UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalářská práce

Marie Vysloužilová

Možnosti a meze seniorů ve využívání informačně komunikačních technologií

Olomouc 2013

vedoucí práce: Mgr. Oldřich Müller, Ph.D.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne 22.02.2013

_____

Děkuji vedoucímu práce Mgr. Oldřichu Müllerovi, Ph.D., za odborné vedení a cenné rady při zpracovávání bakalářské práce.

OBSAH

ÚVOD **1**

TEORETICKÁ ČÁST **3**

1 UVEDENÍ DO PROBLEMATIKY SENIORSTVÍ **3**

1.1 STÁRNUTÍ A STÁŘÍ 3

1.2 BIOLOGICKÉ STÁRNUTÍ 5

1.3 PSYCHICKÉ STÁRNUTÍ 6

1.4 KLASIFIKACE SENIORŮ 7

1.5 ADAPTACE NA STÁŘÍ 8

2 SOUČASNÁ SPOLEČNOST A JEJÍ POSTOJ K SENIORŮM **12**

2.1 POJETÍ SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI 12

2.2 VĚKOVÁ SKLADBA OBYVATELSTVA 12

2.3 POSTOJ SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI K SENIORŮM 13

3 MOŽNOSTI SENIORŮ **15**

3.1 TECHNOLOGICKÉ MOŽNOSTI SENIORŮ 15

3.2 MOŽNOSTI VYPLÝVAJÍCÍ Z VYUŽÍVÁNÍ ICT 17

3.3 MOŽNOSTI EDUKACE SENIORŮ V OBLASTI ICT 18

4 LIMITUJÍCÍ FAKTORY (MEZE) SENIORŮ **20**

4.1 POHLAVÍ, VĚK, DOSAŽENÉ VZDĚLÁNÍ 20

4.2 EKONOMICKÝ FAKTOR 21

4.3 SOCIÁLNÍ FAKTOR 21

4.4 ZDRAVOTNÍ STAV 22

4.5 PSYCHICKÝ ASPEKT 23

PRAKTICKÁ ČÁST **24**

5 VLASTNÍ ŠETŘENÍ **24**

5.1 CÍL ŠETŘENÍ 24

5.2 METODIKA ŠETŘENÍ 24

5.3 VZOREK ŠETŘENÍ 25

5.4 ANALÝZA VÝSLEDKŮ ŠETŘENÍ 26

5.5 ZÁVĚR ŠETŘENÍ 36

ZÁVĚR 39

SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH CITACÍ 40

SEZNAM ZKRATEK 43

SEZNAM TABULEK, OBRÁZKŮ A GRAFŮ 43

PŘÍLOHY 44

Příloha č. 1 Dotazník 44

ANOTACE 46

ÚVOD

V posledních desetiletí naše společnost zaznamenala obrovský rozvoj informačně komunikačních technologií (ICT), které s sebou přinesly nebývalý pokrok a nové technologické možnosti. ICT pronikly téměř do všech oborů lidské činnosti a staly se běžnou součástí našeho života. Jedním ze základních principů demokratické společnosti je právo každého člověka na přístup k informacím a právo na svobodný názor a vyjadřování. Mnoho lidí používá ICT ve svém životě každý den zcela neomezeně. Komunikují se „světem" prostřednictvím mobilních telefonů a internetu, ke své práci či zábavě využívají osobní počítače, přenosné notebooky, tablety nebo elektronické čtečky knih. Místo dopisů píší emaily, místo fotografických filmů pořizují digitální fotografie nebo místo papírových bankovek používají u obchodníků kreditní karty. Rozvoj ICT sebou přinesl velké změny, na které si však především starší generace daleko pomalu a hůře zvyká. K adaptaci na tato technologická „vylepšení" ne vždy stačí pouhá vůle seniora naučit se něčemu novému.

Proč by se však starší generace měla učit používat ICT? Jedním ze základních důvodů je velký počet seniorů a jejich podíl v celkové demografické skladbě obyvatelstva. Dle posledních studií a statistických ukazatelů je zřejmé, že obyvatelstvo zejména evropských zemí stárne mnohem rychleji než dříve. Jednoznačně se tak zvýší počet seniorů, kteří budou nuceni se vlivem technologického pokroku naučit využívat ICT ve svém běžném životě.

Senioři se změnám ve svém životě často brání, nechtějí se jim přizpůsobovat nebo se učit novým věcem, když ty „staré" jim vyhovují. Jsou však i senioři, kteří by se rádi naučili pracovat s osobním počítačem a internetem anebo by uvítali častější kontakt se svými blízkými například prostřednictvím mobilního telefonu. Současná koncepce „zdravého stárnutí" však předpokládá, že budou senioři v budoucnu mnohem aktivnější a sebevědomější, budou mít více zájmů, ale i příležitostí k jejich realizaci. Jednou z těchto příležitostí a jakýchsi výzev pro ně mohou být právě ICT.

Bakalářská práce se zabývá tématem využívání informačně komunikačních technologií seniory. Bakalářská práce je rozdělena na dvě části. První, teoretická část se zabývá problematikou stárnutí a stáří. Vymezuje definici základních pojmů, teorii biologického a psychologické stárnutí, klasifikaci seniorů a způsoby adaptace na stáří. Dále popisuje pojetí současné společnosti a její postoj ke stáří. Následují kapitoly zabývající se technologickými, edukačními a praktickými možnostmi seniorů v jejich životě, kapitoly popisující možné limitující faktory, resp. meze seniorů v přístupu a využívání ICT v jejich běžném životě.

Vzhledem k velké rozmanitosti a velkému množství rozvíjejících ICT se prioritně zaměřuje na dva základní okruhy moderních technologií, se kterými se senioři mohou běžně setkávat. Jedná se zejména o práci s osobním počítačem a internetem a komunikaci pomocí mobilního telefonu.

Praktická část práce monitoruje seniory na Prostějovsku, zabývá se aktuální situací dnešních seniorů. Zjišťuje, zda používají mobilní telefony a počítače a v jakém rozsahu. Dále ověřuje, jaké možnosti region nabízí v rámci upevňování, doplňovaní a rozvíjení těchto dovedností.

Cílem bakalářské práce je zjistit, zda má dnešní senior možnost využívat informačně komunikační technologie, zda a v jakém rozsahu je využívá a zda má možnost si tuto oblast osvojovat a zdokonalovat se v ní.

TEORETICKÁ ČÁST

1 UVEDENÍ DO PROBLEMATIKY SENIORSTVÍ

Stárnutí patří k významným změnám v životě člověka. Každé životní období má své zákonitosti, které mohou v různé míře ovlivňovat kvalitu, způsob a rozsah našeho života. Na stáří je nejčastěji nahlíženo z hlediska různých životních událostí a změn jako je např. odchod do důchodu, ovdovění, ztráta nejbližších přátel, které přicházejí do života starých lidí zcela neočekávaně a náhle. Stáří je tak často spojováno s postupným zhoršováním zdravotního stavu, se ztrátou autonomie a soběstačnosti, osamělostí, bezmocí, bolestí a závislostí na pomoci druhých. Na stáří bychom však neměli pohlížet jen z negativního úhlu pohledu.

Pro mnoho lidí je stáří jedním z nejdůležitějších a nejkrásnějších období jejich života, protože *„mají volný prostor k realizaci všeho, co zatím v životě z různých důvodů nestihli. Člověk, který umí využít šanci každého dne, umí i zdravě a pohodově stárnout“* (Malíková, 2011, s. 14). Staří lidé dnes mají různé možnosti, jak se realizovat a jak plnohodnotně prožít období důchodového věku. I ve vyšším věku mohou lidé dále pracovat a věnovat se své odborné činnosti, mohou se dále vzdělávat nebo cestovat a poznávat nová místa. V tomto období mají více času se věnovat svým koníčkům a zejména své rodině, partnerovi a vnoučatům. Podle Rheinwaldové je ve stáří vždy *nutné „hledat pozitivní aspekty a vyhnout se negativním představám o stárnutí, které vedou k obavám a strachu“* (1999, s. 15).

1.1 STÁRNUTÍ A STÁŘÍ

Stáří bývá konečnou etapou života každého člověk. Je nejčastěji spojováno se zvýšeným výskytem onemocnění a zdravotních problémů. Stáří má velmi individuální charakter a proto nelze přesně definovat, kdy je člověk už starý. Dva lidé stejného věku, se shodným zdravotním stavem se tak nemusí cítit stejně. Jeden se může cítit jako velmi starý a druhý se bude cítit i přes svůj pokročilý věk mladý. *„Kdybychom na stáří pohlíželi jako na změnu, nebyli bychom překvapeni, že dochází k určitým ztrátám a zhoršení. Brali bychom také v úvahu, že stáří má i druhou stránku, totiž že se dál vyvíjíme a že člověk získává něco nového“* (Pichaud, Thareauová, 1998, s. 24).

Dle doporučení Světové zdravotnické organizace je stáří členěno na:

- **rané stáří** (60 – 74 let),
- **vlastní stáří** (75 – 89 let),
- **dlouhověkost** (90 a více let).

S jiným, dnes více užívaným členěním je členění věkových kategorií dle Mühlpachra (2004, s. 21):

- **mladí senioři 65 – 74 let** (problematika penzionování, volného času, aktivit),
- **staří senioři 75 – 84 let** (změna funkční zdatnosti, atypický průběh nemocí),
- **velmi staří senioři 85 let a více** (problém soběstačnosti a zabezpečenosti).

Langmeier a Krejčířová popisují stárnutí jako *„souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které podmiňují jeho zvýšenou zranitelnost a pokles schopností a výkonnosti jedince a jež kulminují v terminálním stadiu a ve smrt“* (2006, s. 202). Proces stárnutí bývá z hlediska času, rozsahu i závažnosti projevů zcela individuální. Proces stárnutí závisí na souhře dědičných předpokladů a důsledků různých vlivů prostředí. Stáří mění viditelným způsobem i zevnějšek člověka a tímto způsobem může ovlivnit i jeho sociální status.

