

Univerzita Hradec Králové

Filozofická fakulta

Ústav sociální práce

Senioři a informační a komunikační technologie

Bakalářská práce

Autor: Kateřina Kumperová

Studijní program: Sociální politika sociální práce

Studijní obor: Sociální práce s osobami se sníženou soběstačností

Forma studia: kombinovaná

Vedoucí práce: PaedDr. Karel Myška, Ph.D.

Hradec Králové, 2019



Zadání bakalářské práce

| | |
|--------------------------------|--|
| Autor: | Kateřina Kumperová |
| Studium: | U1687 |
| Studijní program: | B6731 Sociální politika a sociální práce |
| Studijní obor: | Sociální práce s osobami se sníženou soběstačností |
| Název bakalářské práce: | Senioři a informační a komunikační technologie |
| Název bakalářské práce AJ: | Seniors and information and communication technologies |

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ: Stručný obsah, popis tématu: zaměřím se na popis informačních a komunikačních technologií, jejich přínos, vývoj a význam pro seniory. Popis fenoménu staří a možnosti využívání informačních a komunikačních technologií v domovech pro seniory. Možnosti pro využití informačních a komunikačních technologií na sociální inkluzi seniorů do společnosti a pro rozvoj a udržení sociálních kompetencí. Zvolená metody a techniky: Kvalitativní výzkumná strategie. Polo-strukturovaný rozhovor s klienty a pracovníkem ICT v domově pro seniory.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9. HENDL, Jan a Jiří REMR. Metody výzkumu a evaluace. Praha: Portál, 2017. ISBN 978-80-262-1192-1. KOZÁKOVÁ, Zdeňka a Oldřich MÜLLER. Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6. MUSIL, Josef. Komunikace v informační společnosti. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2007. ISBN 978-80-86723-39-6.

| | |
|-------------------------------|--|
| Garantující pracoviště: | Ústav sociální práce, Filozofická fakulta |
| Vedoucí práce: | PaedDr. Karel Myška, Ph.D. |
| Oponent: | Ing. Martin Kořínek, Ph.D. |
| Datum zadání závěrečné práce: | 29.6.2018 |

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně a uvedla jsem veškeré zdroje a literaturu.

V Heřmanově Městci dne

Podpis:

Poděkování:

Chtěla bych poděkovat PaedDr. Karlu Myškovi, Ph.D. za odborné vedení bakalářské práce, za cenné rady, které mi poskytl při její tvorbě. Děkuji za trpělivost, lidský přístup a ochotu při konzultacích.

Dále bych chtěla poděkovat uživatelům, zaměstnancům a vedení domovů pro seniory za jejich spolupráci, vstřícnost a podporu.

Anotace

KUMPEROVÁ, KATEŘINA. *Senioři a informační a komunikační technologie*. Hradec Králové, Filozofická fakulta 2019. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové, Ústav sociální práce. Vedoucí práce: PeaDr. Karel Myška, Ph.D.

Bakalářská práce se zabývá využíváním informačních a komunikačních technologií seniory, kteří žijí v domově pro seniory. Oblast využívání moderních technologií je u jedinců v seniorském věku aktuální otázkou. Jedním ze základních předpokladů k integraci do dnešní moderní společnosti je i schopnost ovládat moderní technologie.

Teoretická část bakalářské práce je rozdělena do tří částí. První kapitola se zabývá vymezením pojmu senior a s ním souvisejícími tématy. Druhá kapitola obsahuje zmapování oblasti informačních a komunikačních technologií, jejich vývoj a význam pro seniory. Třetí kapitola se zabývá potřebami seniorů v moderní společnosti, nedílnou součástí této kapitoly je charakteristika pobytové sociální služby, kterou se zabýváme, tedy specifika domovů pro seniory, dále se tato kapitola věnuje specifickým při vzdělávání seniorů.

Praktická část práce se zabývá přínosem moderních technologií seniorům, kteří je využívají v domovech pro seniory, tato část je rozdělena do dvou kapitol, první kapitola definuje zvolenou metodologii. Pro výzkum byla použita kvalitativní výzkumná strategie s technikou polostrukturovaného rozhovoru. Druhá část obsahuje samotnou interpretaci dat. Na základě výsledků výzkumného šetření byla zodpovězena hlavní výzkumná otázka a definovány náměty k zamyšlení pro další směřování práce a pomoci pro tyto seniory.

Klíčová slova: Senior, stárnutí a stáří, informační a komunikační technologie

Abstract

KUMPEROVÁ, KATEŘINA. *Seniors and Information and Communication Technologies*. Hradec Králové: Philosophical Faculty, University of Hradec Králové, 2019. Bachelor thesis. University of Hradec Králové, Institute of Social Work. Leader of the Bachelor Thesis: PaedDr. Karel Myška, Ph.D.

This bachelor thesis deals with the use of information and communication technology by seniors living in a retirement home. The use of modern technologies is a particularly topical issue for seniors, since one of the basic preconditions for a successful integration into contemporary society is the ability to control modern technologies.

The theoretical section of the thesis is divided into three chapters. The first chapter seeks to define the term *senior* and related topics. The second chapter is concerned with information and communication technologies, their development as well as their importance for seniors. The third chapter addresses the needs of seniors in modern society. What forms an integral part of this chapter is the characterization of residential social services, i.e. the specifics of retirement homes, and particulars of education of seniors.

The practical section, which is divided into two chapters, deals with the contribution of modern technologies to seniors who use them in retirement homes. The first chapter defines the research methodology – the qualitative research strategy using the technique of semi-structured interview. The second chapter contains the extracted data and their interpretation. Based on the results of the research, the key research question is being answered and suggestions for further research and help for seniors are being made.

Keywords: senior, aging, old age, information and communication technology

Obsah

| | |
|---|----|
| Seznam použitých zkratk..... | 9 |
| Úvod..... | 10 |
| 1. Senior | 12 |
| 1.1 Stárnutí a stáří..... | 14 |
| 1.2 Změny ve stáří..... | 15 |
| 1.2.1 Tělesné změny ve stáří | 18 |
| 1.2.2 Psychické změny ve stáří | 19 |
| 1.2.3 Sociální změny ve stáří | 21 |
| 1.3 Postoje společnosti vůči seniorům | 22 |
| 2. Senioři a informační a komunikační technologie..... | 25 |
| 2.1 Informační a komunikační technologie..... | 26 |
| 2.2 Rysy informační společnosti | 27 |
| 2.2.1 Možná rizika..... | 28 |
| 2.3 ICT a senioři..... | 28 |
| 2.3.1 Digitální gramotnost a senioři | 29 |
| 2.3.2 Využívání a význam informačních a komunikačních technologií pro seniory | 30 |
| 3. Senioři a jejich potřeby v moderní společnosti | 32 |
| 3.1 Senioři a jejich postavení ve společnosti..... | 32 |
| 3.2 Péče o seniory..... | 33 |
| 3.2.1 Dnešní podoba sociálních služeb a péče o seniory | 34 |
| 3.2.2 Domov pro seniory | 36 |
| 3.3 Aktivní stárnutí a ICT | 37 |
| 3.3.1 Aktivizace seniorů v domově pro seniory..... | 38 |
| 3.3.2 Edukace v kontextu celoživotního vzdělávání | 40 |
| 4. Metodologie | 41 |

| | |
|---|----|
| 4.1 Hlavní výzkumný cíl a dílčí výzkumné cíle | 42 |
| 4.2 Charakteristika nositelů informací a identifikace respondentů | 44 |
| 4.2.1 Popis a způsob výběru výzkumného souboru | 45 |
| 4.3 Metody výzkumného šetření | 46 |
| 4.3.1 Popis výzkumného nástroje..... | 47 |
| 4.3.2 Techniky výzkumného šetření | 47 |
| 4.3.3 Předvýzkum..... | 48 |
| 4.4 Etické aspekty výzkumu..... | 48 |
| 4.4.1 Realizace výzkumu | 49 |
| 5 Výsledky výzkumu a interpretace dat | 51 |
| 5.1 Interpretace dílčího výzkumného cíle č. 1..... | 51 |
| 5.1.1 Shrnutí dílčího výzkumného cíle č. 1..... | 53 |
| 5.2 Interpretace dílčího výzkumného cíle č. 2..... | 54 |
| 5.2.1 Shrnutí dílčího výzkumného cíle č. 2..... | 55 |
| 5.3 Interpretace dílčího výzkumného cíle č. 3..... | 56 |
| 5.3.1 Shrnutí dílčího výzkumného cíle č. 3..... | 58 |
| 5.4 Interpretace hlavní výzkumné otázky..... | 59 |
| Závěr..... | 61 |
| Seznam použitých zdrojů | 64 |
| Seznam tabulek | 68 |
| Seznam příloh..... | 68 |

Seznam použitých zkratk

ČSÚ: Český statistický úřad

DPS: domov pro seniory

DVC: dílčí výzkumný cíl

ICT: Information and Communication Technologies

PC: počítač

Rx: respondent x

Skype: telefonování po internetu

U3V: univerzita třetího věku

Wi-Fi: bezdrátový přenos dat

Úvod

V bakalářské práci se budu věnovat problematice seniorů využívajících informační a komunikační technologie v domovech pro seniory. Teoretická část práce se zaměří na vymezení cílové skupiny, informační a komunikační technologie a potřeby seniorů v moderní společnosti. V úvodu své práce vymezím zásadní pojmy jako senior, stárnutí a stáří, vývoj a význam informačních a komunikačních technologií, integrace seniorů do moderní společnosti a kvalita života seniorů v domovech pro seniory. V současné době je ideálem úspěchu ekonomicky činný jedinec. Stáří již není studnicí moudrosti a zkušeností, ale spíše ekonomickou zátěží, je odsouváno na okraj společnosti. Přestože je přáním většiny dožít se vysokého věku, pohled společnosti na stáří bývá mnohdy negativně laděný. Stárnutí a období stáří se vzhledem k demografickému stárnutí společnosti stalo jedním z fenoménů dnešní doby. Hlavní zásluhu na prodloužení lidského života má zkvalitnění lékařské péče, kvalitní sociální zabezpečení či celkový pokrok vědy.

Téma bakalářské práce jsem zvolila především z důvodu jeho aktuálnosti, z pohledu kvalitativního výzkumu není příliš prozkoumáno. Přínos informačních a komunikačních technologií seniorům žijícím v domově pro seniory není měřitelnou veličinou, kterou lze snáze zachytit v grafu či tabulkách. Tato metoda má však nevyčíslitelnou hodnotu pro hlubší porozumění kvalitativnímu přínosu moderních technologií seniorům a jejich snazší integraci do moderní společnosti. Kvalitativní výzkumná strategie mi umožní zohlednit individualitu lidského života, jeho potřeby a náhled na realitu. Jsem dobrovolníkem v Domově pro seniory, a právě tato osobní zkušenost s danou cílovou skupinou a můj zájem o problematiku mě vedly k volbě tohoto tématu, kterým chci především inspirovat pracovníky a zařízení v podpoře seniorů ve využívání ICT. Bakalářská práce si neklade za cíl vytvořit techniku práce s cílovou skupinou, spíše představit různorodost podpory uživatelů a také to, jak mohou být technologie pro seniory přínosné. Taktéž může práce obohatit samotné pracovníky v rovině zvyšování kompetencí, aby lépe porozuměli potřebám uživatelů a věděli, s jakými potížemi se senioři v kontextu moderních technologií potýkají.

Ve této práci se budu věnovat seniorům, jejich potřebám v moderní společnosti a s tím souvisejícími otázkami. Cílem je nabídnout ucelený náhled na tuto problematiku a také vhléd díky kvalitativní výzkumné strategii. Zmapování skutečných potřeb seniorů může

pomoci k vytvoření takových podmínek v domovech pro seniory, které prodlouží období, kdy je senior aktivní a spokojený a učí se zvládat nové situace, což mu může pomoci v propojení s mladšími generacemi. Tato práce může být pro sociální práci přínosem i v samotném zmapování současného stavu a poskytnout základnu pro budoucí směřování podpory seniorů v této oblasti. Zvládnutí běžných činností bez pomoci ostatních lze považovat za jeden z důležitých determinantů, dle kterého mohou senioři subjektivně hodnotit kvalitu svého života a svoji spokojenost s ním. Též schopnosti a dovednosti, které si je schopen i přes úctyhodný věk osvojit či zachovat mají vliv na udržení kontingentní důstojnosti v seniorském věku.

V praktické části se budu věnovat vlastnímu výzkumu. Cílem práce je analyzovat přínos informačních a komunikačních technologií seniorům, kteří s nimi přicházejí do kontaktu a sami je využívají v domovech pro seniory. Jak je již zmíněno výše, cílem je popsat a analyzovat přínos moderních technologií seniorům, nikoliv přímo navrhnout nástroje práce s cílovou skupinou. Tato práce pokusí poskytnout ucelený pohled na současnou situaci, a tím ulehčit utvoření budoucí podoby a zázemí seniorům. Praktická část bude vycházet z výzkumu, který bude proveden pomocí kvalitativní výzkumné strategie ve zvolených domovech pro seniory s uživateli, kteří využívají informační a komunikační technologie a budou ochotni na výzkumu spolupracovat. Praktická část bude navazovat na teoretické ukotvení v teoretické části práce.

1. Senior

Jako první se zaměříme na terminologické vymezení pojmu senior. V různých zdrojích se definice tohoto termínu odlišují, popř. jsou uváděny jako nejednoznačné. Senioři jsou heterogenní sociální skupinou, z tohoto důvodu je obtížné je jednotně definovat a určit pro tuto skupinu rysy použitelné globálně pro všechny její členy. Jednotným determinantem tohoto sociálního statusu je věková hranice, takzvaný důchodový věk. Kalvach 2004 uvádí, že senior je dle kalendářního stáří člověk starší 65 let. Dělí se na mladé seniory ve věku od 65 do 74 let, staré seniory od 75 do 84 let, poslední fáze se nazývá velmi starý senior, tedy jedinec nad 85 let. (Vágnerová 2007) S tímto vymezením pojmu se ztotožňuje většina autorů, pro mne je věková hranice také jedním z významných ukazatelů, kdy je status seniora jedinci přisuzován. Pro úplnost pohledu zde zmíním tři rozdílná dělení od různých autorů.

Dělení dle Vágnerové 2007:

- období raného stáří: trvá od 60 do 75 let;
- období pravého stáří: trvá od 75 let výše.

Dělení dle Kohoutka 2000:

- období počínajícího stáří (presenium, senescence): trvá od 60 do 75 let;
- období vlastního stáří (senia): trvá od 75 do 89 roků;
- období dlouhověkosti: trvá od 90 let výše. (Kohout in Říčan, 2004, 332)

Expertní komise Světové zdravotnické organizace (WHO in Kozáková, Müller 2006) dělí období stáří:

- období raného stáří: trvá od 60 do 75 let;
- období pokročilého věku: trvá od 75 do 89 let;
- období vysokého věku, dlouhověkosti: trvá od 90 let výše.

At již nahlédneme do jakýchkoli odborných materiálů, všeobecně považujeme za seniora jedince ve věku nad 60 let, s čímž souhlasí i Langmeier a Krejčířová (2006). Senior je člověk důchodového věku, nacházející se v pozdní fázi ontogeneze. Odchod do důchodu je obtížný, především pro muže je tato situace souvisí hlavně s otázkou zaplnění nově získaného volného času, pocitů nepotřebnosti či udržení vlastní důstojnosti. Důležité je nevnímat tuto životní fázi jako poslední období života, které se musí pouze nějakým způsobem přečkat, než přijde konec. Podzim života sebou nepřináší pouze strasti, ale i radosti všedního

dne. Cílem tohoto období života je přijetí vlastního života a dosáhnout jednoty, celistvosti autenticity vlastností osobnosti. Vycházíme-li z definice člověka jako bio-psycho-sociálního jedince, jsou i představy deteriorace ve stáří odvislé od tohoto modelu, podle něhož dochází ke snižování fyzických schopností, psychického prožívání a vnímání a také úpadku aktivního sociálního života. Slábnutí či zhoršení fyzického stavu nemusí působit negativně na psychický stav, determinanty stárnutí jsou u každého jedince autonomní a různí se v čase i prostoru. Snížení fyzické kondice ve stáří je přirozené, ale nemusí působit souběžně na sociální a psychický stav jedince. Se zvyšováním životní úrovně ve vyspělých státech Evropy dochází k prodlužování lidského života. Se zvýšením věku dožití narůstá i vyšší zastoupení občanů vyššího věku ve věkové struktuře obyvatelstva. Stárnutí populace je výzvou pro všechny Evropské země. S touto problematikou přímo souvisí příprava sociální a zdravotní oblasti na stárnutí obyvatelstva.

Jak uvádí Haškovcová, stárnoucích a starých lidí, tedy seniorů, přibývá, ale není opodstatněné vidět tuto životní etapu jen negativně či pesimisticky. (Haškovcová, 2010) Autoři Wacker a Roberto k problematice stárnutí a stáří uvádějí „*Neměli bychom přistupovat k problému stárnutí se strachem či obavami, spíše jej brát s tvůrčí předvídatostí, odhodláním a optimismem.*“ (Wacker, Roberto in Truhlářová, Havránková 2014)

Období stáří lze brát jako příležitost kdy je potřeba z hlediska sociální práce více podpory, stáří je fenoménem. Stáří má v dnešní moderní době mnoho aspektů, jedním z nich je stárnutí populace a i když se musíme pokusit řešit stárnutí populace na komplexní úrovni z pohledu ekonomie či demografie, je zde i příležitost tuto situaci kvalitně uchopit z pohledu sociální práce. Velkým tématem je zachování důstojnosti ve stáří. Lidská důstojnost, tento pojem používáme zcela běžně, ale jen málokdo si při jeho vyslovení uvědomuje, co toto slovo představuje.

V produktivním období života si většinou dokážeme prosadit a zachovat svoji důstojnost, neboť nám to naše vitalita umožní. S příchodem stáří důstojnost samozřejmostí, a s důstojným zacházením počítáme naprosto všude, od návštěvy u lékaře po interakce v zaměstnání. S příchodem stáří důstojnost mizí, uctivé zacházení se vytrácí, staří se mnohdy vidí jako neschopné prosadit své zájmy a priority.

V dnešní uspěchané době nemají lidé příliš času na etiku či morálku a zamýšlení se nad důstojností. Chování ke starší generaci se zhoršuje a vytrácí se kdysi samozřejmá úcta (Solstad, 2008). Ze systematického hlediska lze o lidské důstojnosti pojednávat v několika rovinách, etické, morální, filozofické či z hlediska právního. Dále se lidská důstojnost dělí

na dva typy, důstojnost inherentní a důstojnost kontingentní. Inherentní důstojnost, jinak řečeno ontologická důstojnost, je každému z nás dána od narození, právo na respekt vychází ze samé podstaty existence jedince. Zatímco důstojnost inherentní je vrozená, kontingentní důstojnost je získaná v průběhu života a není samozřejmostí. Kontingentní důstojnost vychází z individuálního přičinění každého jedince z jeho kvalit, společenského postavení. Z tohoto důvodu je především v seniorském věku důležité kontingentní důstojnost posilovat. Pozitivní vliv má například aktivizace a posouvání hranic a samozřejmě především individualizace péče, kdy se lépe daří zachovat důstojnost každého jedince. Posilování kompetencí a rozvíjení schopností seniora prostřednictvím informačních a komunikačních technologií je jedním z možných způsobů, jak napomáhat udržení důstojnosti i ve vyšším věku, posilování sebevědomí že něco dokážu, že ještě stačím a patřím mezi ty, co si udržují kontingentní důstojnost, nezbytné pomoci udržet motivace k potřebě seberealizace. Dle Haškovcové je pro seniora nezbytné udržet si autonomii a svou důstojnost. (Haškovcové 2012)

1.1 Stárnutí a stáří

„Stáří není nemoc, ale určitý stav organismu“ (Galén in Haškovcová 2012).

Stárnutí a stáří je projevem přirozeného koloběhu lidského života. Stárnutí je důsledek involučních procesů lidského těla, ale na stárnutí mají vliv i jiné faktory jako nemoci, životní styl nebo sociální faktory. Rozlišujeme dva typy stárnutí, stárnutí fyziologické a patologické. Termíny stárnutí a stáří jsou stručným vymezením obsahu vědního oboru gerontologie. Gerontologie je relativně novým vědním oborem, vnikla ve 30. letech minulého století. Je vhodné zmínit tradiční dělení gerontologie do tří hlavních proudů.

Charakteristika, hlavní proudy gerontologie, (Hall, in Kalvach 2004):

- gerontologie experimentální (biogerontologie a psychogerontologie);
- gerontologie sociální;
- gerontologie klinická (Kalvach, 2004).

