
- vesmír a astronomie	16	4
<b>Celkem</b>	<b>256 hodin</b>	

**Slavnostní zahájení:** 14. října 2010 v 10.00 hodin

**Zahájení výuky:** 20. října 2010

**Konzultace:** každou středu, 1 x týdně (ve 2 skupinách): 1. skup. 7.30 – 11.00 hod.  
2. skup. 11.30 – 15.00 hod.  
Výuka 3. a 4. semestru bude vždy od 11.30 – 15.00 hod.

**Bližší informace, přihlášky:**

p. Kateřina Bělavová, sekretariát VŠSS, ICV, tel.: 553 401 164, 723 954 719



**PŘIHLÁŠKA**  
ke studiu

Název studia **„Akademie III. věku Havířov“ v letech 2010-2012**  
(4semestrální studium)

Realizace: **Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního  
vzdělávání Havířov o.p.s.**

Místo konání: **učebny VŠSS, ICV Havířov o.p.s., ul.V.Nezvala (bývalá budova ZŠ) Havířov**

Jméno, příjmení, vč. titulu: \_\_\_\_\_

Datum narození: \_\_\_\_\_

Adresa bydliště: \_\_\_\_\_

Tel. číslo: \_\_\_\_\_

Podpis: \_\_\_\_\_ V Havířově dne: \_\_\_\_\_

Registr. č.: (vyplní institut) \_\_\_\_\_

Mám zájem o výuku:

od 7.30 – 11.00 hod. \*) ANO – NE

od 11.30 – 15.00 hod. \*) ANO – NE

na hodině nezáleží \*) ANO – NE

\*) nehodící škrtněte

Volitelný předmět:

Angličtina \*)

Němčina \*)

na výběru jazyka nezáleží \*)

**Čestné prohlášení zájemce o studium**

Prohlašuji, že splňuji podmínku k přijetí do studia „Akademie III. věku Havířov“ v letech 2010 – 2012, tzn. že jsem důchodcem (invalidním důchodcem) a jsem občanem města Havířova. Současně prohlašuji, že jsem dosud nebyl posluchačem žádného studia „Akademie III. věku Havířov“.

Podpis: \_\_\_\_\_ V Havířově dne: \_\_\_\_\_



**Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání  
Havířov o.p.s.**

V. Nezvala 801/1 , 736 01 Havířov-Město

---

**P r o j e k t v ý u k y**

**A k a d e m i e I I I . v ě k u**

**H a v í ř o v**

**2009 - 2011**

Zpracoval: Ing. Veselý Vladimír  
ředitel ICV  
Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního  
vzdělávání Havířov o.p.s.

Odborný garant: JUDr. Jaromír Richter  
advokát, Slezská univerzita Opava, OPF Karviná

Schválil, předkládá: Ing. Bezecný Václav  
generální ředitel  
Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního  
vzdělávání Havířov o.p.s.

Havířov 23. 7. 2009

## 1. Charakteristika a cíl studia

Akce je Vysokou školou sociálně-správní, Institutem celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s. připravena na základě výzvy k podání nabídky v souladu se zadáním veřejné zakázky Magistrátu města Havířova.

Svým obsahovým zaměřením je studium orientováno tak, aby byl posluchačům naplněn cíl studia, tj. zdokonalení, rozšíření znalostí v příslušných oblastech a tématických okruzích, podání informací posluchačům i v dalších nových aktuálních oborech a zájmových okruzích tak, aby:

- znali práci s PC, textovým editorem v operačním systému Windows a seznámili se s využitím sítě Internet, práce s mobilním telefonem
- uměli pracovat s programem Internet Explorer (orientovat se na webových stránkách, vyhledávat údaje, přenášet je do programu Word apod.)
- uměli používat elektronickou poštu
- v jazykové průpravě porozuměli složitějším zvukovým i grafickým textům s hlubší slovní zásobou, a tím i v budoucnu mohli zdokonalovat vlastní úroveň anglického respektive německého jazyka
- získali poznatky z oblasti psychologie starší dospělosti, komunikace, motivace
- dovedli pečovat o své duševní zdraví a předcházet duševním poruchám
- získali základní informace z historie astronomie, vzniku a vývoje vesmíru, hledání života ve vesmíru a jiných zákonitostí
- si osvojili a zdokonalili zdravý životní styl včetně zdravotní prevence, předcházení poruch pohybového ústrojí apod.
- získali informace na úseku finančního poradenství, naučili se pracovat s platebními kartami
- znali zásady a právní náležitosti po vstupu ČR do EU
- orientovali se v aktuálních otázkách sociální politiky státu a komunální politiky
- získali informace v oblasti historie a politologie, v otázkách náboženství, problematiky sekt a ostatních církví, Islám
- orientovali se ve vybraných kapitolách právních norem
- byli seznámeni s dějinami regionu
- zajímavým a aktuálním způsobem byli seznámeni a informováni s problematikou geografie a cestovního ruchu

## 2. Kritéria pro výběr posluchačů

Akademie III. věku Havířov 2009 – 2011 je určena posluchačům bez věkového omezení ve starobním nebo invalidním důchodu bez dalších kvalifikačních nároků.

