

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra psychologie



Diplomová práce

„Ještě nepatřím do starého železa.“ Pracovní aktivita seniorů z aktérské perspektivy

Bc. Klára Soldátová

© 2021 ČZU v Praze

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Bc. Klára Soldátová

Hospodářská a kulturní studia

Název práce

„Ještě nepatřím do starého železa.“ Pracovní aktivita seniorů z aktéřské perspektivy

Název anglicky

„I don't belong in the old iron yet.“ Working activity of seniors from an actor's perspective

Cíle práce

Cílem diplomové práce je identifikovat důvody a motivaci pracovního nasazení seniorů, kterým již náleží starobní důchod a následně prozkoumat především percepci pracovní aktivity seniorů z jejich vlastní perspektivy.

Metodika

Teoretické část práce bude vycházet z rešerší relevantní odborné literatury a internetových zdrojů pojící se ke zkoumané problematice. Empirická část práce bude založena na kvalitativních výzkumných metodách a technikách sběru dat. Především bude využito polostrukturovaných rozhovorů.

Doporučený rozsah práce

60-80 stran.

Klíčová slova

Senior, stáří, pracovní aktivita, kvalitativní výzkum.

Doporučené zdroje informací

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a senierek. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. Studie (Sociologické nakladatelství). ISBN: 978-80-7419-152-7.

HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87-109-19-9.

HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace. 2. Praha: Portál, 2005. ISBN 978-80-7367-485-4.

SAK, Petr a Karolína KOLEŠÁROVÁ. Sociologie stáří a seniorů. Praha: Grada, 2012. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3850-5.

Předběžný termín obhajoby

2020/21 LS – PEF

Vedoucí práce

PhDr. Sandra Kreisslová, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra psychologie

Elektronicky schváleno dne 20. 10. 2020

PhDr. Pavla Rymešová, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 21. 10. 2020

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 29. 03. 2021

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci „Ještě nepatřím do starého železa.“ Pracovní aktivita seniorů z aktérské perspektivy“ jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu použitých zdrojů na konci práce. Jako autorka uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 29.3.2021

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala PhDr. Sandře Kreisslové, Ph.D. za odborné a cenné rady, které mi poskytla během psaní diplomové práce. Velké poděkování patří informátorům za jejich čas a výpovědi. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat své rodině za trpělivost a podporu.

„Ještě nepatřím do starého železa.“ Pracovní aktivita seniorů z aktérské perspektivy

Abstrakt

Stárnutí populace je v současné době a posledních desetiletích významným tématem. V důsledku změny struktury obyvatelstva a převahy starších osob dochází ke snaze většího zapojení seniorů do společenského dění a aktivnímu stárnutí. Dnešní senioři jsou při vstupu do období stáří v relativně dobré fyzické a psychické kondici. Vzhledem k tomu stoupá počet pracujících seniorů, kteří se stávají cennou a přínosnou skupinou. Cílem diplomové práce je zjistit, jaké důvody vedou seniory pobírající starobní penzi k pracovní aktivitě a setrvání v zaměstnání. Prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů je zjištěna percepce stáří, odchodu do penze, pracovní aktivity a způsob trávení volného času. Diplomová práce tak přináší emickou perspektivu pracujících seniorů na období stáří se zvláštním přihlédnutím na pracovní aktivitu.

Klíčová slova: Senior, stáří, pracovní aktivita, kvalitativní výzkum

„I don't belong in the old iron yet.“ Working activity of seniors from an actor's perspective

Abstract

The aging of the population has become increasingly important in recent decades. As a result of the change in the structure of the population and the predominance of the elderly, there is an effort to increase the involvement of seniors in social events and active aging. Today's seniors are in relatively good physical and mental condition when entering old age. As the number of working seniors increases, they become a valuable and beneficial group. The aim of the diploma thesis is to find out what reasons lead seniors receiving a retirement pension to work activity and stay in employment. Through semi-structured interview, the perception of old age, retirement, work activities and the way of spending free time are ascertained. The diploma thesis thus brings an emic perspective of working seniors for the period of old age with a key consideration of work activity.

Keywords: Senior, old age, work activity, qualitative research

Obsah

Úvod	10
1 Cíl práce a metodika	12
2 Dosavadní stav bádání	16
3 Teoretická východiska	21
3.1 Stáří aneb kdo je starý člověk	21
3.2 Kulturní pojetí stáří	24
3.3 Odchod do penze jako nová etapa.....	25
3.3.1 Odchod do penze jako přechodový rituál	27
3.4 Pracující senioři.....	27
3.4.1 Mezi penzí a pracovním světem – senioři v liminalitě	29
3.5 Ageismus.....	29
3.5.1 Age management	31
3.5.2 Mýty, stereotypy a předsudky o stáří.....	32
4 Praktická část	35
4.1 Stárnutí jako nevyhnutelný proces	35
4.1.1 Instituce řešící otázku stárnutí populace	36
4.1.2 Demografická situace v České republice.....	38
4.2 Percepce stáří	41
4.3 Penze	44
4.4 Pracovat v penzi jako jasná volba	50
4.5 Diskriminace na pracovišti.....	55
4.6 Sociální izolace a strach z ní	57
4.7 Finanční zabezpečení v penzi.....	59
4.8 Trávení volného času v penzi.....	61
4.9 Dopady koronavirové pandemie na seniory.....	65
5 Výsledky a diskuse	70
6 Závěr.....	75
Seznam použitých zdrojů	77
6.1 Literární zdroje.....	77
6.2 Periodika	79
6.3 Internetové zdroje.....	80
6.4 Zákony.....	82

Seznam grafů

Graf 1 Struktura obyvatelstva EU dle věkových skupin.....	35
Graf 2 Věková skladba obyvatelstva ČR r. 2019.....	39
Graf 3 Věková skladba obyvatelstva ČR r. 2050.....	38
Graf 4 Podíl obyvatel ve věkové skupině 0-14 a 65 a více let.....	39
Graf 5 Podíl zaměstnaných ve věku 60-64 a 65+.....	54

Seznam tabulek

Tabulka 1 Seznam informátorů a jejich základní údaje.....	14
Tabulka 2 Změny způsobené odchodem do penze	49
Tabulka 3 Důvody vedoucí seniory k pracovní aktivitě	55

Úvod

Prodlužování průměrné délky života je jev, který se dotýká beze sporu všech evropských států. Příčinou jsou zejména zvyšující se životní úroveň, zlepšující se zdravotní a sociální péče, klesající porodnost a také dnes hojně medializovaný zdravý životní styl. Prostřednictvím těchto vlivů se enormně zvýšil počet seniorů. Stárnutí bylo vždy součástí společnosti, ovšem v posledních 60 letech začal podíl starších osob velmi narůstat. V důsledku toho, že populace stárne, dochází ke změnám ve společnosti. Tím, že se dožije vysokého věku poměrně značná část obyvatelstva, nabývá tento fenomén na důležitosti. Na stáří se už nenahlíží jako na stádium bolesti, utrpení a sociální exkluze, ale jako na novou etapu života, která otevírá zcela nové možnosti.

Problematice stáří by se tak měla věnovat celá společnost, nejen ta část, které se toto období bezprostředně dotýká. Produktivní obyvatelstvo ať už přímo či nepřímo rozhoduje o tom, na jaké životní úrovni a jak kvalitně bude aktuální generace seniorů žít. Zároveň si ale vytváří podmínky pro vlastní období, až dospěje do stejné fáze. Nejdiskutovanějšími tématy tohoto fenoménu jsou důchodový systém, zajišťování služeb pro nemocné a nesoběstačné seniory, diskriminace a segregace seniorů. Věková hranice odchodu do penze se postupně zvyšuje. I přes to mnoho jednotlivců ve své pracovní aktivitě pokračuje i po odchodu do penze. Dělají to z finančních důvodů, či z obavy ze ztráty profesní role a postavení ve společnosti, nebo z dalších osobních pohnutek? Odpovědi na tuto otázku se zabývá tato diplomová práce.

Diplomová práce je rozdělena na osm hlavních kapitol. Po tomto úvodním slovu bude představen cíl práce, vybraný metodický postup a průběh výzkumu. Následující kapitola se bude věnovat dosavadnímu stavu bádání na dané téma. Významnou součástí práce je kapitola vysvětlující teoretická východiska a základní terminologii, která se pojí se zkoumaným tématem. Rozebranými pojmy v teoretické části budou stáří, odchod do penze, age management a ageismus. Představeny budou současné mýty a předsudky o stáří. Praktická část se bude věnovat prezentaci a zhodnocení výsledků výzkumu o pracovní aktivitě seniorů. Získané rozhovory s informátory budou analyzovány a interpretovány podle zásad zakotvené teorie. Výsledky z výzkumného šetření budou diskutovány a porovnávány s již dříve provedenými výzkumy, které se soustředily na otázku percepce stáří, pracovní aktivity seniorů a aktivní stárnutí. Poslední závěrečná

kapitola shrne obsah diplomové práce a upozorní na nejdůležitější zjištění provedeného výzkumu.

1 Cíl práce a metodika

Cílem diplomové práce bylo identifikovat důvody a motivaci pracovního nasazení seniorů, kterým již náleží starobní penze, a následně prozkoumat především percepce pracovní aktivity seniorů z jejich vlastní perspektivy. Výzkumná otázka zní: *Jaké motivy vedou seniory pobírající starobní penzi k pracovní aktivitě?*

V diplomové práci bylo využito kvalitativního výzkumu, prostřednictvím kterého se zjišťuje, co je podstatou nově vzniklého jevu nebo se získávají názory na již společensky známý jev. V této diplomové práci se jednalo o fenomén pracujících seniorů. Kvalitativní výzkum má své výhody a nevýhody. Oproti kvantitativnímu má nízkou reliabilitu, což je způsobeno tím, že data jsou získána od menšího počtu informátorů. Proto nelze výsledky zobecnit na celou společnost. Nicméně výhodou tohoto výzkumu tkví ve vysoké validitě, neboť je získáno velké množství podrobných dat. Autorka šla do hloubky zkoumaného tématu a získávala tak data, která při kvantitativním výzkumu získat nelze. Přestože bylo využito převážně kvalitativního výzkumu, byla v práci zpracována i statistická data, která spadají výhradně do kvantitativního výzkumu. V tomto případě můžeme hovořit o takzvaně smíšeném výzkumu, ve kterém bylo ke sběru dat nejprve využito kvalitativních metod, které jsou později doplněny kvantitativními.¹

V diplomové práci byla užita metoda rozhovoru (též označován jako interview) s návodem. Technika rozhovorů byla zvolena osobní, přičemž termín a místo schůzky bylo sjednáno telefonicky či osobně. Rozhovorů bylo provedeno celkem 12. Informátoři byli osloveni zejména v místě pracoviště autorky diplomové práce, přičemž další informátoři byli získáni pomocí techniky sněhové koule, kdy byly další potencionální informátoři tzv. nabalováni, a to na základě doporučení od již získaných informátorů. Jednalo se především o manžele, manželky, přítele či přítelkyně informátorů. Rozhovory byly uskutečněny nejčastěji v místě pracoviště informátorů, popřípadě v jejich bydlišti. Za současné situace, pandemie covidu-19 byly některé rozhovory vedeny po telefonu, za účelem ochránit zdraví informátorů. V této souvislosti si musela autorka pořídit druhé nahrávací zařízení, první bylo využito při telefonním hovoru. Rozhovory proběhly od 25. 01. 2021 do 7. 2. 2021 s dobou trvání od 30 do 45 minut. Před zahájením rozhovoru bylo vždy všem informátorům vysvětleno, k jaké studii budou jejich odpovědi použity. Byl

¹ HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*, 2005. s. 49–60.

získán jejich souhlas s nahráváním celého rozhovoru a poté jim byl předán k vyplnění formulář Informovaný souhlas ke zpracování a zpřístupnění osobních údajů. Rozhovory měly polostrukturovanou formu, což znamená, že byly částečně řízeny autorkou práce (tazatelkou).² Výhodou je volnější charakter rozhovoru než u strukturovaných rozhovorů, a organizovanost oproti nestrukturovaným rozhovorům. Autorka práce si připravila tzv. scénář, který měl předem stanovený koncept a byl složen ze seznamu okruhů témat a otázek.³ Tazatelka rozhovor zahájila identifikačními otázkami, ve kterých byly zjišťovány základní demografické údaje, jako například pohlaví, věk, vzdělání a rodinný stav. Zároveň prostřednictvím těchto otázek tazatelka s informátory navázala bližší kontakt. U rozhovorů vedených přes telefon tazatelka vycítila, že nedokázala navázat tak blízký kontakt, jako u informátorů, s kterými hovořila osobně. V důsledku toho byly odpovědi více méně strohé. Informátoři jsou představitelé starší generace a upřednostňují osobní kontakt. Všechny otázky byly jasně formulovány tak, aby jim informátoři rozuměli. Autorka stanovila základní neboli klíčové otázky, které byly pro všechny informátory povinné. Jednalo se o otázky, které byly zaměřeny na hlavní téma diplomové práce. Odpovědi na základní otázky byly dále rozvedeny takzvaně doplňujícími otázkami, přičemž jejich pořadí či formulace byla během jednotlivě vedených rozhovorů pozměněna. To umožnilo tazatelce být více flexibilní a na základě vlastního uvážení mohla rozvíjet různé odpovědi informátorů v závislosti na probíhajícím rozhovoru. Poslední typem otázek, které tazatelka využila, byly takzvané sondy, prostřednictvím kterých vyzývala informátory k upřesnění či pokračování odpovědi.⁴

Všechny uskutečněné rozhovory byly nahrávány na záznamové zařízení, ze kterého byly následně přepsány do písemné podoby. Nahrané rozhovory, jejich přepisy a informované souhlasy jsou uloženy v osobním archívu autorky práce. Při analýze dat byla využita technika kódování. Pomocí této techniky došlo k reorganizaci dat. Praktická část práce byla strukturována na základě tematických okruhů, respektive kategorií.

Výzkum diplomové práce je zaměřen na vnitřní percepci jedince, jeho interakci v sociálním kontextu a zkušenosti v rámci rolí, které jedinec v období stáří plnil a plní.

² HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*, 2005. s. 130.

³ WILDEMUTH, Barbara. *Applications of social research methods to questions in information and library science*, 2009. s. 228–230.

⁴ DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*, 2011. s. 148–155.

Výsledkem je emická perspektiva jednotlivých informátorů na téma stáří s přihlédnutím na pracovní aktivitu seniorů.⁵

Okruhy témat, které byly diskutovány v rámci rozhovoru, jsou následující:

1. Základní biografické údaje informátorů.
2. Percepce stáří informátory.
3. Percepce odchodu do penze.
4. Percepce pracovních aktivit v období penze.
5. Životní styl a způsob trávení volného času v době penze.
6. Názory a postoje na současnou pandemickou krizi a jejich zásah do života informátorů.

Během výzkumu postupovala autorka práce dle *Etického kodexu české asociace pro sociální antropologii*.⁶ S osobními údaji bylo zacházeno dle zákona č. 110/2019 Sb. *o zpracování osobních údajů*⁷ a dle nařízení evropského parlamentu a rady evropské unie *o ochraně osobních údajů (General Data Protection Regulation)*⁸, které udávají jasnou povinnost ochránit soukromé údaje při jejich zpracování. V této práci byla zohledněna všechna práva a povinnosti. Základní údaje o informátorech jsou uvedeny v tabulce níže.

Tabulka 1 Seznam informátorů a jejich základní údaje⁹

Jméno	Věk	Vzdělání	Poslední/současné zaměstnání	Jak dlouho pokračovala pracovní aktivita po přiznání penze
Marie	62	středoškolské	Personalistka	1 rok
Jan	66	vysokoškolské	Podnikatel	3 roky
Marta	72	středoškolské	Mzdová účetní	3 roky
Jaroslav	74	vysokoškolské	Vedoucí pracovník	9 let

⁵ HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*, 2005. s. 130.

⁶ *Etický kodex české asociace pro sociální antropologii* [online]. Česká asociace pro sociální antropologii, 2020 [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: http://www.casaonline.cz/?page_id=7

⁷ ČESKO. *Zákon č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů* [online]. 2019, částka 47/2019 Sb., [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2019-110>

⁸ *Co je GDPR* [online]. Ministerstvo vnitra České republiky [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/gdpr/clanek/co-je-gdpr.aspx>

⁹ Vlastní zpracování.

Růžena	69	středoškolské	Účetní	9 let
Magdaléna	75	středoškolské	Předsedkyně STP	10 let
Natalja	67	středoškolské	Úřednice	2 roky
Renata	66	vysokoškolské	Vedoucí pracovník	6 let
Vlasta	69	středoškolské	Uklízečka	7 let
Marcela	63	středoškolské	Účetní	5 let
Květa	75	středoškolské	Administrativa	12 let
Josef	75	středoškolské	Roznašeč novin	2 roky

2 Dosavadní stav bádání

Stárnutí populace je fenomén, který působí na takřka každou vyspělou zemi. V současné době roste počet i podíl starších lidí, což je dáno především dlouhodobým poklesem porodnosti a zvýšenou délkou života. Tyto jevy ovlivňují důležité aspekty společnosti a ekonomiky. Tato kapitola se snaží představit některé z řad institucí a autorů, kteří se zabývají problematikou stáří a stárnutí, starobní penze a aktivního života starší generace.

Statistický úřad Evropské unie vydal publikaci s názvem *Ageing Europe* s podtitulem *Looking at the lives of older people in the EU*. Kniha obsahuje šest kapitol, ve kterých je vyobrazován každodenní život seniorů žijících v Evropské unii. Každá kapitola je zaměřena na podstatný aspekt života seniorů, kupříkladu: bydlení a životní podmínky; zdraví a zdravotní postižení; práce a odchod do penze; penze, příjmy a výdaje; společenský život a názory. V průběhu kapitol je například konstatováno, že typ domácnosti, ve které senioři žijí, hraje důležitou roli při určování jejich kvality života a rizika chudoby. I přes to, že se v posledních třech desetiletích zvyšovala pracovní aktivita seniorů, stále narůstá počet starších lidí, o které se musí postarat produktivní obyvatelstvo. To má dopad na vládní finance, zvyšující se důchodový věk, nárok na starobní penzi a na snižující se úroveň sociálního zabezpečení.¹⁰ Volným překladem publikace do českého jazyka je „*Stárnutí Evropy – pohled na životy starších lidí*“, který byl přeložen v článku s názvem *Stárnutí v EU: Pohled na život starších osob*, Institutem pro sociální politiku a výzkum.¹¹

Ve stati *Contextualising ageism in an interdisciplinary perspective. An introduction* pojednává slovenská etnoložka Ľubica Voľanská o odchodu do penze a pojmu ageismus. Zdůrazňuje důležitost vztahu mezi prací a odchodem do penze či prodloužené době odchodu do penze. O ageismu hovoří jako o postoji „my vs. oni“ neboli jsme mladí a stárí se nás netýká, což se v průběhu času mění. Každý, kdo je mladý, jednou či později zestárne. Autorka se v díle dále zaměřuje na generační konflikt. Dle Voľanské k němu

¹⁰ EUROSTAT. *Ageing Europe: Looking at the lives of older people in the EU*. 2019.

¹¹ *Stárnutí v EU: Pohled na život starších osob* [online]. Institut pro sociální politiku a výzkum, 2019 [cit. 2020-06-29]. Dostupné z: <https://socialnipolitika.eu/2019/10/publikace-starnuti-evropy-pohled-na-zivoty-starsich-lidi/>

dříve nebo později dojde, a to kvůli potřebě podpory skupiny neproduktivních obyvatel ze strany zmenšující se skupiny produktivních obyvatel.¹²

Výzkum volného času a vztahu práce rozebírá Voľanská ve studii „*Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok ako voľný čas?* Od druhé poloviny 20. století téměř každý občan pocházející z evropské země může očekávat, že se dožije odchodu do penze a prožije ho jako jednu z fází života. Autorka sleduje starší generaci, proměnu sociálních rolí a popisuje tři oblasti náplně volného času, a to částečném pokračování v práci, vzdělávání a dobrovolné činnosti. Mnoho seniorů vykonává práci na částečný úvazek předtím, než definitivně odchází do penze. Podle Voľanské se tím senioři snaží zmírnit šok z přechodu do penze a psychickou zátěž, která s tím souvisí. Dále bylo zjištěno, že v nakládání s volným časem v penzi je jistá pravidelnost, což se týká i vytváření nových návyků jakými jsou například ranní procházka, malý nákup v potravinách nebo každodenní návštěva oblíbené cukrárny. Existují ale i případy, kdy se s odchodem do penze senior nesmíří nikdy.¹³

Pro Českou republiku a její obyvatele není otázka stáří lhostejná. Sociální jev stáří, jeho proměny a postavení ve společnosti jsou důležité. Dokazuje to například projekt, který vznikl pod záštitou Ministerstva školství a mládeže České republiky s názvem *Proměna sociálního obsahu kategorie generace seniorů*. Výsledkem projektu se stala publikace *Sociologie stáří a seniorů* od Petra Saka a Karolíny Kolesárové, která je založena na empirických výzkumech uskutečněných v letech 2007–2011. V rozmezí těchto let bylo provedeno osmnáct kvalitativních a kvantitativních výzkumů za účelem lepšího pochopení života starších generací. Analýzy prokázaly, že stáří je modifikováno, a to v důsledku dosavadní cesty životem seniorů, společnosti i historie, která se jejich života bezprostředně dotýkala. Například generace narozená před druhou světovou válkou prožívala odlišné „stáří“ než generace poválečná.¹⁴

Nejvýznamnější českou odbornicí na výzkum stáří a stárnutí je bezpochyby socioložka Helena Haškovcová. Její monografie *Fenomén stáří* z roku 1989 je zaměřena na problémy, potřeby a psychiku starého člověka a na přípravu života jako seniora. Od doby vydání publikace již uběhly dvě dekády a v mnoha směrech došlo v seniorské

¹² VOĽANSKÁ, Lúbia. Contextualising ageism in an interdisciplinary perspective. An introduction. *Slovenský národopis*. 2018, roč. 66, č. 2, s. 178–189.

