

UNIVERZITA PALACKÉHO OLOMOUČ

FILOSOFICKÁ FAKULTA

KATEDRA SOCIOLOGIE, ANDRAGOGIKY A KULTURNÍ ANTROPOLOGIE



Sebepojetí a identita seniorů

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

OBOR: KULTURNÍ ANTROPOLOGIE

VYPRACOVALA:
Veronika Velčovská

VEDOUCÍ PRÁCE:
PhDr. Mgr. Naděžda Špatenková, Ph.D.

Olomouc 2015

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci s názvem Sebepečetí a identita seniorů vypracovala samostatně pod vedením PhDr. Mgr. Naděždy Špatenkové, Ph.D. a veškerou použitou literaturu i jiné zdroje uvedla v seznamu literatury.

V Olomouci dne

Podpis.....

Poděkování

Děkuji PhDr. Mgr. Naděžda Špatenkové, PhD. za její trpělivost, čas a odborné rady, které mi věnovala při zpracování mé bakalářské diplomové práce. Také bych chtěla poděkovat všem respondentům, kteří se zúčastnili výzkumu.

Anotace

Bakalářská práce se s ohledem na heterogennost seniorů zaměřuje na specifickou skupinu, tedy na aktivní seniory, kteří aktivně navštěvují univerzitu třetího věku. Cílem práce je pokusit se odhalit jaké strategie aktivního stárnutí si senioři navštěvující U3V utvářejí.

Obsahem práce je část teoretická i praktická. Teoretická část se věnuje stručnému vymezení pojmů identity, sebepojetí a sebeobrazu a snaží se odpovědět i pro účely práce vymezit seniora z pohledu psycho- sociálního. V praktické části je popsán vlastní výzkum, který probíhal jako kvalitativní šetření. Součástí praktické části je také popsání výsledků výzkumu.

Klíčová slova

Senior, aktivní stárnutí, identita, kvalitativní výzkum, polostrukturovaný rozhovor

Annotation

Bachelor thesis with regard to the heterogeneous seniors focuses on a specific group, active seniors who actively attend at university of the third age. The main goal of this thesis is to try to discover what active aging strategy to seniors attending U3A formation.

The content of the work are theoretical and practical parts. The theoretical part is devoted to brief definitions of identity, self-esteem and self-image and tries to answer for the purposes of work to define a senior in terms of psycho-social. The practical part describes own research, which was conducted as a qualitative investigation. The practical part also describes the results of research.

Keywords

Seniors, active aging, identity, qualitative research, semi-structured interview

OBSAH

ÚVOD.....	7
1. IDENTITA	9
1.1. OSOBNÍ A SOCIÁLNÍ IDENTITA	10
1.2. VĚKOVÁ IDENTITA	11
2. SEBEPOJETÍ A SEBEOBRAZ	14
2.1. SEBEOBRAZ	14
2.2. SEBEPOJETÍ	16
3. SENIOR.....	17
3.1. CHARAKTERISTIKA RANÉHO STÁŘÍ (60-75 LET)	18
3.2. ROLE SENIORA	21
4. POJETÍ A OBRAZ AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ.....	23
4.1. PRARODIČOVSTVÍ JAKO SOUČÁST AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ	25
4.2. VZDĚLÁVÁNÍ JAKO SOUČÁST AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ	27
4.3. ÚČASTNÍK UŽV JAKO OBRAZ A POJETÍ AKTIVNÍHO SENIORA	28
4.3.1. UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU PŘI UP V OLOMOUCI.....	30
5. EMPIRICKÁ ČÁST	31
5.1. CÍL VÝZKUMU A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	31
5.2. METODOLOGIE VÝZKUMU.....	32
5.3. CHARAKTERISTIKA ZKOUMANÉ SKUPINY	33
5.4. PRŮBĚH VÝZKUMU	34
5.5. METODY ZPRACOVÁNÍ DAT	35
6. VÝSLEDKY VÝZKUMU.....	36
6.1. SOCIÁLNÍ A OSOBNÍ VLASTNOSTI	37
6.2. AKTIVNÍ PŘÍSTUP K ŽIVOTU	39
6.3. DŮCHODOVÝ A PŘEDDŮCHODOVÝ VĚK	41
6.4. VZTAH SPOLEČNOST A SENIOR.....	43
ZÁVĚR.....	44
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	45
INTERNETOVÉ ZDROJE.....	48
PRAMENY – ROZHOVORY S RESPONDENTY	49

Úvod

Stárnutí jako proces je nedílnou součástí společnosti už od počátku lidstva. Vztah ke starším lidem a obecně ke stárnutí se v průběhu dějin proměňoval a nebyl vždy jen pozitivní. Haškovcová vidí člověka moderní doby jako toho, který „*nechce vidět, nechce slyšet, nechce být starý. Nechce být starý fakticky, ale ani si nepřeje, aby se o stáří mluvilo*“¹. Je důležité chápat a poznávat člověka v celé jeho kontinuitě a proto je potřeba se zabývat i stárnutím jako podstatným životním obdobím jedince. Pochopení a uvědomění si procesu, které jsou pro stárnutí klíčové, je nezbytné a velmi podstatné i pro nás, kteří jsme této fáze životního období ještě nedosáhli. Jelikož z pohledu demografického vývoje, dochází ke stárnutí populace, stává se vztah společnosti k seniorům stále více diskutované téma. I samotní senioři přichází do důchodu s jinými představami, požadavky a možnostmi než jejich předchůdci. Proto je třeba nezapomínat, že senioři jsou značně heterogenní skupina, a existují mezi nimi značné rozdíly.² Proto se vzhledem k naší práci se zaměříme na aktivní seniory, kteří navštěvují U3V.

Petřková a Čorninačová poukazují na změny a proměnlivost současných moderních společností, které pro seniory nejsou vždy zcela příznivé. Proto mohou vyvstávat otázky například typu: jestli starší generaci má v dnešním světě stále se měnícím světě šanci se přizpůsobit? Z mnoho studií vyplývá, že právě vzdělávací aktivity mohou být jedny z důležitých faktorů udržení kvality života. Vzdělávání pro seniory je pro seniory prospěšné, protože může přispívat například k upevňování fyzického a duševního zdraví, k posilování sebedůvěry apod.³

V současnosti je stárnutí stále více spojováno s tématem aktivního stárnutí. Hasmanová Marhánková poukazuje na vlivnost a viditelnost, kterou v dnešní době nabývá koncept aktivního stárnutí v současné gerontologii a příbuzných vědách věnujících se stárnutí. Dokonce si koncept aktivního stárnutí vydobyl pevné místo ve spojení s širokým spektrem

¹ HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 9

² HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. Aktivní stárnutí jako idea, nástroj a kapitál. Kde hledat kořeny úspěchu konceptu aktivního stárnutí?. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, FSS, 2014, [cit. 2015-03-06]. Dostupné z: http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/02_Aktivni_starnuti_jako_idea_Marhankova.pdf, str. 13

³ PETŘKOVÁ, A. a ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, str. 9

témat zaměřených na starší generaci.⁴ Aktivní stárnutí je považována až téměř za lék proti pasivnímu stáří. Petrová Kafková a Kreidl s odkazem na WHO definují aktivní stárnutí jako „*maximálně inkluzivní koncept podporující celoživotní účast na společnosti a zdravém životním stylu všech bez ohledu na různá omezení a limity, s cílem zlepšení kvality života všech*“⁵ Ovšem Petrová Kafková a Kreidl dále upozorňují, na to, že „*různí aktéři se nicméně liší svým chápáním aktivního stárnutí. Neshodnou se na tom, co vlastně znamená aktivní stárnutí, jak je možné ho vymezit. Aktéři na všech úrovních se však v podstatě shodnou na tom, že aktivní stárnutí je dobré*“⁶ Téma aktivního stárnutí je nepochybně obsáhlé, a v naší práci jsme se věnovali především pojetí aktivního stárnutí ve vzdělávání seniorů.

Cílem práce je snaha o odhalení toho, jak vypadají strategie, které volí senioři navštěvující U3V. Z toho důvodu v práci popisujeme a definujeme samotného seniora a také psycho- sociální rovinu vztahující se k jednotlivci tedy problematiku identity a sebepojetí. A protože jsme pro účely výzkumu zvolili, jako výzkumný vzorek aktivní seniory věnujeme část práce také pojetí aktivního stáří a to především prostřednictvím vzdělávání jako součástí aktivního stárnutí. Součástí práce je také vlastní kvalitativní šetření.

⁴ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. Aktivní stárnutí jako idea, nástroj a kapitál. Kde hledat kořeny úspěchu konceptu aktivního stárnutí?. Sociální studia [online], 2014, [cit. 2015-03-06], str. 13

⁵ KREIDL, M. a PETROVÁ KAFKOVÁ M. Editorial: Stárnout aktivně. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2014, roč. 11, č. 3 [cit. 2015-02-27]. Dostupné z: http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/01_Editorial_Starnout_aktivne_Kreidl_Kafkova.pdf, str. 7

⁶ Tamtéž, str. 7

1. Identita

Pojem identita Hartl a Hartlová vysvětlují jako „*totožnost; prožívání a uvědomování si sebe sama, své jedinečnosti i odlišnosti od ostatních; soubor rysů, podle nichž je jedinec znám v určité specifické skupině*“⁷. Identitu, ať už z pohledu odborného anebo laického chápeme hlavně jako to, kým nebo čím je daná osoba nebo společenství. Identita nám tedy dává odpověď na otázku, kdo jsem, kdo jsme. Původní význam slova identita můžeme naléznout jako totožnost, stejnost osoby a v čase a ve všech okolnostech. V naší postmoderní kultuře identitou vyjadřujeme u osoby nebo společenství více prolínajících se charakteristik například autenticitu, integritu, sebedefinování, definování jinými, odlišnost od jiných. Bačová v souladu s Rearonem zmiňuje, že někteří autoři tvrdí, že termín identity zahrnuje i uznání, úctu, důstojnost, hrdost, respekt a čest u dané osoby či společenství.⁸ Nicméně každý obor přistupuje k pojmu identity jinak, což místy může komplikovat orientaci v daném tématu. Především odborná literatura obsahuje desítky definic identity, které jsou nejen rozmanité, ale i odporující se, až téměř vylučující se.⁹

Identita existuje ve dvou základních rovinách, za prvé jako osobní identita a za druhé jako sociální identita. Osobní identita zahrnuje vědění subjektu o jeho vlastnostech, schopnostech, postojích a projevuje se jako složka vědomí já. Naproti tomu sociální identita je vědomí příslušnosti k určité nebo určitým sociálním skupinám.¹⁰ Uvedené dvě roviny identity nelze oddělovat: „*Ze zjišťování osobní identity nelze vynechat to, jaký smysl a význam získává konání osoby ve vztahu k jiným osobám a lidským společenstvím (...)*“.¹¹ Nicméně Smékal rozděluje identitu následovně. Psychofyziologická identita zahrnuje přijetí svého pohlaví a svého věku. Sociální identita se manifestuje v rolích rodinných, vrstevnických a partnerských a v neposlední řadě i v roli profesní. Osobní identita vyplývá z psychofyzické identity a ze sociální identity, je dána tím, jak je osobnost „sžita“ se svým tělem a jak je „zabydlena“ v sociálních vztazích, do nichž je objektivně včleněna.¹²

⁷ HARTL, P. a HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. Praha: Portál, 2009, str. 730

⁸ BAČOVÁ, V. *Identita v sociální psychologii*. In Výrost & Slaměnik (Eds.). Sociální psychologie. Praha: Grada, 2008, str. 109-110

⁹ Tamtéž, str. 111

¹⁰ NAKONEČNÝ, M. Sociální psychologie. Praha: Academia, 2009, str. 449

¹¹ BAČOVÁ, V. *Identita v sociální psychologii*. In Výrost & Slaměnik (Eds.). Sociální psychologie, str. 113

¹² SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení*, Brno: Barrister & Principal, 2009, str. 344

1.1. Osobní a sociální identita

Tyrlík v souladu s Eriksonem rozlišuje dva aspekty identity, personální identitu (self-identity) a tzv. ego-identitu (ego-identity). Osobní identita představuje popisný akt vědomí-sebe (v čase, sociálním prostoru). Ego-identita je proces, jehož podstatou je posilování vlastní sebejistoty.¹³

Osobní identitu naplňuje přesvědčení o vlastních schopnostech, dovednostech a dalších vlastnostech. Osobní identita je výsledkem procesu individuace, který lze popsat jako proces stávání se sebou samým.¹⁴ Naproti tomu sociální identitou naplňuje vědomí členství v určité skupině, zhodnocení významnosti tohoto členství a konečně emoce, které vědomí členství v dotyčném jedinci vyvolává. Člověk obvykle náleží do více sociálních skupin a v tomto smyslu by se dalo říci, že má více sociálních identit. To ovšem spíše odpovídá sociologickému pohledu, který identitu často chápe jako označení příslušnosti jedince k určité skupině. Jak jsme již uvedli, identita znamená především integraci pocitů, prožitků a představ, respektive jejich kontinuitu a vnitřní koherenci. Vědomí osobní jedinečnosti je v naší euroamerické kultuře obecně důležitým prvkem vlastní identity.