Kalvach vymezuje jednotlivé proudy následovně: Experimentální gerontologie obsahuje otázky biogerontologie a psychogerontologie. Primární náplní tohoto proudu je, jakým způsobem živé organismy stárnou. Stěžejní obsah současného biologického výzkumu je především zkoumání na molekulární a celulární úrovni. Hlavním cílem gerontologie

sociální je zkoumání vztahu mezi společností a seniorem. Sociální gerontologie je multidisciplinárním proudem tohoto oboru, využívá například psychologii, právo, antropologii, demografii, politologii i pedagogiku, a to jak na výzkumné, tak i na uživatelské úrovni. Posledním proudem je gerontologie klinická, jinak též geriatrie. Je lékařským vědním oborem, obsahem je funkční stav a zdraví seniorů. (Kalvach, 2004)

„S přibývajícím věkem ubývají schopnosti pohotově reagovat na změny, snižuje se chuť něco měnit a jistá pohodlnost se stává akceptovanou normou.“ (Haškovcová 2010, str. 171)

Etapa stáří je stejně důležitá jako ostatní životní fáze. Přechod z aktivního života do stáří není nic nečekaného, pouze si neradi přiznáváme, že stárneme. Dalším faktorem, proč se lidé stárnutí bojí, je nevratnost tohoto biologického procesu. Příchod stáří nám ohlašuje nejen kalendářní věk, ale také presenium, tedy příchod stáří. Tato životní etapa je vymezena mezi 50. a 60. rokem, dle klasifikace věku mezi 55. a 65. rokem života, před takzvaným důchodovým věkem.

Dalším fragmentem teorie stárnutí a stáří je pohled demografický. Populace v České republice stárne a jinak tomu není ani v ostatních vyspělých zemích Evropy. Jedním z důvodů zvyšování podílu starších ročníků ve věkové struktuře obyvatelstva způsobuje nízká porodnost a též i zvýšení životní úrovně. Z důvodu odsouvání založení rodiny na pozdější léta života, touhou po určité úrovni materiálního komfortu se snižuje důležitost založení rodiny, dá se tedy říci že „*vymíráme na blahobyť*“. (Keller, 2009)

1.2 Změny ve stáří

Změny ve stáří jsou přirozenou součástí této životní etapy. Jak uvádí Klevetová, Dlabanová (2008) je nutné si uvědomit, že stáří není konec život, život je cestou, plnohodnotně prožít celý život je velmi důležité, prožít jej od narození do smrti. Důležité je nahlížet na změny ve stáří jako na něco přirozeného a brát je s nadhledem, pokud je to alespoň trochu možné. Důležitost komplexního pohledu na stáří velmi zdůrazňuje Kubalčíková (2006), která popisuje „statické“ pojetí stáří, tedy změny v oblasti biologické, psychologické, sociální, ale též ekonomické či medicínské. Důležitějším a ucelenějším pohledem je dle Kubalčíkové (2006) „*dynamické pojetí stáří*“. Toto pojetí se zaměřuje na potenciál daného jedince a na jeho schopnosti. „*Dynamické pojetí stáří*“ pracuje pouze s tříložkovým rozdělením, které si zachovává svou výpovědní hodnotu a zároveň se jeví přehlednější. Oblast fyzických změn ve stáří se dá též vymezit jako biologické stárnutí lidského organismu. Fyzické změny jsou

atrofie organismu, mění se struktura tkání a přichází různé nemoci, důležité jsou i vnější vlivy na organismus. Oblast psychických změn ve stáří obsahově vymezuje změny v oblasti kognitivní, emoční a mentální. V psychické oblasti je nejpodstatnější, jak jedinec sám nahlíží na vlastní život a svou roli ve stáří, přijetí sama sebe a dosažení autonomie v dané životní etapě. Poslední oblastí v „*dynamickém pojetí stáří*“ je oblast sociální. Sociální sféra se zaměřuje na to, jak se jedinec vymezuje vůči společnosti, na míru integrace do sociálních vazeb a ochotu spolupracovat a podílet se na společenských aktivitách. (Kubalčíková, 2006)

Čevela 2012 uvádí dělení stárnutí a stáří jako dvě významné etapy života. První je období od 50. roku života. Organismus začíná viditelně stárnout a projevují se na něm změny přestavby organismu. Dílčími problémy tohoto období jsou poruchy smyslových orgánů, jako jsou poruchy zraku a sluchu. Další změnou, kterou sebou toto životní období přináší, je zhoršení paměti či udržení koncentrace. Dále pak obtíže související především s fyzickou kondicí a pohybovými možnostmi či zdravotním stavem. Zdravotní stav má na život seniora významný vliv, případné nemoci mohou narušit jeho každodenní život ve všech jeho oblastech. Druhou etapou stáří je období nad 70 let věku. V této fázi života se dostávají významnější problémy a komplikace. Dochází k citelnému zhoršení paměti, smyslového vnímání, a především k celkovému oslabení těla. Autor zde zmiňuje také problémovost rekonvalescence v seniorském věku a případné trvalé následky. Některé nemoci, jako například Alzheimerova choroba, přicházejí až s vyšším věkem. Základním znakem nemocnosti ve stáří je dle Vágnerové polymorbidita, tu definujeme jako kumulaci více chronických onemocnění, staří lidé často trpí větším počtem onemocnění současně. Nejedná se pouze o tělesné problémy, ale často se kombinují tělesné i psychické obtíže. Stárnutí a stáří nejsou chorobným stavem, ale pouze jednou z etap života. V průběhu stárnutí však mnohdy dochází ke kumulaci nepříznivých vlivů, a to může způsobit četnost nemocí.

Seniory dále můžeme dělit na relativně zdravé a tzv. stárnoucí seniory. Relativně starý senior je starý člověk, který žije aktivně a kterého nemoci nelimitují v činnostech každodenního života. Naopak stárnoucí senior je jedincem zatíženým nemocemi či chronickými obtížemi, které omezují či znemožňují jeho soběstačnost. (Čevela, 2012)

Kubalčíková 2008 uvádí, že stáří je chápáno jako období pravděpodobného úbytku funkčnosti a poklesu funkčního potenciálu. Starý člověk je jedincem, u kterého k úbytku funkčnosti došlo z důvodu narůstajícího věku. Důležitým se stává funkční potenciál jedince, který má významný vliv na individuální kompetence uspokojovat své potřeby. Máme-li vymezit, jaké jsou změny ve stáří, musíme nejdříve definovat pojem normalita. Vymezení

normy a normality závisí na aktuální úrovni poznání v dané společnosti a na její vyspělosti. Nejčastěji hovoříme o jevu, který odpovídá předem stanovenému očekávání či normě. Je vhodné zde zmínit obor disability studie, který se zabývá vymezením normality v kontextu zdravotního postižení. S normalitou stárnutí přicházejí mnohé změny, které se netýkají pouze okolí seniora, ale i jeho samotného. Pojem stáří představuje obecně souhrn změn, které nás v této fázi čekají neboli biopsychosociální proměny našeho organismu. Nejde o pouhou změnu prostředí či ukončení pracovního poměru. Změny ve stáří jsou pro seniory významné, mění se pro něj mnoho věcí napříč celým životním spektrem. Změny ve stáří jsou biologické, psychologické i sociální.

Normalita změn ve stáří, ale i přirozenost sociálních změn, vede často ke snížení sociálního a ekonomického statusu, to mnohdy vede i k narušení sebevědomí, sebehodnocení, k pocitům nedostatečnosti neboli insuficience, nedocenění, depresím a subdepresím. Dle Kohoutka jsou změny ve stáří velmi individuální (Kohoutek, 2008). Campbell poukazuje na skutečnost, že ve stáří je velmi důležitým prvkem zachování autonomie a důstojnosti. (Campbell, 2000)

Změny ve stáří sebou celkově přinášejí zhoršení fyzického i psychického stavu, organismus stárne a opotřebovává se. Prodlužuje se časová dotace jinak běžně zvládaných úkonů, zhoršuje se paměť a fyzická kondice. Stárnutí je přirozené a nevyhnutelné u každého, ale projevy jsou autonomní. Každý člověk je originál, a tudíž i projevy stárnutí se u nás objevují individuálně. Tělesná kondice, životní styl, zdravotní stav a genetická výbava, všechny tyto faktory ovlivňují, kdy a jak moc nás stárnutí ovlivní. Lidé s dobrou fyzickou kondicí si udrží aktivní život déle. Tyto změny znatelně ovlivňují běžný život, schopnosti ale i způsobilost například aktivně využívat informační a komunikační technologie. I jednoduchá manipulace s mobilním telefonem se stává problémem, dříve běžné úkony začínají být komplikovanější. Při pohledu na proměny ve stáří je nejdůležitější na ně pohlížet komplexně, stejně jako pohlížíme na lidský organismus.

Chápeme-li člověka jako biopsychosociální model zdraví, pak při vymezení pojmu stárnutí a stáří musíme obsáhnout všechny tyto oblasti. Vágnerová uvádí změny napříč oblastmi, psychiky, tělesného stavu, kognitivních funkcí, socializace či motivace. Ve stáří dochází k mnohým změnám v životě jedince. Venglářová dělí tyto změny na tělesné změny neboli fyzické proměny ve stáří, psychické změny a změny sociální. „*Všechny lidské potřeby tvoří celek, který spojuje fyzickou, psychickou a sociální stránku člověka, jež jsou od sebe neoddělitelné.*“ (Pichaud, Thareauová, 1998)

1.2.1 Tělesné změny ve stáří

Tělesné projevy stáří jsou označovány jako fenotyp stáří. Tedy projevy a změny, jimiž se staří lidé odlišují od mladých. Tyto rysy jsou velmi individuální. Zajímavostí je, že nové generace stárnou v čím dál lepší tělesné kondici, v lepším zdravotním stavu a sociálně ambiciózněji než generace předešlé. Tím se samozřejmě vytváří tlak na životní úroveň a zkvalitňování sociálních služeb pro seniory. (Kalvach, 2004, str. 99-100)

„Změny postihují tělesné tkáně a orgány, avšak neprobíhají u každého jedince stejně, jsou determinovány genetickými dispozicemi a životním stylem. Jednotlivé systémy v těle zaznamenávají zpomalení a oslabení dřívějších funkcí a pokles biologických adaptačních mechanismů.“ (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 19) Kalvach (2004) uvádí jako obecný rys stárnutí atrofii, která postihuje všechny orgány a tkáně.

Dle Pacovského jsou tři oblasti funkčních změn z pohledu biologického stárnutí organismu:

- atrofuje funkce molekulární regenerace, útlum funkcí na tkáňové i systémové úrovni;
- naprosté vyprázdnění buněčných rezerv organismu, tento nedostatek se projevuje zejména v náročných životních situacích;
- zpomalení většiny tělesných funkcí. (Pacovský 1997 in Kozáková, Müller 2006)

Klevetová, Dlabalová popisují fyziologické změny u jednotlivých systémů. Fyzické změny ve stáří v oblasti pohybového systému, kardiopulmonálního systému, trávicího systému dále změny v pohlavních orgánech a vylučovacím systému, v kožním systému, nervovém systému a ve smyslových orgánech. Výše uvedené determinanty mají vliv na hodnocení kvality prostředí, ve kterém se daný jedinec vyskytoval. Často jsou tyto symptomy fyziologických potíží příčinou odcizení seniora či nepochopení jeho potřeb. Veřejné vystupování se může lišit od skutečných pohnutek a záměrů seniora. To, co se může zdát jako nezájem či únava, může být strachem z neúspěchu či selhání. Zejména z těchto důvodů je podstatné zachovat starému člověku jeho přirozené prostředí, které bude přizpůsobeno jeho potřebám či případné snížené soběstačnosti. Důležité je nezapomínat na komplexní přístup a při kontaktu se seniorem přizpůsobit i své chování a vycházet ze zkušeností a praxe. (Klevetová, Dlabalová, 2008) Důležitou součástí oblasti tělesných změn ve stáří je i samotné stárnutí tedy zdravé stárnutí.

Úspěšné, též zdravé stárnutí definuje Haškovcová jako aktivně, spokojeně a ve zdraví prožitý podzim života. Cílem konceptu zdravého stárnutí je dosáhnout respektu společnosti

vůči stáří. Předpokladem konceptu je ztotožnění lidí s náplní plánu, že sami občané převezmou iniciativu a individuální odpovědnost za kvalitu svého života ve vyšším věku. (Haškovcová, 2012)

Důležitý je aktivní životní styl již v období dospělosti a přijetí stáří jako přirozené součásti života. „*Determinanty zdraví, determinanta je určující složka nebo činitel. V kombinaci se zdravím pak pojem znamená, že jsou v národní (státní) i nadnárodní (evropském, kontinentálním, světovém) měřítku sledovány právě ty určující činitele neboli faktory, které mají význam pro zdravotní stav obyvatel a které mohou jednotlivé vlády ovlivňovat tak, aby určité nežádoucí tendence či jevy bylo možné zmírnit či dokonce vyloučit.*“ (Haškovcová, 2012) V jednotlivých zemích je sledování demografické situace a monitorování širokého spektra ukazatelů zcela běžné a dochází k nim pravidelně. Díky kvalitnímu zpracování je možno získat ucelený pohled na situaci dané země, na porodnost, výskyt a četnost nemocí či úmrtnost. (Haškovcová, 2012)

1.2.2 Psychické změny ve stáří

Wolf uvádí, že úbytek psychických funkcí je přirozený a děje se tak v průběhu života. Tento proces je pozvolný a je součástí přirozených biologických změn. Příčinou těchto změn je opotřebení a stárnutí organismu, změny v centrální nervové soustavě, činnosti žláz či smyslových orgánů. Dále zmiňuje, že stárnutím se snižuje funkční kapacita organismu a z perspektivy psychických změn ve stáří se jedná o zhoršení vnímání. Některé psychické změny jsou propojeny se změnami biologickými, kupříkladu zpomalení duševních pochodů. Změny ve stáří mají vliv i na další složky psychické činnosti, jako je myšlení, zhoršení paměti, přeměna emoční složky či úbytek motivace ve stáří. Z podstaty lidské originality je generalizace psychických změn ve stáří obtížná, ale máme-li poskytnout nástin této oblasti, je zevšeobecnění nezbytné, nesmíme však opomínat fakt, že u každého jedince jsou změny individuální. (Wolf, 1982)

Dle Malíkové se psychické změny ve stáří nemusí automaticky negativně podílet na kvantitě života ve stáří. Na psychický stav má vliv patologické stárnutí, autorka neopomíná souvislost mezi změnami biologickými a psychickými. Propojení biologických změn se změnami psychickými je přirozené, zhoršení fyzického stavu jedince má vliv na jeho psychický stav stejně jako zlepšení psychického stavu může mít kladný vliv na fyzický stav či kondici. Proměny psychiky u stárnoucích a starých lidí probíhají při fyziologickém stárnutí pozvolna. (Malíková 2011)

Atrofické změny mozku ve stáří narušují funkčnost kognitivních funkcí, ale není to natolik zásadní jako například nedostatečná produkce nebo nedostatečné využití neurotransmiterů. Nedostatek neurotransmiterů ovlivňuje kognitivní funkce více než atrofické změny mozku ve stáří. (West a Bowry 2005 in Vágnerová 2007) Dle Vágnerové jsou psychické změny ve stáří podmíněny nejen genetikou, ale i změnami, které jsou podmíněny biologickými vlivy a interakcemi. Změny ve stáří jsou individuálně rozdílné, z tohoto důvodu je nutné si ve stáří udržet frustrační toleranci. Změny ve stáří jsou přirozené, normalita stárnutí a zhoršení celkového stavu jedince je běžné. V tomto období života je důležité přijetí toho, že každý jednou budeme starý a že se stářím přicházejí přirozené změny, tím si udrželi frustrační toleranci a získali integritu v této životní fázi. Psychické změny ve stáří přímo souvisí s funkčními i strukturálními změnami mozku, tyto změny mají přímý vliv na psychickou oblast. Psychické změny ve stáří ovlivňují i proměny kognitivních funkcí, kognitivní plasticita klesá a s ní klesá i schopnost využívat naplno svůj potenciál. Vliv stárnutí na proměny kognitivních funkcí je značný. S poklesem těchto funkcí se vytrácí schopnost zapamatování, ukládání i vybavení si informací, které jsou pro kvalitní fungování pro seniora nezbytné.

Vágnerová 2007 zmiňuje, že psychosociálně ovlivněné změny, postupný pokles funkčních rezerv a zhoršení adaptačních schopností, včetně kognitivních kompetencí, mohou ovlivňovat i následující psychosociální faktory:

- vliv kohortové příslušnosti;
- vliv životního stylu a životní návyky (individuální specifický život);
- ke změnám přispívá očekávání okolí, společnosti. Manipulace seniora, aby zapadl do „tabulek“. Tento jev může mít negativní nebo pozitivní vliv na daného jedince.

Úbytek schopností a neochota přijímat změny vedou k sociálnímu izolování a neschopnosti navazovat nové kontakty. Převládá touha po soukromí a pohodlí. Jeden z největších problémů pro starého člověka nastává ve chvíli, kdy se stává nesoběstačným a závislým na pomoci druhých. (Klevetová, Dlabalová, 2008)

Změny v psychickém rozpoložení seniora souvisí i se sociálními změnami. Jakým způsobem se jedinec cítí, vypovídá o jeho zapojení do společnosti. V důchodovém věku dochází k významným proměnám v sociální oblasti. (Kramperová, 2012)

1.2.3 Sociální změny ve stáří

Sociální pohled na stáří dotváří všeobecně platnou teorii pro komplexní a celistvé vymezení pojmu stárnutí a stáří. Poskytuje nám vhled do problematiky stáří z více perspektiv, jde i o životní příběh každého jedince a rozmanitost životních překážek na jeho cestě životem. Z tohoto důvodu je ztížené seniory jakožto skupinu definovat, jsou heterogenní skupinou.

Významné změny sociálního klimatu v životě jedince přichází s dosažením důchodového věku, ztráta zaměstnání a každodenního kontaktu se spolupracovníky je prvním zřetelným ukazatelem. Velmi záleží na individualitě daného jedince, jaké pocity v něm představa důchodu vyvolá. Postoje jsou individuální, jsou lidé, kteří tuto situaci vítají, a evokuje jim zadostiučinění po mnoha letech dobře odvedené práce, možnost seberealizace a šanci věnovat se naplno svým koníčkům. Bohužel ne všichni toto životní období vítají, s odchodem do penze se dostavuje pocit zbytečnosti a vlastní nepotřebnosti. S odchodem ze zaměstnání přichází i změna společenského statusu, tyto životní proměny jsou pro každého jedince velkou výzvou, jak nově získaný společenský status přijme. Každý by se měl připravit na příchod důchodového věku a nalézt pro sebe adekvátní alternativu trávení nově získaného volného času. Dle Klevetové, Dlabalové 2008 je důvodem sociálních změn ve stáří úbytek schopností a neochota seniora přijímat nové interakce, které mu život přináší, tato neochota vede k sociálnímu izolování a neschopnosti navazovat nové kontakty. Senior preferuje své vlastní pohodlí a soukromí před kontaktem s vnějším světem, převládajícím projevem je uzamknutí se před okolím do svého vlastního světa. Tento jev provází nepřátelství vůči okolí, ale i celé společnosti, které dostatečně chápe potřeby a touhy daného seniora. Kritický životní okamžik pro seniora vyvstává v případě ztráty vlastní soběstačnosti. Senior začíná být závislý na pomoci ostatních, bojuje se ztrátou vlastní soběstačnosti a objevuje se otázka zachování důstojnosti. (Klevetová, Dlabalová, 2008)

Další podstatnou sociální změnou ve stáří je ztráta partnera či blízkých. S odchodem jednoho z manželů souvisí obvykle i ekonomické problémy, samota truchlícího partnera a stres. Postupně též odcházejí i blízcí, vrstevníci a někdy i mladší přátelé, což může vést k propadnutí do depresí či k myšlenkám na vlastní smrtelnost.

