

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

DIPLOMOVÁ PRÁCA

2012

VLADIMÍR JANKOVIČ

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

Magisterské / kombinované štúdium

2010 - 2012

DIPLOMOVÁ PRÁCA

VLADIMÍR JANKOVIČ

SOCIALIZÁCIA SENIOROV

Praha 2012

Vedúci diplomovej práce :

Prof. PhDr. Ján Čech, CSc.

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

Master / combined studies

2010 - 2012

DIPLOMA THESIS

VLADIMÍR JANKOVIČ

SOCIALIZATION SENIORS

Prague 2012

The master work supervisor :

Prof. PhDr. Ján Čech, CSc.

Čestné prehlásenie

Čestne prehlasujem, že som diplomovú prácu vypracoval samostatne, neporušil som autorský zákon a použitú literatúru uvádzam na príslušnom mieste.

Praha, 08.03. 2012

.....

podpis

Pod'akovanie

Touto cestou by som sa chcel pod'akovať vedúcemu mojej diplomovej práce pánovi profesorovi PhDr. Jánovi Čechovi, CSc. za jeho odborné vedenie, metodickú pomoc a cenné rady, ktoré mi poskytol pri jej vypracovávaní.

Taktiež moja vďaka patrí všetkým respondentom, ktorí mi venovali svoj drahocenný čas a prejavili dôveru a ochotu spolupracovať na mojom prieskume.

Anotácia

Diplomová práca má teoreticko – empirický charakter. Zaoberáme sa v nej procesom socializácie seniorov v súčasnej spoločnosti. V teoretickej časti práce sa venujeme týmto javom v ponímaní definícií rôznych odborníkov na socializáciu, ontogenézu psychiky a priebeh sociálnej percepcie. Poukazujeme na určité druhy socializácie. Zameriavame sa na priebeh tohto procesu, jeho zákonitosti a kontrolu. Nakoľko jednotlivec neexistuje na svete len ako samostatná jednotka, venujeme sa malým sociálnym skupinám, v ktorých sa socializuje. V širšom rozsahu sa venujeme vymedzeniu podstaty senia, jeho základným charakteristikám. Približujeme činnosti, ktorým sa senescenti venujú vo svojom nastávajúcom voľnom čase v poproduktívnom veku. Zmieňujeme sa aj o predošlých vekových obdobiach života jednotlivca, ktorými prechádza pred obdobím staroby. Ďalšiu širšiu časť venujeme procesu sociálnej percepcie, a teda vnímaniu okolia a ľudí okolo každého jednotlivca. V empirickej časti práce sa venujeme prieskumu, ktorého cieľom bolo zistiť, ako seniori vnímajú terajšiu dobu, ako sa do súčasnej spoločnosti vedia začleniť, ako vnímajú postoje ich okolia k ich dôchodkovému veku a ako sa vyrovnávajú so svojou starobou. Analyzovali sme jednotlivé hypotézy, ktoré sme zhrnuli do záveru.

KLÚČOVÉ SLOVÁ

socializácia, senium, sociálne učenie, sociálna percepcia, ontogenéza psychiky

Anotacion

Master's thesis has the theoretical-empirical nature. We're in the process of socialization of seniors in contemporary society. In the theoretical part of the work we devote to these phenomena in terms of definitions of the various experts on the socialization of the psychological and social functioning, ontogenézu percepcie. We recall on certain types of socialization. We focus on the progress of this process, its regularity and control. Since the individual does not exist in the world only as a single unit, we are a small social groups, in which socialing us. In the broader scope of the present definition of the substance, its basic characteristics of senium. Approaching the activity, which is senescents in its upcoming free time after the completion of the working age. You mention are also of the previous age periods of the life of an individual undergoes prior to the period of old age. The next part we will look at the wider process of social perception, and thus the perception of the surroundings and the people around each of the individual. In the empirical part of the work we perform survey, whose aim was to identify how seniors perceive the current period, as in the present society can incorporate, as perceived by the attitudes of their surroundings to their retirement age and how the whole face with its old age. We have analysed the individual hypotheses, which we summarize the conclusion.

KEY WORDS

socialization, senium, social learning, social perception, ontogenesis of psyche

PREDHOVOR

„ Už je to pätnásť rokov, čo sa učím byť starcom. Predtým som si myslel, že želania slabnú zároveň s možnosťami; potom som začal chápať, že telo starne skôr ako duša, že sa treba naučiť žiť po starecky. Áno, učiť sa umeniu žiť v starobe je ťažké, ale nevyhnutné; dlhý život má zmysel, inak sa na bremeno zmení sám život. “

Grigori Erenburg

Pri pohľade na zloženie našej spoločnosti je istá skutočnosť, že nemalú časť v rámci nej zastávajú v súčasnosti seniori. Títo starí ľudia urobili počas svojho života mnoho, a dnes sú častokrát závislí od pomoci nás ostatných. Nemilým faktom však je, že nápomocnej ruky sa častokrát nedočkajú. Avšak žijú medzi nami, a preto sa pýtame: „Aké miesto im medzi nami prislúcha?“ Neraz ich stretávame na uliciach zhrbených, pokorných, ale aj večne nespokojných. Zo skúseností odborníkov možno zdieľať názor, že seniori majú veľmi citlivé reakcie na akceptujúci prístup k nim, empatické cítenie a kontakt s nimi.

Staroba alebo básnicky povedané, jeseň života, je pre nás charakteristická istým pokojom, ktorý sa spája s určitým dozrievaním názorov na na isté veci. Starí ľudia sa začínajú vzdávať toho, čo považujú za nepotrebné a zameriavajú sa skôr na podstatné skutočnosti, prerábajú svoj hodnotový rebríček. Obdobie staroby by sme mohli poňať podľa Eriksonovho psychosociálneho vývinu ako konečné štádium, a v tomto má jednotlivec priestor na uzavretie nedokončených záležitostí. Potom si môže užívať pohodu vo svojom živote, ale aj možné zúfalstvo. V tomto období človek už prijíma skutočnosť takú, aká je. Vie sa stotožniť aj s odvrátenou stranou života. Jej neodmysliteľnou súčasťou je aj nastávajúci úpadok, zdravotné problémy, úbytky, a tých sa postupne v starobe zbiera viac a viac.

Ako sa teda vôbec stavia spoločnosť k starobe a seniorom? V minulých časoch boli starí ľudia vnímaní ako zdroj múdrosti. Bola im preukázaná úcta, vzácnosť, cena ich skúseností bola mnohokrát nevyčísliteľná. Súčasná spoločnosť však pristupuje k starobe inak. Seniori sú vnímaní ako zbytoční,

predstavujú často prekážku , je im venovaná malá pozornosť. Viacerí autori apelujú, aby sa staroba začala vnímať ako aktuálny spoločenský problém, pri ktorého riešení by sa našli rôzne spôsoby pomoci seniorom pri ich socializácii v modernej spoločnosti. Treba akceptovať starobu a zmeny, ktoré k nej bezpodmienečne patria. Je potrebné, aby sa celá spoločnosť vo svete pripravila na fakt, že bude postupne starnúť jej obyvateľstvo, a preto by mala začať zabezpečovať priestor a podmienky pre spokojné a kvalitné prežitie svojej jesene života.

Danú problematiku považujeme sa vysoko aktuálnu v rámci našej spoločnosti, ktorej súčasťou sme aj my, a preto jej venujeme našu prácu.

OBSAH

ÚVOD	10
1. SOCIALIZÁCIA, JEJ VŠEOBECNÁ CHARAKTERISTIKA.....	11
1.1 Typy socializácie	19
1.2 Prístupy k štúdiu socializácie	21
1.3 Socializácia v poňatí Alberta Banduru	22
2. OSOBITOSTI ONTOGENÉZY PSYCHIKY STARŠIEHO VEKU	25
2.1 Senium, základné charakteristiky ontogenézy psychiky	29
2.2 Prístup Eriksona k staršiemu veku	36
3. SOCIÁLNA PERCEPCIA A SOCIÁLNY STYK S DÔRAZOM NA VEKOVÚ SKUPINU ĽUDÍ OD 60 ROKOV	41
3.1 Zdroje sociálnej percepcie	48
3.2 Zložky sociálnej percepcie	50
3.3 Mechanizmy sociálnej percepcie.....	51
4. PRIESKUM	53
4.1 Vymedzenie prieskumného problému	53
4.2 Cieľ prieskumu	53
4.3 Prieskumné hypotézy	54
4.4 Opis metód a súboru	55
4.5 Hodnotenie prieskumu a analýzy hypotéz.....	56
4.6 Záver prieskumu	64
ZÁVER	66
ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY	67
PRÍLOHY	70

ÚVOD

V diplomovej práci sa venujeme téme Socializácia seniorov. Práca obsahuje štyri kapitoly. Prvé tri kapitoly sú teoretického charakteru. Štvrtá kapitola má charakter empirický. Jej cieľom je priblížiť jej čitateľom pojem socializácia ako neodmysliteľnú súčasť životného procesu. Hlavným cieľom je prezentácia tohto procesu v priebehu staroby. Pokúsime sa priniesť pohľad seniorov na našu modernú spoločnosť a na ich postoje a hodnoty, ktoré si formujú v našej spoločnosti.

V teoretickej časti, v prvej kapitole, ktorá sa člení na tri podkapitoly, sa venujeme všeobecne pojmu socializácia ako celoživotnému procesu v živote každého jednotlivca. V podkapitolách sa ďalej venujeme jednotlivým typom socializácie, rôznym prístupom k tomuto procesu a pohľadu na tento proces „očami“ významného kanadského psychológa Alberta Banduru.

Druhá kapitola je rozdelená do dvoch podkapitol. V rámci tejto kapitoly pojednávame o základných pojmoch v procese ontogenézy. Zameriavame sa najmä na pojem senium a na základné charakteristiky ontogenézy psychiky. Ďalej sa venujeme pohľadu Erika Eriksona na starší vek. Najskôr však približujeme všetky možné obdobia života jednotlivca, od jeho počatia až po starobu.

Tretia kapitola obsahuje vo svojich troch podkapitolách základné charakteristiky procesu sociálnej percepcie. Táto široká téma je rozčlenená do troch oblastí, a to na zdroje sociálnej percepcie, následne zložky sociálnej percepcie a v neposlednom rade sa venujeme v rámci tejto kapitoly a jej podkapitol mechanizmom sociálnej percepcie.

Empirickú časť sme využili najmä na overenie si teoretických poznatkov priebehu obdobia staroby u seniorov. Zaujímá nás teda, ako prežívajú svoju „jeseň života“ seniori v rôznych podmienkach s narastajúcim vekovým rozdielom od stále mladších generácií a pribúdajúcimi telesnými zmenami, ktoré vplývajú na ich aktívny život.

1. SOCIALIZÁCIA, JEJ VŠEOBECNÁ CHARAKTERISTIKA

Človek prichádza na svet ako biologické individuum svojho druhu. V tom momente sa stáva súčasťou spoločnosti so svojou ľudskou psychikou, ktorá je viacmenej odlišná v rôznych spoločenských kultúrach. Každý jednotlivec si osvojuje kultúrne návyky svojej spoločenskej skupiny prostredníctvom procesu akulturácie či socializácie. Ide o proces učenia, najmä spoločenského. Deje sa od najútlejšieho veku dieťaťa, ktoré sa postupne zoznamuje so svojim sociálnym okolím. Spravidla sa začína interakciou medzi dieťaťom a rodičmi, od ktorých preberá prvotné skúsenosti a zručnosti. Na tento proces však vplyva individualita jednotlivca, s ktorou sa každý človek narodí. Každý z nás disponujeme po narodení odlišnými zmyslovými orgánmi, zložením mozgu a jeho funkcií, každý máme odlišné vrodené spôsoby konania a správania. „ *V tomto zmysle teda človek prichádza na svet ako nepopísaná doska.*“ (Nakonečný, 2009, str. 101)

„ *Socializácia je vysoko komplexný proces, začínajúci v novorodeneckom veku v rodine, pokračujúci v škole a v zamestnaní, determinovaný masmédiami, ale i príslušnosťou k rôznym skupinám pracovným, záujmovým a ďalším.*“ (Nakonečný, 2009, str. 102)

„*Nakonečný ako hlavné kategórie socializácie vymedzuje:*

1. *vypracovanie systému hygienických, pracovných návykov, v ktorých je vyjadrená sociálna a kultúrna primeranosť udržiavania telesnej čistoty a sociálnych stykov,*

2. *vypracovanie systému vedomostí a zručností, ktoré podmieňujú orientáciu v kultúrnom a životnom prostredí danej spoločnosti,*

3. *vypracovanie hierarchizovaného systému hodnôt, v ktorom sa odrážajú etické, estetické, filozofické a vedecké sústavy danej spoločnosti,*

4. *vytvorenie primeraných vzorcov emotívneho reagovania a primeraných motívov, v ktorých sa odráža sociálna a citová zrelosť jedinca.*“

(Kollárik a kolektív, 2008, str. 168)

V procese socializácie si osvojujú jednotlivci isté pravidlá konania, skupinu

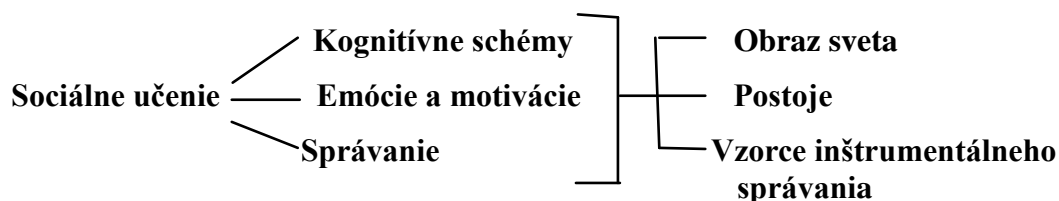
názorov, budujú si hodnotový rebríček a formujú si postoje. Výsledkom má byť plnohodnotné členstvo v spoločnosti. Existujú oblasti psychológie a príbuzných sociálnych vied, ktoré vnímajú socializáciu ako proces, prostredníctvom ktorého vrastá jednotlivec do spoločnosti. Isté pravidlá a hodnoty si osvojuje tak, aby sa stal pre spoločnosť žiadúcim. (Hewstone, Stroebe, 2006, str. 79)

Socializácia patrí medzi tie procesy, ktoré prebiehajú celý život. Nájdu sa aj takí autori, ktorí ju však ohraničujú istými vekovými hranicami. Tí odborníci, ktorí sa prikláňajú k prvému názoru, vychádzajú z nepretržitého determináčného vplyvu sociálneho prostredia. Toto prostredie jednotlivca, v ktorom sa pohybuje, sa stále mení a naplňa novými a novšími sociálnymi situáciami. Osobnosť jednotlivca je socializovaná rámcovo dvoma spôsobmi, a to spontánne a inštitucionalizovanými formami. Dopĺňajú sa, niekedy však nedochádza k ich kombinácii. Závisí to od druhu spoločnosti. Spoločné však určite majú to, že ich základ tvorí učenie jednotlivca pomocou jeho vlastnej skúsenosti. A takto to funguje nie len v detstve, ale aj v dospelosti. (Kollárik, 1993, str. 34 – 35)

Jednotlivca a jeho osobnosť je možné ponímať všeobecne ako výsledný produkt procesu socializácie. Ide o výsledok jeho sociálnych skúseností. Na socializáciu však existujú aj iné, analytickejšie uhly pohľadu. Tie považujú za jej výsledok vytvorenie základných psychických funkcií. Sú tri:

- postoje,
- obraz sveta,
- inštrumentálne vzorce správania sa.

Z takéhoto chápania výsledných produktov socializácie vyplýva nasledujúca schéma psychologických produktov procesu socializácie:



(Nakonečný, 2009, str. 103)

Socializácia je sociálnym učením. Ide o komplexný proces. Má teda zmysel chápať ju v širších konceptoch, nie len ako zoo - centricky zamerané učenie v

laboratóriách. Niektorí autori ako napr. W. D. Fröhlich a S. Wellek pojednávajú o trojitej relatívnej schéme či zložení sociálnych procesov. Ide o tzv. vzťažnú štruktúru sociálnych procesov. Skladá sa z interakcií medzi tromi integrovanými triedami premenných:

- *„premennej organizmu, napr. miera inteligencie, kapacita pamäte, biogénnej potrebe a ďalších;*
- *premennej prostredia: ekologické podmienky zahŕňajúce vedľa geografických podmienok i sociálne inštitúcie a tiež systém noriem a sankcií etnických skupín, zvláštnosti rodinných vzťahov a malých skupín, ktorých je jednotlivec členom;*
- *vlastnosti osobnosti: zvláštnosti postojov, kognitívny štýl jednotlivca, jeho zvyky a záujmy, sociogenetické motívy a ďalšie individuálne charakteristiky.“*

(Nakonečný, 2009, str. 107 – 108)

Proces socializácie je poznačený aj sociálnym vplyvom. Ten je podmienený výskytom formálnej a neformálnej sociálnej závislosti. Pod neformálnou sociálnou závislosťou chápeme závislosť založenú na pocitoch lásky a obdivu. Formálnu sociálnu závislosť reprezentujú ľudia, ktorí disponujú sociálnou mocou. Vďaka nej nás môžu odmeňovať a sankcionovať. Ako príklad vzájomného vzťahu medzi vplyvom a závislosťou možno uviesť vzťah dieťaťa a rodičov. Deti konajú len tak, ako im prikazujú rodičia. Poslúchajú ich, lebo sú od nich závislé. Za ich konanie ich rodičia môžu odmeniť alebo aj potrestať. Aby dieťa získalo určitú potrebnú istotu, koná podľa požiadaviek rodičov. Za to je odmenené. Ak ho však skôr potrestajú za opačné správanie sa ako sa do neho vyžaduje, môže nadobudnúť pocit neistoty a ohrozenia. V detstve sú to rodičia a blízki, ktorých milujeme a dôverujeme im, a ktorí nás môžu odmeňovať alebo trestať. Neskôr však vstupujú do našich životov osoby, napr. priami nadriadení v zamestnaní, ktorí preberajú funkciu odmeňovania a trestania za naše konanie.

Na predošlú problematiku sa viaže otázka : čo vlastne sú sociálne odmeny a tresty? Tvoria základ sociálneho učenia, a teda aj procesu socializácie. Najjednoduchšia definícia by mohla znieť, že odmenu predstavuje všetko, čo je nám príjemné. Naopak, trest predstavuje to, čo nám je nepríjemné. Sú symbolického charakteru.