Jsou rozlišovány dva **typy stárnutí** (Malíková, 2011, s. 14-15):

- **fyziologické stárnutí** – probíhá přirozeně a tvoří normální součást života každého člověka. Jde o zákonitou etapu ontogeneze jedince.
- **patologické stárnutí** – může se projevovat několika různými způsoby, např. předčasným stárnutím či nepoměrem mezi kalendářním a funkčním věkem, kdy kalendářní věk je nižší než věk funkční. Patologické stárnutí se také projevuje sníženou soběstačností.

V období stárnutí probíhá v organismu celá řada složitých změn. Tyto změny lze popsat na třech úrovních:

Tělesné změny	Psychické změny	Sociální změny
- změny vzhledu - úbytek svalové hmoty - změny termoregulace - změny činnosti smyslů - degenerativní změny smyslů - kardiopulmonální změny - změny v trávicím systému (trávení, vyprazdňování) - změny vylučování moči - změny sexuální aktivity	- zhoršení paměti - obtížnější osvojování nového - nedůvěřivost - snížená sebedůvěra - sugestibilita - emoční labilita - změny vnímání - zhoršení úsudku	- odchod do penze - změna životního stylu - stěhování - ztráty blízkých lidí - osamělost - finanční obtíže

Tabulka 1: Změny v organismu v období stárnutí (Venglářová, 2007, s. 12)

1.2 BIOLOGICKÉ STÁRNUTÍ

Proces stárnutí s sebou přináší mnoho změn, které spolu souvisí a vzájemně se ovlivňují. Tyto změny jsou individuálně variabilní z hlediska intenzity jejich projevu, rozsahu i času. Závisí zejména na interakci genetických faktorů a důsledků působení různých vnějších vlivů. Proces stárnutí tak můžeme popisovat z hlediska biologických, psychologických a sociálních změn.

Biologické stárnutí se projevuje pro stáří typickými tělesnými změnami v organismu. Dochází k postupnému snížení výkonnosti všech funkcí, atrofii orgánů i tkání a změnami reakce organismu na určitou zátěž. Základním znakem biologického stárnutí je polymorbidita. To znamená, že se u starších lidí ve zvýšené míře objevují různá zpravidla chronická onemocnění.

Ve stáří dochází k postupnému snižování tělesné výšky a celkové svalové síly. Zhoršuje se pohyblivost kloubů, hrubá i jemná motoriky a koordinace svalové práce. Kůže ztrácí svoji pružnost, ztenčuje se a často se objevují tzv. stařecké skvrny. Zejména při zvýšené fyzické zátěži nebo stresu jsou patrné dechové a kardiovaskulární potíže. V důsledku toho se u starých lidí nejčastěji objevují hypertenze, ateroskleróza nebo infarkt myokardů. K patologickým

změnám dochází také v centrální nervové soustavě, kdy se postupně zhoršují pohybové schopnosti a dochází tak poruchám stability i rovnováhy. Dále se snižuje i výkonnost smyslových orgánů a dochází ke zhoršování vnímání signálů z okolí. Nejčastěji bývá postižen zrak a sluch, ale i schopnost ostatní smyslů, tj. chuť, čich a hmat, se snižuje. Nedoslýchavost je u starých lidí závažným a často přehlíženým problémem. Oproti ostatním orgánovým soustavám bývá trávicí soustava poškozena méně, často se však objevuje nechutenství a chronická zácpa. Ve stáří se může dále objevovat opotřebení a ztráta chrupu. Mnoho seniorů pak v důsledku zhoršené funkce močové soustavy trpí inkontinencí a častějším nucením na močení (Vágnerová, 2007).

1.3 PSYCHICKÉ STÁRNUTÍ

V období stáří dochází ke změně mnoha psychických funkcí, které se u každého člověka objevují individuálně a mění různým způsobem. Některé z těchto změn jsou podmíněny biologicky, jiné jsou důsledkem vlivu psychologických a sociálních faktorů. Doba, kdy se psychické změny začnou v procesu stárnutí projevovat, jejich dynamika i způsob reakce na tyto změny, jsou u každého jedince kvalitativně rozdílné.

Psychické stárnutí se nejčastěji projevuje na úrovni vnímání, rozumových schopností, citového prožívání a osobnosti jedince. Zhoršuje se inteligence, snižuje se schopnost paměti, koncentrace, výbavnost a zapamatování nových informací. Snižuje se intenzita emocí, častá je emoční nestabilita, výkyvy nálad, proměnlivost postojů a požadavků. Dochází k celkovému poklesu psychické vitality a zájmů seniora. Snížené vnímání může u seniora vyvolávat úzkost a nejistotu, která vede k tomu, že senior nechce vycházet ven, více se straní druhých lidí, je méně důvěřivý a ostražitější.

Vlivem stárnutí se mění osobnost seniora i jeho celková povaha a dochází většinou ke zvýraznění negativních povahových vlastností a osobnostních projevů. Také dochází ke změnám v hierarchii potřeb, kde nabývají většího významu rodina a vlastní zdraví, dále potřeba jistoty a bezpečí a touha po uplatnění. Často dochází ke snížení schopnosti adaptace na změny, nové podmínky a situace. Senioři dávají spíše přednost svému stereotypnímu způsobu života, na který jsou zvyklí a jen neradi jej jakkoli mění. V důsledku snížené motivace tak často nemají zájem o jiné činnosti a aktivity.

V období stáří se stále častěji objevují různé chronické zdravotní problémy, které vedou ke zhoršení soběstačnosti člověka. Mění se jeho sociální role a možnosti společenského uplatnění. Senior se stále více stává závislý na pomoci okolí, ocitá se v sociální izolaci a

mnohdy ztrácí i vlastní identitu. Velkou psychickou i sociální změnou je ztráta životního partnera. Senior ztrácí smysl svého života a chuť dále žít. Cítí se osamělý a prázdný. Většině lidí trvá dlouho, než se s touto ztrátou naučí žít a než přijmout svoji novou životní roli (Šimíčková-Čížková et al., 2008).

1.4 KLASIFIKACE SENIORŮ

V důsledku variability biologických, psychických a sociální změn, ke kterým v průběhu stárnutí dochází, se i mezi seniory objevují značné individuální rozdíly. Někteří senioři jsou i přes svůj vysoký věk plně soběstačtní a schopní samostatně si obstarávat své potřeby. Jsou však i tací, kteří jsou v důsledku různých chronických onemocnění plně odkázáni na pomoc druhých. Tito senioři buď žijí doma ve svém přirozeném prostředí za zvýšené podpory rodiny a poskytovaných sociálních služeb, nebo jsou naopak umístěni v pobytových zařízeních sociální péče, protože potřebují celodenní pomoc a péči, kterou jim už rodina nedokáže zajistit.

K hodnocení funkčních schopností seniorů gerontologie využívá různá komplexní hodnocení. Nejčastěji uplatňovanou metodou hodnocení je metoda CGA, tzv. komplexní geriatrické hodnocení, které se skládá z klinického vyšetření, interdisciplinárního fyzikálního vyšetření, posouzení duševního stavu, hodnocení výkonnosti a tělesného stavu a v neposlední řadě i objektivního sociálního šetření.

V odborné literatuře se můžeme setkat s funkční klasifikací seniorů podle Spirdusové (Kalvach et al., 2004, s. 169):

1) **Elitní senioři** – mezi ně patří takoví senioři, kteří si až do vysokého věku zachovávají výbornou tělesnou a duševní kondici a jsou schopni i s ohledem na svůj vysoký věk až extrémních výkonů.
2) **Zdatní (fit) senioři** – na rozdíl od elitních seniorů nezvládají extrémní zátěž, ale mají velmi dobrou kondici, zvládají náročnější každodenní aktivity, pravidelně se věnují sportovním aktivitám a nemají žádná omezení pro pohybové zátěže ani cestování.
3) **Nezávislí (independent) senioři** – za standardních životních podmínek nemají problémy se soběstačností, zvládají instrumentální aktivity, ale nemají „natrénované“ funkční rezervy. Nejčastěji žijí pohodlným životem, mají omezený rozsah kloubních pohybů a nižší svalovou sílu. Obtížně zvládají nečekané situace a častěji potřebují pomoc, protože selhávají v důsledku nezvládnutí celkové zátěže organismu.

4) **Křehcí (frail) senioři** – mezi ně patří jedinci se zhoršenou tělesnou a duševní kondicí, kteří mají problémy s instrumentálními aktivitami denního života, jsou jen částečně soběstační a často vyžadují zvýšenou míru podpory rodiny nebo sociálních služeb. Do této kategorie patří senioři starší 85 let, kteří žijí osaměle nebo s nemocným partnerem, zdravotně postižení a polymorbidní senioři, kteří trpí různými chronickými onemocněními.
5) **Závislí (dependent) senioři** – jedná se o seniory výrazně nesoběstačné, kteří trpí závažným funkčním deficitem svých schopností. Z pohybových aktivit obvykle zvládají jen pomalé kratší vycházky nebo mnohdy ani nevycházejí ven. Často jsou schopni se pohybovat jen za pomoci nějaké kompenzační pomůcky (např. mechanického vozíku či chodítka) nebo trpí poruchou kognitivních funkcí (např. demencí či Alzheimerovou chorobou). Tito závislí senioři potřebují trvalou celodenní péči rodiny nebo sociálních služeb a nejčastěji jsou umísťovány do pobytových zařízení sociální péče.
6) **Zcela závislí (total dependent) senioři** – tito senioři jsou většinou imobilní, upoutaní na lůžko a nezvládají ani základní sebeobsluhu. V důsledku těžkého kognitivního a tělesného deficitu vyžadují zvýšenou ošetřovatelskou péči v pobytových zařízeních sociální péče nebo zdravotnických zařízeních.