Pro zachování sociálního fungování v seniorském věku je nezbytné udržovat častý kontakt s nejbližší rodinou a přáteli. Kontakt s rodinou se stává stěžejním, senior mnohdy ztrácí touhu po kontaktu s větším množstvím lidí, a proto se pro něj stává blízkost rodiny důležitější než dříve. Rodina je zdrojem případné pomoci a přispívá ke zkvalitnění sociálního a kulturního života seniora. I přes výše zmíněné klady kontaktu seniora a jeho

nejbližší rodiny senioři stále preferují svou vlastní samostatnost a autonomii, a z tohoto důvodu nevyhledávají společné bydlení. Pokud není společné bydlení nutné, stačí senioru častý kontakt a pocit blízkosti a sounáležitosti. (Kramperová 2012)

Jarošová uvádí výčet nejvýznamnějších pozitivních i negativních sociálních změn. Jedním z nepříznivých aspektů stárnutí je odchod do důchodu, odchod ze zaměstnání hůře přijímají muži. Dalším z negativních faktorů je změna ekonomické situace či generační osamělost. Změnou v sociální oblasti je také sociální izolace a fyzická závislost na druhé osobě, a to z různých důvodů, jako je nemoc či pohybové omezení. Dalším negativně vnímaným aspektem stárnutí je změna životního stylu, který je mnohdy nevyhovující, a proto ji jedinec nedokáže akceptovat. Jarošová uvádí pozitivní sociální aspekty stárnutí, jako kladný prvek stárnutí zmiňuje funkční rodinu a pevné rodinné vztahy. Dále plánování ekonomického zajištění ve stáří a návrh programu na vyplnění nově získaného volného času. (Jarošová, 2006)

1.3 Postoje společnosti vůči seniorům

Postoje společnosti vůči seniorům se různí, ale stále si všímáme, že často převažuje negativní pohled na stáří. Hlavní podíl má strach společnosti z vlastního stáří a smrtelnosti. Všeobecně se však posunul náhled na stáří kupředu. Díky kvalitní osvětě a Národní strategii přípravy na stárnutí pro období 2018–2022 je téma stáří přijímáno otevřeněji a s menším strachem. Tato strategie není ničím novým, první plán byl realizován již v období let 2013 až 2017. Aktualizovaná verze plynule navazuje na předchozí národní strategie k řešení této problematiky. Národní strategii spoluvytvářela Rada vlády pro seniory a stárnutí populace. „Rada byla zřízena usnesením vlády ze dne 22. března 2006 č. 288 v návaznosti na usnesení vlády č. 1482 k Informaci o plnění Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2003 až 2007.“ (MPSV, 2018)

Cílem této rady je vytvořit kvalitní podmínky pro úspěšné, aktivní a důstojné stárnutí a stáří v České republice. Dále usiluje o aktivní a plnohodnotné zapojení seniorů do sociálního i ekonomického dění ve společnosti v kontextu demografického vývoje.

Dle Janečkové je pohlíženo na stáří jako na neaktivní a neproduktivní období života jedince, které je navíc spojeno se ztrátou funkčních schopností a postupným vymizením soběstačnosti. Dle autorky sehrávají významnou roli stereotypní postoje společnosti vůči seniorům. Senioři jsou vnímáni jako homogenní skupina, která je zátěží pro společnost. Tato

skupina není ekonomicky přínosná a pouze odčerpává finance ze státního rozpočtu na výplaty důchodů a úhradu zdravotní a sociální péče. (Janečková in Matoušek 2010)

Přestože se postoje společnosti vůči seniorům neustále zlepšují, je z výše uvedené definice zřejmé, že nevzbuzují pouze kladné reakce. Stále více je preferována etika ekonomické úspěšnosti, která vytváří větší propast mezi mladými a starými, ti se vzdalují a vytrácí se mezigenerační porozumění. V rámci této etiky se nevzdalují ekonomicky činní lidé jen seniorům, ale i jeden druhému – především z důvodu individualizace a nezávislosti dochází k tomu, že v běžném životě tito jedinci neznají ani svého vlastního souseda. Individualizace může vyvolat pocit ztracenosti a osamění v obrovských masách jedinců, tento fakt citelně pociťují především senioři. (Haškovcová, 2012) Termín senior, tedy starý člověk, je kromě chronologického věkového zařazení také vystihován frází: „*Senior – starý člověk, ale také nestarší a zpravidla vážený člen nějakého společenství.*“ (Haškovcová 2012 str. 148) Ale ne vždy toto označení opravdu vystihuje reálné postavení seniorů ve společnosti. V různých kulturách se postoje vůči seniorům liší. Jedním z negativních postojů vůči seniorům je ageismus. Nelson uvádí, že ageismus je proces stereotypizace či diskriminace jedinců či celé skupiny na základě jejich chronologického věku. Ageismus nemusí být pouze systematický, může k němu docházet i náhodně. V dnešní době je tento pojem nejhojněji využíván v kontextu znevýhodnění starší generace. Vidovičová 2008 uvádí novou definici tohoto fenoménu: „*Ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovaná skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku nebo na základě jejich příslušnosti k určité generaci.*“ (Vidovičová 2008)

To, kdy je jedinec starý, se nedá určit z chronologického věku. Je to individuální věc každého člověka, stárnutí je autonomní proces, který se u každého jedince liší. Člověk ve středním věku se může cítit starý, a na druhé straně jedinec důchodového věku může být vitální a aktivní jako mladík. Tento stav není pouhým rozpoložením mysli, samozřejmě na něj působí mnoho proměnných jako zdravotní stav, kondice či životní styl. Ageismus je tedy zástupným termínem pro společenský předsudek vůči stáří, tyto nepodložené předsudky stigmatizují příslušníky této skupiny. Další postojem, který vychází ze stereotypu, je Elderspeak, což je specifický styl řeči, používaný mladší generací vůči té starší. Tento řečový styl charakterizuje pomalé tempo řeči, využívání jednodušší slovní zásoby, zvýšená intonace hlasu, jednoduché věty či časté opakování stejného zadání.

„Elderspeak vychází ze stereotypu, že starší lidé mají snížené kognitivní schopnosti, například při zpracování jazyka, výroby a jeho použití.“ (Brownell P, Kelly JJ, 2013) Toto tvrzení není však v rozporu s faktem, že komunikace se seniory má svá specifika a vyžaduje větší nasazení a zkušenosti.

Je důležité překonat Elderspeak, a tím podporovat úspěšné stárnutí u starší generace. Přesto, že některé prvky Elderspeak mohou být při komunikaci pro seniora přínosné, jsou společensky tabuizované. Tento řečový styl je nevhodný a ponižující pro příjemce. Zabráňuje pozitivnímu mezigeneračnímu kontaktu a kladným vztahům mezi mladší a starší generací. Prokopová upozorňuje na další negativum při komunikaci se seniory, a tím je manipulace. Pokud vyžadujeme od této komunikace nezávislost a validitu sdělených informací, je nutné se odprosit od veškeré manipulace. (Pokorná, 2010)

V dnešní moderní době již probíhá kvalitnější osvěta seniorské problematiky. Lidé v produktivním věku nedělají krok do neznáma, ale do zralého podzimu života. Cílem pozdní dospělosti je úspěšné stárnutí a udržení aktivního stylu života do vysokého věku.

Výčet výše uvedených pohledů na budoucnost stárnutí a přijetí stáří jako přirozené a plnohodnotné životní fáze se možná zdá být poměrně pozitivně laděný. Domnívám se však, že strach ze stáří je z velké části způsoben strachem z neznámého a zažitými stereotypy. Současná úroveň osvěty a kampaní je značná a aktivně pracuje na odbourání těchto negativních aspektů pohledu na stárnutí a stáří. Starší generace dělá krok směrem k té mladší. Komunikace prarodičů s vnoučaty pomocí mobilního telefonu či počítačového zařízení není ničím neobvyklým. Informační a komunikační technologie mohou být společným tématem a pro rodinu možnost spojení a kontaktu se svým blízkým, pro seniora mají informační a komunikační technologie mnohem větší přínos. Ať již v podobě posilování a udržení kognitivních funkcí, jako jedna z možností volnočasových aktivit, forma dalšího vzdělávání či zdroj informací a seberealizace. Schopnost používat informační a komunikační technologie může mít kladný vliv na udržení kontingentní důstojnosti v seniorském věku. Senior si může prostřednictvím informačních a komunikačních technologií udržet svou nezávislost.

2. Senioři a informační a komunikační technologie

Moderní informační a komunikační technologie jsou v dnešní době přirozenou součástí našich životů. V roce 2017 používalo informační a komunikační technologie 8 z 10 Čechů. Na internetu přibývá uživatelů v seniorském věku, internet již není doménou mladých lidí s vysokoškolským vzděláním, ale stává se nástrojem běžné potřeby napříč celospolečenským spektrem. Z údajů ČSÚ vyplývá, že v roce 2017 využívalo internet 6,9 milionů Čechů starších 16 let. Za posledních deset let se jedná o nárůst uživatelů o 3 miliony. V tomto období se též zvyšovala obliba informačních a komunikačních technologií u starší generace, příkladem jsou senioři nad 65 let věku, u kterých byl zaznamenán značný nárůst uživatelů. Od roku 2007 do roku 2017 se zvýšil podíl seniorů, kteří využívají informační a komunikační technologie, ze 4 % na jednu třetinu, tedy na 660 000 seniorů. (ČSÚ, 2018)

„Cílevědomě kultivovat vzájemné porozumění je nutné celoživotně a je možné tak činit i v omezených časových možnostech ekonomicky činných lidí mladší generace. Vhodným doplňkem cenného osobního setkání může být i používání moderních prostředků (mobilní telefony, elektronická pošta), které se již značná část seniorů naučila používat.“

(Haškovcová, 2012, Str. 19)

Informačními a komunikačními technologiemi jsme obklopeni v každodenním životě. A přístup k nim je zcela běžnou věcí pro člověka žijícího v dnešní moderní společnosti. Pozadu nezůstávají ani lidé seniorského věku, využívání informačních a komunikačních technologií má pro ně značný přínos i přes to, že tato skupina nejcitelněji vnímá dvousečnost intenzivního vývoje. Využívání technologií seniory má široké možnosti, je pro ně jedním z možných způsobů, jak trávit volný čas či jak se motivovat k nějaké volnočasové aktivitě. Informační a komunikační technologie jsou jedním z možných způsobů vzdělávání, jejich používání udržuje kognitivní funkce. Neposledním kladem informačních a komunikačních technologií je přispění k integraci do moderní společnosti a získání kontaktu s rodinou či známými. Schopnost ovládat a využívat tyto technologie též může přispívat k udržení kontingentní důstojnosti, odsunutí toho, „už něco nezvládnou.“

2.1 Informační a komunikační technologie

Informační a komunikační technologie jsou veškeré technologie pro manipulaci a sdělování informací, jak zařízení, tak i aplikace. Jsou to produkty, které jsou schopny vyhledávat, přenášet, přijímat nebo ukládat informace elektronickou cestou v digitální podobě. Pojem informační a komunikační technologie je shrnujícím pojmem, který pochází z anglického Information and Communication Technologies, též je hojně využívána zkratka tohoto spojení *ICT* (dále pouze *ICT*). *ICT* je nejrychleji se vyvíjejícím odvětvím moderní společnosti. Všeobecně zahrnuje výčet technologií, jako jsou mobilní telefony, počítače, internet a s tímto spojené systémy.

Jako informační a komunikační technologie označujeme techniku jak výpočetní, tak telekomunikační, přenosovou a organizační. Slouží ke zpracování informací. *ICT* je určeno pro sběr, uchovávání, zpracování, ověření a vyhodnocování, selekci, distribuci a doručování potřebných informací ve vyžadované formě a kvalitě. V širším slova smyslu můžeme pod tento pojem zahrnout i technické a programové prostředky, které zabezpečují realizaci výše uvedených činností. Informační technologie nazýváme i systémem metod, programů, postupů, aktivit, kterými se realizuje maximální využití blízkých i vzdálených zdrojů a to prostřednictvím komunikace v počítačových sítích, s cílem najít optimální řešení stanovených problémů a dosáhnout svých záměrů. (Dostál, 2011) Součástí oblasti informačních a komunikačních technologií je i historie technologií a jejich vývoj. Je vhodné se v této kapitole zmínit i o samotném vývoji a historii zejména z důvodu vymezení tohoto tématu, pro poskytnutí uceleného pohledu na problematiku seniorů a *ICT*. Historie *ICT* je spleť a v každé z informačních velmocí byl vývoj autonomní. Úroveň vývoje se sjednocuje až v dnešní moderní době. Z důvodu nejednotnosti vývoje je přesné datování vzniku prvních informačních a komunikačních technologií velmi obtížné. Pro snadnější vymezení tohoto záměru se zaměříme na období „osobních počítačů“, které je datováno na počátek 80. let 20. století. „*Internet je systém navzájem propojených počítačových sítí, ve kterých mezi sebou počítače komunikují.*“ Cílem tohoto propojení je transport dat za účelem jejich výměny. Nevyužívanější internetovou službou je služba *www*, která vznikla v roce 1983. Předchůdcem dnešního internetu byla vojenská síť, tato síť sloužila k co nejefektivnější komunikaci. První vojenská síť se nazývala *ARPANET* a byla poprvé spuštěna v USA v roce 1969. Tuto síť představovalo propojení čtyř univerzálních počítačů.

Zpřístupnění internetové sítě veřejnosti trvalo 22 let, došlo k němu až v roce 1991. (Smutný, 2017)

Problematika ICT se diverzifikovala do tří hlavních okruhů, především z tohoto důvodu se začala intenzivně využívat zkratka ICT namísto starší verze, IT.

- hardware = technické zázemí IT;
- software = programové vybavení IT;
- netware = problematika počítačových sítí, ICT (Smutný 2017)

Dnes dochází ke konjunktuře, za niž může změna mobilních telefonních sítí. Dalším důvodem jsou i věci každodenního používání jako televize, automobily, pračky či mikrovlnné trouby. Každé z těchto moderních zařízení má svůj operační systém, a proto se vytrácí rozdíly mezi jednotlivými diverzifikovanými skupinami. (Jonák, 2003) „Komunikace je přenos informace pomocí znakového systému jazykového nebo jiného uskutečňovány mezi lidmi přímo nebo pomocí technickoorganizačních prostředků.“ (Musil, 2007 str. 7) Informační společnost je společnost založená na integraci ICT, a to do takové míry, že zasahuje do všech oblastí společenského života a mění společenské interakce, vztahy a procesy. (Jonák, 2003)

2.2 Rysy informační společnosti

Informační společnost se vyznačuje výrazným využíváním digitálního zpracování, uchovávání a přenosu informací. Charakter společnosti je ovlivňován novými příležitostmi a činnostmi vytvářenými zpracováním informací. (Zlatuška 1998)

V reálném životě to vypadá tak, že nastává pomalá výměna lidských zdrojů automatickými systémy, posupně se digitalizuje výroba, informační systémy umožňují okamžitý přehled o zásobách, nákladech i ziscích. Jsou zakládány malé společnosti, které flexibilně reagují na potřeby trhu. Zcela normální je práce z domova prostřednictvím počítače. Produkt není distribuován přes několik subdodavatelů, ale rovnou od výrobce ke spotřebiteli, díky čemuž dochází ke snižování cen výrobků. Cenu výrobků již nestanovují práce nebo suroviny, ale technologická složitost zpracování. Technologický pokrok umožňuje snížení objemu výroby a zaměření se pouze na potřeby zákazníka. Informační systémy pracují s rostoucím objemem dat, přenášeného stále větší rychlostí, ze kterého můžeme čerpat nepřeberné množství znalostí a zkušeností. Pro informační společnost je klíčová synergie, kvalitní kooperace všech složek (jak sociální, environmentální, tak i ekonomické) je pro udržitelný rozvoj nezbytná.

2.2.1 Možná rizika

Jedním z možných rizik je dle Cejпка tzv. digitální propast. Propast vzniká mezi jednotlivci, skupinami a státy, pronikáním ICT do společnosti. Toto označení původně pochází z anglického termínu *digital divide*, tedy digitální propast. (Cejpek, 2005)

Determinanty toho, zda stojíme na pomyslném okraji digitální propasti, určuje nejen přístup k informačním a komunikačním technologiím, ale i míra schopnosti využívat ICT v praxi, tedy informační gramotnost. Po zavedení ICT mezi běžné obyvatelstvo byla digitální propast mezi jednotlivými uživateli výrazná. „*Budování informační společnosti se v různých podobách objevuje jako důležitá součást vládních programů všech rozvinutých zemí celého světa.*“ (Zlatuška, 1998) Informační strategii začlenily všechny státy, které chtěly vybudovat informační společnost. Tato strategie sloužila jako prevence vzniku digitální propasti mezi uživateli ICT. „*Strategie nepočítá pouze s internetem a obecně se sociálním využitím informačních nástrojů, ale s celou informační společností, se zaměřením na konkurenceschopnost a kvalitu života, protože budoucnost a blaho země závisí na jejím provedení.*“ (Juhász, 2008) Dalším z možných rizik jsou kybernetické zločiny na seniorech. Senioři se též stávají obětmi kybernetických zločinů, touto otázkou se zabývají poradci pro kybernetickou bezpečnost ve spolupráci s policií ČR. Hlavním doporučením policie pro seniory je opatrné zacházení s moderními technologiemi a kritičnost vůči po nich požadovaným informacím.

2.3 ICT a senioři

Význam ICT pro společnost je zřejmý, představuje všestranný přínos a obohacuje nás v každodenním životě. Většina z nás moderní technologie využívá každý den a dost možná by si už bez ICT ani svůj život nedovedla představit. Rozvoj těchto technologií se neustále posouvá kupředu, a i pro aktivního člověka je mnohdy obtížné s nimi udržet krok. Toto platí u seniorů více než u ostatních skupin uživatelů, ale i přes bariéry, které se při letném pohledu nabízí, je využívání moderních technologií lidmi ve vyšším věku zcela běžnou věcí. Nejenže senioři technologie využívají, ale jejich počet narůstá, v roce 2017 to bylo již jedna třetina z celkového počtu. Dle Casado-Muñoz a kol. je využívání informačních a komunikačních technologií pro seniory mnohostranně přínosné. Nejde o pouhou praktickou funkci, ale i o náplň volného času. Mnoho seniorů vyhledává prostřednictvím ICT zábavu a potěšení. Podle autorů stoupá i počet seniorů, kteří jsou aktivními hráči online počítačových her. (Casado-Muñoz a kol., 2015) „*Nalézání nám podobných, je jednoduché*

nalézt skupiny nebo jedince, jejichž vlastnosti nám vyhovují. Internet je médium k propojení podobně smýšlejících jedinců.“ (Hendl, 2017 str. 37)

Přínos technologií se nezužuje pouze na zábavu a zdroj informací, má mnohá další využití. Jedním z dalších přínosných aspektů pro seniory je například služba asistovaného života, která pomocí pokročilých technologií může zprostředkovat seniorům delší setrvání v jejich domově či poskytnutí komplexnějších a cenově výhodnějších podmínek v domově s pečovatelskou službou. Tento koncept není ničím novým, Ministerstvo práce a sociálních věcí se touto problematikou začalo zabývat již v roce 2011, kdy vydalo strategický dokument Koncepce rozvoje technologií a služeb asistovaného života pro seniory. Nyní je využívání technologií v péči ještě dále, Magistrát hlavního města Prahy testuje projekt dálkového monitoringu zdraví lidí. Cílem projektu je pomoci seniorům, kteří žijí sami, aby mohli co nejdéle a plnohodnotně setrvat ve svém přirozeném prostředí. Na tomto projektu se podílí Smart City společnost za spolupráce s Českým vysokým učením technickým a 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. Informační a komunikační technologie mají značný přínos pro společnost, ale nesmíme zapomínat na etickou stránku využívání těchto technologií. Využívání moderních technologií k pomoci seniorům je v pořádku, ale musíme mít na paměti, zda je používáme k pomoci nebo ke kontrole. Příkladem může být monitorování klientů s demencí proti jejich vůli, i přes jejich zdravotní stav je toto sledování významným narušením jejich práva na soukromí.