Identita jedince reprezentuje důležité prostředky, kterými se člověk usazuje v systému vztahů, ve společenských strukturách. Současná společnost, ve které jedinec žije, přisuzuje jedinci na základě jeho identity určitou hodnotu, označuje ho přes jeho identitu jako viditelného, unikátního a více či méně konkrétního člena společnosti či určité komunity. Jeho chování vztahuje k jeho identitě a také ho podle tohoto atributu hodnotí a do určité míry reguluje. Identita je v naší kultuře pro jedince jeho kapitálem, který zhodnocuje nebo devalvuje.¹⁵ Dle Bergermana a Luckmanna je identita vytvářena během sociálních procesů. Jakmile je vytvořena, je udržována, měněna, dokonce i přestavěna sociálními vztahy. Sociální procesy podílející se na formování a udržování identity jsou dány skrze sociální strukturu.¹⁶

¹³ TYRLÍK, M. ed., MACEK, P. ed. a ŠIRŮČEK, J. ed. *Sebepojetí a identita v adolescenci*, Být jedinečným, Daljka, Macek, str. 37

¹⁴ SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení*, 3., opr. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2009, str. 345

¹⁵ TYRLÍK, M. ed., MACEK, P. ed. a ŠIRŮČEK, J. ed. *Sebepojetí a identita v adolescenci*, str. 40-44

¹⁶ BERGER, P. a LUCKMANN, T. *Sociální konstrukce reality: pojednání o sociologii věděni*, str. 120

1.2. Věková identita

Uvědomění si vlastního věku můžeme využívat v mnoha situacích, kdy si nejsme jisti, co je, nebo není správné. Prostě se zařadíme do některé z věkových kategorií (například mladý, starý) a hned máme představu o tom, jak by měl náš život vypadat. Na základě přijetí určité věkové identity můžeme běžně zhodnotit, zda se chováme, vypadáme, pracujeme, vyděláváme, trávíme čas, nebo prostě žijeme „správně“, nebo bychom měli něco změnit.¹⁷

„V současné společnosti se setkáváme s fenoménem popření věku (age denial), který Vidovičová pojímá jako nezamýšlený důsledek „stále se zvyšujícího důrazu na věk a jeho ‘všudypřítomnosti’ ve společnosti.“¹⁸ Vidovičová dále uvádí formy tzv. popírání počínaje zatajováním, zkreslováním skutečného věku, přes vytváření náhradních věkových identit, zastírání viditelných známek stárnutí a konče vytvářením strategií, jimiž se jedinci vyrovnávají s nepříznivými nálepkami stáří. Ve výzkumu Sýkorové a kol. byly viditelné mechanismy odmítání negativních věkových stereotypů u seniorů. Můžeme mezi ně zařadit i distancování se od vrstevníků, kteří stereotypní představě stáří a starých lidí odpovídají.¹⁹

Trusínová tvrdí, že věková identita dnešních Čechů je ovlivňována zejména jejich chronologickým stářím a zdravotním stavem. Naopak, pouze menší význam mají některé pracovní či rodinné role. Kromě zjištění, že rodinné a pracovní role nejsou pro věkovou identitu podstatné, se nabízí i druhý způsob vysvětlení, a totiž že věk vystupuje jako společná příčina věkové identity i životních událostí. Docházíme tedy k tomu, že představa horší zdraví = starší člověk je respondenty jednoznačně přijímaná a prožívaná.²⁰

Dopita vysvětluje, že věk je důležité chápat nejen jako biologické datum, ale i jako sociální datum. Proto rozlišujeme: věk biologický – vymezuje jedinci pozici vzhledem k jeho potencionální délce života; věk sociální – ohraničen zvyky a rolemi individua s ohledem na společnost, jejíž je součástí; věk psychologický - vztahující se jako míra chování jednotlivce

¹⁷ TRUSINOVÁ, R. *Kdo je mladý/střední/starý?* [online]. 2011, Data a výzkum - SDA Info 5 (2):. [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: http://dav.soc.cas.cz/uploads/aaa09cff79a0eb173ef611a1d77aae988acda650_DaVp171-184%20Trusanova.pdf, str. 172

¹⁸ Tamtéž, str. 172

¹⁹ SÝKOROVÁ, D. *Věková identita*. Sociológia [online]. 2009, roč. 41, č. 2, s. 149-167 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <https://www.sav.sk/journals/uploads/07211253Sykorova%20OK.pdf>, str. 4

²⁰ TRUSINOVÁ, R. *Kdo je mladý/střední/starý?* [online]. 2011, [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: http://dav.soc.cas.cz/uploads/aaa09cff79a0eb173ef611a1d77aae988acda650_DaVp171-184%20Trusanova.pdf, str. 182

potřebná k adaptaci na proměňující se požadavky.²¹ Vidovičová s ohledem na Cutlera (1975) poukazuje na to, že „není přitom zřejmé, zda je věková identifikace afektivní, kognitivní nebo jde o kombinaci obou“.²²

Tošnerová uvádí, že „Ageismus je variací na téma ideologie věku jako její projev, důsledek, a do jisté míry paradoxně, i jako zdroj.“²³ „Pojem je odvozen od anglického slova age, které znamená věk, stáří. Ageismus je potom společenský předsudek vůči stáří. Použil jej Robert Butler, první ředitel National Institute on Aging v USA v roce 1969, který jako první hovořil o diskriminaci na základě věku.“ Ageismus je věková diskriminace postihující především staré lidi; může vést k věkové segregaci, vyčleňování společnosti; je podporován ekonomicko-sociálními problémy a společenskými představami podceňujícími stáří.²⁴

Špaténková definuje ageismus jako postoj, který „odráží předsudky a stereotypy společnosti spojené s věkem. V našem pojetí je ageismus charakterizován jako a priori vyřazování starších lidí z různých aktivit, z činností, které vyžadují zvýšenou odpovědnost či pozornost, nebo z vedoucích a nadřazených pozic pod dojmem, že nebudou schopni kvalifikovaně rozhodovat a adekvátně jednat v domnění, že na většinu věcí prostě nestačí.“²⁵

Na stáří je pohlíženo spíše negativně, tedy je považováno jako životní období úpadku fyzických sil a čekání na smrt. Díky této představě se poté buduje negativní image stáří, což může vést i k výskytu ageismu ve společnosti. Postoje ke stáří ovšem nejsou, striktně negativní mohou být i ambivalentní. O negativních postojích ke stáří můžeme hovořit také jako o ageismu.²⁶

„Představa společnosti a jednotlivce o stáří, tedy image stáří, byla a zůstává v podstatě dvojitá:

- představa o idylickém stáří- staří lidé by měli být respektováni a ctěni pro svou moudrost, laskavost a trpělivost;
- negativní obraz stáří – pojetí stáří jako období marnosti, útrap, strádání, nemoci a bolesti.“²⁷

²¹ DOPITA, M. Věk:Stáří – Role: Prarodič. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého., str. 34-35

²² VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace - nové souvislosti*. Brno: MUNI, 2008, str. 66

²³ Tamtéž, str. 67

²⁴ TOŠNEROVÁ, T. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. str. 6

²⁵ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 19

²⁶ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: UPOL, 2013, str. 19

²⁷ Tamtéž, str. 19

V současné společnosti je existence ageismu spojena i s faktem, že věk je důležitý, protože jsme na jeho základě hodnoceni svým okolím. Jsme tedy hodnoceni na základě našeho věku, tudíž se zvyšuje důležitost věku. Ve vztahu k marginalizaci a vytěsňování stáří v současné postindustriální společnosti můžeme mluvit také o exkluzi, tzv. vyřazení určité skupiny lidí z většinové společnosti nebo záměrné vyčlenění na základě dobrovolné exkluze. Příklad exkluze: bránění přístupu informací o celoživotním vzdělávání anebo nedostatek rovných příležitostí pro veřejnou angažovanost. Dále je spojena s exkluzí i diskriminace, která má základ v rozlišování, kdy je někdo poškozován tím, že není uznána jeho rovnost jinými, popírá a omezuje práva určitých skupin obyvatelstva. Ovšem i diskriminace má různé podoby, proto se můžeme setkat nejen s tou negativní podobou, ale i s pozitivní diskriminací, tzv. afirmací, která má většinou za úkol napravit negativní diskriminaci určitých osob či skupin v podobě jejich systematického zvýhodňování.²⁸ Ort chápe tzv. pozitivní diskriminaci věkovou jako snahu „státu a společenských institucí ulehčit život seniorům- důchodcům v jejich aktivitách (formou zlevněného vstupného na různé produkce a představení, bezplatné dopravy v MHD nebo 50% slevou na hrady a zámky)“.²⁹ Nicméně takovýto přístup pozitivní diskriminace je efektivní pouze do té doby, pokud upozorňuje společnost na daný problém, ale dlouhodobá aplikace není efektivní v občanské společnosti, kde by měly platit rovné příležitosti pro všechny.³⁰

Vzhledem výše zmíněným tématům diskriminace a ageismu je vůbec důležité ptát se, jestli seniory považujeme za minoritu? Green cituje Sreiba a dochází k závěru, že starší lidé nejsou minoritní skupinou v pravém slova smyslu, protože nesdílejí odlišnou a samostatnou kulturu a členství ve starší generaci lze chápat jako něco, co je umožněno každému, spíše než aby bylo výhradní nebo trvalé. Green dále zmiňuje Drake, který není tak radikální ve svém tvrzení váhá nazývat starší lidi jako zcela menšinovou skupinu, a to z toho důvodu, protože nemají jedinečnou historii, jazyk a kulturu. Nicméně, starší lidé podléhají stereotypizaci ze strany většinové společnosti, a mohou tak trpět kolektivní diskriminací. A proto je Drake ochoten nazývat starší lidi jako tzv. kvazi-menšinová skupina.³¹

²⁸ ORT, J. *Kapitoly ze sociologie stáří: (společenské a sociální aspekty stárnutí)*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně, Pedagogická fakulta, 2004. str. 59

²⁹ Tamtéž, str. 59

³⁰ Tamtéž, str. 59

³¹ GREEN, B. *Gerontology and Construction of Old age*. New Jersey: Transaction Publishers, 2009, str. 128

2. SEBEPOJETÍ A SEBEOBRAZ

Tyrlík vysvětluje, „*Vědomí sebe sama se v různých konkrétních podobách postupně vynořuje v mysli jako produkt zrání, růstu, poznávání, sociální interakce, komunikace a jednání.*“³² Pojmy sebepojetí a sebeobraz jsou svým způsobem ale spíše hypotetické konstrukty, kterými se snažíme popsat určitý ohraničený výsek vědomé zkušenosti se sebou samým, navíc tyto konstrukty mají nejednotné vymezení.³³

Jáství dle Klimenta má dvě roviny, které jsou konstituovány a objevují se na dvou úrovních jedincova vědomí. Tyto dvě rodiny jsou následující:

- První úroveň vědomí, kdy Jáství vystupuje jako aktivní činitel. Tuto rovinu označujeme v českém jazyce jako činné já.
- Na druhé úrovni vědomí chápeme Jáství jako sebeobraz, vystupující jako představa o psychické podobě nás samotných. V českém jazyce tuto rovinu nazýváme jako sebepojetí.³⁴

2.1. Sebeobraz

Sebeobraz neboli jáství je v podstatě zrcadlo nebo odraz našich představ o tom, jak si myslíme, že jsme vnímáni druhými lidmi. Ukazuje se, že sebeobraz pak řídí chování jedince ve vztahu k druhým lidem. Jáství je tedy jednak celostní představou o svém já, jednak komplexním vztahem k sobě samému, který pochopitelně může být plný vnitřních rozporů.³⁵

Sebeobrazy se dle Smékala běžně člení na následující kategorie:

- „*Reálné já, které je reprezentací obsahu a struktury sebepojetí.*“
- „*Vnímané já obsahující pocity sebe v daném okamžiku, souhrn toho, jak se vidíme v kontextu daných situací.*“
- „*Ideální já vyjadřující představu ideálního obrazu sebe, toho, jaký by chtěl daný člověk být, jaký by měl být.*“

³² TYRLÍK, M, ed., MACEK, P, ed. a ŠIRŮČEK, J, ed. *Sebepojetí a identita v adolescenci*, Sebepojetí a identita, str. 5-6

³³ Tamtéž, str. 5-6

³⁴ KLIMENT, P. *Psychologie osobnosti pro andragogy: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 67

³⁵ SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení*, Brno: Barrister & Principal, 2009, str. 343

- *Prezentované já obsahuje charakteristiky, které jedinec ukazuje druhým (...)* „³⁶

Mnohdy se rozlišuje mezi sebeobrazem, což je ve své podstatě obraz, jež lidé mají o sobě, o svých zálibách apod., a sebeúctou. ³⁷

Přestože odchod do důchodu a ovdovění jsou dva nejdůležitější faktory ovlivňující sebeobraz člověka, jeho životní spokojenost mohou ovlivňovat také jiné události, například smrt přátel, potíže mladších příbuzných a také finanční problémy, které mohou být zásadním faktorem snižujícího se pocitu vlastní hodnoty a přibývání depresivních symptomů. Vliv těchto událostí na člověka je však závislý na typu jeho osobnosti a socioekonomické situaci. Dobře integrovaná osobnost se například dokáže vyrovnat se stresem.