Ďalšou dôležitosťou, ktorú produkuje socializácia, sú tzv. inštrumentálne vzorce správania. Ide o účelové metódy nadobúdania odmien a vyvarovania sa trestom. Predstavujú výsledok učenia na báze klasického podmieňovania a na báze operantného podmieňovania. Ide vlastne o učenie sa vzorom apetenčného a averzivného správania. Jednotlivec sa učí postojom sympatie a antipatie, atraktivity a repulzivite. Existuje mnoho teórií o tom, ako vznikajú tieto vzorce správania. L. S. Vygotskij, významný európsky psychológ, prišiel s pojmom psychologický nástroj. Pomocou neho interpretuje podmanenie svojich psychických procesov. Ide o neprirodzený vznik sociálnej povahy. O vznik analogických pracovných nástrojov, ktoré vznikajú, aby ovládli procesy cudzieho či vlastného konania. Charakteristickým príkladom psychologického nástroja je jazyk. Princíp predstavuje schopnosť manipulácie správania druhého pomocou slovných inštrukcií alebo ho pomocou slov o niečom presvedčame. Rozoznávame aj tzv. vnútornú reč, pomocou ktorej vieme dávať inštrukcie aj sami sebe. Jazyk teda predstavuje základ voľnej regulácie konania. (Nakonečný, 2009, str. 108 – 110)

Lev S. Vygotskij sformuloval všeobecný genetický zákon kultúrneho vývoja do nasledovnej podoby:

„ Každá psychická funkcia sa v kultúrnom vývoji dieťaťa objavuje na scéne dvakrát, v dvoch pánoch – najskôr v sociálnom, potom v psychologickom, najskôr medzi ľuďmi ako kategória interpsychická, potom vo vnútri dieťaťa ako kategória intrapsychická.“ (Nakonečný, 2009, str. 110)

Prebieha to na základe dvoch komplementárnych procesov, ktorými sú proces interiorizácie a proces exteriorizácie. Zo začiatku dieťa prijíma inštrukcie dospelých. Následne ich premieňa na svoje vlastné konanie a používa ich vo forme svojej vnútornej reči. (Nakonečný, 2009, str. 110) Vygotskij sa snažil poukázať na rozdiely medzi tým, čo vie spraviť dieťa samo bez pomoci, a tým, čo bez pomoci druhých nedokáže. Zastával tvrdenie, že v tomto procese hrá bezprostredne zásadnú rolu sociálna výmena. Na to bol zameraný aj jeho výskum. Cieľom takéhoto výskumu bolo zistiť, do akej miery vedia deti využívať vedomosti druhých príslušníkov spoločnosti. Záujem výskumov sa obracal na zistenia, ako deti začlenia tieto vedomosti do svojho systému a ako dospelí prispôbujú svoj spôsob odovzdávania vedomostí úrovni vývoja dieťaťa. (Hewstone, Stroebe, 2006, str. 95)

„ *Proces socializácie je kultúrny univerzum, t.j. nepoznáme žiadnu ľudskú spoločnosť, ktorá by nevytvorila viac alebo menej koherentný systém obyčajov a predpokladov, vzťahujúcich sa na žiaduce pravidlá, nutné k vypestovaniu mladších generácií.*“ (Nakonečný, 2009, str. 112) Takéto „pestovanie“ prebieha v podobe sociálnych interakcií. Následná kontrola procesu socializácie je charakteristická termínmi odmen a trestov. „ *G. C. Homans to vyjadruje nasledujúcimi pravidlami:*

- *Čím častejšie je činnosť osoby odmeňovaná, tým pravdepodobnejšie bude táto osoba túto činnosť vykonávať.*
- *Ak v minulosti vystúpenie jedného alebo viac podnetov je pohnútkou k tomu, že činnosť osoby bola odmenená, potom bude táto osoba túto činnosť vykonávať tým skôr, čím viac budú súčasné podnety podobné minulým.*
- *Čím hodnotnejšia je pre niekoho odmena za činnosť, tým skôr bude túto činnosť vykonávať.*
- *Čím častejšie niekto v minulosti dostal odmenu, tým menej hodnotné budú pre neho elementy tejto odmeny (princíp nasýtenia).*
- *Ak niekto za svoje konanie nedostane odmenu, ktorú očakával, naopak dostane trest, ktorý neočakával, bude zlostný a v zlosti sú obsiahnuté odmeňujúce výsledky agresívneho správania, ktoré je zlosťou vyvolávané.*“

(Nakonečný, 2009, str. 112)

Rozoznávame viaceré formy sociálneho učenia. Jednou z nich je identifikácia. Pod týmto pojmom chápeme stotožnenie sa s nejakou osobou. V podstate ide o zlúčenie sa so svojim vzorom tak, že tento vzor prijmem. Autorom pojmu identifikácia je S. Freud. Mal ním na mysli nevedomý prvotný vzťah dieťaťa a rodičov. Rodičia tu pre dieťa predstavujú predmet identifikácie. Nesnaží sa ich však napodobniť zvonka, ale zvnútra, čiže prevziať ich spôsoby správania. (Nakonečný, 2009, str. 115) Ďalšou formou sociálneho učenia je imitácia. Niektorí autori zastávajú názor, že nie je vždy potrebné konanie dieťaťa povzbudzovať nevyhnutne, aby sa priučilo novým druhom správania. Prišli s hypotézou, že deti sa vedia priučiť istému správaniu aj prostredníctvom napodobňovania takého nového druhu správania, ktoré je odmenené. Znamená to, že je dostatočné, aby dieťa pozorovalo konanie, ktoré je odmeňované, a to bude následne pod touto motiváciou napodobňovať. (Kollárik a kolektív, 2008, str. 171)

Dieťa imituje spontánne či vedome určitý model. Hovoriť môžeme o modeloch:

- fyzicky prítomných, s nimi je dieťa priamo v kontakte, napr. najbližší rodinný príslušníci ako mama, otec, súrodenci, ale aj iní, ako pedagógovia,
- pôsobiacich sprostredkovane, najmä pomocou prostriedkov masovej informácie, napr. celebrity zo sveta filmu, športu, kultúry, hudby, či politiky,
- exemplárnych modeloch, tie spoločnosť poskytuje svojim členom, napr. formou príbehov ako sú povesti, bájky, rozprávky.

(Kollárik, 1993, str. 35)

Rozdiel medzi týmito dvoma formami sociálneho učenia tkvie v tom, že imitácia sa vzťahuje skôr k čiastkovým prejavom správania. Tu sa človek učí na základe pozorovania. Oproti tomu identifikácia predstavuje dôkladné stotožnenie sa.

„Identifikujúca sa osoba sa totiž správa tak, ako by sa správal objekt identifikácie, keby bol na jej mieste. Dieťa, identifikujúce sa so svojim otcom, neimituje otca doslova, teda nie aspoň napr. vo vzťahu k ženám, ale správa sa tak, ako by sa podľa jeho domnienia správal otec, keby mu bolo tiež päť alebo desať rokov a bol by v tej istej situácii ako je ono. Keby dieťa iba imitovalo, to znamená, keby sa správalo k dámskym návštevkám rodiny so zdvorilosťou, galantnosťou a vyzývavosťou zrelého muža, dostalo by sa do nesporného konfliktu so svojim sociálnym okolím a možno by muselo ísť k psychiatrovi. Identifikácia však znamená, že práve k niektorým mutačným aktom nedôjde, že ich dieťa zavrhne. Dokonca ani vtedy, až bude z dnešného dieťaťa zrelý muž, nebude pred ženami imitovať svojho otca, nakoľko formy zdvorilosti, galantnosti a nahovárania sú po dvadsiatich predošlých rokoch iné. Bude sa však správať tak, ako by sa podľa jeho skúseností správal identifikáciou stotožnený otec, keby mu dnes bolo tiež tridsať, keby stál pred tou ženou, pred ktorou stojí teraz on, a pod..“ (Nakonečný, 2008, str. 115 – 116)

Jednotlivec, samozrejme, nežije v spoločnosti len ako samostatná izolovaná jednotka. Ako je svet svetom a odkedy žijú na ňom ľudia, človek sa zlučoval do určitých skupín. V týchto skupinách pociťoval istú ochranu, zabezpečovali pre neho súdržnosť, určitú stabilitu, čo viedlo k možnosti povzbudenia nádeje na lepšie prežitie a napĺňanie svojich vlastných potrieb. My pohovoríme o tzv. malých sociálnych skupinách, ktoré vznikajú na základe psychologických vzťahov. Takéto skupiny predstavujú základ pre všetky organizácie. Na svete ich obsahuje každá, aj tá

najzložitejšia štruktúra sociálnych systémov. Členovia takejto malej sociálnej skupiny majú medzi sebou blízke vzťahy, poznajú sa, komunikácia prebieha výhradne systémom „face-to-face“. Malé skupiny disponujú určitými svojimi cieľmi, hodnotami a normami. Z malých sociálnych skupín nám vznikajú ďalej väčšie organizácie či inštitúcie. Tie sa už vyznačujú sociálnymi vzťahmi, nie psychologickými. Nesmieme však pod tým rozumieť, že v týchto väčších útvaroch neexistujú aj psychologické vzťahy medzi ich členmi.

Na malé sociálne skupiny môžeme mať dva pohľady:

1. **Kvantitatívny pohľad** – malá sociálna skupina je zložená z minimálne dvoch jednotlivcov, ale nemala by presiahnuť maximálne 30 – 40 jednotlivcov. Tí by sa mali dobre poznať a mali by sa medzi nimi vytvárať psychologické vzťahy. Ak nie sú dodržané tieto požiadavky, môžeme pohovoriť o veľkej sociálnej skupine, napr. sociálne triedy a vrstvy, národy a etniká, spoločenské či politické organizácie masového charakteru, a pod. Poznáme aj určitý medzistupeň, a tým sú stredné skupiny. Tie charakterizuje presná priestorová lokalizácia, druhy vzťahov, z ktorých ešte len môžu byť bezprostredné vzťahy. Môže ísť o skupiny zložené z rôznych odborníkov, ktorí majú len rovnaké zameranie, napr. záchranári, bankári, administratívni pracovníci a pod.

2. **Kvalitatívny pohľad** – sem spadajú vlastnosti, ktoré vymedzujú a ovplyvňujú formy účinkovania skupiny. Dotýka sa to vzťahov medzi príslušníkmi skupiny, úrovne a možností komunikácie, spoločenských noriem a pod. Na základe týchto skutočností sa dá malá sociálna skupina vyčleniť ako „vysokoorganizačná jednotka utvorená z jednotlivcov, ktorých spájajú určité sociálne normy, ciele a vzťahy.“

(Boroš, 2001, str. 68 – 69)

Tieto malé sociálne skupiny majú aj nejakú funkciu. Príslušnosť človeka k nejakej skupine ho sprevádza po celý jeho život. Sám človek to cíti tak, že celý jeho život aj prislúcha k nejakej skupine. Viacerí autori zastávajú názor, že jednotlivec sa pridáva do rôznych skupín, pretože sa medzi ľuďmi cíti najlepšie. Prislúchať k nejakej skupine je životne nutné. Ako malú sociálnu skupinu by sme mohli vnímať aj rodinu. Je to prvé zoskupenie viacerých ľudí, do ktorého sa človek narodí a v ktorom sa pohybuje. Tu mu dávajú prvé základy do života, zoznamuje sa tu so svojim životným prostredím. Postupom času prechádza do ďalších skupín, napr. školskej

triedy, záujmového krúžku, neskôr do zamestnania, vstupuje do manželstva a zakladá si rodinu. Ak si človek želá byť súčasťou nejakej skupiny, musí sa podriadiť jej pravidlám, na základe ktorých skupina funguje. Ak sa mu nepozdávajú, môže ju opustiť a hľadať si druhú. Akokoľvek, základnou funkciou malej sociálnej skupiny je poskytnutie možnosti pre človeka, aby v nej uspokojoval svoje každodenné sociálne potreby. To, že patrí do nejakej pracovnej skupiny, je úplná prirodzená životná situácia. (Nakonečný, 2009, str. 386 – 387)

Z hľadiska členenia rozoznávame malé sociálne skupiny:

1) **primárne a sekundárne**

- ❖ Primárne – ich členov spájajú silnejšie väzby, vzťahy medzi nimi sú bližšie, v týchto skupinách prevláda kontakt typu „face-to-face“ a silná spolupráca. Takéto prostredie vplyva na jednotlivca výraznou intenzitou. Jednoznačným príkladom primárnej sociálnej skupiny je rodina.
- ❖ Sekundárne – prevládajú tu skôr náhodné vzťahy. Tie sa vytvárajú pre dosiahnutie určitých cieľov skupiny. Príkladom takejto sociálnej skupiny je napr. školská trieda, záujmový krúžok a pod.

2) **členské a referenčné**

- ❖ Členské – v takejto sociálnej skupine je jednotlivec chápaný ako jej úplný člen, je jej súčasťou a patrí do nej.
- ❖ Referenčné – predstavujú akúsi príťažlivosť pre jednotlivca. Nakoľko ešte do nej nepatrí, túži po členstve v nej. Imponuje mu ich cieľ, program, ich fungovanie. Vníma ich veľmi pozitívne.

3) **vlastné a cudzie**

- ❖ Vlastné – ide o malé sociálne skupiny, kde jednotlivec cíti, že k nim patrí.
- ❖ Cudzie – ide o opak vlastných sociálnych skupín. Cudzie malé sociálne skupiny predstavujú pre jednotlivca miesto, kam vôbec nepatrí. Tieto dve skupiny sa vyznačujú súperením medzi sebou. Vlastnú skupinu jednotlivec hodnotí lepšími vlastnosťami akú tú cudziu.

4) **formálne a neformálne**

- ❖ Formálne – vznikajú pre napĺňanie určitých potrieb, požiadaviek, úloh, cieľov. Od tých sa odráža aj štruktúra ich členov.

- ❖ Neformálne – vznikajú z hlbších osobných pút medzi ich členmi. Podmienkami pre vznik sú napr. spoločenské záujmy, hodnoty, postoje a pod.

5) **situačné a stále**

- ❖ Situačné – tieto sociálne skupiny vznikajú len za určitých okolností, a to pre splnenie určitej vymedzenej úlohy. V momente, kedy je úloha splnená, skupina sa rozpadne.
- ❖ Stále – sú to sociálne skupiny, ktoré trvajú dlhší čas a svoje úlohy plnia v dlhšom časovom intervale v rôznych situáciách.

Sú aj autori, ktorí pojednávajú ešte o skupinách s dobrovoľným či automatickým členstvom. Jednotlivec sa v automatických skupinách ocitne jednoducho automaticky. Vzťah k nim si buduje až po začlenení do nich. V prípade dobrovoľníckych skupín ide najskôr o vzťah jednotlivca k nejakej skupine, ktorý si postupne pestuje, a potom sa stane ich členom. (Boroš, 2001, str. 70 – 71)

„ *K základným znakom malej sociálnej skupiny zaraďujeme:*

- *spoločné ciele, ktorými sa malá sociálna skupina „odlišuje“ od svojho okolia,*
- *spoločné činnosti, realizáciou ktorých malá sociálna skupina dosahuje tieto spoločné ciele,*
- *vnútornú štruktúru malej sociálnej skupiny, pozície a roly jej členov,*
- *častosť vzájomných osobných kontaktov členov, stretávanie a komunikovanie tvárou v tvár,*
- *relatívne trvalé psychologické a sociálne vzťahy medzi členmi,*
- *uvedomovanie si neformálnej príslušnosti členstva v malej sociálnej skupine.“*

(Boroš, 2001, str 71)

1.1 Typy socializácie

Nakoľko socializácia prebieha počas celého životného cyklu človeka, skladá sa z niekoľkých typov. Tie závisia od etapy života a rôznych výnimočných environmentálnych a situačných sporov, s ktorými musí človek viac-menej rátať.

V rannom detstve zvyknú odborníci hovoriť o tzv. primárnej socializácii. Označením primárna máme na mysli skutočnosť, že je podkladom pre základy všetkých typov učenia sa. Počas nej by sa malo dieťa priučiť primárnym

zručnostiam, bez ktorých by nevedelo fungovať v rámci spoločnosti. Malo by sa naučiť ovládať svoje motorické zručnosti. Medzi tie patrí telesná koordinácia spojená s kontrolou. Malo by si osvojiť jazyk a spoznať podstatu symbolov, mimiky, gest. V rámci svojho rodinného prostredia sa deti socializujú najmä pomocou imitácie, podmieňovania aj odmeňovania, ktoré očakávajú pri určitom svojom správaní. Preto je bezpodmienečne nevyhnutná interakcia detí s ostatnými ľuďmi, aby sa mohli akokoľvek priučiť k rôznym situáciám a príslušnému konaniu v nich.

Ďalším typom socializácie je tzv. anticipačná socializácia. Ide o spôsob učenia sa prostredníctvom nácviiku rolí, o ktorých sa anticipuje, že ich bude jednotlivec v budúcnosti vykonávať. Túto anticipačnú socializáciu môžeme badať vo viacerých etapách života. V detstve ich predstavujú hry detí, pri ktorých napodobňujú rodičov. Počas základnej školy preberajú na seba rolu učiteľov. Na strednej škole už formálne nacvičujú študenti svoje budúce možné profesionálne role a pozície prostredníctvom odbornej praxe. Na svoje očakávané role do budúcnosti sa pripravujeme aj neformálnym spôsobom. A to zmenou štýlu obliekania sa či prehodnotením a zmenou postojov a konania. Tento typ socializácie je časťou primárnej socializácie. Tá ju však neohraničuje. Neustále v nej nacvičujeme rôzne role počas celého svojho života. Tým si vytvárame akúsi istotu, že budeme vedieť patrične konať a správať sa v rôznych situáciách pri konfrontácii s ostatnými ľuďmi.

Po skončení obdobia detstva prichádza obdobie dospelosti. V súvislosti s ňou hovoríme o tzv. sekundárnej socializácii. Mnohí sociálni psychológovia sa venovali len socializácii v období detstva a dospievania, nakoľko bolo pre nich podstatné len primárne učenie sa jednotlivca. Prehliadli však podstatu socializovania sa počas celého života. A preto sa začalo hovoriť o pojme sekundárna socializácia. Tá formuje v dospelosti primárnu socializáciu. Stretáva sa s ňou každý jednotlivec, ktorý v dospelosti putuje rôznymi etapami života a rôznymi prostrediami, ktoré sa menia v závislosti od jeho aktuálnej sociálnej role. (Kollárik a kolektív, 2008, str. 169)

V tejto súvislosti sa blížíme k našej téme seniorov a ich socializácie v spoločnosti, ktorá je orientovaná na mladú generáciu.

Starí ľudia sa dostávajú po 60 rokoch do novej role vo svojom živote. Starnutie je jedným z najťažších období v živote človeka. Prístup k starým ľuďom bol v jednotlivých historických obdobiach a kultúrach odlišný. V Sparte tvorili starí

Ľudia privilegovaný zbor starcov, kým v starovekom Egypte sa ich zbavovali tak, že ich hádzali do Nílu krokodíлом. V súčasnosti sa často stretávame s prejavmi necitlivosti a hrubosti voči seniorom. (Poledníková a kol., 2006, str. 22)

Seniori sa musia adaptovať rôznym situáciám, s ktorými sú konfrontovaní a na ktoré neboli v predošlom živote zvyknutí. Stretávajú sa s pocitom nepotrebnosti na svete, viacerí si zvykajú na čoraz viac vyskytujúcu sa rolu chorého človeka, pacienta, ktorá prichádza s vyšším vekom a slabnutím tela.