Podle výše uvedené funkční klasifikace seniorů lze do určité míry odvodit i schopnost seniorů zacházet a využívat ICT ve svém běžném životě. U seniorů s dobrou tělesnou a duševní kondicí můžeme předpokládat, že budou mít větší motivaci a zájem se učit novým věcem. S rostoucí mírou závislosti seniora však tato schopnost výrazně klesá.

1.5 ADAPTACE NA STÁŘÍ

V průběhu stárnutí se výrazněji mění mnohé biologické i psychické potřeby. Podle Vágnerové je „*stárnutí charakteristické poklesem potřeby nových podnětů a zkušeností či ochoty nevyhnutelnou změnu akceptovat a vzestupem důrazu na jistotu a stabilitu. Prožívání stárnutí a adaptace na toto období je spojena s větší koncentrací na sebe sama, na uspokojení vlastních potřeb, což vyplývá ze zhoršení některých fyzických i psychických kompetencí a vědomí ubývání soběstačnosti. Starý člověk je nucen zabývat se sám sebou, protože leccos už není samozřejmostí, ale vyžaduje vynaložení většího úsilí či dokonce pomoc někoho jiného*“ (2007, s. 344).

Stáří s sebou přináší kromě změn biologických a fyzických, i změny životní. Staří lidé se stávají zranitelnější a slabší. Mezi nejvýznamnější změny patří odchod do důchodu, který je charakteristický ztrátou aktivního způsobu života a ztrátou profesní role. Ztráta partnera patří k životním ztrátám, se kterými se velice těžko vyrovnává. Ovdovělý partner pociťuje, že tím ztratil určitou část sebe sama i smysl života. Další důležitou životní změnou je změna dosavadního způsobu života, která většinou přichází s nástupem do pobytového zařízení sociální péče. V důsledku zvýšené nesoběstačnosti a potřeby celodenní péče jsou senioři přijímáni do pobytových zařízení sociálních služeb např. do domova pro seniory, domova se zvláštním režimem. V tomto životním období představuje rodina pro starého člověka určitý pevný bod v jeho nejisté budoucnosti. Pro seniora je velmi důležité, kam a ke komu patří. Jeho identita je vázána na příslušnost k určité skupině a k určitému místu. Rodina je tedy velmi důležitou složkou jeho identity – starý člověk se definuje příslušností k dětem, vnoučatům, ale i místem, kde žije, tj. k domovu (Vágnerová, 2007).

Ve stáří má klíčový význam především schopnost adaptace seniora na nové změny, se kterými se musí nějakým způsobem vyrovnávat. Je nezbytné brát na zřetel i individuální rozdíly mezi seniory s ohledem na jejich zdravotní stav, sociální situaci, rodinné zázemí i finanční možnosti. Každý člověk má odlišnou potřebu míry seberealizace a záleží jen na něm samotném, jaký způsob adaptace mu vyhovuje. Teoriemi adaptace na stáří se zabývá mnoho vědních oborů, např. psychologie, geriatrie či sociologie. Existuje celá řada studií, které popisují proces adaptace na stáří či vyrovnání se s vlastním stárnutím. V těchto strategiích je na seniora nahlíženo v kontextu prožitku celého jeho života a včlenění jeho momentální psychické reakce do kontextu celého jeho vývoje. *„Osobnost člověka je výsledkem celého předchozího vývoje, ale i současné adaptace na nezbytné obtíže vyššího věku“* (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 207).

Podle společných znaků Haškovcová (1990, s. 114-116) dělí typologicky reakce na stáří do následujících pěti oblastí:

1) **Konstruktivní strategie** – jde o ideální postoj, kdy je senior soběstačný, akceptuje své stárnutí a těší se ze života. Takový člověk snadno navazuje nové přátelské vztahy, oplývá optimismem, smyslem pro humor, tolerancí a je snadno se přizpůsobuje okolnostem. I nadále se věnuje svým zálibám, udržuje dobré mezigenerační vztahy a ovládá různé způsoby udržování duševní rovnováhy.
2) **Strategie závislosti** – člověk, který si zvolit tento typ strategie adaptace na stáří bývá poměrně vyrovnaný, má však sklon k pasivitě a závislosti na svém okolí. Často využívá své zdravotní a jiné obtíže k manipulaci se svým okolím a spoléhá tak na

druhé (rodinu a příbuzné), že mu pomohou a postarají se o něj. Takový člověk preferuje pohodlný způsob života, nemá žádné výrazné ambice a odpovědnost i povinnosti přenechává na jiných. Často tak spoléhají na hmotné zabezpečení a poskytnutí pomoci ze strany rodiny nebo sociálních služeb.

3) **Strategie obranná** – tento typ strategie volí především ti jedinci, kteří popírají blížící se stáří a nechtějí se smířit se změnami, které se stárnutím přicházejí. Jde o specifický způsob popírání reality a oddalování řešení vzniklé situace. Tento způsob adaptace se tak jeví jako méně přijatelný. Do této kategorie patří lidé, kteří v průběhu svého života hodně pracovali, byli nezávislí a pohybovali se ve vyšších společenských kruzích. Na samotné stáří však bývají dobře připraveni z hlediska finančních rezerv.
4) **Strategie nepřátelství** – volba tohoto typu adaptace jednoznačně vyjadřuje nepřijetí nové situace. Volí ji spíše osoby, které i přes veškeré úsilí a snahu měly méně úspěšný život. Vůči okolí se projevují negativně až agresivně. Přijetí stáří se všemi jeho změnami je nad jejich síly. Jsou nespokojeni nejen se svým věkem, ale i sami se sebou a proto raději volí život někde v ústraní. Často se však jedná o pouhou přetvářku v důsledku vnitřní bolesti, kterou prožívají.
5) **Strategie sebenenávisti** – jedná se o velmi negativní postoj vůči sobě samému a okolí. Jedinec se nenávidí za to, že byl v životě neúspěšný a svůj dosavadní život vnímá jako osobní selhání. Často není schopen si odpustit, obviňuje se a smrt vnímá jako určité vysvobození.

Výběr určité strategie adaptace a zaujetí postoje ke stáří je do značné míry ovlivněno tím, jak byl člověk schopen se v průběhu života vyrovnávat s různými náročnými situacemi, jak je zvládal a vypořádával se s nimi. Náš postoj ke stáří tak může být ovlivněn celou řadou okolností, mezi které patří například (Malíková, 2011):

- životní prostředí,
- postoj komunity a společnosti ke stáří,
- typ osobnosti s ohledem na předchozí zážitky a zkušenosti,
- spokojenost s rodinným životem,
- míra socializace jedince ve společnosti,
- zdravotní stav,
- míra emoční inteligence,
- celková sociální situace a možnosti jedince,
- genetické dispozice a míra schopnosti jedince se vyrovnávat se zátěžovými situacemi.

Nelze předem odhadnout, jaký postoj si konkrétní jedinec vytváří ke stáří, jak se bude vyrovnávat s životními změnami, novými sociálními rolemi a jaký typ strategie adaptace na stáří si zvolí. Míra adaptace je u každého seniora zcela individuální a to s ohledem na výše uvedené determinanty, předchozí životní zkušenosti a povahu člověka.

2 SOUČASNÁ SPOLEČNOST A JEJÍ POSTOJ K SENIORŮM

2.1 POJETÍ SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI

„Společnost 21. století je označována jako společnost znalostní, knowledge society, rozhodujícím zdrojem bohatství v ní není kapitál, ale znalosti. „Motorem" znalostní společnosti jsou nové informační a komunikační technologie, zejména internet. Zároveň by měla být společnost 21. století podle materiálů OSN společností pro každý věk, tzn. že i senioři by měli mít přístup ke znalostem. Lidé, kteří nemohou participovat ve světě informací, jsou totiž trvale znevýhodňováni. Odborníci poukazují v této souvislosti na vznik „propasti" mezi lidmi, kteří si tyto nové technologie osvojili, a těmi, kteří tuto možnost nemají. Tímto handicapem jsou ohroženi právě starší lidé" (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 90).

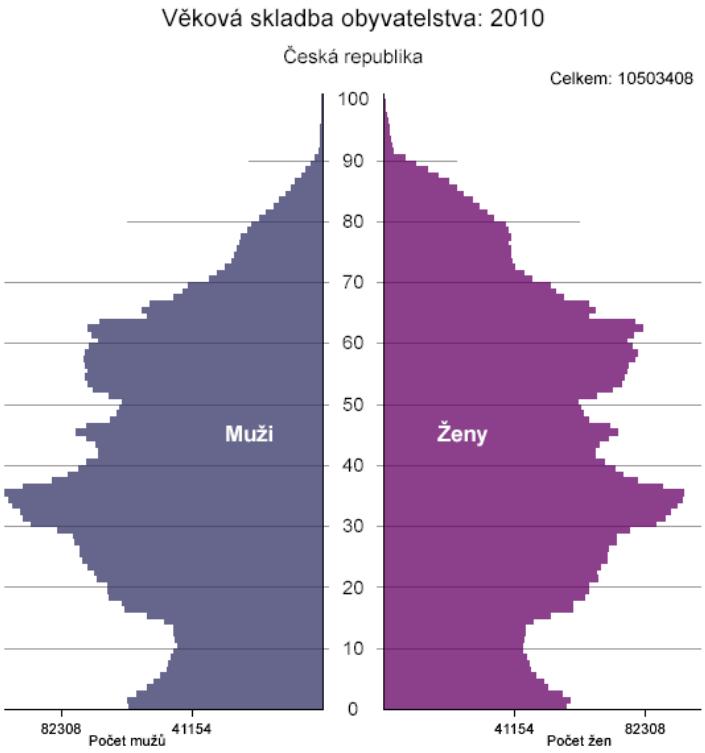
Společnost ve svém informačním vývoji prošla obdobím telegrafu, analogového televizního vysílání, pevných telefonních linek, v minulosti zastávali úlohu rozhodujícího informačního média rozhlas a tisk. Současnosti dominují interaktivní média, digitální televize, bezdrátové komunikační sítě. *„Internet se postupně stává klíčovým zdrojem informací, včetně informací o řešení nejrůznějších životních situací, a klíčovým prostředkem komunikace. Technologický rozvoj a změny v prostředí probíhají rychle a jsou důležitou součástí našeho každodenního života. V kontextu přibývajícího počtu starších osob, rychlého rozvoje informačních a komunikačních technologií a „internetizace" společnosti je důležité zajistit rovný přístup k novým informačním a komunikačním technologiím a jejich využívání a podpořit rozvoj takových informačních a komunikačních technologií, které vyhovují potřebám osob s různými zdravotními a jinými omezeními"* (MPSV, 2008a).