Špaténková s odkazem na Alana popisuje následky penzionování následovně:

- *„ztrátu profese a s ní spojenou změnu identity (z člověka jako nositele určité profese se stává starobní důchodce- ve většině společností se tím snižuje jeho sociální status),*
- *omezení nebo ztrátu sociálních kontaktů se spolupracovníky,*
- *snížení materiálního standardu (závislost na sociálních příjmech: starobního důchodu, sociálních dávek),*
- *radikální změnu životního stylu a nutnost vytvoření stylu nového (reorganizace času, jeho náplně)“*³⁸

A uvádí také možné způsoby adaptace na starobní důchod

- *„individuální potřeba práce,*
- *pracovní (případně jiné) uplatnění,*
- *další možnosti seberealizace,*
- *sociální potřeby,*
- *potřeby finanční,*
- *předdůchodové pracovní podmínky,*
- *u manželů realita či plány týkající se penzionování partnera apod.“*³⁹

³⁶ SMÉKAL, V. Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení, Brno: Barrister & Principal, 2009, str. 342

³⁷ HAYES, N. *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál, 2009, str. 22-23

³⁸ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 31

³⁹ Tamtéž, str. 31

2.2. Sebepojetí

Macek poukazuje v souladu s Markusovou (1977) na to, že „Jeden z významných počinů, který vedl k zvýšenému zájmu o organizaci poznatků v rámci sebepojetí, bylo uvedení teorie sebeschémat či schémat já (self- schemas). Schémata zde chápeme jako vodítka pro člověka, kdy a které informace bude považovat za relevantní k vlastnímu já a které ne. Schémata fungují jako filtr informací, které subjekt použije ke svému já.“⁴⁰ Hayes s odkazem na Barona a Byrne vysvětluje sebeschéma jako představu, kterou máme vytvořenou sami o sobě. Sociální schémata, která uplatňujeme v rozličných situacích, neusměrňují jen jednání, řídí taktéž samotné poznávání. Povaha vzpomínek bude například záviset na tom, jaká schémata či scénáře jsme uplatnili při zapamatování. Svým způsobem bychom konstrukt sebeschématu mohli označit za model, který nám pomáhá pochopit, jak asi probíhá každodenní společenský styk a jak funguje společenské vědomí. Díky teorii sociálního schématu můžeme seskupovat různé druhy sociálního vědomí, které lidé užívají v každodenních interakcích.⁴¹

Kliment vysvětluje Jáství jako „převážně získanou složkou osobnosti, vzniká v procesu interakce jedince s ostatními lidmi, nacházející se v jeho sociálním prostředí. V průběhu života prochází Jáství neustálým vývojem, jeho proměna se odráží v nabývání stále nových zkušeností, jakož i v neustálých proměnách vidění sebe sama.“⁴²

Podstatou funkce sebepojetí je udržet relativně konzistentní a aktualizovaný pohled na sebe sama a to aniž by se narušila psychická identita jedince. Konzistentnost a stálost sebepojetí se udržuje například pomocí tzv. obranných mechanismů: popření, vytěsnění, izolace apod.⁴³

Sebepojetí je souhrnem názorů na sebe, na své místo ve světě, a v tomto smyslu je souhrnem pocitů, jimiž prožíváme spokojenost nebo nespokojenost atd.⁴⁴ „Sebepojetí staršího člověka se pod tlakem okolností mění, někdy velmi zásadním způsobem. Stárí je dobou ztrát mnoha rolí a úpadku různých kompetencí, které byly do této doby nezpochybnitelnou součástí

⁴⁰ MACEK, P. Sebesystém, vztah k vlastnímu já. In J. Výrost & I. Slaměník (Eds.). *Sociální psychologie*. Praha: Grada, 2008, str. 96

⁴¹ HAYES, N. *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál, 2009, str.

⁴² KLIMENT, P. *Psychologie osobnosti pro andragogy: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 67

⁴³ Tamtéž, str. 70

⁴⁴ SMĚKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení*, Brno: Barrister & Principal, 2009, str. 368

identity. Osobně významné minulé role a kompetence zůstávají součástí identity staršího člověka, i když už jen na symbolické úrovni.“ *Sebepojetí staršího člověka velice významně ovlivňuje jeho zdravotní stav.*“⁴⁵ Termín sebepojetí (self-concept) je často používán pro označení celé vlastní tzv. jánské zkušenosti, pojem identita nabírá tolik významů, že s určitou nadsázkou lze říci, že vlastně svoji identitu téměř ztratil. Pojem sebepojetí jen málokdy není vnitřně strukturován, obvykle je tvořen nějakými prvky, které jsou uspořádány do určitého celku, a to na různých úrovních obecnosti. Málokdy jde o čistou kognici samu o sobě. Mnohem častěji se se na ni váže určité sebehodnocení, které se odvíjí od konfrontace vnímaného obrazu sebe s určitými osobními či sociálními standardy.⁴⁶ Základním aspektem sebeuvědomování v rámci sebeobrazu je pocit totožnosti, vědomí „Kdo jsem“ a „Kam patřím“. Tento pocit je i jádrem osobní identity.⁴⁷

3. SENIOR

Jednoznačně nelze charakterizovat, kdo přesně je starý člověk, a to především proto, že každý stárne jinak. Haškovcová cituje definici WHO, která charakterizuje, kdo je starý člověk „*stařecký věk neboli senescence obdobím života, kdy se poškození fyzických či psychických sil stává manifestní při srovnávání s předešlými životními obdobími.*“⁴⁸ V současné době se odlišují jednotlivá časová období života, kdy je člověk jen starší a kdy se už nachází ve vyzrálém stáří. Avšak toto členění je pouze orientační.⁴⁹

Čornaničová člení seniorské věkové období následovně:

„60-74let	<i>rané stáří, starší věk; jednotlivec je označován jako starší člověk, z hlediska gerontagogiky hovoříme o mladých seniorech</i>
75-89 let	<i>vlastní stáří, jednotlivec je označován jako starý člověk, v gerontagogice pak starý senior</i>

⁴⁵ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007., str. 306-307

⁴⁶ TYRLÍK, M, ed., MACEK, P, ed. a ŠIRŮČEK, J, ed. *Sebepojetí a identita v adolescenci*, Sebepojetí a identita, str. 5-6

⁴⁷ SMĚKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení*, Brno: Barrister & Principal, 2009, str. 344

⁴⁸ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 20

⁴⁹ Tamtéž, str. 140-141

„Pro seniorské věkové období se také často používá termín postproduktivní věk, který byl přejat z ekonomické literatury. Z gerontagogického hlediska je však jeho používání považováno za neadekvátní. V novější sociologické literatuře se např. u Rabušice setkáváme s termínem ekonomicky postaktivní věk.“⁵¹

Jednou z možností, jak také kategorizovat starší lidi, je odvozování spíše od dělení periody stáří na tzv. třetí a čtvrtý věk. Třetí věk je charakterizován prostřednictvím nezávislosti a aktivity a čtvrtý věk už se vyznačuje určitou závislostí na druhých při zajišťování základních potřeb.⁵² Hasmanová Marhánková s ohledem Lasletta (1991) uvádí „koncept „třetího věku“ pro pochopení změn, jež tyto demografické trendy přinášejí pro pozici stáří v individuální biografii. Ve své knize rozpracovává představu životního běhu rozděleného do čtyř věků.“⁵³ Popisuje ve své práci třetí věk, v pozitivním slova smyslu, jako období osobního naplnění. Podle něj, život v důchodu otevírá a nabízí nové možnosti, které pomáhají budovat identitu na jiných nových základech.⁵⁴

3.1. CHARAKTERISTIKA RANÉHO STÁŘÍ (60-75 LET)

Práce se bude soustřeďovat nejvíce na tzv. rané stáří (60-75 let), které je popisováno jako období relativní svobody, kdy skrze opuštění některých rolí (matka, otec, zaměstnanec, zaměstnavatel) má starší člověk možnost se věnovat svým potřebám a zájmům. Toto období zároveň přináší i určité nevyhnutelné ztráty jako je například ztráta životního partnera, které mají nevyhnutelný dopad i na formování identity. To částečně poukazuje i na určitou dualitu lidského života, kdy první část života je naše existence úzce provázána se společností a oproti tomu druhá polovina života by měla být orientována na rozvoj vlastní osobnosti. V současné společnosti ve vztahu k identitě je kladen důraz na zachování kompetencí a osobní autonomie.⁵⁵ Velký sociologický slovník definuje stárnutí ze dvou pohledů. Jeden je čistě

⁵⁰ PETŘKOVÁ, A. a ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, str. 27

⁵¹ Tamtéž, str. 27

⁵² ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009, str. 184

⁵³ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013., str. 29

⁵⁴ Tamtéž, str. 29

⁵⁵ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007, str. 299- 302

biologický a chápe tedy stárnutí jako proces s postupujícím opotřebováním, kdy se začíná negativně objevovat úbytek energie, projevuje se únava, stagnace atd. Druhá rovina je sociální, kdy se s kategorií stárnutí spojuje i řada pozitivních vlastností, např. nárůst zkušeností, rozvahy, moudrosti, intelektuální zdokonalování, stabilizace hodnotových vzorců atd. Dále ve Velkém sociologickém slovníku nalezneme i vymezení pojmu stáří, který je zajímavý především upozorněním, že stáří nelze definovat biologickým věkem především z toho důvodu, že interindividuální rozdíly fyzického a psychického stavu stejně starých lidí jsou značné. Na stárnutí se tedy díváme jako na proces, který probíhá po celý život.⁵⁶

Vágnerová odkazuje na Eriksonovu psychosociální teorii, kde uvádí, že je hlavním vývojovým úkolem stáří dosáhnout integrity v pojetí vlastního života. Součástí integrity jsou i dosažené zkušenosti, úspěchy a pozitivní zážitky, které staršímu člověku zůstávají navždycky, jsou tedy součástí jeho osobnosti.⁵⁷ Právě díky Eriksonově novému tzv. velkoplošnému přístupu k osobnosti, kdy se věnuje nejen celistvému pohledu na psychický vývoj člověka, ale výrazněji se zaměřuje i na koncept identity. Prvotní zformování identity se uskutečňuje v období adolescence, nicméně její význam je celoživotní. Dosažení a ukotvení identity je charakterizováno pocitem stability, vlastní celistvosti, tedy dosažení pocitu osobní stability a také pocitem vlastní sociální hodnoty a podpory od druhých. Tento proces určitého sjednocení je velmi klíčový.⁵⁸ Je tedy důležité si uvědomit, že utváření identity není jednorázové, identita se utváří po celý život, tudíž identitu chápeme jako proces, který pokračuje i v seniu. Klasická podoba stáří (důchod, vyvázání, smrt) jsou nahrazovány různými druhy životních stylů. Stáří se stalo více heterogenní.⁵⁹

Je třeba respektovat různorodost, která existuje celkově mezi staršími lidmi. Na odlišnosti stárnoucích lidí má vliv i to, kde tj. v jakém prostředí, daný člověk žil v průběhu celého svého života, co prožil, jak s tím zápasil, jak to zvládal, jak se s tím, co ho potkalo, vyrovnával, jak ho to vše ovlivnilo.⁶⁰

Samotná seniorská populace vykazuje určité charakteristické rysy. Heterogenita seniorů dle Mühlpachra je dána například:

⁵⁶ LINHART, J. ed. *Velký sociologický slovník*. Sv. 1, A-O. Praha: Karolinum, 1996., str. 1217- 1218

⁵⁷ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007, str. 299- 302

⁵⁸ HŘEBÍČKOVÁ, M., ed., MACEK, P., ed. a ČERMÁK, I., ed. *Agrese, identita, osobnost*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR, 2003, str. 181- 182

⁵⁹ PETROVÁ KAFKOVÁ, M. *Šedivější hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013, str. 24-25

⁶⁰ KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011. str. 40

- různou mírou rozvoje jedinečných vloh a osobnostních rysů
- různou mírou chorobných změn
- interindividuální variabilitou involučních biologických dějů
- životními událostmi, zkušenostmi a návyky, včetně vzdělání a kariéry
- hodnotovým systémem, životními názory, aspirací
- různým sociálně ekonomickým zázemím- majetku, bytových podmínek a bytové situace – osamělost, ovdovění, počet dětí a vztahy mezi nimi.⁶¹

Z těchto bodů vyplývá, že senioři, přestože mají některé rysy společné, se liší jak ve své zdatnosti a životních podmínkách, tak ve svých potřebách a nárocích. Tudíž je nezbytný individuální přístup respektující a ctící v každém člověku jeho neopakovatelnou jedinečnost.⁶²

Petřková a Čornaničová tvrdí, že „*Heterogenost seniorské populace je dána obecně platnou jedinečností schopností a osobnostních vlastností, variabilitou involučních biologických procesů a různou mírou chorobných změn. Svůj podíl na této charakteristice má dále sociálně psychologický kontext: životní události, zkušenosti a znalosti jednotlivců, včetně zkušeností se vzdáváním a profesní kariérou, životní způsob, hodnotový systém, aspirace a očekávání, v neposlední řadě i různé sociálně ekonomické zázemí*“⁶³ Když hovoříme o proměnlivosti seniorské populace máma tím na mysli, že každá generace seniorů si do svého stáří nese jedinečné znalosti, zkušenosti a potřeby, které se vzájemně liší. Vliv na heterogenost stáří má také i to, že jednotlivé generace seniorů se liší svými nároky a vzdělanostní strukturou a mírou aktivity.⁶⁴

Jako riziková se ukazuje doba, kdy člověk opouští pracovní proces a odchází do důchodu. Tento krok je propojen se ztrátou starých jistot, zatímco nové se získávají složitě a pomalu.⁶⁵ Člověk usiluje o emocionální vztahy s lidmi obecně, snaží se zaujmout pozici ve skupině, má potřebu intimních vztahů apod. S přibývajícím věkem a novými zkušenostmi se rozšiřuje repertoár osob, vůči kterým jedinec potřebu náležení vztahuje. Ztráta vazeb má často negativní zdravotní důsledky, vede k adaptačním obtížím a ke ztrátě osobní pohody.⁶⁶

⁶¹ MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika. Brno: Masarykova univerzita, 2004., str. 37

⁶² Tamtéž, str. 37

⁶³ PETŘKOVÁ, A. a ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, str. 28

⁶⁴ Tamtéž, str. 28

⁶⁵ ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009, str. 192

⁶⁶ TYRLÍK, M, ed., MACEK, P, ed. a ŠIRŮČEK, J, ed. *Sebepojetí a identita v adolescenci*, str. 39

„Jde o období, které je na jedné straně osobně voleno a na straně druhé je produktem společenských okolností.“⁶⁷ Specifickým znakem stáří je zaměřenost na vztahy k lidem a potřeba být pro ostatní nějak prospěšný a užitečný. Pro staršího člověka je podstatné, kam a ke komu patří, jelikož jeho identita je vázaná na příslušnost k určitým lidem, sociální skupině a místu a v neposlední řadě je velmi důležitou složkou identity i rodina. V tomto věku je ještě o něco významnější, než byla dřív. Skrze rodinu starší člověk upevňuje svoje role a rovněž se skrze ni definuje a určuje.