1.2 Prístupy k štúdiu socializácie

Počas štúdií a skúmania vývoja jednotlivca v rámci spoločnosti existujú tieto zamerania na danú problematiku:

1. **Ekologická orientácia**, ktorá zahŕňa v sebe:
 - a) každodenné životné prostredie,
 - b) stratégie, ako zvládať vplyvy na človeka zo strany jeho prostredia,
 - c) správanie na komplexnej úrovni vzťahu k fyzickému i spoločenskému prostrediu,
 - d) vzájomné pôsobenie jednotlivca a prostredia,
 - e) postupné zmeny spoločenského prostredia a výskumu novej rovnováhy.
2. **Porovnávací etnologický prístup**, ktorý zahŕňa v sebe:
 - a) rôzne výchovné metódy, ich vplyv a následky,
 - b) vlastnosti rôznych kultúrnych prostredí.
3. **Sociokultúrne činitele socializácie**, ktoré zahŕňajú v sebe:
 - a) príslušnosť k nejakej skupine národnostnej, náboženskej, spoločenskej,
 - b) pôsobenie mestskej alebo dedinskej aglomerácie.
 - c) pôsobenie rôznych spoločenských vrstiev,
 - d) mládežnícku subkultúru, životný štýl, ktorý k nej patrí, proces socializácie v súčasnej dobe.
4. **Psychologický vplyv sociálnych pomerov na rôzne skupiny obyvateľstva.**
5. **Prevzatie role svojho pohlavia.**
6. **Teoretický rámec socializácie**, pri ktorom môžeme použiť napr. Witteho teóriu, vychádzajúcu z dvoch základných prvkov, a to podnecovania a využívania a

troch elementov psychiky, a to kognitívneho, afektívneho a konatívneho. Patria k nej aj niekoľké úrovne socializácie, a to mikro, mezo a makroštruktúra socializačného rámca.

Aktuálne znenie poňatia a výskumu socializácie sa zakladá na tézach, že od veku malého dieťaťa sa považuje toto dieťa za aktívneho účastníka, ktorý sa podieľa na svojom vlastnom socializačnom vývoji. A tak sa socializácia chápe ako proces, ktorý prebieha počas celého života. (Čech, 2008, str. 252 – 253)

1.3 Socializácia v poňatí Alberta Banduru

Albert Bandura je významný kanadský psychológ, ktorý prišiel so značne informatívnym, ale aj stručným globálnym prehľadom, v ktorom rieši problematiku socializácie. Vníma ju ako proces, počas ktorého nadobúdajú jednotlivci určité kvalitné vlastnosti, ktoré slúžia neskôr pre ich úspešné zaradenie sa do spoločnosti. Z tohto nám môže vyplývať, že Bandura nepoňal proces socializácie len ako pasívne vstrebávanie kognitívnych, behaviorálnych či iných vzorcov, ale ide o spôsobom jednotlivca, ako sa vyrovnáva s požiadavkami jeho spoločnosti a sociálneho okolia. Človek sa tak môže aj pokúšať meniť isté sociálne skutočnosti. Bandura vníma v procese socializácie dve veci:

- ❖ získané vlastnosti – chápe pod nimi jednotlivca ako organizovanú štruktúru psychických vlastností,
- ❖ psychické mechanizmy – ktoré slúžia k umožňovaniu získania spomínaných vlastností.

„Podľa Banduru najdôležitejším konečným cieľom úspešnej socializácie je nahradenie externých sankcií internou kontrolou.“ (Nakonečný, 2009, str.104 – 105)

Čo má touto myšlienkou autor namysli? Snažil sa asi poukázať na to, že spoločenský vývoj človeka je nasmerovaný od kontroly jeho správania pomocou vonkajších sankcionovaných noriem po jeho vnútornú kontrolu, podporovanú jeho vnútorným sebaupevňovaním. V podstate si človek začne vytvárať niečo ako svedomie či osobný étos, čo slúži k automatickej regulácii protispoločenského konania. Vyvíja sa akási osobná morálka. Tá vzniká na základe prijatých morálnych noriem a hodnôt.

Takáto autoregulácia sa dá vyjadriť aj termínom vôľa. Bandura si uvedomuje, že systémy sebakontroly, ktoré máme v sebe, vznikajú na základe internalizácie hodnôt. Toto však nevysvetľuje, ako je konanie ovplyvňované postojmi. *„Nie je ešte vysvetlené, či postoje kontrolujú správanie alebo či zmeny správania spôsobujú prispôbenie postojov.“* (Nakonečný, 2009, str. 105)

Výsledky výskumov sa však prikláňajú k druhej možnosti. Ak sa jednotlivec správa podľa určitých noriem, očakáva za to isté odmeny. Aktivuje buď správanie, od ktorého očakáva odmenu alebo sa vyhýba konaniu, ktoré vedie k trestu.

Na margo témy správania jednotlivca a toho, čo jednotlivec očakáva po svojom konaní, hovorí Bandura o tzv. sebaodmeňovaní a sebatrestaní. Sebaodmeňovanie je postavené na sebachvále. Jednotlivec je na seba a svoje konanie hrdý. Viac obtiažne je však vysvetliť sebatrestanie. Založené je pravdepodobne na pocite viny. Jednotlivec sa za seba hanbí. Tým, že sa človek potrestá za nesprávne konanie, chce sa zbaviť viny a trápenia, preto prijme trest.

Aj podľa Banduru je hlavným činiteľom procesu socializácie rodina. Keďže však socializácia prebieha celý život, ľudia sa musia stále učiť novým typom správania, napr. keď vstupujú do manželstva, do zamestnania, je svedkom mnohých svojich životných zmien. To, čo sa človek naučí počas detstva a dospelovania nestačí pre život nasledujúci, keď je dospelý až starý človek.

Bandura teda rozlišuje prostriedky a spôsoby socializácie:

➤ *„Diferenciálne spevňovanie: ľudské správanie je kontrolované svojimi dôsledkami; upevňujú sa spôsoby správania, ktoré boli odmeňované, zatiaľ čo neúčinné a potrestané spôsoby správania sú opustené.*

➤ *Zástupné spevňovanie: ľudia modifikujú svoje správanie tiež na základe pozorovania odmien a trestov, ktoré získavajú druhí ľudia, teda pozorovaním dôsledkov cudzieho správania alebo súvislostí medzi spevneniami a správaním u druhých ľudí; zástupné spevnenia sú spevnenia pozorované u druhých.*

➤ *Verbálne vedenie: správanie detí, ale i dospelých môže byť tiež usmerňované inštrukciami, ktoré dostávajú a to tak, že konkretizujú dôvody odmien a trestov.*

➤ *Učenie na základe modelu: ak je jednotlivec svedkom negatívnej afektívnej reakcie inej osoby, získava nepríjemné skúsenosti a ide tu vlastne o učenie sa pozorovaním, v danom prípade sa učí vyhýbať sa tomu, čo pozoroval; avšak úzkostné a obranné správanie môže byť tiež odmlnené.“*

(Nakonečný, 2009, str. 106 – 107)

2. OSOBITOSTI ONTOGENÉZY PSYCHIKY STARŠIEHO VEKU

„ Osobnosť v procese ontogenézy je stále aktuálnou témou vzhľadom na meniace sa spoločenské podmienky determinujúce biologický a individuálny aspekt jednotlivca. Ontogenetická psychológia ako jedna z najdôležitejších psychologických disciplín skúma a prezentuje základné poznatky o psychickom vývine, jeho zákonitostiach a osobitostiach v priebehu života jednotlivca. “ (Šramová, 2007, str. 7)

R. Čornaničová hovorí, že starnutie a staroba sú významnou etapou ontogenetického vývinu jednotlivca a predstavujú prirodzenú súčasť životného cyklu človeka. Sú javom individuálnym a spoločenským. Z ontogenetického hľadiska môžeme starnutie považovať za jednu z etáp ľudského veku. Meradlom na určovanie periodizácie etáp ľudského života v odbornej literatúre je vek. Ľudský vek je vymedzenie určitého časového úseku, doby niečím charakteristickej, či v spoločensko-historickom význame, alebo vo vzťahu k ľudskému životu. (Balogová, 2005, str. 9)

Úlohou ontogenetickej psychológie je teda skúmať a pozorovať, ako sa vyvíja jednotlivec počas svojho života, a to od počiatočného prenatálneho vývinu, cez ranné detstvo, dospelosť, až po jeho starobu a smrť. Rozčlenená je na viaceré disciplíny:

- prenatálna psychológia,
- pedopsychológia,
- psychológia adolescencie,
- adultopsychológia,
- gerontopsychológia.

Prvé odvetvie sa zaoberá vývinom osobnosti ešte pre jeho narodením, teda obdobím medzi počatím a narodením. Pedopsychológia skúma ontogenézu dieťaťa. Obdobie dospelosti študuje psychológia adolescencie. Sledovanie vývinu psychiky v dospelosti skúma adultopsychológia. Pre účely našej práce je zaujímavá posledná disciplína ontogenetickej psychológie, a to gerontopsychológia. Je to disciplína zaoberajúca sa psychickým vývinom jednotlivca v období staroby.

(Šramová, 2007, str. 9 – 10)

Život človeka plynie od jeho počatia po jeho smrť. Počas tohto dlhého obdobia prechádza viacerými periódami. Samotná periodizácia ontogenézy človeka však vôbec nie je jednotná. Odlišuje sa tým, na základe akých kritérií ju autori členia. Najčastejšie ide o kritériá biologické, sociálne, psychické či pedagogické. Asi najvhodnejším členením periodizácie vývinu jednotlivca je nasledujúca periodizácia:

1. prenatálne štádium,
2. novorodenecké štádium,
3. dojčenské štádium,
4. štádium batolaťa,
5. predškolské štádium,
6. štádium mladšieho školského veku,
7. štádium puberty,
8. štádium adolescencie,
9. štádium mladšej dospelosti,
10. štádium strednej dospelosti,
11. štádium pozdnej dospelosti,
12. štádium staroby.

Pre našu prácu je pre nás opodstatnené venovať sa posledným dvom štádiám tejto periodizácie, a tým je záver štádia pozdnej dospelosti s prechodom do štádia staroby.

(Šramová, 2007, str. 56)

Normálne starnutie a staroba je prirodzený proces. Spočiatku sa prejavuje nenápadne, ale v pokročilom veku sa zrýchľuje. Fyziologická etapa ľudského života má prirodzené znaky, ktoré prebiehajú rôzne v závislosti na každom jednotlivcovi. Je dobré, keď človek o nich dopredu vie, aby nebol prekvapený, keď sa dostavia. Základom je aby vedel, že sú normálne, nie chorobné. (Gregor, 1990, str. 97)

Pri ponímaní pojmu staroba je nutné si uvedomiť, že chápanie tohto pojmu závisí od viacerých faktorov. Vymedzovať ho môžeme buď podľa biologického veku, alebo podľa veku psychického a sociálneho. Jestvuje mnoho teórií, ktoré pojednávajú o starobe ako o vývinovom štádiu ontogenézy:

1. **deficitný model starnutia**, ide o tzv. teóriu uvoľňovania, tá zdôrazňuje zníženie funkcií starých ľudí,

2. **kompetenčný model starnutia**, vnímajúci starnutie ako proces, počas ktorého sa existujúce schopnosti a zručnosti štruktúrujú a vznikajú nové,
3. **Baltesov model selektívneho a kompenzačného prispôsobenia**, ktorý zakladá na hypotetickom tvrdení, že človek sa v starobe upriamuje na dôležité sekcie života, vyníma ešte dostatočne funkčné schopnosti a eliminuje tie nefunkčné a vykonáva pravidelnú fyzickú činnosť.

Počas priebehu staroby prichádza človek o svoje zručnosti a výkonnosť, čo môže viesť postupne k väčšej zraniteľnosti, nakoľko sa schopnosti a funkčnosť organizmu mení. Starý človek prichádza postupne o dobrý zrak či sluch, čo musím korigovať následným použitím okuliarov či načúvacími zariadeniami. Začínajú zisťovať, že im nefunguje pamäť tak ako kedysi, je väčší problém si zapamätať nové informácie. Preto sa radi upínajú k rozprávaniu svojich životných príbehov, ktoré majú hlboko vryté vo svojej pamäti. V ontogenetickej psychológii rozoznávame niekoľko možných stratégií, ako sa seniori môžu vyrovnávať s priebehom svojej staroby:

1. **Konštruktívna stratégia**, ktorá funguje na princípe stáleho aktívneho života, ktorý senior vedie;
2. **Stratégia závislosti**, kedy sa senior skôr uťahuje do akéhosi svojho súkromia, zachováva princíp pasívnej závislosti na druhých ľuďoch;
3. **Obranná stratégia**, kedy sa senior správa presne podľa istých sociálnych konvencií a podrobuje sa nadmernej kontrole;
4. **Stratégia hostility**, kedy senior obviňuje všetkých ľudí či okolnosti, že sú zodpovední za jeho problémy;
5. **Stratégia sebanenávisti**, pri ktorej senior atakuje sám seba, nadmerne sa kritizuje a obviňuje za svoje problémy.

Chronologické hľadisko veku (kalendárny vek) je vek človeka, ktorý začína narodením, je teda dimenziou kvantity. Chronologické delenie dospelosti a seniorskeho vekového obdobia:

- stredný vek, tzv. začínajúca involúcia od 45-60 rokov,
- sénium, zahrňuje celú etapu človeka po 60. roku veku:
 - starší vek od 60 do 74 rokov, človek je v období počiatočnej staroby,
 - staroba od 70 do 89 rokov, človek je v období vlastnej staroby,

- dlhovekosť od 90 rokov vyššie.

(Čornaničová, 1998, str. 17)

Staroba má aj určité svoje vývinové štádiá. Rozdeľujeme ich na:

1. **Štádium počiatkovej staroby** – toto štádium sa vymedzuje od 60. do 65. až 75. roka života. V tomto období sa starý človek zmieruje s odchodom na dôchodok. Ubúdajú teda rutinné denné rituály, ktoré vykonával v súvislosti s každodenným pracovným životom. Najviac viditeľne sa v tomto období prejavujú biologické zmeny, kedy jednotlivec prichádza o vzdorovitosť organizmu voči nepriaznivým podmienkam, stráca sa svalová hmota, s ňou sila a energia, je narušená činnosť jednotlivých orgánov a pod.
2. **Štádium pokročilej staroby** – toto štádium je ohraničené 75. až 90. rokom života jednotlivca. Počas neho je senior vystavený narastajúcemu riziku vzniku vážnejších ochorení. Na margo toho sa dištancuje od zvyšku sveta a interesuje sa len o svoje vlastné problémy. Medzi najťažšie ochorenia v tomto období staroby sa zaraďuje demencia, najmä Alzheimerovho typu, kedy sú narušené tie časti mozgu, ktoré riadia myseľ, pamäť, percepciu reči. K depresii tu prispieva fakt, že „na druhý svet“ odchádza stále viac rovesníkov.
3. **Štádium vrcholovej staroby** – pretrváva od 90. roku života až po smrť seniora. Jeho podstatou je len uspokojenie primárnych potrieb jednotlivca, a to už najmä len prostredníctvom opatrovateľskej starostlivosti. Jednotlivec už nie je schopný sa sám hýbať, žije vo veľkej neistote, musí sa o neho stále niekto starať. Toto sú základné determinanty štádia vrcholovej staroby.
4. Ako konečné štádium života, či už kratšie alebo dlhšie, je **terminálne štádium**. Vnímané je skôr ako časť smrti, nie už ako fungujúca časť života.

V súvislosti so smrťou pociťuje takmer každý jednotlivec strach. Jeho intenzita sa odvíja od veku, pohlavia, zdravotnej spôsobilosti a vlastného postoja k svojmu životu jednotlivca. Aby človek pocítil pokojné umieranie na konci svojho života, potrebuje cítiť bezpečie a oporu blízkych ľudí. A preto je ideálne, keď mu toto poskytnú jeho najbližší členovia rodiny a známi. (Šramová, 2007, str. 148 – 150)

Seniori potrebujú v živote uspokojovať všetky potreby rovnako ako každý z nás. Potreba je prejavom bytostného želania. Podľa amerického psychológa Maslowa sú základné ľudské potreby rozčlenené do piatich kategórií:

- fyziologické potreby,
- potreba bezpečia,
- sociálne potreby,
- potreba autonómie,
- potreba sebarealizácie.

(Pichaud, Thareauová, 1998, str. 36)

„Kým starnutie je zákonitý biologický proces, staroba je posledným obdobím života a je vždy zakončená smrťou.“ (Krajčík, 2000, str. 20)

2.1 Senium, základné charakteristiky ontogenézy psychiky

„Zostarnúť nie je umenie – umenie je vyrovnať sa s tým“.

(Johann Wolfgang von Goethe)

Odborníci, fyziológovia aj psychologovia, vnímajú obdobie ľudského života po jeho tridsiatom roku ako obdobie, kedy jednotlivec prechádza určitými involučnými zmenami. Tie sú však ešte dlhší čas nepozorovateľné. Preto je toto obdobie charakterizované životnou stabilizáciou. Nastávajúce rozdiely nie je tak vidieť pri porovnaní tridsaťročného a štyridsaťpäťročného muža ako u ženy v týchto vekoch. Postupom času sa začínajú evolučné zmeny stále viac prejavovať smerom od štyridsiatich piatich narodenín po šesťdesiate. Človek stráca také telesné sily, akými disponoval v minulom vekovom stupni, ale stále sa snaží zachovať si pracovnú schopnosť, a to nie tak pomocou fyzických síl, ako mnohoročných skúseností. Akokoľvek však badať na človeku od 45. po 60. rok stále viac fyziologických zmien, a to vypadávanie a šedivenie vlasov, ubúdanie svalstva, spomalenie pohybu, zmena hlasu, zhoršenie zraku a sluchu, a pod. Jednotlivci v tomto vekovom období zažívajú tzv. klimaktérium. Prebiehajú hormonálne zmeny. U žien sa často prejavujú poruchami štítnej žľazy, a môže dôjsť až k vzniku mužských črt na ženskom tele. U mužov sa klimaktérium prejavuje novým zintenzívnením libidonózných vzplanutí. Častokrát opúšťajú svoje rodiny, okolo 50. roku svojho života, aby vznikol nový intímny vzťah s mladšou ženou. Po úplnom ukončení klimaktéria, okolo 60. roku

života, sa väčšina mužov a žien postupne vyrovnáva so všetkými zmenami. Pociťujú kľud a disponujú životnou múdrosťou. Nastáva aj psychická a telesná harmónia. Avšak, aj tak je vždy deň šesťdesiatych narodenín vnímaný človekom s istou melanchóliou. (Příhoda, 1974, str. 215 – 220)

Podstatným faktorom, ktorý ovplyvňuje život staršieho človeka, je vstup do dôchodku. Je to závažný sociálny aspekt. „Odchod do dôchodku je dôležitým momentom, hlavnou udalosťou v živote, prechod, zlom, ktorý označuje koniec jedného obdobia, začiatok ďalšieho obdobia.“ (Pichaud, Thareauová, 1998, str. 27)

Ide o prekročenie prahu dôležitej životnej hranice. Otvára sa im však nespočetné množstvo možností, ako naďalej využiť svoju možnú fyzickú kondíciu a psychickú pohodu pre ďalšie prekonávanie každodenných aktivít.