Studium je určeno pouze zájemcům – občanům města Havířova.

## 3. Obsahová náplň studia (hodinová dotace)

*Rozsah studia:*

**4 semestry (á 64 hodin)**

<u>Učební plán</u>	počet hodin	semestr
angličtina (němčina – volitelný jazyk)	64	1,2
obsluha osobního počítače	32	1
informatika – využití sítě Internet	16	2
poruchy pohybového ústrojí	16	2
finanční poradenství	8	3
sociální politika státu	8	3
zdravý životní styl	8	3
komunální politika	4	3
psychologie, komunikace, motivace	16	3
etiketa včera a dnes	8	3
politologie, náboženství, problematika sekt, 12 ostatní církve		3
historie, historie regionu	16	4
vybrané kapitoly právních norem	16	4
zeměpis a geografie	16	4
vesmír a astronomie	16	4

**Celkem**

**256 hodin**

## 4. Podrobná učební osnova

### Jazyková příprava – angličtina 1. + 2. semestr 64 hodin

**Učebnice:** Učebnice pro jazykové školy I.

#### **Cílová kompetence:**

- posluchač rozumí složitějším zvukovým i grafickým textům, hlubší slovní zásoba
- umí komunikovat v různých společenských rolích
- dovede uplatnit znalosti v oblasti společensko-politické, hospodářské, zeměpisné

#### **Časový plán:**

- 1. 1. lekce:**
  - sloveso to be
  - sloveso to have
  - číslovky, členy
  - článek 1. lekce
  
- 2. Základy konverzace:**
  - seznamovací fráze
  - názvy zemí
  
- 3. 2. lekce:**
  - rozkazovací způsob
  - množné číslo podstatných jmen
  - přivlastňovací zájmena
  - článek
  
- 4. Slovní zásoba – tématické okruhy:**
  - ovoce a zelenina
  - dům
  - dny v týdnu, měsíce, roční období
  - členové rodiny
  - krajina
  - počasí



**5. Přítomný čas prostý;** otázka, zápor (6. lekce)

**6. Základy konverzace** založené na probrané slovní zásobě

- rodina, dům

- počasí

- nakupování

- záliby

**7. Minulý čas;** otázka, zápor (lekce 12)

Procvičování gramatiky je vhodné doplnit z učebnice Cambridge: English Grammar in Use (vybrané kapitoly budou kopírovány).

Kurz pro seniory s pokročilejšími znalostmi anglického jazyka bude přizpůsoben dle stadia znalosti - vybrané lekce z Učebnice pro jazykové školy I. Z tohoto hlediska budou posluchači vřazeni do skupin na posluchače neznalé a mírně pokročilé.

### **Jazyková příprava – němčina (volitelný jazyk) 1. + 2. semestr**

#### **64 hodin**

**Učebnice:** Učebnice pro jazykové školy I.

#### **Cílová kompetence:**

- docílit jednoduchých konverzačních schopností v běžných životních situacích tak, aby absolvent byl schopen samostatně se orientovat a pohybovat v německy mluvících zemích (Německo, Rakousko, Švýcarsko)
- získat stručný přehled o německých a rakouských reáliích včetně historického vývoje dotyčných zemí
- získat stručnou orientaci o celospolečenském přínosu velkých osobností německé kultury: Goethe, Schiller, Beethoven, Mozart, Wagner, Hegel, Kant a o jejich dílech

## **Prostředky:**

### **v oblasti mluvnice:**

- podstatné jméno, slabé a silné skloňování
- sloveso: časování slabých sloves v přítomném čase, způsobová slovesa, časování slabých a některých silných sloves v jednoduchém minulém čase (préteritum) a složeném minulém čase (perfektum)
- rozkazovací způsob
- zájmena osobní a přivlastňovací a jejich skloňování
- předložky
- zápor
- přídavná jména a jejich skloňování
- hlavní a vedlejší věta

### **v oblasti slovní zásoby:**

Vytvořit si základní slovní zásobu nejběžnějších a nejpoužívanějších slov a obrátů nutných pro všeobecnou orientaci v cizím prostředí

### **psaný projev:**

Zvládnout porozumění jednoduchého textu a dokázat napsat nenáročné sdělení o běžných věcech.

### **komunikace:**

Jednoduchá konverzační schémata v běžných situacích.

### **kultura:**

Naučit se během roku alespoň tři písně a tři básně v německém originále.