2.2 VĚKOVÁ SKLADBA OBYVATELSTVA

Jedním z charakteristických rysů demografického vývoje společnosti všech evropských zemí je obecné stárnutí populace. Tento vývoj je především způsobem prodlužováním střední délky života, klesající porodností, snižující se úmrtnosti osob, lepší zdravotní péčí a pokrokům v medicíně, rychlým sociálním změnám, zlepšení životních i pracovních podmínek a prosazováním sociálních práv ve společnosti.

Podle průběžných údajů Českého statistického úřadu je zřejmé, že i populace České republiky stárne. Ženy se v průměru dožívají vyššího věku než muži a proces stárnutí mužů v posledních letech je dynamičtější. *„Podle demografické prognózy zpracované Českým*

statistickým úřadem bude v roce 2050 žít v České republice přibližně půl milionu občanů ve věku 85 a více let (ve srovnání se 101 718 v roce 2006) a téměř tři miliony osob starších 65 let (31,3 %)“ (MPSV, 2008a). Jedná se o střední variantu projekce populačního vývoje Českého statistického úřadu.



Obrázek 1: Věková skladba obyvatelstva v roce 2010 (ČSÚ, 2012a)

2.3 POSTOJ SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI K SENIORŮM

Postoj současné společnosti ke stáří a k seniorům je spíše negativní. Staří lidé jsou často vyčleňování z běžného života, mladšími lidmi jsou odmítáni a podceňováni. Současná společnost klade důraz na ekonomické postavení člověka, výkonnost, flexibilitu a ochotu měnit dosavadní stereotypní způsoby života. Jedinci, kteří nesplňují tyto obecně uznávané normy, jsou společností vnímáni jako nepotřební a na jejich potřeby často nebývá brán zřetel. Tento přístup je stále do určité míry podpořen médii, která různým způsobem potvrzují důležitost mládí, vizuálního vzhledu, přitažlivosti a úspěšnosti.

Všechny výše uvedené společenské postoje, hodnoty a obecně přijímané normy jsou zdrojem negativního vnímání starých lidí, které se souhrnně označuje jako ageismus. Ageismus je určitým typem diskriminace z hlediska věku. Ageismus lze definovat jako současný postoj společnosti k starým lidem, který je založen na obecném přesvědčení o jejich

nízké hodnotě, nepotřebnosti a neschopnosti. V krajním případě se ageismus může projevovat až samotným odporem vůči starým lidem. Senioři tak bývají v důsledku věku segregováni a vyčleňování ze společnosti. Tyto negativní představy o stáří daly vzniknout mnoha mýtům o stáří, např. že stáří je ekonomická zátěž, staří lidé nic nepotřebují nebo že staří lidé nemají nic, čím by společnosti mohli přispět (Tošnerová, 2002).

Současná společnost od seniorů neočekává nic pozitivního a ani nic pozitivního jim z pohledu starých lidí nenabízí. V důsledku technického pokroku a modernizace je kladen stále menší důraz na lidskost jako takovou, zhoršují se sociální vztahy mezi lidmi, ubývá lidské vzájemnost, potřeba a podpora druhých. Vše se děje zprostředkovaně, jakoby na dálku. Podle Klevetové a Dlabalové se *„dnešní technické vynálezy a přesycenost informacemi narušují pravidla lidské sounáležitosti. Dochází také k tomu, že člověk pojímá vše ve směru zužitkování, materiální potřeby však vysoce převyšují duchovní hodnoty. Moderní komunikační prostředky ochuzují o lidské setkávání, o prožitky a zážitky lidského společenství a také o poznání lidského smyslu – být člověkem. Seniorům ubývá známá potřeba předávání informací z generace na generaci. Málokdo chce čerpat ze seniorských celoživotních zkušeností, dosažených osobních i pracovních cílů a chápání světa“* (2008, s. 13).

Střední generace už necítí zodpovědnost vůči svým rodičům s odůvodněním své pracovní vytíženosti a neschopnosti poskytovat profesionální péči. Mladí lidé tak nejsou od svého útlého věku vedeni k úctě ke stáří, k vážení si moudrosti a zkušenosti starých lidí a k obecnému pozitivnímu vnímání stáří jako plnohodnotného životního období.

„Sociologové a historikové vědí, že v tradičních společnostech měl každý věk svou funkci a od ní odvozenou důstojnost. To se dnes vytrácí. Stáří se chápe jen jako nedostatek mládí. Stáří už není autoritou, považuje se za zkostnatělé, zaostalé, směšné a ubohé. Působí stereotypní představa o starém člověku a podle ní jsou posuzování všichni staří. Týká se to samozřejmě hlavně šedesátníků, sedmdesátníků a ještě starších, ale stín stáří padá už i na lidi mezi čtyřicítkou a padesátkou“ (Říčan, 2006, s. 295).

Během několika posledních let se již mnoho odborníků věnuje problematice přípravy na stáří ve snaze změnit obecně vnímaný negativní obraz stáří. Problematikou přípravy na stáří se zabývá i stát, který ve spolupráci s odbornou veřejností pravidelně připravuje tzv. národní program přípravy na stárnutí, ve kterém klade důraz zejména na lidská práva, respektování genderového aspektu problematiky stárnutí, celoživotní přístup ke stárnutí a zdraví nebo na rodinu a udržování pozitivních mezigeneračních vztahů. Zvláštní pozornost pak ve svém plánu věnuje menšinám, jako jsou zdravotně postižení senioři, duševně nemocní nebo senioři z etnických menšin (MPSV, 2008b).

3 MOŽNOSTI SENIORŮ

„Studie získávané průzkumem trhu už nekončí u magické hranice kolem padesáti let. České marketingové společnosti sice zaspávají, ale statistické úřady a sociologické průzkumy naopak seniory systematicky zkoumají jako spotřebitele. Přitom se ukazuje, že nejsou stejnorodou skupinou“ (Reidl, 2012, s. 21). Mezi jednotlivci jsou velké individuální rozdíly, které jsou výrazně ovlivněny minulostí i současností. Mnozí z nich prožili světovou válku, 50. léta, normalizaci a výrazné politické změny minulého století, které výrazně poznamenaly jejich životní osudy, náhled na současnou společnost i vizi do budoucna. (Klevetová, Dlabalová, 2011, s. 14).

Dnešní domácnosti jsou vybaveny kromě výpočetní, komunikační a audiovizuální techniky také nejrůznějšími domácími spotřebiči. Základní charakteristikou všech výše zmíněných technologických zařízení je jejich široká a komplexní využitelnost, avšak často složité digitalizace s multifunkčním ovládáním. Ne všechny věkové a sociální skupiny obyvatelstva jsou schopné a umí s těmito zařízeními správně zacházet. *„Jednoduchost je pro úspěšnost produktu u starších osob rozhodujícím faktorem. Složitost způsobuje strach a spotřebitele znejistí. V průmyslu je trend přecházení k jednoduchosti skutečností, v obchodě ještě ne. Proč jednoduchost? Digitální revoluce by měla náš život učinit jednodušším. Výzkumy však ukazují, že došlo k přesnému opaku. Spotřebitelé chtějí jednoduchost. Pro mladé může být jednoduchost příjemným vedlejším efektem, pro starší bude jednoduchost rozhodujícím kritériem ke koupi. Dnešní produkty jsou mnohem komplikovanější než v dobách našich babiček. Starší zákazníci však vyrostli v jiné době. A ne právě v digitální, nýbrž v době analogové“* (Reidl, 2012, s. 40-41).

3.1 TECHNOLOGICKÉ MOŽNOSTI SENIORŮ

„Teprve nyní, kdy generace narozená v době války pomalu ustupuje generaci obyvatel, kteří se narodili v období pozdějšího budování, a byli již tedy formování spotřebitelským způsobem života, se otevírají trhy založené na změněných potřebách starších lidí“ (Reidl, 2012, s. 126). Mnoho výrobců technických zařízení dospělo k názoru, že senioři tvoří a budou tvořit významnou skupinu zákazníků, a proto je třeba se zabývat jejich potřebami, požadavky a očekáváními. Dnes jsou na trhu k dispozici již vyspělé technologie ve formě specializovaných mobilních telefonů nebo osobních počítačů, které jsou upraveny s ohledem na funkční a kognitivní schopnosti a potřeby seniorů.

Již dnes více jak tři čtvrtiny osob starších 65 let používá mobilní telefon. Podle nedávného průzkumu necelá polovina dostane mobilní telefon darem od své rodiny. Často se však jedná o přístroje, se kterými senioři neumí zacházet a bývají spíše pro zlost než k užitku. Více jak 41 % seniorů si nejčastěji stěžuje na nevhodný displej, 39 % na nedostatečnou výdrž baterie a také na drobná tlačítka (37 %). Navíc si pak každý pátý senior dále stěžuje, že je jeho mobilní telefon příliš tichý a složitý. I druhá poloviny dotazovaných respondentů, která si mobilní telefon pořídila sama, uvedla, že si nevybrali vždy správně a že až 50 % seniorům jejich mobilní telefon nevyhovuje. Z průzkumu dále vyplynulo, že je pro seniory důležitý zejména velký a dobře čitelný displej, velká tlačítka a dlouhá životnost baterie. Pro více jak 65 % dotazovaných seniorů je dále velmi důležitá snadná ovladatelnost. Své mobilní telefony chtějí používat zejména k volání (90 %) a odesílání SMS zpráv (69 %). Většina seniorů pak hovory spíše přijímá, než sama volá (Hron, 2012).