Sociálny status seniorov je nízky a sú im pripisované negatívne vlastnosti. Je načase, „aby spoločnosť prijala starobu ako realitu a staršiu populáciu ako svoju neoddeliteľnú súčasť. Staršia populácia nesmie zostať bez roly. Cieľom nemá byť segregácia, ale integrácia.“ (Pacovský, 1990, str. 46)

Obdobie, ktoré nazývame seniom, sa vymedzuje od 60. roku života až po deň smrti. Každé predošlé obdobie života jednotlivca sa ráta po pätnástich rokoch. Obdobie senia je datované od 60. roku, no nakoľko koniec každého života je nepredvídateľný, nevieme vymedziť jeho hranicu. Trvá vo väčšine prípadov dlhšie ako pätnásť rokov, v optimálnom prípade je zhruba päťdesiatročné. Základnou charakteristickou pre toto životné obdobie je postupujúca involúcia v určitých telesných orgánoch, ale aj v psychofyzickom celku. Súvis to má najmä so znižovaním odolnosti voči nepriaznivým vplyvom.

Senium delíme na dve obdobia. V prvom období, ktoré trvá do 60. po 75. rok veku života, sa telo nemíňa nevyhnutným telesným zmenám, na ktoré majú vplyv aj vonkajšie elementy ako je životospráva, no ľudský organizmus v tomto období je stále pomerne zdatný a odolný. Nazývame ho senescencia či starnutie. Druhé obdobie sa prejavuje skôr chátraním. Involučné zmeny sa prejavujú stále viac, znižuje sa odolnosť organizmu. Vekovo je toto obdobie ohraničené od 75. po 90. rok života jednotlivca. Takmer každý degeneratívny pochod má aj druhotné následky. Napr. strata prirodzeného chrupu spôsobuje ťažkosti pri konzumácii a následnom trávení, a pod. V období senescencie boli involučné zmeny skôr vonkajšieho

charakteru. No v tomto období už vo veľkej miere zasahujú aj dovnútra. Jednotlivec sa v tomto období púta skôr k duchovným hodnotám, materiálne pre neho strácajú význam. Stáva sa z neho skôr introvert a egocentrik. Celkovo, Obdobie sénia nemožno považovať práve za najlepšie roky života. (Příhoda, 1974, str. 227 – 229)

Starnutie je nepochybne príliš zložitý proces, ktorý podlieha širokému variačnému rozpätiu. To znamená, že jeho dátovanie nie je vôbec jednoduché. Akokoľvek, starnúci človek prechádza mnohými senescentnými zmenami, a to vonkajšími i vnútornými. Po dovŕšení telesnej sily, po procese dospievania, dochádza následne k nepozorovateľnému poklesu tejto sily. Spôsobujú to, už spomínané, involučné zmeny.

Viditeľnou zmenou, ktorú si starnúca osoba uvedomuje, je starnutie kože, ktorá “vráskavie, ochabuje, je suchšia.“ (Litoměřický, 1992, str. 20)

Charakteristickým znakom je zmenšenie postavy, ktoré naberá postupne stále narastajúcu tendenciu. Zmenšuje sa tým aj telesný povrch. Ten je skôr badateľný na ženskom tele viac ako na mužskom. U mužov je až do 90. veku života nebadateľný. Tento jav má skôr biologický význam. Účasť na ňom má časť ústredného nervového systému. Väčšina senescentov si tento tzv. rast do zeme ani neuvedomuje. To znamená, že sa to príliš neodráža na psychike. Menia sa telesné proporcie, ako je šírka ramien, pásu či bokov. U žien sa zvyknú ramená zúžiť, ale rozšíri sa panva. Či je žena považovaná za štíhlu alebo zavalitú vzhľadom na jej výšku záleží od váhy. Ešte väčší vplyv na psychiku v tomto období má zmena tváre. Tu sa najviac prejaví zvyšujúci sa vek zo všetkých častí tela. Stratou zubov dochádza k vnímaniu padnutej čeľuste a brady. Pribúdajú vrásky, horné viečka opúchajú a prekrývajú spodné. Predlžuje sa vertikálne nos, vyzerá väčší na margo zmenšujúcej sa spodnej časti tváre. Lebka jednotlivca, ktorá je tým najodlišnejším znakom na každom z nás, sa mení z dôvodu zmeny farby jej porastu, či úplného vypadnutia vlasov.

Tvár jednotlivca sa vie za desať rokov zmeniť v nepoznanie, no u niekoho to nie je pravidlom. Všetko sa to však deje postupne, nie náhlou premenou, preto to starí ľudia nevnímajú v takej miere, no sú si týchto zmien vedomí. Pohľad, ktorý vidia v zrkadle, však nemusí zodpovedať aj ich pocitom, že sú starí a starými sa aj cítia. Tým dospievajú k samovrave, tento stav ich vedie k ľútoti a uvedomeniu si krátkosti života. Lepšie sa však s tým zmierujú muži. Ženy hľadajú všetky možné

spôsoby, ako oddialiť zostarnutie tváre a pomocou rôznych metód a prípravkov sa snažia navrátiť mladší efekt na tvár. Obávajú sa totiž straty spoločenskej prestíže.

Senescentným zmenám však nepodlieha len telo. Mení sa tiež svet, na ktorý začíname nahliadať prostredníctvom iných funkcií zmyslového vnímania. Za oslabený zrak sa hanbiť nemusí nikto. Toto oslabenie zraku nastáva už aj v detskom veku, nie len v období staroby. Stráca sa nie len zrak, ale slabne aj sluch, ktorý predstavuje druhý najdôležitejší receptor. Jeho pokročilá involúcia predstavuje výrazný ontogenetický znak v období senia. Preto sa stretávame so senescentmi, ktorí radi viac rozprávajú, ako by mali počúvať. Dochádza tým ku kompenzácii tohto sluchového nedostatku. Hluchý človek sa však môže cítiť veľmi zmäteno a konať tak nesprávne veci, ktoré robí vďaka nesprávnym záverom. S rastúcim vekom rastie aj pohybová nestabilita. Preto starí ľudia kráčajú pomaly. So zlou stabilitou počas chôdze, so slabým zrakom a sluchom sa starý človek môže rýchlo a nečakane ocitnúť v nemocnici, nakoľko dochádza k častým nehodám, ktorým nestihnú predísť. V seniu podstatne klesá aj termoregulácia. Tá riadi periférny krvný obeh a vylučovanie potu. Taktiež vplýva na dýchacie a metabolické procesy. Starnúce telo produkuje menej tepla, výkon metabolických pochodov, potnej kreativity a obehu krvi sa spomaľuje. Preto sa starý človek toľko nepotí ani v horúčavách a pri vykonávaní fyzickej záťaže, no potrebuje o to viac odpočinku po ťažšej práci. Mení sa aj funkcia čuchových a chuťových orgánov a nepochybne funkcia mozgu. Ten sa postupne znižuje, čo vplýva aj na telesnú váhu, nastávajú na ňom hlboké zmeny počas 60. roku života jednotlivca. Mení sa funkcia celého hormonálneho systému. Tu sa dôležitosť kladie na štítnu žľazu a jej funkčnosť, ktorá je veľmi dôležitá pre telesnú aj psychickú stránku jednotlivca. Zmena zastáva aj vo vylučovaní pohlavných hormónov. Na záver nemožno nespomenúť najdôležitejší orgán v našom tele, ktorý rozhoduje o tom, či budeme žiť alebo nie. Je to srdce. Je najvyťaženejším orgánom nášho tela. Stihne sa za deň až stotisíc-krát. Jeho výkon a zaťaženie závisí od výkonu, ktorý podávame my. (Příhoda, 1974, str. 274 – 285)

Vo vyššom veku ubúda jeho pružnosť, ukladá sa vápnik, znižuje sa výkon jeho svalov a krehnú jeho steny. Činnosť srdca závisí nie len od fyzického výkonu, ale aj od emočného rozpoloženia. Vyššia záťaž má vplyv ja na respiračný systém nášho tela. Ten podlieha taktiež zmenám s pribúdajúcim vekom. Starý človek sa

veľmi rýchlo pri fyzickej námahe zadýcha.

Starnutie je proces ubúdania duševných a telesných síl, spomaľovanie dejov v organizme, zmeny vo všetkých orgánoch a väčšia náchylnosť k chorobám. (Herchl, 1999, str. 7)

Zdravie je podlomenejšie, horšie znáša vonkajšie vplyvy. V seniu za za hlavné príčiny smrti pri oboch pohlaviach považujú srdcové choroby a rakovina. Starí ľudia často bojujú s vysokým krvným tlakom. Zvýšený krvný tlak nemožno pokladať za chorobu. Zmenšuje však aktivitu u človeka. Mnohí si jeho vysoké hodnoty spájajú hneď s blížiacou sa smrťou. Asi najmenej akceptujúcim spôsobom odchodu na „druhý svet“ sú samovraždy. O samovraždy v tomto období sa viac pokúšajú ženy, no dokonaných je týchto pokusov viac u mužov. Takýto nepomer vysvetľujú odborníci zvýšenou psychickou labilitou u žien. Prostredníctvom tohto aktu hľadajú východisko zo situácie, či už ide o chorobu, stratu príťažlivosti pre druhé pohlavie, ekonomická situácia a pod. Ide o významný sociálny jav, vyplývajúci zo životnej situácie senia. Z výskumov nám taktiež vyplýva, že zdravotný stav starej populácie nie je vôbec uspokojivý. Takmer každý človek po 65. roku života trpí na nejakú chorobu. Aj keď nemusí ísť o chorobu vážnu, ich odhaľovanie súvisí s nadbytkom voľného času seniorov, ktorí sú ochotní stráviť v čakárňach u svojich lekárov. E. Greppim, prišiel s prehľadom seniálnych chorôb. Ide o:

- a) komplex chorôb kostry,
- b) komplex chorôb dýchacieho ústrojenstva,
- c) nervové ochrnutia, čiastočné či celkové,
- d) duševné anomálie,
- e) nádory.

Slabnúcí organizmus nepochybne podlieha stále viac chorobám, v dôsledku ktorých sa už nedá predísť blížiacemu sa koncu života. (Příhoda, 1974, str. 286 – 288)

Vyšší vek sa neprejavuje len na tele. Organickými zmenami prechádza aj intelekt jednotlivca. Predlžujú sa reakcie jednotlivca medzi expozíciou podnetu a následnou reakciou na neho. Správanie sa a konanie starého človeka sa spomaľuje. Rýchlosť reakcií je však ovplyvnená viacerými činiteľmi, a to nervovým vedením, stratou inhibície, dobou vyslania signálu, trvaním prenosu, voľbou, atď. Spomalené konanie má dopad na všetky produktívne činnosti, ktoré sa snaží človek vykonať.

Slabé zmyslové funkcie veľmi vplyvajú na prijímanie informácií, ktoré prúdia zvonka. To nepriaznivo zasahuje do starnúcej psychiky. Mení sa tak percepcia starého človeka, ktorou vníma sveta okolo seba a ostatných ľudí. Analyzovať javy, veci, ľudí okolo seba je pre starnúceho človeka čoraz viac ťažšie. Percepčný postreh sa stále viac predlžuje. Pokles funkcie pamäti, ktorý začína na začiatku senescentného obdobia, je chápaný ako základná charakteristika tohto obdobia. Dochádza taktiež k stále častejšiemu zabúdaniu mien svojich blízkych a známych. Nevedia hneď rozoznať ich tvár a priradiť im meno či miesto v ich živote. Aj keď netušia, s kým sa niekedy rozprávajú, nakoľko sa nemôžu rozpamätať, vedú konverzáciu stále ďalej, aby sa nestrápnili. Nie sú už schopní si tak jednoducho zapamätať trasy, po ktorých šli pred polrokom, miesta, na ktorých boli. Zabúdajú predmety, strácajú ich, potom hľadajú. To sa dá považovať za kvázi normálny prejav starnutia. Sú však aj prípady, kedy dochádza u starého človeka k demencii, kedy ide už o patologickú stratu pamäti. Hranice medzi tzv. normálnou a patologickou senilitou však nie sú striktne dané. (Příhoda, 1974, str. 322 – 327)

Kvalita myslenia seniorov závisí od toho, aký bohatý bol osobný život človeka v mladosti a aké skúsenosti si zachoval. Najmenej bývajú postihnuté tie zložky, kde má človek možnosť uplatniť skúsenosť, kde nie je v časovej tiesni. (Balogová, 2005, str. 40 - 41)

Často možno u starších ľudí pozorovať zvýšenú vytrvalosť, obzvlášť v monotónnej činnosti, zvýšenú trpezlivosť a pochopenie pre iných. Majú väčšiu mieru rozvahy a stálosť vo vlastných názoroch i vzťahoch. Preto v živote „existujú múdri vševedovia, láskaví deduškovia, a predovšetkým milujúce a milované babičky. (Haškovcová, 1990, str. 87)

Za základ zákonitostí ontogenézy ľudskej psychiky sa pokladá, že poznatky a skúsenosti sa nikdy celkom nevytratia z nás. To má dopad na ďalšie skúsenosti. Všetky nové skúsenosti sú vnímanie s väčšou emočnou intenzitou. Tá sa postupne pri ďalšom opakovaní zažitého znižuje. Citové vnímanie rôznych situácií u senescenta je oslabené, nakoľko má za sebou už celý rad životných skúsenosti a ide už len o obdobu zažitého, aj keď nemusia byť tieto skúsenosti úplne totožné. Citové kvality v tomto období už dosiahli najvyššiu pozíciu. K čomu dochádza po citovej stránke u ľudí v tomto období, je pokles sebavedomia. Jednotlivec sa dostáva z každodenného

pracovného života do života „večnej dovolenky“. Mení sa mu denný režim a prostredie, v ktorom sa počas dňa pohybuje. S pribúdajúcim vekom sa každá takáto zmena nevyvíja vôbec ľahko, najmä u jednotlivcov so zníženou schopnosťou adaptácie. Postupná izolácia v neskoršom období senia má za následok návaly osamelosti, čo je už veľmi charakteristické pre obdobie staroby. Klesá taktiež libido, ktoré po sebe zanecháva len prázdno. Ženy po 60. roku života už nie sú schopné reprodukcie, ktorú nadobudli po 15. roku svojho života, no libido potrebuje stále uspokojenie. Čo sa mení ešte v období senia, je vnímanie času. Čas sa už nedelí po týždňoch a dňoch. Neovláda už človeka. Človek sa stáva pánom svojho času, až si ani neuvedomuje, v akom dni, týždni, mesiaci sa nachádza. Čas po 60. roku ubieha veľmi rýchlo. Človek prechádza okrúhlymi narodeninami, ani si to nestíha uvedomiť. Vytvára sa v ňom životná neistota a pocit stále rýchlejšie sa približujúcej smrti. Týmto sa senium vyznačuje. Tu sa už prestáva starať o svoju spoločenskú prestíž, pokúša sa stále hľadať zmysel svojho života. Na maximum sa však snažia zvýšiť svoje hygienické návyky, čo úzko súvisí s ich narastajúcimi zdravotnými problémami. Svoje potreby už odsúvajú bokom, ale lipnú na svojich zvykoch a zásadách. Na tomto mieste k danej téme možno dodať, že celková citová úroveň sa v tomto období výrazne znižuje. (Příhoda, 1974, str. 334 – 343)

Zo zákona vyplýva jednoznačne, že po dovŕšení daného veku a odchodu na dôchodok nemusí senescent naďalej vykonávať tvorivú prácu. Pre pracovníkov, akými sú napr. vedci, umelci a pod., neexistujú nejaké oficiálne hranice, čiže pokračujú vo svojej činnosti ďalej. Aj keď väčšina starých ľudí po 60. roku života je už nezamestnaná, lekárske záznamy majú za to, že by väčšia časť z nich mohla svoju predošlú prácu vykonávať stále naďalej. Aj keď pracujú starí ľudia už pomalšie, pracujú o to svedomitejšie a precíznejšie. Psychologická magma troch činiteľov, ktorými sú precíznosť zo skúseností, introverzia a nespontánnosť, môže pre nás hypoteticky predstavovať gro zvláštneho charakteru senescentnej tvorby. Takáto tvorba, ktorú môže vytvoriť len senescent, je kotvou pre národnú kultúru a mravnou katarziou. (Příhoda, 1974, str. 355, 383)

Okrem osobnosti človeka a jeho celkového fyzického stavu majú veľký vplyv na starnutie a starobu sociálne aspekty, medzi ktoré patria činitele ako spoločenská atmosféra, preferovaný životný štýl, vstup do dôchodku, zmena spoločenského

statusu, strata životného partnera či partnerky alebo rodina. Majú veľký podiel na adaptáciu staroby. Pre vytvorenie dobrého vzťahu k seniorom je dôležitá celá spoločenská atmosféra. (Balogová, 2005, str. 42)

Podľa Pronzata budúcnosť patrí senirom. Nemyslíme tým len kúsok stále väčšieho priestoru, ktorý zaberajú na dnešnej spustošenej zemi a nie je to otázka štatistických a neosobných údajov. Starí ľudia sú zdravými nositeľmi hodnôt, ktoré sa strácajú. Sú vlastníkami múdrosti, ktorú zúfalo potrebujeme. Bolo by načas, aby sme prestali hovoriť o starobe len v zmysle sociálnych nákladov. (Pronzato, 2006, str.215)

2.2 Prístup Eriksona k staršiemu veku

Erik Homburger Erikson, významný nemecko-americký vývinový psychológ a psychoanalytik, prišiel s teóriou ontogenézy psychiky a sociálneho vývoja človeka. Patrí k malej skupine teoretikov, ktorí podali deskriptívnu emocionálneho vývoja v priebehu života. V jeho teórii figuruje osem štádií, počas ktorých sa osobnosť jednotlivca postupne formuje. Celý proces sa začína dojčenským vekom, prechádza následne ranným detstvom, vekom hry, vekom zaškolenia, adolescenciou, mladou dospelosťou, strednou dospelosťou a končí starším vekom. Počas týchto období dochádza k jeho interakciám so stále sa rozširujúcim sociálnym svetom. Prechádza zo svojho sveta a sveta jeho matky do iných svetom a formuje sa k obrazu ľudskej bytosti. Tieto štádia sú charakteristické aj stretom človeka s určitými osobitnými konfliktmi. Tie musí jednotlivec vyriešiť. Nie vždy však dôjde k úspešnému vyriešeniu, čo môže mať za následok psychické poruchy. Psychodynamická teória, s ktorou Erikson prichádza, má veľký význam z viacerých príčin. Je zástancom toho, že problémy, ktoré jednotlivec zažíva počas svojho začiatku života, nemusia výlučne viesť ku vzniku neuróz. Čím ide proti tvrdeniam S. Freuda. Erikson vyzdvihuje skôr zdravú osobnosť, než narušeného jednotlivca. A spoločnosť, históriu a rodinu vníma ako elementy, ktoré vplývajú na emocionálny vývoj jednotlivca. Erikson prepracoval Freudovu psychoanalytickú teóriu tak, že ju prepracoval na teóriu vývinu. Tá opisuje práve emocionálny vývoj v priebehu celého života.