Všeobecná část VT 4 h

- Hlavní části počítače, příslušenství
- Periferní zařízení PC (klávesnice, myš, monitor, tiskárny)
- Programové vybavení PC (SW)
- Soubory, typy souborů, asociace
- Složky a vnořené složky (adresáře)

Operační systém Windows 8 h

- Práce s myší a klávesnicí
- Pracovní plocha, objekty, ikony, zástupce, nastavení
- Práce s okny, spouštění programů, nouzová situace
- Nabídka START, klávesové zkratky
- Práce se soubory a složkami, průzkumník, koš
- Mapa znaků

Programy ve Windows 14 h

- Psaní textu, editace textu, kopírování textu a vkládání obrázků
- Tvorba obrázků v programu „Malování“
- Kopírování textu a obrázků v rámci souborů a programů

Souborový manažér 6 h

- Spouštění, ovládání a ukončení programu
- Práce se soubory a adresáři (prohlížení, editace, kopírování, mazání, přesun, přejmenování, hledání, tvorba adresáře, komprimace atd.)

\* **Pozn.:** Učebnice Blábolil, Dudáček: „Poprvé u počítače“ bude posluchačům předána.

## **Informatika – využití sítě INTERNET** **16 hodin**

Význam a princip činnosti sítě Internet, služby, připojení	4 h
Spouštění a ovládání prohlížeče „INTERNET EXPLORER“	2 h
Možnosti vyhledávání stránek na Internetu, tvorba oblíbených položek, způsoby vyhledávání, stahování obrázků, textů a souborů	6 h
Elektronická pošta – základní možnosti „OUTLOOK EXPRES“	4 h

## **Poruchy pohybového ústrojí** **16 hodin**

Stručný úvod do anatomie, definice funkčních poruch	2 h
Anatomie páteře, základní funkce páteře, biomechanické pojetí pohybového ústrojí	2 h
Nácvik správného držení těla - model ozubených kol, vzpřímené držení těla během dne	2 h
Strečink posturálních svalů, ergonomie pracovního prostředí	2 h
Vhodné a nevhodné sporty, příčné a podélné klenutí nohou	2 h
Praktická ukázka cvičení plochonoží, taping plochonoží, metoda Ludmily Mojžíšové	2 h
Praktická ukázka cvičení metodou Ludmily Mojžíšové, syndrom karpálního tunelu	2 h
AEK postupy a cvičení s therabandem při diagnóze úžinového syndromu n. medianus, problematika skolióz	2 h

## **Finanční poradenství** **8 hodin**

- Investiční trojúhelník, časová hodnota peněz, očekávaný výnos, riziko, likvidita, jejich aplikace na podmínky rodinných financí, změna hodnoty peněz v čase, diskontní faktor
- Základní souvislosti ekonomických a finančních veličin, vztah mezi inflací, devalvací, úsporami, úrokovými sazbami a cenami investic
- Investování do finančních instrumentů: a) bankovní produkty v CZK a v devizách, b) akcie, dluhopisy, hypotéční zástavní listy, c) produkty kolektivního investování: investiční a podílové fondy, d) stavební spoření, e) penzijní připojištění, f) životní pojištění, pojištění majetku, g) srovnání druhů finančních investic
- Investování do reálných instrumentů: pozemky, nemovitosti, zlato, starožitnosti, vlastní podnikání

- Používání platebních karet

## **Sociální politika**

**8 hodin**

- 1. Teorie sociální politiky, sociální práva, služby a rizika** 2 h
  - sociální práva a sociální vědomí
  - teorie sociální politiky a vývojové trendy sociální politiky v ČR
  - vzdělávací politika
  - sociální politika v činnosti Rady Evropy a EU
  - lidská práva a svobody, jejich naplňování, Evropská sociální charta
  - sociální a demografická struktura společnosti a cíle sociální politiky
  - člověk a společnost, skupina, sociální struktura společnosti, společenské konflikty, sociální mobilita, globální společnost
  
  - vzdělávání jako životní program, celoživotní vzdělávání, vzdělávací soustava  
a její nástroje, orientace subjektů jako adaptační vzdělávací aktivita
  
- 2. Rodina:** 2 h
  - obecná charakteristika právních norem
  - postavení rodiny ve státě
  - trendy ve vývoji rodiny v evropském kontextu
  - rodina a domácnost jako rozhodovací jednotka
  - rodina, sociologie rodinných vztahů, demografické charakteristiky
  - rodina, populace a zaměstnanost u nás
  - ekonomická funkce rodiny za socialismu a nyní
  
- 3. Zdravotní politika:** 2 h
  - ochrana zdraví
  - funkce státu při péči o zdraví
  - problematika stáří: stáří a jeho etapy, sociální vztahy, rodina, práce, závěr životní dráhy. Demografické aspekty stárnutí obyvatelstva.
  - vlivy působící na zdraví obyvatelstva
  