¹³ VOĽANSKÁ, Lúbia. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok jako voľný čas? *Národopisná revue*. 2018, roč. 29, č. 2, s. 103–118.

¹⁴ SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*, 2012.

populaci ke změnám, které definují dnešní starší generaci. Mezi změnami můžeme zmínit nárůst seniorů a zlepšení zdravotní a sociální péče. Autorka proto v roce 2010 sepsala rozšířenou a doplněnou verzi své monografie. Zde zpracovává různá témata například jak stáří vypadá, psychologii stáří, přípravu na stáří, volnočasové aktivity, mýty o stáří, dnešní problémy o péči o seniory aj. Čtenářům přibližuje různé projevy stáří a trendy, které se k tomuto životnímu období pojí.¹⁵

Etnografickému výzkumu center pro seniory a aktivnímu stárnutí se věnuje Jaroslava Hasmanová Marhánková v díle *Aktivita jako projekt. Diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Autorka pobývala jako dobrovolnice ve dvou centrech pro seniory, kde sbírala svá data a prováděla rozhovory. Publikace je věnována volnému času seniorů. Zjištěno bylo například, že tzv. třetí věk přijímají jinak muži a jinak ženy. Ženy v penzijním věku mnohem více ocení čas, který mohou začít věnovat samy sobě a svým koníčkům. Naproti tomu muži jsou mnohem více fixováni na profesní roli a do penzijních aktivit se dostávají pomaleji. Během terénního výzkumu bylo zjištěno, že mezi klienty zaujímají v centrech větší podíl ženy než muži. Všechny přitom sužuje prodlužování produktivního věku v kontrastu s aktivním prožíváním volného času, a to především v důsledku zvyšující se hranice pro odchod do penze.¹⁶

Záliby a koníčky to jsou prvky, které pomáhají jedincům při odchodu do starobní penze zvyknout si na novou etapu života, a to života jako seniora. Volným časem a jak s ním lze nakládat se zabývá publikace *Volný čas seniorů* od Kamila Janiše a Jitky Skopalové. Autoři uvádějí, že osobní zájmy jsou pro každého jedince důležitou součástí života. Prostřednictvím nich se jedinci mohou odreagovat od každodenních starostí a také je pro ně vstup do starobní penze menším šokem. Ve stáří právě osobní zájmy nabývají na důležitosti, kdy se jim senior může začít plně věnovat.¹⁷

Konceptuální rámec ageismu a jeho proces v České republice zkoumá Lucie Vidovičová. Ve spolupráci s Mezinárodním politologickým ústavem Masarykovy univerzity vydala publikaci *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Práce je zaměřena na otázku jak a čím jsou v české společnosti charakterizovány ageistické postoje. Řeší otázky genderu, sociálního postavení, vztahu mezi věkovými normami a věkovou

¹⁵ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010.

¹⁶ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*, 2013.

¹⁷ JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*, 2016.

diskriminaci. Též se zajímá o antidiskriminační politiku v Evropě. Na základě kvantitativního výzkumu a teoretických východisek byl prokázán negativní postoj vůči stáří. V současnosti se zvyšuje význam věku a individuálního věkového uvědomění, a to vše v souvislosti se sociální inkluzí a identitou.¹⁸

Mýty, stereotypy a ageismus jsou problematizovány v publikaci *Ageismus – Průvodce stereotypy a mýty o stáří* od Tamary Tošnerové. Autorka přichází s tezí, že na stáří je více méně pohlíženo negativně a do jisté míry tomu dopomáhají i pohádky, lidové pověry a přísloví. V mnoha pohádkách jsou staří lidé vyobrazováni jako postavy, kterých bychom se měli bát, především vdov, které zůstaly žít osaměny či žen, které prožily život mimo sňatek, a tudíž se předpokládá, že jsou zlé. Z hlediska demografie označujeme jako obyvatelstvo od 50 let věku jako po-reprodukční. Autorka využila dotazníkového šetření, přičemž jejími respondenty byli policejní inspektoři ze střední policejní školy v Praze, studenti Vyšší odborné školy sociálně právní v Praze a studenti Filosofické fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Dílo bylo mimo jiné podpořeno dotací Ministerstva zdravotnictví České republiky.¹⁹

Studie, která nabízí jistý návod na přípravu a zvládnutí stárnutí, se nazývá *Stáří v populárně naučné literatuře – interpretativní analýza* od Lucie Ehrenbergerové. Cílenými čtenáři jsou právě senioři. V díle je prezentován životní styl, zdraví, nemoci a sexualita v pokročilém věku. Na fázi stáří by se každý měl individuálně připravit s použitím největšího množství informací na základě, kterých si člověk vybere svůj životní styl. Způsob stravování, pohyb či dostatek spánku, všechny tyto determinanty by měly přispívat především k udržení zdraví. Role člověka se ve stáří mění, je mylné domnívat se, že ve stáří už žádnou roli neplníme. V postmoderní společnosti vznikají nové formy stárnutí, které do jisté míry nahrazují negativní stereotypy. Avšak představitelů nových forem stárnutí je jen omezený počet, řadí se mezi ně především majetnější obyvatelstvo. Mýty boří ať už svým vzhledem či fyzickou zdatností.²⁰

O tom, zda věk, pohlaví či rodinný stav ovlivňují postoj seniorů ke stáří, pojednává studie Radky Buržové s názvem *Měření postojů seniorů ke stáří*. Výzkumu se zúčastnilo 151 respondentů. Z dat bylo zjištěno, že pozitivnější přístup ke stáří mají manželské páry

¹⁸ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace-nové souvislosti*, 2008.

¹⁹ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*, 2002.

²⁰ EHRENBARGEROVÁ, Lucie. Stáří v populárně naučné literatuře-interpretativní analýza. *Sociologický časopis*. 2002, roč. 38, č. 5, s. 607–619.

než ovdovělí jedinci. Čím starší informátor byl, tím negativnější byl jeho postoj. Jako velmi obtížné bylo vnímáno navazování nových přátelství. Obecně z výzkumu vyplynulo, že období stáří je pro respondenty těžší, než si představovali.²¹

Pocit uspokojení svých potřeb má každý jedinec bez ohledu na věk, rozdíl je pouze v tom, že s přibývajícím věkem při uspokojení svých potřeb jsme často odkázáni na pomoc od okolí. Ve stáří se stáváme méně soběstační, o tomto tématu se hlouběji ve své studii zaobírají Martina Hrozenská a Dagmar Dvořáčková s názvem *Sociální péče o seniory*. V případě, kdy nejsou potřeby uspokojeny, nastává deprivace. Pokud senior zvládá svoji společenskou roli, měly by se naplňovat jeho potřeby, které jsou nepostradatelné pro jeho život.²²

²¹ BUŽGOVÁ, Radka. Měření postojů seniorů ke stáří. *Praktický lékař*. 2011. roč. 91, č. 7, s. 396–401.

²² HROZENSKÁ, Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Sociální péče o seniory*, 2013.

3 Teoretická východiska

3.1 Stáří aneb kdo je starý člověk

Říká se, že člověk je starý tehdy, považují-li ho za starého ostatní. Stáří je všeobecně nejvíce spojováno s přibývajícím věkem. Důležité je si uvědomit, že stáří není stav, který nastane ze dne na den, ale dlouhý přirozený proces změn. Prakticky od té doby, co se člověk narodí, započne jeho proces stárnutí. V důsledku prodlužování délky života se jako velice významným obdobím stává takové, kdy je člověk pouze starší, nikoliv zcela starý. Stádium, ve kterém budou lidé stát na pomezí raného stáří a stáří jako takového, se stále prodlužuje. Nabývá na větším významu a týká se stále většího počtu jedinců. V důsledku toho je druhá polovina života rozdělena do následujících etap:

- Střední, též zralý věk = 45-59 let,
- Vyšší věk, či rané stáří = 60-74 let,
- Stařecký věk čili sénium = 75-89 let,
- Dlouhověkost = 90 let a výše.²³

Avšak i toto rozdělení přestane postupem času odpovídat realitě a bude nutné jeho předefinování. Hlavním důvodem je zvyšující se průměrná délka života. Hranice pro dožití se s velkou pravděpodobností bude posouvat. Odhaduje se, že v roce 2065 bude u mužů střední délka života 86,5 let a u žen 91 let.²⁴ Na začátku 20. století se lidé v rozvinutých zemích světa průměrně dožívali mezi 45 až 50 lety. Nyní v totožných zemích očekávaná délka života dosahuje 80 let.²⁵ Zatímco na začátku minulého století by již někteří dnešní šedesátníci byli 10 let po smrti, dnes jsou to plně aktivní občané společnosti.

Bez ohledu na výše uvedené členění je známo z praxe, že valná většina společnosti považuje za seniora člověka, který dosáhl věku pro pobírání starobní penze, která odpovídá nejčastěji 65 roku života. Za seniora je považován jedinec, který pobírá starobní penzi, a to bez ohledu na skutečný fyzický či psychický stav jedince. Věková hranice pro odchod do penze se posouvá a v různých státech může být jiná. Zároveň muži a ženy odcházejí do penze každý v jiném věku. Z těchto důvodů je odvozování stáří od odchodu do penze do značné míry zavádějící a nesvědčí o funkčním potencionálu jedince. Penzijní věk

²³ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 20.

²⁴ Tamtéž, s. 23.

²⁵ United Nations Population Fund, HelpAge International. *Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge*. 2012. s. 20–21.

je vhodný převážně pro využívání v rámci ekonomických šetření. Posouvání odchodu do penze sebou nese i posouvání období stáří. Proto se v odborné literatuře začíná objevovat pojem „mladý senior“. Tito jedinci jsou ve věkové kategorii od 65 let do 74 let, což odpovídá ranému stáří. Následuje období „velmi staré stáří.“ Štěpení pojmů na mladý senior a starý senior má své opodstatnění. Zatímco mladí senioři pokračují mnohdy v zaměstnání, seberealizují se či se naplno věnují svým koníčkům v rámci svého volného času. Staří senioři řeší zdravotní potíže, ztrátu soběstačnosti a mnohdy osamění.²⁶

V souvislosti s tímto rozdělením bychom neměli opomenout dělení věku na první (mládí), druhý (dospělost) a třetí (stáří). Přičemž v posledních letech na třetí věk navazuje věk čtvrtý. Třetí věk je shodný s výše zmíněným pojmem „mladý senior“ a čtvrtý věk odpovídá vyzrálému stáří, tedy od 75 let výše.²⁷

Vymezení stáří je obtížné a velmi různorodé. Takovým odrazem změn, které stáří přináší a se kterými se většina seniorů potýká, odpovídá členění stáří na: biologické, sociální a kalendářní.

- Biologické, skutečné nebo také funkční stáří svědčí o zdravotní stránce jedince.
- Sociální stáří vypovídá o změnách sociálních rolí a o ztraceném a nově vzniklém postavení ve společnosti a rodině.
- Kalendářní stáří nebo též chronologické či matriční stáří je odvozováno ode dne narození. Je využíváno převážně při statistických šetřeních a je považováno za sociální konstrukt.²⁸

Definic stáří existuje celá řada, avšak žádná z nich nevystihuje zcela toto období. Na každém se tato životní etapa projevuje jinak a v jiném časovém horizontu, a to vzhledem k tělesnému, zdravotnímu a psychickému stavu. Dalším důvodem je diferenciací jednotlivých společností a kultur. Existence rozličných odborných výkladů o pojmu stáří je zároveň spojeno s různými uhlý pohledu na toto téma. Příklady multidisciplinárních definic jsou uvedeny následující:

²⁶ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 20–21.

²⁷ Tamtéž, s. 20.

²⁸ Tamtéž, s. 24–25.

- Světová zdravotnická organizace říká, že stáří a stárnutí je proces biologický a je z větší části mimo lidskou kontrolu. Dále tvrdí, že takzvaný „typický senior“ neexistuje a představy o stáří a stárnutí jsou zastaralé.²⁹
- Evropská komise tvrdí, že charakter stáří se mění. Zásahu na tom má dlouhověkost a to, že zdraví si lidé udržují déle. Za zastaralé považují názor, že vstupem do penze se člověk stává starým.³⁰
- Organizace spojených národů jako definici stáří využívá kalendářního věku, a to konkrétně 60 let, připouští však fakt, že mnoho vyspělých zemí jako věk označující období stáří spojuje s věkem 65 let, který je v mnoha státech úzce spjat s nárokem na odchod do penze.³¹
- V oblasti antropologie nebylo stáří jako takové v minulosti příliš zkoumáno. Antropologie dlouhodobě projevovala zájem o věk, nikoliv však o stárnutí a starší osoby. Hlavní důvod byl především ten, že antropologové studovali lidské životní fáze, a nikoliv fázi stáří jako samotné. V roce 1967 americká psychologička Margaret Clark uvádí že „*antropologové jsou ve studiu stáří a stárnutí relativně nováčci*“. Na přelomu 80. a 90. let minulého století začíná vznikat vědní disciplína antropologická gerontologie či antropologie stárnutí.³²
- Velký sociologický slovník definuje stáří ve dvou rovinách. V prvním pojetí bere stáří jako čas, který uběhl od samotného narození člověka. V druhém pojetí stáří ohraničuje, a to od ekonomicky neaktivního období po smrt.³³
- Sociologie chápe stáří jako nejvíce vzdálené období od dětství, a přesto uvádí, že k sobě mají blízko. Ve stáří se jedinci ubírají k myšlenkám právě na své dětství. Rekapituluji hodnoty, které získávali a představy, které měli o životě.³⁴
- Široce využívanou a aplikovanou definici stáří jak mezi laiky, tak odborníky, je, že stáří je stádium, které se projevuje nepřehlédnutelně klesající fyzickou

²⁹ World Health Organization. *World report on ageing and health*. 2015. s. 3–4.

³⁰ European Commission. *Ageing Policy* [online]. European Commission, 2020 [cit. 2020-10-13]. Dostupné z: https://ec.europa.eu/employment_social/soc-prot/ageing/intro_en.htm

³¹ United Nations Population Fund, HelpAge International. *Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge*. 2012. s. 20.

³² CLARK, Margaret. The Anthropology of Aging, a New Area for Studies of Culture and Personality. *The Gerontologist*. 1967, roč. 7, č.1, s. 55.

³³ KASALOVA, Hana. *Stáří* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2020 [cit. 2020-10-13]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/St%C3%A1%C5%99%C3%AD>

³⁴ SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*, 2012. s. 19.

a psychickou silou a zvyšujícími se dispozicemi k nemocem a zdravotním potížím.³⁵

Stárnutí trvá celý život, avšak v druhé polovině života též označované jako pozdější věk, se začínají objevovat zřejmé náznaky blížícího se období stáří. Takovými postupnými náznaky může být zhoršující se sluch či zrak a celkové zpomalení rytmu života. Než se ale člověk stane doopravdy starým, prožije období mládí a dospělosti, které tvoří dvě třetiny života. Stát se starým v dnešním slova smyslu a určitou dobu žít jako starý si mnohé generace před námi ani nedokázali představit. Dnes je pro obyvatele Evropy vysoce pravděpodobné nejen, že se období stáří dožijí, ale že ho prožijí jako plnohodnotné období svého života. Nikoliv jako etapu bolesti a sociální exkluze, ale jako fázi, která přináší zcela nové možnosti.³⁶

3.2 Kulturní pojetí stáří

Stáří je už od pradávna v odlišných kulturách vnímáno jinak a je zároveň nositelem různých významů. Stárnutí je nejen biologický, ale také kulturní proces. Postoje a postupy ke stárnutí v rámci různých kultur vytvářejí kulturní perspektivy, které mají vliv na zkušenost jednotlivců ke stáří. Řada kultur stáří ctí a oslavuje. Naopak v některých kulturách je stáří chápáno spíše negativně a oslavováno je mládí.³⁷

Ve východních kulturách jednoznačně převládá úcta a respekt k seniorům. V Koreji jsou starší lidé velice respektovanou sociální skupinou. Základní hodnotou pro jedince je respekt a péče o své stárnoucí rodiče. V rámci rodiny je zdůrazňována především péče o starší členy rodiny, ovšem i mimo rodinu. Korejci starším prokazují patřičnou úctu a respekt. Stáří je v této kultuře velmi oslavováno, například děti u svých rodičů oslavují přechod do stáří. V Číně stejně jako v Koreji považují stáří za obrovskou ctnost a starají se o své rodiče. Ovšem tato tradice se v důsledku politiky jednoho dítěte začíná vytrácet. Své starší rodiče tak začínají ubytovávat v domovech s pečovatelskou službou, což by v minulosti znamenalo obrovskou hanbu. V Indii jsou staří lidé chápáni jako hlava rodiny. Mladší členové rodiny si jich velice váží, což dokazuje i fakt, že si ke starším členům rodiny chodí pro rady a v rámci sporů mají staří vždy poslední slovo. Nerespektování

³⁵ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 20.

³⁶ Tamtéž, s. 31–32.

³⁷ 7 Cultures That Celebrate Aging And Respect Their Elders [online]. Huffpost, 2017, [cit. 2021-02-16]. Dostupné z: https://www.huffpost.com/entry/what-other-cultures-can-teach_n_4834228?guccounter=1

starších členů s sebou nese v této kultuře velmi negativní stigma. V afroamerické kultuře je stáří oslavováno a chápáno jako běžná součást života.³⁸

Západní svět vnímá stáří spíše negativně. V rodinách již není tak zakořeněna tradice starat se o své starší členy rodiny, ti jsou pak velmi často ponecháni v zařízeních s pečovatelskou službou. V popředí je kult mládí, který je charakterizován jako společenské prostředí, kterému vévodí mladí a krásní jedinci. Stáří společnost nepreferuje a přijímá ho spíše s odporem. Ovšem i v západní společnosti se nachází kultury, pro které negativní stigma stáří neexistuje. Je jím například Řecko, ve kterém je stáří respektováno, oslavováno a spojováno s moudrostí. Dalším příkladem jsou indiánské kultury, pro které byli starší obyvatelé nositelé moudrosti a zkušenosti. Očekávalo se, že tyto znalosti budou předány mladší generaci. Již staří Římané věřili v moudrost a zkušenosti starších občanů. Nutné je zmínit, že v té době byla průměrná délka života okolo 25 roku života. Jedinci, kteří se dožívali 70 let, byli vysoce respektováni a mladým lidem byli dobrým příkladem.³⁹

3.3 Odchod do penze jako nová etapa

Jednou z velkých změn, která se odehrává v životě člověka, je odchod do penze. Přejít z pracovní aktivity do starobní penze může mít několik forem: od naprostého zanechání pracovní aktivity, či pokračování v práci alespoň částečně, až po úplné setrvání v zaměstnání i v penzijním věku. Změna, která nastane v životě člověka po ukončení profesní části života, je značná. Dochází při ní ke ztrátě rolí a funkcí. Skrze tuto změnu je nejen proměňováno postavení ve společnosti, nýbrž i vzorce chování. Každý člověk bez ohledu na věk je do jisté míry závislý na společnosti a sociálních kontaktech. Ve chvíli, kdy jedinec odchází do penze, se sociální kontakty výrazně snižují. Segregace starších lidí, kteří již nejsou pracovně aktivní, je důležité téma a docházet by k ní mělo co nejméně. Odchod do penze je do jisté míry rozdílně vnímán z hlediska pohlaví.⁴⁰

Hlavní otázkou, nad kterou přemýšlí každý, kdo odchází do penze je, jak naložit s nově vzniklým volným časem. Volný čas je součástí životního stylu jedince. Jeho význam, obsah i délka se v průběhu let mění společně s tím, jak se mění životní styl.

³⁸ 7 Cultures That Celebrate Aging And Respect Their Elders [online]. Huffpost, 2017, [cit. 2021-02-16]. Dostupné z: https://www.huffpost.com/entry/what-other-cultures-can-teach_n_4834228?guccounter=1

³⁹ 7 Cultures That Celebrate Aging And Respect Their Elders [online]. Huffpost, 2017, [cit. 2021-02-16]. Dostupné z: https://www.huffpost.com/entry/what-other-cultures-can-teach_n_4834228?guccounter=1

⁴⁰ SAK, Petr a Karolína KOLEŠÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*, 2012. s. 130–131.

Životní styl můžeme charakterizovat jako způsob, jakým lidé žijí nebo jak vykonávají veškeré aktivity ve svém životě. Životní styl se liší dle pohlaví, věku, vzdělání, zaměstnání a zdravotního stavu. Je ovlivněn především rodinnou, sociálním okolím, hodnotami, potřebami a zájmy. Všechny tyto determinanty určují, jakým směrem se životní styl jedince bude ubírat, a tedy i jakými činnostmi naplní svůj volný čas.⁴¹

Diskutovaným tématem pojmím se k seniorům je jejich ekonomická závislost na státu. Čím větší počet obyvatel odchází do penze a počet produktivního obyvatelstva se zmenšuje, tím větší vzniká zátěž pro ekonomiku. Jediným řešením takové situace je reforma důchodového systému. Řešením je zvýšení odpracovaných roků pro odchod do penze, k němuž v České republice dochází. V současné době je délka pracovního života 35,1 let.⁴²

Situaci ve společnosti nezlepšuje ani způsob, jakým jsou občané, kteří již nejsou ekonomicky aktivní, prezentováni. K této situaci se vyjadřuje Lubica Vořanská, která uvádí, že: „*tato konstelace vede ke střetu zájmů mezi věkovými skupinami, který dříve či později vyústí v otevřený generační konflikt*“. Často jsou staří lidé chápáni jako neaktivní občané, kteří jsou živeni od státu a jsou považováni jen za ty, kteří takzvaně „berou“. V této souvislosti je, ale důležité zmínit, že senioři odpracovali stanovenou délku pracovní aktivity a odváděli daně, a tudíž si svou starobní penzi zaslouží. Sami senioři se mohou ocitát v problematické situaci, protože starobní penze činí přibližně 40 % z původního platu. Příjmy jednotlivých domácností výrazně klesnou a životní styl a návyky se musí z důvodu nižších příjmů změnit. Mnozí senioři, především ti, co žijí sami, se mohou dostat do finanční tísně.⁴³

Český statistický úřad uvádí, že životní úroveň českých seniorů, která je měřena kupní silou, je výrazně nižší než u států západní Evropy. Disponibilní příjem seniorů v západní Evropě je vyšší především z toho důvodu, že výdělky v době produktivního věku byly podstatně vyšší než ty v České republice.⁴⁴

Z výše zmíněných ekonomických a sociálních faktorů narůstá počet seniorů, kteří chtějí v penzijním věku zůstat zaměstnání. Mnohdy se tím snaží udržet svou životní úroveň a déle si uchovat své sociální role. Nejen v České republice ale i okolních

⁴¹ JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*, 2016. s. 9–10.