„V Eriksonovej psychosociálnej teórii sa osobnosť vyvíja podľa krokov určených pripravenosťou jednotlivca reagovať na rozširujúci sa sociálny svet, svet

ktorý začína nejasným obrazom matky a končím obrazom ľudskosti.“ (Čech a kolektív, 2005, str. 184)

Podľa jeho názoru sa vývoj jednotlivca skladá z riešení konfliktov, ktoré vznikajú medzi potrebami jednotlivca a požiadavkami spoločnosti. V priebehu každého z ôsmich spomínaných štádií ontogenézy psychiky by mali byť konflikty včas vyriešené aspoň z časti, než sa dostavia ďalšie problémy. Ak sa konflikt vyrieši, neznamená to, že bol však porazený kvalitne. V osobnosti môže zostať napr. nedôvera či zúfalstvo. Vyriešenie týchto konfliktov je dôležité najmä preto, aby sa nepriaznivo neovplyvnili zvyšný priebeh života. Erikson apeluje vo svojej teórii na dôležitosť vývoja identity jednotlivca v slede určitých fáz. Jednotlivec hľadá odpovede na otázky „Kto som“, „Kam idem“, hľadá sám seba. Jednoznačnosť vyzretej osobnosti pozostáva len z dosiahnutia integrity. Tú dosiahne len ten, kto chce zodpovedať za veci a ľudí, kto prijme víťazstvá aj prehry, kto zanechá po sebe ľudské bytosti a vytvorí nové veci, a príde s novými myšlienkami. Prejavom integrity je akceptovanie svojho originálneho životného priebehu a osôb, ktoré musíme v ňom bezprostredne stretávať a akceptovanie všetkého, čo tu ľudia vytvorili v minulosti.

Teraz sa pozrieme na jednotlivé Eriksonove psychosociálne štádiá a na ich princípy fungovania. Za začiatok sa teda považuje tzv. **dojčenský vek** alebo dôvera proti podozrievaniu. Vekové rozpätie tohto štádia je od narodenia po 18. mesiac života dieťaťa. V tomto období vzniká psychosociálny konflikt medzi základnou dôverou a nedôverou dieťaťa. Priaznivým výsledkom vyriešenia tohto konfliktu by mala byť nádej, aby dieťa lepšie znášalo frustráciu z toho, že musí počkať na uspokojenie svojich potrieb. Ak nedôjde k vyriešeniu konfliktu, ako nepriaznivý výsledok je podozrievanie a utiahnutie sa do seba, v neskoršom veku to môže vyvrcholiť až do asociálneho a kriminogénneho správania. Deti v dojčenskom veku vyžadujú mať vytvorený vzťah, ktorý im môže dostať to, čo požadujú od osoby, ktorá má schopnosť a je ochotná im to dať. Väčšinou je touto osobou mama. Prostredníctvom ich mamy sa snažia si vytvoriť potrebné pohodlie a vedomie, že bude stále pri nich osoba, ktorá sa o ne postará, keď to budú potrebovať. Takto sa u nich buduje pocity dôvery. A následkom toho sa naučia deti odkladať svoje okamžité potreby a ich napĺňanie, lebo budú vedieť, že ľudia, na ktorých sa spoliehajú, a o nich postarajú.

Nasleduje tzv. **ranné detstvo** alebo autonómia proti pochybnostiam o sebe. Vymedzuje ho vek od 18. mesiaca do 3. roku života dieťaťa. Konflikt tu spočíva medzi schopnosťou panovať sebe a hanbou spojenou s pochybnosťami o sebe. Za priaznivý vývoj sa považuje vôľa, sebakontrola a sebaocenenie. Opakom je vznik nátlaku a impulzivnosti. V tom momente, kedy sa dojčatá začnú sami pohybovať, a to ja v spoločnosti, vyskytnú sa občas spoločenské obmedzenia. Stále viac chcú konať sami za seba, no nakoľko ešte nedokážu dostatočne posúdiť ich reálne schopnosti, je potrebné, aby ich ešte chránili pred neželaným neúspechom, no zároveň v nich rozvíjali schopnosť vykonávať veci, ktoré už vedia zvládnuť.

Ďalším štádiom je tzv. **vek hry** alebo iniciatíva proti vine. Je to štádium, do ktorého vstupujú deti po získaní pocitu autonómie. Preberajú iniciatívu nad plánovaním svojich činností. Tu ohraničujeme toto štádium vekom od 3. do 6. roku života dieťaťa. Konflikt v tomto štádiu vzniká medzi iniciatívnosťou a vinou. Problém môže vzniknúť, ak si dieťa povie, že to čo robí, je zlé a pociťuje vinu za tieto neželané následky svojho konania. Želateľný výsledok je tu ten, keď je dieťa nadšené po skončení nejakej činnosti z toho, čo touto činnosťou dosiahlo. Vidí význam v tom, čo robí. Koná tak za nejakým účelom či pre radosť. Naopak, nie je tu žiadúce, aby dieťa pociťovalo nejaké brzdenie či zábrany v tom, čo robí a čím dosiahne uspokojenie svojich potrieb. Samozrejme, nemalo by toho dosahovať prostredníctvom protispoločenského konania. V tomto období sa objavuje aj zvodné správanie dievčat, ktoré je smerované na ich otcov a výrazná náklonnosť malých chlapcov k ich matkám. Aby sa rozvinulo ich sebavedomie, musia prekonať tieto príťažlivosti, a následne sa stotožnia s rodičom rovnakého pohlavia ako sú oni.

V poradí štvrtým psychosociálnym štádiom vo vývine jednotlivca je tzv. **vek zaškolenia** alebo snaživosť proti menejcennosti. Ten začína 6. rokom života dieťaťa a končí okolo 11teho roku. Dieťa je v školskom veku. Rozhoduje sa, či sa prikloní k pracovitosti alebo sa podriadi. Začínajú sa pohybovať v rozsiahlejšom svete. Na budúcnosť sa chystajú prostredníctvom štúdia, v ktorom budujú svoju pracovitosť. Dieťa v takomto veku sa chce čo najviac zručnosťami priblížiť dospelým, preto sa technicky vzdeláva. Pri týchto snahách je veľmi dôležité, aby boli chválené. V opačnom prípade dosahujú pocit menejcennosti. Práve tomuto obdobiu Erikson pripisuje veľký význam. Dieťa sa tu pripravuje na role, ktoré ho čakajú v

dospelosti.

Nasledujúcim štádiom je **adolescencia** – dospievanie, dosiahnutie pohlavnej zrelosti, dozrievanie rozumových schopností a dotváranie integrity osobnosti, u dievčat medzi 12. a 18. rokom, u chlapcov medzi 14. a 20. rokom. (Hartl, Hartlová, 2002, str. 12). Trvá od puberty do približne 20. roku života. Pocit jedinečnosti a nachádzanie vlastnej identity tu stojí proti zmätku v pochopení svojej vlastnej sociálnej role. Adolescenti prechádzajú v tomto štádiu fyzickými zmenami. Ich telo sa rýchlo vyvíja a pohlavne zrejú. Deje sa to súbežne s ich stotožňovaním so životom dospelých. Pri hľadaní svojej individuality sa stavajú proti nim občas rodičia, ktorých vnímajú ako protivníkov. Pri tomto hľadaní môže dôjsť k zlému poňatiu svojej identity.

Za adolescenciou prichádza už obdobie intimity či izolácie. Od 20. roku života po 40. rok života sa človek nachádza v štádiu tzv. **mladej dospelosti**. Mladí ľudia v tomto veku sú už ochotní sa obetovať v prospech iných ľudí, a neobávajú sa straty svojej identity. K spojeniu medzi dvoma ľuďmi dopomáha práve intimita. Tá by mala obsahovať záväzok. Vyjadrená však môže byť aj sexuálne. Práve prostredníctvom intimity môže človek nájsť svoju vlastnú identitu, nakoľko dochádza k interakcii medzi ním a druhým človekom. Výsledkom tejto interakcie môžeme byť aj vznik citu, a teda lásky. Problémom tohto štádia môže byť naopak vznik izolácie jednotlivca od ostatných z dôvodu vzniku strachu.

Ako siedme štádium v poradí je tzv. **stredná dospelosť**. Vymedzujeme ju v rozpätí od 40. po 60. rok života človeka. V súvislosti s ňou sa môžeme stretnúť aj s pojmami generativita a stagnácia. Práve generavita je charakteristická pre toto štádium. Dospelí sa začínajú zaujímať o to, kam bude smerovať budúca generácia. Nie je teda primárne len splodiť deti, ale sa aj snažiť ich pochopiť a podporovať. Tí jednotlivci, ktorí deti nemajú, môžu ich generativitu preniesť do výkonu v ich práci a v živote. Túžia po sebe zanechať niečo plnohodnotné. Vývoj človeka v tomto období však môže nabráť aj iný smer, a to dosiahnutie stagnácie. Niektorí autori toto obdobie chápu aj ako druhú pubertu. A to z dôvodu opätovného premýšľania nad sebou a svojim životom. Človek vstupuje do druhej polovice svojho života a s tým súvisí aj uvažovanie nad smrťou a jej nevyhnutnosťou.

Finálnym psychosociálnym štádiom životného cyklu človeka je podľa Eriksona

tzv. starší vek, ktorý začína 60. rokom života. Život by mal končiť pocitom jeho kvalitného prežitia. Ak človek na konci dospeje k integrovanému „ja“, pochopil zmysel života a nadobúda pocit, že urobil vždy len to najlepšie, čo mohol v daných situáciách. Tieto pocity utlmujú strach zo smrti. Kladným výsledkom je múdrosť. Človek v tomto období sa však môže stretnúť aj s pocitmi ľútosti a zúfalstva z premrhaných šanci a zlých volieb. Dochádza k tomu v momentoch, keď človek nevie nájsť pozitívum a prínos v tom, čo vykonal počas svojho života. Vtedy prichádza strach zo smrti, nakoľko si želá ešte ďalšie šance na nápravu, a blížiaci sa smrť ich neumožňuje.

Pochopiť Eriksonovu psychosociálnu teóriu je občas dosť zložité, nakoľko je sama zložitá a všeobecná. Slúži však vo veľkom pre výskumníkov, ktorí od nej odvodzujú hypotézy. (Čech a kolektív, 2005, str.184 – 190)

3. SOCIÁLNA PERCEPCIA A SOCIÁLNY STYK S DÔRAZOM NA VEKOVÚ SKUPINU ĽUDÍ OD 60 ROKOV

Sociálna percepcia je jav, ktorý sa vyskytuje úplne bežne v ľudskej skúsenosti. Ľudia sa každodenne medzi sebou vnímajú. Tieto procesy interpersonálneho vnímania u ľudí sú veľmi prítlačivou tematikou pre experimenty sociálnej psychológie. Sociálna percepcia má rôzne aspekty. Preto ju treba analyzovať v rámci širšieho sociálneho kontextu. Až v tom momente, keď si správne určíme, čo je sociálna percepcia, spravíme úvodný krok k poznaniu faktorov, ktoré vplývajú na to, ako človek vníma druhého a aké je vnímanie druhého každým z nás individuálne a odlišné. (Kollárik a kolektív, 2008, str. 292 – 293)

„Sociálnu percepciu môžeme vymedziť ako proces, prostredníctvom ktorého je vnímaný iný človek, skupina, či dav ľudí, organizácia, inštitúcia a pod.“ (Boroš, 2001, str. 36) Sociálnu percepciu netreba však vnímať ako pasívny spôsob hromadenia informácií o ostatných. Prostredníctvom nej chápeme a spoznávame druhých ľudí. Vytvárame si úsudky o dôvodoch ľudského správania iných ľudí. Zamýšľame sa nad ich charakteristickými vlastnosťami, hodnotami a postojmi, atď. Sociálna percepcia si za predmet svojho záujmu stanovila jednotlivcov či zoskupenia jednotlivcov. Podľa niektorých autorov predstavuje odpoveď človeka na otázky:

- 1) Čo robí konkrétny človek, keď ho napr. pozorujeme a vidíme mu práve tieť slzy po tvári? Plače či sa tak silno smeje?
- 2) Prečo to robí? Plače od zármutku alebo od radosti?
- 3) Aký vlastne je? Dojala ho k slzám jeho citlivá povaha alebo je melancholicky temperamentný?

Vďaka percepcii chápeme reakcie iných na určité situácie, čo asi prežívajú, a prečo reagujú práve tak, a nie inak a pod. Významne reguluje sociálny styk, je nápomocná pri koordinácii aktivít v skupinách a prostredníctvom nej sa formuje vlastná identita človeka. Percipovanie a spoznávanie ľudí okolo seba napomáha k sebauvedomeniu a sebapoznaniu.

Výsledkom sociálnej percepcie je vytváranie názorov a myšlienok delíme na:

- epizodické – tie súvisia s aktuálnym stavom percepcie, sledujeme vonkajšie alebo vnútorné epizodické fakty na druhých,
- dispozičné – tie sa týkajú dlhodobějších vlastností percipovaných osobností.

K sociálnej percepcii patrí aj tzv. implicitná teória osobnosti. Na základe nej vzniká predpoklad, že ľudia nemajú len jednu povahovú črtu. Schematicky to môžeme vidieť vďaka modelu štruktúry dojmu z osobnosti. Tento model prezentuje pokus o multidimenzionálnu analýzu rozsiahleho množstva mnohých, medzi sebou súvisiacich, črt. Rozlišujeme:

- 1) dimenziu intelektuálnu, ktorá súvisí s rozumovými schopnosťami a zasahuje od črt tzv. „dobrého intelektu“ po črtu tzv. „slabého intelektu“
- 2) dimenziu sociálnu, ktorá charakterizuje sociabilitu a črtá sa od „spoločenských črt“ po „asociálne črt“. (Boroš, 2001, str. 48)

Ľuďom, ktorí nás pozorujú, môžeme pripadať príjemní či nepríjemní, milí či nemilí a pod. Hovoríme o faktore atraktivity alebo príťažlivosti človeka u druhých ľudí, ktorí nás vnímajú a hodnotia, a ten je veľmi dôležitý. A našim motívom sociálneho správania je práve nutnosť byť dobre hodnotení a atraktívni.

V rámci spoločenských skupín, do ktorých človek patrí, sa miera atraktivity odvodzuje od miery naplnenia svojich potrieb a potrieb iných v rámci tohto sociálneho celku. Druh a miera atraktivity sa odvodzuje od správania, vďaka ktorému môže byť jednotlivec vnímaný buď ako obľúbený, alebo neobľúbený. Každý typ má svoje charakteristické správanie, vďaka ktorému je potom atraktívny či naopak.

Celý svet podlieha našej percepcii. Ľudia disponujú takmer rovnakými základnými percepciami. Odlišnosti sa začínajú v týchto základoch ale prejavovať v momente, kedy začne vzrastať rozdiel poznání a skúseností medzi jednotlivými ľuďmi. Na základe týchto elementov sa percepcie diferencujú. Každý jednotliviec percipuje individuálne a odlišne pri jednotlivých ľuďoch. Pri posudzovaní našej percepcie sveta a percepcie sveta iných môžeme dospieť k záveru, že u nikoho neobjavíme detailne rovnaký štýl percepcie ako je ten náš. A práve náš spôsob percepcie na svet je vo veľkej miere formovaný našim vlastným pohľadom na seba. Naším pohľadom na seba si tvoríme náš obraz seba. Tieto dva javy sú úzko prepojené, nemožno ich často odlúčiť. Náš pohľad na svet teda pochádza z našej

mienky o sebe. Tu si určujeme konania, ktoré si budeme všímať, a ktoré nás zaujímať nebudú. Náš obraz o sebe a naša seba-percepcia sú determinované skôr pocitmi ako myšlienkami. Základmi pre vznik percepcie a obrazu seba je:

- náš telesný organizmus,
- čo je o nás povedané inými ľuďmi
- naša minulé skúsenosť.

Náš telesný organizmus je jedinečný vrodenný organizmus v každom z nás, a ten v istom množstve vplýva na našu percepciu sveta. Väčšina z nás disponuje piatimi zmyslami, no nič u každého sú rovnaké. Naša percepcia podlieha funkčnosti organizmu. Emocionálne vnímanie sveta môžu mať za následky hormóny v našom tele. Ďalším vplyvným faktorom je zdravie. Počas dobrej kondície a psychickej pohody častejšie vstupujeme do sociálnych interakcií. Ak sa cítime opačne, čiže unavení fyzicky aj psychicky, reagujeme voči druhým skôr podráždené.

V neposlednom rade na náš pohľad na svet vplýva aj naše telo a jeho rozmery. Medzi zanedbateľné určite nepatrí to, čo o nás rozprávajú ľudia. Táto oblasť vplýva na našu medziľudskú komunikáciu, no hlavne na jej konfliktnú formu. Medzi najčastejšie témy, ktoré pretriasajú ostatní ľudia o nás, patrí náš fyzický vzhľad, role, k nim príslušné scenáre a sebanaplňujúce predpovede. U detí sa týchto predpovedí dosiahne prostredníctvom ich posunutia k nim od druhých ľudí. Ak sú zväčšia kladné, postupne si pomocou nich dieťa vytvorí pozitívny obraz seba. A funguje to tak aj naopak. Pri častých negatívnych predpovediach vzniká väčšia šanca pre vznik negatívneho obrazu seba.

Z našich minulých skúseností plynie naša sebadôvera a mnohé ďalšie naše percepcie. Od minulých skúseností sa odvíjajú naše rozhodnutia, do čoho sa pustíme a do čoho nepôjdeme. A postupným nadobúdaním skúseností sa naše budúce rozhodnutia a naše percepcie môžu meniť. Skúsenosti môže za sebou mať každý jednotlivец dobré aj zlé. Akokoľvek, vždy vplývajú na pohľad na život a svet okolo nás. K minulosti sa obracia stále každý, a podľa nej konáme, rozprávame, myslíme a veríme v niečo.

Naše percepcie nie sú namierené len všeobecne na náš okolitý svet, ale zameriavame sa najmä na percepcie druhých ľudí v našom okolí. Kedykoľvek sa zhovárame s niekým, prechádzame percepčným procesom, kedy sledujeme a

analyzujeme jeden druhého počas našej komunikácie. Sociálna percepcia ľudí, ktorí medzi sebou komunikujú, pozostáva zo šiestich procesných krokov. Tento proces zhrňa tieto obrazy „ja“:

- a) Ako vidím „seba“,
- b) Ako ja vidím „teba“,
- c) Čo si ja myslím o tom, ako ty vidíš mňa,
- d) Ako ty vidíš seba,
- e) Ako ty vidíš mňa,
- f) Čo si ty myslíš o tom, ako ja vidím teba.

Ak dôjde k zosúladieniu jednotlivých krokov, vzniká možnosť a optimálny priebeh ktorejkoľvek interakcie. Vďaka týmto šiestim krokom v procese percepcie sa dá vysvetliť dôvod, prečo je pre nás komunikácia s niektorými ľuďmi jednoduchšia a s inými zložitejšia. Ak sú jednotné naše percepcie o „mne“, predpokladá sa lepší priebeh komunikácie a naopak.