Na současném českém trhu je k dispozici hned několik typů specializovaných mobilních telefonů pro seniory, které byly navrženy přímo pro jejich potřeby. Jejich ceny jsou ve srovnání s běžnými telefony nízké, většinou od tisíce do dvou tisíc korun a jsou k zakoupení nejen v prodejnách všech mobilních operátorů, ale například i na pobočkách České pošty. Tyto mobilní telefony jsou již vybaveny velkými a čitelnými obrazovkami, velkými tlačítky a klávesami, vysokou hlasitostí zvuků a vyzvánění a zvýšenou životností baterie. Jednotlivá čísla a písmena jsou na klávesnici dobře čitelná. Spousta mobilních telefonů je již vybavena i funkcí hlasového zopakování kláves, takže senior ví, co přesně zmáčkl. Setkat se můžeme i s tzv. SOS tlačítkem, které umožňuje přivolat pomoc v případě, že se senior dostane do určitých nesnází (Plohák, 2010). *„Podle průzkumu společnosti Emporia Telecom čeští důchodci při výběru mobilního telefonu už nehledí jenom na cenu. Mnohem více kladou důraz na vlastnosti telefonu, kvalitu a na uživatelský komfort,“* (Mazal, 2012).

Ani počítačová technologie nezůstala pozadu a na trhu je k dispozici k zakoupení několik verzí specializovaných osobních počítačů pro seniory. V mnohých rysech se tyto počítače podobají mobilním telefonům. Tyto počítače jsou vizuálně i technicky mnohem jednodušší než běžné počítače. Celý počítač je nejčastěji uschován v monitoru s různě velikou dotykovou obrazovkou. Klávesnice jsou opatřeny velkými písmeny a všechno na obrazovce se zobrazuje v odpovídající velikosti. Podle průzkumu společnosti Asekol vlastní stolní počítač 37 % mladších seniorů, notebook pak 30 %. Každý desátý senior starší 65 let pak využívá svůj počítač za účelem surfování po internetu (Srb, 2012). Většina těchto počítačů je vybavena speciálním operačním systémem, který je pro seniory přehledný a vyžaduje běžnou uživatelskou znalost. Za zmínku zcela určitě stojí operační systém pro seniory vyvinutý

brněnskou firmou Celebrio Software, s.r.o. Není jako běžné systémy, „*byl vytvořen na technologiích Microsoftu speciálně pro lidi se zhoršeným zrakem nebo strachem z počítačů. Využití tak nalezne především mezi seniory, kteří budou moci počítač s tímto systémem díky velkým ikonám a jednoduchým programům ovládat jedním prstem*“ (Techzon.cz, 2011). Operační systém pro seniory se stal nápadem roku 2011. Na největší soutěži ve vývoji software (Microsoft Imagine Cup) v New Yorku se Celebrio probojoval do TOP 18 v kategorii Softwarový Design, která je v historii soutěže tou nejprestižnější kategorií. Stal se tak teprve druhým českým produktem, který se dostal tak daleko.

3.2 MOŽNOSTI VYPLÝVAJÍCÍ Z VYUŽÍVÁNÍ ICT

Z možnosti využívání běžně dostupných ICT, jako jsou výše uvedené mobilní telefony nebo osobní počítače, plyne seniorům také mnoho výhod.

Díky mobilním telefonům mohou senioři komunikovat se svým okolím, především se svou rodinou a blízkými, což výrazně přispívá k jejich celkové pohodě a mnohdy tak důležitému pocitu bezpečí. I když je senior imobilní a zcela odkázán na profesionální péči, může kdykoliv prostřednictvím svého mobilního telefonu hovořit i se svými blízkými, kteří bydlí na druhé straně republiky nebo v zahraničí a nemohou seniora třeba vůbec navštěvovat. Mobilní telefon svým způsobem nahradil písemnou formu komunikace, které není většina seniorů z důvodu zhoršení jemné motoriky a hybnosti kloubů nebo smyslového postižení vůbec schopná. Kdežto na mobilním telefonu stačí stisknout jednu jedinou klávesu s nastavenou předvolbou volání a senior může komunikovat například se svou dcerou či synem. Jak už bylo uvedeno výše, mnoho mobilních telefonu pro seniory má i tzv. SOS tlačítko, které má několik funkcí. Může například automaticky odeslat SMS zprávu na zvolené číslo z žádostí o pomoc a zároveň odeslat i informaci o současné poloze mobilu nebo přímo přivolat rychlou záchrannou pomoc.

Osobní počítače s přístupem na internet představují především neomezený přístup a dostupnost k velkému množství informací. Díky počítači jsou senioři online a mohou komunikovat se svoji rodinou a přáteli, posílat prostřednictvím internetu SMS zprávy, e-maily, poznávat nové lidi, sdílet své zážitky a myšlenky, virtuálně „cestovat“ po celém světě nebo se i sebevzdělávat. Také nakupovat, vyhledávat informace o zdravotních záležitostech, hledat v mapách, jízdních řádech, televizním programu, předpovědi počasí. Nebo jen luštit křížovky a radovat se nad nově objevenými recepty. To vše je možné aniž by senioři museli opouštět pohodlí svého života. (Šanc, 2006) Existují internetové portály určené

přímo pro seniory. Informační portál Helpnet.cz pro osoby se specifickými potřebami disponuje odkazy na zhruba dvě desítky portálů určených seniorům. Příkladem mohou být portály www.e-senior.cz, www.senio.cz, www.seniorportal.cz, www.zivot90.cz, www.otevrenoseniorum.cz, www.sensen.cz a mnohé další. Zde mohou senioři získat spoustu užitečných rad, nápadů a informací ze všech oblastí, které je zajímají. Mohou sdílet své zkušenosti, radosti i trápení s ostatními uživateli portálu, což obzvláště u seniorů trpících samotou vyvolává pocit sounáležitosti.

3.3 MOŽNOSTI EDUKACE SENIORŮ V OBLASTI ICT

„Jevy jako telekomunikace, internet, multimédia a počítače ovlivňují stále více nejen svět práce, ale i všední život. Jako příklad můžeme uvést elektronickou poštu, elektronické vedení bankovních účtů, elektronické nákupy či elektronické učení. Pro realizátory edukačních aktivit tak vyvstává nový úkol: naučit i starší generaci ovládat počítač a další komunikační technologie a umožnit jí získat počítačovou nebo také e-gramotnost“ (Petrková, Čornaničová, 2004, s. 90).

Seniorům se dnes skýtá množství nejrůznějších vzdělávacích kurzů zaměřených na používání ICT. V rámci celoživotního zájmového vzdělávání nejširší veřejnosti tyto kurzy pořádají Univerzity třetího věku, Akademie třetího věku, Univerzity volného času, občanská sdružení seniorů, kluby seniorů, kluby aktivního stáří. Taktéž soukromé firmy i sociální zařízení pro seniory. Vstříc vycházejí seniorům městská kulturní zařízení, městské knihovny i střední školy prostřednictvím Center celoživotního učení. Kurzy, přednášky i školení se seniorům nabízejí v nejrůznějších stupních náročnosti, od úplných začátečníků, přes mírně pokročilé až po seniory zdatné, kteří si stávající počítačové dovednosti chtějí dále prohlubovat. Pozadu nezůstává ani knižní trh. Publikace jako jsou Počítač pro seniory autora Jiřího Lapáčka, Internet pro seniory autora Miroslava Šance nebo Notebook pro seniory autora Josefa Pecinovského velmi srozumitelnou a nenáročnou formou seznamují seniory se světem počítačů a internetu, vysvětlují základní pojmy. Jsou vynikajícími průvodci pro úplné začátečníky a seniory, kteří mají z počítačů obavy a strach. Senioři tedy mají možnost dle svých potřeb vybírat způsob výuky, který bude vyhovovat jejich individuálním požadavkům.

„Starší obyvatelstvo bude populační skupinou, která bude mít pro svůj život větší nároky, a to nejen finanční (výše důchodu, životní úroveň), ale také ve sféře bydlení a ve sféře celkového kulturního a sociálního vyžití. Kohorta budoucích seniorů narozených v padesátých letech je už dnes skupinou nebývale vzdělanou, velmi aktivní, zvyklou na individuální

nezávislost. v relativně dobrém zdravotním stavu a s relativně slušnou životní úrovní, má delší zkušenost s životem v transformující se společnost, navíc bude první generací seniorů, která bude počítačově gramotná" (Vohralíková, Rabušic, 2004, s. 80).

4 LIMITUJÍCÍ FAKTORY (MEZE) SENIORŮ

4.1 POHLAVÍ, VĚK, DOSAŽENÉ VZDĚLÁNÍ

Existuje mnoho faktorů, které ovlivňují technologickou gramotnost a schopnost osvojování si nových znalostí a dovedností ve vyšším věku. K základním faktorům, ovlivňující vztah k ICT patří pohlaví, věk a dosažené vzdělání. Podle obecného celosvětového trendu ICT hojněji využívají muži než ženy. U mužů je to dáno především lepší technologickou gramotností, která souvisí nejen s pozitivním vztahem k technice, ale i postavením žen v minulosti, kdy většinou zůstávaly v domácnosti, staraly se o rodinu a děti nebo nedosahovaly takové výše vzdělání jako muži a měly tak omezený přístup k lepší práci. V České republice používá počítač 31 % žen a 41 % mužů ve věku 55-74 let, což je v porovnání se statistickými údaji pro skandinávské země a země západní Evropy výrazně méně. V roce 2010 bylo mezi uživateli internetu České republiky ve věku 55-74 let 29 % žen a 39 % mužů. (ČSÚ, 2012b).