⁴² Tamtéž, s. 108.

⁴³ Tamtéž, s. 109.

⁴⁴ *Senioři a jejich výdaje: mezinárodní srovnání* [online]. Český statistický úřad, 2019 [cit. 2020-11-10]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/seniori-v-cr-v-datech>

evropských státech se signifikantním tématem stává zaměstnávání lidí nad šedesát let. Odborník na lidský vývoj a stárnutí Robert Havighurst uvádí, že: „úspěšné stárnutí znamená co nejdéle udržení aktivit a postojů spojených s produktivním věkem.“⁴⁵

3.3.1 Odchod do penze jako přechodový rituál

Arnold van Gennep definoval přechodové rituály, při kterých dochází ke změně místa, stavu, společenského postavení či věku. Odchod ze zaměstnání do penze lze vnímat, jako přechodový rituál. Gennep vycházel z předpokladu, že všechny přechodové rituály jsou tvořeny ze tří částí: odloučení – pomezí – přijetí. V první fázi s názvem odloučení dochází k vytržení jedince z jeho dosavadního společenského postavení. Jinými slovy je jedinec oddělen ze společenské struktury. Ve fázi pomezí se stav jedince nachází v nejasném stádiu, ve kterém nemá charakteristické vlastnosti pro minulý ani nadcházející stav. Třetí fáze se vyznačuje opětovným přijetím jedince, avšak již s nově nabytým statutem, u kterého je jasné, jaká má práva a povinnosti. Jedinec je znovu včleněn do společenské struktury, ve které má své jednoznačné místo.⁴⁶ Výše zmíněnou klasifikaci lze dosadit do období odchodu do penze, ve kterém dochází především ke změně společenského postavení, a to následovně:

1. Odloučení: touto přeměnou prochází senioři ve chvíli, kdy začnou pobírat starobní penzi a chystají se odejít ze zaměstnání.
2. Pomezí: na pomezí se nachází senioři, kteří pobírají starobní penzi a jsou zároveň zaměstnání
3. Přijetí: tato fáze nastává v momentě, kdy ukončí senior svůj profesní život a odchází do penze. Opět náleží k jasně strukturované skupině v tomto případě k penzistům.

3.4 Pracující senioři

Pracovat v důchodu může na první pohled znít jako oxymóron. V minulosti se ve společnosti uchovávaly stereotypní představy o tom, že člověk se nejdříve vzdělává, poté odchází do zaměstnání a po odpracovaných letech odchází do penze. To již dnes není

⁴⁵ HAVIGHURST, Robert J. Successful aging. *The Gerontologist*, 1961. roč. 1, č. 1, s. 8.

⁴⁶ TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. 2004. s. 95–96.

realita.⁴⁷ Dovršení věku odchodu do penze ještě nemusí nutně znamenat vzdání se své profesní role. Stále častěji se objevují senioři, kteří chtějí alespoň nějaký čas setrvat v zaměstnání déle. Fenomén pracujících seniorů se objevuje takřka v každé evropské zemi. Pracovní aktivita starších obyvatel nabývá na důležitosti a stává se významnou součástí společnosti a ekonomiky. Možnost pracovat by měla být poskytnuta všem seniorům, kteří pracovat chtějí a mohou. Trh práce by na tuto skutečnost měl reagovat a přizpůsobovat nabídky zaměstnání i pro starší generaci.⁴⁸

K zaměstnávání pracovníků v penzijním věku se pojí jak přednosti, tak nevýhody. Za hlavní přínos pracujících seniorů jsou považovány jejich zkušenosti, které jsou získávány během profesního i osobního života. Dále jsou to vlastnosti jako vyzrálost, nadhled, rozpoznání podstatného a rozvaha. Senior na pracovišti může fungovat jako mentor, který své zkušenosti přenáší na mladší pracovníky. U mladých vzdělaných lidí, kteří zkušenosti teprve získávají, je taková spolupráce velmi žádoucí. Na druhou stranu nevýhody, které se pojí s pracujícími seniory, jsou zpomalení smyslů a zhoršení motoriky, dále menší přizpůsobivost novým postupům a malá ochota učit se novým věcem. Nejklasičtějším zobrazením pracujícího seniora je velká zkušenost, ovšem nízká flexibilita.⁴⁹

Na pracovní zapojení seniorů má vliv odvětví, ve kterém dotyčný pracoval. V jednotlivých odvětvích má vliv především fyzická náročnost a dosažené vzdělání. V mnoha profesích lze pokračovat i v pozdějším věku, u fyzicky náročných profesí to však lze jen velmi těžce. Počty aktivně pracujících seniorů se v příštích letech mohou měnit v závislosti na změně důchodové politiky. Zaměstnávání seniorů je ovlivněno především ekonomickou situací a důchodovým systémem. Hranice pro nárok k odchodu do penze bude v budoucnu s velkou pravděpodobností posunuta. Evropská komise navrhuje posunout hranici k odchodu do penze na 70 let. Tuto hranici doporučují na rok 2060. Populační projekce ukazuje, že dnes na jednoho seniora připadají čtyři lidé v produktivním věku, v roce 2060 v případě zachování stávajícího důchodového systému to budou na jednoho seniora dva produktivní lidé.⁵⁰

⁴⁷ *Working in Retirement: A 21st Century Phenomenon* [online]. Families and Work Institute, 2011 [cit. 2020-02-18]. s. 1. Dostupné z: <http://sokolmediaonline.com/wp/wp-content/uploads/2011/08/RESEARCH-WORKING-IN-RETIREMENT.pdf>

⁴⁸ SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*, 2012. s. 133.

⁴⁹ Tamtéž, s. 133–134.

⁵⁰ ŠTOROVÁ, Ilona a Jiří FUKAN. *Zaměstnanec a věk: aneb age management na pracovišti*. 2012. s. 22.

3.4.1 Mezi penzí a pracovním světem – senioři v liminalitě

V této práci již bylo zmíněno jméno antropologa Arnolda van Gennepa, jeho definice přechodových rituálů a jak můžeme odchod se zaměstnání do penze takto chápat. Na práci tohoto autora navázal Victor Turner, který zkoumal a více rozebral fázi liminality tedy stavu, kdy se osoba nachází na pomezí/prahu. Právě v této fázi se nachází pracující senioři. Tyto jedince, nelze jasně zařadit mezi produktivně pracující osoby, ani jako penzisty. Turner uvádí, že liminalita neidentifikuje jen důležitost období pomezí, které se vyznačuje tím, že jedinci se nachází mimo síť klasifikace, ale také k pochopení, jak je v rámci této fáze formována osobnost, společenské myšlení a zkušenosti.⁵¹ To znamená, jak se mění osobnost jednotlivých pracujících seniorů, kteří jsou zaměstnání, ač nemusí, a jak o nich smýšlí společnost. Autor tvrdí, že jedinci mohou být v liminalitě různě dlouho. Každý senior pracuje po přiznání starobní penze různě dlouho. U někoho můžeme pracovní aktivitu v penzi počítat na roky, u někoho na měsíce. Turner také v rámci liminality přichází s pojmem *communitas*, což vysvětluje jako skupinu, která si vytváří vlastní vnitřní sociální strukturu v rámci liminality. Uvádí, že mezi jedinci, kteří zažívají stejný mezní zážitek, vzniká pouto. Jistě lze tento koncept převést i na pracující seniory, kteří mohou v rámci svého pracoviště či společnosti vyhledávat přátelský kontakt mezi lidmi stejného věku, a především stejného sociálního postavení.⁵²

3.5 Ageismus

Ageismus se projevuje zkreslenými představami vedoucími k diskriminaci osob na základě jejich věku. Jedná se o společenský předsudek, který se především vyznačuje negativistickými postoji vůči starým lidem.⁵³ Zaveden byl v 60. letech Robertem Butlerem, který chtěl tímto konceptem nastínit stereotypy obklopující starší generaci, které se objevují v mnoha společnostech. Někteří autoři svoji definici rozšiřují i na ostatní věkové skupiny, pokládají tedy ageismus za projev diskriminace, který může být mířen

⁵¹ THOMASSEN, Bjørn. The Uses and Meaning of Liminality. *International Political Anthropology*, 2009. roč. 2, č. 1, s. 5.

⁵² TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. 2004. s. 97.

⁵³ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 2002. s. 6–7.

proti jakékoliv věkové skupině. Může se tedy jednat i o velmi mladou skupinu. Přestože se dotýká beze sporu všech věkových skupin, největší pozornost je ubírána k seniorům.⁵⁴

Jde o názor, že určitá věková skupina je lepší než ta druhá. Diskriminace se projevuje například nerovným postavením starších osob, kdy jsou upřednostňováni mladší občané. Ageismus je vlastně upření práv a příležitostí na základě věku. Pojem je úzce spjat i s mýty a předsudky, které ústí v onu diskriminaci. Diskriminace je nejvíce viditelnou formou ageismu, projevuje se ale také předáváním a sdílením stereotypů a předsudků, které nemusí být vždy negativní. Pozitivní diskriminace se projevují v přílišném soucitu, který může v dané osobě vyvolat nepříjemný pocit z přílišné projevené lítosti.⁵⁵

V české společnosti je pojem ageismus novým konceptem, který není souhrnně prozkoumán a nemá český název. Využívá se počestlé označení ageismus, stejně jako u jiných diskriminačních označení rasismus či sexismus.⁵⁶ První, kdo se snaží rozebrat věkovou diskriminaci s přihlédnutím na českou společnost, je Lucie Vidovičová, která přichází s první českou definicí ageismu. Autorka uvádí: „*Ageismus je ideologie založena na sdíleném přesvědčení o nerovnosti jednotlivých fází lidského života. Skrze proces systematické symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich kalendářního věku nebo na jejich příslušnosti k určité generaci.*“⁵⁷

Samotné názvy označující starší generaci s sebou nesou nádech diskriminace. Názvy mohou na někoho působit negativně, či nelichotivě. Mezi takové názvy patří stařec, stařena, bába, dědek, či přestárlý občan. Ve snaze vybrat a používat lepší výrazy byly odborníky navrženy termíny jako dříve narozený či věkově pokročilý občan. Ani tato pojmenování však nejsou ve velkém měřítku používána. Za nejlepší označení je v dnešní době považován výraz starší občan. Tím, že člověk stárne postupně, se v současné době hojně uplatňuje označení: 40+, 50+, 60+, atd.⁵⁸

Výsledkem ageismu je znehodnocení lidských zdrojů. V ten okamžik přichází celá společnost o znalosti, zkušenosti a poselství pro další generace. Jak píše Thomas Eriksen

⁵⁴ *Změny v sociálním postavení ve stáří – sociální exkluze a ageismus ve vztahu k mobilitě* [online]. Observatoř bezpečnosti silničního provozu, 2007 [cit. 2020-11-15]. Dostupné z: <https://www.czrso.cz/clanek/zmeny-v-socialnim-postaveni-ve-stari-socialni-exkluze-a-agei/?id=1446>

⁵⁵ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 2002. s. 8.

⁵⁶ BENEŠOVÁ, Romana. *Ageismus. Socioweb: Sociologický webzin* [online]. 2011 [cit. 2020-11-15]. č. 1 s. 8. Dostupné z: http://www.socioweb.cz/upl/editorial/download/186_SOCIOWEB_01_2011__.pdf

⁵⁷ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace-nové souvislosti*, 2008. s. 113.

⁵⁸ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 21–22.

ve své knize *Tyranie okamžiku „Kultura, která nerespektuje zrání a stárnutí, ztrácí představu o tom, odkud přichází, a nemůže mít proto ani tušení o tom, kam míří.“*⁵⁹

Aby se podařilo zmírnit ageismus, musela by společnost a její členové více dbát na porozumění napříč generacemi. Soustavný kontakt s lidmi různého věku a vzájemné porozumění různých životních etap by mohly napomoci pomalu snížit tuto diskriminaci na minimum. Společnost by neměla brát věk jako číslovku a přeceňovat kohokoliv na základě věku.⁶⁰

3.5.1 Age management

Pod pojmem age management se rozumí řízení zaměstnanců s přihlédnutím na věk. Tato strategie se snaží reagovat na demografické změny populace. Chrání před znevýhodňováním na základě věku. Snaží se pozitivně přistupovat k prodlužování pracovní aktivity a vymýtit diskriminaci na pracovišti. Podporovat zaměstnance tak, aby byl jejich pracovní život co nejdělsí, a zároveň je i samotné neustále obohacoval ať už znalostmi či zkušenostmi. Age management nezahrnuje pouze stárnoucí generaci, nýbrž i generaci mladou. Vize je taková, že každý zaměstnanec má mít možnost využít svůj veškerý potenciál. Zaměstnavatel má na základě dobré znalostí svých zaměstnanců vytvářet vhodné podmínky k plné pracovní seberealizaci svých pracovníků.⁶¹ V rámci své strategie využívá tento koncept 8 pilířů:

1. Znalosti o věkové struktuře – vedoucí pracovníci by měli mít přehled o věkovém rozložení svých zaměstnanců.
2. Vstřícný postoj vůči různým věkovým kategoriím – ochota ze strany vedoucích pracovníků vůči stárnoucím zaměstnancům.
3. Znalost významu individualita a rozdílnost – firma by měla ke všem zaměstnancům všech věkových kategorií přistupovat individuálně.
4. Kvalitní a funkční věková strategie – rovnocennost a podpora spolupráce s pracovníky různých věkových kategorií.
5. Pracovní schopnost, motivace a rozhodnutí pokračovat v práci – motivovat zaměstnance, aby měli chuť do práce a zůstali věrní firmě, až do odchodu do penze.

⁵⁹ ERIKSEN, Thomas. *Tyranie okamžiku*, 2. 2009. s. 133.

⁶⁰ BENEŠOVÁ, Romana. Ageismus. *Socioweb: Sociologický webzín* [online]. 2011 [cit. 2020-11-15]. č. 1, s.8. Dostupné z: file:///C:/Users/klary/Desktop/186_SOCIOWEB_ageismus.pdf

⁶¹ CIMBALNÍKOVÁ, Lenka., „et al“. *Age Management: komparativní analýza podmínek a přístupu využívaných v České republice a ve Finsku*. 2011. s. 4.

6. Vysoká úroveň kompetencí – vytvořit takové pracoviště, ve kterém dochází k přenosu zkušeností od starších pracovníků na mladší pracovníky.
7. Výborná organizace práce a pracovního prostředí – vytvořit pracoviště, které odpovídá sociálním a fyzickým potřebám zaměstnanců.
8. Spokojený život – uznání zaměstnanců až do doby odchodu do penze.⁶²

3.5.2 Mýty, stereotypy a předsudky o stáří

Pojem mýtus má dvojí vymezení. První vymezení je literární, které tento pojem chápe jako příběh, který je předávám z generace na generaci a nejčastěji vysvětluje vznik světa, život bohů apod. V této práci budeme pracovat s druhým vymezením mýtu, a to jako vytvořeného obrazu o někom či o něčem, který je smyšlený a nezakládá se na pravdě. Jinými slovy se jedná o blud či výmysl.⁶³

Předsudky jsou názory jedince založené na negativních emocích a zkušenostech. Mají velmi blízko ke stereotypům a v podstatě z nich vycházejí. Prostřednictvím předsudků je posilována diskriminace. Je vytvářen negativní postoj vůči různým skupinám. Předsudky jsou doprovázeny myšlenkami o méněcennosti jednoho člověka, či skupiny před druhou.⁶⁴

Stereotypy představují vzorce myšlení, které máme o sobě samých a zbytku společnosti. Projevují se hodnocením, které nemá žádný racionální základ. Následně ovlivňují názory, postoje a chování. Jsou přejímány a nejsou založeny na vlastní zkušenosti. Často je člověk získává prostřednictvím rodiny, médií a prostředí, ve kterém se nachází.⁶⁵

Zmíněné tři koncepty spolu velmi úzce souvisí. Vzorce chování jsou ovlivňovány předsudky a stereotypy, ze kterých jsou tradičně vytvořeny ony mýty, které postupem času procházejí určitými obměnami.⁶⁶

Stereotypů, mýtů a předsudků o stáří existuje celá řada. Socioložka Helena Haškovcová uvádí následující mýty o stáří:

⁶² ŠTOROVÁ, Ilona a Jiří FUKAN. *Zaměstnanec a věk: aneb age management na pracovišti*. 2012 s. 61–62.

⁶³ JUSTOŇ, Zdeněk a Milan NAKONEČNÝ. *Mýtus* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2020 [cit. 2020 10-13]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/M%C3%BDtus>

⁶⁴ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 2002. s. 6.

⁶⁵ KELLER, Jan. *Předsudek* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2020 [cit. 2020-10-13]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/P%C5%99edsudek>

⁶⁶ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 47.

- **Mýtus falešných představ**

Základem je víra v materiálně, kdy produktivní obyvatelstvo předpokládá, že osobní spokojenost starých lidí je především založena na ekonomickém zajištění. Člověk přitom může či nemusí být spokojen bez ohledu na to, jestli je finančně zajištěn, či nikoliv, což platí u všech generací, tedy není důvod toto přisuzovat starší generaci.

- **Mýtus zjednodušené demografie**

Předpoklad, že člověk se stává starým dnem odchodu do penze a část života, která dávala smysl, je pryč. Tento mýtus nepřipouští prodlužující se střední délku života, ani skutečnost, že člověk může žít smysluplný život i v penzi. A především tento mýtus nebere v potaz aktivně pracující seniory.

- **Mýtus homogenity**

Tento mýtus zcela chybně předpokládá, že potřeby seniorů jsou stejné. Životy seniorů jsou zcela individuální, a proto budou i jejich potřeby ve stáří.

- **Mýtus neužitečného času**

Mýtus označuje starého člověka za neužitečného. Ten, kdo nepracuje, nic nedělá a není důležitý. Senioři jsou postaveni na druhou kolej a vyobrazováni jako zbyteční a nedůležití. Myšlenka naprosto ignoruje fakt, že ten, komu vznikl nárok na odchod do penze a z pracovní sféry odešel, si svá profesní léta odpracoval.

- **Mýtus ignorance**

Svět se stále vyvíjí. To, co platilo před 50 lety, dnes není důležité, a tedy co je staré, není důležité. Opomíjí se předávání zkušeností z generace na generaci. Každá zkušenost, či rada může být užitečná a poučná, i když se zrovna netýká nejnovějších technologií.

- **Mýtus o úbytku sexu**

Představa pojednává o neaktivním sexuální životě seniorů. Mladí lidé předpokládají, že ve stáří sex končí. Sexuální aktivita se v penzijním věku dozajista mění, nemusí být ani tak častá, ale to neznamená, že neexistuje.

- **Mýtus o lékařích**

Jedná se o dojem, že medicína vyřeší všechny problémy, tj. upínání se na předepsání léků, které starým lidem navrátí zdraví, štěstí a spokojenost. Lékaři samozřejmě léčí, ale nedokáží člověku navrátit štěstí a vyléčit špatný životní styl. To má ve svých rukou každý jednotlivě.

- **Mýtus o Alzheimerovi**

Zapomínání se k stáří pojí často a mnohdy se na toto téma žertuje. Ovšem demence a skleróza je mylně přisuzována všem starým lidem.

- **Mýtus o chudobě seniorů**

Předpoklad, že všichni senioři se musí nutně potýkat s finančními problémy, je zcela mylná. Jistě jsou jedinci, kteří se potýkají s finančními nedostatky v penzijním věku, ovšem s těmito problémy se potýkají i jiné skupiny, a to i závažnějším způsobem. Původ tohoto mýtu pramení z nízkých důchodů. A i fakt, že senioři se sami shodují na tom, že s důchodem nemohou vyjít. Například vzpomínky českých seniorů na období socialismu a pevné ceny v nich pocit chudoby upevňují. Dostávají se pak do situace, kdy si určitou věc nekoupí jen z toho důvodu, že nyní stojí desetkrát více než kdysi. Zmiňovanou věc si nepořídí jen z principu, což může vyvolávat pocit, že starší lidé jsou chudí.⁶⁷

Od narození je nám v rámci výchovy vštěpováno, jak bychom se měli chovat ke starým lidem. I přesto, že se učíme, jaký postoj bychom v rámci stáří měli zachovávat, existují rozdíly mezi tím, jak se skutečně chováme a jak bychom se chovat měli.⁶⁸

⁶⁷ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 42–46.

⁶⁸ Tamtéž, s. 46.

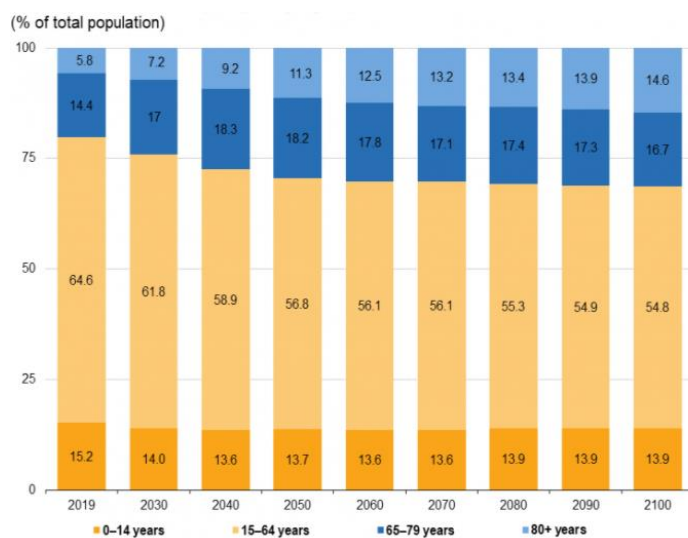
4 Praktická část

4.1 Stárnutí jako nevyhnutelný proces

Stárnutí populace má být jednou z nejvýznamnějších sociálních změn 21. století, která bude mít vliv na téměř všechna odvětví ve společnosti. Ovlivní společnost jako celek, tak i jednotlivé menší sociální struktury. Změna prostoupí do samotné struktury rodin a mezigeneračních vazeb. Změní se poptávka po zboží a službách, zejména poptávka po bydlení, dopravě či sociální ochraně. Demografický posun populace ovlivní trh práce, který bude muset reagovat na stárnoucí pracovní sílu.