- 4. Sociální zabezpečení:** 2 h
  - státní podpora a sociální pomoc státu
  - principy právní úpravy důchodového pojištění
  - druhy důchodů
  - nemocenské pojištění
  - zdravotní pojištění
  - penzijní připojištění
  - řízení o přiznání státní podpory a důchodové pojištění
  - sociální potřebnost

## Zdravý životní styl

8 hodin

- definice pojmů
- fyzické a duševní zdraví
- odpočinek – pasivní a aktivní
- vliv stresu – fyzického a psychického
- zvyšování odolnosti k působení stresu
- zdravá výživa
- vliv kouření, alkoholu a toxikománie
- klimatické podmínky
- vliv aktivního a rekreačního sportu
- vyrovnání se s handicapem a chronickým onemocněním
- hygienické podmínky
- zdravý životní styl jako způsob prodlužování aktivního života

## Komunální politika

4 hodin

- **Územní veřejná správa** 2 h
- Postavení měst a obcí ve veřejné správě
- Orgány obecního zřízení a jejich ustanovování
- Samostatná působnost a přenesená působnost obcí
- Specifika statutárního města
- Správní řízení v obcích
- **Výkon přenesené státní správy magistrátem** 2 h
- Postavení úředníka – jeho práva a povinnosti
- Složení magistrátu a jeho působnost ve státní správě
- Postavení občana jako účastníka ve správním řízení
- Správní rozhodnutí a jeho přezkum

## Psychologie, komunikace, motivace

16 hodin

### 1. Osobnost

2 h

- pojem osobnosti a duševních vlastností
- schopnosti
- temperament – testování skladby temperamentu posluchačů
- testování osobnosti přítomných posluchačů
  - o společenskost, impulzivnost, aktivita, sebeprosazování
  - o úzkostlivost, stres, deprese
  - o agresivita, dogmatismus, nadřazenost

- inteligence – včetně zkoušky emoční inteligence

## **2. Psychologie starší dospělosti a stáří** 4 h

- a) období starší dospělosti - postakmé
  - tělesné změny včetně spec. znaků stárnutí žen, sexuality a manželství stárnoucích
  - změny poznávacích procesů
  - změny potřeb a postojů v období stárnutí a role prarodičů
- b) období raného stáří – senescence
  - tělesné změny
  - změny poznávacích procesů ve stáří
  - změny emocí, vůle, potřeb, postojů a sociálního chování
  - manželství starých lidí
  - smrt manželského partnera
- c) období vlastního stáří – senium
  - hlavní stresující situace a závažnější změny psychiky
  - změny způsobu života
  - potřeby starých lidí
- d) výsledky výzkumu paměti starých lidí

## **3. Psychologie nemocných a tělesně postižených** 3 h

- význam a základní úkoly klinické psychologie
- psychosomatické vztahy a příčiny duševních změn
- podmíněnost vlastního obrazu nemoci
- problémy nemocných starých lidí
- psychické změny a poruchy při interních chorobách
- psychické problémy u nezvratně nemocných a umírajících
- význam členství ve skupině zdravotně postižených

## **4. Duševní zdraví a duševní poruchy** 3 h

- pojem duševního zdraví a duševní normality
- stres, stresory, frustrace a deprivace
- deprese
- příčiny vzniku psychických poruch
- základní otázky duševní hygieny
- zaměření psychoterapeutické práce
- pomoc v náročných životních situacích

## 5. Komunikace – význam, funkce, druhy

2 h

- základní složky komunikace – aktivní naslouchání, empatie, strategie rozhovoru, verbální a neverbální komunikace, umění přesvědčovat, asertivita;
- optimální a problémová komunikace.
- neverbální komunikace – historie, význam gestikulace, mimika, posturika, kinezika, pohledy, proxemika, teritorium, haptika, paralingvistické aspekty řeči;
- verbální komunikace – rozhovor, otevřené a uzavřené otázky, průběh rozhovoru, komunikační manipulace.

## 6. Sociální percepce – základ efektivní komunikace

2 h

Chyby ve vnímání, selektivnost, stereotypy, předsudky;

Vliv předsudků na chování a komunikaci;

Komunikační bariéry-vnější a vnitřní;

Komunikační styl – význam;

Důsledky rozdílného komunikačního stylu jsou vytvářeny životní zkušeností, hodnotový systém, subjektivní úrovní vnímání;

Emoční typologie komunikačních partnerů;

Aktivní naslouchání – význam, techniky aktivního naslouchání, zásady správného naslouchání, význam zpětné vazby pro efektivní komunikaci, poskytování a přijímání zpětné vazby.