Závěrem této kapitoly je nutno zdůraznit, že i když je třetí věk obdobím života, ve kterém dochází k zásadním změnám ovlivněných stárnutím, nemusí tyto změny být ještě tak zásadní, aby staršímu člověku znemožnily aktivní a nezávislý život.⁶⁸

3.2. ROLE SENIORA

Hayes vysvětluje sociální roli následovně „každodenní život se děje podle scénáře, tedy na podobném principu jako divadelní hra, vyvstává otázka, odkud znají herci své úlohy. Můžeme dojít k závěru, že pro porozumění životu je klíčové znát pojem role. Všichni lidé hrají tedy role a ostatní kolem nás hrají zase ty svoje. Během jednoho dne my všichni vystřídáme pravděpodobně mnoho rolí, ať už dlouhodobých či krátkodobých. Sociální role se vždy uskutečňuje ve vztahu k jiné osobě. Hayes s odkazem na Goffmana (1959) tvrdí, že role, které hrajeme jako součást každodenního společenského života, se postupně internalizují a nakonec se stávají součástí vlastního já, součástí osobnosti.“⁶⁹

Role se zvnitřňuje jako identita, tudíž identity jsou zvnitřněné role. Z toho vyplývá, že sebehodnocení je hodnocením své identity a role je primární složkou identity.⁷⁰ Ort vymezuje roli, jako předpokládaný způsob chování jedince v určité sociální situaci, pro kterou je dána konkrétní společenská norma. Jandourek definuje sociální roli jako „*souhrn očekávaných jednání vůči jedinci, který zastává určitou sociální pozici. Sociální role rozděluje podle toho, co může být od aktéra očekáváno v dané sociální situaci.*“⁷¹

⁶⁷ PETROVÁ KAFKOVÁ, M. *Šedivější hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013, str. 17

⁶⁸ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007, str. 299- 307

⁶⁹ HAYES, N. *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál, 2009, str. 10

⁷⁰ HŘEBÍČKOVÁ, M., ed., MACEK, P., ed. a ČERMÁK, I., ed. *Agrese, identita, osobnost*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR, 2003, str. 202

⁷¹ JANDOUREK, J. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2001, str., 207-208

Ort popisuje očekávané role seniora následovně:

- „*role prarodiče*
- *role nemocného či pacienta*
- *role soběstačného hospodáře v domácnosti*
- *role příbuzného*
- *role manžela nebo manželky, později vdovce, vdovy*
- *role pracujícího důchodce- brigádníka*
- *role souseda*
- *role aktivisty v činnostech volného času*
- *role pamětníka, veterána*
- *role rádce, poradce, experta*
- *role pečovatele o velmi staré rodiče*
- *role občana – voliče.*“⁷²

Jako klíčovou roli bychom chtěli zdůraznit prarodičovství a aktivitu v činnostech například navštěvování univerzity třetího věku. Těmto rolím se více věnujeme v kontextu aktivního stárnutí v další kapitole.

Uvědomujeme si a výše v práci bylo i zmíněno, že senioři jsou značně heterogenní a proto vzhledem k tomuto se v naší práci budeme zaměřovat pouze na tzv. aktivní seniory, kteří reprezentují koncept aktivního stárnutí.

⁷² ORT, J. *Kapitoly ze sociologie stáří: (společenské a sociální aspekty stárnutí)*., Pedagogická fakulta, 2004.str. 18- 25

4. POJETÍ A OBRAZ AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

V současné společnosti, kdy převládá kult mládí a fyzický vzhled je zdůrazňován, se starší lidé dostávají do periferie zájmu společnosti. Dokonce jsou mnohdy až neviditelnými, skoro jako by je společnost ani nechtěla vidět. Avšak je pravdou, že v posledních letech se tento postoj ke stáří a starým lidem už začíná měnit. Mnozí starší lidé se brání stereotypním rolím, které si společnost utvořila o seniorech a stáří. Z tohoto důvodu senioři hledají nové aktivity a způsoby seberealizace. Díky této snaze se současně mění i význam stárnutí.⁷³ Změna nastává především v tom směru, že je více kladen důraz na jednotlivá individua a na jejich osobní odpovědnost, a tak se stárnutí stává individuální životní trajektorií. Téma aktivního stárnutí se rozvinulo společně s upozorněním na populační stárnutí a je spojeno i se změnou postojů ovlivněných postmoderní dobou, kdy se role seniorů mění.⁷⁴ Postupem času se klíčovou odezvou na populační stárnutí tedy stává koncept aktivního stárnutí. Světová zdravotnická organizace (WHO), zdůrazňuje, že v případě aktivního stárnutí je prospěšný jakýkoliv podíl na životě společnosti, tedy ne jen ten nutně aktivní.⁷⁵ Seniorům a jejich pojetí aktivně tráveného času se věnují především společenské vědy, i když tento zájem se objevuje až v současnosti s přechodem společnosti tradiční ve společnost moderní.⁷⁶

Aktivní stárnutí vystupuje v současném gerontologickém diskurzu i ve vládních a mezinárodních dokumentech jako univerzální obraz pozitivní vize stárnutí. Příkladem je vyjádření podpory konceptu aktivního stárnutí ze strany Evropské unie, která vyhlásila rok 2012 rokem aktivního stárnutí.⁷⁷ Koncept aktivního stárnutí slibuje nabídnout na jedné straně jedinci způsob a možnost, jak zvládat vlastní stárnutí, na straně druhé také společnosti vypořádat se s vzrůstajícím podílem stárnoucích v populaci. I přes všeobecné přijímání aktivního stárnutí existuje mnoho definic. Ovšem všechny koncepty aktivního stárnutí mají společné to, že zdůrazňují potřebu podpory zachování aktivity ve vyšším věku.⁷⁸ Což potvrzuje i Green, který cituje z Harrisnova Dictionary of Gerontology následovně: „*Teorie aktivity zdůrazňuje, že je pokračování a vykonávání rolí, a tvrdí, že čím více aktivní starší lidé*

⁷³ GIDDENS, A. *Sociologie*. Vyd. 1. Praha: Argo, 1999, str. 153- 154

⁷⁴ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J.. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. str. 32

⁷⁵ PETROVÁ KAFKOVÁ, M. *Šedivější hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013, str. 28- 29

⁷⁶ DOPITA, M. Věk: Stáří – Role: Prarodič. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005

⁷⁷ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt*: Sociologické nakladatelství, 2013. str. 33, 10-11

⁷⁸ PETROVÁ KAFKOVÁ, M. *Šedivější hodnoty*. Brno: MUNI, FSS, 2013 str. 11-12

jsou, tím vyšší je jejich životní spokojenost a morálka. Starší osoby, které jsou v optimálním stavu, jsou ti, kteří si našli náhrady za činnosti a úkoly, kterých se byli nuceni vzdát“⁷⁹

Mimo jiné koncept aktivního stárnutí můžeme vnímat i jako pozitivní odpověď na demografické trendy, které obrátily pozornost směrem ke stáří. Mnohdy je demografické stárnutí vnímáno jako hrozba společnosti a vede tedy k určité demografické panice. Zatímco koncept demografické paniky staví na předpokladu, že stáří je obdobím nečinnosti a pasivity, naopak reprezentace aktivního stárnutí zdůrazňuje potenciál seniorů a jejich aktivitu na trhu práce i mimo něj, z čehož vyplývá určitá ambivalentnost. Koncept aktivního stárnutí je vymezen vůči negativním podobám stárnutí, jako je pasivita či záměrné stranění se ostatních lidí.

Lze považovat aktivní stárnutí za to správné? Koncept aktivního stárnutí v mnoha směrech mění stereotypní představy o stáří, zároveň však v sobě nese potenciál vytvářet skrze tyto pozitivní reprezentace nové formy nerovností založené na schopnosti či ochotě jednotlivých aktérů těmto novým odpovědným vizím stárnutí dostát. Koncept aktivního stárnutí tak se svým poselstvím vytváří propast mezi těmi, kteří stárnou dobře, a těmi, kdo stárnou špatně. Zároveň je také důležité si uvědomit, že přílišný důraz na aktivitu zároveň problematizuje i fyzická omezení, která jsou velmi úzce spojená se stárnutím organismu. Proto v nás koncept aktivního stárnutí může vyvolat otázku, zdali je to opravdu to správné a dobré stárnutí? Jakkoliv se mohou jednotlivé přístupy k aktivnímu stáří lišit, vždy v jejich rámci můžeme vysledovat silný společný motiv. Aktivní stáří je především stářím pozitivním, anebo je tak na první pohled vnímáno. Podstatné je si uvědomit, že hlavním mechanismem, který utváří konstrukci aktivního stárnutí jako stáří dobrého je samotná idea aktivity.⁸⁰

Vyčleňování se vůči neaktivním seniorům můžeme považovat také za náznak jakýchsi nových nerovností vznikajících právě díky aktivnímu stárnutí. Samotný koncept aktivního stárnutí se zdá být z určitého pohledu diskriminační, neboť je potřeba připustit, že ne každý senior má dobré finanční, zdravotní či jiné podmínky pro to, aby mohl docházet například do center pro seniory, dále se vzdělávat, anebo třeba pečovat o vnoučata.⁸¹ Úspěšné stárnutí definuje Hartl a Hartlová jako „*Snaha seniorů o zdravý životní styl, začlenění do veřejně*

⁷⁹ GREEN, B. *Gerontology and Construction of Old age*. New Jersey: Transaction Publishers, 2009, str. 143

⁸⁰ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: SLON, 2013. str. 12; 31; 81- 82-83

⁸¹ PATSCHOVÁ, N. *Dědečkové vs. babičky. Prarodičovství v kontextu aktivního stárnutí*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2014, roč. 3, 51–73 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/04_Dedeckove_vs_babicky_Patschova.pdf, str. 55

prospěšné činnosti, vytváření pozitivních vztahů k okolí a vzájemného pochopení mezi mladou a starou generací; rozhodující je aktivita, úspěšné pěstování nejrůznějších činností; pokud je součástí také učení, ukazuje se, že mívá nejsilnější motivační účinky.“⁸²

Petrová Kafková s odkazem na Walkera poukazuje na koncept sedmi principů, jenž má být komplexní odpovědí na výzvu, kterou nám populační stárnutí předkládá. Všechny sedm principů poukazuje na vztah mezi občanem a státem. Toto pojetí aktivního stárnutí i přes snahu o maximální inkluzivní přístup považujeme spíše za strategii normativní, a která klade na jedince značnou odpovědnost. A může se tak stávat určitým nebezpečím, které rozlišuje jednotlivce na správně a špatně stárnoucí. Kdybychom se pokusili o shrnutí, můžeme tvrdit, že v současnosti dochází k propojení stárnutí a aktivity. Participace je prezentována jako řešení jak pro společnost, tak i pro jednotlivce. Samotný koncept aktivního stárnutí se pokouší být co nejvíce inkluzivní, ale skrývá v sobě nebezpečí, že se stane vyčleňující ty, kteří nemohou dostatečně naplnit představy o aktivitě. Navzdory tomu je koncept aktivního stárnutí vnímán jako užitečná strategie.⁸³

4.1. PRARODIČOVSTVÍ JAKO SOUČÁST AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

Procesy modernizace vedly ke změně podoby tradiční vícegenerační rodiny, což má mimo jiné i za následek, že většina prarodičů má vlastní domácnost a na rodinách svých dětí nejsou sociálně závislí. V některých případech prarodiče ekonomicky pomáhají neúplným rodinám dcer samoživitelek. Naproti tomu mladá rodina může prarodiče a okolní svět propojovat a zabraňovat tak sociální izolaci seniorů. A samozřejmě v ideálním případě senior-prarodič ručí za udržování a předávání tradic a rituálů.⁸⁴

Dopita cituje Mueller s kolegy, kteří identifikovali pět typů prarodičů:

- Prvním typem jsou ovlivňující prarodiče.
- Druhým typem jsou prarodiče podporující
- Třetím typem jsou pasivní prarodiče
- Čtvrtým typem jsou prarodiče orientovaní na autoritu.