2.3.1 Digitální gramotnost a senioři

Digitální gramotnost je chápána jako soubor schopností nezbytných k pochopení, identifikaci a komplexnímu využívání digitálních technologií. Digitální gramotnosti se dosahuje za účelem seberealizace či zlepšení kvality života i svého okolí. Digitální gramotnost je nedílnou součástí ICT a jeho význam se neustále zvyšuje. V dnešní době je považováno za automatické a přirozené používat v každodenním životě moderní technologie a být digitálně gramotný. Tento koncept vznikl v návaznosti na sílící význam digitálních technologií v informační společnosti. Zohledňuje nutnost společnosti monitorovat a následně rozvíjet schopnosti a znalosti občanů v oblasti práce s informačními a komunikačními technologiemi. Zounek uvádí, že přístup k informačním a komunikačním technologiím se stává podstatnějším než dříve. Schopnost pracovat s počítačem a přístup k internetovému připojení je determinantem plnohodnotného a kvalitního začlenění do společnosti a následně uplatnění se v ní. Mírou gramotnosti de facto ovlivňujeme svou celkovou kvalitu života. (Zounek, 2006) Nedostatek digitální gramotnosti vede

k digitálnímu vyloučení a jedince odsouvá na pomyslný okraj digitální propasti. S touto problematikou v České republice pracuje strategie digitální gramotnosti ČR na období 2015 až 2020, koncept digitální gramotnosti vychází z výše uvedených potřeb informační společnosti. Všeobecnou snahou této strategie je vytvořit a zdokonalovat digitální gramotnost u občanů. Tento tlak je vyvíjen zejména na jedince v produktivním věku. Senioři již k zvyšování své gramotnosti nuceni nejsou, a proto je využívání ICT ve vyšším věku spíše otázkou motivace a vlastního zájmu o seberealizaci a rozvoj. Dnešní senioři nebyli nuceni ze strany zaměstnavatele vzdělávat se v oblasti ICT, přestože je u nich zájem odrazem vlastní motivace a je dobrovolný, může jejich pozdější start v práci s moderními technologiemi znamenat v mnoha ohledech handicap. (Saibertová, 2011). U seniorů pouhá touha mnohdy nestačí, z tohoto důvodu je vhodná pomoc a podpora jeho okolí či dané instituce. Gramotnost nesouvisí s pouhou schopností využívat počítač a internet, ale i s praktickou informační gramotností. Informace jsou s komunikací téměř nerozlučně spjaty. V moderní společnosti představují informační a komunikační technologie nedílnou a nepostradatelnou součást všech sfér. (Zukalová, 2010) Informačně gramotný člověk by měl disponovat schopností nejen informace vyhledávat, ale rozhodovat se a selektovat relevantní informace od nepotřebných či nedůvěryhodných. Díky tomu jedinec posoudí význam a kvalitu informace a zařadí nové poznatky mezi ostatní, dříve získané, vědomosti.

2.3.2 Využívání a význam informačních a komunikačních technologií pro seniory

Informační technologie a internet se stávají pro seniory novou cestou k informacím, komunikaci a službám. Český statistický úřad ve zprávě Výběrové šetření o ICT v domácnostech a jejich využívání jednotlivci (VŠIT 2018) zmiňuje značný posun k lepšímu v problematice využívání ICT seniory. K běžnému vybavení každého člověka v moderní době nepatří pouze samotné vlastnictví informačních a komunikačních technologií, ale i přístup k internetu. Z údajů Mezinárodní telekomunikační unie vyplývá, že došlo k markantnímu posunu kupředu, v roce 2017 využívala internet již polovina světové populace v porovnání s 15 % v roce 2005. V otázce rozvíjení se v ICT nezůstávají pozadu ani senioři, zatímco mladší jedinci používají informační a komunikační technologie kontinuálně, u seniorů dochází ke značnému nárůstu. Počet seniorů využívajících technologie vzrostl z 19 % v roce 2013 na 38 % v roce 2018. Jinak tomu není ani v mladším důchodovém věku, v roce 2018 využívaly moderní technologie tři čtvrtiny lidí ve věku 55–64 let. V roce 2019 je již 27 let od prvního připojení k internetové síti v České republice. V České republice se v roce 2018 dostal podíl lidí využívajících moderní technologie na

81 %, což představuje 7 mil. osob starších 16 let. (ČSÚ, zpráva o Výběrové šetření o ICT v domácnostech a jejich využívání jednotlivci (VŠIT) 2018)

Další oblastí jsou senioři a internet. Význam internetu pro seniory je značný, je pro ně zdrojem informací, zábavy i kontaktu s rodinou. Názor, že moderní technologie a internet nejsou nic pro seniory, je již dávno přežitý, senioři již nepředstavují skupinu analfabetů v informační společnosti, ale dynamicky se rozvíjející skupinu. V dnešní moderní době to senioři nemají jednoduché, ale digitální gramotnost jim může pomoci otevřít dveře do moderní společnosti. Přestože se někteří senioři domnívají, že jsou moderní technologie moc složité a jejich ovládnutí by nezvládli, senioři, kteří se je pokouší ovládat, zastávají spíše názor, že jejich používání je pro ně velkou výhodou a osvobozením. Nejdůležitějším faktorem je podpora seniora při jeho snažení, umožnit mu se kvalitně a plnohodnotně rozvíjet v této oblasti. Důležitým spektrem je také povědomí seniora o možnostech využití, které mu moderní technologie nabízejí – jako komunikace prostřednictvím internetu, vyhledávání potřebných informací, zábava a další nezměrné možnosti. Příhodné je využívat internetové odkazy a stránky vytvořené přímo pro potřeby seniorů, kde se dozví vše potřebné a pro sebe zajímavé informace ať již od odborníků či vrstevníků. Důležitou roli v kvalitním využívání moderních technologií senioři hraje též optimální vybavení počítače a přístupnost internetových stránek.

Možnosti využití informačních a komunikačních technologií v domovech pro seniory jsou rozmanité. Spektrum možností pro využití ICT senioři v domovech pro seniory je rozmanité. ICT je jednou z možností volnočasových aktivit. Je zdrojem nových informací a zábavy. Pro seniory mnohdy představuje možnost častějšího kontaktu s rodinou. Další přínos má ICT i v oblasti vzdělávání a vzdělávání se přímo v ICT. Možnosti využití aplikací na trénink paměti či samotný přínos pro aktivizaci seniorů. Zde se nám otevírá příležitost pro uplatnění volnočasových aktivit seniorů, vzdělávání seniorů, aktivizace, integraci seniorů do moderní společnosti.

3. Seniori a jejich potřeby v moderní společnosti

Rostoucí životní úroveň ve vyspělých zemích přispívá k prodloužení lidského života. Dožíváme se vyššího věku díky kvalitnímu zdravotnictví, sociální péči a zdravému životnímu stylu. Dlouhověkost s sebou přináší problematiku stárnutí populace. Tato problematika samozřejmě není ničím novým, stárnutí populace průběžně pokračuje, průměrný věk obyvatel plynule roste od počátku 80. let. Meziročně se zvýšil průměrný věk o 0,2 % na 42 let. Z důvodu této problematiky vznikl pod Ministerstvem práce a sociálních věcí program Národního programu přípravy na stárnutí. Vychází z Mezinárodního akčního plánu pro problematiku stárnutí (Vídeň 1982), Zásad OSN pro seniory (1991) a je v souladu se závěry II. světového shromáždění OSN o stárnutí v Madridu (2002). Důvody stárnutí populace jsou podle Tomeše jednak demografické (v podobě poklesu porodnosti), medicínské (zkvalitněním péče a lepší prevencí se dožíváme vyššího věku), ekonomické a také důvody sociální (důsledek zlepšující se kvality života společnosti jakožto celku). Potřeby seniorů mají svá specifika, ale obecně vycházejí z typologie základních potřeb člověka. V literatuře nacházíme různé definice, jednou z nejznámějších a nejvyužívanějších je vymezení potřeb dle Maslowa. Potřeby se řadí od primárních, které jsou nezbytné k životu, až po potřebu seberealizace. (Frankl, 2006)

- fyziologické potřeby
- potřeba bezpečí, jistoty
- potřeba lásky, přijetí, sounáležitosti
- potřeba uznání, úcty
- potřeba seberealizace (Frankl, 2006)

Často zmiňovaným problémem je nízká propojenost a návaznost na širší rámec a plánování sociálních služeb. Zatloukal odkazuje na vymezení potřeb v kontextu sociálních služeb, přichází s obecným názorem definice potřeb jako diferenciaci mezi současným stavem jedince a žádoucím stavem. (Zatloukal, 2011)

3.1 Seniori a jejich postavení ve společnosti

Postavení seniorů ve společnosti prochází v dnešní době mnohými změnami. Jejich pozice nebyla příliš jednoduchá, ale snahy o pozitivní obraz stáří jako aktivního podzimu života obrací tuto situaci k lepšímu. Velký podíl na tomto posunu má osvěta seniorské problematiky, práce odborníků, strategie vlády. Dalším důležitým milníkem je rok 2016,

kdy došlo k podpisu memoranda o spolupráci krajů a MPSV, které se týkalo realizace politiky stárnutí a implementace národní politiky do politiky krajů a jednotlivých samospráv. Implementace je velmi důležitá pro úspěch celého programu, kraje a obce znají nejlépe potřeby svých obyvatel. Aktuální program politiky stárnutí byl vymezen od roku 2018 do roku 2022. Tato nová Strategie přípravy na stárnutí pro období 2018–2022 byla ustanovena v květnu roku 2017 radou vlády pro seniory a stárnutí populace fungující pod MPSV. Stárnutí je v dnešní moderní době velkým fenoménem, v České republice populace stárne, a jinak tomu není ani v dalších vyspělých zemích Evropy. Budoucí demografický vývoj není příliš optimistický. Dle českého statistického úřadu tvoří senioři 18 % naší populace. Prognóza do budoucna také nepředznamenává výrazné změny vývoje věkové struktury populace. Dle ČSÚ v roce 2030 bude počet obyvatel ve věku 65 let a výše tvořit 22% české populace, což je 2 500 000 lidí důchodového věku. V roce 2050 to již bude 33 %, tedy 1/3 obyvatelstva bude v důchodovém věku. Tato situace nemá pouze stinné stránky, lze jí brát jako příležitost pro sociální práci. S prodloužením pravděpodobné doby dožití se nepojí pouze negativní faktory či problematika stárnutí populace, ale i úspěch lidstva jako takového, prodloužení délky života je ukazatelem civilizačního výtoku.

3.2 Péče o seniory

Péče o seniory prošla v posledních letech velkými změnami. Při pohledu do minulosti je zřejmé, že péče v České republice udělala opravdu krok kupředu. Nebylo tomu tak vždy, dříve byli nemocní, postižení či staří odsouváni na okraj společnosti. Existence těchto skupin byla tabuizovaná, cílem nebylo jim pomoci, ale izolovat je od intaktní populace. „*Sejde z očí, sejde z mysli*“. Snížená soběstačnost u starších osob automaticky znamenala umístění do jediné instituce, a to do domova důchodců. Péče byla poskytována mechanicky bez hlubšího porozumění individualitě lidského osudu. Péče postrádala komplexnost, při péči byl kladen důraz na zdravotní stránku, nikoli na duševní či mentální složku. Pokud se nemohla postarat o seniora se sníženou soběstačností rodina, byl umístěn do domova důchodců, který byl jedinou formou institucionální péče, v této situaci záleželo na rozhodnutí rodiny, názor seniora nehrál v procesu rozhodování roli. Častým případem byly přeplněné domovy důchodců, i přes jejich kapacitu a vícelůžkové pokoje. Čekání na umístění do domova obvykle probíhalo na LDN, zde byla kvalitní péče a lidský přístup spíše výjimkou. Personál na LDN byl přepracovaný a trpěl syndromem vyhoření. Ani po umístění do domova se jejich stav nijak výrazně nezlepšil a senior se často stával pouhým pasivním příjemcem péče. Zájem rodiny o seniora byl spíše sporadický, osobní návštěvy se

většinou odvíjely od data výplaty důchodu, péči jako takovou hradil stát, který byl i zřizovatelem institucionální péče. Přístup k seniorům byl neosobní bez porozumění jejich potřebám. Senior se musel plně přizpůsobit režimu zařízení, nepochopení potřeb a pohnutek seniora často vytvářelo konflikty, běžně se používali restriktivní opatření na základě rozhodnutí pracovníka v přímé péči. (Malíková 2011, str. 29-30) „*Sociologové a historikové vědí, že v tradičních společnostech měl každý věk svou funkci a od ní odvozenou důstojnost. To se dnes vytrácí. Stáří se chápe jen jako nedostatek mládí. Stáří už není autoritou, považuje se za zkosnatělé, zaostalé, směšné a ubohé. Působí stereotypní představa o starém člověku a podle ní jsou posuzováni všichni staří. Týká se to samozřejmě hlavně šedesátníků, sedmdesátníků a ještě starších, ale stín stáří padá už i na lidi mezi čtyřicítkou a padesátkou*“ (Říčan, 2006, s. 295).

3.2.1 Dnešní podoba sociálních služeb a péče o seniory

Významné změny, které se podílí na současné podobě sociálních služeb, jsou vývoj po roce 1989 a zákon 108/2006 Sb. o sociálních službách. Tyto dva milníky utvářely současnou tvář sociálních služeb, podíl měl i vývoj sociálních služeb v zahraničí. Zákon o sociálních službách sebou přinesl mnoho změn, došlo k zásadní transformaci sociálních služeb. Nový zákon o sociálních službách vytyčil nový směr sociální práce, od institucionalizace k deinstitucionalizaci, a to u mnoha osob se zdravotním postižením. Dále se věnuje problematice integrace osob se zdravotním postižením do společnosti. (Malíková, 2011)

Pravděpodobně se bude podoba sociálních služeb v budoucnu dynamiky měnit, současný nárůst podílu starších lidí v populaci způsobí vyšší nároky na sociální sféru a lze očekávat zvýšení zatížení a strukturalizaci sociálních služeb. Další výraznou transformační změnou je převedení odpovědnosti za poskytování služeb ze státu na jedince, obce a kraje. S tím na zodpovídající osoby přechází část povinností i díl odpovědnosti. Všechny úkoly vymezené pro dané kategorie nalezneme v Bílé knize. Další změnou je odlišné financování poskytování sociálních služeb, například změny v nároku na příspěvek na péči. Plnění jednoho z hlavních aspektů zákona o sociálních službách, tedy deinstitucionalizaci sociálních služeb, je dosahováno pomocí bezplatného základního sociálního poradenství. V rámci tohoto poradenství je klientovi představeno několik možností služeb. Cílem je umožnit mu pomocí kombinace několika služeb zůstat co déle ve svém přirozeném sociálním prostředí. (Malíková 2011) Neodmyslitelnou součástí sociálních služeb je jejich zakotvení v legislativě.

Legislativní zakotvení sociálních služeb v zákoně o sociálních službách. Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách v znění pozdějších předpisů je stěžejní právní normou pro ukotvení tohoto tématu.

Tři základní druhy a formy sociálních služeb jsou: sociální poradenství, služby sociální péče a služby sociální prevence.

V § 33 zákona o sociálních službách jsou obsaženy formy poskytování sociálních služeb, tedy služby pobytové, ambulantní či terénní.

Dle zákona se pobytovými službami rozumí služby spojené s ubytováním v zařízeních sociálních služeb. Ambulantní služby jsou dle zákona o sociálních službách ty služby za kterými osoba dochází nebo je doprovázena, součástí této služby není ubytování. Poslední formou z výše zmíněných je druhů sociálních služeb je terénními poskytování služeb, terénní služby se poskytují jedinci v jeho přirozeném sociálním prostředí.

Dále je pro účely této práce vhodné si zde uvést i zařízení sociálních služeb. Zařízení sociálních služeb jsou zřizována za účelem poskytování sociálních služeb. Těmito službami jsou:

- a) centra denních služeb,
- b) denní stacionáře,
- c) týdenní stacionáře,
- d) domovy pro osoby se zdravotním postižením,
- e) domovy pro seniory,
- f) domovy se zvláštním režimem,
- g) chráněné bydlení,
- h) azylové domy,
- i) domy na půl cesty,
- j) zařízení pro krizovou pomoc,
- k) nízkoprahová denní centra,
- l) nízkoprahová zařízení pro děti a mládež,
- m) noclehárny,
- n) terapeutické komunity,
- o) sociální poradny,
- p) sociálně terapeutické dílny,
- q) centra sociálně rehabilitačních služeb,

- r) pracoviště rané péče,
- s) intervenční centra,
- t) zařízení následné péče. (ZSS č. 108/2006 Sb. Ve znění pozdějších předpisů. V platnosti od 1.1 2007)

3.2.2 Domov pro seniory

Domov pro seniory je druhem pobytové sociální služby, dnes je nejznámějším typem rezidenčních sociálních služeb určených seniorů. (Haškovcová, 2012) Je určen osobám, které z důvodu snížené soběstačnosti vyžadují pomoc jiné fyzické osoby. (Dvořáčková, 2012)

Zákonem vymezeným cílem této služby je zprostředkování zapojení jedince do běžného života. Pokud to není ze závažných důvodů možné, je úkolem domova pro seniory vytvořit důstojné a kvalitní prostředí. (zákon o sociálních službách. 108/2006 v platném znění 1.1.2019) Domovy pro seniory představují klasickou formu institucionální péče o seniory nabízející trvalé ubytování a široké spektrum služeb Služby v domově pro seniory jsou poskytovány dle zákona o sociálních službách. V rámci těchto služeb v domově pro seniory je poskytováno ubytování, úklid, praní prádla, celodenní strava dle potřeb seniora (vliv na stravu má věk či potřeba dietního stravování). (Matoušek 2007) Dále poskytnutí komplexní pomoci při péči o sebe samého, od oblékání přes pomoc v prostorové orientaci až po samotný pohyb. Domovy pro seniory také nabízí pomoc s osobní hygienou či její zprostředkování. Dle zákona o sociálních službách dále domovy pro seniory mohou zprostředkovat kontakt se společenským prostředím, jako je využívání dostupných služeb a zdrojů, pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou. V domovech pro seniory jsou uskutečňovány sociálně terapeutické činnosti, které vedou k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností. Jsou to aktivizační činnosti, které zahrnují volnočasové a zájmové aktivity, pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s přirozeným sociálním prostředím a nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností. Domovy pro seniory také poskytují pomoc při uplatňování práv, zájmů a při obstarávání osobních záležitostí, kdy pomáhají při komunikaci, která vede k uplatňování práv a zájmů. (Matoušek, 1999) (zákon o sociálních službách. 108/2006 v platném znění 1.1.2019) Co se týče práv a povinností obyvatel domova pro seniory, Matoušek uvádí, že práva stejně jako povinnosti jsou ukotveny v domovním řádu každého zařízení. V tomto řádu jsou veškeré základní údaje jako komu a kdy je domov přístupný,

místo a čas programu a zda je povinný či nikoli, kdy má klient prostor na své volno a kdy je noční klid. Dále je zmíněn čas hygieny, kdy a jak jsou projednávány záležitosti týkající se provozu domova anebo normy týkající se kouření, alkoholu a jiných návykových látek. V řádu jsou též uvedeny pravidla týkající se návštěv, způsob oznamování nemocí, používání věcí, kterými disponuje domov jakožto nabídkou pro seniory. A v neposlední řadě cesta případného hrazení způsobených škod klientem, podmínky opuštění domova a pravidla o sankcích za porušování pravidel. (Matoušek, 1999) Výčet výše zmíněného obsahu domovního řádu je pouhým obecným nástinem a každý domov má svá specifika a individuality. Domovní řád je nedílnou součástí každého domova pro seniory, je důležité si uvědomit, že pobyt v domově pro seniory není pouhým bydlením, ale dohodou mezi dvěma stranami, snaha vytvořit akceptovatelné podmínky pro obě. Důležité je, aby si sociální pracovník v domově pro seniory dokázal vybudovat rovnocenné postavení v týmu a uplatňoval důsledně sociální hledisko při všech změnách, jimiž v současné době domovy pro seniory procházejí. (Matoušek, Kolářková, Kodymová, 2005).

3.3 Aktivní stárnutí a ICT

Koncept aktivního stárnutí v České republice podporuje i politika stárnutí, strategie MPSV v projektu Národního akčního plánu podporujícího pozitivní stárnutí. Je vymezen na roky 2018–2022, jedná se o ucelený rámec pro politiku stárnutí. Národní strategie zohledňuje celou cílovou skupinu, obyvatele nad 50 let, napříč jejich rozmanitostí potřeb, individualit a životních osudů. Tomeš uvádí, že narůstají počty aktivních seniorů, kteří se udržují v dobré fyzické i duševní kondici. Příčinou individuálních rozdílů bývají genetické predispozice, životní styl či kvalita poskytované péče. (Tomeš, 2011) Aktivizace vede k aktivaci a činnosti. Pro někoho je přirozenou součástí života, jiný jedince musí motivovat. Dobrá motivace je v důchodovém věku klíčovým faktorem. Díky správné motivaci se senioři udržují aktivní v mnoha směrech. Aktivizují se a díky tomu si zachovávají praktickou soběstačnost a sebe obslužnost. Motivace celkově přispívá k všestrannému rozvoji, v seniorském věku jde nejen o cvičení, ale i o rozvoj a udržení schopností pro dosažení kvalitního, aktivního a plnohodnotného života. Nedílnou součástí aktivního stárnutí v dnešní moderní době je aktivizace seniorů pomocí ICT.