## **Etiketa včera a dnes – proměny pravidel spol.chování ve 20. a 21. stol. 8 hodin**

### 1. Definice společenského chování

- společenský styk, chování, výchova, obecná pravidla, společenský hierarchie

### 2. Pozdravy

- verbální, neverbální

### 3. Podání ruky



- pořadí
- formy podávání
- mezinárodní zvyklosti

#### **4. Seznamování a představování**

- pravidla
- praktické rady

#### **5. Oslovování**

- používání akademických titulů
- tykání, vykání
- pravidla

#### **6. Vizitky**

- služební, soukromé, kombinované, osobní, manželské
- pravidla užití vizitek

#### **7. Kontakt s lidmi**

- zásadní pravidla

#### **8. Vnější úprava při společenském styku**

- obecné zásady
- pracovní oblečení (Casual Dress, Business Dress)
- pánský společenský oděv
- dámské společenské oblečení

#### **9. Společenské události**

- nejčastější společenské akce
- recepce, banquet, raut, večírek, piknik, reprezentační ples, odpolední káva
- menu
- kombinace jídel a nápojů
- co a jak jíst – záludnosti při konzumaci pokrmů
- prohřešky a nehody

### **Politologie, náboženství, problematika sekt, ostatní církve 12**

#### **hodin**

##### **Politologie a historie:**

- předmět
- disciplíny a metody politologie
- stát, jeho vznik, podstata a formy, vymezení demokracie
- ústava, svoboda, lidská práva
- politické doktríny a ideologie politické strany, politický pluralismus

- volby a volební systémy
- politický program
- konflikt
- politický systém
- moc a autorita
- participace
- veřejné mínění
- masová média
- politologie a její historické souvislosti a projevy

### **Filozofie a ostatní vědy ve vztahu k řešení problematiky společnosti:**

- poznání
- pravda
- myšlení
- hodnota
- člověk
- bytí
- spravedlnost
- rovnost

### **Náboženství-křesťanství, Islám, problematika sekt, ostatní církve**

- svoboda náboženské víry
- obecná problematika církví a náboženských společností
- registrace církví a náboženských společností
- církve a náboženské společnosti působící na území ČR

## ***Historie, historie regionu***

***16 hodin***

### **Historie regionu – 1. přednáška**

5 h

- vznikání osad a měst
- obchodní cesty Solná, Měděná, Jantarová, Dobytčí, které vedly přes dnešní Havířov
- pevnostní systém na Moravě, Slovensku, Polsku, systém proti tzv. Turkům
- vznik města Havířova
- komentář k historickému, technickému a muzikologickému pohledu
- historie hasičství v regionu

- Historie regionu – 2. přednáška** 5 h
- návštěva a prohlídka výstavy „Haviřov, zrod města“ – muzejní výstavní síň  
Muzeion
  - významné osobnosti v historii regionu  
(Třanovský, Ježíšek, Krischke, Scherschnick aj.)
  - chráněné památky v regionu

- Historie regionu – 3. přednáška** 6 h
- odsun Židů z našeho regionu
  - průběh osvobození regionu
  - svět války
  - role vlasovců v širším regionu
  - problém volkslist
  - účast obyvatel v zahraničních armádách, československé, polské, sovětské a německé

**Vybrané kapitoly právních norem 16 hodin**

- Legislativa a legislativní proces v ČR** 4 h
- rozlišení normativních aktů
  - systém ústavního pořádku
  - mezinárodní smlouvy
  - podzákoné právní předpisy
  - právní předpisy obcí – proces jejich vzniku, platnost, účinnost, zásada veřejnosti, rušení

- Soukromé právo** 8 h
- vlastnictví, poluvlastnictví
  - vydržení
  - dědické právo
  - věcná břemena (výminek)
  - darovací právo
  - postavení občana jako účastníka ve správním řízení
  - správní rozhodnutí a jeho přezkum

- Trestní a přestupkové právo** 4 h
- trestné činy a trestní řízení
  - přestupky – odpovědnost a řízení
  - úkoly Policie ČR a obecních policí v trestním a přestupkovém řízení
- Smluvní právo**
- rozbor nejčastějších smluv

## ***Zeměpis a geografie***

***16 hodin***

- 1. Změny na politické mapě světa na konci 2. a poč. 3. tisíciletí**  
Balkán, SSSR, NDR, Afrika, Tichomoří, Indonésie, nová jména států, měst, změny v politické orientaci, mezinárodní organizace typu OSN, EU, NATO, OPEC aj. v současnosti
- 2. Cestovní ruch**  
4. pilíř světové ekonomiky, nejprogresivnější odvětví světové ekonomiky z hlediska makroekonomického vývoje
- 3. Globální problémy lidstva**  
populační vývoj lidstva a jeho trendy, makroekonomické aspekty, potravinový program, nemoci, náboženství, rasové, jazykové a etnické vztahy, ochrana památek v rámci Světového dědictví)
- 4. Globální problémy přírodní**  
Klimatické změny, ozónová díra, El Niño, Tsunami, změny teplot a srážek, biodiverzita a ochrana přírody
- 5. Geografické změny České republiky**  
Sčítání obyvatel, změna struktury hospodářství, katastrofální jevy – povodně, tornáda, smršťe a krupobití v poslední dekádě, zápisy památek do seznamu Světového dědictví