Snižování porodnosti a zvyšování dlouhověkosti, to jsou hlavní příčiny stárnutí populace po celém světě. Dočasně může být zpomalen proces stárnutí v zemích, ve kterých probíhají velké imigrační vlny. Mezinárodní migrace mění strukturu obyvatelstva, protože migranti bývají mladí produktivní lidé. Přesto nakonec migranti v těchto zemích zestárnou do starší populace. Dle údajů z World Population Prospects bude do roku 2050 každý šestý člověk na planetě starší 65 let, oproti tomu v roce 2019 to byl každý jedenáctý člověk. Počet osob ve věku 80 let a více by se měl dle sesbíraných dat ztrojnásobit, ze 143 milionů, které odpovídají roku 2019, na 426 milionů, které predikují na rok 2050.⁶⁹

Graf 1 Struktura obyvatelstva EU dle věkových skupin⁷⁰



⁶⁹ United Nations. *World population ageing 2019: Highlights*. 2019. s. 1–2.

⁷⁰ *Population structure and ageing* [online]. Eurostat [cit. 2020-11-11]. Dostupné z: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Population_structure_and_ageing

Z grafu je zřejmý růst počtu seniorů v Evropské unii, a naopak snižující se počet osob ve středním tedy produktivním věku. Predikce, která je v grafu znázorněna, sahá až do následujícího století a naznačuje, že počet jak mladých seniorů, tak těch starších se bude postupně zvyšovat. Ranné stáří zaznamená největší nárůst v letech 2040–2050. Poté bude počet mírně klesat, ovšem stále zůstane vyšší než v roce 2019, zatímco období sénium bude nejvyšší až ve 22. století. To znamená, že v budoucnu dojde k postaršení populace.

4.1.1 Instituce řešící otázku stárnutí populace

V důsledku nezanedbatelného nárůstu starší populace svolalo Valné shromáždění Organizace spojených národů již v roce 1982 první světové shromáždění o stárnutí, kterého se zúčastnilo 125 států, mezi nimiž bylo i tehdejší Československo. V rámci tohoto zasedání byl zhotoven „*Vídeňský mezinárodní akční plán pro stárnutí*“, který vyzval k přijetí opatření v oblastech zdraví, stravy, ochrany starších spotřebitelů, bydlení, životního prostředí, rodiny, sociální péče, zabezpečení příjmu a zaměstnání.

V roce 1991 byly vytvořeny zásady OSN pro seniory a státy byly vyzvány, aby tyto zásady začlenily do svých národních politik. Za nejdůležitější zásady jsou považovány: nezávislost seniorů, jejich zařazení do společnosti, péče, seberealizace a důstojnost.⁷¹

V roce 2002 se konalo druhé světové shromáždění o stárnutí. Cílem bylo navrhnout mezinárodní politiku stárnutí pro 21. století. V rámci shromáždění byly požadovány změny v postojích na všech úrovních.⁷² V novém dokumentu je popsáno 117 konkrétních opatření, z nichž za prioritní jsou pokládány především:

1. Zajištění příznivého prostředí pro starší občany, kam spadají otázky bydlení, péče, přehlížení seniorů atd.
2. Uchování zdraví, tělesné a duševní pohody. V tomto směru se snažit zajistit stejné možnosti ve zdravotnických službách.
3. Zaměření se na seniory a jejich rozvoj, aby svou účastí mohli přispívat do společnosti a dále jim byl umožněn přístup ke znalostem.

⁷¹ *Zásady OSN pro seniory* [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2020 [cit. 2020-11-19]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/web/cz/zasady-osn-pro-seniory>

⁷² United Nations. *World population ageing 2019: Highlights*. 2019. s. 1.

Novější Mezinárodní akční plán se soustředí i na rozvojové země, přičemž první shromáždění se věnovalo otázkám stárnutí populace jen ve vyspělých zemích.⁷³

Ve stejném roce, ve kterém se odehrávalo 2. světové shromáždění o stáří, Světová zdravotnická organizace předložila návrh s konceptem a politickým programem s názvem „*aktivní stáří*“. Seniorsy zde označuje za důležitý zdroj, který přispívá do struktury společnosti. Každý senior je lidským a sociálním zdrojem, ať už svým konáním participuje v rodině, či celé společnosti. Tvrzení Světové zdravotnické organizace je takové, že země si mohou dovolit demograficky stárnout, musí ale zajistit dobré zdravotnictví a bezpečnost starším lidem. Mít zdravé a aktivní starší obyvatelstvo neoznačují za přepych, nýbrž za nutnost každého státu. Do budoucna to dává lidem šanci prožít takovou fázi života, na kterou předchozí generace ani nepomýšlela. Víme, že populace bude nadále stárnout. Díky tomu mohou státy potažmo vlády reagovat na toto dění a usilovně pracovat na tom, aby seniorům byly poskytnuty služby a potřeby, které by měly přispívat k jejich rozvoji. Demografické posuny mají hluboké dopady pro každého ve společnosti, tedy i pro ty, kterých se období stáří zdaleka ještě netýká. Proto by demografické změny neměly být přehlíženy žádnou generací.⁷⁴

Evropským rokem aktivního stárnutí byl zvolen rok 2012, který byl spojen nejen se zapojením starších občanů do společenského dění a zajištění jejich spokojenosti, ale také s bojem proti ageismu a xenofobii.⁷⁵

Česká republika si uvědomuje stárnutí své společnosti, proto Ministerstvo práce a sociálních věcí reagovalo na koncept aktivního stárnutí a vytvořilo strategický dokument „*Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí 2013-2017*“. V tomto dokumentu je zahrnuto zajištění a ochrana lidských práv starších občanů; celoživotní vzdělávání; zaměstnávání starších osob a seniorů, dobrovolnictví a mezigenerační spolupráce; kvalitní prostředí pro život seniorů; zdravé stárnutí; péče o méně soběstačné seniory.⁷⁶

⁷³ 2. světové shromáždění o stárnutí [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2020 [cit. 2020-11-10]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/web/cz/2.-svetove-shromazdeni-o-starnuti>

⁷⁴ *Active ageing: a policy framework* [online]. 2002 [cit. 2020-10-12]. s. 6. Dostupné z: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf;jsessionid=2BC2DA16240B5446A40FC1AF9C0E2E30?sequence=1

⁷⁵ VOĽANSKÁ, Lubica. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“ *Dôchodok jako voľný čas? Národopisná revue*. 2018, roč. 29, č. 2, s. 103.

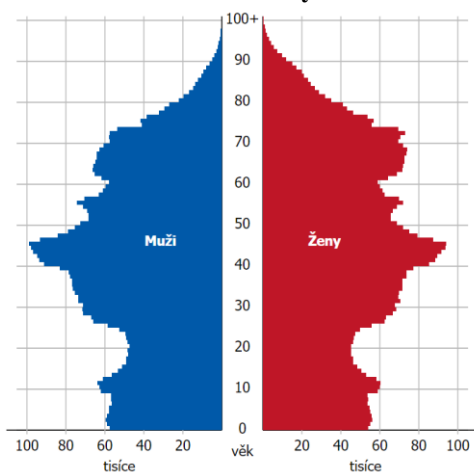
⁷⁶ *Senioři a politika stárnutí* [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2020 [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/seniori-a-politika-starnuti>

4.1.2 Demografická situace v České republice

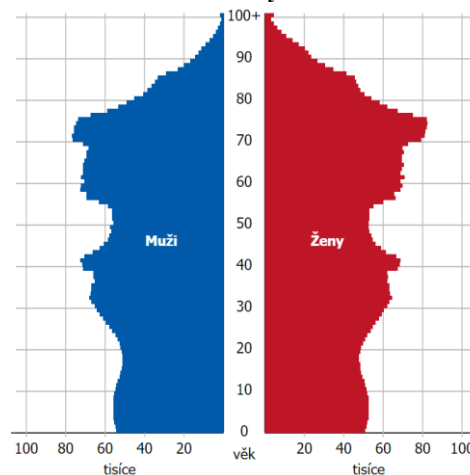
Česká republika stejně jako většina evropských států demograficky stárne, a to v důsledku prodlužující se střední délky života. Střední délkou života se rozumí průměrný věk, kterého se jedinec může dožít v dané populaci. Na jejím zvyšování se podílí již mnohokrát zmiňovaná zlepšující se zdravotní i sociální péče, zdravější životní styl, lepší vzdělání nebo vyšší příjmy. Současně populaci seniorů v České republice zvyšuje početně silná generace, která se narodila po 2. světové válce. Dle dat Českého statistického úřadu mezi roky 2010 a 2019 vzrostl počet seniorů o půl milionu, přičemž nejpočetnější skupinu tvořili představitelé raného stáří.⁷⁷ Současná očekávaná doba dožiti je u mužů 76,4 let, u žen 82,1 let.

Níže uvedené grafy se snaží přiblížit, jakým směrem se demografie České republiky vyvíjela, vyvíjí a pravděpodobně se vyvíjet bude.

Graf 2 Věková skladba obyvatelstva ČR r. 2019⁷⁸



Graf 3 Věková skladba obyvatelstva ČR r. 2050⁷⁹



Z grafů je na první pohled patrná změna struktury obyvatelstva v České republice. V budoucnu bude nárůst starších obyvatel signifikantní. V roce 2019 tvoří nejpočetnější věkovou kategorii lidé 40+, tedy produktivní obyvatelstvo. Znatelný nepoměr je mezi mladou a seniorskou generací, kdy početně převládá seniorská generace. Zde se promítají jednoznačné příčiny stárnutí populace, a to nízká porodnost a nízká úmrtnost. V roce 2050 bude tato skutečnost viditelná ještě více, protože právě nejpočetnější generace z roku 2019

⁷⁷ HOLÝ, Dalibor. *Senioři v ČR v datech*, 2021. s. 5.

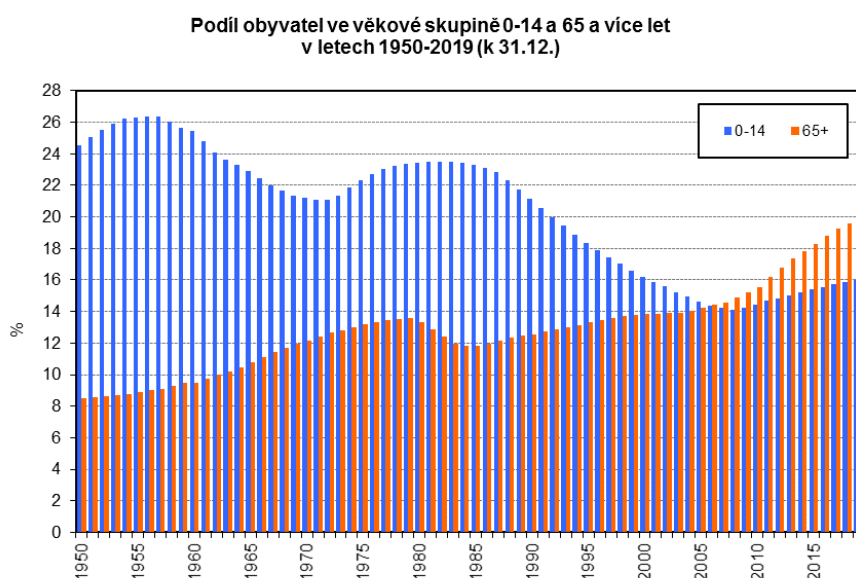
⁷⁸ *Projekce obyvatelstva (1950-2101)* [online]. Český statistický úřad. [cit. 2020-11-11]. Dostupné z: https://www.czso.cz/staticke/animgraf/projekce_1950_2101/index.html?lang=cz

⁷⁹ *Projekce obyvatelstva (1950-2101)* [online]. Český statistický úřad. [cit. 2020-11-11]. Dostupné z: https://www.czso.cz/staticke/animgraf/projekce_1950_2101/index.html?lang=cz

zestárne a bude tak převládat neproduktivní obyvatelstvo nad produktivním. Zároveň nepoměr mezi seniorskou a mladou generací se prohloubí. Tyto skutečnosti mohou v české společnosti vést k delší pracovní aktivitě občanů.

Je zde ovšem nutné uvést, že projekce nedokáže předvídat vliv vnějších stimulů, jako jsou ekonomické krize, nemoci či epidemie, které mají z krátkodobého hlediska znatelný vliv. V roce 2021 proběhne nové Sčítání lidu, jehož data jsou využívána pro vytváření projekce obyvatelstva. Je možné, že demografický vývoj se v důsledku koronavirové pandemie do určité míry pozmění.⁸⁰

Graf 4 Podíl obyvatel ve věkové skupině 0-14 a 65 a více let⁸¹



V grafu je viditelná změna podílu mladší a starší generace. V roce 1950 byla mladá generace dvakrát tak početnější než seniorská. V roce 2005 se Česká republika dostává do zlomového bodu, kdy je počet těchto dvou věkových skupin téměř totožný. Od následujícího roku ovšem počet seniorů začíná stoupat a až do současnosti má zvyšující se tendenci. Graf jasně naznačuje změnu struktury obyvatelstva a stárnutí populace.

Prodlužující se střední délka života se může dle sociologa Ladislava Rabušice na společnosti a životě starších osob projevit dvojnásobem. Buď budou přidána léta

⁸⁰ ŠTYGLEROVÁ, Tereza, Michaela NĚMEČKOVÁ a Miroslav ŠIMEK. *Stárnutí se nevyhne* [online] Český statistický úřad, 2014 [cit. 2021-03-21]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/ea002b5947>

⁸¹ *Podíl obyvatel ve věkové skupině 0-14 a 65 a více let v letech 1950-2019* [online] Český statistický úřad [cit. 2020-11-11]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/podil-obyvatel-ve-vekove-skupine-0-14-a-65-a-vice-let-v-letech-1950-2019>

znamenat aktivní a spokojený život nebo to budou léta zdravotních potíží, zvyšující se nesoběstačnosti a nemohoucnosti.⁸² Informátoři této práce zmiňovali totožný rozdíl a zároveň zdůrazňovali, že v otázce prodloužení délky života je pro ně nejdůležitější „ona kvalita“ života, nikoliv dosahovaný věk. Názorný příklad aktivního prožití stárnutí až do dlouhověkosti uvedla paní Růžena:

„Tím že se teď dožijeme vyššího věku, to vnímám jako přirozený vývoj společnosti. Když se dožíváme vysokého věku, tak je to samozřejmě fajn, ovšem záleží, jak žijeme. Já měla tetičku, ta se dožila 102 let, strašně dlouho byla aktivní, měla totiž pro co žít. Ona bydlívala v bytě ve městě a jednoho dne prostě řekla, že jí to nebaví a koupila si chalupu, a tam začala žít se svým synem, chovat králíky, slepice, psy. Ona říkala, že kdyby neměla ty zvířata, tak v bytě už dávno umřela. Ale takhle ona ráno musela vstát, nasekat trávu králíkům, pak dát slepicím, vypustit psy, dát jim najíst, pak šla pro vajíčka, a tyto aktivity jí držely při životě. Pamatuji si, že když slavila 100 let, radostně mi ukazovala, že jí syn udělal skleník, a že může pěstovat okurky a rajčata, a že má poličko, tam že má brambory. Takže opravdu naplno žila a život jí těšil. Ve chvíli, kdy její syn onemocněl Alzheimerem, s ním odešla do domova důchodců, kde on byl na patře pro Alzheimerery a ona o dvě patra níže pro důchodce. Poté, co zemřel, ona už jen seděla v křesle, koukala na televizi a pak prostě umřela. Takže dokud je člověk aktivní, tak mi to přijde, proč by se nemohl člověk dožít stovky, ale pokud začne člověk jen sedět a lidi ho jen obskakují, to mi přijde, že bych se toho nechtěla dožít.“⁸³

Z výpovědi, je zřejmé, že dlouhověkosti se jedinci dožívali i dříve, ovšem v současné době počet těchto jedinců narůstá. V souvislosti s dlouhověkostí se v české společnosti do prosince 2019 dožilo 100 a více let 713 občanů České republiky, z toho 515 bylo žen.⁸⁴ Způsob, jakým je život prožíván ve velmi pokročilém věku, je klíčový. Informátoři uváděli, že pokud by nemohli v pokročilém věku žít alespoň do jisté míry aktivně a byli odkázáni pouze na pomoc od ostatních, nevnímali by toto období jako pozitivní. Názorně se tak vyjádřila paní Vlasta:

⁸² RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*, 1995. s. 30–33.

⁸³ Rozhovor s paní Růženu, 69 let.

⁸⁴ HOLÝ, Dalibor. *Senioři v ČR v datech*, 2021. s. 5.

„Především záleží na kvalitě života. Co je platné, když se člověk dožije 90, ale je upoután na lůžko, kouká do stropu. To pro mě nemá žádnou hodnotu. Takhle dopadnout nechci, to radši umřít, ale s hlavou vztyčenou.“⁸⁵

4.2 Percepce stáří

Životní etapu stáří považují dle dříve provedených empirických výzkumů senioři za přirozený cyklus života. Vnímají ho jako plynulý nevyhnutelný proces, který jednou čeká každého. Bylo zjištěno, že tato životní fáze není jejími aktéry vnímána negativně, alespoň v jejich počátcích ne. Především protože do období stáří senioři vstupují relativně v dobré kondici. Vzhledem k tomu na stáří nenahlíží jako na období obtížné, spojené se špatnými životními podmínkami a starostmi. U mnoha dotazovaných seniorů bylo zjištěno, že se necítí starými a stáří jako takové pro ně nic neznamená. Věk si nijak nepřipouštějí, je pro ně jen číslo v „občanském průkazu“. Zdůrazňují, že záleží vždy na psychické a fyzické zdatnosti jednotlivce. Nejdůležitější je, jak se jedinec cítí nikoliv, jak společnost stigmatizovala skupinu seniorů.⁸⁶ Informátor Jaroslav uvádí, že v percepci stáří záleží na tom, jak každý smýšlí:

„V myšlení v tom je člověk pořád stejný. To se nemění. Já bych si teď klidně zašel cvrkat kuličky. To je ten veliký rozdíl mezi tím, jaký má člověk věk, a to myšlení. To je tak veliký rozpor a zvětšuje se. Jak se říká, stáří není pro slabochy. Každý to musí nějak přežít. Záleží ale právě na tom myšlení. Někdo může být starý ve 30 a někdo mladý v 70, je to otázka mysli. Když se člověk ráno podívá do zrcadla, tak si řekne, co je to za starce. Ale já se cítím pořád jako mladý kluk.“⁸⁷

Jak již bylo zmíněno, spokojený život ve stáří ovlivňuje především fyzická zdatnost jedince. Dotazovaní senioři svou aktivitu vnímali, jako prevenci před vznikem nesoběstačnosti a závislosti na jiných osobách. Z provedených rozhovorů vyplynulo, že stáří si méně připouštějí ti senioři, kteří jsou stále zaměstnaní, protože v jejich životech nenastal ten zlomový bod, kdy se po letech strávených v zaměstnání vypořádají

⁸⁵ Rozhovor s paní Vlastou, 69 let.

⁸⁶ KUCHAROVÁ, Věra, Ladislav RABUŠIC a Lucie EHRENBERGEROVÁ. *Život ve stáří. Zpráva o výsledcích empirického šetření*, 2002. s. 38–39.

⁸⁷ Rozhovor s panem Jaroslavem, 74 let.

s odchodem. Pracující senioři si prozatím neprošli tou nejdůležitější změnou, která je se stářím neodmyslitelně spojena. Dotazovaní senioři si uvědomují, že ve stáří dochází ke zhoršení zdravotního stavu více než v předešlých etapách života. Informátoři, u kterých došlo ze zdravotních důvodů k omezování aktivního přístupu života, si své období stáří začali již více uvědomovat. Největší obavy s přibývajícím rokem spojovali především se ztrátou soběstačnosti a odkázání se na cizí pomoc.⁸⁸ Nevůli být ve stáří odkázána na ostatní názorně popsala paní Vlasta:

„Takovou prioritou pro mě je vše zvládat a nepotřebovat druhé. Nebýt závislá na cizí pomoci. Z toho vyplývá, že zdraví je diamantový poklad a peníze už jsou méně důležité, ale zas z druhé strany nemít peníze je nesvoboda.“⁸⁹

Z již dříve provedených výzkumů vyplynulo, že zdravotní stav seniora velmi ovlivňuje, jak je spokojený ve svém životě. Čím větší zdravotní potíže, tím je přístup ke stáří méně pozitivní a optimistický.⁹⁰ Žádný z dotazovaných seniorů se nepotýkal s vážnými zdravotními problémy, a proto byly výpovědi související se stářím vcelku pozitivní. Za ideální život ve stáří informátoři považují především být aktivní ve svém životě a udržet si dlouho svou fyzickou sílu. Pan Jan si dle svých slov snaží „užívat každého dne a nemyslet na zítřek“:

„Já si starý nepřijdu a nemyslím na to. Člověk má žít tak, na co má teď. Něco určitě přijde, ale nikdy nevíme co, takže proč stahovat kalhoty, když brod je ještě daleko.“⁹¹

Žebříček hodnot je v období stáří poněkud proměňován, již není tak důležitý materialismus, jako spíše vztahy a zdraví. Ve stáří se jedincům taktéž proměňuje způsob myšlení. Jsou rozvážnější, nerozhodují se zbrkle především zásluhou nabytých zkušeností, které během svého života získali. Percepce stáří nebyla ze strany informátorů negativní,

⁸⁸ *Vnímání stáří* [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-02-19] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/vnimani-stari/>

⁸⁹ Rozhovor s paní Vlastou, 69 let.