Žádný zaručený návod na správné stárnutí neexistuje, hlavní je řídit se jednoduchými pravidly, jako správná životospráva, aktivní styl života a seberozvoj. Dle Klevetové, Dlabalové absolutní manuál na stárnutí stanovit nejde, ale podstatou je dosáhnout v každé životní fázi integrity. Ve všech životních fázích dochází ke krizím, i stárnutí má své krize.

(Klevetová, Dlabalová, 2008) Kalvach uvádí vymezení lidského života do čtyř fází, prvním věkem označuje předproduktivní etapu života, jež je vymezena od narození do 14 let věku. Druhou etapou je období reduktivní, tedy období dospělosti od 15 do 49 let. Třetí věk je postproduktivní fází, lidé starší 50 let, a čtvrtý věk je označen fází tzv. závislosti. (Kalvach, 2004)

3.3.1 Aktivizace seniorů v domově pro seniory

Aktivizace seniorů v domově pro seniory je nedílnou součástí nabídky pro klienty daného zařízení. Aktivizací rozumíme nabídku volnočasových činností v pobytovém zařízení. Cílem aktivizace seniorů je zprostředkování kontaktu se sociálním prostředím a umožnění věnovat se svým zájmům a zálibám. Trénink jemné i hrubé motoriky, upevňování a udržení psychických a sociálních schopností. (Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách) Aktivizační metody jsou různé, seniory lze aktivizovat pomocí arteterapie, fyzioterapie, muzikoterapie či cvičení paměti pomocí ICT a další široká nabídka možností. (Kozáková, Zdeňka; Müller, Oldřich., 2006)

V dnešní době je o konceptu aktivního stárnutí slyšet všude, od médií po populárně naučnou literaturu. I samotní senioři vnímají tento koncept všude kolem sebe, je dnes již přijat na kulturně společenské úrovni. Možností, jak být aktivní a udržet si tuto zdatnost po celý život, je v dnešní moderní době opravdu mnoho. (Kamanová, Pevná, Rabušicová., 2016) Aktivizační aktivity se mohou různit, každý si zvolí dle individuálního vkusu a uvážení, další roli zde hrají povahové rysy či vrstevníci sdílející stejnou zálibu. Nabídka volnočasových aktivit je rozmanitá – sport, cestování, zájem o různé pomáhající aktivity jako je dobrovolnictví, péče o členy rodiny, vzdělávací aktivity, seniorská a komunitní centra, ve kterých jsou velmi oblíbené jazykové kurzy a počítačové kurzy. Nejen aktivní způsob života nabývá na popularitě, též využívání informačních a komunikačních technologií. Na internetu přibývá seniorů, jen za loňský rok využívaly informační a komunikační technologie tři čtvrtiny lidí v předdůchodovém věku, tedy 55 až 64 let. (ČSÚ, 2019)

„Zatímco využívání internetu na notebooku a mobilním telefonu s věkem rapidně klesá, u stolního počítače je tomu naopak. Starší lidé se také vyznačují tím, že k internetu přistupují převážně jen z jednoho zařízení, nejčastěji právě ze stolního počítače,“ (ČSÚ., Lenka Weichetová 2019)

Aktivizace v domovech pro seniory je prací aktivizačních pracovníků, jednou z možností je i využívání a práce s ICT. V rámci domova pro seniory je ICT i součástí individuálního plánu klienta, v rámci doporučení využívat je především k tréninkům paměti, ke komunikaci s rodinou či přáteli.

S aktivním stárnutím úzce souvisí i otázka pasivních seniorů a pohled na aktivizaci očima zařízení. Být aktivní je nezbytné k dosažení konceptu aktivního stárnutí, bohužel klienti nejsou mnohdy motivováni ke změně. Miller a Rollnick uvádí, že klienti nemusí být připraveni na spolupráci s aktivizačním pracovníkem nebo sociální pracovníci. „Rizikovní“ klienti mohou striktně odmítat spolupráci či se jí nepřímou vyhýbat. Jednou z metod, která může tyto zábrany odbourat, je například motivační rozhovor. Autoři dále zmiňují klady motivačního rozhovoru, přínosem rozhovoru je především svoboda rozhodnutí klienta, na kterém je zodpovědnost za změnu jeho vlastního života. Pouze klient sám se může pro změnu rozhodnout a uskutečnit ji. (Miller, Rollnick, 2003)

Motivace při práci a vzdělávání seniorů je nedílnou součástí tohoto tématu, právě kvalitní motivace může být klíčem k aktivizaci seniorů. Stáří není koncem života, teprve smrt přináší konec. Prodloužení lidského života a vzájemné soužití a interakce všech věkových skupin ve společnosti dává prostor k vytvoření nového modelu osobního rozvoje. Nejdůležitější je přijmout lidský život jako celek od narození do smrti, kdy jsou všechny dílčí části stejně přínosné a hodnotné. (Kleťetová, Dlabalová 2008) Motivace je souhrn pohnutek k určité činnosti, k výkonu. Nemá-li člověk dostatečnou motivaci, lenoší. U seniorů k tomu dochází, když nemají pro co žít. Motivace často spočívá i na pracovnících zařízení, musí vyslechnout potřeby a umět poradit. (Haškovcová 2010)

Stárnutí populace není výlučně negativním jevem, nelze jej chápat pouze v negativním vymezení, problém nastává v případě, že stát a sociální služby nejsou na tento jev připraveni. Sdílení zkušeností a hledání nových možností je důležitější, než obraz stáří, potřeby starých lidí i nabídka služeb pro seniory, které se rychle diferencují a vyvíjí. Kvalita života se zvyšuje, s každou generací se zlepšuje zdatnost a zdravotní péče. Aktivuje se, nachází uplatnění. V pobytových zařízeních se ICT využívá všestranně, jak ze strany sociálních pracovníků, tak i ze strany uživatelů. Na základě zakázky, kterou v zařízení vymezi klienti, je poté na instituci, aby poskytla dostatečně kvalitní aktivizace.

3.3.2 Edukace v kontextu celoživotního vzdělávání

Stárnutí populace je jednou z demografických otázek moderní doby. Dnešní situace nárůstu jedinců ve vyšším věku se promítá do všech sfér společenského života a výjimkou není ani vzdělávání. Vzdělávání seniorů má svá specifika, je nezbytný respekt a tolerance s ohledem na věk této skupiny. (Špatenková, 2015)

Dle Národní soustavy klasifikací je vzdělávání definováno jako souhrn dovedností, znalostí a schopností, které jedinec získal prostřednictvím výuky, vzdělávání a studia. (stupeň vzdělání, popřípadě kvalifikace uvedená v Národní soustavě kvalifikací).

Původ slova vzdělání pochází z latinského *educare*, což znamená „vedení vpřed“. Vzdělávání je úmyslné a cílevědomé snažení, postupem času je proces učení náročnější. Některé kvality se věkem snižují, ale jiné nabývají na rozměrech. Z tohoto důvodu se také osvědčily univerzity třetího věku, tyto univerzity přináší plnohodnotný duševní program a možnost sociálního kontaktu s vrstevníky. Říčan uvádí, že by bylo chybou, kdyby z možných dílčích nedostatků ve schopnostech bylo souzeno všeobecné zhoršení paměti. (Říčan, 2004)

Dle Beneše je vzdělávání dospělých jedinců, a také seniorů, institucionalizovaný a organizovaný proces, který je sítí vzdělávacích institucí, jež jej umožňují a motivují k němu. (Beneš, 2008) V problematice vzdělávání dospělých a seniorů je hlavní andragogika, která se zabývá tímto vzděláváním. Andragogika je aplikovaná věda, její náplní je vzdělávání a výchova dospělých lidí, ve vzdělávání je nutný respekt individualit každého jedince a s ním spojených potřeb. Obsahem je především socializace, personalizace, dlouhodobý kontakt s jiným kulturním společenstvím a proces začlenění jedince do společenské struktury. Dále je důležitým úkolem funkce kognitivní, kulturně-edukační, společensko-informační, aktivizačně-stimulační a prognostická.

Teoretická část práce tvoří základnu pro praktickou část práce. Praktická část práce se bude věnovat zmapování, z jakého důvodu se respondenti začali zajímat o moderní technologie. V čem jsou technologie přínosné, jak je podporují v jejich aktivitě zařízení, ve kterém žijí. Jak se jim s moderními technologiemi pracuje a zda je podpora zařízení dle jejich názoru dostatečná. Samotný výzkum se týká seniorů, ICT, integrace seniorů do moderní společnosti, vzdělání a také zmapování situace v dnešních domovech pro seniory v kontextu podpory uživatelů v práci s ICT.

4. Metodologie

V teoretické části byly zpracovány pojmy jako senior, stárnutí a stáří, moderní komunikační technologie a přínos moderních technologií pro seniory. V metodické části se zaměříme na samotný výzkum. Jako výzkumnou metodu jsme zvolili kvalitativní výzkum pomocí polostandardizovaného rozhovoru. Při práci s touto cílovou skupinou mi připadá tato forma jako nejvhodnější pro získání informací od respondentů, což vyplývá ze zvolené cílové skupiny a jejich specifik. Před zahájením samotného šetření, jsem nejprve podrobně prostudovala odbornou literaturu vztahující se k tomuto tématu. Výzkum byl realizován se seniory zejícími v domovech pro seniory. Před zahájením samotného výzkumu jsem provedla ve zvoleném zařízení předvýzkum, mojí výhodou bylo, že jsem v daném zařízení dobrovolníkem, a tak mě respondenti znali a věděli, že se tomuto tématu věnuji. Nesporným přínosem byla již vybudovaná důvěra a znalost vhodné komunikace s touto cílovou skupinou.

Kvalitativní výzkumnou strategii jsem zvolila z důvodu hodnotného přínosu pro toto téma, oblast přínosu ICT pro seniory není příliš zmapována. Kvantitativní podíl informačně gramotných seniorů je již dostatečně prozkoumán díky ČSÚ či jiným závěrečným pracemi. *„Kvalitativní přístup v sociálních vědách vychází z toho, jak jsou různé pojmy a vztahy chápány aktéry sociální reality. Aktéři jsou odborníky na sociální situace, které prožívají. Cílem výzkumníka je porozumět situaci tak, jak jí rozumějí sami aktéři“.* (Švaříček, Šedřová, 2007)

Sběr dat proběhl ve třech domovech pro seniory v okrese Chrudim a Přelouč. Ve zvolených domovech pro seniory byly rozhovory realizovány po předchozí domluvě se sociálním a aktivizačním pracovníkem. V jednom ze zvolených zařízení byl rozhovorům přítomen i sociální pracovník z důvodu eliminace případných obav klientů z cizí osoby. Cílovou skupinu tvoří senioři nad 65 let věku žijící v domovech pro seniory využívající informační a komunikační technologie. Zvolená skupina respondentů má svá specifika, ty jsem již zmiňovala v teoretické části práce, kvůli kterým bylo potřeba situovat otázky jasně a srozumitelně. Vzhledem k vytyčenému cíli, tj. popsat realitu, zkoumat dané téma do hloubky pro zjištění celistvého názoru respondentů a pochopit jejich motivy, jsem zvolila metodu kvalitativního výzkumného šetření. Výzkum jsem zaměřila přímo na daného jedince, který našel motivaci a ICT ve svém životě využívá. Polostrukturované rozhovory

byly realizovány s cílem co nejpříjemnější formou zmapovat postoje respondentů k ICT, odhalit motivy k jeho používání či zjistit, jakou pocitují podporu ze strany zařízení. Každý respondent byl ujistěn o anonymitě své osoby a otázky byly situovány tak, aby nebyly příliš osobní či nepříjemné.

4.1 Hlavní výzkumný cíl a dílčí výzkumné cíle

Hlavním výzkumným cílem této práce je analyzovat přínos informačních a komunikačních technologií pro seniory kteří je využívají v domovech pro seniory. V rámci výzkumu se práce zaměřila validitu získaných informací a etický přístup k zúčastněným ve výzkumu. K hlavnímu cíli se následně váží následující dílčí výzkumné cíle: HVC: Hlavním výzkumným cílem práce je analyzovat přínos informačních a komunikačních technologií pro seniory kteří je využívají v domovech pro seniory.

DVC1: Zjistit, z jakého důvodu senioři začali využívat informační a komunikační technologie, co je k tomu vedlo?

DVC2: Zjistit, jak senioři vnímají informační a komunikační technologie a co je motivuje k jejich využívání.

DVC3: Zjistit, jaký přínos nebo bariéry senioři pocítují při práci s moderními technologiemi a jaký na to má vliv pomoc zařízení či pracovníka ICT.

Tabulka č. 1: transformace hlavního výzkumného cíle a dílčích výzkumných cílů

| | | |
|---|--|-------------------------|
| <u>Téma práce:</u> | <u>Senioři a informační a komunikační technologie</u> | |
| Hlavní výzkumný cíl práce: | Dílčí výzkumný cíle práce: | Výzkumné otázky: |
| Cílem práce je analyzovat přínos informačních a komunikačních technologií pro | | |

| | | |
|---|--|--|
| seniory, kteří je využívají v domovech pro seniory. | | |
| DVC1 | Zjistit, z jakého důvodu senioři začali využívat informační a komunikační technologie, co je k tomu vedlo? | <ol style="list-style-type: none"> 1. Jak dlouho používáte informační a komunikační technologie? 2. Co Vás k využívání informačních a komunikačních technologií přivedlo? 3. Bylo pro vás náročné začít s informačními a komunikačními technologiemi? 4. K čemu tyto technologie převážně používáte? |
| DVC2 | Zjistit, jak senioři vnímají informační a komunikační technologie a co je motivuje k jejich využívání. | <ol style="list-style-type: none"> 5. Na základě, čeho jste se rozhodli věnovat ve volném čase právě této aktivitě, přestože nabídka aktivit v domově je tak obsáhlá? 6. Kde nacházíte motivaci, co vás motivuje k práci s ICT? 7. Co vidíte jako hlavní důvod, proč ostatní senioři nevyužívají ICT? |

| | | |
|------|---|--|
| DVC3 | Zjistit, jaký přínos nebo bariéry senioři pocítují při práci s moderními technologiemi a jaký na to má vliv pomoc zařízení či pracovníka ICT. | 8. Co vám přináší využívání informačních a komunikačních zařízení? 9. Jaké vnímáte obtíže či bariery při této činnosti? 10. Pracujete s technologiemi převážně sám nebo v rámci podpory někoho z domova pro seniory? 11. Vnímáte nabídku domova pro seniory v tomto ohledu dostačující? |
|------|---|--|

Pramen: zdroj vlastní, 2018

4.2 Charakteristika nositelů informací a identifikace respondentů

Výzkum byl prováděn v okresech Chrudim a Přelouč. Osloveny byly čtyři domovy pro seniory, spolupráce byla zahájena se 3 z nich. Důvodem pro odmítnutí provedení výzkumu ve čtvrtém ze zmíněných zařízení byla neochota spolupracovat a podílet se na výzkumu. Bližší informace mi zařízení nepodal. Výzkum byl tedy zrealizován v Domově pro seniory Heřmanův Městec, Domově u Fontány v Přelouči a Domově pro seniory Chrudim. Domov pro seniory Heřmanův Městec, jehož zřizovatelem je Magistrát města Prahy, má kapacitu 78 míst, z nichž byl navázán kontakt s pěti uživateli. Domov pro seniory u Fontány, Přelouč, jejímž zřizovatelem je Pardubický kraj, má počet uživatelů domova 40 a rozhovory proběhly se dvěma z nich. Domov pro seniory Chrudim má počet uživatelů 20 a zřizovatelem je fyzická osoba. V tomto domově proběhly tři rozhovory se seniory využívajícími ICT. Mnohdy jsem se setkala s obavami respondentů, že daným technologiím příliš nerozumí a umí na nich pouze základní úkony, které využívají ke každodenním potřebám. Dostalo se respondentům ujištění, že cílem výzkumu je analyzovat a zmapovat reálnou situaci v této problematice a nikoliv hodnotit jejich schopnosti či dovednosti v ovládnutí technologií. S ohledem na vytyčené cíle je důležité zmapování reality a pohnutek uživatelů k využívání ICT.

R1: muž, 84 let, ženatý, celý život žil v Praze. Ekonomický ústav Akademie Věd, Vysokoškolské vzdělání

R2: žena, 93 let, vdova, Krucemburk, žila v Ždírci. Povoláním sekretářka. Středoškolské vzdělání.

R3: žena, 84 let, vdova. Žila celý život v Ostravě. Povoláním chemik. Středoškolské vzdělání.

R4: žena, 74 let, svobodná, žila převážně v Praze, Výtvarnice. Středoškolské vzdělání.

R5: žena, 84 let, vdova, celý život žila v Praze, povolání sekretářka. Středoškolské vzdělání.

R6: žena, 75 let, vdaná, Českomoravská vysočina, povolání kuchařka. Základní vzdělání.

R7: muž, 74 let, ženatý, celý život žil v Jaroměři, povolání železničář, základní vzdělání.

R8: muž, 68 let, vdovec, celý život žil v Praze. Povoláním elektrotechnik na Akademii věd. Vysokoškolské vzdělání.

R9: muž, 90 let, vdovec, narozen v Zábřehu na Moravě, celý život žil dle místa převelení, voják z povolání. Středoškolské vzdělání.

R10: muž, 84 let, vdovec. Žil v Pardubicích. Povoláním stavbyvedoucí a projektant, Středoškolské vzdělání.

4.2.1 Popis a způsob výběru výzkumného souboru

Výběr výzkumného souboru je zvolen metodou „snowball“. Tato metoda byla zrealizována prostřednictvím navázání kontaktu se samotnými domovy pro seniory. Výzkumný soubor je tvořen obyvateli domova pro seniory ve věku 60-95 let, kteří v domově žijí delší dobu a již se začlenili, mají možnost a jsou ochotní spolupracovat na výzkumu. Výzkum byl proveden v Domově pro seniory Heřmanův Městec, Domově u Fontány v Přelouči a Domově pro seniory Chrudim.

Výběr výzkumného souboru byl realizován ve výše zmíněných domovech pro seniory. Po konzultaci se sociálním pracovníkem, aktivizačním pracovníkem či pracovníkem ICT v domově jsem vytyčila seznam respondentů, kteří splňovali kritéria pro výzkum. Pro výběr výzkumného souboru jsem zvolila metodu snowball. Snowball je jedním z klasických typů vzorkování v kvalitativním výzkumu. Disman (2002) popisuje tuto techniku jako „techniku identifikace populace, nikoliv vytvoření reprezentativního vzorku.“ *Zařazuje ji ale mezi způsob výběru, neboť ji tak zařazují všechny učebnice. Tento způsob spočívá ve výběru jedinců, kdy „nás nějaký původní informátor vede k jiným členům naší cílové skupiny.“* (Disman, 2002, str. 114). V uzavřených skupinách mohou jednotliví členové na

sebe navzájem odkazovat, a to až do bodu, kdy nedojdeme úplného vyčerpání skupiny, tento moment se nazývá nasycenost vzorku. (Ferjenčík, 2000) Nevýhodou je dle Dismana nereprezentativnost a též markantní náročnost a dlouhodobost výzkumu. Tento druh výzkumu lze využít v případě, kdy je v populacích určitá vnitřní charakteristická struktura, v rámci které, jsou členové propojeni sítí určitých vztahů. Někdy je tento způsob výběru jedinou možností, jak vzorek sestavit. (Disman, 2002) Respondenti byli ve věku od 60 do 95 let. Minimální délka pobytu v zařízení byla stanovena na několik měsíců z důvodu adaptace na zařízení. Všichni zúčastnění respondenti, u kterých byl záznam možný, souhlasili se zhotovením nahrávky na diktafon. Všichni respondenti byli ujisti o anonymitě a účelu sběru dat, a proto jsou uváděni pouze pod přiděleným označením a nikoliv pod skutečným jménem.

4.3 Metody výzkumného šetření

Jak je již výše zmíněno, pro výzkum byla zvolena kvalitativní výzkumná strategie. Pro vhled a zprostředkování postojů a názorů respondentů na danou problematiku je tento druh výzkumu přínosný i z důvodu vhodnosti pro vymezení cílovou skupinu. „Kvalitativní výzkum používá induktivní formy vědeckých metod, hloubkové studium jednotlivých případů, nejrůznější formy rozhovorů a kvalitativní pozorování. Cílem je získat popis zvláštností případů, generovat hypotézy a rozvíjet teorie o fenoménech světa. Kvalitativní výzkum je orientován na exploraci a probíhá nejčastěji v přirozených podmínkách sociálního prostředí.“ (Hendl, 2016, str. 58) Kvalitativní výzkum může být chápán různě podle zadaných kritérií. Může se jednat o výzkum, který nevyužívá statistických metod a technik, kdy proti němu stojí výzkum kvantitativní, nebo výzkum zaměřený na nahlížení, chápání a interpretaci světa jak z pohledu jednotlivce, tak skupiny. Tento výzkum se využívá v sociálních vědách. V praxi psychologického a sociologického výzkumu se oba přístupy zpravidla doplňují.