## ***Vesmír a astronomie***

***16 hodin***

- 1. Historie astronomie** 2 h
  - nejstarší pozorování oblohy: měření času, kalendář, antická astronomie
  - středověká astronomie: vývoj názoru na postavení Země, objevy, gravitace (Newton), objevování jižní oblohy
  - velcí pozorovatelé 18. století
  - měření rychlostí světla
  - stelární astronomie, kosmologie, astronomie 20. století
- 2. Vznik, vývoj a stavba vesmíru** 3 h
  - 4 druhy sil působících ve vesmíru, elementární částice, stavba hmoty, energie
  - vesmírná tělesa podle velikosti
  - soustavy těles ve vesmíru, dvojhvězdy a vícehvězdné systémy, hvězdokupy galaxie, skupiny galaxií
  - vznik vesmíru: teorie „velkého třesku“
- 3. Vznik a vývoj hvězd** 2 h

zrod hvězd z prachoplynných mlhovin, termonukleární reakce v nitrech hvězd, barvy a teploty hvězd, vývoj různě hmotných hvězd, bílí trpaslíci, výbuchy supernov, neutronové hvězdy, černé díry

- 4. Mléčná dráha galaxie** 2 h  
rozměry, složky a podsystémy naší galaxie, pohyby hvězd, rotace Galaxie, temná hmota, kanibalismus galaxií, pohled do nejkrásnějších končin vesmíru
- 5. Sluneční soustava** 2 h  
hvězda Slunce, pohyby těles, charakteristika jednotlivých planet, objevování malých těles, srážky těles, výzkum prostřednictvím kosmických sond
- 6. Soustava Země – Měsíc** 2 h  
Vznik Měsíce, parametry soustavy, oběh Měsíce kolem Země, měsíční fáze, zatmění, pozorování měsíčního povrchu
- 7. Hledání života ve vesmíru** 3 h
- ve sluneční soustavě pátrání po civilizaci na Marsu, objevy sondy Galileo
  - objevy planetárních soustav u cizích hvězd
  - odhad počtu pokročilých civilizací v naší galaxii
  - projekty zaměřené na pátrání po mimozemských civilizacích

## 5. Časový plán, organizační zabezpečení

Studium je koncipováno do časového období 4 semestrů, konkrétně:

20. 10. 2009 – 23. 2. 2010	(1. semestr)
2. 3. 2010 – 15. 6. 2010	(2. semestr)
12. 10. 2009 – 8. 2. 2011	(3. semestr)
15. 2. 2011 – 31. 5. 2011	(4. semestr)

Zahájení studia bude 20. 10. 2009 a celé studium bude ukončeno 31. 5. 2011. Výuka bude probíhat vždy v rozsahu 4 vyučovacích hodin (á 45 minut) v týdnu (každé úterý).

<b>Rozvrh hodin:</b>	<b>I. skupina</b>	<b>II. skupina</b>
	7.30 – 9.00 hod.	11.30 – 13.00 hod.
	9.30 – 11.00 hod.	13.30 – 15.00 hod.

V 1. a 2. semestru budou posluchači rozděleni do dvou skupin a v každé konzultaci bude prostřídána výuka anglického jazyka (německého jazyka) a výpočetní techniky z důvodu znalostní úrovně posluchačů v anglickém jazyce a jedné skupiny německého jazyka.

Ve 3. a 4. semestru již bude výuka probíhat pouze v jedné skupině pro všechny posluchače najednou dle časového rozvrhu hodin 2. skupiny (11.30 – 15.00 hodin).