⁹⁰ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 329.

⁹¹ Rozhovor s panem Janem, 66 let.

neboť činnosti, kterým se věnují, jsou prováděny na základě jejich vlastního rozhodnutí.⁹² Paní Marie subjektivně popsala své stáří:

„Ten pocit svobody a to, že si můžu udělat, co chci, jak chci, je strašně fajn a dělá mi to život takový spokojený.“ a dále doplňuje: *„Pokud je člověk zdravý, tak stáří samo o sobě je hezké, protože člověk má mnoho povinností za sebou. A může se věnovat své rodině, pokud ji má a volnému času. Pokud má možnost si ještě přivydělat, tak je to pro mě pozitivní. Být zdravý a finančně zaopatřen, to jsou důležité věci, a pokud to je tak, to stáří je docela hezké.“*⁹³

Pojetí stáří je individuálně vnímáno každým jedincem. Kromě opuštění zaměstnání a více volného času nemusí být období stáří nijak převratné, samozřejmě za podmínek udržení si svého zdraví. Příkladem reflexe stáří je výpověď paní Marcely:

*„Vzpomínám si na paní herečku Marii Rosůlkovou. Když byla pak starší, dostávala hodně rolí, jako mladá jich tolik neměla. Mě se líbilo, co ona říkala, že stáří je pěkné. Nemyslím si, že bych ve stáří zažila něco kdovíjak lepšího či horšího, když jsem byla mladá. Ráda bych ho prožila v klidu bez nějakých obav a ve zdraví.“*⁹⁴

Stigmatizace seniorů je ve společnosti patrná každodenně. Svým chováním, ale také oslovováním dávají jedinci najevo, že někoho považují za seniora, a zároveň dotyčné osobě automaticky připisují určité vlastnosti. To, jak jsou starší osoby oslovovány zbytkem společnosti, naznačuje jistý postoj, jaký je ke starším lidem zaujímán. V současné době existuje mnoho výrazů pro starší obyvatelstvo. Některé jsou hanlivě zbarvené, jiné se snaží být co neuctivější. To, jak jsou informátoři označováni, nepovažují za nijak významné. Nejvíce preferují senior, současně většině nevadí ani označení důchodce. Informátoři se nad oslovováním nad svou osobou příliš nezaobírali, proto jim i mnohdy nevadí. Spíše, než samotné oslovování je v centru zájmu seniorů jejich připisovaná identita

⁹² *Vnímání stáří* [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-02-19] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/vnimani-stari/>

⁹³ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

⁹⁴ Rozhovor s paní Marcelou, 63 let.

ze strany společnosti. O vymaňování se připisovaným vlastnostem ve stáří svědčí výpověď paní Renaty:

„Nemám žádné označení, které bych preferovala. Záleží na tom, co vyzařuješ, i v jakém fyzickém stavu seš. Když budu klepat hůlkou a mít strhaný obličej, tak budu pro všechny stařenka, a jestliže se rychle zvednu ze židle, tak tě okolí také vnímá jinak. Jde mi spíš o to, jak mě vnímají, než jak oslovují. No jsem senior, důchodce, nedá se nic dělat. To je, jak když si uvědomíš, že jsi babička.“⁹⁵

S odhadem věku se setkáváme dennodenně. Na základě individuálních představ o stáří předpokládáme věk ostatních a dle toho se k nim také chováme. Názorný příklad uvedla paní Vlasta, která vzpomíná na příhodu v hromadné dopravě:

„To jsem nebyla ještě starobním důchodcem. Objevila jsem se v hromadné dopravě a někdo mladší okamžitě vyskočil a pustil mě sednout, ale paradox je v tom, že tam byli lidi mnohem, mnohem starší a nikdo je sednout nepustil. To mi doposud vrtá hlavou.“⁹⁶

4.3 Penze

Životní období, které je dozajista vnímáno velice individuálně, je, když jedinec vstoupí do penze. Na změnu životní etapy si mohou mnozí zvykat i roky. Penzi někteří vítají a těší se na odpočinek a nové aktivity. Jiní senioři mohou penzi vnímat velice negativně a nemusí si sami se sebou vědět rady.⁹⁷ Pozitivněji vnímají penzi informátoři, kteří stále neopustili svůj pracovní život. Na druhou stranu dotazovaní senioři, kteří již zcela zanechali své profesní role, jistě negativní pocity prožili. Informátorka Marta zažila pocit jisté sociální izolace:

„Já jsem ze začátku ten důchod hodně špatně nesla. Tedy myslím, až když jsem odešla z práce nadobro. Mě to přišlo, že už jsem přešla do poslední fáze. Že už nemám žádnou perspektivu. Děti už doma nebyly a manžel v té době ještě pracoval, takže jsem

⁹⁵ Rozhovor s paní Renatou, 66 let.

⁹⁶ Rozhovor s paní Vlastou, 69 let.

⁹⁷ *Odchod do důchodu* [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-02-19] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/odchod-do-duchodu-new/>

si připadala blbě. Když jsem dopoledne vyšla ven, tak tam byli jen důchodci nebo maminky s dětmi. Nikdo jiný tam nebyl, a to jsem si připadala blbě.“⁹⁸

Tato výpověď je pozoruhodná, protože předešlé výzkumy ukazují, že ženy se často těší na více volného času, který mohou věnovat svým koníčkům, a především sobě samým. Předešlé životní období z velké většiny věnovaly práci, péči o děti a domácnosti, přičemž jim nezbýval čas na sebe. Naproti tomu muži odchod do penze vnímají jako situaci, která byla vynucena zdravotním stavem či nátlakem zaměstnavatele. Mnohdy by muži chtěli nadále pracovat, ale jejich zdravotní stav jim to neumožňuje.⁹⁹ Názorně takto popisuje konec své profesní role pan Josef:

„To víte, já jsem si v penzi přivydělával, jako roznašeč novin, a to celý den stojíte na nohou, takže zhruba po dvou letech už jsem to opravdu nezvládal a musel přestat. Doma mě to ze začátku nebavilo, nakonec jsem si zvyknul, ale řeknu vám, strašně mi ta práce chyběla. I když to nebyla bůhví, jaká práce mě to naplňovalo.“¹⁰⁰

Dle dříve provedených výzkumů snadněji přechod do penze zvládají lidé, kteří vlastní dům, chatu se zahradou nebo zahrádku. Je to z toho důvodu, že vlastnictví pozemku či budovy přináší rozmanité aktivity, tudíž člověk není zcela pasivní, má cosi, čemu může věnovat svůj volný čas, kterého má více než dříve. Na druhé straně pro seniory, kteří nevlastní obdobnou nemovitost a jsou obyvateli například sídlišť a zároveň nemají žádné výrazné hobby, je odchod ze zaměstnání velkou psychickou i fyzickou zátěží.¹⁰¹ Paní Natalja je zaměstnanou penzistkou, je ovšem obyvatelkou sídliště a jako taková popisuje touhu po zahradě:

„Chtěla bych bydlení se zahrádkou. Když člověk žije v paneláku, musí mít takové koníčky, aby něco dělal ručně: pletení, luštění křížovek. A to mě moc nenaplňuje. Někdo chodí na procházky se psem, ale toho já ze zdravotních důvodů mít nemůžu, proto bych

⁹⁸ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

⁹⁹ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*, 2013. s. 108–110.

¹⁰⁰ Rozhovor s panem Josefem, 75 let.

¹⁰¹ SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*, 2012. s. 128–129.

si tu zahrádku moc přála. Doma mám jednu zed' plnou kyttek a o ně se starám, ale na zahradě by to bylo o něčem úplně jiném.“¹⁰²

Socioložka Helena Haškovcová uvádí, že každý by se na třetí fázi života měl připravit. Především by se měl každý rozhodnout, co bude prioritní náplní života po odchodu ze zaměstnání. Společnost nabízí různé možnosti využití volného času, čímž napomáhá seniorům s hledáním nové životní aktivity. Ovšem každý je zodpovědný za svou kvalitu života. Haškovcová je toho názoru, že pokud je ve stáří jedinec nespokojený, nemůže vinit společnost, ale sám sebe, a to především protože se na období stáří dostatečně nepřipravil a nevyužil publikace a různorodé aktivity nabízené ve společnosti.¹⁰³

Názor Haškovcové o přípravě na období stáří se příliš neztotožňuje s názory informátorů. Žádnou větší přípravu neuskutečnil žádný z nich. Určité představy, čemu by se mohli v penzi věnovat, se objevovaly, ale řada z nich přiznává, že se plánované činnosti ne vždy podařilo uskutečnit. Typickým stereotypem rozšířeným ve společnosti je ten, že senioři mají spoustu času v kontrastu s aktivním věkem, který je charakterizován profesním vytížením. Mohlo by se zdát, že senioři mají času dost, ale ve skutečnosti to může být velmi zaneprázdňená skupina. Paní Marta uvádí, že po odchodu do penze naplánované aktivity doposud neuskutečnila:

„Já jsem si myslela, bůhvíco vše stihnu, že budu plést a tak. A pletení mám ještě ve skříni. Večer si ho už brát nemůžu, protože na něj nevidím, a jindy k tomu není prostor. Ještě jsem nestihla ty aktivity, co bych chtěla.“¹⁰⁴

Paní Marie konstatuje, že jedinec si může plánovat své činnosti na penzi, ovšem mnohdy jsou plány vzdálené od skutečnosti:

„Jo, jenže on to tak přinese život. Já se těšila, že budu mít víc volného času. Že si budu užívat. Trošku jsem to plánovala, ale život přináší změny a je třeba je pojmout.“¹⁰⁵

¹⁰² Rozhovor s paní Nataljou, 67 let.

¹⁰³ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 175.

¹⁰⁴ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

¹⁰⁵ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

Většina informátorů do současné doby pracuje, a tak plány, které měli po přiznání penze, byly jen zůstat pracovně aktivními. Někteří jistě ideje po odchodu ze zaměstnání mají, ale příliš se touto otázkou nezaobírají. Zatím je tato skutečnost netrápí. Paní Renata vysvětluje, že vzhledem k tomu, že stále pracuje na plný úvazek, má zatím jen letmé plány:

„Tak máš takový ty plány, že budeš dělat to, na co nemáš čas. Ale tím, že já vlastně pracuju a člověk je unavenější než dřív, takže zatím na to nemám čas. A do toho vnoučata. Až nebudu chodit do práce, tak to si zatím nedovedu vůbec představit. Mám nějaké okruhy, jakože budu háčkovat, plést a budu možná víc cvičit. Ale zatím si to moc nepředstavuju. Vím tak zhruba, co bych mohla, ale to je zatím vše. Co teda vím určitě, tak je, že doma se zbavím všech starých, zbytečných věcí. Bud' to vyhodím nebo daruju. Za ty léta se toho hrozně moc nashromáždí.“¹⁰⁶

Studie Lucie Ehrenbergerové zhodnocuje naučné publikace určené seniorům a uvádí, že příručky určené seniorům obsahují užitečné informace a mohou být pomocníkem při dosáhnutí spokojeného stáří. Stejně jako Haškovcová je toho názoru, že na období stáří se má jedinec připravit s pomocí co největšího množství informací. Na základě těchto informací si senior vybere svůj individuální životní styl, který chce ve stáří prožívat. Návody, příručky a strategie určené seniorům k vytvoření spokojeného stáří nejsou dle Ehrenbergerové bezcenné.¹⁰⁷ S tímto názorem se naprosto neztotožňují informátoři této práce. Žádný nevyužil literaturu, která by měla určitým způsobem napomoci jednotlivci se stářím, s jeho vyrovnáním a nastavením. Názorně se vyjádřila paní Magdaléna:

„Příručku jsem nečetla a myslím si, že je to úplně zbytečné. Každý se s tím musí vypořádat sám, i když existuje dneska už i poradenství. Většinou si lidi vědí rady, jak se s tím životem vypořádat, a kdo si neví rady, tak jde a poradí se s rodinou nebo tak, ale ne knížky.“¹⁰⁸

¹⁰⁶ Rozhovor s paní Renatou, 66 let.

¹⁰⁷ EHRENBARGEROVÁ, Lucie. *Stáří v populárně naučné literatuře-interpretativní analýza*, 2002, roč. 38, č. 5, s. 608–610.

¹⁰⁸ Rozhovor s paní Magdalénou, 75 let.

Většina informátorů se vyjádřila tak, že se na období stáří nelze připravovat dle příruček a návodů. Podobné publikace přispívají ke stereotypizaci stáří, které je chápáno, jako období problematické, se kterým budou senioři potřebovat pomoci. Představa, o tom, že si senioři hojně vyhledávají informace spojené se stářím, je dle informátorů mylná. Paní Marie konstatuje:

„Nečetla, nic jsem nestudovala. Já mám takovou povahu, že život přinese, co je. Každé situace i ty nepřijemné. Na období stáří jsem se více méně těšila, že budu mít čas a budu si ho užívat podle svého. Přečíst si nějakou příručku, mě ani nenapadlo. Mám štěstí, že jsem relativně zdravá a můžu si dělat, co chci, a to je velké pozitivum. Takže jít do starobního důchodu pro mě byl pozitivní krok.“¹⁰⁹

Etnoložka Ľubica Voľanská ve svém výzkumu uvádí, že mnozí penzisté nebyli připraveni na množství volného času, které už nebylo organizované pracovní povinností. Dále zmiňuje, že senioři si v určité fázi svého života nejsou jisti, zda ve svém věku plánovat, nebo jestli své plány koncipovat do měsíců či dokonce dní. V této otázce je nejdůležitější životní kondice jednotlivců a v kolika letech se rozhodli ukončit své pracovní závazky. Z tohoto důvodu není vždy odpovědí na odchod do penze „sáhodlouhé“ plánování, jak prezentuje Haškovcová.¹¹⁰

Co s odchodem do penze končí a co naopak začíná? Končí stres, spěch, hektičnost, nedostatek času pro sebe a své aktivity, pracovní úspěch, seberealizace, připoutání k zaměstnání. Co začíná, je především dostatek času, klid, zaměření se na sebe, odpoutání od práce, nové aktivity.¹¹¹ Přehledně tyto změny zobrazuje psycholog Jaro Křivohlavý ve své publikaci *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. V následující tabulce jsou zmíněny všechny změny způsobené odchodem do penze dle Křivohlavého.

¹⁰⁹ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹¹⁰ VOĽANSKÁ, Ľubica. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok jako voľný čas? *Národopisná revue*. 2018, roč. 29, č. 2, s. 108–114.

¹¹¹ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. 2011. s. 23.

Tabulka 2 Změny způsobené odchodem do penze¹¹²

Před penzí	Po odchodu do penze
Stálý nedostatek času	Dostatek, ba nadbytek volného času
Náplň času mi stanoví někdo jiný (nadřizovaný)	To, co budu dělat, si stanovuji já sám
Nemám čas pro sebe	Mám dost času pro sebe
Umění fungovat (jako kolečko ve stroji)	Umění žít
Spěch	Uvolnění
Stres a distres	Eustres (příjemné vnitřní napětí)
Zážitky	Klid
Úspěch	Osobnostní dozrávání
Horizontála života	Vertikála života
Absolutní sebe-vydávání	Jít do sebe
Připoutání k zaměstnání	Odpoutání od práce
Ponoření se do práce	Ponoření se do sebe
Sebe-realizace	Sebepoznávání
Zájem získat a mít	Zájem někým být
Duševní strádání	Duševní naplňování
Vnitřní chudoba	Vnitřní obohacení
Vnější bohatství	Vnitřní bohatství
Hektické události	Klidnější plynutý čas
Vnitřní nepokoj	Ustabilování vnitřního pokoje
Stálý běh a shon	Uvolnění
Úzkost a strach, jak to dopadne	Klidné očekávání
Hyperaktivita	Klid

Jak můžeme vidět v tabulce, v rámci odchodu do penze se mění nejen společenské postavení, ale také zmiňované chování a myšlení, vztahy k druhým a sobě samým.

¹¹² Vlastní zpracování, KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. 2011. s. 23–24.

4.4 Pracovat v penzi jako jasná volba

Práce dává lidem smysl života, postavení, finanční stabilitu, režim a tyto faktory se velice špatně opouštějí. V posledních letech roste trend pracujících seniorů. Co ovšem vede seniory k jejich pracovní aktivitě? Setrvání v zaměstnání v penzijním věku má dozajista více důvodů. Důvody mohou být psychologické, sociální, či ekonomické a navzájem se mohou prolínat. Každý senior zastává své vlastní individuální důvody. Většina informátorů zmínila, že nepochybovali o tom, že budou pracovat déle i po pobírání starobní penze. V rámci výpovědi bylo uváděno více důvodů, přičemž jeden vždy dominoval. Názorně své důvody k pracovní aktivitě popsala paní Růžena:

„Rozhodně jsem chtěla zůstat v práci. Co bych jinak dělala. Koníčky člověk nevyplní celý den. A manžel je podnikatel, který když má svou firmu, tak to nezhodí jen tak, takže ten bude asi dělat do smrti. Já z toho měla strach, já mám dva vnuky a bydlíme od sebe kousek. A ze začátku bydleli i u nás, než si postavili barák. Musím říct, že si nedokážu představit, že bych dostala na starost dva kluky. Já měla jednu hodnou holčičku. A já bych si ve svém věku s nimi neporadila. Dcera se s tím smířila, že nechci být babička na plný úvazek. Klukům je 10 a 13. Ten 10letý je hyperaktivní a ten 13letý už jde do puberty, a to jsem radši v práci.“¹¹³

Z výše uvedené výpovědi je jisté, že mnoho seniorů neopouští profesní sféru, protože jejich protějšek je stále pracovně vytížen. Zároveň se nechtějí stát prarodiči na „plný úvazek“ a jejich koníčky nejsou časově náročné, tudíž jimi nezaplní celý svůj volný čas. V rámci výpovědi bylo zmíněno povolání podnikatel. Tento tip povolání je specifický v tom, že leckdy svou práci neopustí nikdy či ve velmi pozdním věku. Pan Jan je podnikatel v oblasti nemovitostí a uznává, že do budoucna zatím neplánuje svoje podnikání ukončit:

„Ano já podnikám, takže mě ani nenapadlo, že přestanu dělat to, co dělám, když jsem investoval do nemovitostí, a ty dodnes zpravuji.“¹¹⁴

¹¹³ Rozhovor s paní Růženou, 69 let.

¹¹⁴ Rozhovor s panem Janem, 66 let.

Paní Marie byla jedinou informátorkou, která si neplánovala zůstat pracovně aktivní, a přes to se tak událo. Po přiznání pracovní penze bylo paní Marii nabídnuto ze strany zaměstnavatele možnost neodcházet a sjednat si svůj závazek na zkrácenou pracovní dobu. Po zvážení všech faktů se informátorka rozhodla v práci setrvat:

„Neměla jsem takovou představu. Nějak to vyplynulo, bylo mi to nabídnuto, a tak jsem to využila. A pracuji na částečný úvazek.“¹¹⁵

Vysoký podíl pracujících seniorů se objevuje na vedoucích a řídicích pozicích, dále také v oblastech pedagogických, technických, zdravotnických či vědeckých. Tito jedinci se prosazují v oboru svého vzdělání. Jsou kvalifikovaní a zaměstnavatelé se je snaží namotivovat k co nejdelší pracovní aktivitě.¹¹⁶ To, že se na vyšších pozicích a v profesi svého vzdělání lidé snaží pokračovat v penzijním věku, a to co nejdéle, popisuje pan Jaroslav:

„Já byl vedoucí a z takového místa se neodchází. Člověk na takové pozici má rozsáhlé úkoly na několik let a ty se musí dodělat a nemohl jsem v polovině říct, že odcházím. Ani kdybych chtěl, moje zodpovědnost by mi to nedovolila. Já samozřejmě ani nechtěl odejít, kdo by chtěl odejít z místa vedoucího.“¹¹⁷

Český statistický úřad uvádí, že dle nasbíraných dat se řada seniorů uplatňuje také v nekvalifikovaných pozicích. Přičemž vůbec nejmenší podíl pracovně aktivních seniorů tvoří ti se základním vzděláním. Toto tvrzení potvrzují i informátoři této práce, jejichž vzdělání dosahovalo minimálně středoškolské úrovně. Z výzkumu Českého statistického úřadu vyplynulo, že v mnoha profesích mohou senioři pokračovat i v pozdějším věku, u fyzicky náročných profesí to však lze jen velmi těžce. Pod takovými profesemi si můžeme představit stavební dělníky, hasiče, skladníky apod. U těchto povolání se předpokládá, že zdravotní stav a fyzická zdatnost bude ve stáří na horší úrovni než

¹¹⁵ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹¹⁶ *Pracující důchodci tvoří důležitou součást české ekonomiky* [online]. Český statistický úřad, 2010 [cit. 2021-03-01]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky

¹¹⁷ Rozhovor s panem Jaroslavem, 74 let.

například u vědeckých pracovníků, a tudíž setrvání v zaměstnání po přiznání starobní penze není příliš obvyklé.¹¹⁸ Toto tvrzení lze do jisté míry taktéž potvrdit, protože žádný z informátorů jako své povolání neuvedl fyzicky náročné zaměstnání. Jednalo se spíše o administrativní pozice.

Výzkumy uvádějí, že pádným důvodem zůstat v zaměstnání i v penzi je situace, kdy senioři finančně podporují své děti a jejich rodiny. Sociolog Rabušic tuto skutečnost označuje za českou specialitu.¹¹⁹ Nikdo z informátorů této práce však takový důvod neuvedl.