Každý z nás rieši jednu z najzložitejších úloh, a tým je objektivizácia nášho spôsobu sebahodnotenia. No sú medzi nami takí, ktorí to odmietajú. Vytvorili si už určitý obraz o sebe, na ktorí sú zvyknutí. Odhaliť o sebe niečo nepoznané môže predstavovať pre niekoho neprijemnosť. Aby sme sa cítili v psychickej bezpečnosti a pohodlí, je pre nás dôležitý súhlas a podpora od ľudí, na ktorých nám záleží. Preto vyhľadávame čo najviac takýchto ľudí. Pri formovaní osobnosti musíme celý život riešiť sklon k bezpečnosti verzus sklon k riziku. Tie momenty, kedy sa cítime bezpečne, však nemusia byť bezpečné vôbec. Vzbudzuje to v nás ale vedomosť, že sú pre nás známe. Aby sme sa však čo možno najviac rozvíjali, je potrebné pripustiť aj určité riziká. Prispieva to k zlepšeniu sebahodnotenia. (Čech, 2008, str. 37 – 51)
Keď vnímame druhých ľudí, hodnotíme ich, môžeme sa dopustiť niekoľkých chýb:

- 1) Efekt intencionality, ktorý všeobecne značí tendenciu prisudzovania každému konaniu istý cieľ a úmysel. Všetky prejavy správania sú však nezámerné. Človek nemusí mať ku svojmu konaniu vždy nejaký konkrétny zámer.
- 2) Haló efekt, ktorý vzniká pri ovplyvnení človeka hneď jeho prvým dojmom. Ten pôsobí ako magnet. Ťahá k sebe každú informáciu, ktorá má s ním nejakú spojitosť. Zvyšné odháňa.
- 3) Efekt pozície, kedy zvykne človek percipovať a hodnotiť druhých na základe

ich postavenia v spoločnosti. Skúma, či ich sociálna pozícia súvisí s tou pracovnou.

- 4) Efekt podobnosti nastáva pri hodnotení iných ako samého seba, hlavne pri zistení určitých, aj malých podobností.
- 5) Efekt dobroty sa prejavuje pri hľadaní dobrých vlastností na svojich blízkych a odmietaní negatívnych informácií.
- 6) Efekt generalizácie, kedy podobné charakteristiky osobností, ktoré pozorujeme, hodnotíme podobným spôsobom.
- 7) Efekt želaní, prostredníctvom ktorého posudzujeme ľudí väčšinou nie takých, akými v skutočnosti sú. Percipujeme ich skôr takých, akými si želáme, aby boli.

Preto je sociálna percepcia veľmi zložitý psychologický proces. Informácie tu majú rôzny pôvod, kvalitu a spoľahlivosť. (Boroš, 2001, str. 55 – 56)

V rámci sociálnej psychológie, jej rozvoja a celého systému psychologických vied považujú niektorí autori za ich predmet záujmu problematiku sociálneho styku. Stýkanie sa ľudí a ich vzájomné pôsobenie patrí medzi primárne fakty skutočnosti sociálnej psychológie. Skúma podstatu, na základe ktorej funguje styk človeka s človekom, pod akými zákonitosťami vplyvajú ľudia na seba vzájomne či aké sú zákonitosti sociálneho správania. Celú túto problematiku môžeme teda skúmať pod pojmom sociálny styk. Keďže tento pojem predstavuje ústrednú tému štúdií sociálnej psychológie, pri jeho pozorovaní sa zistilo, že sociálny styk prispieva ku vzniku určitých javov, akými je vnímanie a chápanie človeka človekom, imitácia či sugestívne ovplyvňovanie a pod. Proces sociálneho styku je procesom psychologickým. Vplyv, smerujúci aspoň od jednej strany, prebieha bezprostredne najmenej medzi dvoma osobami. Sociálny styk má svoje tri vzájomne prepojené stránky:

1. **komunikatívna stránka sociálneho styku**, ktorá predstavuje výmenu správ a informácií medzi jednotlivými účastníkmi sociálneho styku,
2. **perceptívna stránka sociálneho styku**, spočíva vo vnímaní človeka človekom a od toho sa odvíja následné budovanie vzájomného pochopenia či neporozumenia,
3. **interaktívna stránka sociálneho styku**, ktorá zahŕňa organizovanie

obojsmerného pôsobenia medzi účastníkmi sociálneho styku.

Informácie si jednotlivci medzi sebou odovzdávajú prostredníctvom rôznych komunikačných mechanizmov a prostriedkov. Sociálny styk predstavuje istý druh ľudskej aktivity a sociálnych vzťahov. Sociálny styk je charakteristický situáciou, kedy jeden účastník smeruje svoju pozornosť na druhého. Vníma ho aj bez jeho vedomia a reakcií. Akokoľvek, počas sociálneho styku sú si jeho účastníci viacmenej vedomí svojho vzájomného pôsobenia na seba, komunikujú a konajú podľa spoločenských podmienok, možností a vzájomných vzťahov. Analyzovať, ako funguje a pôsobí sociálny styk, je veľmi dôležité, no aj veľmi zložité. Je to tak z niekoľkých dôvodov:

- a) osobnosť jednotlivca je výtvorom sociálnych vzťahov, no zároveň je on ich tvorcom,
- b) spoločenské vzťahy sú rôzne, jednotlivci v nich vystupujú nie len ako indivíduá, ale aj ako zástupcovia inštitúcií, sociálnych skupín, tried a pod.,
- c) vzťahy sa formujú aj v rámci inštitúcií, sociálnych skupín, tried a pod.

Počas procesu tvorby psychologických vzťahov zohráva kľúčovú rolu prvý kontakt. K prvému kontaktu môže dôjsť náhodne, pri práci, vykonávaní služby, môže byť vyvolaný na základe inzerátu a pod. Treba sa na neho určite pripraviť. Príprava zahŕňa zistenie čo najväčšieho množstva možných informácií o druhej osobe. Zisťovanie by však malo prebiehať čo najviac diskkrétne, aby to nepôsobilo ako vyšetrovanie. Tie psychologické vzťahy, ktoré vznikajú pri sociálnom styku, sú najmä emocionálno-citové. Táto emocionálno-citová stránka sociálneho styku je nazývaná aj ako atraktivita. (Boroš, 2001, str. 60 – 63)

Rozlišujeme určité druhy sociálneho styku. *„Vlastné rozdelenie sociálneho styku na druhy pramení:*

- *z obsahu vzťahov, ktoré sa v sociálnom styku prejavujú,*
- *z prostriedkov, ktorými sa sociálny styk uskutočňuje,*
- *zo špecifickostí stýkajúcich sa jednotlivcov,*
- *zo sféry začlenenia jednotlivcov do sociálneho styku,*
- *zo zameranosti sociálneho styku.“* (Boroš, 2001, str. 64)

Z hľadiska obsahu sa dajú rozlíšiť dva základný typy sociálneho styku:

1. **materiálny**, ktorý je realizovaný hlavne v pracovnej činnosti popri

vytváraní materiálnych hodnôt,

2. **duchovný**, ktorý je realizovaný pri tvorbe myšlienok, ideí, vedomia; radí sa k nemu aj styk politický, právny, estetický, vedecký, náboženský a pod.

V závislosti od vplyvu sociálneho styku na vnútorný svet jednotlivca, pojednávame tiež o:

- **rezonančnom sociálnom styku**, ktorý sa prejavuje v otvorenosti alebo v prístupnosti,
- **osobnostnom sociálnom styku**, ktorého prejavy spočívajú aj v otvorenosti, aj v prístupnosti.

Podľa úloh, ktoré napomáha sociálny styk plniť, rozoznávame:

1. **sociálne orientovaný**, ktorý umožňuje realizáciu sociálnych vzťahov, jeho cieľom je organizácia vzájomných kontaktov jednotlivcov,
2. **predmetne orientovaný**, v ktorom sa najviac prejavujú vzťahy, ktoré vznikajú počas spoločenských aktivít, jeho cieľ je organizácia skupinovej interakcie,
3. **osobnostne orientovaný styk**, ktorý prebieha v dvoch rovinách:
 - ako pracovný
 - ako vyjasňovanie vzťahov medzi sebou.

Sociálny styk má svoje určité funkcie. Jeho podstatu nachádzame v týchto funkciách:

- **interaktívna**, v ktorej pôsobí sociálny styk ako spôsob zlúčenia sociálnych subjektov; základ tvorí zhoda medzi účastníkmi sociálneho styku; je to základná funkcia sociálneho styku z hľadiska spoločnosti,
- **regulačná**, ktorej cieľom je zameranie konania jednotlivcov na záujmy celku,
- **socializačná**, ktorá spočíva v zaradení jednotlivca so spoločenského systému; jednotlivec si osvojuje spoločenské skúsenosti, socializuje sa,
- **mravná**, ktorá spočíva v prijatí, odovzdaní a uplatňovaní mravných hodnôt a noriem v praxi,
- **gnozelologická**, ktorá sa prejavuje v procese výmeny informácií, v ich pochopení, pri ich získavaní a pod.,
- **komunikačná**, teda sa v sociálnom styku odovzdávajú najmä tie informácie, ktoré sú dôležité pre partnera,

- **sebapoznávacia**, poznáva a formuje sa svoje „ja“,
- **hedonistická**, pôsobiaca ako sila, ktorá do sociálneho styku vtáhuje jednotlivcov s tými ľuďmi, ktorí majú s nimi veľa spoločného, cítia sa s nimi dobre a ich stretnutie je príjemné a prínosné.

Sociálny styk môže priniesť výsledok v podobe určitých ľudských vzťahov, určitých statusov, súhlasov našich partnerov a podobne. Dosiahnuť sa však môže aj zmena sociálneho postavenia v spoločnosti i zmena v štruktúre osobnosti každého jednotlivca. (Boroš, 2001, str. 64 – 66)

3.1 Zdroje sociálnej percepcie

Sociálna percepcia vychádza z informácií určitých zdrojov. Prvým zdrojom je najskôr naša vlastná skúsenosť z vlastného sebapoznávania. Hovoríme o tzv. sebaperpcii. Práve toto vlastné spoznávanie sa býva najčastejšie aj najťažšou úlohou. Získavanie poznatkov o sebe pochádza z pozorovania vlastného konania a prežívania určitých situácií a im príslušných našich reakcií na ne. Pozorujeme sa, ako si vytvárame jednotlivé postoje k rôznym situáciám a problémom. Týmto procesom by sme mali nadobudnúť obraz svojho vlastného ja. To sa skladá z dvoch zložiek:

1) Telesné (fyzické) „ja“ - kedy jednotlivец vníma svoje telo a hodnotí ho. Riadi jeho aktivitu vedome a rozoznáva limity medzi telesným ja a „nie-ja“. Takouto sebaperpciou sa vytvára telesná identita. Tú by mal jednotlivец akceptovať a prijať ju takú, aká je. Je však prirodzené, že človek sa nechá ovplyvňovať aj reakciami na neho do iných ľudí.

2) Psychické „ja“ - je zložené z charakteristických osobnostných duševných procesov a vlastností. Toto ja obsahuje významnú receptívno-kognitívnu dimenziu – človek vníma svoje vlastné pocity, jeho myšlienky, postoje, to ako sa správa, a zároveň aj poznatky o sebe samom. Tá sa člení na:

- ◆ pocitovú schému vlastného „ja“ (vnímanie svojich psychických prejavov a prežívanie svojej existencie)
- ◆ kognitívna schéma vlastného „ja“ (racionálne analyzovanie informácií, ktoré sú nadticho uložené v individuálnom vedomí jednotlivca).

Pri problematike sociálnej percepcie pojednávame aj tzv. integrujúcej a regulačnej dimenzii. Ide o schopnosť jednotlivca korigovať svoje správanie, a to vďaka poznaniu svojho „ja“ a súčasnom sebapoňatí, z ktorého vyplýva sebvýchova a nutkanie sebarealizácie. Keď človek spoznáva sám seba, musí naraziť na mnoho problémov. Plyní to prirodzenie z individuality jeho psychiky. Je prijateľné, keď si ich uvedomuje, analyzuje a dokáže ich neskôr prekonávať. Pri tomto všetkom nám nenapomáha fakt, že našich „ja“, ktoré sa snažíme poznať, môže byť niekoľko.

Ide napr. o „ja“ :

- skutočné - „ja“, akým sa vidím, ako sám seba vnímam práve teraz,
- dynamické - „ja“, ku ktorému sa snažím dopracovať vo vzťahu k sebe samému,
- fantastické - „ja“, ktoré si predstavujem, ktorým by som chcel byť v budúcnosti, ak všetko pôjde podľa mojich predstáv,
- ideálne - „ja“, ktoré odo mňa očakáva spoločnosť,
- budúce či možné - „ja“, ktorým sa môžem stať.

Sústrediť by sme sa mohli na všetky tieto „ja“, ale primárnym cieľom je uvedomiť si moje skutočné „ja“, ako moje „ja“ vnímajú ostatní a dať do súladu oba tieto pohľady na mňa. Vedieť niečo také si žiada skúsenosti a zručnosti analýzy samého seba. Potrebný je kritický a reálny pohľad na seba. Ťažkosť pri prezentácii môjho „ja“ prináša dilema, ako sa odprezentovať, pritom byť sám sebou, ale zároveň sa prispôbiť ľuďom, medzi ktorými som? Tu predstavujú problém dva druhy „ja“:

- silné „ja“- kedy sú jednotlivci dominantnými povahami a presadzujú svoje názory a postoje bez ohľadu na okolie,
- slabé „ja“- opak silných jednotlivcov, nakoľko nerozvíjajú svoju osobnosť a konajú len v súlade so spoločenskými normami, s ktorými síce nemusia byť stotožnení, no nie sú schopní to výraznejšie ovplyvniť.

V procese sebapercepcie je možné zozbierať údaje o sebe pomocou sebaštúdia. Sami sa teda pozorujeme pri prejavovaní svojich emócií, svojho myslenia, svojich záujmov a pod. Človek by mal v tom celom nájsť najmä moment, ktorý v ňom vzbudzuje klud a rovnováhu. Pri tomto zbere údajov netreba vychádzať len z pozorovania seba v určitých momentoch, ale aj z reakcií mojich priateľov či rodiny na tú istú situáciu.

Druhým zdroj predstavujú:

- 1) vlastné informácie z pozorovania iného človeka – kedy sledujeme jeho štýl obliekania, konania, jeho vek, pohlavie, členstvo v nejakej organizácii, krúžku a pod.,
- 2) skúsenosti sprostredkované príbuznými, priateľmi a známymi – o človeku, ktorý nás zaujíma. Takéto zdroje informácií nám môžu priblížiť osobu záujmu vo veľmi osobnom, až intímnom svetle. Sú to síce informácie sprostredkované z druhej ruky, ale môžu vo veľkej miere vplývať na náš pohľad, aj keď nemusia byť pravdivé.

Tretí zdroj percepcie predstavujú informácie od osoby, ktorá je predmetom nášho záujmu. Aby sme získali relatívne pravdivé informácie, treba sa spýtať priamo predmetnej osoby. Konáme tak najmä pre objasnenie jej konania. No aj tak stále najvyužívanejším zdrojom našich informácií je naše vlastné pozorovanie. (Boroš, 2001, str. 36 – 42)

3.2 Zložky sociálnej percepcie

Sociálna percepcia sa skladá z troch zložiek:

1. Expektačná alebo očakávacia zložka – predstavuje interesovanie o interpersonálne vnímanie istým spôsobom. Tak vplýva voľbu informácií a ich následné analyzovanie o druhom človeku. Expektácia alebo očakávanie je následne nachystané k naplneniu predošlou vlastnou skúsenosťou i skúsenosťami iných, ktorí nám niečo povedia o danom človeku. Táto zložka sociálnej percepcie nám môžeme napomáhať, no na druhej strane aj viesť k zavádzajúcim informáciám. Výrazný vplyv na ňu majú návyky, postoje, predsudky.

2. Afektívna zložka – predstavuje v podstate emocionálno-afektívnu reakciu. Charakterizuje ju nie len priradovanie určitých charakteristík ľuďom, ale aj naše emocionálno-citové reagovanie. Takéto naše reakcie na druhých ľudí vplývajú na naše úsudky o nich. Prostredníctvom nej si dokresľujeme dojmy o iných ľuďoch, no umožňujú nám určitú selekciu informácií z celkového dojmu o inom človeku.

3. Atribučná zložka – v rámci interpersonálneho vnímania jej je vymedzené najviac pozornosti. Tvorí najdôležitejší prvok posudzovania človeka človekom.

Synonymom je aj pojem sociálna atribúcia. Jedná sa pripisovanie rôznych vlastností a motívov konania iných ľudí, ktoré sú pritom také podstatné. Je to vlastne proces pripisovania primárnych a ustálených individuálnych vlastností ľuďom a plynie z percipovania ich vonkajšieho sveta. Nie je to však vôbec jednoduchý proces, nakoľko sa snažia ľudia skryť svoje zámery konania, neprejavujú verbálne to, čo si myslia a nekonajú podľa hodnôt, ktorých sú zástancami. V podstate si nevedomujú ani svoje pravé motívy ich konania. V tom prípade nám o nich nemôžu ani vypovedať.

Jednou zo základných úloh sociálnej atribúcie je určenie, či je konanie jednotlivca ovplyvňované vonkajšími alebo vnútornými situačnými faktormi. K tomu boli vytvorené dve atribučné stratégie:

- eliminačná stratégia, ktorá zameriava tie prejavy správania jednotlivca, na ktoré môže mať človek len jediný dôvod
- druhou stratégiou je upriamenie sa na tie prejavy správania, ktoré sa odlišujú od platných sociálnych noriem. Takže svoju pozornosť zameriavame najmä na tie prejavy v správaní, ktorými sa percipovaný človek odlišuje od iných.

Osobitným druhom je tzv. kauzálna atribúcia. Prostredníctvom nej sa rozlišuje, či sú príčinami správania človeka vonkajšie alebo vnútorné príčiny. Na základe toho potom prideliť človeku určité vlastnosti, ktoré sú neho a jeho konanie charakteristické. (Boroš, 2001, str. 43 – 46)

3.3 Mechanizmy sociálnej percepcie

„ K základným mechanizmom spracovania informácie pri sociálnej percepcii zaradujeme: inferenciu, empatiu a recipiatu. Ide o zložité psychické mechanizmy, ktoré nadväzujú na prvotné spracovanie vnímanej informácie. “ (Boroš, 2001, str. 49)

- 1) Inferencia súvisí so sociálnou percepciou vtedy, keď z konania ľudí vymedzujeme na základe nášho vnímania mnoho vlastností a následne ich analyzujeme. Inferencia predstavuje klasický úsudok. Globálne princípy usudzovania nazývame inferenčné pravidlá.
- 2) Empatia je dôležitým mechanizmom sociálnej percepcie. Ide o schopnosť empatie do situácie iného človeka. Pri tomto vcítení je významné správne

poňatie situácie tohto človeka. Pri tejto schopnosti človek ustupuje od svojho egocentrického stanoviska a prechádza k vcíteniu sa do druhého človeka. Tak ho môže lepšie spoznať a porozumieť mu.

- 3) Recipatia je mechanizmus, ktorý chápeme buď ako proces uvedomovania si emocionálno-citového prežívania, alebo ako proces hodnotenia tohto typu prežívania. Recipatia je aj opakom empatie. Recipatia je tiež racionálnym doplnkom úsudku o druhom človeku.

4. PRIESKUM

V teoretickej časti našej práce sme sa zaoberali procesom socializácie seniorov v našej súčasnej spoločnosti. Uviedli sme názory a pohľady jednotlivých odborníkov na danú problematiku. Získané poznatky sme použili na uskutočnenie nášho prieskumu. Výsledky tohto prieskumu by mali slúžiť v istej miere na verifikáciu či falzifikáciu názorov odborníkov na proces socializácie našich starších spoluobyvateľov v rámci našej spoločnosti.