Co se věku týče, platí, že čím je člověk starší, o to obtížněji si osvojuje nové znalosti a poznatky. Ve stáří dochází především ke zhoršování paměťových funkcí a smyslového vnímání, klesá inteligence a psychomotorické tempo. V důsledku toho pak senioři potřebují více času na příjem informací, na jejich zpracování a zapamatování. S věkem také úzce souvisí i stupeň dosaženého vzdělání. Životy většiny seniorů starších 65 let byly výrazně ovlivněny minulými celosvětovými událostmi a senioři neměli takový přístup ke vzdělání jako současná mladá generace. *„V devadesátých letech probíhalo vybavování české populace novými technologiemi v závislosti na třech znacích: věku, vzdělanostní úrovni, příjmech a majetkové situace. Sociální skupiny, které byly jako první dostatečně vybavené výpočetní technikou, byly rodiny vysokoškolsky vzdělaných podnikatelů, včetně jejich dětí. Z tohoto „primárního výpočetního jádra“ se vybavenost „rozlévala“ směrem k lidem s nižšími příjmy, nižším vzděláním a vyššího věku“* (Sak et al., 2007, s. 38).

V době, kdy někteří senioři studovali střední školu, se o nějaké počítačové gramotnosti nedalo ani hovořit. *„Způsob získání počítačové gramotnosti je ovlivněn tím, že v době nástupu osobního počítače již byla doposud větší část populace mimo vzdělávací soustavu a ta část populace, která v té době studovala na školách, zde počítačovou gramotnost nezískala, protože naše školství nebylo na výuku informatiky připravené“* (Sak et al., 2007 s. 49). Senioři tak v minulosti neměli vůbec žádnou možnost si k ICT vytvořit pozitivní vztah. I samotná snaha a ochota učit se něčemu novému na sklonku života klesá, nebyla-li tato snaha

projevována v průběhu celého života ve vztahu ke zvyšování kvalifikace a dalšímu vzdělávání.

4.2 EKONOMICKÝ FAKTOR

Dalším limitujícím faktorem je ekonomická stránka života seniorů. *„Aktivní život ve stáří není myslitelný bez dostatečného hmotného zabezpečení. Nízký příjem může značně omezit možnosti zdravého a aktivního života a participace ve společnosti“* (MPSV, 2008a)**.**

V důsledku současné ekonomické nestability existuje velká skupina seniorů, kteří se ocitají v tíživé finanční situaci. Žijí jen ze svého důchodu, který jim mnohdy stačí pouze na uspokojení jejich základních potřeb. „*Průměrná výše starobního důchodu činila ke konci září 2012 celkem 10 765 Kč, z toho u mužů 11 935 Kč a u žen 9 771 Kč (jedná se o sólo vyplácené starobní důchody vč. předčasných bez souběhů s pozůstalostním)“* (ČSSZ, 2012).

„Ekonomická situace, a především peněžní příjmy a majetkové poměry ovlivňují výrazným způsobem běh a strukturu každodenního života každého člověk, seniory nevyjímaje. Důchodový věk se v obecné představě pojí s dostatkem volného času, který umožňuje věnovat se zájmům, zálibám a koníčkům. Ve skutečnosti se ukazuje, že mnohým seniorům se na volnočasové aktivity sice dostává času, nikoli však finančních prostředků“ (Vohralíková, Rabušic, 2004, s. 53). Mnoho seniorů se tak obrací k minulosti, protože se domnívají, že se jim dříve žilo lépe. Z tohoto důvodu se pak staví negativně ke všem společenským a politickým změnám i technologickým vymoženostem, protože to jsou věci, které neznají, nerozumí jim a tudíž i nedůvěřují. Může se tak zdát, že se dnes mnoho seniorů ocitá v určité technologické izolaci. V jejich domácnosti se můžeme setkat jen s minimálním množstvím domácích spotřebičů a přístrojů. Nemohou si dovolit zakoupit v jejích očích drahý počítač s dalším potřebným vybavením anebo si k tomu ještě měsíčně platit poplatek za internetové připojení. Dle českého statistického úřadu *„materiální deprivace představuje největší problém pro osoby v jednočlenných domácnostech starobních důchodců“* (Kalmus, ČSÚ, 2012).

4.3 SOCIÁLNÍ FAKTOR

Z hlediska sociální stránky můžeme zaznamenat rozdíl v dostupnosti internetového připojení u seniorů žijících ve městech a seniorů žijících na venkově. Rozdíly ve vybavenosti domácností počítačem a internetem jsou do jisté míry ovlivněny lokalitou, ve které se

domácnost nachází. Tradičně lépe jsou oběma technologiemi vybaveny domácnosti ve velkých městech s 50 a více tisíci obyvateli (ČSÚ 2012c).

Seniorům žijícím ve městě se nabízí možnost navštěvovat mnohá zařízení poskytující sociální služby. Denní stacionáře, centra denních služeb, sociálně aktivizační služby pro seniory, tady všude mají možnost využívat osobní počítače s internetem. Navíc se tato místa stávají prostředím, ve kterém si mohou vzájemně sdílet své zkušenosti a nové poznatky. Zdatnější senioři mohou ve městech využívat volně dostupný internet v knihovnách, kavárnách i v obchodních centrech. Senior žijící na venkově je většinou odkázán pouze na své počítačové vybavení. Vyšší technologická gramotnost se více vyskytuje u seniorů, kteří jsou v intenzivním kontaktu s mladšími generacemi, které mají vliv na získávání poznatků o ICT a jejich používání. V souvislosti s tím Sak et al. (2007, s. 49) hovoří o tzv. generační inverzi, kdy místo tohoto, aby rodiče učili dětí, učí naopak děti, resp. vnoučata, své rodiče, resp. prarodiče.

„Za posledních pět let vzrostl počet českých domácností vybavených osobním počítačem o 1,1 milionu, tzn., že v roce 2012 vlastnily počítač dvě třetiny domácností, a téměř každá domácnost s počítačem byla zároveň i připojena k internetu. Počítač si pořizují více domácnosti s dětmi (91 %) než domácnosti bez dětí (58 %). Dlouhodobě platí, že počítač, internet a mobilní telefon používají častěji muži než ženy, mladší lidé než starší a jednotlivci s vyšším vzděláním“ (ČSÚ, 2012d).

„Počet Čechů aktivních na internetu se za poslední čtyři roky zvýšil o 1,65 milionu na současných 6,29 milionu uživatelů. Z výsledků šetření NetMonitor vyplynulo, že 52 procent uživatelů internetu v ČR tvoří muži, zbylých 48 procent ženy. Nejaktivnějšími uživateli internetu jsou lidé ve věku 15 až 24 let, naopak nejméně aktivní jsou starší lidé ve věku 55 a více let, z kterých využívá internet méně než každý druhý“ (Techzon.cz, 2012).

4.4 ZDRAVOTNÍ STAV

„Zdravotní stav starších a starých lidí je třeba hodnotit nejen délkou života (aspekty mortality) a prevalencí chorob (konceptem „disease-specific outcomes“), ale především funkční zdatností (aspekty disability) a zdravím podmíněnou kvalitou života (aspekty spokojenosti, seberealizace, důstojnosti, autonomie, participace)“ (MPSV, 2008a).

Zdravotní stav má na schopnost osvojování si nových poznatků zásadní vliv. Polymorbidita výrazně ovlivňuje potřeby a hodnotovou orientací seniorů. Vzhledem ke klasifikaci seniorů z hlediska jejich funkčních schopností se domnívám, že zdatní a nezávislí

senioři budou mít mnohem větší předpoklady k osvojování si nových znalostí a dovedností než senioři křehcí a závislí. Omezení jemné motoriky a zvýšený třes rukou, špatný zrak nebo sluchová porucha již od začátku limituje seniory v používání ICT, např. mobilních telefonů s dotykovým displejem a malými klávesami. Další překážkou je výrazné zhoršení jazykových kompetencí, které se projevují např. nízkou mírou porozumění technickému jazyku nebo odborným výrazům v učebním textu.

4.5 PSYCHICKÝ ASPEKT

Na ochotu učit se novým věcem má významný vliv i celkový psychický stav seniorů, který úzce souvisí se všemi výše uvedenými limitacemi. Starší lidé se musí *„neustále přizpůsobovat novým problémům a nepříznivým změnám a musí tak činit v době, kdy jsou kompetence vlivem stáří (nebo chorob) více či méně limitovány* (Vágnerová, 2007, s. 305). Zdravotní potíže, finanční problémy, neuspokojivé mezigenerační vztahy a prožívání osobních trápení ubírá seniorům na jejich celkové psychické pohodě a klidu. *„Dnes navíc v životě starých lidí začínají velmi rychle působit technické změny, na které nebyli zvyklí. Jde o takové zdánlivé maličkosti, jako je používání platebních karet, mobilních telefonů, počítačových systémů, změny v možnostech nakupování, supermarkety, jejich umístění za městy a vytrácení se malých blízkých obchodů. Je to i vyplňování různých složitých tiskopisů a žádostí na úřadech. Pokud nebudou na tyto záležitosti připraveni, přestane velké procento z nich rozumět společnosti a budou si připadat vyřazeni, zbyteční, skutečně staří“* (Vohralíková, Rabušic, 2004, s. 78-79).