Dalším možným důvodem, proč senioři zůstávají pracovní aktivní, je možnost sjednat si svůj pracovní úvazek na zkrácenou pracovní dobu. Tuto možnost dle průzkumů Českého statistického úřadu využívá téměř každý druhý pracující senior. Takové nastavení pracovního vytížení je pro seniory výhodné. Senior má více času pro sebe, neztrácí svou profesní roli, tím pádem nedochází ke snižování sociálních kontaktů a zároveň si zvyká trávit více času doma a mimo pracoviště.¹²⁰ Zároveň po ukončení pracovní aktivity již není takovým šokem, když senior nedochází do zaměstnání, ale zůstává doma. Paní Marcela ve své výpovědi popsala svou pracovní aktivitu na zkrácený úvazek:

„Nyní pracuji dva dny v týdnu a tři jsem doma. Tak to mám, už trošku vyzkoušené, jaké to je nechodit do práce. Já jsem ráda, že do té práce můžu jít, je to takové zpestření. Ale když jsem zase pak doma, tak už si na to zvyknu a někdy se mi pak do práce nechce, ale jsem za tu práci moc ráda.“¹²¹

Z provedených rozhovorů dále vyplývá, že informátoři stále mají v úmyslu pracovat, protože chtějí být přínosem pro společnost. Mají znalosti, které mohou využít a předat mladším kolegům:

¹¹⁸ *Pracující důchodci tvoří důležitou součást české ekonomiky* [online]. Český statistický úřad, 2010 [cit. 2021-03-01]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky

¹¹⁹ RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*, 1995. s. 118.

¹²⁰ *Pracující důchodci tvoří důležitou součást české ekonomiky* [online]. Český statistický úřad, 2010 [cit. 2021-03-01]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky

¹²¹ Rozhovor s paní Marcelou, 63 let.

„Mnoho z nás ještě pracuje, protože se cítíme být ještě potřební. Já to tak měla. Nechceme být zavřeni a člověk se v práci mezi mladšími lidmi cítí dobře. Já jsem se tak také cítila. Já jsem se ve svém kolektivu necítila stará, mě to obohacovalo.“¹²²

Jako důvod setrvání v zaměstnání bylo opětovaně uváděno nepřerušit kontakty s lidmi a vyhnout se tak ztrátě sociálních vazeb:

„Chci být mezi lidmi. Já si pamatuji, když jsem se vdala, přestěhovala jsem se do Dolních Počernic, kde byla kolonie rodinných domků s mladými lidmi. A tam, když jsem procházela ulicí s kočárkem, tak na podezdívkách těch plotů seděly ty babičky a já všechny pozdravila, ony se zeptaly, která jsem a jak se mám. A přišlo mi, že všichni tak nějak společensky žili na té ulici a speciálně když byl výplatní den důchodu, tak to tam seděly všechny babičky u toho plotu. A když chodila v 11 hodin listonoška, tak všechny zametaly chodníky a povídaly si. Jenže tahle generace zemřela a zůstalo tam pár lidí a ostatní domy byly buď prodány, zděděny a podobně. Přišli noví mladí lidi, a ty vůbec nevyhází ven. Takže já tam znám pár starších lidí, ale ty mladé lidi vůbec ne. A když jdu po ulici a vidí mě každý den a ani nepozdraví a jsou o 30 let mladší, tak si s nimi nebudu povídat, dřív jsem se zapovídala s každým. A teď bych tam zůstala sama a ke všem známým to mám daleko. Takhle jsem v práci, přivydělám si, jsem mezi lidmi a mám nějakou aktivitu.“¹²³

Paní Růžena zmínila důležitý fakt, a to je finanční stránka. To, že si mnoho seniorů může v penzi přivydělat, je pro ně důležité a hlavním důvodem proč zůstávají v zaměstnání:

„Já jsem chtěla pracovat, a hlavně jsem řadu let pracovala jako OSVČ, tak jsem vlastně pracovala, abych měla nějaký slušný důchod.“¹²⁴

¹²² Rozhovor s paní Martou, 72 let.

¹²³ Rozhovor s paní Růženou, 69 let.

¹²⁴ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

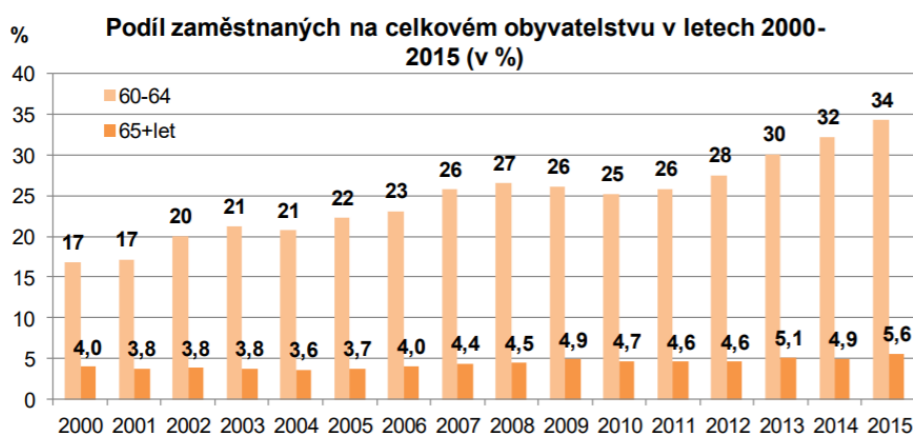
Možnost pracovat i pobírat penzi informátoři vnímají jako situaci, kdy mají naprosto unikátní podmínky, které ve svém životě ještě neměli. Zároveň si udržují svůj životní standard a nemusí se v rámci svých potřeb uskromnit:

„Dneska člověk, když pracuje ve starobním důchodu, tak má penzi, ještě má plat a mají podmínky, které neměli za celý svůj život. A také ta práce je společenská věc a lidé chtějí být ve společnosti a být platný. Zároveň si můžu dovolit koupit, co chci, a nepřepočítávám každou korunu.“¹²⁵

V neposlední řadě byl důvod k pracovní aktivitě to, že seniory jejich práce bavila, naplňovala a považovali ji za smysl svého života. Zároveň si udržovali aktivní životní styl, prostřednictvím kterého byli jak ve velmi dobré fyzické, tak psychické kondici:

„Mám ráda svoji práci, prostředí, kolektiv, a ještě na to mám sílu.“¹²⁶

Graf 5 Podíl zaměstnaných ve věku 60-64 a 65+¹²⁷



Zdroj: ČSÚ

Podíl pracujících ve věkové kategorii 60-64 let a 65+ let od roku 2000 stoupá. Sledované období ukazuje stále větší zapojení raného stáří do pracovního prostředí. O větším zapojení seniorů do pracovního procesu se vyjádřila paní Marie:

¹²⁵ Rozhovor s panem Janem, 66 let.

¹²⁶ Rozhovor s paní Renatou, 66 let.

¹²⁷ *Senioři v letech 2000 a 2015* [online]. Český statistický úřad [cit. 2020-11-11]. s. 18. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/32853309/3100341602.pdf/eada0d77-080b-4bb7-a8b2-2d1da8d657d7?version=1.0>

„Řekla bych, že důchodci pracují v pozicích, které jsou jim příjemné. Ano, mnohdy musí, aby zabezpečili své potřeby. Ale mnoho pracuje v oboru, kde jim to vyhovuje nebo na úvazek, který jim vyhovuje. Je velký rozdíl, když člověk musí a chce. Když senioři pracují v oboru, kde mají co říct mladší generaci a jsou prospěšní, tak je to fajn.“¹²⁸

Tabulka 3 Důvody vedoucí seniory k pracovní aktivitě¹²⁹

Vnější důvody	Vnitřní důvody
Finanční pohnutky	Pocit potřebnosti
Udržení sociálních kontaktů	Samota
Udržení životního standardu	Smysl života
Návrh ze strany zaměstnavatele	Zachování aktivního přístupu

Tabulka uvádí důvody, které dotazovaní senioři uváděli pro setrvání v zaměstnání v penzijním věku. Nejčastěji opakujícími se důvody byl především sociální kontakt a finanční pohnutky.

Impulzem pro skončení pracovních závazků by pro současné pracující informátory byl zhoršený zdravotního stav, nenadálá situace v rodině, rozhodnutí zaměstnavatele či situace, kdyby se o místo ucházela mladší osoba v produktivním věku. Mnoho z nich je rozhodnuto pracovat, dokud to situace bude umožňovat. Období, jak dlouho informátoři pobírají/pobírali penzi a zároveň pracují/pracovali, je odlišné. A to od jednoho roku po dobu 12 let. Důležité je zmínit, že povolání informátorů není či nebylo fyzicky náročné. Vzhledem k tomu jsou/byli schopni vykovávat své povolání po přiznání starobní penze i několik let.

4.5 Diskriminace na pracovišti

Iniciativa podporovat začleňování seniorů do pracovního procesu se v kontrastu s názorem, že senioři „zabírají“ pracovní pozice mladým lidem, dostává do rozporu. Uvedená nerovnováha by mohla způsobit konflikt mezi generacemi a pracovní aktivita by se proti seniorům mohla negativně obrátit.¹³⁰ Ovšem z provedených rozhovorů bylo zjištěno, že informátoři, kteří jsou v současné době zaměstnání, nechtějí v žádném případě

¹²⁸ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹²⁹ Vlastní zpracování.

¹³⁰ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 108–109.

znemožňovat mladým lidem pracovat. Informátorka Renata se názorně vyjadřuje ke svému zaměstnání:

„V práci nebyl nikdo, kdo by to po mě převzal. A když už se objevila kolegyně, tak ta šla na mateřskou. Teď má malé dítě, tak dělá jen na zkrácený úvazek, tak čekám, kdy nastane chvíle, kdy nebudu potřeba.“¹³¹

To, že se ve společnosti rozmáhá předsudek o tom, že senioři tak zvaně „zabírají“ místa mladším občanům, si je vědoma paní Magdaléna:

„Mladí si říkají, už jsi stará, měla by si udělat místo mladším, jenže třeba o tu moji práci nemají zájem. Já dělám poradenství pro seniory a mám nepřetržitou poradenskou službu po telefonu. Mladí lidé jsou zvyklí mít práci od do, a to já nemám. Mě na těch lidech záleží. Pro mě je to celoživotní samaritánství, pro mě to není jen práce.“¹³²

Senioři a starší pracovníci se na pracovním trhu potýkají s problémem diskriminace. Socioložka Lucie Vidovičová uvádí dva typy diskriminace starších osob na trhu práce, a to propuštění ze zaměstnání těsně před penzí a nezaměstnanost ve vyšším věku. Žádný z informátorů této práce nezažil situaci, kdy by byl propuštěn ze zaměstnání před vstupem do penze, avšak někteří informátoři zmínili, že zažili diskriminaci.¹³³ Paní Marta popsala vlastní zažitou diskriminaci:

„Já sama jsem zažila diskriminaci. A to jsem byla tehdy ještě teoreticky mladá, bylo mi asi 50 let. Přišla jsem o zaměstnání, protože ten náš podnik se zrušil. Hledala jsem práci a na jednom z pohovorů mi dokonce řekli, že jsem stará. Když jsem se ohradila, že je to diskriminace věku, tak oni mi napsali, že zprostředkovatelská služba, kterou si najali, tak ta firma si stanovila věkový limit. A to mi bylo 50 a byla jsem pro všechny stará. Nikdo mě nechtěl zaměstnat. A to byl tehdy hrozný pocit. Já byla půl roku nezaměstnaná a na úřadu práce. Potom mě oslovil bývalý zaměstnavatel a řekl,

¹³¹ Rozhovor s paní Renatou, 66 let.

¹³² Rozhovor s paní Magdalénou, 75 let.

¹³³ VIDOVIČOVÁ, Lucie a Eva, GREGOROVÁ. *My jsme si stáří nezavinili, čeká to každého...Povaha a prevence diskriminace seniorů v ČR*, 2008. s. 22.

ať si udělám živnostenský list a zaměstná mě. Tak jsem to udělala, protože už jsem nechtěla zažít ten pocit, že mi někdo při pohovoru řekne, že jsem stará.“¹³⁴

Finanční diskriminaci vedenou ze strany zaměstnavatele a mířenou na zaměstnance vyššího věku uvedla paní Natalja:

„Já osobně jsem diskriminaci nezažila, ale moje kolegyně v práci ano. Kolegyně nedostala odměny jen proto, že je penzistka. Vedoucí ji řekla, že pobírá starobní důchod, a tak jí odměny nedá. Já se to dozvěděla tak, že ta moje kolegyně se mě šla zeptat, zda jsem dostala odměny, protože ví, že jsem také starobní důchodce, ale já je od své vedoucí dostala. Dopadlo to tak, že kolegyně dala výpověď. Cítila v té době obrovskou křivdu.“¹³⁵

Starší pracovníci a senioři nejsou vystaveni potencionální diskriminaci pouze ze strany zaměstnavatelů, ale také na pracovišti svými kolegy. Většina informátorů takovou zkušenost nemá, a naopak si chválí přístup svých kolegů. Věk jim nikdo nevytýká. Naopak se díky mladším kolegům necítí nijak staří, všichni jsou bráni jako sobě rovnými. Ovšem mezi informátory se objevil případ, kdy dotyčná osoba cítila negativistický postoj ze strany kolegů. Paní Magdaléna uvedla svou zkušenost:

„Přímo mi to nikdo neřekl, ale dozvídám se to pak od ostatních. Takový ty řeči, že mám starobní důchod a vdovský důchod, a ještě chodím do práce, na co potřebuji tolik peněz. Trošku závist někdy tam je. A myslím si, že takhle je to na hodně pracovištích. Jen se to k dotyčné osobě třeba nedonese. To ke mně se to doneslo, no.“¹³⁶

4.6 Sociální izolace a strach z ní

Potřeba sociálních vazeb je společenská podstata, která je nezbytná pro všechny věkové kategorie. Ve společnosti je za synonymum stáří mnohdy označována osamělost. To bychom mohli považovat za jistou stereotypizaci a předsudek. Prostřednictvím této rozsáhlé stereotypizace mají obavy ze sociální izolace i senioři, kteří jsou obklopeni

¹³⁴ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

¹³⁵ Rozhovor s paní Nataljou, 67 let.

¹³⁶ Rozhovor s paní Magdalénou, 75 let.

rodinou, přáteli, kolegy a dalšími sociálními vazbami. Strach ze sociální izolace je jakýmsi „strašákem“, který v pozdějším věku mnohé tíží.¹³⁷

Osamělost je bezesporu jednou z potencionálních problémů stárnoucích osob. Pokud jedinec stojí o sociální kontakty, ale nedochází k nim, jedná se o osamělost. Zatímco v případě, kdy se jedinec začne ve stáří úmyslně vyhýbat společenskému kontaktu, hovoříme o samotě. Pocit z osamělosti nemusí být trvalého charakteru, mohou to být občasné úzkosti z osamění, avšak i ty působí na psychiku seniora dosti výrazně. Dle empirických šetření ovlivňuje osamělost zdravotní stav, rodinný stav a s ním spojené rodinné soužití.¹³⁸ Udržení si sociálních kontaktů je jedním z nejuváděnějších důvodů, proč dotazovaní senioři stále pracují. Důležitost sociálních kontaktů se svou rodinou, přáteli i kolegy z práce zmiňují všichni informátoři. Množství uvedených výpovědí níže zdůrazňuje silný význam, jaký mají sociální vztahy pro dotazované seniory:

„Sociální kontakt je pro mě hodně důležitý. Kromě zdraví je to pro mě jeden z nejdůležitějších životních faktorů. Pravidelně se stýkám s lidmi, mám hodně přátel a širokou rodinu. Takže je to důležité, mám to ráda a je to pro mě důležitá součást života.“¹³⁹

„Ano, je to důležité, jezdí za námi děti s vnučaty. Teď i v té pandemii přijde souseď jednou denně na kávu, protože žije sám. Jezdíme s ním nakupovat, aby nejezdil sám. Takže pro každého je ten sociální kontakt důležitý si myslím.“¹⁴⁰

„Ano pořád se navštěvujeme stále i v této době. Bez sociálního kontaktu to nejde.“¹⁴¹

„Ano velmi důležitý. Rádi se scházíme s rodinou a přáteli. Pořádáme hromadné dovolené k moři, na kola a tak.“¹⁴²

¹³⁷ Sociální izolace [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/odchod-do-duchodu-new/>

¹³⁸ KUCHAROVÁ, Věra, Ladislav RABUŠIC a Lucie EHRENBARGEROVÁ. Život ve stáří. Zpráva o výsledcích empirického šetření, 2002 s. 45–46.

¹³⁹ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹⁴⁰ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

¹⁴¹ Rozhovor s panem Jaroslavem, 79 let.

¹⁴² Rozhovor s panem Janem, 66 let.

„Sociální kontakt je samozřejmě důležitý, a to v každé době a v každém věku. Já, když byla mladá, tak jsme se scházeli celá rodina, alespoň v neděli nebo o narozeninách. Teď už to moc není a je to škoda. Protože tím se udržoval kontakt s rodinou, mohlo se vše říct a poradit si. Je to pro mě už svátek, když jsem v přímém kontaktu s rodinou.“¹⁴³

Znatelnější ztrátu sociálních kontaktů zažívají jedinci při odchodu do penze. Jedná se o ztrátu sociálních vazeb, které si jedinec vytvořil během své profesní role. Většina seniorů má v době odchodu do penze strach ze sociální izolace. Vyjadřují obavy, že v budoucnu by mohli být odstrihnuti od sociálních kontaktů a společenského života.¹⁴⁴

Z provedených výzkumů vyplývá, že nejtěžší okamžiky se ztrátou sociálního kontaktu zažívají senioři po smrti partnera, mnozí se uzavírají do sebe a straní se před celým okolím. Nejvíce osamělí se cítí senioři, kteří žijí sami, zatím co ti, kteří žijí s partnerem, pocit osamění cítí mnohem méně. S přibývajícím věkem se zmenšuje i okruh přátel. Zároveň je v pokročilém věku málokdo ochoten navazovat nová přátelství, a tak se jedinec může v určité fázi svého života ocitnout bez přátel. Sociální izolace může být také vyvolána v důsledku velké vzdálenosti mezi seniorem a zbytkem rodiny.¹⁴⁵

4.7 Finanční zabezpečení v penzi

Finanční situace je opakovaným důvodem k pracovní aktivitě dotazovaných seniorů. Především protože penze vyplácené českým seniorům jsou vcelku nízké. V návaznosti na nízké penze se často hovoří o tom, že senioři se po odchodu do penze ocitají ve finanční tísní. Takové případy nastávat opravdu mohou. Jedná se především o ty, jejichž plat v době produktivního věku nedosahoval vysoké částky a zároveň si již ze zdravotních nebo jiných potíží nemohou nadále přivydělávat. Finančně zaopatřit se daří lépe párům žijícím v jedné domácnosti. Nejvíce se finanční problémy týkají seniorů, kteří žijí sami z jednoho příjmu, jimž nemá, kdo další pomoci.¹⁴⁶

Český statistický úřad uvádí, že čeští senioři oproti ostatním evropským státům výrazně šetří na potravinách a lécích, přičemž kvalitní jídlo a léky jsou nejdůležitějšími

¹⁴³ Rozhovor s paní Magdalénou, 75 let.

¹⁴⁴ *Sociální izolace* [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/odchod-do-duchodu-new/>

¹⁴⁵ *Sociální izolace* [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/odchod-do-duchodu-new/>

¹⁴⁶ VIDOVIČOVÁ, Lucie a Eva, GREGOROVÁ. *My jsme si stáří nezavinili, čeká to každého...Povaha a prevence diskriminace seniorů v ČR*, 2008. s. 41.

faktory v životě starších lidí. Nejvyšší výdaje představují platby za nájem. Nájmy českých seniorů jsou nejvyšší v rámci postkomunistických zemí.¹⁴⁷ Objevují se tvrzení, že po zaplacení nájemného nezbyvá penzistům dostatek peněžních prostředků. To následně zapříčiňuje, že senioři si nemohou dovolit účinnější, a tudíž dražší léky a další potřebné věci.¹⁴⁸

Ne všichni senioři si na své finanční možnosti stěžují. Řada z nich je schopna snížit své nároky, a i tak jsou spokojeni. Informátorka Marie sice stále jako penzistka pracuje, ale nikoliv z finančních pohnutek. Je přesvědčena, že až opustí zaměstnání, nebude mít výrazný problém obstarat nezbytné potřeby pro svůj život prostřednictvím své penze:

„Ano, mě bude starobní penze stačit. Dokážu se adaptovat na podmínky a snížit své nároky, nedělá mi to problém. Takže si myslím, že mě penze finančně zabezpečí, ano.“¹⁴⁹

Mnoho seniorů již v produktivním věku pamatovalo na svou budoucnost jakožto seniorů pobírající penzi a rozhodli se spořit. Tím si vytvořili finanční rezervu na stáří:

„Tím, že jsem pracovala 42 let, tak ten důchod mám docela dobrý. Mám penzijní přípojištění. Takže něco mám uspořené. Vláda teď říká, že člověk by měl mít našetřené úspory na tři měsíce, aby v nějaké krizové situaci dokázal zaplatit své potřeby, ale to z důchodu nedáš. Když jsem kupovala byt a můj syn zjistil, kolik jsem našetřila, tak mi vyčetl, proč jsme každý rok nejezdili k moři, a já se zeptala: ‚To ti nestačili tábory a být u babičky na venkově?‘ On ví, že tolik neušetří. Mladí moc nešetří. Člověk musí být finančně gramotný a vědět, co si mohu a nemohu dovolit.“¹⁵⁰

Přesto, že jsou dotazovaní senioři, kteří věří, že jim penze ufinancuje jejich potřeby, mnozí uvedli, že pracují a pracovat budou, dokud to bude v jejich možnostech, protože samotná penze pro finanční zabezpečení nebude dostačující:

¹⁴⁷ *Senioři a jejich výdaje: mezinárodní srovnání* [online]. Český statistický úřad, 2019 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/seniori-v-cr-v-datech>

¹⁴⁸ VIDOVIČOVÁ, Lucie a Eva, GREGOROVÁ. *My jsme si stáří nezavinili, čeká to každého...Povaha a prevence diskriminace seniorů v ČR*, 2008. s. 42.

¹⁴⁹ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹⁵⁰ Rozhovor s paní Nataljou, 67 let.