### Rozpis konzultací pro 1. – 4. semestr

<b>1. semestr</b>	<b>2. semestr</b>	<b>3. semestr</b>	<b>4. semestr</b>
20. 10. 2009	2. 3. 2010	12. 10. 2010	15. 2. 2011
27. 10. 2009	9. 3. 2010	19. 10. 2010	22. 2. 2011
3. 11. 2009	16. 3. 2010	26. 10. 2010	1. 3. 2011
10. 11. 2009	23. 3. 2010	2. 11. 2010	8. 3. 2011
24. 11. 2009	30. 3. 2010	9. 11. 2010	15. 3. 2011
1. 12. 2009	6. 4. 2010	16. 11. 2010	22. 3. 2011
8. 12. 2009	13. 4. 2010	23. 11. 2010	29. 3. 2011
15. 12. 2009	20. 4. 2010	30. 11. 2010	5. 4. 2011
5. 1. 2010	27. 4. 2010	7. 12. 2010	12. 4. 2011
12. 1. 2010	4. 5. 2010	14. 12. 2010	19. 4. 2011
19. 1. 2010	11. 5. 2010	4. 1. 2011	26. 4. 2011
26. 1. 2010	18. 5. 2010	11. 1. 2011	3. 5. 2011
2. 2. 2010	25. 5. 2010	18. 1. 2011	10. 5. 2011
9. 2. 2010	1. 6. 2010	25. 1. 2011	17. 5. 2011
16. 2. 2010	8. 6. 2010	1. 2. 2011	24. 5. 2011
23. 2. 2010	15. 6. 2010	8. 2. 2011	31. 5. 2011

Rozvrh hodin je časově uzpůsoben tak, aby bylo umožněno posluchačům využití linkového autobusu MHD s bezbariérovým přístupem do vozidla.

Nábor posluchačů bude proveden dle pokynů zadavatele a předem konzultován se zadavatelem.

Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s. provede intenzivní nábor formou inzerce, letáky, nabídkovými dopisy konkrétním institucím (sociální zařízení apod.)

## **6. Metodika, učební pomůcky a didaktická technika**

Vybavení: Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s. je umístěn v nově rekonstruované budově bývalé Základní školy na ulici Vítězslava Nezvala v Havířově-Městě. Je vybaven 23 učebnami s celkovou kapacitou 1200 míst.

Součástí výukových prostor jsou 3 učebny, vybavené výpočetní technikou. Celkem je ve všech učebnách k dispozici 48 počítačových pracovišť. Každá z učeben je samostatně propojena do sítě peer a je v nich umožněno sdílení programů i dat. V každé jsou rovněž sdílené tiskárny HP 1100. Každý posluchač má k dispozici plně vybavené počítačové pracoviště, včetně připojení internetu.

Kromě základního programového vybavení je v učebnách shodně k dispozici „balík“ programů MS Office 2000 a program pro vedení podvojného účetnictví WinDuo. Programové vybavení je možno podle případných požadavků doplnit.

Všechny učebny jsou komplexně vybaveny vyučovací technikou (zpětné projektory, magnetofony, videotechnikou a dataprojektory). Jednotlivé učebny plošnou výměrou a osvětlením plně vyhovují platným normám.

K evidenci o účasti, která je průběžně prováděna, je vedena třídní kniha. Účast posluchačů je fyzicky sledována vedoucím studia. Dle stanoveného počtu hodin je vepsána přednášená problematika a stvrzena podpisem lektora. Třídní kniha je na Vysoké škole sociálně-správní, Institutu celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s. dlouhodobě archivována.

Vysoká škola sociálně-správní, Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s. svým umístěním je spádově výhodný jak autobusovým spojením, prostorným parkovištěm, tak i klidným prostředím v centru města. Posluchačům bude vytvořeno důstojné prostředí pro neformální posezení v době před a po výuce a o přestávkách.

**Budova je vybavena bezbariérovým přístupem vč. sociálního zařízení a novým eurovýtahem.**

## **7. Požadavky na vyučující**

Přednášky jednotlivých témat studia budou v převážné většině zabezpečeny profesními vysokoškolskými pedagogy Vysoké školy sociálně-správní, Institutu celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s., Pedagogické fakulty Ostravské univerzity a Obchodně-podnikatelské fakulty Slezské univerzity v Karviné a dále vybranými externími lektory Institutu pro příslušné oblasti.

V kapitole Obsluha osobního počítače bude výuka zabezpečena specialisty a VŠ odborníky v oboru výpočetní techniky. Jedná se o přednášející s dlouhodobou lektorskou praxí v oboru.

### **Seznam lektorů**

#### **Výpočetní technika:**

Ing. Jaroslav Šigut – VŠ pedagog VŠSS, ICV – vedoucí katedry informatiky - specialista VT

Ing. Kamil Kapera – externí lektor VŠSS, ICV – specialista VT

#### **Jazyková příprava:**

Ing. Lucie Teuerová – OSVČ, externí lektor VŠSS, ICV – anglický jazyk

Ing. Antonín Schmucker – fa ISA - ENGLISH, DEUTSCH, externí lektor VŠSS, ICV – anglický jazyk