Mnoho seniorů, kteří by se chtěli ICT naučit používat, nemají odvahu k tomu učinit první krok. Často mají strach z osobního selhání a případného posměchu ze strany okolí. Obávají se neúspěchu, nepochopení a nezvládnutí práce např. s mobilním telefonem nebo počítačem. Ochota a snaha seniorů naučit se používat ICT ve svém běžném životě tak velmi úzce souvisí s jejich osobnostním nastavením, aktuální sociální situací, minulými zkušenostmi, přijetím vlastního stáří a zejména pak dobrou adaptací a sociálním nastavením v této fázi života.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 VLASTNÍ ŠETŘENÍ

5.1 CÍL ŠETŘENÍ

Hlavním cílem šetření bylo zjistit, zda senioři na Prostějovsku používají mobilní telefony, počítače a internet a v jakém rozsahu. Dalšími cíli šetření bylo zjistit, jakým způsobem si senioři osvojili používání ICT a jaké možnosti nabízí region Prostějovsko (geograficky okres Prostějov) seniorům v oblasti vzdělávacích kurzů na PC.

Pro následné zpracování jsme formulovali základní otázky:

1. Používají senioři na Prostějovsku mobilní telefony a v jakém rozsahu?
2. Používají senioři na Prostějovsku počítače a internet a v jakém rozsahu?
3. Jakým způsobem si senioři osvojili používání ICT?
4. Mají senioři na Prostějovsku možnost se vzdělávat v oblasti ICT?

5.2 METODIKA ŠETŘENÍ

Pro tuto práci byla zvolena metoda dotazníku. „*Samotný dotazník je soustava předem připravených a pečlivě formulovaných otázek, které jsou promyšleně seřazeny a na které dotazovaná osoba (respondent) odpovídá písemně*“ (Chráska, 2007, s. 163).

Dotazníkové šetření bylo uskutečněno v lednu 2013. Dotazník (viz. příloha č. 1) obsahoval 16 otázek a byl zcela anonymní. Dotazník nebyl časově náročný na vyplnění a jednotlivé otázky byly jasné a srozumitelné. V dotazníku byly použity otázky uzavřené a polouzavřené. Uzavřené otázky se vyznačují tím, že respondentovi předkládají určitý počet předem připravených odpovědí, z nichž respondent vybírá. U polouzavřených otázek je respondentovi taktéž předkládán určitý počet předem připravených odpovědí, z nichž respondent vybírá. Pokud respondentovi nevyhovuje žádná z nabízených možností, tak může použít nabídku „jiná odpověď“ (Chráska, 2007, s. 167).

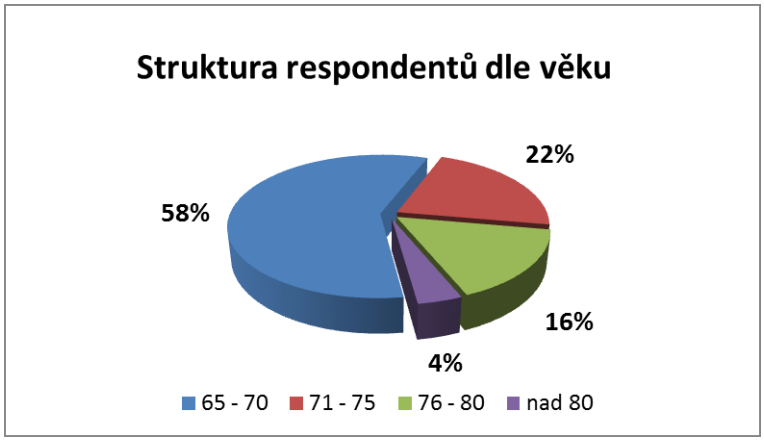
5.3 VZOREK ŠETŘENÍ

Vzorek šetření tvořili senioři regionu Prostějov s dolní věkovou hranicí 65 let s dobrou tělesnou a duševní kondicí, kteří nemají problémy se soběstačností a bydlí sami nebo s rodinou. Celkem bylo osloveno 100 seniorů. Oslovení proběhlo prostřednictvím vybraných ordinací praktických lékařů. Společně byla dohodnuta lhůta potřebná k vyplnění dotazníků a termín pro vyzvednutí vyplněných dotazníků. Ze 100 rozdaných dotazníků bylo vráceno 95 dotazníků. Tři dotazníky byly vyplněny chybně a byly vyřazeny. Pět dotazníků se nevrátilo. Návratnost našich dotazníků můžeme tedy označit téměř za stoprocentní.

Zcela samostatně proběhlo šetření, kterým jsme monitorovali, jaké možnosti nabízí region Prostějovsko seniorů v oblasti pořádání vzdělávacích kurzů na PC. Byly osloveny osobně i elektronickou poštou města Prostějov, Kostelec na Hané, Konice, Plumlov a Němčice nad Hanou. Dále městské knihovny v uvedených městech, střední školy v Prostějově, při kterých fungují Centra celoživotního učení a registrované sociální služby pro seniory poskytované v regionu. Zde jsme využili katalog poskytovatelů sociálních služeb v Prostějově, který podává ucelený přehled a základní informace o organizacích působících v sociálních a navazujících službách v Prostějově a okolí bez rozdílu zřizovatele. Katalog byl vydán v rámci procesu komunitního plánování sociálních služeb v Prostějově. Také byly osloveny soukromé firmy zabývající se výpočetní technikou a pořádáním specializovaných výukových kurzů na PC. Zde jsme oslovili regionální informační centrum města Prostějova, jehož zaměstnanci nám poskytli přehled firem zabývajících se informačními technologiemi a poskytováním výukových kurzů. Celkem bylo osloveno 5 měst v regionu, 5 městských knihoven, 6 středních škol, 14 zařízení pro seniory a 3 soukromé firmy. Dohromady tedy bylo osloveno 33 subjektů.

5.4 ANALÝZA VÝSLEDKŮ ŠETŘENÍ

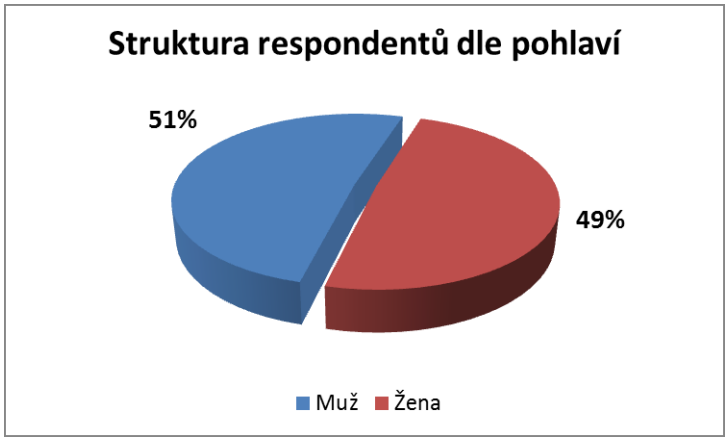
Otázka č. 1. Kolik je Vám let?



Graf 1: Struktura respondentů dle věku

První dotazovanou otázkou jsme zjišťovali věk respondentů. Z grafu vyplývá, že z celkového počtu 92 (100 %) dotázaných respondentů bylo 53 (58 %) ve věkové kategorii 65-70 let, 20 (22 %) respondentů ve věkové kategorii 71-75 let, 15 (16 %) respondentů ve věkové hranici 76-80 let. Zbývající 4 (4 %) respondenti se nacházeli ve věkové kategorii nad 80 let. Průměrný věk oslovených respondentů činil 71 let.

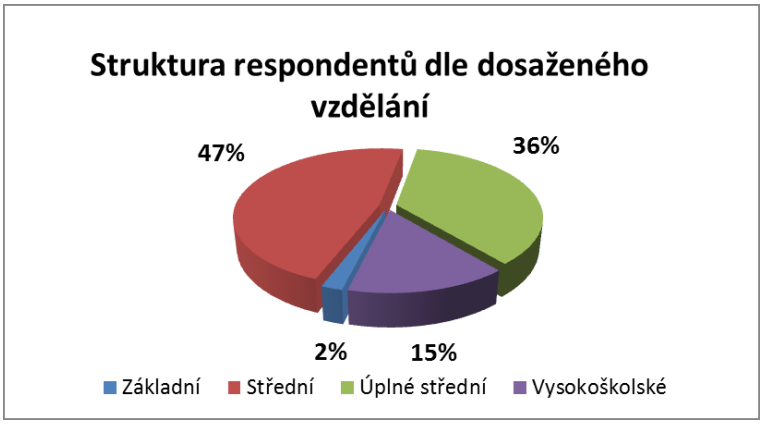
Otázka č. 2. Jakého jste pohlaví?



Graf 2: Struktura respondentů dle pohlaví

Druhou otázkou jsme zjišťovali pohlaví oslovených respondentů. Z výše uvedeného grafu vyplývá, že zastoupení dle pohlaví je velmi vyvážené. Z celkového počtu 92 (100 %) respondentů je 47 (51 %) mužů a 45 (49 %) žen.

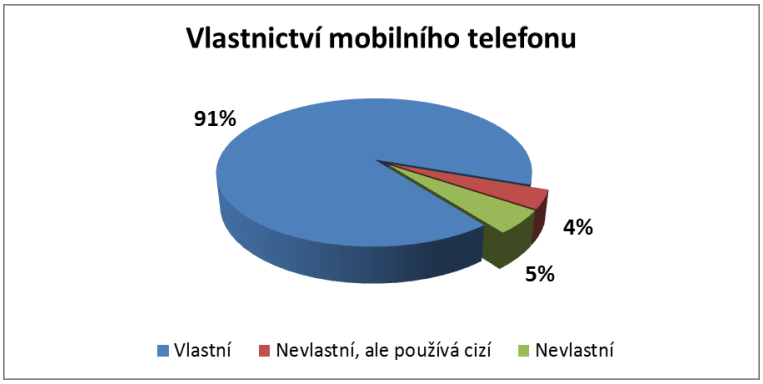
Otázka č. 3. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?