⁸² HARTL, P. a HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. Praha: Portál, 2009, str. 562

⁸³ PETROVÁ KAFKOVÁ, M. *Šedivější hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013, str. 30-31- 39

⁸⁴ ORT, J. *Kapitoly ze sociologie stáří: (společenské a sociální aspekty stárnutí)*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta, 2004., str. 26

- Posledním, pátým, typem jsou odloučení prarodiče.⁸⁵

Nelze popřít, že zapojení prarodičů do péče o vnoučata je nedílnou součástí fungování rodinných vazeb. S postavením prarodičovství souvisí i faktory, které seniory ovlivňují nepřímo, například rostoucí vliv rozvodovosti v této souvislosti, vzrůstá poptávka po zapojení prarodičů, kteří se tím dostávají do určité role náhradních rodičů. Značně se mění představy o charakteru života v důchodu i o stáří. S odkazem na Katze Dopita vysvětluje, že představy o pasivním stáří se proměňují a „jsou *střídaný obrazy stáří jako výzvy či příležitosti. Aktivita, se stává klíčovým rámcem obklopujícím současné reprezentace stárnutí*.“⁸⁶ Je však otázkou, jak moc ovlivňují nové představy o stárnutí pozici prarodičovství. A do jaké míry je role prarodičovství součástí obrazů seniorského věku, kultur stáří anebo přímo úvah o aktivním stárnutí?⁸⁷

Změna role prarodiče se nepochybně proměnila, dokazuje to i fakt, že většina z nás zná alespoň jednoho svého prarodiče, to je také ovlivněno stále se zvyšujícím věkem dožití. Nejen, že se snižuje úmrtnost, ale délka prarodičovské role se prodlužuje, a proto i vztahy mezi prarodiči a vnoučaty přetrvávají například až do rané dospělosti dětí. Pro mnoho prarodičů je role prarodičovství důležitá, ale není pouze jedinou hlavní rolí. Vzhledem k tomu nelze vidět péči o vnoučata pouze jako jedinou oblíbenou aktivitu seniorů. Samozřejmě samotné prožívání prarodičovství je značně heterogenní. Politika aktivního stárnutí mnohdy opomíjí zdůraznit i péči o rodinu za součást aktivního stárnutí. Z toho můžeme vyvozovat, že péče o vnoučata není vnímána jako dostatečně aktivní, aby byla považována za součást aktivního stárnutí.⁸⁸

⁸⁵ DOPITA, M. Věk: Stáří – Role: Prarodič. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2005str. 13; 37

⁸⁶ DOPITA, M. Věk: Stáří – Role: Prarodič. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2005str. 13; 37

⁸⁷ Tamtéž, str. 13; 37

⁸⁸ PATSCHOVÁ, N. *Dědečkové vs. babičky. Prarodičovství v kontextu aktivního stárnutí*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2014, roč. 3, 51–73 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/04_Dedeckove_vs_babicky_Patschova.pdf, str. 53- 55

4.2. Vzdělávání jako součást aktivního stárnutí

Vzdělávání seniorů je samostatná sféra vzdělávání dospělých a odlišuje se především výhradním zaměřením na lidi v seniorském věku. Již od poloviny 20. století se profiluje samostatná věda zvaná gerontagogika, koncipovaná původně jako teorie výchovy a vzdělávání pro stáří a ve stáří. Od gerontagogiky odlišujeme gerontologii, jenž je komplexní naukou o stárnutí a stáří v obecném pojetí.⁸⁹

V edukaci seniorů hraje výraznou roli snaha o poskytnutí kvalitnějšího a důstojnějšího života. „Edukační aktivity jsou často zaměřeny na prevenci hrozících deficitů, příp. na jejich odstranění a kompenzaci; hlavním cílem tohoto působení je udržení tělesných a intelektuálních sil.“⁹⁰ Výrazným znakem edukace seniorů je dobrovolnost, senioři se vzdělávají především a hlavně dobrovolně.⁹¹

Benešová s odkazem na Petřkovou a Čornaničovou (2004) vysvětluje, že cílem vzdělávání seniorů není jen získávání vědomostí a dovedností, cílem je rozvíjení schopností, obohacení znalostmi a osobní růst. Cíle se také mohou měnit ve vztahu k věkovému období, ve kterém se jedinec nachází.⁹²

Vzdělávání seniorů má svůj význam ve dvou základních rovinách a to ve vztahu k seniorovi jako jednotlivci a ve vztahu ke společnosti. Z pohledu seniora- jednotlivce je vzdělávání chápáno např.

- jako podpora pro úspěšný přechod a adaptace na změnu způsobu života ve stáří
- pomáhá ke zlepšení schopnosti se samostatně rozhodovat
- pomáhá zlepšení orientace v neznámých situacích člověka
- získání nadhledu atd.

Současní senioři v porovnání se svými předchůdci projevují vyšší míru aktivity, mají k dispozici velkou nabídku zájmů a jsou i lépe finančně zabezpečeni. Samozřejmě svou roli hraje i transformace rodiny konkrétně rozpad tradiční vícegenerační rodiny, která automaticky přisuzovala prarodičovskou roli babičkám a dědečkům. Senioři jsou oprostěni od těchto tradičních rolí, mohou naplňovat svůj čas vzděláváním, cestováním a společenskými

⁸⁹ ŠERÁK, M. Zájmové vzdělávání dospělých. Praha: Portál, 2009. str. 189

⁹⁰ ŠERÁK, M. Zájmové vzdělávání dospělých. Praha: Portál, 2009, str. 189

⁹¹ BENEŠOVÁ, D. Gerontagogika: vybrané kapitoly. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, str. 95

⁹² Tamtéž, str. 97

aktivitami.⁹³ „Z pohledu společnosti pomáhá vzdělávání seniorů utvářet pozitivní názor na stáří a přispívá k vnímání plnohodnotného životního stylu ve stáří.“⁹⁴

4.3. ÚČASTNÍK U3V JAKO OBRAZ A POJETÍ AKTIVNÍHO SENIORA

Vzdělávací motivy v seniorském věku jsou především úsilí seniorů o potvrzení sebe sama, o řízení svého vlastního života a o získání kontroly nad ním i nad prostředním, které je obklopuje. Vzdělávací aktivity v tomto životním období formují a rozvíjí osobní růst seniorů.⁹⁵ Vzdělání seniorů už není primárně zaměřeno na profesní přípravu, ale plní další důležité funkce. „Například funkci preventivní, neboť pozitivně ovlivňuje proces stárnutí a kvalitu života, rehabilitační, protože udržuje, případně rozvíjí duševní síly seniorů, posilovací, protože rozvíjením zájmu podporuje kultivovaný obsah volného času, a komunikační, neboť uvádí seniora do společenství lidí, s kterými může povídat a rozvíjet přátelské vztahy.“⁹⁶ Má-li mít život smysl, je potřeba mít nějaký úkol a cíl. Díky univerzitě senioři dostávají možnost seberealizace a třeba i nového životního naplnění.⁹⁷ Nicméně je důležité si uvědomit, že studium na univerzitě třetího věku nenahrazuje vysokoškolské vzdělání ani v případě, že je přísně institucionalizované.⁹⁸ Dále je velmi podstatné to, že ne každý senior je tzv. studijní typ a také nezapomínejme, že seniorská populace je velmi různorodá.⁹⁹

Petřková a Čornaničová uvádějí nejčastější potřeby a motivy seniorů k účasti na edukačních aktivitách:

- **„kognitivní potřeby a zájmy** ((potřeba rozšířit, doplnit či prohloubit stávající poznatky, potřeba získat si nové poznatky, potřeba orientovat se v současném společenském dění apod.),
- **sociální potřeby** (potřeba kontaktu s vrstevníky, potřeba překonat pocity osamocení, potřeba společenství s jinými v nejširším slova smyslu),
- **potřeba aktivity, produktivnosti, smysluplné činnosti, potřeba být užitečný,**

⁹³ ŠERÁK, M. Zájmové vzdělávání dospělých. Praha: Portál, 2009, str. 188

⁹⁴ BENEŠOVÁ, D. Gerontagogika: vybrané kapitoly. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, str. 98

⁹⁵ BOČKOVÁ, V. & PETŘKOVÁ, A.. Univerzita 3. věku jako specifická forma vzdělávání dospělých, 1997, str. 65

⁹⁶ HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 129

⁹⁷ PETŘKOVÁ, ed., TILICH, ed. a ZIMKOVÁ, ed. Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory: (Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí). Olomouc: Vyd. Univerzity Palackého, 1997, str. 46

⁹⁸ PETŘKOVÁ, A, ed. Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999, str. 50

⁹⁹ HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 127

- ***potřeba kompenzovat pocíťované nedostatky, a to jak ve sfěře intelektuální tak emocionální.*** ¹⁰⁰

Můžeme dojít k závěru, že společným motivem seniorů ke vzdělávání je jich snaha o potvrzování identity a také získání kontroly nad svým životem a okolním prostředím. ¹⁰¹

Vzdělávání je dnes chápáno už jako proces celoživotní. Jedním z důležitých požadavků celoživotního vzdělávání je, aby příležitost k němu měli skutečně všichni. Cílem je, aby byly vytvořeny takové podmínky, které zajistí potřebu a možnost lidí se vzdělávat v průběhu celé své životní etapy. Zájem odborníků o vzdělávání stárnoucích lidí je spojen i s konstruováním nové vědní disciplíny gerontagogiky, která se těmito otázkami zabývá. ¹⁰² Jde o systém celoživotního vzdělávání, jehož smyslem je nabídnout seniorům druhý životní program, aktivovat je a nepřipustit sociální vyloučení. Jedním z hlavních cílů vzdělávání seniorů je smysluplně kultivovat čas stárnoucích dní.

Různé instituce se zapojují do vzdělávání seniorů, a snaží se seniorům pomáhat v jejich nové životní situaci, která je dána například odchodem do důchodu. Mezi tyto instituce, které se zaměřují, na vzdělávání senioru patří dle Špaténkové:

- univerzity třetího věku;
- akademie třetího věku;
- univerzity volného času;
- kluby seniorů.

Univerzity třetího věku představují pravděpodobně nejznámější edukační instituci pro seniory. ¹⁰³

Univerzita třetího věku vzniká se základní myšlenkou iniciátorů univerzity třetího věku, vytvořit druhý životní program pro ty seniory, kteří se nechtějí spokojit jen se svými koníčky. ¹⁰⁴ „*Kořeny organizovaného vzdělávání seniorů lze nalézt ve Francii, kde byla*

¹⁰⁰ PETŘKOVÁ, A. a ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, str. 68

¹⁰¹ Tamtéž, str. 68

¹⁰² MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004, str. 132

¹⁰³ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 50

¹⁰⁴ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 127

k dispozici první nabídka seniorského studia na vysoké škole. Zde má svůj počátek i univerzita třetího věku.“¹⁰⁵

Realizace U3V se neomezuje jen na studium či na účast posluchačů v různých formách výchovně vzdělávací činnosti. Příležitostně mají posluchači také možnost se zúčastnit i doplňujících akcí, které mají většinou podobu přátelských setkání, čímž je umožněno se blíže poznat, navazovat přátelství anebo pomáhat ve studijních otázkách. Nepochybně mají posluchači U3V možnost využít i služeb univerzitní knihovny apod.¹⁰⁶

4.3.1. Univerzita třetího věku při UP v Olomouci

Protože jsme respondenty v našem výzkumu získávali na univerzitě třetího věku při UP v Olomouci, je třeba se v naší teoretické části věnovat i jejímu popisu.

V Československu v 80. letech 20. století bylo seniorské vzdělávání realizováno v rámci Klubu aktivního stáří a Československého kříže, který zakládal akademie třetího věku. Z akademií třetího věku poté postupně vznikaly univerzity třetího věku, byly organizovány samostatně na vysokých školách už bez pomoci Československého červeného kříže.¹⁰⁷

. Jedny z prvních univerzit třetího věku (dále jako U3V) byly založeny právě v Olomouci a Praze. U3V v Olomouci odstartovala svou činnost r. 1986. Můžeme tedy tvrdit, že U3V při UP je jednou z nejstarších univerzit svého druhu v naší republice. Nejdříve byla organizována výborem Československého červeného kříže samozřejmě ve spolupráci s dalšími institucemi například Fakultní nemocnicí v Olomouci anebo Univerzitou Palackého

V této době byla U3V koncipována jako pětiletý vzdělávací celek, co se týká, obsahu převažovala spíše témata zdravotnická. Po ukončení tohoto typu seniorské univerzity v roce 1991 se ovšem našli další pokračovatelé ideje, že je třeba vzdělávacích aktivit pro lidi starších 50 let.¹⁰⁸

¹⁰⁵ ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009.str. 194

¹⁰⁶ PETŘKOVÁ, A. a ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, str. 77

¹⁰⁷ ADAMEC, P, ed. a KRYŠTOF, D, ed. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky, 2011, str. 22

¹⁰⁸ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 53

V současnosti je standardní délka studia tři roky. První ročník je zaměřen spíše informačně-motivačně a hlavní cílem je, aby se posluchači na U3V zorientovali. Druhý a třetí ročník mají podobu tzv. specializovaných tematicky změřených běhů, které jsou realizovány příslušnou fakultou UP v Olomouci. Část respondentů, kteří se zúčastnili, našeho výzkumu byly posluchači modulů (např. Společenské vědy, Historie a archeologie), které realizuje filosofická fakulta UP.¹⁰⁹ Na webových stránkách U3V při UP v Olomouci se může dočíst, že „U3V připravuje nejrůznější edukační aktivity pro seniory – od klasických forem vzdělávání, přes aktivizační programy zaměřené na zdravý životní styl ve vyšším věku až po nejrůznější animační aktivity určené věkové kategorii 50+“¹¹⁰

5. Empirická část

5.1. Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Primárním cílem výzkumu bylo zjištění, jaké si senioři na U3V, vytváří strategie aktivního stárnutí? Protože senioři jsou, velmi heterogenní skupinou zaměřili jsme se pro účely naší práce na aktivní seniory. Přesněji na ty, kteří aktivně navštěvují kurzy volnočasových aktivit například univerzitu třetího věku. Z toho důvodu šetření bylo realizováno na Univerzitě třetího věku při UP v Olomouci.

Vedlejší výzkumné otázky jsme zvolili: Odhalit, jaké mají senioři na U3V představy o stáří? Zjistit jaký vztah mají senioři k U3V? Já role je pro seniora na U3V významná?

Uvědomujeme si, že získané poznatky nelze příliš zobecnit, vzhledem ke specifčnosti respondentů. Ale myslíme, si že i přesto je výzkum přínosný především v tom, že nám přibližuje část populace současných seniorů, kteří jsou součástí naší společnosti.