Snahou kvalitativního výzkumu je vcítit se do zkoumaného subjektu. Využívá se podrobný popis každodenních situací a porozumění akcí a významům v sociálním kontextu. Nesnižuje se počet proměnných ani vztahy mezi nimi, pokud o tom nerozhodne sám zkoumaný. Nejčastěji se využívají otevřené a nestrukturované výzkumné plány, analyzuje se velký počet informací o velmi malé skupince zkoumaných, jejich interakce a osudy. Úkolem

kvalitativního výzkumu je vytvoření holistického obrazu, kdy celek ovlivňuje podobu a fungování svých částí, zkoumaného předmětu, zachycení interpretací zkoumaných účastníků procesů a interpretací těchto interpretací. (Hendl, Remr, 2017) „*Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění, založen na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách*“ (Hendl, 2005, s. 50).

4.3.1 Popis výzkumného nástroje

Jako nástroj výzkumu byla zvolena technika polostandardizovaného rozhovoru. Miovský (2006) považuje polostandardizovaný rozhovor za nejnámější druh rozhovoru. Rozhovor je tvořen okruhem otázek, které jsou sestaveny do struktury vyhovující výzkumníkovi. Výzkumník vytyčí téma rozhovoru a okruh otázek na které potřebuje získat odpovědi. V průběhu rozhovoru je důležité, v jakém stavu se dotazovaný nachází. U polostrukturovaného rozhovoru je dle Miovského vhodné ověřovat si získané informace a nechat si vysvětlit získaná data doptáváním se účastníka, tím si tazatel zkontroluje, zda jeho odpověď respondent pochopil správně. (Mioviský, 2006) Disman (2005) dělí techniku rozhovoru na dva základní typy, standardizovaný rozhovor a nestandardizovaný rozhovor. Rozděluje rozhovory ještě na další druhy, z nichž za nejvýznamnější považuje polostandardizovaný. V polostandardizovaném rozhovoru mohou být některé části úplně strukturované či naopak nestrukturované. (Disman, 2005) Otázky byly použity pro všechny respondenty stejně a snažila jsem se je formulovat srozumitelně a jednoznačně.

4.3.2 Techniky výzkumného šetření

Technikou výzkumného šetření byl zvolen polostandardizovaný rozhovor. Dle Hendla (2012) se tato technika též nazývá rozhovor dle návodu. „*Návod k rozhovoru představuje seznam otázek nebo témat, jež je nutné v rámci interview probrat. Tento návod má zajistit, že se skutečně dostane na všechna pro tazatele zajímavá témata. Zůstává mu i volnost přizpůsobovat formulace otázek podle situace.*“ (Hendl, 2016, str. 178) V rámci samotného výzkumu byly otázky vytyčeny tak, aby vyhovovaly respondentům – byly situovány pro jedince, kteří s ICT již pracují, ale byla zohledněna i cílová skupina, se kterou jsou

rozhovory realizovány. Záměrem těchto otázek bylo získat co neucelenější a nejpřesnější informace.

4.3.3 Předvýzkum

Předvýzkum byl proveden před samotným výzkumem po načerpání teoretických znalostí k danému tématu. Předvýzkum proběhl z důvodu ověření srozumitelnosti a jednoznačnosti otázek a též pro zmapování případných oprav či doplnění a zjištění časové náročnosti rozhovoru. Otázky již nebylo nutné upravovat. Dalším důvodem bylo zjištění časové náročnosti pro realizaci rozhovorů. V rámci předvýzkumu jsem nejdříve oslovila prostřednictvím e-mailu několik zařízení. Poté jsem s jedním respondentem provedla rozhovor, a to po předchozí domluvě se sociální pracovníci zařízení. Respondentem byla žena využívající ICT, která byla ochotna zúčastnit se výzkumu. Samotný rozhovor trval 25–35 minut, pro potřeby daného výzkumu byla tato časová dotace dostačující.

V rámci předvýzkumu byly provedeny rozhovory s pracovníky ICT a dalšími pracovníky domova, kteří se nějakým způsobem podílí na pomoci klientům s prací a využíváním ICT. Tyto rozhovory byly realizovány pro ucelení pohledu na danou problematiku z pohledu dalších zúčastněných a návaznosti na přístup zařízení.

4.4 Etické aspekty výzkumu

Před konkrétní realizací výzkumného šetření zde zmíním dle mého názoru velmi důležitý aspekt výzkumu, a to etická rizika, která s realizací výzkumu bezesporu souvisí. Každý výzkum s sebou přináší určité etické aspekty a vzhledem ke zvolené cílové skupině tento fakt platí o to s větším zřetelem. Každý z respondentů se spoluprací na výzkumu souhlasil, byl upozorněn na účely výzkumu a porozuměl jim. Jednalo se o tzv. informovaný souhlas zúčastněných o aspektech daného výzkumu. V první fázi jsem respondenty seznámila s výzkumem a několika informacemi o mé osobě. Poté jsem se ujistila, zda porozuměli a souhlasí s realizací rozhovoru. Při rozhovoru jsem v úvodu všechny zúčastněné respondenty upozornila na anonymitu výzkumu a požádala je o souhlas se zhotovením nahrávky z rozhovoru. Spolupráce na výzkumu je dobrovolná a respondenti byli seznámeni s právem kdykoli přerušit rozhovor či na některou z otázek neodpovídat, pokud by jim byla nepřijemná.

Otevřeným přístupem jsem se snažila předejít obavám a všechny informace spojené s výzkumem jsem sdělila každému ze zúčastněných. Tímto způsobem jsem se snažila eliminovat strach seniorů ze zneužití jejich důvěry, údajů či odpovědí na mé otázky. Trpělivě jsem všechny respondenty ujistila a zodpověděla jejich doplňující otázky.

4.4.1 Realizace výzkumu

Výzkumné šetření probíhalo od prosince 2018 do února 2019. Výzkumné šetření plynule navazovalo na teoretickou část a provedený předvýzkum. Prvotní fáze samotného výzkumu obsahovala seznámení s jednotlivými respondenty a seznámení respondentů s náplní výzkumu. Samotná realizace rozhovorů probíhala při osobním setkání v měsících lednu a únoru. S ohledem na cílovou skupinu a též téma výzkumu bylo důležité respondentům poskytnout dostatek času a prostoru na porozumění mému požadavku na provedení výzkumu, aby klienti nebyli vyvedeni ze své zóny komfortu. Pro udržení komfortu klientů či na přání pracovníka zařízení byl přítomen některým rozhovorům sociální pracovník zařízení. Tato skutečnost přispěla k transparentnosti výzkumu, ale při kontrole validity získaných informací zejména u posledního souboru otázek byl zjištěn negativní vliv této skutečnosti. Pro účely výzkumu bylo důležité zmapovat reálné názory respondentů nezkrácené žádným vnějším vlivem.

Při samotném šetření jsem se snažila, aby pohlaví i sociální postavení respondentů bylo zastoupeno poměrově přibližně stejně. Navzdory tomu, že se nejednalo o kvótní výběr, jsem získala vcelku vyvážený vzorek respondentů, a to šest žen a pět mužů. Díky zvolené technice bylo zamezeno například neporozumění otázce, při pochybnostech jsem otázku mohla respondentovi osvětlit či zopakovat. I přes úctyhodný věk respondentů to však nebylo ve většině případů nutné, bylo namíste upravit hlasitost projevu nikoli formulaci samotných otázek. Před zahájením samotného rozhovoru jsem všechny respondenty předem seznámila s podstatnými informacemi, jaké je mé jméno, jaký studijní obor studuji a jaké je téma mé bakalářské práce. Dále jsem respondenty seznámila s mou představou o daném rozhovoru, též byli upozorněni na své právo přerušit rozhovor či se zdržet odpovědi, pokud by jim bylo jakýmkoliv způsobem nepříjemné na ni odpovídat. Tuto situaci jsem se snažila eliminovat pomocí provedení předvýzkumu, který měl těmto situacím předejít a musím podotknout, že svou funkci splnil. Nedílnou součástí bylo ubezpečení respondentů o anonymitě celého výzkumu a též vyjasnění, že sdělené informace budou sloužit pouze pro účely dané bakalářské práce. Poté byly realizovány samotné rozhovory s respondenty, kteří souhlasili se zapojením do výzkumu. Celkem bylo osloveno jedenáct respondentů ze tří zařízení, jedno

zařízení spolupráci na výzkumu nenavázalo. Rozhovory byly uskutečněny v přirozeném domácím prostředí seniorů tak, aby bylo dosaženo co nejkomfortnějšího místa pro tázané. Jednalo se o pokoje klientů, domácnosti klientů v domovech pro seniory či Selskou besedu. Místa rozhovorů byla předem plánována se zúčastněnými stranami tak, aby všem vyhovovala. Přizpůsobila jsem se potřebám jak klienta, tak případně sociálního pracovníka, pokud chtěl být rozhovorům přítomen. Délka rozhovorů se pohybovala od 25–35 minut. Samozřejmě byly některé rozhovory realizovány po delší časový úsek, tento fakt měl různé příčiny, které vychází přirozeně z podstaty polostrukturovaného rozhovoru. Dále byli všichni respondenti upozorněni na nahrávání rozhovorů pro zkvalitnění výzkumu, s čímž před zahájením nahrávání všichni souhlasili. Nahrávání rozhovorů mělo několik důvodů – nejen přesnost zachycení odpovědí, ale též přínos pro plynulost samotného rozhovoru bez dlouhého zaznamenávání odpovědí. Audio záznam z rozhovorů byl následně převeden do písemné podoby. Zvolené prostředí i metoda sběru dat přispěly k celkově příjemné atmosféře během rozhovorů, klienti byli otevření a se zájmem mi sdělovali své názory a pohnutky k danému tématu i mimo něj. Po seznámení obou stran jsem položila několik úvodních otázek týkajících se jejich osoby nutné k identifikaci nositelů informací. V průběhu rozhovorů jsem znovu upozorňovala na anonymitu a možnost neodpovídat na otázky, a to pro pocit komfortu a bezpečí samotných respondentů. Senioři mi v průběhu rozhovoru odpověděli na všechny položené otázky. Předem připravený soubor otázek jsem případně obohatila doplňujícími dotazy či jsem podpořila detailnější rozvedení odpovědi respondentem technikou aktivního naslouchání.

5 Výsledky výzkumu a interpretace dat

Kvalitativní materiál ve formě rozhovorů, protokolů pozorování, textových a audiovizuálních materiálů a dalších druhů dokumentů se transformuje a interpretuje s cílem zachytit komplexitu zkoumaných jevů a případů sociálního světa. (Hendl, 2005) Pro účely práce je zachycení těchto jevů klíčové, získaná data však nemají strukturovanou podobu, což komplikuje jejich následné vyhodnocení. Analýza dat probíhala již od první fáze sběru. Data se organizovala a analyzovala v průběhu celého výzkumného procesu pro získání všech dostupných informací a údajů souvisejících s daným tématem, které mi mohli respondenti poskytnout.

„Kvalitativní analýza je uměním zpracovat data smysluplným a užitečným způsobem a nalézt odpověď na položenou výzkumnou otázku.“ (Hendl, 2005, str. 223) Pro analýzu dat získaných při výzkumu byla použita technika kódování. Technika kódování je systematickým procesem procházení získaných dat, která si klade za cíl rozkrýt pravidelnost jednotlivých částí pro jejich snadnější interpretaci. Technika kódování je stěžejním bodem analýzy a vede ke kvalitnímu popsání získaných dat.

Pro účely vyhodnocení získaných dat bylo využito otevřené kódování. Otevřené kódování lze aplikovat různým způsobem, a proto je hojně využíváno při analýze pomocí kódů. *„Lze kódovat slovo po slovu, podle odstavců, celých textů či případů. Vždy však musíme zachovat hlavní cíl kódování a to je tematické rozkrytí textu.“* (Hendl, 2005 str. 247). Otevřené kódování je technika, která byla vyvinuta v rámci analytického aparátu zakotvené teorie, avšak díky své jednoduchosti a zároveň účinnosti je používána a použitelná ve velmi široké škále kvalitativních projektů. Využívanou nadstavbou pro otevřené kódování je technika tzv. vyložení karet. Jedná se o interpretaci získaných kódů do zvoleného obrazce. Pomocí těchto kódů se sestaví interpretace daných kategorií.

5.1 Interpretace dílčího výzkumného cíle č. 1.

Interpretace prvního dílčího výzkumného cíle, DVC1: Zjistit, z jakého důvodu senioři začali využívat informační a komunikační technologie, co je k tomu vedlo. Náplní prvního dílčího výzkumného cíle bylo zjistit důvody a pohnutky seniorů k využívání informačních a komunikačních technologií, jak dlouho tyto technologie používají, co je k této aktivitě přivedlo, zda bylo náročné tyto technologie začít používat či za jakým účelem je využívají.

První otázka směřovala k časovému ukotvení pro kvalitnější uchopení zájmu jednotlivých respondentů o danou problematiku. Tato otázka mapovala, jak dlouho s některými z moderních technologií senioři pracují. Většina respondentů uváděla, že s těmito technologiemi pracuje delší dobu, než žije v domově pro seniory a mnozí též mají dobré zkušenosti ze svého zaměstnání. R4: *„Už moc dávno, mobil používám defacto od té doby, co začaly u nás, to byly ještě hodně drahý. No vidíte a teď mám nový, dokonce dotykový mobil a i ten notebook.“* Ti senioři, kteří se technologiím nepřestali věnovat ani po odchodu do důchodu, zůstali na počítači i mobilu aktivní. R8: *„Začal jsem s počítači v práci, vlastně od samého začátku, kdy přišly do Československa. Jsem inženýr elektrotechniky a jeden z prvních počítačů u nás jsem sestrojil. Já jsem s tím pracoval i ve výzkumáku, takže jsem k tomu měl dost blízko.“* R1: *„Počítač jsem začal používat v práci, ve výzkumáku jsme do něj zadávali údaje, to už je asi přes třicet let.“* Z odpovědí respondentů je patrné, že seniorů, kteří se v domově naučili základy práce s PC, je zhruba polovina. Počet klientů, kteří práci s PC budou ovládat ze svého dřívějšího prostředí či pracoviště, se bude do budoucna zvyšovat.

Druhá otázka úzce souvisela s předcházející otázkou, navazovala na ni: Co zúčastněné seniory k moderním technologiím přivedlo? Pokud respondenti neuváděli jako důvod svého prvotního zájmu potřebu v zaměstnání, obvykle to byla rodina či blízcí, kteří je k těmto technologiím přivedli či jim opatřili první mobilní telefon nebo notebook. R3: *„Děti a vnučky mi ho daly, abych se s nimi mohla spojit, kdy chci, je to lepší, než sem jezdit autem; to je dálka.“* R5: *„Chtěla jsem notebook vyzkoušet, a když byla ta možnost, mám hodně přátel, a tak jsem s nimi chtěla komunikovat.“* R2: *„Notebook i mobil jsem dostala po vnoučatech, mi to daly, abych se měla čím bavit v domově. Mám od nich k tomu i sluchátka k tomu, ty bezdrátový.“* Z rozhovorů vyplynulo, že důvod, kvůli kterému si první moderní technologie opatřili, byl i důvodem, proč tyto technologie nadále využívají. R6: *„Dcera mi koupila ten notebook a taky teď mobil dotykový. Je to lepší, že mi zavolají, než aby ke mně pořád jezdili tu dálku. To tu zůstanou hodinu a víc ne a musí zase jet. Takhle mi alespoň pošlou fotky nebo tak na ten e-mail.“* Další otázka pátrala po začátcích práce s technologiemi, a zda bylo pro respondenty obtížné s nimi začít pracovat či nikoliv. R5: *„Ano bylo to těžký a pořád je. Já vždycky zase něco zapomenu nebo si nemůžu vybavit, co mám dělat dál.“* R7: *„Pro mě to bylo složitý, protože já na takový věci nejsem zvyklá. Jsem si říkala, že na tom dělat v životě nebudu, ale nakonec to potřebuju kvůli dětem.“* R3: *„Když jsem viděla, jak to ovládá malé dítě, tak to pro mě bylo trochu trapné, začala jsem na tom pracovat dál. U nás*

v knihovně byly kurzy pro seniory, tak jsem si tam zašla a naučila jsem se tam všechno, co jsem potřebovala. Absolvovala jsem všech šest lekcí.“ R6: „Pro mě to bylo složité a naučila jsem se na tom, měla jsem mrtvici, a tak dost zapomínám nebo se mi značnou třást ruce.“ R9: „Měl jsem k tomu blízko a bavilo mě poznávat novinky. A taky jsem k tomu měl vlohy.“ V této otázce se senioři rozcházeli, rozmanitost odpovědí byla stejná jako samotné složení respondentů. Někteří měli k technologiím velmi blízko, zatímco jiní s nimi bojovali. Hlavní pro ně bylo získávat nové informace a rozvíjet sami sebe.

Další otázka mapovala oblast využívání technologií: K čemu senioři v domově technologie převážně využívají? R1: „Já používám počítač hlavně na genealogii, přesněji na stanovení rodinného rodokmenu, jde mi především o jednotlivé příběhy. Shromažďuji je a sestavuji do rodokmenu.“ R4: „Já si na tom prohlídnu zboží, oblečení. Hraju na počítači hry, ale ne takový ty, jak se tam honí, to mě připadá moc infantilní, ale hraju šachy, karty, to je zajímavé. Člověk může hrát online s kýmkoliv po celém světě. Je tam toho pro mě hodně, zahrádkářství, domácnost, zahraničí a kultura. Tam si na to kliknu a hned všechno vím, ale takovou černou kroniku... to nečtu, nebo mám na flash disku video, tak si ho můžu strčit do počítače a pustit si ho. A taky chodím na e-mail a čtu novinky.“ R10: „No, mám dva programy a tam si dělám svoje rýsování, projekty. Dřív jsem dělal na rýsovacím prkně a tohle je podobný. Jsem to dělal vždycky jako v práci, a i doma, tak to dělám; i teď mě to baví. Tady bych si nemohl rýsovat, ale mám svůj počítač, tak si můžu dělat, co potřebuju, chci.“ R9: „Inklinuju k tomu, že se chci dozvědět něco nového. Počítač používám při psaní příspěvků do Fontány, když píšu dětem přes e-mail. Hledám si nové informace na Google.“ R3: „Hledala jsem si na tom nějaká města, vnučky studovaly v cizině, tak jsme si psaly a posílaly mi fotky. Teď, že si píšu s dcerou a vnučkami, spojíme se, když něco potřebujeme. Vnučky žijí v Norsku a v Praze a vnuk žije v Ostravě, mají to ke mně daleko.“ Z rozhovorů bylo jasné, že se každý ze zúčastněných prostřednictvím technologií nějakým způsobem realizuje. Díky technologiím získali nezávislost na okolí s ohledem na své zájmy, zábavu či osobní cíle.

5.1.1 Shrnutí dílčího výzkumného cíle č. 1.

Z odpovědí respondentů vyplývá, že technologie ve většině případů využívají delší dobu, než je pobyt v DS, ale jsou i tací, kteří začali technologie používat až v pokročilém věku. Respondenti též uvádí, že mobilní telefon používají již od doby, kdy se objevil na trhu, kdežto PC začali používat v zaměstnání či po příchodu do DS.

Z odpovědí respondentů též bylo zřejmé, že moderní technologie využívají převážně z toho důvodu, že jim příslušné zařízení koupil někdo z členů rodiny, případně si jej zakoupili sami před příchodem do DS, z vlastního zájmu o tyto technologie. Senioři často začali využívat technologie pro snazší navázání kontaktu s rodinou.

Zda bylo pro seniory těžké začít s moderními technologiemi, je značně individuální, ale každý z nich zvládá bez větších potíží to, čemu se chce na daném zařízení věnovat, ať již je to komunikace s rodinou, nebo počítačové hry. Spektrum toho, k čemu respondenti využívají moderní technologie, je stejně pestré jako složení respondentů. Pevně se opakovala potřeba kontaktu s rodinou, nové zprávy, informace a novinky, někdy i hry či nákupy online.