„Já si myslím, že mi to nebude stačit. Bude mi to scházet, až si nebudu moct přivydělávat.“¹⁵¹

Pobírání starobní penze a zároveň platu si informátoři pochvalovali a vzhledem ke dvěma příjmům finanční situaci označovali za nadmíru příznivou:

„Já, když jsem pracoval a pobíral starobní důchod, tak jsem si říkal, že teď pobírám peníze, který bych měl mít jako svůj plat. Kdybych takový peníze dostával, možná bych ani v penzi nepracoval.“¹⁵²

4.8 Trávení volného času v penzi

Ve stáří volnočasové aktivity nabývají na důležitosti. Především pro seniory, kteří ukončili svůj pracovní život. Ľubica Voľanská ve svém výzkumu popisuje, že při odchodu do penze jedinci nejčastěji cítí nejistotu. Především v důsledku toho, jak mají naložit s množstvím nově nabytého času, který byl dříve věnován práci.¹⁵³ Z provedených rozhovorů bylo zjištěno, že někteří informátoři zůstali zaměstnání právě proto, že věděli, že jejich zájmy nezaplní celý den a nechtěli čelit otázce, co s volným časem. Pro pracující seniory jsou koníčky rovněž důležité, protože udávají, čemu by se mohli více věnovat po odchodu ze zaměstnání.

Z již provedených výzkumů bylo zjištěno, že mezi nejčastější koníčky seniorů patří chataření, kutilství, vaření, různé ruční práce, ve velké míře také turistika. V posledním zmíněném bodě tvoří čeští senioři zhruba 10 % všech cestujících v rámci organizovaných zájezdů. Valná většina informátorů této práce uváděla cestování a turistiku mezi své hlavní koníčky.¹⁵⁴ Názorný příklad, jakým různorodým koníčkům se může senior věnovat, a to i za situace, kdy stále pracuje, uvádí paní Marcela:

„Já jsem z Ďáblic a tam probíhalo takové cvičení ještě před pandemií, takže tam jsem chodila jednou týdně, pak jsem dvakrát týdně jezdila do fitka na takové zdravotní cvičení. Ráda si občas chodím zaplavat. Učím se anglicky, jednou týdně jdu do jazykovky.“

¹⁵¹ Rozhovor s paní Magdalénou, 75 let.

¹⁵² Rozhovor s panem Jaroslavem, 74 let.

¹⁵³ VOĽANSKÁ, Ľubica. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok jako voľný čas? *Národopisná revue*. 2018, roč. 29, č. 2, s. 107.

¹⁵⁴ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*, 2013. s. 134.

*Mám přítele, se kterým trávím víkendy, buďto se navštěvujeme nebo jedeme někam na výlet. Ted' to teda nejde. Ale když byl čas a nebyl Covid, tak jsme jezdili. A mám velice aktivní sestru, která mě pořád k něčemu popohání, takže jsme začaly chodit zpívat do sboru, ale to teda ted' také nejde.*¹⁵⁵

Z výzkumů Voľanské bylo zjištěno, že otázku, jak naložit se svým volným časem, řeší penzisté zavedením nových návyků v průběhu dne. Pravidelnými návyky se stává ranní procházka, četba novin, návštěva kavárny, oblíbený program v televizi apod. Zavedený nový denní režim je náhradou za pracovní, na který byl člověk zvyklý dlouhá léta. V této souvislosti Voľanská navrhuje zavedení termínu ritualizace každodennosti, který vyjadřuje, že opakování určitých činností má funkci stabilizační a ochranou.¹⁵⁶ Informátoři, kteří již plně odešli do penze, zmiňovali pravidelně se opakující aktivity v průběhu dne.

Místem, kde se senioři mohou scházet a společně vykonávat různé činnosti, jsou kluby seniorů, či centra pro seniory. Díky nim senioři neztrácejí sociální kontakt, mohou navazovat nová přátelství a něčemu věnovat svůj čas. Jako jeden z důvodů setrvání v zaměstnání byl uváděn zmiňovaný sociální kontakt. V centrech, či klubech pro seniory mohou penzisté nahradit ztrátu profesních vazeb novými navázanými vztahy právě v podobných organizacích. Tyto organizace pořádají společenské a zájmové aktivity, jako například besídky, počítačové kurzy, hodiny hudby, tance, malování apod. Zajímavý úkazem je, že volnočasové aktivity, které jsou nabízeny v klubech či centrech pro seniory, jsou z větší části navštěvovány ženami. Důvodem může být fakt, že ženy se dožívají delšího věku, snaží se být aktivními a chtějí zkusit nové aktivity. Muži jsou naproti tomu vyobrazováni spíše jako pasivní jedinci, které obdobné organizace nezajímají.¹⁵⁷ Informátorka Magdaléna, která je předsedkyní Svazu tělesně postižených, který provozuje i klub seniorů, konstatuje:

„Víc klientů jsou ženy. Ty chlapi se scházejí spíš v hospodě a ženy jim pak třeba doma povídají, co bylo v klubu, takže nemají potřebu nás navštěvovat. V klubu seniorů

¹⁵⁵ Rozhovor s paní Marcelou, 63 let.

¹⁵⁶ VOĽANSKÁ, Eubica. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok jako voľný čas? *Národopisná revue*. 2018, roč. 29, č. 2, s. 108.

¹⁵⁷ Tamtéž, s. 135.

vyrábíme spíše nějaké věci. Například seniorky šily roušky a mi je pak rozdávali. Takže i ty činnosti jsou potom více koncipovány pro ženy.“¹⁵⁸

Ovšem jak se říká „100 lidí, 100 chutí“, a tak jsou i ženy, které by za žádných okolností centra či kluby pro seniory nenavštívily. Z provedených rozhovorů bylo zjištěno, že podobné organizace pro seniory informátorky nevyhledávají. Paní Vlasta názorně popisuje, že postoj seniorů je rozličný:

„Ne, to by mě nikdo nepřinutil. Ne, já mám averzi trošku k takovým akcím. Co se pořádají třeba ty hromadné zájezdy pro seniory. Moje sousedka ta nevynechá nic. Každý to má jiné. Mě by rozčilovalo, že mi někdo rozhoduje o čase, já mám takový blok a ten budu mít asi i v 80, ale nedokážu vám říct, proč to takhle mám.“¹⁵⁹

Pohybová aktivita dle některých výzkumů není mezi českými seniory příliš rozšířena. Důvodem je představa, že sport není pro staré lidi. Zde se setkáváme s další možnou stereotypizací. Pro motivování ke sportovním výkonům se například začala postupně otevírat fitness centra pro 50+. V takovém zařízení se starší lidé nemusí ostýchat. Naopak získávají potřebnou sebedůvěru a zároveň přispívají takovými činnostmi ke svému zdraví.¹⁶⁰ Ovšem tvrzení, že pohybové aktivity nejsou běžným koníčkem mezi seniory, odmítají informátoři této práce. Na téma koníčků totiž převážně odkazovali především na sport, tanec a důležitost pohybu. Názorným příkladem sportovně vytiženého seniora je pan Jan. Mezi jeho koníčky patří několik druhů sportu, které praktikuje opakovaně několikrát do týdne. Sám do budoucna plánuje sportovní výzvy:

„Kamarád mě láká, abych projel celou republiku na kole. A druhý kamarád zas, abych obešel republiku pěšky. Na tyhle koníčky a akce čas nemám, ale do budoucna se musím přiznat, že mě to láká.“¹⁶¹

¹⁵⁸ Rozhovor s paní Magdalénou, 75 let.

¹⁵⁹ Rozhovor s paní Vlastou, 69 let.

¹⁶⁰ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 180–182.

¹⁶¹ Rozhovor s panem Janem, 66 let.

Ženy se také pohybu nevyhýbají, ba naopak. Mnoho informátorek mezi své časté aktivity uváděly určitý druh pohybu, který provádějí opakovaně:

„Dokud nevypukla pandemie, tak jsem chodila dvakrát týdně cvičit, jednou na jógu a jednou na Tai-chi, a to do toho každý den chodím ještě do práce.“¹⁶²

Pokud si senioři odvyknou provádět určitý pravidelný pohyb, velmi špatně se to na jejich fyzické zdatnosti promítne. Sami dotazovaní senioři jsou si této skutečnosti vědomi. Osobní příklad popsala paní Růžena:

„Registruji, že mi chybí pohyb a už ho těžko dávám. Mě před dvěma lety zemřel pes, a jak jsem přestala chodit s tím psem, s kterým jsem denně byla tak 5 hodin venku, tak jsem pak začala přibývat na váze, a teď ujdu sotva půl kilometru.“¹⁶³

Z provedených rozhovorů bylo zjištěno, že v penzi si informátoři nové koníčky nehledají. Spíše byly zmiňovány celoživotní hobby, na které je v penzi více času:

„Mám víc času na své dosavadní koníčky, třeba na čtení mám víc klidu a času. Nový koníček jsem ale si nenašla.“¹⁶⁴

Z provedených výzkumů bylo zjištěno, že značným stereotypem ve společnosti je představa o tom, že senioři odchází do penze, aby se mohli starat o svá vnoučata. Mnohdy si trávení svého času představují senioři jinak. Svůj čas chtějí věnovat sobě a svým koníčkům, cítí však kolikrát povinnost postarat se o mladší generace a předat jim něco z té své. Rodiče jsou pracovně vytížení, a tak jsou prarodiče těmi posluchači a rádci. Právě proto, že mají více času a současně zkušeností.¹⁶⁵ Informátoři se svými vnoučaty tráví svůj volný čas, ovšem žádný z nich neopustil své povolání, aby se stal prarodičem „na plný úvazek“. Někteří informátoři to v rámci svých výpovědí nevyklučovali,

¹⁶² Rozhovor s paní Renatou, 66 let.

¹⁶³ Rozhovor s paní Růženou, 69 let.

¹⁶⁴ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹⁶⁵ VOĚANSKÁ, Ľubica. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok jako volný čas? *Národopisná revue*. 2018, roč. 29, č. 2, s. 115.

avšak objevily se i výpovědi, ve kterých informátoři neměli v úmyslu veškerý svůj čas věnovat vnoučatům.

4.9 Dopady koronavirové pandemie na seniory

Současná koronavirová pandemie se řadí mezi největší dějinné události v dnešním moderním globalizovaném světě. Již nyní má hluboké dopady na nespočet životů a prostupuje do všech sfér života. Tento vir narušuje a mění životy lidí po celém světě způsobem, který nemá obdoby. Jaký vliv to bude mít a jak se změní hodnoty, životy a lidstvo jako takové, je v současné době dosti nejisté. Situace zasáhla všechny sociální skupiny bez ohledu na věk, pohlaví, národní příslušnost apod.

Skupině, které byla od počátku věnována obrovská pozornost, byli senioři. Od počátku se hovořilo o seniorech jako o nejzranitelnější skupině, kterou musí zbytek společnosti ochránit. Všichni senioři byli bez rozdílu svých individuálních statusů vnímáni jako riziková skupina. Zde se můžeme opět setkat s jistou stigmatizací. Již s označením riziková skupina se ne všichni senioři ztotožnili. Senioři jsou velmi heterogenní skupinou a nelze je všechny, jak se říká, „házet do jednoho pytle“.¹⁶⁶ Samotné označení riziková skupina určité jednotlivce dokonce urážela. Seniorku, která se od tohoto označení naprosto distancuje, je paní Marta:

„Urází mě to. Nejdřív mi vadilo, že jsem musela chodit nakupovat v určité hodinu, teď se o nás mluví jako o ohrožené skupině. Na jaře jsem potřebovala jít na vyšetření a oni mi řekli, že mi je 70, že mě teď nevezmou, ať jsem doma, že jsem ohrožená skupina, tak to se mě dotklo tedy. Kvůli jednomu vyšetření mi volali, ať prostě nechodím. Žádné náhradní termíny jsem nedostala, od té doby nic.“¹⁶⁷

Řadu dotazovaných seniorů výše zmíněné označení neuráží, ale necítí se jimi býti. Situaci nijak nezlehčují, jen dle svého zdravotního stavu usuzují, že do této skupiny nepatří. Zmiňují však, že by hovořili jinak, kdyby nemoc chytili a prodělali:

¹⁶⁶ Covid-19 [online]. Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2021 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://www.vupsv.cz/tematicke-okruhy/covid-19/>

¹⁶⁷ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

„Neurází mě toto označení, ale necítím se tak. Nejsem lehkomyšlná, ale vycházím z toho, jak já se cítím z hlediska fyzické zdatnosti. Kdybych byla nějak nemocná, tak bych se možná tak cítila, ale není to můj případ. Hrozně to i záleží, jak to má člověk nastavené v hlavě, jestli je optimista, nebo pesimista, jestli dokáže překonávat životní překážky. A to platí pro každý věk.“¹⁶⁸

Existuje samozřejmě skupina seniorů, které tato situace paralyzovala a naprosto se izolovali. Nevychází ven, nechávají si nakupovat a kontakt s rodinou omezili pouze na telefonní hovory. Strach z nemoci je doslova „odřízl“ od normálního způsobu života. Takovým seniorem však nebyl žádný z informátorů této práce. Vnímání celé situace okolo pandemie je rozličné, avšak některé pocity jsou podobné. Společnými znaky je například strach z nakažení člena rodiny, absence sociálních kontaktů a nemožnost se volně pohybovat.¹⁶⁹ Informátoři neuváděli, že by se jim v důsledku pandemie závažně změnili jejich životy:

„Ovlivnilo mě to tak, že právě ten sociální kontakt teď moc nejde. Nemůžeme se stýkat s přáteli. Ale zas máme telefony a slyšíme se. Je to nepříjemné, to nebezpečí té nemoci, ale zásadně mi to život nějak nezměnilo. Ten malý sociální kontakt, to je pro mě největší teď nedostatek.“¹⁷⁰

Někteří informátoři ve spojitosti s pandemií zmiňovali, že jim již na Covid-19 zemřeli přátelé:

„Je to neštěstí. Lidé si mysleli, jak je vše azurové, a najednou jsme v této situaci. Zemřeli mi už dva přátelé.“¹⁷¹

¹⁶⁸ Rozhovor s paní Renatou, 66 let.

¹⁶⁹ NOVOTNÁ, Karolína. *Socioložka: Covid vytváří prostředí pro rozdmýchání mezigenerační války* [online]. idnes.cz., 2021 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/sociolozka-lucie-vidovicova-ageismus-vekova-diskriminace-senior.A201223_144432_domaci_knn

¹⁷⁰ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹⁷¹ Rozhovor s panem Jaroslavem, 74 let.

Velmi diskutované průřezové téma spojené s pandemií jsou média a jejich informovanost. Všechna média v současné době hojně informují o aktuální situaci. V této souvislosti se občané dělí na ty, kteří sledují každou informaci:

„No, já ty informace sleduju. Někdo říká, že už to nemůže ani slyšet a vnímat, že je to rozčiluje, tak to já nemám, já to sleduji. Kdy je to lepší, kdy je to horší. Nevím, třeba jsem naivní, myslím si, že vláda dělá, co může, ale už nevědí, co dělat, aby se počet lidí v nemocnici snížil. Chápu, že dělají nějaký opatření leckdy nepopulární, někdy i mě přijdou za hranou. Když je nepustí na hory. Záleží na lidech, kdyby se na těch horách chovali zodpovědně, neshlukovali se, tam kde jich je víc si brali roušky a tak, že by to bylo o něčem jiném. Četla jsem někde, že pak v těch Krkonoších bylo hodně případů Covidu.“¹⁷²

Řada informátorů si vyhledává jen nejdůležitější sdělení, co je a není povoleno, zbytek informací nesledují:

„Já to nesleduji 100 %, jenom sleduji, co je dovoleno, co se smí a nesmí. Jinak to moc nesleduji, protože je to deprimující a nepřinese mi to do života nic pozitivního. Je potřeba mít respekt před tou nemocí, ale sledovat to pořád je destruktivní. Nenechám se těmi informacemi krmit. Ty informace jsou důležité, ale od rána do večera se těch informací objevuje moc.“¹⁷³

Mezi informátory se objevily i případy, kdy přestali dotyční informace spojené s pandemií sledovat:

„Je to na mě až moc výrazné téma. Já ty informace už nečtu. Jedna spolužačka mi neustále posílá nějaké informace, kolikrát neověřené, já to hned mažu. Ani si to nepřečtu.“¹⁷⁴

Paní Marta ve své výpovědi uvedla palčivé téma, a to neověřené informace. Hoaxů, které se objevují ve spojitosti s pandemií, je od začátku jejího vypuknutí nepřeberné

¹⁷² Rozhovor s paní Marcelou, 63 let.

¹⁷³ Rozhovor s paní Marií, 62 let.

¹⁷⁴ Rozhovor s paní Martou, 72 let.

množství. To je další problém, který se pojí se seniory. Mnozí z nich nejsou zvyklí ověřovat si zdroje, ze kterých čerpají. Dotazovaní senioři potvrzují, že mají přátele ve svém věku, kteří bez zaváhání rozesílají informace, aniž by je prověřili. Jak už bylo řečeno, seniory nemůžeme „házet do jednoho pytle“, a tak jsou i senioři, kteří si zdroje ověřují. Nejčastěji jako zdroj informací využívají dotazovaní senioři večerní zprávy, u kterých se předpokládá, že informace jsou protříděné a pravdivé.

„Nejrozumnější kontakt je přes televizní obrazovky. Poslouchat ty kompetentní lidi. A to, co je napsané, si přečtu, ale říkám si: ‚Už to napsali novináři, už to nějakým způsobem zabarvili‘. Na druhou stranu je tu skupina lidí, co se nás snaží zastrašit, ale ten zdravotní problém tu je a člověk se k tomu musí nějak postavit. Aby to buď nechytíl, nebo nešířil. Ale některé ty předpisy nám nařizují nekompetentní lidi. Některé věci jsou asi manipulace.“¹⁷⁵

V souvislosti s dopady pandemie na seniory se vyjádřila již dříve zmiňovaná socioložka Lucie Vidovičová. V rozhovoru pro *idnes.cz* uvedla, že za dobu pandemie vznikly i pozitivní dopady na generaci seniorů. Především obrovská vlna solidarity, u které se ale obává, že postupem času vymizí. Příkladem výrazné solidarity bylo velké množství dobrovolníků napříč generacemi, kteří se rozhodli seniorům pomoci. Pomoc, která byla seniorům nejčastěji nabízena, bylo zprostředkování nákupů, obstarávání roušek, respirátorů a pomoc při přihlašování na očkování proti Covidu-19. Další výraznou podporou seniorů byly nově zřízené linky, kam mohli senioři zavolat pro informace. Dobrovolníci sloužili jako sociální kontakt, aby někteří starší občané nezůstali naprosto segregováni od zbytku společnosti a dostupných informací. Druhým pozitivním dopadem na seniory bylo zvýšení gramotnosti seniorů v oblasti digitálních technologií. Ovšem zde Vidovičová zmiňuje nebezpečí takzvaných „šmejdu“, kteří se přesunuli na internet a cílí na seniory. Je tedy potřeba, aby seniorům byla poskytnuta prevence a byly jim představeny hrozby, které se na internetu objevují. Solidarita a vyšší gramotnost v oblasti digitální technologie jsou velmi pozitivní dopady pandemie. Jestli ve společnosti přetrvají, ovšem nelze říci.¹⁷⁶

¹⁷⁵ Rozhovor s paní Růženou, 69 let.

¹⁷⁶ NOVOTNÁ, Karolína. *Socioložka: Covid vytváří prostředí pro rozdmýchání mezigenerační války* [online]. *idnes.cz*, 2021 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/sociolozka-lucie-vidovicova-ageismus-vekova-diskriminace-senior.A201223_144432_domaci_knn

Pozoruhodným zjištěním během prováděných rozhovorů bylo, že většina informátorů, kteří pracují v době pandemie, neuvažovali, že by svá zaměstnání opustila. Většina informátorů nedávala do souvislosti pandemií a své zaměstnání, což je významné zjištění, vzhledem k tomu, že v zaměstnání a na cestě do něj je největší možnost nákazy. Odpovědi byly značně podobné, a sice že je taková možnost nenapadla. Pouze jedna z informátorek tuto možnost zvažovala, ale posléze se rozhodla dále pracovat především kvůli sociální izolaci:

„Několikrát mě napadlo skončit, ale nechci být pořád jenom doma. Takže zatím pokračuji ve svém povolání i kvůli svým kolegům.“¹⁷⁷

¹⁷⁷ Rozhovor s paní Květou, 75 let.

5 Výsledky a diskuse

Každý stárne, i ti, kteří tvrdí, že tomu tak není. Život lidí je rozdělen do tří, potažmo čtyř fází, které jsou postupně prožívány. Poslední fáze života je označována jako stáří. Již výraz poslední fáze má tendenci naznačovat, že se jedná o cosi negativního, čeho by se lidé měli obávat. Mysl moderního člověka je nastavena tak, že starý být nechce, fakticky o stáří nechce ani hovořit a pomyšlení na něj vyvolává jistý stres. Ovšem v důsledku stárnutí populace se začíná téma stáří od počátku 21. století více diskutovat a jsou snahy o to, aby období stáří bylo prožíváno plnohodnotně, bylo zapojeno do všech sfér veřejného dění a nebylo odsouváno na okraj společnosti. Je nutné zmínit, že i období stáří se dělí na menší časové etapy. V nich se percepce stáří odlišuje. V této diplomové práci byla pozornost věnována především seniorům, kteří patří do skupiny označované jako rané stáří. Tito senioři teprve vstupují do období stáří, jejich fyzická a psychická kondice bývá v dobrém stavu a svůj život prožívají jako aktivní občané společnosti. V některých případech zůstávají i pracovně aktivními.