¹⁰⁹ Univerzita třetího věku na Univerzitě Palackého v Olomouci. *Informace o studiu* [online]. [cit. 2015-03-18]. Dostupné z: <http://u3v.upol.cz/info-775/>

¹¹⁰ Univerzita třetího věku na Univerzitě Palackého v Olomouci. *Filozofie a poslání univerzit třetího věku* [online]. [cit. 2015-03-18]. Dostupné z: <http://u3v.upol.cz/>

5.2. Metodologie výzkumu

Hytych tvrdí, že „*Volba konkrétního způsobu zkoumání daného výzkumného problému se odvíjí od způsobu definování předmětu a účelů výzkumu.*“¹¹¹ S ohledem k tématu výzkumu byl zvolen kvalitativní výzkum a to především proto, že tento typ se zaměřuje více na konkrétního jedince a pochopení jeho motivů, stylu jednání a hlavně v našem případě je to vhodnější přístup k zjištění faktu, jak respondenti nejen vnímají sami sebe, ale také ve vztahu ke společnosti. „*Jde o to do hloubky a kontextuálně zakotveně prozkoumat určitý široce definovaný jev a přinést o něm maximální množství informací. Logika kvalitativního výzkumu je induktivní, teprve po nasbírání dostatečného množství dat začíná výzkumník pátrat po pravidelnostech, které se v těchto datech vyskytují, formuluje předběžné závěry a hledá pro ně další oporu v datech.*“¹¹²

Pro pochopení základu kvalitativního výzkumu, nám může sloužit například pět základních postulátů, které formuloval Mayring a uvádí je Miovský:

- a) „*V centru zájmu pozornosti výzkumníka v humanitních vědách jsou vždy lidé, subjekty. Tyto subjekty, na které se vztahuje výzkumný úkol, musí být obecným východiskem a cílem zkoumání.*
- b) *Na začátku každého výzkumu musíme vždy provést co nejpřesnější deskripci předmětu.*
- c) *Předmět, který sociální vědy zkoumají, není nikdy zcela jasný a ohraničený. Je nutné stále ho blíže objasňovat za použití interpretativních metod a postupů.*
- d) *Fenomény, na které se v sociálních vědách zaměřujeme, musíme zkoumat pokud možno vždy, v jejich přirozeném každodenním kontextu.*
- e) *Zobecnování výsledků se v sociálních vědách neděje automaticky na základě předem daných (definovaných) postupů, nýbrž musí být v jednotlivých případech krok za krokem zdůvodněno a musí být přitom brán zřetel na vlastnosti předmětu a smysl, kontext.*“¹¹³

Jelikož je pojem identita velmi široký pojem, ve výzkumu jsme se zaměřili především na pojetí identity v současném životním období seniora. Samozřejmě si uvědomujeme, že nelze striktně oddělit jedno životní období od minulosti, proto byl brát i ohled na retrospekci,

¹¹¹ HYTYCH, Roman. Smrt a nesmrtelnost: sociální reprezentace smrti, str. 68

¹¹² ŠVARÍČEK, R. – ŠEĐOVÁ, K. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007, str. 24

¹¹³ MIOVSKÝ, M. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, str. 77

kteřá se při rozhovorech objevovala. Protože respondenti byli zároveň i posluchači U3V, v rozhovorech se objevovali motivy spojené s U3V.

Pro sběr dat byla záměrně využita metoda polostrukturovaného rozhovoru, která je vhodná vzhledem k tématu výzkumu, jelikož zároveň poskytuje nejen určitou míru validity, ale taktéž dává respondentovi prostor pro vyjádření. Přínosem polostrukturovaného rozhovoru je taktéž pokládání doplňujících otázek, to může vést k zpřesnění a konkretizaci, ale také je to možnost, jak upřesnit nebo si nechat vysvětlit některé odpovědi přímo od respondenta. I přes svou určitou strukturovanost, je tento typ rozhovoru poměrně flexibilní a „*Využívali kreativně možnost volné, přirozené a nenucené komunikace v místech, která to umožňují, je tím možné účastníka motivovat a využít jeho zájmu následně v místech s vyšší mírou strukturace*“¹¹⁴

5.3. Charakteristika zkoumané skupiny

Respondenti se do výzkumu zařadili na základě vlastního souhlasu a iniciativy tedy dle Miovského byla využita metoda tzv. samovýběru, která je právě založena na principu dobrovolnosti, respektive aktivního projevení zájmu tedy dle Miovského „*se jedná o situaci, kdy více potencionálním účastníkům výzkumu nabízíme možnost se do výzkumu zapojit a je na jejich volbě, zda tak učiní či nikoli.*“¹¹⁵

Jak už bylo naznačeno v teoretické části, senioři jsou značně heterogenní populace, a proto jsme se v naší práci zaměřili na aktivní seniory, přesněji na posluchače U3V při UP v Olomouci, kteří jsou zároveň i reprezentanty pojetí aktivního stárnutí. Je nutné si uvědomit, že senioři navštěvující U3V jsou svým způsobem specifickým vzorkem, proto jsme se v teoretické části snažili vysvětlit, jak pro účely naší práce chápeme seniora navštěvujícího U3V.

Univerzitu třetího věku chápeme jako „specifickou součástí celoživotního vzdělávání. Jejich základní charakteristikou je, že poskytují starším občanům (nad 50 let) vzdělávání na nejvyšší možné, tedy vysokoškolské (univerzitní) úrovni“¹¹⁶

Zkoumanou skupinou byly posluchačky na U3V při UP v Olomouci, především ženy věku do 75 let. Respondenty byly tedy primárně ženy, ovšem nebylo to původním záměrem výzkumu. Částečně to mohlo být i ovlivněno aplikací metody sněhové koule, která při

¹¹⁴ Tamtéž, str.161

¹¹⁵ MIOVSKÝ, M. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, str. 133

¹¹⁶ Univerzita třetího věku na Univerzitě Palackého v Olomouci. *Filozofie a poslání univerzit třetího věku*[online]. [cit. 2015-03-18]. Dostupné z: <http://u3v.upol.cz/>

získávání respondentů přirozeně vyplynula. Tím je myšleno, že samy respondentky doporučily svoje spolužačky z U3V. Zapojení pouze žen do výzkumu nebylo dáno úmyslně, nýbrž při získávání respondentů byl navázán kontakt především s ženami. Můžeme z toho vyvozovat, že se tak dělo díky tomu, že: „ženy, ve srovnání s muži dožívají vyššího věku. Rozdíl v průměrné délce života mužů a žen se tedy promítá výrazně do převahy žen v populaci staršího věku.“¹¹⁷

5.4. Průběh výzkumu

Prvotní oslovení a navázání osobního kontaktu s respondenty proběhlo na jedné z aktivit U3V v prosinci 2014. Během ledna 2015 prostřednictvím mailu a telefonu byli respondenti znovu osloveni a bylo jim opět nabídnuto zapojení do výzkumu, v případě souhlasu byla dohodnuta osobní setkání. Všechny rozhovory proběhly v lednu-únoru 2015 a celkem se účastnilo 5 respondentů na základě jejich vlastní dobrovolnosti a souhlasu. Část rozhovorů se realizovala na Univerzitě Palackého anebo v respondenty zvoleném prostředí, kvůli snaze se přizpůsobit jejich potřebám.

Rozhovory nahrávané na diktafon trvaly do třiceti minut, avšak mnohdy po vypnutí diktafonu následovala neformální část, která pomohla výzkumníkovi se zorientovat v některých dalších životních fázích, které jsou spjaty s tématem výzkumu. Každý respondent dal souhlas k nahrávání rozhovoru na diktafon. Po realizaci všech rozhovorů byly všechny přepsány a výzkumníkem zaslány respondentům ke schválení.

Při výzkumu byla využita i metoda sněhové koule, skrze tuto metodu byla získána 2 respondentky. „*Snowball Technique spočívá ve výběru jednotlivců, při kterém nás nějaký původní informátor vede k jiným členům naší cílové skupiny.*“¹¹⁸ Uvědomujeme si, že tato metoda získávání respondentů má své silné i slabé stránky, nicméně v našem výzkumu s ní nebyly spojeny žádné komplikace.

¹¹⁷ SKOPALOVÁ, J. *Senioři na prahu třetího tisíciletí*. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2005, str. 64

¹¹⁸ DISMAN, M. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. Praha: Karolinum, 2011, str. 114

5.5. Metody zpracování dat

Při zpracování dat z výzkumu bylo využito části zásad z metody zakotvené teorie, kódování. Kódováním se rozumí rozkrytí dat směrem k jejich interpretaci, konceptualizaci a nové integraci.¹¹⁹ Strauss a Corbinová rozlišují tři procedury, jak zacházet s analyzovaným textem- otevřené kódování, axiální kódování a selektivní kódování. Tyto procedury se nemusí používat odděleně. Představují spíše různé způsoby, jak zacházet s textovým materiálem, a výzkumník může mezi nimi podle potřeby přecházet.¹²⁰

Při analýze textu bylo využito především otevřené kódování. Otevřené kódování chápeme jako „proces rozebírání, prozkoumávání, porovnávání, konceptualizace a kategorizace údajů“¹²¹. Na základě otevřeného kódování vytvoříme seznam témat, který nám pomáhá vidět témata v celku a zároveň může podněcovat k hledání dalších témat. Tento seznam je třeba řádně organizovat třídít a kombinovat. Dále se při kódování záznamů rozhovorů mohou využít tzv. kategoriální systémy, které se používají i pro zobrazování dat. Kategoriální systémy jsou typické pro kvalitativní výzkum a utváří se ve vztahu k empirickému materiálu. Vzniklé kategoriální systémy nám pomáhají dojít k zobecnění, na jehož základě můžeme konstruovat analýzu.¹²² „Konstrukcí kategoriálních systémů se myslí návrh popisného systému kategorií pro systematickou klasifikaci a roztrídění dat, přičemž se silněji nebo slaběji vychází přímo z nashromážděných dat. Jejich pomocí uspořádáváme datový materiál tím, že ho přiřazujeme k různým nadpisům.“¹²³

¹¹⁹ HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2012..str. 246

¹²⁰ Tamtéž, str. 247

¹²¹ STRAUSS, A. L. a CORBIN, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 1999, str. 42

¹²² HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2012, str. 247

¹²³ Tamtéž, str. 211

6. Výsledky výzkumu

Haškovcová píše, že „ *Stáří samo o sobě je takové, jaké je' ale interpretace toho, co to je stáří a jaké to je být starý, je různá a může být i protichůdná, a to nejen historicky, ale i aktuálně. Dokonce i v průběhu života se týž člověk dívá na stáří různou optikou, rozdílné je přijímá a hodnotí.* “¹²⁴

V případě kvalitativní analýzy jde o nenumерické organizování dat, jejímž cílem je odhalit pravidelnosti, formy, vztahy apod. Jelikož data získaná kvalitativní analýzou nemají strukturovanou podobu dat, jsou členěna do smysluplných a vhodných jednotek, které se kategorizují podle určitého organizačního schématu.¹²⁵

Na základě analyzování proběhnutých interview vznikly čtyři hlavní kategorie, které se nejčastěji vyskytovaly a měly největší nasycenost kódů. První významnou kategorií, která vyplynula: Sociální a osobní vlastnosti, kde jsme zařadily kódy například: sociální role, odstoupení od role seniora, ztráta druhé osoby a fyzická charakteristika. Uvedené kódy byly do kategorie sociální identita zařazeny, jelikož jsou to faktory, které mají vliv na utváření sociální identity.

Druhou kategorií je Aktivní přístup k životu, kde byly zařazeny kódy: důraz na vlastní aktivitu, U3V jako seberealizace, vstup na U3V, jako terapie; zábava, vztah ke klubu seniorů

V kategorii Postproduktivní x produktivní věk se střetávají dvě části života a to je život před a v důchodu, podle toho je i nazvána tato kategorie. V souvislosti s tím jsme uvedli i tabulku, která postproduktivní a produktivní věk pomocí vzájemných kontrastů popisuje.

Kategorie Vztah společnost a senior nás informuje o tom, jak respondenti vnímají chování společnosti k seniorům.

¹²⁴ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 36

¹²⁵ HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2012, str. 269

6.1. Sociální a osobní vlastnosti

V této kategorii jsme se zabývali, kým se daný respondent cítí být a jaký vztah má k roli seniora. Na začátku všech rozhovorů byla respondentům položena otázka, za koho se považují v danou chvíli. Odpovědi na tuto otázku jsou shrnuty v následující tabulce.

Respondent A1	Respondent B2	Respondent C3	Respondent D4	Respondent E5
Starší paní, vytoužená role babičky, aktivní	Studentka, čínorodá	Matka, babička, spokojený důchodce, manželka	Babička, manželka	Žena určitého věku, babička, vdova

Respondenti některé role zdůraznili více například pro respondenta C3 „*V tuto chvíli jsem spokojený důchodce, matka, hlavně šťastná babička a manželka (...)*“¹²⁶ Anebo „*Tak za tu babičku, manželku, to je tak nejdůležitější*“¹²⁷. „*Identita je vždy silně determinována i tím, co se děje „zde a nyní*“. Macek a Šafářová s ohledem na Gergena (1991) míní, že „*si současný člověk často formuluje „identitu“, která je neuspořádaná, roztříštěná a složená z mnoha facet „já“, která jsou vnitřně propojená do jednoho smysluplného celku.*“¹²⁸ Je nesporné, že prarodičovství hraje u seniorů důležitou roli. A dokazuje to i fakt, že všechny respondentky, měly k roli prarodiče kladný vztah, ať už ve smyslu, že byly šťastnými babičkami anebo se na roli babičky těšily.