4.1 Vymedzenie prieskumného problému

Život našich seniorov, ich postoje, pocity, pohľady na ich každodenný život na dôchodku a ich celková socializácia v spoločnosti. To sú prvky, ktoré tvoria základ nášho prieskumného problému, ktorý zachytáva naša práca. Socializácia seniorov je dôležitými sociálnym javom v našej spoločnosti. Preto považujeme riešenie tejto problematiky za významné. Aj keď vyžadujú seniory v ich veku viac starostlivosti o nich, trpezlivosti pri práci s nimi, vďaka ich životným skúsenostiam by nám malo stále záležať na ich dôstojnom prežívaní ich „jesene života“.

Mrzutosť, utiahnutie sa do seba, izolácia, introvertné správanie, zdravotné problémy, obavy zo smrti predstavujú prvotné reakcie seniorov na ich odchod do dôchodku a postupné pribúdanie veku od 60. roku života hore. To sú názory mnohých autorov odborných teórií o socializácii. Existujú však aj protiklady k týmto pojmom, uvádzané tiež v odbornej literatúre. Seniorský vek nemusí priniesť so sebou len trpkosť a negatívu, ale aj priestor pre mnohé nové aktivity a pozitívnu myseľ.

4.2 Cieľ prieskumu

Primárnym cieľom prieskumu je zmapovanie významu súčasných situácií pre súčasný život seniorov, ich postoj k spokojnosti s prežívaním staroby v rámci našej súčasnej spoločnosti. Našou snahou je získať výsledky, ktoré nám potvrdia alebo vyvrátia poznatky o procese socializácie seniorov, zhrnuté v teoretickej časti.

Vedľajšími cieľmi je preskúmanie spôsobov, akými prežívajú svoju starobu seniori. Zaujíma sa o ich názory, ako ich podľa nich vníma okolie, či pociťujú výraznejšie zmeny v správaní sa mladších generácií voči nim. Zisťujeme, či je pravidlom, že s pribúdajúcim vekom musia dostaviť obťažnejšie zdravotné problémy. Dôležité je pre nás získať aj názory na ponímanie smrti, či pociťujú obavy alebo ju rešpektujú ako prirodzený životný moment, s ktorým sa postupne zmierujú.

4.3 Prieskumné hypotézy

Hypotéza č. 1: Predpokladáme, že pre seniorov v rámci našej spoločnosti je zdravie veľmi dôležité a zároveň nákladné, nakoľko sú stále pohybovo aktívni.

Hypotéza č. 2: Predpokladáme, že v rámci procesu socializácie, spoločnosť nepokladá udržanie určitého životného štýlu za dôležité, nakoľko ho považuje za nákladný a nedisponuje dostatočným množstvom financií pre jeho udržanie.

Hypotéza č. 3: Predpokladáme, že v seniorskom veku od 66. po 75. rok života považuje jednotlivec udržanie svojho spoločenského statusu sa stále viac náročnejšie, ale veľmi významné.

Hypotéza č. 4: Predpokladáme, že vytváranie dobrej mienky je v seniorskom veku dôležitejšie pre ženy.

Hypotéza č. 5: Predpokladáme, že seniori v našej skúmanej skupine prežívajú plnohodnotne svoju starobu, a to aj prostredníctvom čiastočnej pracovnej činnosti a neustálej aktivity.

Hypotéza č. 6: Predpokladáme, že oslovení seniori považujú smrť za oslobodzujúcu od ťažkostí každodenného seniorského života, no bojujú za jej oddialenie.

Hypotéza č. 7: Predpokladáme, že väčšina oslovených seniorov žijúcich ešte v rodine, si príchod smrti nevie ani predstaviť.

4.4 Opis metód a súboru

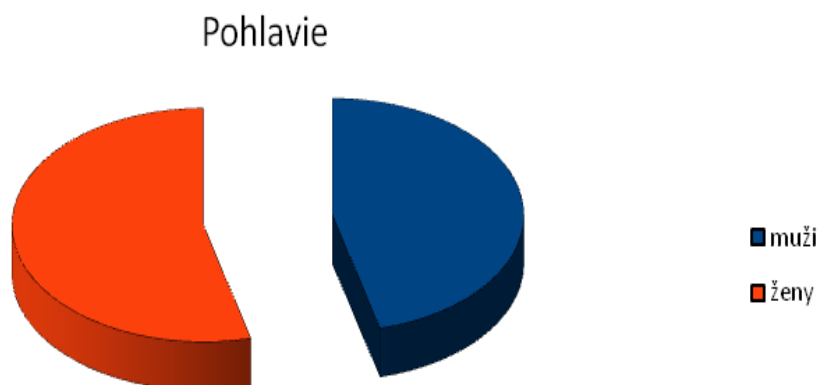
Prieskumnú vzorku tvorilo spolu 100 respondentov. Respondentmi boli obyvatelia miest Zvolen, Krupina a Veľký Krtíš. Z toho bolo 50 respondentov zo Zvolena, 30 respondentov z mesta Krupina a 20 respondentov bolo z mesta Veľký Krtíš. V rozdelení podľa pohlavia boli muži zastúpení v 46 prípadoch, čo predstavovalo 46 percent z celkového počtu respondentov a ženy predstavovali 54 prípadov, čo bolo 54 percent. (Graf č.1.)

Z hľadiska veku sme respondentov rozdelili do šiestich skupín. Najpočetnejšiu skupinu s počtom 39 respondentov, čo predstavovalo 39,0 % z celkového počtu, spadalo do vekovej skupiny 66 – 75 rokov. Do druhej najpočetnejšej skupiny opýtaných respondentov 76 – 90 ročných sa zaradilo 21,0 % oslovených, čo predstavovalo 21 respondentov. Zvyšných 40 respondentov, čo predstavovalo 40,0 % opýtaných, tvorili respondenti ostatných vekových kategórií. (Graf č.2.)

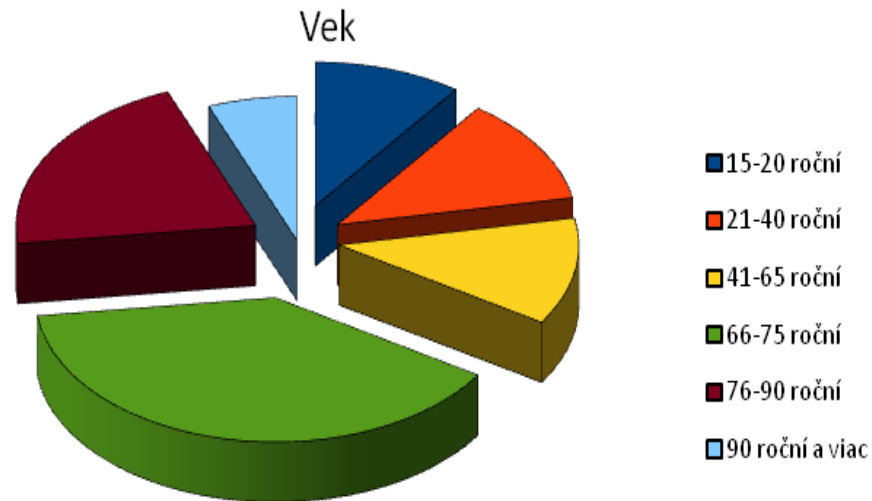
Prieskum bol realizovaný v mesiacoch december 2011 až február 2012, v okresných mestách Zvolen, Veľký Krtíš a Krupina. Prieskum sme realizovali náhodným výberom respondentov zapadajúcich prevažne do kategórie senior.

Pre náš prieskum sme použili kvalitatívnu metódu na zozbieranie dát, sémantický diferenciál, ktorý bol doplnený otázkami o personálnych charakteristikách respondentov. (vid' príloha A.) Jeho základ tvorí osem tabuliek, zložených z desiatich päťbodových škál.

Graf č.1



Graf č.2



4.5 Hodnotenie prieskumu a analýzy hypotéz

Analýza hypotézy č. 1

Predpokladáme, že pre väčšinu seniorov v rámci našej spoločnosti je zdravie veľmi dôležité, a zároveň nákladné, nakoľko sú stále pohybovo aktívni.

Na overenie hypotézy č.1 sme využili 5. a 6. tabuľku zo sémantického diferenciálu, kde mapujeme postoj respondentov k ich zdraviu a charakterizovanie aktívneho pohybu počas ich každodenného života. (Tabuľka 1.)

Tabuľka 1.

Zdravie / Pohybová aktivita	dôležité-nedôležité	lacné-nákladné	aktívna-neaktívna
100 respondentov	1,96	3,94	3,47

Z tabuľky 5. môžeme vyčítať, že po spriemerovaní nazbieraných hodnôt v otázke zdravia, v položke „dôležité – nedôležité“ vypovedá hodnota 1,96 o vysokej dôležitosti funkčného zdravia pre našich respondentov. V súvislosti s udrжанím dobrého zdravia však nameraná hodnota, 3,94, predstavuje miernu nákladnosť na jeho udržanie. V otázke aktívneho pohybu našich respondentov počas ich každodenného života nám hodnota 3,47 poukazuje skôr na priemernú pohybovú pohybovú aktivitu. Zo získaných údajov nám vyplýva, že v spoločnosti patrí hodnota zdravia medzi popredné, no na jeho dobrý stav sú vynaložené finančné prostriedky v primeranom množstve, čo v podstate zodpovedá priemernému venovaniu sa aktívnemu prežívaniu života. Našu hypotézu č. 1 falzifikujeme.

Analýza hypotézy č. 2

Predpokladáme, že v rámci procesu socializácie väčšia časť spoločnosti nepokladá udržanie určitého životného štýlu za dôležité, nakoľko ho považuje za nákladný a nedisponuje dostatočným množstvom financií pre jeho udržanie.

Na overenie hypotézy č.2 sme využili 7. a 8. tabuľku zo sémantického diferenciálu.

(Tabuľka 2.) Respondenti mali možnosť vypovedať o ich postoji k životnému štýlu a peniazom.

Tabuľka 2.

<i>Životný štýl</i> <i>Peniaze</i>	dôležitý-nedôležitý	lacný-nákladný	dostatočné-nedostatočné
100 respondentov	3,24	3,70	4,72

Z tabuľky 2. získavame výsledok, 3,24, ktorý nám reprezentuje priemerný postoj k dôležitosti zaradenia životného štýlu medzi svoje popredné hodnoty. Postavenie životného štýlu medzi dôležitými hodnotami pravdepodobne ovplyvňuje aj jeho potrebné financovanie, ktoré nepokladajú naši respondenti za príliš nákladné, ale ani za lacnú záležitosť, o čom nám vypovedá opäť relatívne priemerná hodnota 3,70. Vzhľadom na otázku peňazí a získanú hodnotu 4,72 sme jednoznačne zaznamenali

fakt, že väčšina z opýtaných respondentov skôr postráda dostatok finančných prostriedkov.

Zo získaných údajov môžeme skonštatovať, že z pohľadu respondentov spoločnosť neodmieta striktne prežívanie života s určitým životným štýlom a aj respondenti sú z časti ochotní podporiť ho finančne zo svojich príjmov. Zo zistených výsledkov nám vyplynul poznatok, že podľa respondentov, spoločnosť postráda dostatok peňazí. Hypotézu č.2 falzifikujeme.

Analýza hypotézy č. 3

Predpokladáme, že v seniorskom veku od 66. po 75. rok života považuje jednotlivec udržanie svojho spoločenského statusu za stále viac náročnejšie, ale zároveň aj veľmi významné.

Na overenie hypotézy č.3 sme použili 9. tabuľku zo sémantického diferenciálu, kde vyjadrili opýtaní respondenti z kategórie od 66. do 75. roka života svoj postoj k disponovaniu určitým spoločenským statusom (Tabuľka 3.) a 12. otázka sémantického diferenciálu, ktorá mapuje vekové zloženie našej prieskumnej vzorky, z čoho nám vyplynulo 39 respondentov, zodpovedajúcich príslušnej vekovej skupine (Graf č. 2).

Tabuľka 3.

<i>Spoločenský status</i>	významný-nevýznamný	jednoduchý-náročný
39 respondentov	2,56	3,79

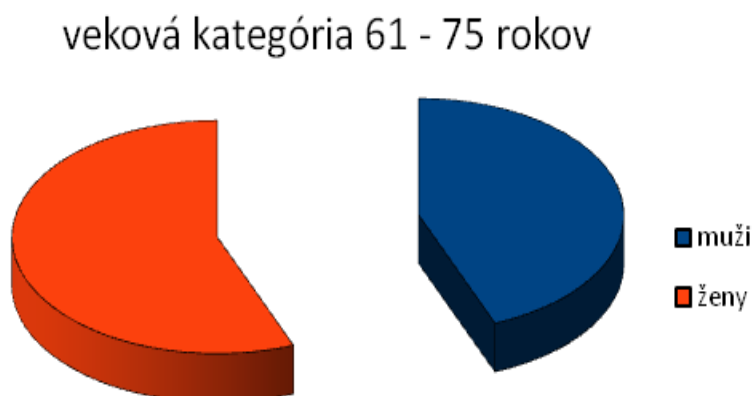
Z tabuľky 3. sa dostávame k potvrdeniu našej hypotézy, kedy konštatujeme, že pre 39 respondentov, ktorí spadajú do vekovej kategórie 66 – 75 rokov, je udržanie si určitého spoločenského postavenia skôr významné, o čom svedčí nameraná hodnota 2,56, a jeho udržanie sa stáva postupne mierne náročným, čo nám vyplýva z hodnoty 3,79. Hypotézu č.3 verifikujeme.

Analýza hypotézy č. 4

Predpokladáme, že vytváranie dobrej mienky je v seniorskom veku dôležitejšie pre ženy.

Na overenie hypotézy č.4 sme použili 10. tabuľku zo sémantického diferenciálu, kde zbierame postoje respondentov k mienke, ktorú si o nich vytvára okolie (Tabuľka 4) a 1. a 2. otázku sémantického diferenciálu, kde zisťujeme pohlavie a vek našich respondentov (Graf č. 3).

Graf č.3



Tabuľka 4.

<i>Mienka</i>	dôležitá-nedôležitá
29 mužov	4,68
37 žien	1,97

Tabuľka 4. nám poskytla údaje, na základe ktorých vieme vypovedať, že mienka, ktorú si vytvára o našich senioroch vo veku od 61 do 75 rokov ich okolie, nie je

takmer vôbec dôležitá pre mužov, ktorí sa do nášho prieskumu v príslušnej vekovej kategórii zapojilo. Celkovo ich bolo 29, čo predstavovalo 44% oslovených v uvedenej vekovej kategórii. Hodnota po spriemerovaní výsledkov o ich postoji k mienke ich okolia predstavuje 4.68. Naopak, 37 žien, čo predstavuje 56% oslovených žien vo vekovej kategórii od 61 do 75 rokov, považuje za pomerne dôležitú mienku, ktorú si o nich vytvára okolie. Vypovedá o tom hodnota 1,97. Hypotézu č. 4 verifikujeme.

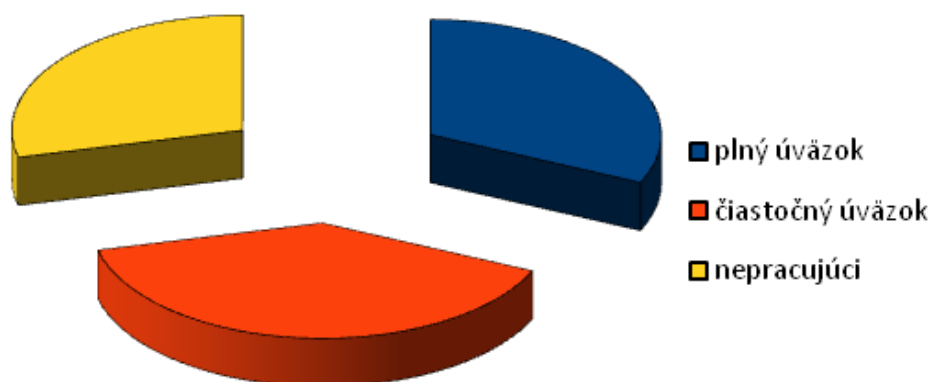
Analýza hypotézy č. 5

Predpokladáme, že väčšina zo seniorov prežíva plnohodnotne svoju starobu, a to aj prostredníctvom čiastočnej pracovnej činnosti a neustálej aktivity.

Na overenie hypotézy č.5 sme použili 11. tabuľku zo sémantického diferenciálu, kde zisťujeme, ako prebieha prežívanie staroby u našich respondentov (Tabuľka 5.) a 4. otázku sémantického diferenciálu, ktorou skúmame pracovnú aktivitu skúmanej skupiny respondentov. Zaujímala nás pracovná aktivita seniorov, ako práca na plný úväzok, prípadne pretrvávajúca pracovná činnosť na čiastočný úväzok našich respondentov (Graf č. 4).

Graf č. 4

veková kategória 66 rokov - viac



Tabuľka 5.

<i>Staroba</i>	plnohodnotná-neplnohodnotná
21 respondentov na plný úväzok	2,04
26 respondentov na čiastočný úväzok	2,88
19 respondentov nepracujúcich	1,36

Z tabuľky 5. sme zistili, že svoju starobu považujú seniori z nášho prieskumu za najplnohodnotnejšiu tí, ktorí počas svojho dôchodku už len oddychujú a venujú sa iným činnostiam, ktoré nie sú pre nich zamestnaním na plný, ani na čiastočný pracovný úväzok. Vyplýva to z hodnoty 1,36. Druhí v poradí spokojnosti s prežívaním svojej staroby sú seniori, ktorí sú ešte zamestnaní na plný úväzok, čo nám potvrdzuje hodnota 2,04. Nameraná hodnota 2,88 vypovedá o akejsi priemernej spokojnosti respondentov so životom v seniorskom veku, a túto hodnotu reprezentujú seniori, ktorí pracujú na čiastočný úväzok. Na základe týchto skutočností hypotézu č. 5 falzifikujeme.

Analýza hypotézy č. 6

Predpokladáme, že väčšina oslovených seniorov považuje smrť oslobodzujúcu od ťažkostí každodenného seniorského života.

Na overenie hypotézy č.6 sme použili 12. tabuľku zo sémantického diferenciálu. Táto tabuľka sa zameriava na získavanie postojov respondentov vo vekovej kategórii nad 66 rokov k tak silnému pojmu, ako je smrť. Zaujímalo nás, či považujú smrť za oslobodenie od životného utrpenia, ktoré im so sebou priniesla staroba a narastajúce zdravotné problémy (Tabuľka 6.).

Tabuľka 6.

<i>Smrť</i>	oslobodzujúca-neoslobodzujúca
66 respondentov	2,45

Tabuľka 6. nám priniesla výsledky, z ktorých možno vyvodit' záver, podľa ktorého väčšina nami oslovených seniorov si uvedomuje neodvratiteľné zákonitosti prírody prichádzajúce spolu s jeseňou života a ráta v blízkej budúcnosti so smrťou. Tá predstavuje pre nich isté oslobodenie od každodenného života, v ktorom ich sprevádzajú vo vyššom veku častejšie zdravotné problémy, negativita a nechut' do ďalších dní života. Vypovedá o tom nameraná hodnota 2,45. Na základe týchto výsledkov našu hypotézu č. 6 verifikujeme.