Hlavním cílem diplomové práce bylo proniknout do života těch seniorů, kteří po přiznání starobní penze zůstali nadále pracovně aktivní. Výzkumná otázka byla stanovena následující: *Jaké motivy vedou seniory pobírající starobní penzi k pracovní aktivitě?* Hlavním zájmem bylo zjistit důvody, které seniory vedli k pracovnímu nasazení. K odpovědi na výzkumnou otázku bylo důležité zjistit vnitřní percepci jedince na období stáří, jeho interakce v sociální kontextu a zkušenosti v rámci rolí, které jedinec v období stáří plnil a plní. Téma, které bylo jako poslední s informátory během rozhovorů probíráno, byla současná pandemická doba, její dopady na seniory a změnu jejich života. Autorka toto téma do rozhovorů začlenila z důvodu jeho aktuálnosti.

Senioři jsou heterogenní skupinou, a proto může být období stáří vnímáno z mnoha úhlů pohledu. Část dotazovaných seniorů si stáří nijak nepřipouští a svůj věk vnímají jen jako „číslo“. Menší části informátorů stáří zpočátku dělalo potíže a pociťovali jistou sociální izolaci. Je však nutné dodat, že až po tom, co přestali být pracovně aktivními, nikoliv ve chvíli, kdy jim vznikl nárok na pobírání penze, nebo dovršili určitého věku. Je tedy možné, že těžkost se stářím nemají převážně jedinci, kteří stále pracují.

Výrazná shoda ve výpovědích seniorů nastala v otázce přípravy na stáří. Přípravy na období stáří neprovedli informátoři víceméně žádné. Plánovali si, jak by mohli svůj čas využít, ovšem ne nijak důkladně. Mnoho z nich vědělo, že chtějí být nadále zaměstnaní,

a tak neměli pohnutky, aby se na stáří, především na stáří doma připravovali. Realita popsaná ve výpovědi informátorů se rozcházela s dříve provedenými výzkumy, které tvrdily, že příprava na stáří je velmi důležitá.¹⁷⁸ V souvislosti s přípravou na stáří byly zmiňovány publikace, které mají být jakýmsi rádcem a pomocníkem ve stáří.¹⁷⁹ Žádný z informátorů však nevyužil příručky, které by měly pomoci v tomto životním období. Názory byly víceméně stejné, že žádnou publikaci věnované stáří nečetli, ani číst nehodlají, protože nehodlají žít dle příruček.

Změna životního stylu ve stáří přichází především v době nároku na odchod do penze. Řada seniorů v současné době záměrně prodlužuje svou pracovní aktivitu. Z výzkumu provedeného v rámci této práce bylo zjištěno, že důvody, které vedou seniory k setrvání v zaměstnání, jsou různorodé a nelze je proto unifikovat. Z větší části informátoři již před přiznáním starobní penze plánovali, že po vstupu do penze setrvají v zaměstnání. Objevil se však i případ, kdy tomu tak nebylo, a u informátorky to vyplynulo ze situace.

Dřívější výzkumy ukázaly, že v pracovní aktivitě pokračují především senioři, jejichž povolání nevyžaduje přílišnou fyzickou námahu. Nejčastější výskyt pracujících seniorů byl zjištěn v oblasti vědecké, pedagogické, zdravotnické, či na administrativních pozicích.¹⁸⁰ Uvedené skutečnosti byly potvrzeny i výzkumem provedeným v rámci této práce. Povolání informátorů nebylo fyzicky náročné a jednalo se převážně o administrativní profese.

Za hlavní důvody setrvání v zaměstnání v penzijním věku byly na základě výzkumu provedeného v této práci klasifikovány zejména tyto:

1) Sociální kontakt – po celý život jsou sociální vazby a vztahy důležité. Ve stáří se množství sociálních kontaktů beze sporu zmenšuje. Strach ze sociální izolace se začíná u seniorů objevovat před odchodem ze zaměstnání. Udržení si sociálních kontaktů, jako důvod setrvání v pracovním procesu uváděli, jak senioři žijící sami, tak senioři žijící v páru. Pro mnohé je sociální kontakt jeden z nejdůležitějších faktorů v životě a v rámci pracoviště jich jedinec navazuje nepřeborné množství.

2) Finanční pohnutky – finanční zabezpečení v penzi je v mnoha případech důvod k setrvání v zaměstnání. Někteří informátoři věděli, že pouze s penzí by se jim žilo výrazně

¹⁷⁸ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. 2010. s. 175.

¹⁷⁹ EHRENBARGEROVÁ, Lucie. *Stáří v populárně naučné literatuře-interpretativní analýza*, 2002, roč. 38, č. 5, s. 608–610.

¹⁸⁰ *Pracující důchodci tvoří důležitou součást české ekonomiky* [online]. Český statistický úřad, 2010 [cit. 2021-03-01]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky

hůře. Někteří dotazovaní senioři pocítovali strach, že pouze s penzí by museli slevit ze svých nároků. Pracují tedy, protože si chtějí zachovat svůj životní styl, neomezovat se a nesnižovat své nároky.

3) Aktivní přístup k životu – informátoři uváděli, že se cítí fyzicky velmi dobře a nevidí proto důvod, proč by dále nepracovali, když jim to jejich zdraví umožňuje. Tím že chodí do práce, si udržují svůj aktivní životní styl. Jejich fyzická kondice jim to umožňuje, a dokud bude, budou v zaměstnání pokračovat.

4) Smysl života – mezi časté důvody patřilo také to, že informátoři mají svojí práci rádi, baví je a životně naplňuje.

5) Pocit potřebnosti – neméně udávaným důvodem k pracovní aktivitě byl pocit, že informátoři ještě stále něco umí, co mohou v práci využít a předat dalším generacím.

V souvislosti s pracujícími seniory se často objevuje téma diskriminace starších osob na trhu práce. Uvedené téma rezonovalo i v rámci výzkumu provedeného v rámci této práce. Někteří informátoři určitý druh diskriminace přímo zažili. Uveden byl příklad, jak osobní, tak zprostředkovaný. Osobní příklad diskriminace popsala informátorka, která zažila diskriminaci na základě věku během pohovoru o zaměstnání. Přímo během pohovoru jí bylo oznámeno, že je „stará“, a proto nebude přijata na místo, o které se ucházela. Takové zacházení v ní vyvolalo velmi špatné pocity, které si nesla do budoucna. Příklad zprostředkované diskriminace proběhl přímo na pracovišti. Diskriminačního jednání se dopustil zaměstnavatel, kdy nebyla zaměstnankyní, která pobírala starobní penzi, poskytnuta odměna. S odůvodněním, že pobírá penzi, a tudíž žádné odměny nepotřebuje a nedostane. Zmíněné příklady jsou typickými projevy diskriminace na základě věku, se kterými se senioři potýkají.

Již bylo nesčetněkrát zmiňováno, že zásadní zlom ve stáří přichází v době odchodu do penze a zanechání své profesní role minulostí. Z dříve proběhlých výzkumů vyplývá, že ženy zvládají odchod ze zaměstnání lépe než muži.¹⁸¹ Ve výzkumu provedeném v rámci této práce byla nicméně jen jediná informátorka, která ukončila svoji pracovní aktivitu. Přejít do penze a zanechání práce, pro ni bylo zpočátku velmi těžké, především proto, že manžel stále pracoval a ona se cítila sociálně izolována. Ostatní informátorky stále pracují, a tak není možné potvrdit tvrzení předešlých výzkumů. Muži přechod do úplné

¹⁸¹ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*, 2013. s. 108–110.

penze zvládají poněkud hůř a na novou situaci si zvykají déle. To bylo informátory potvrzeno. Konec profesní role byl šokem, ovšem s postupem času se na novou situaci adaptovali a v současnosti by se již do pracovního procesu nevrátili.

Snadněji se s odchodem ze zaměstnání smiřují jedinci, kteří žijí v domě, vlastní chatu, či zahradu.¹⁸² To bylo v rámci této práce potvrzeno jak informátory, kteří obdobnou nemovitost vlastní, tak i těmi kteří nikoliv.

Důležitým faktorem v životě seniorů jsou zájmy a koníčky. V penzi jimi dotazovaní senioři vyplňují svůj volný čas. Mohou fungovat jako odreagování se od starostí, ztráty, životní změny apod. V rámci této práce bylo zjištěno, že zájmy jsou důležité po celý život, ovšem ve stáří přebírají v určitém smyslu úlohu zaměstnání. Stává se z nich pravidelná činnost, stejně jako tomu bylo u zaměstnání. Mezi nejčastější koníčky uváděli informátoři sport, turistiku, cestování, luštění křížovek, čtení knih, pletení, vaření atd.

Vzhledem k současné situaci byla nad rámec původního záměru diskutována s informátory také problematika současné celosvětové pandemie. Ochromila všechny věkové kategorie, ovšem od počátku byla generace seniorů zmiňována jako jedna z nejpostihnutelnějších, která musí být ochráněna. Z výzkumu bylo zjištěno, že největší změnou v životě informátorů bylo omezení sociálních kontaktů a nemožnost věnovat se svým koníčkům. Větší výrazné změny nebyly zaznamenány. Informátoři své zdraví chránili všemi možnými prostředky, ale nijak se od zbytku společnosti neuzavřeli a neměnili svůj dosavadní život. Informace kolem pandemie valná většina získávala z večerních televizních novin. O informacích, které zprostředkovávají různá média, se informátoři vyjadřovali rozdílně, od sledování všech informací po nesledování celé situace vůbec. Dříve provedené výzkumy na téma pandemie přinesly zajímavé poznatky o tom, že na generaci seniorů měl koronavirus i pozitivní dopady, a to především velkou mírou solidarity směřované k seniorům a zvýšení gramotnosti v oblasti digitálních technologií ze strany seniorů. Zda tyto dva pozitivní dopady přetrvávají v současné době, nelze potvrdit.¹⁸³ Pozoruhodným zjištěním po provedených rozhovorech bylo, že pracující informátoři pandemii a svou pracovní aktivitu nedávali do souvislosti. Nepovažovali za nutné kvůli této situaci ukončit své pracovní závazky. Pouze jedna z informátorek

¹⁸² SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*, 2012. s. 128–129.

¹⁸³ NOVOTNÁ, Karolína. *Socioložka: Covid vytváří prostředí pro rozdmýchání mezigenerační války* [online]. idnes.cz., 2021 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/sociolozka-lucie-vidovicova-ageismus-vekova-diskriminace-senior.A201223_144432_domaci_knn

za současné pandemie uvažovala o zanechání svého zaměstnání, nicméně z důvodů sociální interakce se rozhodla ve svém povolání pokračovat.

6 Závěr

Diplomová práce se zabývala generací seniorů. Nejednalo se o skupinu seniorů, jako celek, ale předmětem zájmu byli senioři, kteří po nároku na starobní penzi neukončili svou pracovní aktivitu. Práce si kladla za cíl především zjistit, jaké jsou pohnutky jednotlivých seniorů k pracovní aktivitě. Práce byla rozdělena na teoretickou a praktickou část. V první části práce byla vysvětlena metodika a pojmy, které se pojily ke zkoumanému tématu. V části druhé byl proveden výzkum metodou polostrukturovaných rozhovorů, který se zaměřoval na percepci stáří, percepci odchodu do penze, pracovní aktivity v období penze, způsob trávení času v době penze, názory a postoje na současnou pandemickou krizi a její zásah do života informátorů.

Počet pracujících seniorů v české společnosti pomalu narůstá a stává se důležitou součástí ekonomiky. V důsledku stárnutí populace dojde v budoucnu k poklesu ekonomicky produktivních obyvatel a pracovní aktivity seniorů bude žádaná, ne-li nezbytná. Je tedy důležité jevu pracujících seniorů věnovat patřičnou pozornost.

Za nástup stáří je velmi často považován nárok na pobírání starobní penze a odchod z pracovní sféry. Ovšem pobírání starobní penze, nemusí nutně znamenat zanechání svého povolání. Ne zcela každý senior po přiznání penze zanechává své profese.

V rámci provedeného výzkumu bylo zjištěno, že v době, kdy vznikl onen nárok na penzi, byla většina informátorů od počátku rozhodnuta, že zůstanou pracovně aktivní. Z tohoto důvodu pro dotazované seniory období stáří nepředstavovalo radikální životní změnu, a zároveň se v rámci svých subjektivních pocitů nepovažovali za staré. Důvodů k neopouštění zaměstnání bylo prokazatelně více. V obecné rovině byly důvody psychologického, sociálního a ekonomického rázu. Opakovaně udávanými důvody k pokračování v pracovním nasazení v penzi byl sociální kontakt, finanční pohnutky, aktivní přístup k životu, smysl života a pocit potřebnosti, přičemž tyto konkrétní důvody se v jednotlivých případech prolínaly.

Diplomová práce blíže představila percepci stáří z perspektivy některých pracujících seniorů, a především důvody vedoucí k pracovnímu nasazení v penzijním věku. Výsledky nelze zobecnit na všechny pracující seniory v České republice, k tomu by bylo zapotřebí většího zastupitelného vzorku. Přesto mají výsledky vypovídající hodnotu a přinesly některá obecná zjištění, která jsou přínosná a lze je využít nejen pro utvoření

náhledu na tuto problematiku, ale například i při komunikaci s pracujícími seniory v pracovním prostředí, což je i výraznou motivací autorky této práce.

Seznam použitých zdrojů

6.1 Literární zdroje

CIMBALNÍKOVÁ, Lenka. „et al“. *Age Management: komparativní analýza podmínek a přístupu využívaných v České republice a ve Finsku*. Praha: Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR, 2011, s. 78 ISBN 978-80-904531-2-8.

DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. Vyd. 4. Praha: Karolinum, 2011. s. 372. ISBN 978-80-246-1966-8.

ERIKSEN, Thomas. *Tyranie okamžiku*. Vyd. 2. Brno: Doplněk, 2009, s. 168. ISBN 978-80-7239-238-4.

EUROSTAT. *Ageing Europe: Looking at the lives of older people in the EU*. Luxembourg: European Union, 2019. s. 157. ISBN 978-92-76-09814-0.

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. s. 170. ISBN 978-80-7419-152-7.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. s. 368. ISBN 978-80-87-109-19-9.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2005, s. 408. ISBN 978-80-7367-485-4

HOLÝ, Dalibor. *Senioři v ČR v datech*. Praha: Český statistický úřad, 2021. s. 22. ISBN 978-80-250-3077-6.

HROZENSKÁ, Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. s. 192. ISBN 978-80-247-4139-0.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada, 2016. s. 160. ISBN 978-80-247-5535-9.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011, s. 144. ISBN 978-80-247-7046-8.

KUCHAŘOVÁ, Věra, Ladislav RABUŠIC a Lucie EHRENBERGEROVÁ. *Život ve stáří. Zpráva o výsledcích empirického šetření*. Praha: VÚPSV, Socioklub, 2002, 89 s. Výzkumné zprávy

RABUŠIL, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova univerzita, 1995, s. 192. ISBN 80-210-1155-6.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012, s. 232. ISBN 978-80-247-3850-5.

ŠTOROVÁ, Ilona a Jiří FUKAN. *Zaměstnanec a věk: aneb age management na pracovišti*. Šumperk: JENA, 2012, s. 79. ISBN 978-80-87137-35-2.

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. s. 45. ISBN 80-238-9506-0.

TURNER, Victor. *Průběh rituálu*. Brno: Computer Press, 2004, s. 194. ISBN 80-7226-900-3.

VIDOVIČOVÁ, Lucie a Eva GREGOROVÁ. *My jsme si stáří nezavinili, to čeká každého... Povaha a prevence diskriminace seniorů v ČR*. Praha: Život 90, 2008, s. 91. ISBN 978-80-254-3808-4.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace-nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, 2008, s. 233 ISBN 978-80-210-4627-6.

United Nations Population Fund, HelpAge International. *Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge*. New York: United Nations Population Fund, London: HelpAge International 2012, s. 190. ISBN 978-0-89714-981-5.

United Nations. *World population ageing 2019: Highlights*. New York: United Nations, 2019, s. 38. ISBN: 978-92-1-1483225-3.

WILDEMUTH, Barbara. *Applications of social research methods to questions in information and library science*. Westport: Libraries Unlimited, 2009, s. 421. ISBN 978-15-915-8503-9.

World Health Organization. *World report on ageing and health*. Luxembourg: World Health Organization, 2015, s. 246. ISBN 978-92-415-6504-2.

6.2 Periodika

BENEŠOVÁ, Romana. Ageismus. *Socioweb: Sociologický webzin* [online]. 2011, č. 1, s. 8–9 [cit. 2020-11-15]. ISSN 1214-1720. Dostupné také z: http://www.socioweb.cz/upl/editorial/download/186_SOCIOWEB_01_2011__.pdf

BUŽGOVÁ, Radka. Měření postojů seniorů ke stáří. *Praktický lékař*. 2011, roč. 91, č. 7, s. 396–401. ISSN 0032-6739.

CLARK, Margaret. The Anthropology of Aging, a New Area for Studies of Culture and Personality. *The Gerontologist*. 1967, roč. 7, č. 1, s. 55–64. ISSN 0016-9013.

EHRENBERGEROVÁ, Lucie. Stáří v populárně naučné literatuře-internetativní analýza. *Sociologický časopis*, 2002, roč. 38, č. 5, s. 607–619. ISSN 0038-0288.

HAVIGHURST, Robert J. Successful aging. *The Gerontologist*, 1961., roč. 1, č. 1, s. 8–13. ISSN 0016-9013.

THOMASSEN, Bjørn. The Uses and Meaning of Liminality. *International Political Anthropology*, 2009. roč. 2, č. 1, s. 5–28. ISSN 1974-7268.

VOLANSKÁ, Ľubica. Contextualising ageism in an interdisciplinary perspective. An introduction. *Slovenský národopis*. 2018, roč. 66, č. 2, s. 178–189. ISSN 1339-9357.

VOLANSKÁ, Ľubica. „Starneme pri tom, že stále niečo robíme...“Dôchodok jako voľný čas? *Národopisná revue*. 2018, č. 2, s. 103-118. ISSN 2570–9437.

6.3 Internetové zdroje

Active ageing: a policy framework [online]. 2002 [cit. 2020-10-12]. Dostupné z: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf;jsessionid=2BC2DA16240B5446A40FC1AF9C0E2E30?sequence=1

Ageing and health [online]. World Health Organization, 2015 [cit. 2020.11.04]. Dostupné z: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Co je GDPR [online]. Ministerstvo vnitra České republiky [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/gdpr/clanek/co-je-gdpr.aspx>

Covid-19 [online]. Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2021 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://www.vupsv.cz/tematicke-okruhy/covid-19/>

European Commission. *Ageing Policy* [online]. European Commission [cit. 2020-10-13]. Dostupné z: https://ec.europa.eu/employment_social/soc-prot/ageing/intro_en.htm

Etický kodex české asociace pro sociální antropologii [online]. Česká asociace pro sociální antropologii, 2020 [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: http://www.casaonline.cz/?page_id=7

JUSTOŇ, Zdeněk a Milan NAKONEČNÝ. *Mýtus* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2020 [cit. 2020-10-13]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/M%C3%BDtus>

KASALOVA, Hana. *Stáří* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2018 [cit. 2020-13-10]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/St%C3%A1%C5%99%C3%AD>

KELLER, Jan. *Předsudek* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2017 [cit. 2020-13-10]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/P%C5%99edsudek>

NOVOTNÁ, Karolína. *Socioložka: Covid vytváří prostředí pro rozdmýchání mezigenerační války* [online]. idnes.cz., 2021 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/sociolozka-lucie-vidovicova-ageismus-vekova-diskriminace-senior.A201223_144432_domaci_knn

Odchod do důchodu [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-02-19] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/odchod-do-uchodu-new/>

Pracující důchodci tvoří důležitou součást české ekonomiky [online]. Český statistický úřad, 2010 [cit. 2020-11-14]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/pracujici_duchodci_tvori_dulezitou_soucast_ceske_ekonomiky

Senioři a jejich výdaje: mezinárodní srovnání [online]. Český statistický úřad, 2019 [cit. 2020-11-10]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/seniori-v-cr-v-datech>

Senioři a politika stárnutí [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2020 [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/seniori-a-politika-starnuti>

Sociální izolace [online]. Hovory o zdraví, 2014 [cit. 2021-03-01] Dostupné z: <https://hovoryozdravi.cz/starnuti/uvod-do-tematu/zkusenost-stari/odchod-do-uchodu-new/>

Stárnutí v EU: Pohled na život starších osob [online]. Institut pro sociální politiku a výzkum, 2019 [cit. 2020-06-29]. Dostupné z: <https://socialnipolitika.eu/2019/10/publikace-starnuti-evropy-pohled-na-zivoty-starsich-lidi/>

ŠTYGLEROVÁ, Tereza, Michaela NĚMEČKOVÁ a Miroslav ŠIMEK. *Stárnutí se nevyhneme* [online]. Český statistický úřad, 2014 [cit. 2021-03-21]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/ea002b5947>

Working in Retirement: A 21st Century Phenomenon [online]. Families and Work Institute, 2011 [cit. 2020-02-18]. Dostupné z: <http://sokolmediaonline.com/wp/wp-content/uploads/2011/08/RESEARCH-WORKING-IN-RETIREMENT.pdf>

Zásady OSN pro seniory [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2020 [cit. 2020-11-19]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/web/cz/zasady-osn-pro-seniory>

Změny v sociálním postavení ve stáří – sociální exkluze a ageismus ve vztahu k mobilitě [online]. Observatoř bezpečnosti silničního provozu, 2007 [cit. 2020-11-15]. Dostupné z: <https://www.czrso.cz/clanek/zmeny-v-socialnim-postaveni-ve-stari-socialni-exkluze-a-agei/?id=1446>

2. světové shromáždění o stárnutí [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2020 [cit. 2020-11-10]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/web/cz/2.-svetove-shromazdeni-o-starnuti>

7 Cultures That Celebrate Aging And Respect Their Elders [online]. Huffpost, 2017, [cit. 2021-02-16]. Dostupné z: https://www.huffpost.com/entry/what-other-cultures-can-teach_n_4834228?guccounter=1

6.4 Zákony

ČESKO. *Zákon č. 110/2019 Sb., ze dne 12. března 2019 o zpracování osobních údajů* [online]. 2019, částka 47/2019 Sb., s. 890-911 [cit. 2020.11.11]. ISSN 1211-1244. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2019-110>