Pro jedince může být bolestné odloučení od lidí, kteří jsou nám blízcí. Vědomí naší identity je ovlivňováno okolím a vztahy k okolí. Ve dvou rozhovorech respondenti zmínili i ztrátu někoho blízkého. „*V tuto chvíli jsem žena, které bude 72 let, která bohužel před třemi lety přišla náhle o manžela a která se snaží žít (...)*“¹²⁹

¹²⁶ Rozhovor s respondentem C3

¹²⁷ Rozhovor s respondentem D4

¹²⁸ MACEK, P, ed. a ŠAFÁŘOVÁ, M, ed. *Integrativní funkce osobnosti: Brno, 2000: sborník příspěvků z konference k životnímu jubileu prof. PhDr. Vladimíra Směkala*, CSc. Brno: Masarykova univerzita, 2000. str. 99

¹²⁹ Rozhovor s respondentem E5

Významný kód, který se objevoval ve většině rozhovorů, je: odstoupení od role seniora. Ztotožnění nebo odstoupení od role seniora bylo spojeno se zdravím a taky prostředím. Vliv prostředí na ztotožnění se s rolí seniora vidím u respondenta E5 „*Když vidím kolem sebe ty vnoučata a pravnoučata, tak to jsem senior teda stoprocentně. Ale jakmile někam vyrazím, s naším senior klubem, tak je to už horší, člověk si připadá takový mladší, my si říkáme holky a tak. Ale některé takové neduhy, co člověk má, to mu připomene, že už vlastně je senior.*“¹³⁰ „*Já bych to řekla, asi tak, že hlavou se cítím na dvacet a fyzicky někdy na 80let, ale to mi nebrání v tom, abych to nepřekonala. Určitě se necítím jako důchodce.*“¹³¹

Odstup od vlastní věkové skupiny může souviset také s odmítnutím negativních vlastností, které jsou starším lidem stereotypně připisovány: závisti a netolerance vůči mladým, náladovosti, permanentní nespokojenosti, neužitečnosti, závislosti na pomoci a podpoře ze strany blízkých a státu. Ne oni osobně, ale jejich vrstevníci jsou nositeli těchto charakteristik.¹³² Pro ilustraci: „*Doktory obíhám zatím co nejméně. Nákupní horečky mě zatím nijak neberou.*“¹³³ Sýkorová připomíná, že „*Senioři prožívají stigmatizaci v interakci s druhými a jako stigmatizovaní se chovají- postupy vyrovnávání s věkovým stigmatem tvoří součást jejich strategií zvládání stárnutí a stáří.*“¹³⁴

Při analýze vyvstal významný kód: důraz na vlastní aktivitu, který jsme původně chtěli zařadit pod jinou kategorii. Ovšem po zvážení jsme zjistili, že tento kód je v podstatě postojem ke stáří. Někteří senioři mají tendenci se vyčleňovat ze skupiny vrstevníků důrazem na své aktivity, které jsou tzv. typické pro produktivní věk a skrze které jsou i spjati s mladšími lidmi. Tyto aktivity mohou být vzdělávání, zájem o politiku anebo i sport atd.¹³⁵ A to dokazují i rozhovory s respondenty. „*Mno a jinak, jak bych se nazvala, strašně aktivní ženská, protože nemá čas si ani v poslední době přečíst knížku (...).*“¹³⁶

¹³⁰ Rozhovor s respondentem E5

¹³¹ Rozhovor s respondentem B2

¹³² SÝKOROVÁ, D. *Senioři a významy generace*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2007, roč. 1, č. 2, 131–154 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://socstudia.fss.muni.cz/dokumenty/080305113108.pdf>, str. 142

¹³³ Rozhovor s respondentem C3

¹³⁴ SÝKOROVÁ, D. *Senioři v České republice: Mýty a jejich dekonstrukce*. Sociológia [online]. Sociologický ústav SAV, 2006, č. 2, s. 151-164 [cit. 2015-03-06]. Dostupné z: <https://www.sav.sk/journals/uploads/02061042Sykorova.pdf>, str. 160

¹³⁵ SÝKOROVÁ, D. *Senioři a významy generace*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, FSS, 2007, roč. 1, č. 2, 131–154 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://socstudia.fss.muni.cz/dokumenty/080305113108.pdf>, str. 143

¹³⁶ Rozhovor s respondentem A1

Hasmanová Marhánková s odkazem na Sýkorovou poukazuje na to, že i „*čeští senioři se explicitně ohrazují proti homogenizaci seniorské populace a distancují se od ostatních seniorů, které popisují v rámci ateistických předsudků jako staré, nevrlé a neschopné.*“¹³⁷ Kdybychom porovnávali generaci seniorů v jednotlivých životních obdobích, zjistíme, že fáze stáří je nejvíce různorodá. Docházíme k tomu, že senioři jsou jedna z nejvariabilnějších generací.¹³⁸ „*Myslím si, že jsou tři typy seniorů. Někteří, kteří vůbec nikam...znám ženy, které nejdou ani nakupovat. Další typ seniorů je, co se zviditelňuje takovýma téma různěma prupovídka anebo, že těm ostatním seniorům kazí renomé, protože se všude hrnou, když je třeba něco zadarmo, tak to mě na tom strašně vadí, že si ten člověk neuvědomuje, že už je starej a že by se podle toho měl taky chovat, ale oni vlastně ty lidi potom, já to vidím podle sebe, jsou dětinšší a stávají se z nich děti (...)*“¹³⁹

Stále více se ukazuje, že senioři si velmi všímají projevů a důsledků negativních mýtů a stereotypů o stáří a snaží se i vůči nim vymezovat. Dále potom definují pomoc starým lidem prostřednictvím požadavku úcty, tolerance, slušnosti a celkově požadavku respektu k jejich důstojnosti a uznání.¹⁴⁰ Ale Sýkorová naproti tomu s odkazem na Vidovičovou a Rabušice zmiňuje, „*O současné české společnosti nemůžeme říci, že je prostoupená nepřátelstvím vůči nejstarší generaci.*“¹⁴¹

6.2. Aktivní přístup k životu

V rámci této kategorie jsme zahrnuli vztah respondentů k univerzitě třetího věku a také jejich postoj ke klubu seniorů. Někteří respondenti tyto dvě instituce kladli do vzájemného kontrastu. Respondentka A1 při popisování toho, jak se dostala na U3V, uvedla „*ale u mě prakticky rozhodlo, to že jsem jela na zájezd do Vídně s paní doktorkou J, ona dělá zájezdy. A velice na mě ten zájezd zapůsobil... jednak ta jiná společnost, než na kterou jsem byla zvyklá, na staré babky z toho klubu...tam (v klubu) to bylo takové, že se tam tak kritizovali ...tak prostě každý jsme nějakí ... no a tak se mi ta společnost (na zájezdě) zdála*

¹³⁷ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2013str. 92

¹³⁸ SAK, P. a KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, str. 43

¹³⁹ Rozhovor s respondentem E5

¹⁴⁰ SÝKOROVÁ, D. Senioři v České republice: Mýty a jejich dekonstrukce. [cit. 2015-03-06]. Dostupné z: <https://www.sav.sk/journals/uploads/02061042Sykorova.pdf>, str. 159

¹⁴¹ Tamtéž, str. 159

být tak trochu jiná než jsem byla zvyklá z toho klubu ..a jednak i ten zájezd, byl dobrý ..No, tak jsem si řekla, že to zkusím (U3V). „¹⁴²

Vzdělávací aktivity v postproduktivním věku přispívají k pocitu důstojnosti a životního uspokojení, k začlenění do společnosti i k fyzickému a duševnímu zdraví. Jsou také důležitým měřítkem sociální pozice pro seniory, kteří nepokračují v pracovní činnosti, představují pro ně nové zaměstnání a doplnění role. ¹⁴³

Uvědomění si potřeby seberealizace a její následné uspokojení je podstatné a prospěšné v každém našem životním období. Naplnění této lidské potřeby je významné i v období třetího věku, protože se u seniorů mohou dostavovat pocity méněcennosti, nepotřebnosti a dalších negativních pocitů, jež pramení ze způsobu života po odchodu do důchodu. A jedním ze způsobů, jak naplnit potřebu seberealizace u seniorů, je například studium na univerzitě třetího věku.¹⁴⁴ „*A právě tady tomu strašně fandím a jsem strašně vděčná, že toto je. A že lidé mají možnost se ještě někde realizovat.*“ B2 „*Kdysi jako dítě jsem byla takový ten premiant, který míval samé jedničky, samozřejmě jsem měla ve škole hodně nepřátel, ale to je další věc...a můj třídní pořád chtěl, abych šla na práva ..takže jsem si je letos v ročníku splnila ten sen, že jsem udělala práva.*“¹⁴⁵

Protože tři z pěti respondentů se zúčastňují anebo pomáhají utvářet program v klubech seniorů, tak v i rozhovorech se k této instituci zmiňovali. Petřková a Čornaničová zdůrazňují, že náplň v klubu seniorů je různorodá a zaměřená na organizování širokého spektra aktivit a zájmové činnosti důchodců.¹⁴⁶ Špaténková chápe kluby seniorů jako kulturně – výchovná zařízení, umožňující setkávání lidí podobného věku i zájmů, čímž přispívá k plnohodnotnému trávení jejich volného času.¹⁴⁷ Kluby pro seniory mají za cíl aktivizaci seniorů prostřednictvím vytvoření a poskytnutí podmínek pro smysluplného, vyváženého a také bezpečného trávení volného času obsahujícího kulturní, vzdělávací a sportovní program aj.

¹⁴² Rozhovor s respondentem A1

¹⁴³ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004., str. 138; 141

¹⁴⁴ SPÁČILOVÁ, S. *Od motivace k seberealizaci ve vzdělávání seniorů na univerzitách třetího věku*. Olomouc, 2011. bakalářská práce (Bc.). UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI. Pedagogická fakulta, str. 31

¹⁴⁵ Rozhovor s respondentem E5

¹⁴⁶ PETŘKOVÁ, A. a ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, str. 79

¹⁴⁷ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 52

Kluby pro seniora města Olomouce jsou určeny především příjemcům starobního anebo invalidního důchodu.¹⁴⁸

Část respondentů mělo ke klubu seniorů velmi kladný vztah a to i například z toho důvodu, že jej ve svém bydlišti pomáhali založit. Nicméně při výzkumu se objevily i negativní konotace „*Pocházím z vesnice, a tam je klub důchodců, pro který já chodím promítat fotky z cestování, a tam jsou lidi generačně různě, jsou tam třeba i pro mě staří lidi, takže tam nemám zájem vstoupit. V druhé vesnici je klub seniorů, kde jsou důchodci moji spolužáci, se kterými chodíme na výlety, jezdíme na kole, (...) i ty kluby důchodců jsou rozdílné (...)*“¹⁴⁹

6.3. Důchodový a předdůchodový věk

V této kategorii se věnujeme tomu, jak respondenti vnímali tzv. předdůchodový neboli pracovní věk a důchodový. Hasmanová Marhánková odkazuje na Vidovičovou a poukazuje na to, že „*třetina lidí v České republice ve věku 55 až 65 let hodnotí odchod do důchodu jako jednoznačně radostnou událost, na kterou se dlouho těšili. Koncepte třetího věku jako období, které otevírá nové možnosti vlastní seberealizace, se odrážela i v přístupu klientek k odchodu do důchodu, který popisovaly jako vítanou a pozitivní změnu v jejich životě. Jejich výpovědím dominoval motiv svobody.*“¹⁵⁰

Špaténková s odkazem na Haškovcovou uvádí, že odchod do důchodu otevírá nové možnosti: přináší čas na sebe sama, na své přátele a koníčky. Odchod do důchodu může mít vliv také na oživení partnerského života anebo na věnování se zájmům či vzdělání.¹⁵¹ Toto tvrzení se potvrdilo i v našem výzkumu, kdy respondenti popisovali pojetí času, že je například nutnost plánovat. „*A je to přesně tak, jak se říká, že důchodci nemají nikdy čas, tak už vím o čem to přesně je – musím si všechno přesně plánovat a zjišťovat, abych to stihla.*“¹⁵² „*Když se chodilo do práce, tak jsem stihla vstávat v pět hodin, děti obstarat a všechno a po*

¹⁴⁸ Statutární město Olomouc: oficiální informační portál. DOLEČEK, Z. Klub pro seniory [online]. 2012 [cit. 2015-03-03]. Dostupné z: <http://www.olomouc.eu/obcan/socialni-sluzby/souvisejici-sluzby/kluby-pro-seniory/detail=7775>

¹⁴⁹ Rozhovor s respondentem C3

¹⁵⁰ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2013., str. 63

¹⁵¹ ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, str. 31

¹⁵² Rozhovor s respondentem C3

práci zase a teď je člověk doma a nestačí zvládat.(...) Mno, právě že si to člověk špatně rozvrhne...mám času dost a pak se nestačí ani najíst. ¹⁵³

Očekávaný vstup do důchodu byl vnímán pozitivně a byl spojován s očekávanými změnami, jako je strukturování volného času a také proměna denní rutiny. Každodenní činnosti byly zásadně vymezené zaměstnáním anebo povinnostmi spojené s péčí o domácnost, avšak ve spojení s odchodem do důchodu získaly nové podoby. ¹⁵⁴ „*Na důchod jsem se strašně těšila, protože jsem pracovala ještě o rok déle a těšila jsem se, že konečně budu mít svoje koníčky, zájmy. A je to přesně tak, jak se říká, že důchodci nemají nikdy čas, tak už vím o čem to přesně je – musím si všechno přesně plánovat a zjišťovat, abych to stihla. (...) Ne vůbec jsem se nebála, vyloženě jsem se těšila. Jsem v důchodě asi tři roky, takže jsem poměrně mladá důchodkyně. (...) Jinak jsem se těšila, že budu mít konečně čas na věci, na které jsem dřív neměla čas.*“¹⁵⁵ „*Každý se s tím srovnává jinak, že už není v práci a že už není pracovně činný..to už je, ale každého věc..My, když jsme s manželem zůstali, tak jsme si našli koníčky, manžel pěstoval exoty a já jsem chodila do divadla a na koncerty, každý jsme si našli svoje koníčky a každý jsme měli vlastně jiný a mě to nevadilo (...).*“¹⁵⁶

S odchodem do důchodu je spojována i omezená aktivita a snížená možnost komunikace, což souvisí s úbytkem sociálních kontaktů. V mnoha případech lidé, kteří přestanou pracovat a vstoupí do důchodu, tak hodnotí tuto skutečnost pozitivně. Nicméně dochází také i k situacím, ve kterých lidé mají pocit, že jsou neužiteční a pro společnost jsou zátěží, to může vést k vážným psychickým obtížím. ¹⁵⁷ Odchod do důchodu a s ním související úbytek sociálních kontaktů znamená omezení aktivity a sníženou možnost komunikace. Odchodem ze zaměstnání jedinec ztrácí profesní roli a zároveň i funkční identitu, a to vede k proměně jeho role na tzv. neroli, což jedince často i demoralizuje.¹⁵⁸ Respondentka B2 popsala poměrně pozitivní zkušenost s odchodem do důchodu. Také zmínila i vztah, který k bývalému pracovišti, „*(...) já jsem už byla v důchodě dva roky a oni mě znovu zvali na brigádu, ale to jsem zase už já, tak nějak řekla, že ne. Ale stále mě zvou mezi sebe, když je nějaká akce.*“¹⁵⁹

¹⁵³ Rozhovor s respondentem A1

¹⁵⁴ HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2013., str. 109

¹⁵⁵ Rozhovor s respondentem C3

¹⁵⁶ Rozhovor s respondentem E5

¹⁵⁷ STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999, str. 162_163

¹⁵⁸ MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004., str. 138

¹⁵⁹ Rozhovor s respondentem B2

6.4. Vztah společnost a senior

V rozhovorech se respondentky zmiňovaly o vztahu společnosti a seniorů. V zásadě byly dva názory a to, že společnost se chová k seniorům poměrně negativně, a dochází až k určité formě exkluze. Naproti tomu byl názor respondentů, kteří si diskriminace či exkluze nevšimli na sobě ani na svých vrstevnících.