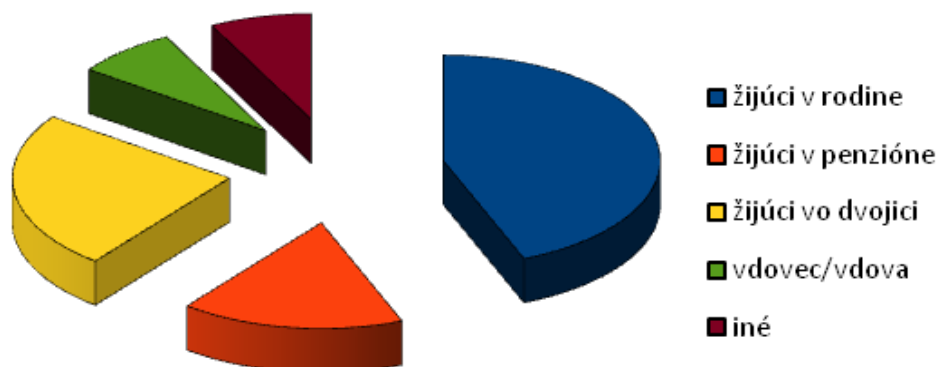
Analýza hypotézy č. 7

Predpokladáme, že väčšina oslovených seniorov žijúcich ešte v rodine, si príchod smrti nevie ani predstaviť.

Na overenie hypotézy č. 7 sme použili opäť poslednú, 12. tabuľku, zo sémantického diferenciálu, zameranú na postoje voči smrti. V tomto prípade nás zaujímalo, či je myšlienka konca života našich respondentov vo vekovej kategórii nad 66 rokov pre nich predstaviteľná, a či má na to nejaký vplyv ich prežívanie staroby, ešte v rámci rodinného kruhu (Tabuľka 7.). Ďalej sme použili pre overenie hypotézy 3. otázku z nášho sémantického diferenciálu, kde sa pýtame, v akých rodinných podmienkach prežívajú naši respondenti svoju starobu (Graf č. 5).

Graf č. 5

výskumná situácia respondentov



Tabuľka 7.

<i>Smrť</i>	predstaviteľ'ná-nepredstaviteľ'ná
21 respondentov žijúcich v rodine	4,13
11 respondentov žijúcich v penzióne	2,18
16 respondentov žijúcich vo dvojici	3,93
5 respondentov vdovec/vdova	1,8
5 respondentov žijúcich v inej situácii	1,6

Zozbierané údaje z tabuľky 7. nám umožňujú vidieť, že z našich opýtaných respondentov sa odchodu na „druhú stranu“ chcú v čo najvzdialenejšom čase vyhnúť

seniori, ktorí ešte prežívajú relatívne plnohodnotný život v kruhu svojej rodiny. Vypovedá o tom hodnota 4,13. Smrť si skôr nevedia ani nechcú predstaviť opýtaní seniori, žijúci s partnerom vo dvojici. Tvrdíme tak na základe získanej hodnoty 3,93. Našu hypotézu č. 7 verifikujeme

4.6 Záver prieskumu

Na základe získaných poznatkov z našich analýz sme dospeli k záveru, že pre väčšiu časť opýtaných respondentov v seniorskom veku je udržanie si dobrého a kvalitného zdravia veľmi dôležitý cieľ. Pri podlomenom zdraví nahliada človek na svet prostredníctvom tmavých farieb, preto je naša spoločnosť ochotná do svojho zdravia investovať značné prostriedky, čo môže na druhej strane vzbudzovať dojem, že udržať si zdravé zdravie je nelacná záležitosť. My sme sa domnievali, že pre fungovanie zdravého organizmu sa venujú z veľkej časti aktívnemu pohybu, pokiaľ im je to umožnené. Zistili sme, že nie je to celkom tak, naša spoločnosť sa pohybovej aktivite v rámci svojho života venuje len priemerne. Uvedomujeme si, že za touto skutočnosťou môže byť skrytých viacero príčin, prečo tak nerobia, aj keď by po tom možno túžili.

Väčšiu časť našej prieskumnej vzorky tvorili seniori. Aj vzhľadom na vyšší vek sme predpokladali, že môžu mať rôzne postoje k tomu, akým životným štýlom, a či vôbec nejakým, obohatiť svoj život. V tejto otázke prejavili seniori ani veľký, ani malý záujem o životný štýl. Jeho dôležitosť ohodnotili priemerne, nesúviselo to však s tým, že by jeho udržiavanie považovali za extrémne nákladné. Naopak, zvýšený záujem prejavili o udržanie si istého spoločenského statusu v rámci spoločnosti, v ktorej sa pohybujú. Tu nás zaujímala najmä časť prieskumnej vzorky vo veku od 66 do 75 rokov, čo považujeme za istý stred seniorského veku. Seniori v tejto vekovej kategórii majú záujem o udržanie svojho postavenia v spoločnosti, no konštatujú, že je to stále viac náročnejšie. V neposlednom rade, súvisí so životným štýlom a spoločenským statusom aj mienka. Taktiež nás zaujímalo, či aj tomuto javu pripisujú seniori väčší význam. Zistili sme, že dôležitosť pripisujú mienke, vytváranej okolím, najmä ženy. V spojitosti s týmito pojmami sme odhalili nepopierateľnú skutočnosť, kedy naša spoločnosť, teda aj jej staršie obyvateľstvo, pociťuje chýbajúce finančné

zdroje. Na margo nedostatku financií sa bežne stretávame s tým, že seniori v dôchodcovskom veku stále pracujú, aby si zvýšili príjem do svojej domácnosti a na jej výdavky. My sme predpokladali, že takýto aktívny život v nich vyvoláva zvýšený pocit plnohodnotného prežívania svojej „jesene života“. Z nášho prieskumu však vyplynulo, že skôr plnohodnotnejšie prežívajú toto obdobie seniori, ktorí sa už výlučne venujú napr. svojim vnúčatám, starostlivosti okolo domu či pobytu na svojich chatkách a záhradkách, nie tí, ktorí stále aktívne či čiastočne aktívne pracujú.

Na záver sme sa venovali smrti ako neodmysliteľnému javu, patriacemu k nášmu životu. Často sa v médiách i v osobnej skúsenosti stretávame so sťažnosťami našich seniorov, kedy prejavujú svoju nespokojnosť s ich finančným zabezpečením, s ich prežívaním od jedného mesačného príjmu k druhému. V súvislosti s prežívajúcimi ťažkosťami sme predpokladali, že väčšina našich respondentov vo vyššom veku vníma smrť ako východisko z ťažkých životných situácií, čo sa nám potvrdilo. Avšak, u seniorov, ktorí ešte žijú v kruhu rodiny či so svojim partnerom, si nepripúšťa túto myšlienku až tak ľahko. Istá opora v blízkych ľuďoch teda stále vyvoláva určitú chuť ešte žiť pre svojich blízkych.

Odkazom našej práce by malo byť snád len poukázanie na dôležitosť pozornosti, obrátenej k našim seniorským spoluobčanom, nakoľko im vdáčíme za mnohé rady do nášho života, ktoré vyplývajú z ich životných skúseností. Nie každý z nich má ku koncu ich života okolo seba ešte rodinu a blízkych, na ktorých sa môžu obrátiť pri problémoch, s ktorými si nevedia sami pomôcť. Preto by sme im nemali dať najavo náš nezáujem, čo prispieva negatívne na ich zmýšľanie a konanie, ale poukázať ešte, že majú určité dôležité miesto v našej spoločnosti.

ZÁVER

Život každého z nás sa skladá z bežných starostí, ale aj nemalých potešení. Taktiež sa takmer každý z nás občas vo veľkej miere zbytočne pozastavuje nad týmito starosťami či radosťami, a ani si neuvedomujeme, ako „jar či leto života“, ktoré uplynú ako voda, máme rýchlo za sebou. Svoje miesto si pýta „jeseň života“, ktorá prináša starobu a pomalý, no evidentný, koniec.

Staroba a s ňou súvisiace nezastaviteľné starnutie tu boli vždy, sú, aj budú. Nejde o javy výlučne modernej doby. A preto sa im venuje stále viac odborníkov, ktorí vytvárajú stále nové teórie, ktoré by opísali ich mnohotvárnosť. Problematika seniorov je veľmi aktuálna a aj v budúcnosti by sa jej malo venovať veľa pozornosti. Je to sociálny jav, ktorý by mal byť neustále sledovaný a v súvislosti s ním by sa mali riešiť jeho problémy.

V závere dodáme najmä, že základom kvalitnej staroby je aj pevné zdravie. Udržať si jeho kvalitu je veľkým pozitívom pre prežívanie staroby, nakoľko je riešenie záťažových situácií so zdravým rozumom a v zdravom tele omnoho jednoduchšie.

Zostarnúť a dožiť sa staroby nie je dožičené každému. Staroba by sa teda dala považovať za isté privilégium. Život ubieha veľmi rýchlo a náš čas sa stále kráti. Preto by sme si to mali vopred uvedomiť, podľa toho svoj život prežívať a na starobu sa tešiť.

ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

- BOROŠ, Július: *Základy sociálnej psychológie*. Bratislava: IRIS, 2001. 227 s. ISBN 80-89-01820-3
- BALOGOVÁ, B.: *Seniori*. Prešov : AKCENT PRINT, 2005, 158 s. ISBN 80-969274-9-3.
- ČECH, Ján: *Sociálna psychológia pre učiteľov*. Praha: UNIVERZITA JANA AMOSA KOMENSKÉHO, 2008. 292 s. ISBN 978-80-8672-359-4
- ČECH, Ján: *Psychológia pre políciu a justíciu*. Trnava: UNIVERZITA SV. CYRILA A METODA, 2005. 603 s. ISBN 80-89034-91-8
- ČORNANIČOVÁ, R.: *Edukácia seniorov*. Bratislava : FF UK, 1998, 153 s. ISBN 80-223-1206-1.
- GREGOR, O.: *Stárnout, to je kumšt*. Praha : Olympia, 1990. 144 s. ISBN 80-7033-040-6
- HARTL, P. HARTLOVÁ, H. 2000. *Psychologický slovník*. 1. Vyd. Praha : Portál, 2000. 774 s. ISBN 80-7178-303-X.
- HAŠKOVCOVÁ, H.: *Fenomén stáří*. Praha : Panorama, 1990, 416 s. ISBN 80-7038-158-2.
- HERCHL, J.: *Prichádza tretí vek*. Banská Bystrica : DÚ BB, 1999.
- HEWSTONE, Miles, STROEBE, Wolfgang: *Sociální psychologie : moderní učebnice sociální psychologie*. Praha: PORTÁL, 2006. 768 s. ISBN 80-73-67092-5
- KERLINGER, Fred: *Základy výzkumu chování : Pedagogický a psychologický výzkum*. Praha: ACADEMIA, 1972. 705 s.
- KOLLÁRIK, Teodor: *Sociálna psychológia*. Bratislava: SLOVENSKÉ PEDAGOGICKÉ NAKLADATELSTVO, 1993. 194 s. ISBN 80-08-01828-3
- KATUŠČÁK, Dušan: *Ako písať záverečné a kvalifikačné práce : ako písať bakalárske práce, diplomové práce, dizertačné práce, špecializačné práce, habilitačné práce, seminárne a ročníkové práce, práce študentskej vedeckej a odbornej činnosti : ako urobiť bibliografické odkazy : ako citovať tradičné a elektronické dokumenty*. Nitra: ENIGMA, 2008. 162 s. ISBN 978-80-8913-245-4
- KRAJČÍK, Š.: *Geriatría*. Trnava : SAP, 2000, 82 s. ISBN 80-88908-68-X.
- KOLLÁRIK, Teodor: *Sociálna psychológia*. Bratislava: UNIVERZITA

- KOMENSKÉHO, 2008. 545 s. ISBN 978-80-2232-479-3
- KRECH, David, CRUTCHFIELD, Richard, BALLACHEY, Egerton L.: Človek v spoločnosti : základy sociálnej psychológie. Bratislava: SLOVENSKÁ AKADÉMIA VIED, 1968. 632 s.
- LITOMĚŘICKÝ, Š.: *Geriatría pre sestry*. Martin : Osveta, 1992, 274 s. ISBN 80-217-0499-3.
- NAKONEČNÝ, Milan: Sociální psychologie. Praha: ACADEMIA, 2009. 498 s. ISBN 978-80-2001-679-9
- PACOVSKÝ, V.: *O stárnutí a stáří*. Praha : AVICENUM, 1990, 136 s. ISBN 80-201-9076-8.
- PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I.: *Soužití se staršími lidmi*. Praha : Portál, 1998, 155 s. ISBN 80-7178-184-3.
- POLEDNÍKOVÁ, L. a kol.: Geriatrické a gerontologické ošetrovatel'stvo. Martin : Osveta, 2006, 216 s. ISBN 80-8063-208-1.
- PRONZATO, A. Staroba vek nádeje. Trnava: Spolok svätého Vojtecha-Vojtech, spol. s r. o., 2006, str.215, ISBN 80-7162-629-5
- PŘÍHODA, Václav: Ontogeneze lidské psychiky. Praha: STÁTNÍ PEDAGOGICKÉ NAKLADATELSTVÍ, 1974. 495 s.
- ZANDEN, Vander, WILFRID, James: Social Psychology. New York: McGRAW-HILL, 1987. 646 s. ISBN 0-07-553945-4

ZOZNAM TABULIEK

Tabuľka 1. Zdravie/Pohybová aktivita.....	56
Tabuľka 2. Životný štýl/Peniaze.....	57
Tabuľka 3. Spoločenský status.....	58
Tabuľka 4. Mienka.....	59
Tabuľka 5. Staroba.....	61
Tabuľka 6. Smrť I.	62
Tabuľka 7. Smrť II.	63

ZOZNAM GRAFOV

Graf č. 1 Pohlavie.....	55
Graf č. 2 Vek.....	56
Graf č. 3 Veková kategória 61-75 rokov/Mienka.....	59
Graf č. 4 Veková kategória 66-viac rokov/Pracovná aktivita.....	60
Graf č. 5 Výskumná situácia respondentov.....	63

PRÍLOHY

Príloha A.

SÉMANTICKÝ DIFERENCIÁL

Prosíme Vás o zodpovedanie otázok a vyplnenie tabuliek prostredníctvom ktorých chceme zistiť, aký význam prisudzujete niektorým otázkam Vášho života v súčasnosti. Prieskum je anonymný, preto prosím, neuvádzajte svoje meno. Získané informácie budú použité výlučne v diplomovej práci zameranej na socializáciu seniorov a nebudú poskytnuté na iné účely.

V časti s otázkami označte svoju odpoveď krížikom do príslušného okienka. V tabuľkách sa vychádza zo škály s piatimi stupňami ako pri hodnotení v škole, pričom 1 = najlepšie (pozitívne) hodnotenie a 5 = najhoršie (negatívne) hodnotenie pojmu. Príslušné hodnotenie označte krížikom v každom riadku tabuľky.

Ďakujeme za Váš čas, ochotu a spoluprácu!

1. Pohlavie:

Muž

Žena

2. Vek:

15 – 20 rokov

21 – 40 rokov

41 – 60 rokov

61 – 75 rokov

76 – 90 rokov

91 – viac

3. Ste:

senior, žijúci v rodine

senior, žijúci v penzióne

senior, žijúci vo dvojici s partnerom

vdovec / vdova

iné

4. V prípade, že ste dosiahli dôchodkový vek, pracujete?

áno, na plný úväzok,

áno, na čiastočný úväzok,

nie, nepracujem.

5. Aký je Váš postoj k zdraviu počas Vášho života?

Zdravie		1	2	3	4	5	
1.	dôležité						nedôležité
2.	dobré						zlé
3.	cenné						bezcné
4.	stále						premenlivé
5.	lacné						nákladné
6.	pekné						škaredé
7.	potrebné						nepotrebné
8.	jednoduché						náročné
9.	príjemné						nepríjemné
10.	ovplyvniteľné						neovplyvniteľné

6. Aký význam má pre Vás v súčasnosti pohybová aktivita?

Pohybová aktivita		1	2	3	4	5	
1.	dôležitá						nedôležitá
2.	dobrá						zlá
3.	cenná						bezcná
4.	stála						premenlivá
5.	lacná						nákladná
6.	kvalitná						nekvalitná
7.	potrebná						nepotrebná
8.	jednoduchá						náročná
9.	príjemná						nepríjemná
10.	aktívna						neaktívna

7. Aký význam ma pre Vás v súčasnosti udržanie si doterajšieho štýlu života?

Životný štýl		1	2	3	4	5	
1.	dôležitý						nedôležitý
2.	dobrý						zlý
3.	statočný						zbabelý
4.	stály						premenlivý
5.	lacný						nákladný
6.	príťažlivý						odpuďujúci
7.	potrebný						nepotrebný
8.	jednoduchý						náročný
9.	prijemný						nepríjemný
10.	ovplyvňiteľný						neovplyvňiteľný

8. Aký význam má pre Vás v súčasnosti dostatok peňazí ?

Peniaze		1	2	3	4	5	
1.	dôležité						nedôležité
2.	dobré						zlé
3.	cenné						bezcné
4.	stále						premenlivé
5.	dostatočné						nedostatočné
6.	pekné						škaredé
7.	potrebné						nepotrebné
8.	jednoduché						náročné
9.	prijemné						nepríjemné
10.	ovplyvňujúce						neovplyvňujúce

9. Aký postoj zaujímate k spoločenskému postaveniu v rámci Vašej spoločnosti?

Spoločenský status		1	2	3	4	5	
1.	významný						nevýznamný
2.	dobrý						zlý
3.	cenný						bezcný
4.	stály						premenlivý
5.	lacný						nákladný
6.	vysoký						nízky
7.	potrebný						nepotrebný
8.	jednoduchý						náročný
9.	príjemný						nepríjemný
10.	biely						čierny

10. Aký postoj máte k verejnej mienke, ktorú si o Vás vytvára Vaše okolie?

Mienka		1	2	3	4	5	
1.	dôležitá						nedôležitá
2.	dobrá						zlá
3.	užitočná						neužitočná
4.	stála						premenlivá
5.	lacná						nákladná
6.	príjemná						nepríjemná
7.	potrebná						nepotrebná
8.	jednoduchá						náročná
9.	biela						čierna
10.	ovplyvňujúca						neovplyvňujúca

11. Ako hodnotíte starobu ako nevyhnutnej súčasti života?

Staroba		1	2	3	4	5	
1.	plnohodnotná						neplnohodnotná
2.	dobrá						zlá
3.	cenná						bezenná
4.	zdravá						chorá
5.	lacná						nákladná
6.	pekná						škaredá
7.	potrebná						nepotrebná
8.	jednoduchá						náročná
9.	prijemná						nepríjemná
10.	aktívna						neaktívna

12. Aký postoj prechováate k smrti?

Smrť		1	2	3	4	5	
1.	dôležitá						nedôležitá
2.	dobrá						zlá
3.	oslobodzujúca						neoslobodzujúca
4.	biela						čierna
5.	lacná						nákladná
6.	pekná						škaredá
7.	predstaviteľná						nepredstaviteľná
8.	jednoduchá						náročná
9.	očakávaná						nevítaná
10.	teplá						studená

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE :

Meno autora : Vladimír Jankovič

Odbor : Andragogika

Forma štúdia : kombinovaná

Názov práce : Socializácia seniorov

Rok : 2012

Počet strán : 69

Celkový počet strán príloh : 5

Počet titulov slovenskej literatúry : 13

Počet titulov zahraničnej literatúry : 11

Vedúci práce : Prof. PhDr. Ján Čech, CSc.