Ing. Smejkal Milan – OSVČ, externí lektor VŠSS, ICV – německý jazyk

#### **Psychologie, komunikace, motivace, etiketa**

Mgr. Ivanka Kalová – OSVČ, psycholog, externí lektor VŠSS, ICV

Mgr. Milena Rosová – VŠ pedagog, Ostravská univerzita – Pedagogická fakulta

#### **Zdravý životní styl:**

MUDr. Pavel Vávra, CSc – Fakultní nemocnice Ostrava

#### **Poruchy pohybového ústrojí:**

Mgr. Simona Wichrová – rehabilitační pracovník – specialista, RC Havířov

#### **Finanční poradenství, právní poradenství:**



Ing. Karel Kořený – odborný asistent katedry financí, Slezská univerzita Opava - OPF Karviná

Ing. Kateřina Kořená – odborný asistent, VŠB TU Ostrava

**Sociální politika:**

Bohuslava Litavská – vedoucí odboru sociálních věcí, Magistrát města Havířova

PhDr. Vanda Gradková – vedoucí oddělení sociálně-právní ochrany dětí, Magistrát města Havířova

Bc. Renáta Chytrová – vedoucí sociálního odboru, Magistrát města Karviné

**Komunální politika:**

JUDr. Jaromír Richter – advokát, VŠ pedagog, Slezská univerzita Opava – OPF Karviná

**Vybrané kapitoly právních norem**

JUDr. Jaromír Richter – advokát, VŠ pedagog, Slezská univerzita Opava – OPF Karviná

JUDr. Mgr. Petr Macháč – VŠ pedagog, VŠSS, ICV Havířov

JUDr. Evžen Kiedroň – právník, lektor VŠSS, ICV Havířov

**Informatika – využití sítě Internet:**

Ing. Jaroslav Šigut – VŠ pedagog, VŠSS, ICV - specialista VT

Ing. Robert Frischer, odborný asistent – VŠB-TU

**Politologie, náboženství, problematika sekt, ostatní církve**

Mgr. Tomáš Drobík - VŠ pedagog, Ostravská univerzita

Mgr. Tomáš Hoch - VŠ pedagog, Ostravská univerzita

**Historie regionu**

PhDr. Petr Beck – historik, externí lektor VŠSS, ICV

**Zeměpis a geografie**

Ing. Milan Němčanský – katedra marketingu, Slezská univerzita Opava – OPF Karviná

Mgr. Šárka Mokrášová – SŠ pedagog, Vyšší odborná hotelová škola Havířov

**Vesmír a astronomie**

PaedDr. Ivana Marková - hvězdárna a planetárium J. Palisy, VŠB-TU Ostrava-Poruba

**Garance průběhu studia a vyhodnocení**

Dozor nad realizací studia po odborné stránce zajišťují dle příslušné problematiky:

JUDr. Jaromír Richter – advokát, VŠ pedagog, Slezská univerzita Opava –  
OPF Karviná –

právní normy, oblast komunální politiky

Ing. Lucie Teuerová – OSVČ, externí lektor VŠSS, ICV – anglický jazyk

Ing. Robert Frischer, odborný asistent – VŠB-TU – oblast výpočetní techniky a  
informatiky

Ing. Smejkal Milan – OSVČ , externí lektor- německý jazyk

Závěrem studia bude posluchačům vydáno osvědčení o absolvování Akademie  
III. věku Havířov.

### **Prohlášení o programovém vybavení**

Při výuce studia „Akademie III. věku Havířov 2009 - 2011“ budou využívány  
ve výuce výpočetní techniky výhradně SW produkty, které byly oficiálně  
zakoupeny od firmy Microsoft, Novell a Lotus a jsou řádně registrovány.

V Havířově dne 23. 7. 2009

Ing. Václav Bezecný  
generální ředitel  
Vysoká škola sociálně-správní,  
Institut celoživotního vzdělávání Havířov o.p.s.

### **Seznam studijní a doporučené literatury**

Učebnice anglického jazyka pro jazykové školy I.

Headway Elementary včetně pracovního sešitu

Slovník AJ

Blábolil, Dudáček: „Poprvé u počítače aneb Začínáme pracovat s PC“

Učebnice německého jazyka pro jazykové školy I.

Posluchači obdrží studijní literaturu při zahájení studia – učebnici anglického jazyka, německého jazyka a učebnici výpočetní techniky.

## **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

<b>Jméno autora:</b>	Bc. Petra Horáková
<b>Obor:</b>	Andragogika
<b>Forma studia:</b>	kombinované
<b>Název práce:</b>	Vzdělávání seniorů – Akademie III. věku v Havířově
<b>Rok:</b>	2012
<b>Počet stran bez příloh:</b>	78
<b>Celkový počet stran příloh:</b>	28
<b>Počet titulů české literatury a pramenů:</b>	40
<b>Počet titulů zahraniční literatury a pramenů:</b>	3
<b>Počet internetových zdrojů:</b>	13
<b>Vedoucí práce:</b>	PhDr. Jan Kufa