5.2 Interpretace dílčího výzkumného cíle č. 2.

Interpretace druhého dílčího výzkumného cíle, DVC2: Zjistit, jak senioři vnímají informační a komunikační technologie a co je motivuje k jejich využívání. K tomuto dílčímu cíli se váží otázky jako: Na základě čeho se respondenti rozhodli věnovat ve volném čase právě informačním a komunikačním technologiím? Je-li nabídka domova rozmanitá, jaký byl důvod věnovat se konkrétní aktivitě? Kde nachází motivaci k práci s ICT? Co vnímají jako hlavní důvod, proč ostatní senioři tyto technologie nevyužívají? Důvody k využívání moderních technologií v domově se různily. Mnozí je využívají z důvodu nabídky kurzu ICT pro seniory, jiní mají touhu se odlišovat a realizovat se v činnosti, ve které vynikají. R8: *„Já k těm aktivitám v domově moc netáhnu, spíš chodím na počítač. Tady v té části jsou dva počítače, které patří domovu. Máme je tu zdarma a i s internetem, to mě to baví.“* R3: *„No, já chodím na víc aktivit, ale tohle používám ráda, e-mail nebo si posíláme s vnučkami fotky a tak.“* Mnozí ztratili s postupným věkem některé ze svých zálib či koníčků. Jiní kombinují různorodé aktivity z nabídky domova, učí se něco nového s technologiemi či pomocí technologií. R4: *„Těch sportovních aktivit je tady hodně, pétanque a tak, ale jinak moc ne. Na sport moc nejsem, realizuji se jinak. Číst – to už mám skoro všechno přečtený, a kvůli očím ani nemůžu. Mám hned suché oči, mám syndrom suchého oka, ale na počítači mi to nevadí. Sice už si taky musím brát brýle, ale nevadí mi to, a co potřebuju, si můžu zvětšit a tak.“* R6: *„Chodím i na jiné aktivity, ale ty hodiny počítačů – jsem si to vzala, abych se na tom naučila. Mohla s tím fungovat soběstačně. Trochu jsem se bála, abych to nerozbila nebo někde něco nestáhnula, když jsem s tím neuměla tolik zacházet, už je to lepší, pomáhá mi ten pracovník a jeho hodiny.“* Ať se již

senioři věnují ve volném čase pouze moderním technologiím, či je kombinují s jinými volnočasovými aktivitami v domově, shodují se, že je to pro ně možnost seberealizace a dosažení soběstačnosti.

Další otázka se věnovala motivaci – konkrétně šlo o mapování důvodů a pohnutek k využívání moderních technologií. R8: „*Motivuje mě touha po nových informacích, aktuální věci. Je to zábava, on se toho člověk ledasco dozví v mém oboru z online knihovny a časopisů.*“ R10: „*Je to snadnější než na rýsovacím prkně, o dost. A mohl sem si to i vytisknout. To ulehčení mě motivovalo k tomu, abych se na počítači naučil, bylo to podobné jako psací stroj a rýsovací prkno dohromady.*“ R1: „*Motivuje mě to dokončení rodokmenu. Když už ten počítač mám, ale už to mám skoro hotové.*“ R7: „*Motivuje mě moje rodina, abych se na tom naučil a mohl si s nimi volat a psát e-maily. Dostávám fotky a můžeme se i domluvit, kdy mě kluci přijedou navštívit, jako kamarádi.*“ R2: „*Motivace je pro mě asi ta zábava. Mě baví ty zprávy a novinky a u toho taky člověk stráví času – to si ani neuvědomíte, jak dlouho už u toho sedíte.*“ Otázka práce s technologiemi není pouze setrvalý zvyk z pracovně aktivní doby, ale i otázka motivace k poznávání něčeho nového.

Další otázkou bylo, co vidí senioři jako hlavní důvod, proč ostatní senioři ICT nevyužívají. Otázka osvětlila souvislosti mezi motivací těch, kteří ICT využívají, a bariérami těch, kteří je nevyužívají. R2: „*Každý jsme jiný a každý má jiné zájmy.*“ R5: „*No, jsou buď nemocní nebo po mrtvicích nebo nemají zájem.*“ R7: „*Jo, to já nevím, oni už jsou hodně staří, některý už nechtějí, ale někteří na tom dělají i mají svoje počítače a dotykáče.*“ R10: „*Nevím, o jiné tady v domově se nezajímám. Ani jiné aktivity tu moc nedělám.*“ R9: „*To já nevím, ale asi že jsou hodně staří anebo nemocní. Taky jsem byl, ale potom jsem se z toho dostal. Řekl jsem si ‚vždycky si byl takový aktivní, tak se seber a udělej s tím něco‘. ‚Tak takhle tedy ne, budu na sobě pracovat dál‘ a začal jsem s tím počítačem a tak.*“

5.2.1 Shrnutí dílčího výzkumného cíle č. 2.

Z pohledu respondentů vyplývá, že se této aktivitě věnují ze zvyku, případně mají pocit, že bez technologií by byli odříznuti od rodiny, informací, vzdělání a zábavy. V pokročilém věku jsou nuceni upouštět od fyzických aktivit a ICT je pro ně příjemnou alternativou.

Motivací pro respondenty je především vlastní touha po informacích a po kontaktu s rodinou, a to častěji než na domluvených osobních setkáních. Dále jde o potřebu seberealizace a učení se něčemu novému tak, aby nestagnovali.

Dle názoru respondentů je důvodem pro menší zájem jejich vrstevníků nejspíše zdravotní stav či skutečnost, že každý má jiné zájmy.

5.3 Interpretace dílčího výzkumného cíle č. 3.

Interpretace posledního dílčího výzkumného cíle, DVC3: Zjistit, jaký přínos nebo bariéry senioři pocítují při práci s moderními technologiemi a jaký na to má vliv pomoc zařízení či pracovníka ICT. K danému cíli se váží výzkumné otázky, co seniorům přináší využívání informačních a komunikačních zařízení, zda senioři vnímají obtíže či bariéry při této činnosti, jestli pracují s technologiemi převážně sami nebo v rámci podpory někoho z domova pro seniory či zda vnímají nabídku domova pro seniory v tomto ohledu jako dostačující. Seniorům technologie pomáhají získávat nové informace a též je uchovávat – tento fakt kladně přispívá k tréninku paměti. R2: *„No, přináší mi to ty informace, abych se něco dověděla a byla v kontaktu s dcerou a holkami. Člověk ví alespoň, co se ve světě děje, trénuju si tím mozek. Když holky zavolají přes Skype, je člověk ve styku s těmi lidmi a i je vidí“* Seniorům se pomocí moderních technologií otvírají nové cesty sebeuplatnění a seberealizace. R4: *„No, přináší zprávy, mně přijde, že to je lepší než číst noviny. Ty zprávy mně přijdou desinformační, ale ten Seznam je lepší. Že ty informace od Český tiskový kanceláře dostává jako první a oni to ty noviny vlastně všechno přebírají. Protože na internetu je to mnohem dřív než v těch novinách. Než se vytisknou a korektury, tak na internetu to už je. A je to rychlejší o dost než televize, když jdu od snídaně, tak se podívám na Seznam a vím, co se stalo, kde vybuchla sopka a tak. To nikdo z domova skoro neví, takový věci, jen já a ti, co taky chodí na ten počítač. Přináší mi to taky nový možnosti, teď jsem se přihlásila i na tu univerzitu třetího věku, tam musíme umět na počítači, tam na PC děláme testy. Je to náročný, ale já si myslím, že je to dobrý na cvičení paměti. Tady taky máme tréninky paměti, v domově, ale člověk musí nějakým způsobem zaměstnávat mozek. Nemůžu si lehnout a nic nedělat, přemýšlet nad ničím. Já se tímhle i aktivizuju do tohoto času, nepřemítám nad tím, co bude za deset let, to mi nedělá dobře.“* Respondentům technologie přináší i svobodu a nezávislost na jejich okolí. Možnost zjišťovat si potřebné informace a udržovat si informační gramotnost a přehled o aktuálním dění u nás i ve světě. R7: *„Budu moct vidět děti, zavolám si s nimi a oni přijedou. Radost, že člověk ví, že se může blízkým dovolat, že přeci jen trošičku vím, co tam mám dělat, a to sem rád.“* R9: *„Ted hlavně radost, ale nejen pro mě, taky pro ostatní, já na počítači píšu do časopisu vtipy anebo motto dne a tak.“* R3: *„Ty informace a kontakt s rodinou a přáteli. Ani nevím, co mi to ještě*

přináší – to že ho mám, tak si vždycky večer sednu, přečtu si noviny, co které piší. Co píše Ostrava a co pišou Pardubice. Alespoň vím, co se děje u nás doma a i tady, kde jsem teď a jsem spokojená.“ R5: „To, že to ještě zvládnou, ty moderní věci, a taky s tím každý v domově neumí, takže je to taková jako prestiž. Nepřijdu si ještě tak stará“ R8: „Zábava a touha po novém vědění z té elektrotechniky. Já umím trochu německy a anglicky, tak i ty zprávy ze světa si rád přečtu nebo různé vědecké články. Prostě co je nového ve světě.“

Další výzkumnou otázkou, která se váže k tomuto dílčímu cíli, je, jaké senioři vnímají obtíže či bariéry při využívání moderních technologií. Vedle komplikací však respondenti poukazovali i na osobní růst spojený s manipulací s nimi. R6: *„No, teď mi přijde ta karta do telefonu, ale já s ní neumím a nevím, jak ji tam mám dát. Musím počkat, až mi s tím dobrovolník pomůže. Obtíže, no něco se naučím, a pak to zase zapomenou, ale potom se to učím znova, ale mně to nevádí, já se tím trénuju. A s myší mám problém, to se mi třeba začne klepat ruka, a je to v čoudu.“ R1: „Bariéry ani obtíže nevnímám, na to, na co technologie využívám, tak s tím nemám problém.“ R10: „Tady už mně ten počítač moc nefunguje; ten, co mám doma, je lepší. Co jsem měl úraz, už na tom moc nedělám, sem spadl z několika metrů.“ R2: „No, vždycky když jsem to zmotala, tak mi vnoučata pomohla, ale teď jsou všichni daleko a já jsem bezbranná, nemám se na koho obrátit. Když přijedou, tak mi to dají do pořádku, ale teď, jak je zima, tak sem moc nejezdí. Bariéra – asi klávesnice, musím psát tužkou na klávesnici, jinak mi to nejde – se mi začnou trást ruce. A taky paměť, no, to vás ničí, že si nemůžete na nic vzpomenout, ale pak si vzpomenete, kam šáhnout a jde to.“ R5: „Asi ta paměť.“ R7: „Paměť, něco se naučím, a pak to zase zapomenou, ale tohle k tomu věku patří a člověk s tím musí bojovat.“*

Další výzkumná otázka zkoumá, jestli respondenti pracují s technologiemi převážně sami, nebo v rámci podpory personálu domova pro seniory. Zde je zřetelně vidět vliv zařízení, a zejména pak těch, která poskytují kvalitní podporu a zázemí. Rovněž lze sledovat přínos dobrovolníků a pracovníků ICT, kteří s těmito zařízeními spolupracují. R4: *„No, převážně sama, ale když něco potřebuju poradit, tak je tu dobrovolník, pracovník jako přes počítače, se mu vždycky ohlásím, jestli tady bude, a on mi poradí, s čím potřebuju. Chodí sem vždycky ve čtvrtek odpoledne a učí na počítači to, co kdo chce.“ R3: „V domově hlavně sama, ale když je potřeba něco opravit, tak přijedou vnuk, snacha nebo vnučky.“ R6: „No, s počítačem pracuju s dobrovolníkem, kdepak já sama, ale s mobilem pracuju sama, mám ten dotykový mobil, a s tím si dělám.“ R9: „To děvče z domova, co zastřešuje ty počítače, mi pomáhá, když potřebuju.“ R10: „Pracuju na počítači sám, to, co mě baví a dělám na něm, s tím*

pomáhat nepotřebuju.“ R8: „Když něco zapomenu, tak zdejší staniční sestra mi pomůže. Je to pomoc, velice příjemná.“

Další výzkumná otázka adresuje, jestli senioři vnímají nabídku domova pro seniory v tomto ohledu jako dostačující – zda jim domov poskytuje podporu. R5: *„Ano, podpora je moc dobrá, máme tu tři počítače a Wi-Fi a taky ten dobrovolník na technologii je moc hodný.“* R7: *„Ano, máme dobrovolníka a těch počítačů je tu až dost.“* R4: *„Podpora domova je dobrá, máme vlastně všechno zdarma, on to domov vlastně všechno platí. Počítače i Wi-Fi. Jsou tu Wi-Fi bezdrátové sítě, můžu to na notebooku využívat, ale já raději chodím na stolní počítač, na ten společný. Nabídka je dostačující, máme tady k dispozici tři počítače s internetem a zadarmo. No, chodí sem dobrovolník učit počítače, ten nám pomáhá, on je hodný, možná až moc hodný.“* R9: *„Ano, to je. Moc se snaží, aby to tady bylo jako doma a moc se vším pomáhají.“* R8: *„Myslím, že je to dobrá nabídka, protože toho volného času je tady habaděj a tohle je takové příjemné strávení doby.“* R1: *„To já s tím nepotřebuju pomáhat, ale je velmi zřetelné, že na vytváření spektra aktivit v domově se primárně podílí senioři, se kterými toho nemám moc společného a pro nás aktivní, co chtějí spíše něco na přemýšlení, toho tady moc není.“*

5.3.1 Shrnutí dílčího výzkumného cíle č. 3.

Z odpovědí respondentů vyplývá, že technologie jim přináší celé spektrum možností; od kontaktu se svou rodinou přes seberealizaci prostřednictvím psaní básní až po sebevzdělávání pomocí U3V či online vzdělávání.

Obtíže mají senioři zejména individuální, ale velmi často se opakovala bariéra v podobě zhoršeného zdravotního stavu. Překážkou je i nedostatek podpory ze strany okolí, senioři se mnohdy natolik obávají selhání, že raději odmítají s ICT manipulovat, „aby to nerozbili“.

Senioři v DS Heřmanův Městec pracují s technologiemi převážně za podpory ICT pracovníka, z odpovědí respondentů vyplývá, že jim tato situace vyhovuje; naučí se, co potřebují bez obav ze selhání. V DS u Fontány pracují s technologiemi uživatelé sami, ale pokud se z jejich strany vzejde poptávka, poskytne jim podporu sociální či aktivizační pracovník. V DS Chrudim všichni respondenti pracují s technologiemi sami, momentálně nefunguje systém podpory. Domov pro seniory Chrudim postrádá větší aktivitu směrem

k náboru nových dobrovolníků, kteří by mohli nejen v této oblasti pomoci při zajišťování kvalitních služeb.

Z odpovědí, které respondenti uvedli, je zřejmé, že považují podporu ze strany zařízení za dostatečnou. Je však nutno podotknout, že „dostatečná podpora“ může být vnímána subjektivně. V některých případech se váže k podpoře při práci, asistenci při složitějších úkonech či poskytnutí poradenství. Jindy respondenti žádnou podporu nevyužili a ani si nebyli jisti, zde nějaká podpora ze strany zařízení vlastně existuje.

5.4 Interpretace hlavní výzkumné otázky

Hlavní výzkumnou otázkou bylo zjistit, jaký přínos mají informačních a komunikačních technologie pro seniory, kteří je využívají v DS. Z výzkumu vyplývá, že respondentům přináší moderní technologie celé spektrum možností v každodenním životě a jak významnou roli hraje postoj zařízení. Uzavřené sociální zařízení je totální institucí a jeho podpora či vytvoření zázemí má nepopíratelný význam pro udržení počítačové gramotnosti. Senioři zúčastnění na výzkumu mají pozitivní vztah k technologiím a vnímají jejich přínos jako velice intenzivní – je nedílnou součástí jejich života v zařízení, i přesto, že je každý z respondentů využíval k jiným aktivitám a k plnění různých potřeb. Při výzkumu byl zjištěn významný vliv kvality zázemí a péče: u seniorů s lepšími podmínkami se technologické dovednosti nejen zachovaly, ale dokonce se rozvíjeli; v zařízeních bez podpory respondenti spíše využívali dříve získané schopnosti a dovednosti.

Dále bylo zjištěno, že významným přínosem pro respondenty je nejen se vzdělávat v ICT, ale i jeho prostřednictvím. Senioři uvádí, že jsou pro ně moderní technologie velkým ulehčením a cestou k moderní době, k nakupování online, vzdělávání prostřednictvím e-learningu či jim usnadňují přístup k informacím na internetu. Seberealizace prostřednictvím technologií je zřetelná u všech bez rozdílu vzdělání, pouze ti s vyšším vzděláním vnímají technologie jako něco běžného, zatímco ti s nižším jako cestu k sebezdokonalení a novým možnostem věnovat se tomu, co je baví. Zázemí DS tvoří významnou měrou celkový pohled na tyto technologie. V domovech, v nichž jsou zdarma k dispozici počítače k volnému využívání všem klientům, kde je přítomen pracovník ICT, který zajišťuje podporu a vzdělávání, a kde je volný přístup k nezaplatnému internetovému připojení, je snazší přijít s těmito technologiemi do styku. Klienti se s nimi běžně setkávají ve společných prostorech, kde jsou jejich běžnou součástí. Sociální pracovník v rámci individuálního

plánu klienta zahrnuje aktivity jako kurzy, podporu či práci s pracovníkem ICT, možnosti tréninku paměti prostřednictvím her či různých aplikací. Využívání technologií navíc přispívalo ke kontingentní důstojnosti. Dalším přínosem byla zejména komunikace s blízkými. Vedle ceněného osobního kontaktu se členy rodiny a přáteli je velmi vyhledávanou alternativou i kontakt prostřednictvím internetové komunikace.

Věk na využívání informačních a komunikačních technologií nemá vliv, což ostatně potvrdila pestrost věkového zastoupení. Výraznější vliv má samozřejmě zdravotní stav – při výzkumu bylo jednak zjištěno, že zdravotní stav může komplikovat využívání ICT, ale ICT může naopak napomáhat zlepšení individuálních schopností po úrazu, po a při nemoci, jako prevence Alzheimerovy choroby či po mrtvici.

Pro seniory žijící v DS má ICT hlavní přínos v seberealizaci a též v obnovení určité míry soběstačnosti. Ač nemusí být fyzicky schopni si jít či jet na nákup či do městské knihovny, mohou nakupovat přes internet nebo si číst e-knihy. Využití technologií je významným ulehčením nejen pro seniory, ale i pro pečující personál. Technologie se stávají možností dalšího vzdělávání či volnočasovou aktivitou. Někteří respondenti uvádí, že díky schopnosti ovládat PC se přihlásili na U3V, kde zmíněné schopnosti využijí při psaní testů a zjišťování informací ke studiu.

Závěr

Tato bakalářská práce se zabývala seniory využívající informační a komunikační technologie v domovech pro seniory. Z tohoto vymezení vyplynul hlavní výzkumný cíl: zjistit, jaký přínos mají informační a komunikační technologie pro seniory, kteří je využívají v DS. Práce byla rozdělena do tří částí. V teoretické části práce byly vymezeny pojmy jako stárnutí, změny ve stáří či postoje společnosti vůči seniorům. Dále se definovala oblast ICT, a to v kontextu moderních technologií a dnešních seniorů. Práce se dále věnovala potřebám seniorů v moderní společnosti, znalosti moderních technologií a jejich vlivu na sociální integraci seniorů. Teoretická část práce byla tvořena převážně metodou analyticko-syntetickou a odkazovala na relevantní právní úpravy. Hlavní cíl práce je adresován ve výzkumné části práce. V domovech pro seniory, kde byl výzkum prováděn, byla zjevná potřeba integrace seniorů do moderní společnosti, která je právě úzce spjata s využíváním moderních technologií, které nás běžně obklopují. Byl analyzován pohled seniorů na problematiku, jejich zkušenosti, dovednosti a znalosti v souvislosti s používáním informační technologie a zjištěn pozitivní vliv ICT na vzdělávání seniorů a dovednosti při využívání moderních technologií.

Výzkumu se účastnili senioři žijící ve vybraných domovech pro seniory v okresech Chrudim a Přelouč, kteří využívají moderní technologie. Pomocí kvalitativní výzkumné metody a polostrukturovaných rozhovorů s respondenty byly zodpovězeny dílčí i hlavní výzkumné otázky. Všechny informace získané od respondentů korespondují s pocity prestiže, důstojnosti a lepší sebedůvěry a lepším kontaktem s rodinou a blízkým i vzdáleným okolím.