„V posledních několika desetiletích došlo odmítání stáří a starých lidí tak daleko, že nepřátelské postoje ve společnosti přerostly v někdy skrývaný, jindy dokonce otevřený boj proti starým lidem.“¹⁶⁰ „Nebezpečí, jemuž mohou být senioři obecně ve společnosti vystaveni, je spatřováno především ve věkové diskriminaci (ageismu), v generační intoleranci, v maladaptaci na stáří a s ní spojenou změnou sociální rolí (penzionování), dále v ekonomické znevýhodnění (...)“¹⁶¹ Respondentka E5 vnímá přístup společnosti k seniorům poměrně negativně, ale na druhou stranu přiznává, že i zaleží na samotných seniorech. Naproti tomu respondentka C3 se s výrazně negativním přístupem společnosti k seniorům nesetkala a to potvrzuje i respondentka D4.

Sak a Kolesárová-Saková ve svém výzkumu zjistili *„že česká populace vidí současné seniory aktivnější oproti předchozím generacím, s větším zapojením do společnosti, vzdělanější, technicky kompetentnější, mladistvějšího vzhledu, s větší informovaností.“¹⁶²* „Generace seniorů je tvořena lidmi, které navzájem něco spojuje a naopak vůči mladším generacím něco diferencuje.“¹⁶³ Tudíž je logické, že senioři budou mít tendence se vymezovat vůči mladší generaci, která je jiná a pro ně někdy nepochopitelná. Respondentka B2, která upozornila na to, že senioři jsou diskriminováni a odstrkováni na okraj společnosti, *„Seš starej nepotřebnej. Já to tak cítím, jako ze strany té mladé společnosti. Takový ten střední věk, ten ještě to tak jde. Ale já je chápu ty mladí lidi, oni jsou nabití energií, mají něco jiného, oni mají jiné možnosti, než jsme měli my v tom studentském věku.“¹⁶⁴*

¹⁶⁰ HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 34

¹⁶¹ SKOPALOVÁ, J. *Senioři na prahu třetího tisíciletí*. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2005, str. 66

¹⁶² SAK, KOLESÁROVÁ- SAKOVÁ. *Zpráva z výzkumu „Názory a postoje české populace k seniorům“*. [online]. s. 1-105 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: http://blisty.cz/files/2009/07/24/4_kvantitativni_vyzkum_populace_fin_2008.pdf, str. 42

¹⁶³ Tamtéž str. 16

¹⁶⁴ Rozhovor s respondentem B2

ZÁVĚR

V práci jsme se věnovali zjištění, jaké strategii aktivního stárnutí vytváří senioři aktivně navštěvující U3V. Vzhledem k tomu, že respondenti byli posluchači univerzity třetího věku, zajímali nás, jak ke studiu dostali a případně jaký k tomu mají vztah. Skrze téma o U3V se respondenti často dostali i ke srovnání a popisu klubu seniorů.

V první části teoretické části byly zařazeny pojmy jako identita, senior a jeho role a také i základní vysvětlení pojmů sebepojetí a sebeobraz. Tato část kapitoly měla především za cíl vymezit, jak chápeme seniora. Vzhledem k různorodosti seniorů jsme se pro účely této práce zaměřili na aktivní seniory, kteří jsou zároveň posluchači U3V. Proto jsme v této části popsali, pojetí aktivního stárnutí, skrze které jsme se dostali ke vzdělání jako součástí aktivního stárnutí. V poslední řadě bylo důležité také vymezit a popsat U3V při UP v Olomouci, kde také probíhalo naše šetření.

Na začátku praktické části jsme se věnovali metodologii výzkumu a případně jsme se snažili zdůvodnit výběr metod sběru dat a také jejich zpracování. Náš výzkum byl realizován jako kvalitativní šetření a získána data byly poté uspořádána do kategorií, které byly využity v popisu výsledků výzkumu.

Práce otevírá pohled na seniory jako na svébytné jednotlivce, jejíž identita je ovlivňována řadou faktorů a životních událostí. V poslední řadě je popsán i vztah respondentů k aktivnímu trávení času, kdy je aktivita respondenty chápána jako dobrá a prospěšná.

Další směřování práce by se mohlo zaměřit na rozšíření pestrosti vzorku respondentů, tedy zahrnutí i těch seniorů, kteří chodí jen do klubu seniorů anebo jsou klienty například domů s pečovatelskou službou. Tímto by se tak mohl získat i další pohled „jiných“ seniorů.

Seznam použitých zdrojů

BOČKOVÁ, V. a PETŘKOVÁ, A.. Univerzita 3. věku jako specifická forma vzdělávání dospělých. In *Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory (Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí)*, Olomouc 17.-18.října 1996. Olomouc: Univerzita Palackého (s.65-71)

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

DOPITA, M. Věk:Stáří – Role: Prarodič. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2005, ISBN 80-244-1006-0

GREEN, B. *Gerontology and Construction of Old age*. New Jersey: Transaction Publishers, 2009. ISBN 978-0-202-36255-7.

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. 170 s. Studie; sv. 94. ISBN 978-80-7419-152-7.

HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.

HARTL, P.-HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. 774 s. ISBN 978-80-7367-569-1.

HAYES, N. *Základy sociální psychologie*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2009. 166 s. ISBN 978-80-7367-639-1.

HŘEBÍČKOVÁ, M., -MACEK, P.- ČERMÁK, I., ed. *Agrese, identita, osobnost*. Vyd. 1. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR, 2003. 315 s. ISBN 80-86620-06-9.

HYTYCH, R. *Smrt a nesmrtelnost: sociální reprezentace smrti*. Vyd. 1. Praha: Triton, 2008. 227 s. Psyché; sv. č. 56. ISBN 978-80-7387-092-8.

JANDOUREK, J. *Sociologický slovník*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001. 285 s. ISBN 80-7178-535-0.

KLIMENT, P. *Psychologie osobnosti pro andragogy: studijní text pro kombinované studium*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. 75 s. Studijní opory. ISBN 978-80-244-3584-8.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. 141 s. Psyché. ISBN 978-80-247-3604-4.

LINHART, J. ed. *Velký sociologický slovník*. Sv. 1, A-O. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1996. 747 s. ISBN 80-7184-164-1.

MACEK, P, –ŠAFÁŘOVÁ, M, ed. *Integrativní funkce osobnosti: Brno, 2000: sborník příspěvků z konference k životnímu jubileu prof. PhDr. Vladimíra Smékala, CSc.* Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, 2000. 147 s. ISBN 80-210-2465-8.

MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. 332 s. Psyché. ISBN 80-247-1362-4.

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

NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Academia, 2009. 498 s. ISBN 978-80-200-1679-9.

ORT, J. *Kapitoly ze sociologie stáří: (společenské a sociální aspekty stárnutí)*. Vyd. 1. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta, 2004. 56 s., [5] l. obr. příl. ISBN 80-7044-636-6.

PETROVÁ KAFKOVÁ, M. *Šedivějící hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013. 181 s. EDIS: ediční řada disertačních prací Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity; sv. 10. ISBN 978-80-210-6310-5.

PETRŮKOVÁ, A. – ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. 92 s. Studijní texty pro distanční studium. ISBN 80-244-0879-1.

PETRŮKOVÁ, A, ed. *Aktuální problémy vzdělávání seniorů: sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. 103 s. ISBN 80-214-0007-3.

PETRŤKOVÁ, – TILLICH, – ZIMKOVÁ, ed. *Deset let vzdělávacích aktivit pro seniory: (Sborník příspěvků z odborného semináře se zahraniční účastí)*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1997. 89 s. ISBN 80-7067-824-0.

SAK, P. – KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. 225 s. Sociologie. ISBN 978-80-247-3850-5.

SPÁČILOVÁ, S. *Od motivace k seberealizaci ve vzdělávání seniorů na univerzitách třetího věku*. Olomouc, 2011. bakalářská práce (Bc.). UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI. Pedagogická fakulta

SKOPALOVÁ, J. Senioři na prahu třetího tisíciletí. In J. Štěpán (Ed.). *Třetí věk trojí optikou – Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Facultas Philosophica, Sociologica – Andragogica*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2005, ISBN 80-244-1006-0

SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení, vědomí a jednání*. 3., opr. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2009. 523 s. Studium. ISBN 978-80-87029-62-6.

STRAUSS, A. – CORBIN, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Vyd. 1. Boskovice: Albert, 1999. 196 s. Scan; sv. 2. ISBN 80-85834-60-X.

STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. 319 s. ISBN 80-7178-274-2.

ŠAUEROVÁ, M. – VADÍKOVÁ, K., ed. *Specifika edukace seniorů*. 1. vyd. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, 2013. 236 s. ISBN 978-80-87723-09-8.

ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. 207 s. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠPATENKOVÁ, N. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. 83 s. Studijní opory. ISBN 978-80-244-3653-1.

ŠVAŘÍČEK, R. – ŠEĎOVÁ K. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. 377 s. ISBN 978-80-7367-313-0.

TOŠNEROVÁ, T. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 1. vyd. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. 45 s. ISBN 80-238-9506-0.

TYRLÍK, M, –MACEK, P. – ŠIRŮČEK, J. *Sebepojetí a identita v adolescenci: sociální a kulturní kontext*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2010. 144 s. ISBN 978-80-210-5107-2

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace - nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav, 2008. 233 s. EDIS: ediční řada disertačních prací Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity; sv. 2. ISBN 978-80-210-4627-6.

VÝROST, J. –SLAMĚNÍK, I. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. 404 s. Psyché. ISBN 978-80-247-1428-8.

Internetové zdroje

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J. *Aktivní stárnutí jako idea, nástroj a kapitál. Kde hledat kořeny úspěchu konceptu aktivního stárnutí?*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2014, roč. 11, č. 3, s. 13-29 [cit. 2015-03-06]. Dostupné z:http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/02_Aktivni_starnuti_jako_idea_Marhankova.pdf

KREIDL, M. – PETROVÁ KAFKOVÁ M. *Editorial: Stárnout aktivně*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2014, roč. 11, č. 3 [cit. 2015-02-27]. Dostupné z:
http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/01_Editorial_Starnout_aktivne_Kreidl_Kafkova.pdf

PATSCHOVÁ, N. *Dědečkové vs. babičky. Prarodičovství v kontextu aktivního stárnutí*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2014, roč. 3, 51–73 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z:
http://socstudia.fss.muni.cz/sites/default/files/04_Dedecove_vs_babicky_Patschova.pdf

SAK, P. – KOLESÁROVÁ SAKOVÁ K. *Zpráva z výzkumu „Názory a postoje české populace k seniorům“*. [online]. s. 1-105 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z:
http://blisty.cz/files/2009/07/24/4_kvantitativni_vyzkum_populace_fin_2008.pdf

Statutární město Olomouc: oficiální informační portál. DOLEČEK, Z. *Klub pro seniory* [online]. 2012 [cit. 2015-03-03]. Dostupné z: <http://www.olomouc.eu/obcan/socialni-sluzby/souvisejici-sluzby/kluby-pro-seniory/detail=7775>

SÝKOROVÁ, D. *Věková identita*. Sociológia [online]. 2009, roč. 41, č. 2, s. 149-167 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <https://www.sav.sk/journals/uploads/07211253Sykorova%20OK.pdf>

SÝKOROVÁ, D. *Senioři a významy generace*. Sociální studia [online]. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2007, roč. 1, č. 2, 131–154 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://socstudia.fss.muni.cz/dokumenty/080305113108.pdf>

SÝKOROVÁ, D. *Senioři v České republice: Mýty a jejich dekonstrukce*. Sociológia [online]. Sociologický ústav SAV, 2006, č. 2, s. 151-164 [cit. 2015-03-06]. Dostupné z: <https://www.sav.sk/journals/uploads/02061042Sykorova.pdf>

TRUSINOVÁ, R. *Kdo je mladý/střední/starý?* [online]. 2011, Data a výzkum - SDA Info 5 (2): 171-184. ISSN 1802-8152. [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: http://dav.soc.cas.cz/uploads/aaa09cff79a0eb173ef611a1d77aae988acda650_DaVp171-184%20Trusinova.pdf

Univerzita třetího věku na Univerzitě Palackého v Olomouci. *Informace o studiu* [online]. [cit. 2015-03-18]. Dostupné z: <http://u3v.upol.cz/info-775/>

Univerzita třetího věku na Univerzitě Palackého v Olomouci. *Filozofie a poslání univerzit třetího věku* [online]. [cit. 2015-03-18]. Dostupné z: <http://u3v.upol.cz/>

Prameny – rozhovory s respondenty

Rozhovor s respondentem A1, leden- únor 2015

Rozhovor s respondentem B2, leden- únor 2015

Rozhovor s respondentem C3, leden- únor 2015

Rozhovor s respondentem D4, leden- únor 2015

Rozhovor s respondentem E5, leden- únor 2015