Důležitou částí je interpretace získaných dat a výsledků výzkumu. Z mého zjištění není podíl seniorů využívajících moderní technologie v DS nijak markantní, avšak s postupem času budou důchodového věku dosahovat jedinci, pro něž bude ICT běžnou součástí každodenního života. Přejít do domova pro seniory nemusí být jednoduchý, ale schopnost využívat moderní technologie jej může podstatně ulehčit. Senioři uvádí, že, nepřijdou o kontakt s rodinou či možnost přečíst si noviny z rodného kraje, prostřednictvím webových kamer zjistit, jaká je aktuální situace v místě, kde před odchodem do domova žili, a neztratí ani jiné příležitosti a ulehčení, které moderní technologie seniorům nabízí. Senioři se do DS dostávají převážně z důvodu takzvané snížené soběstačnosti, ale ta nemusí nutně

znamenat sníženou schopnost ovládat moderní technologie, s čímž by do budoucna měla nabídka domovů pro seniory počítat. Ač k sobě jak fyzický, tak psychický stav neodmyslitelně patří, nemusí mít ztráta sil ve stáří na využívání technologií vliv. Používání a ovládání moderních technologií poskytuje respondentům pocit seberealizace a sebedůvěry, jejich obtíže jdou stranou a přichází radost z toho, co zvládnou a ještě dokáží. Umí to, co někteří jiní uživatelé neumí, a to jim dodává pocity sebejistoty, hrdosti a prestiže. Snížená mobilita nepředstavuje větší problém, pokud si například zvládnou objednat oblečení z internetového obchodu.

V průběhu výzkumu, při zjišťování informací od respondentů, vznikla velmi milá a blízká spolupráce. Vytvořila se kolem mě menší skupinka uživatelů, kteří mají dotykové mobilní telefony, ale jejich schopnost ovládat je ještě není na takové úrovni, kterou by si přáli. Nyní docházím do Domova pro seniory Heřmanův Městec s pravidelností a individuálně se věnuji seniorům, kteří chtějí či potřebují s něčím na dotykovém mobilním telefonu pomoci. Tímto způsobem jsem obohatila sama sebe a rozšířila své aktivity dobrovolníka v tomto zařízení. Podpora a důraz na přání a potřeby uživatelů jako v domově pro seniory Heřmanův Městec může být příkladem pro další zařízení, jak cestou dobrovolnictví poskytnout v tomto směru dostatečné zázemí a podporu pro seniory, kteří příslušné technologie chtějí využívat. Uživatelé si je kupují buď sami, nebo je dostávají jako dárek od rodiny. V případě, že tato zařízení již vlastní, je na DS, jak jim v tomto směru dokáže pomoci a poskytnout potřebnou podporu.

Po absolvování rozhovorů se sociálním a aktivizačním pracovníkem a též pracovníkem ICT v domově jsem získala všechny potřebné informace. Tyto rozhovory proběhly v rámci předvýzkumu. Minimálním přínosem této práce je znovuoobnovení zájmu pracovníků o téma seniorů v kontextu používání moderních technologií, což je nejen přínosem pro zkvalitnění služeb, ale také příslibem vize do budoucna.

Moderní technologie přispívají k častější komunikaci s rodinou, rozšiřují seniorům obzory a ti jsou následně lépe a frekventovaněji informováni. Seniori taktéž uvádí, že jim ICT pomáhá ke zlepšení pozornosti, neboť se na danou činnost musí soustředit.

Domov pro seniory Heřmanův Městec, jehož zřizovatelem je Magistrát hlavního města Prahy, byl výborně vybaven a nabízel kvalitní péči. Tento fakt potvrzuje i přítomnost dobrovolníka, který pracuje v domově jako pracovník ICT a poskytuje potřebnou podporu a poradenství klientům v této oblasti. Další z domovů pro seniory, kde byl výzkum

realizován, byl Domov u fontány, jehož zřizovatelem je Pardubický kraj. Tento DS má příjemné prostředí, ale o využívání ICT seniory se příliš nezajímá, především z důvodu složení uživatelů.

Posledním z DS, kde probíhal výzkum, byl Domov pro seniory Chrudim. Tento domov má poměrně vysoký podíl seniorů využívajících moderní technologie, ale tuto skutečnost patřičně nevyužívá. Klienti mají vlastní přístroje, ale domov nemá personální a časové možnosti pro práci s nimi. V tomto případě může hrát velkou roli působení dobrovolníků. Závěrem je třeba dodat, že vždy nejdůležitější je přístup vedení. Jen na vedení jednotlivých zařízení totiž záleží, zda se situace bude vyvíjet, či stagnovat.

Seznam použitých zdrojů

- BENEŠ, M. *Andragogika*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2008. 135 s. ISBN: 978-80-247-2580-2
- BROWNELL, Patricia J. a James J. KELLY. *Ageism and mistreatment of older workers: current reality, future solutions*. Dordrecht, Netherlands: Springer, [2013].
- CAMPBELL, J., *Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klimatické praxi*. 2. vydání. Praha: Portál, 2000. 199 s. ISBN: 80-7178-428-1
- CEJPEK, Jiří. *Informace, komunikace a myšlení* Vyd. 2. Praha: Karolinum, 2005, s. ISBN 80-246-1037-X.
- ČEVELA, Rostislav a Libuše ČELEDVÁ. *Sociální gerontologie: východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4544-2.
- ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDVÁ. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.
- DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Karolinum Press, 2002. 2005
- FERJENČÍK, Ján. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: jak zkoumat lidskou duši*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-367-6.
- FRANKL, Viktor Emanuel. *Vůle ke smyslu*. Brno: Cesta, 2006. ISBN 80-7295-084-3
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Seniori mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.
- HENDL, Jan a Jiří REMR. *Metody výzkumu a evaluace*. Praha: Portál, 2017. ISBN 978-80-262-1192-1.
- HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání. Praha: Portál, 2005, 2012, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.
- HROZENSKÁ, M., Dvořáčková, D. (2012). *Sociální péče o seniory*. (1. vyd., 191 s.) Praha: Grada Publishing.
- JAROŠOVÁ, Darja. *Péče o seniory*. Ostrava: Ostravská univerzita, 2006. ISBN 80-7368-110-2.
- JONÁK, Zdeněk. *Informační společnost*. KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV) [online]. Praha: Národní knihovna ČR, 2003
Dostupná z:

http://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000000472&local_base=KTD.

KALVACH, Zdeněk. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

KAMANOVÁ, Lenka, Kateřina PEVNÁ a Milada RABUŠICOVÁ. *O mezigeneračním učení a mezigeneračních programech v knihovnách*. ProInflow, Brno: Masarykova univerzita, 2016, roč. 8, č. 2, ISSN 1804-2406.

KELLER, Jan. *Soumrak sociálního státu*. 2. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2009. Studie (Sociologické nakladatelství). ISBN 978-80-7419-017-9.

KLEMENT, Milan, Jiří DOSTÁL, Jan KUBRICKÝ a Květoslav BÁRTEK. *ICT nástroje a učitelé: adorace, či rezistence?* Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2017. ISBN 978-80-244-5092-6.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada, 2008. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-2169-9.

KLEVETOVÁ, Dana. *Motivační prvky při práci se seniory*. 2., přepracované vydání. Praha: Grada Publishing, 2017. Sestra (Grada). ISBN 978-80-271-0102-3.

KOHOUTEK, Rudolf. *Psychologie duševního vývoje*. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita v Brně, 2008. ISBN 978-80-7375-185-2.

KOZÁKOVÁ, Zdeňka a Oldřich MÜLLER. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6.

KRAMPEROVÁ, Eva. *Role vzdělávání v seniorském věku*. Praha, 2012. Diplomová práce. UNIVERZITA KARLOVA. Vedoucí práce PhDr. Jitka Lorenzová, PhD.

KUBALČÍKOVÁ, Kateřina. *Sociální služby pro seniory a riziko sociální exkluze*. In Sociální vyloučení a sociální politika. 1. vyd. Brno, Praha: Masarykova universita, VÚPSV, 2006. ISBN 80-87007-29-8.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních*. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3148-3.

MATOUŠEK, Oldřich, Pavla KODYMOVÁ a Jana KOLÁČKOVÁ, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X.

MATOUŠEK, Oldřich. *Základy sociální práce*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0211-0.

MILLER, William Ross a Stephen ROLLNICK. *Motivační rozhovory: příprava lidí ke změně závislého chování*. Tišnov: Sdružení SCAN, 2003. ISBN 80-86620-09-3.

- MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1362-4.
- MUSIL, Josef. *Komunikace v informační společnosti*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2007. ISBN 978-8086723-39-6.
- NAUMANN, Friedrich. *Dějiny informatiky: od abaku k internetu*. Praha: Academia, 2009. Galileo. ISBN 978-80-200-1730-7.
- PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.
- PICHAUD, Clément a Isabelle THAREAU. *Soužití se staršími lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. Přeložil Abigail
- KOZLÍKOVÁ. Praha: Portál, 1998. *Sociální práce*. ISBN 80-7178-184-3.
- POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3271-8.
- ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem: [vývojová psychologie] : přepracované vydání*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2004, 2006. ISBN 80-7367-124-7.
- SAIBERTO VÁ, S. (2011). *Vliv moderní techniky na život seniora* (Bakalářská práce). Dostupné z http://is.muni.cz/th/156459/lf_m
- SMUTNÝ, Zdeněk; DOLEŽEL, Michal. *Ustavení a historický vývoj informatiky a počítačových disciplín ve vybraných evropských zemích a v USA*. Acta Informatica Pragensia, 2017, 6.2: 188-229.
- SOLSTAD, Dag. *Ostych a důstojnost*. Příbram: Pistorius, Olšanská, 2008. ISBN 978-80-87053-17-1.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5446-8.
- ŠTĚPÁNKOVÁ, H., Höschl, C., Vidovičová, L. (2014). *Gerontologie: současné otázky z pohledu biomedicíny a společenských věd*. Praha: Karolinum.
- ŠVAŘÍČEK, R., Šed'ová, K. (2014). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách* (Vyd. 2.). Praha: Portál.
- TOMEŠ, Igor. *Obory sociální politiky*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-868-5.
- TRUHLÁŘOVÁ, Zuzana a Ivana HAVRÁNKOVÁ. *Sociální služby se zaměřením na problematiku seniorů*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014. ISBN isbn978-80-7435-453-3.

- VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese* / Marie Vágnerová. Vyd. 3., rozš. a přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.
- VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, Věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.
- WOLF, Josef. *Umění žít a stárnout*. Praha: Svoboda, 1982. Členská knihnice (Svoboda).
- ZAVAZALOVÁ, Helena. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-246-0326-8.
- ZLATUŠKA, Jiří. *Informační společnost*. Zpravodaj ÚVT MU. 1998, roč. 8., č. 4, s. 1–6. ISSN 1212-0901. Dostupné z: <http://www.ics.muni.cz/bulletin/articles/122.html>.
- ZOUNEK, Jiří. *ICT v životě základních škol*. I. vydání. Praha: Triton, 2006. Pedagogika. ISBN 80-7254-858-1.
- ZUKALOVÁ, H. (2010). *Dospělí na okraji informační společnosti: specifika překonávání digitální propasti*. Studia Paedagogica.

Internetové zdroje

- Český statistický úřad, *Výroční zpráva*. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/domov>
- Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/cs/7334>

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 transformace hlavního výzkumného cíle a dílčích výzkumných cílů

Seznam příloh

Příloha A

Přepis rozhovoru s respondentem č. 4

Příloha A – Přepis rozhovoru s respondentem č. 4

Tazatel: Jak dlouho používáte informační a komunikační technologie?

R4: „No, už moc dávno, mobil používám defacto od té doby, co začaly u nás, to byly ještě hodně drahý. No, když stál okolo pěti tisíc, tak už jsem si koupila první, Nokii. No, vidíte a teď mám nový, dokonce dotykový mobil a i ten notebook. Mobil jsem si koupila dotykový, to mi doporučila aktivizační pracovnice, Asus. Ještě s ním moc neumím. Dlouho mám i svůj vlastní notebook, asi přes 10 let.“

Tazatel: Co Vás k využívání informačních a komunikačních technologií přivedlo?

R4: „Už když jsem pracovala v té léčebně a pracovala tam s koněm, tak jsme tam měli počítače. Tam bylo i výpočetní středisko a ti IT kluci nám pomáhali, co bylo potřeba seřídít a tak. Nebo odstranit chybu nebo mě to naučili restartovat a tak. Já tedy mám dokonce z ministerstva certifikát na práci s počítačem, to jsem se přihlásila sama. Program, kurz v rámci digitální gramotnosti na půl roku v Praze. Jeden pán na tom kurzu mně daroval svůj starší notebook, ten jsem si teda vzala k sobě. Tam jsem se na to sama učila a pak jsem si koupila i tiskárnu, ale ty kartuše jsou drahý, tak si to nechávám tisknout ve městě. Já mám hodně přátel, a tak s těma, když jsem se chtěla dorozumět, tak jsem si musela koupit ten mobil, s rodinou ne, ale s přáteli nebo kolegy, když jsem se s nimi chtěla spojit, jsme si telefonovali – nebo textové zprávy. Mobil mám od roku 2000, byl drahý, i kredit byl moc drahý.“

Tazatel: Bylo pro vás náročné začít s informačními a komunikačními technologiemi?

R4: „Ten kurz mě hodně nastartoval, tam jsem se toho hodně naučila. Psát e-maily a tak. Kolegové v práci už to museli umět a tak a kamarádka mě na tom učila a založila mně tam dokonce i první e-mail.“

Tazatel: K čemu tyto technologie převážně používáte?

R4: „Já si na tom prohlídnu zboží, oblečení. Hraju na počítači hry, ale ne takový ty, jak se tam honí, to mně připadá moc infantilní, ale hraju šachy, karty, to je zajímavé. Člověk může hrát online s kýmkoliv po celém světě. Je tam toho pro mě hodně, zahrádkářství, domácnost, zahraničí a kultura. Tam si na to kliknu a hned všechno vím, ale takovou černou kroniku –

to nečtu. Nebo mám na flash disku video, tak si ho můžu strčit do počítače a pustit si ho. A taky chodím na e-mail a čtu novinky. Někdy se od toho nemůžu odtrhnout, třeba ani kvůli tomu nestihnu večeři nebo se k tomu ještě v noci vrátím, protože jsem se toho chtěla ještě tolik dozvědět. Nebo si najdu nějaké slovo, kterému nerozumím nebo ho neznám, třeba anglické slovo. Nebo na Wikipedii hledám ty informace. No, já tam mám fotky v mobilu a můžu si je upravovat, tam mám různé filtry, barvu a expozici, že se v tom člověk jako i vyžije, když si s tím chce hrát. Už mně chodí na mobil nějaký zprávy a ty aplikace jsou taky dobré. No a fotím si a fotím i staré fotky do mobilu, třeba dědečkovu fotku. No, na e-mailu mám ty politické strany, které se mi líbí, a oni mi posílají newsletter a časopisy o zdraví a ombudsman a takoví zajímaví lidi.

A teď jsem si založila a naučila – ten Facebook, ale ten se mi moc nelíbí, se tam lidi hodně napadají. Ale mám tam svůj Timeline, to se mi na tom líbí a taky můžu s kamarády chatovat a posíláme obrázky nebo PF přes Facebook, co jsem si vytvořila. Video se mi už podařilo, ale to PF stačí.“

Tazatel: Na základě, čeho jste se rozhodli věnovat ve volném čase právě této aktivitě, přestože nabídka aktivit v domově je tak obsáhlá?

R4: „Těch sportovních aktivit je tady hodně, pétanque a tak, ale jinak moc ne. Na sport moc nejsem, realizuji se jinak. Číst – to už mám skoro všechno přečtený, a kvůli očím ani nemůžu. Mám hned suché oči, mám syndrom suchého oka, ale na počítači mi to nevadí. Sice už si taky musím brát brýle, ale nevadí mi to, a co potřebuju, si můžu zvětšit a tak.“

Tazatel: Kde nacházíte motivaci, co vás motivuje k práci s ICT?

R4: „Co mě motivuje, no, jednak ta komunikace mezi lidmi a svojí generací a už i mladší generací, mně už přijde, že už si víc rozumím s těma mladšíma než se starší generací. Máme na internetu různé kurzy a kluby. Mužů si zjistit, jaké jsou výstavy v Praze, a to si tam můžu i prohlídnout online anebo jaký jsou některý výtvarný věci, anatomie, zdraví a lidské tělo. Víte, jsem výtvarnice, tak mě tyhle věci zajímají.“

Tazatel: Co vidíte jako hlavní důvod, proč ostatní senioři nevyužívají ICT?

R4: „Už se to nechtějí učit, jim stačí to, co umí. Nebo jen koukají na e-mail, napíší, co měli ke snídani, napíší dětem nebo tak.“

Tazatel: Co vám přináší využívání informačních a komunikačních zařízení?

R4: „No, přináší zprávy, mně přijde, že to je lepší než číst noviny. Ty zprávy mně přijdou desinformační, ale ten Seznam je lepší. Že ty informace od Český tiskový kanceláře dostává jako první a oni to ty noviny vlastně všechno přebírají. Protože na internetu je to mnohem dřív než v těch novinách. Než se vytisknou a korektury – tak na internetu to už je. A je to rychlejší o dost než televize, když jdu od snídane, tak se podívám na seznam a vím, co se stalo, kde vybuchla sopka a tak. To nikdo z domova skoro neví, takový věci, jen já a ti, co taky chodí na ten počítač. Přináší mi to taky nové možnosti, teď jsem se přihlásila i na tu univerzitu třetího věku, tam musíme umět na počítači, tam na PC děláme testy. Je to náročný, ale já si myslím, že je to dobrý na cvičení paměti. Tady taky máme tréninky paměti, v domově, ale člověk musí nějakým způsobem zaměstnávat mozek. Nemůžu si lehnout a nic nedělat, přemýšlet nad ničím. Já se tímhle i aktivizuji do tohoto času, nepřemítám nad tím, co bude za deset let, to mi nedělá dobře. Taky mi to přináší radost, jsem si jednou dokonce opravila počítač. Tam vzadu – nešly tam ty kabely, tak jsem to zkoušela, až jsem se trefila a opravila jsem si zvuk. Už vím, jak se myš zapojuje, takže mi to dělá radost. No, já mám výtvarnou grafiku, jsem si skenovala některé moje kresby do počítače a tam jsem si je upravovala, ono to jde i s fotografiemi, tak já sem si upravovala kresby, můžete si ji změnit a i pozadí upravit. Taky na počítači píšu básně.“

Tazatel: Jaké vnímáte obtíže či bariéry při této činnosti?

R4: „Ten dotykový telefon, jestli se mi podaří ho nastartovat, on má takový malý tlačítko z boku. Ale na to čtení víc používám počítač kvůli očím, tam si to můžu zvětšit, ale tady to je taky zajímavý, kdyby byl člověk třeba někde v nemocnici, tak by vlastně si tam mohl hrát s tím mobilem, že jo, a nemusel by potřebovat velký počítač, protože notebook tahat do nemocnice – to bych asi nemohla. Raději chodím na ten stolní počítač, má větší obrazovku než můj notebook.“

Bariéry, asi že se musíme střídat na těch společných počítačích domova, na ty chodím na internet. A už to není tak obtížné s tím dotykovým telefonem, no, teď jsem si z mobilu sundala kryt, se mi do něj líp dostává, oni je dělají tak, že si člověk div nezlomí nehty, když ho potřebuje oddělat. Je to tak fixovaný, ten kryt.“

Tazatel: Pracujete s technologiemi převážně sám nebo v rámci podpory někoho z domova pro seniory?

R4: „No, převážně sama, ale když něco potřebuju poradit, tak je tu dobrovolník, pracovník – jako přes počítače, se mu vždycky ohlásím, jestli tady bude, a on mi poradí, s čím potřebuju. Chodí sem vždycky ve čtvrtek odpoledne a učí na počítači to, co kdo chce. Třeba nastavit velikost písma na těch 150, aby se mi lépe četlo.“

Tazatel: Vnímáte nabídku domova pro seniory v tomto ohledu dostačující?

R4: „Podpora domova je dobrá, máme vlastně všechno zdarma, on to domov vlastně všechno platí. Počítače i Wi-Fi. Jsou tu Wi-Fi bezdrátové sítě, můžu to na notebooku využívat, ale já raději chodím na stolní počítač, na ten společný. Nabídka je dostačující, máme tady k dispozici tři počítače s internetem a zadarmo. No, chodí sem dobrovolník učit počítače, ten nám pomáhá, on je hodný, možná až moc hodný. V domově je to teď celkově lepší, je tu víc počítačů než dřív, byl tu jen jeden, ale teď jsou tři. Jsme se o to docela i prali, no, ale už je to lepší.“