Graf 3: Struktura respondentů dle dosaženého vzdělání

Třetí otázka byla zaměřena na nejvyšší dosažené vzdělání. Z oslovených 92 (100 %) respondentů dosáhlo vysokoškolského vzdělání 14 (15 %) respondentů. Úplného středního vzdělání 33 (36 %) respondentů, středního vzdělání 43 (47 %). Nejmenší podíl oslovených respondentů jsme zaznamenali v oblasti základního vzdělání. Zde se nachází pouze 2 (2 %) respondenti. V námi osloveném vzorku respondentů je tedy největší podíl seniorů se středním a úplně středním vzděláním.

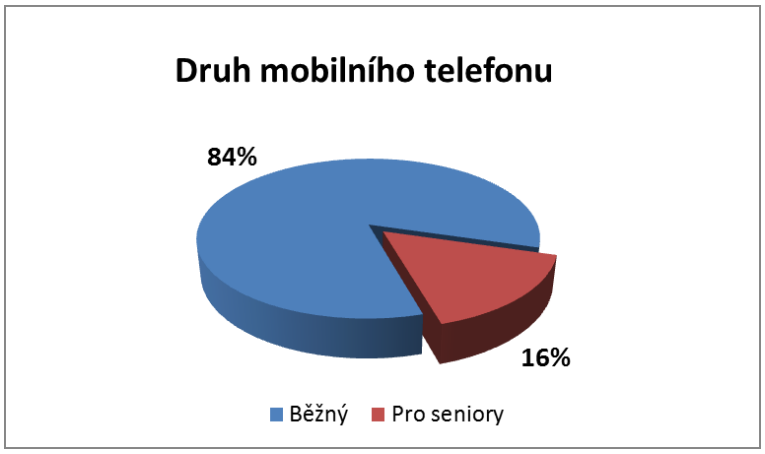
Otázka č. 4. Vlastníte mobilní telefon?



Graf 4: Vlastnictví mobilního telefonu

Otázkou č. 4 jsme zjišťovali vlastnictví mobilních telefonů. Z 92 (100 %) oslovených respondentů 83 (91 %) vlastní mobilní telefon, 4 (4 %) respondenti svůj mobilní telefon nemají, ale využívají mobilního telefonu někoho z rodiny. Pouze 5 (5 %) z oslovených respondentů mobilní telefon nevlastní. Je tedy patrné, že senioři jsou zcela plnohodnotnou skupinou uživatelů mobilních telefonů.

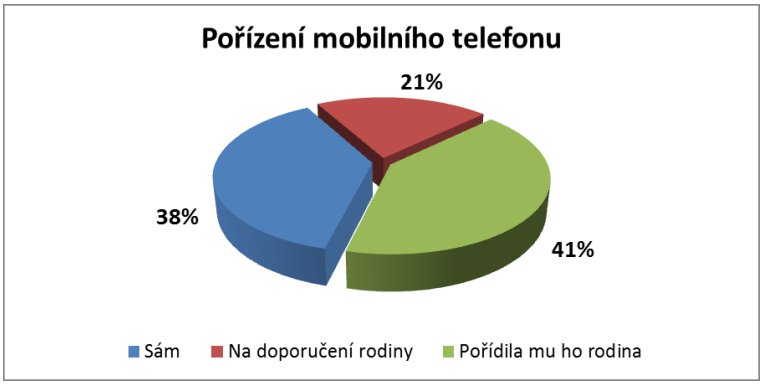
Otázka č. 5. Jaký druh mobilního telefonu vlastníte?



Graf 5: Druh mobilního telefonu

Pátá otázka se týkala druhu mobilního telefonu. Tato otázka i otázky č. 6., č. 7., č. 8. a č. 9. jsou podmíněny otázkou č. 4. Na tyto otázky odpovídali pouze uživatelé mobilních telefonů, tj. 87 respondentů. Z 87 (100 %) dotázaných respondentů 73 (84 %) vlastní běžný druh mobilního telefonu a pouze 14 (16 %) vlastní mobilní telefon určený speciálně pro seniory. Tento výsledek pro nás není úplným překvapením. Přestože trh nabízí speciální telefony pro seniory, běžná praxe ukazuje, že v rodinách se po zakoupení novějšího složitějšího typu telefonu právě typ starší (uživatelsky jednodušší) předává seniorům k používání.

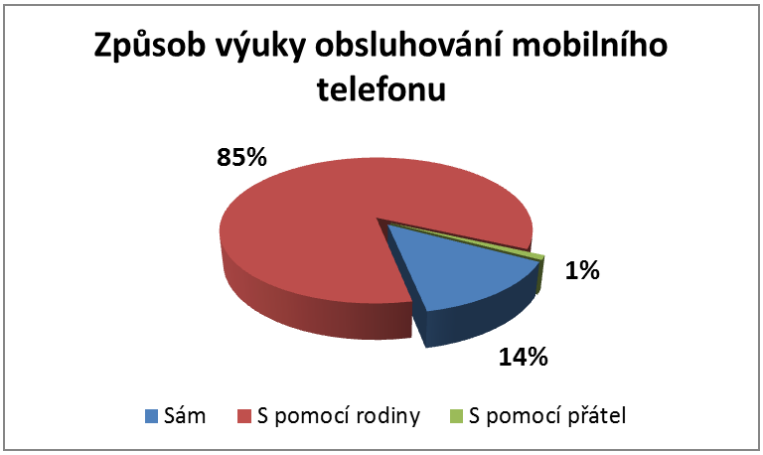
Otázka č. 6. Pořídil/a jste si mobilní telefon sám?



Graf 6: Pořízení mobilního telefonu

Otázka č. 6 se zabývala pořízením mobilního telefonu. Z celkového počtu 87 (100 %) respondentů si 33 (38 %) pořídilo mobilní telefon sám, 18 (21 %) respondentů si pořídilo telefon na doporučení rodiny a 36 (41 %) respondentům pořídila mobilní telefon rodina.

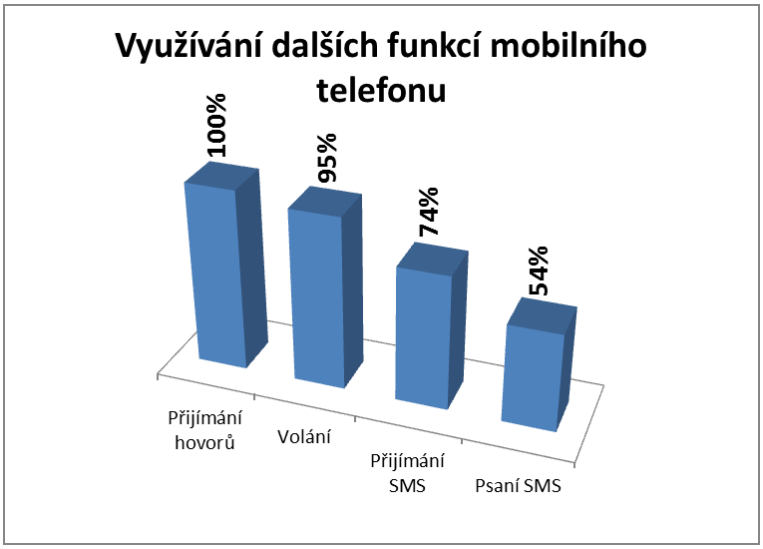
Otázka č. 7. Jakým způsobem jste se naučil/a telefon obsluhovat (používat)?



Graf 7: Způsob výuky obsluhování mobilního telefonu

Prostřednictvím otázky č. 7 jsme zjišťovali, jakým způsobem se oslovení respondenti naučili mobilní telefony obsluhovat. Z 87 (100 %) respondentů se 74 (85 %) naučilo ovládat mobilní telefon s pomocí rodiny. Pouze 12 (14 %) respondentů tyto činnosti zvládli sami a 1 (1 %) oslovený respondent požádal o pomoc své přátele. Z odpovědí na otázky č. 6. a č. 7. je zřejmé, že rodina je pro seniory klíčová i v oblasti komunikačních technologií.

Otázka č. 8. Jakým způsobem používáte mobilní telefon?

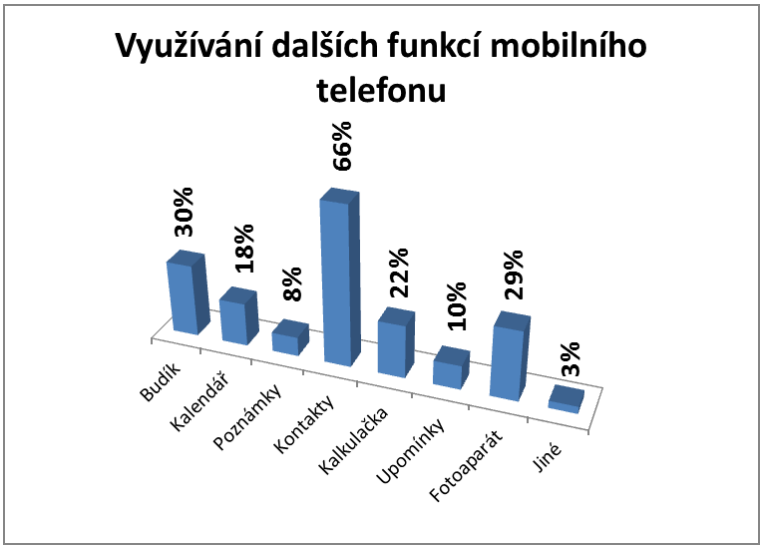


Graf 8: Způsob používání mobilního telefonu

Otázkou č. 8. jsme zjišťovali, jakým způsobem respondenti používají mobilní telefon. Z celkového počtu 87 (100 %) respondentů všech 100 %, tj. 87 respondentů přijímá telefonní hovory. 95 %, tj. 83 respondentů telefon používá k přijímání hovorů i volání. 74 %, tj. 64 respondentů je schopno přijmout a přečíst si SMS. 54 %, tj. 47 respondentů je schopno

přijmout i odeslat SMS. Z výše uvedeného vyplývá, že mobilní telefon všichni oslovení senioři primárně využívají k základní činnosti, tj. telefonování. S používáním SMS zpráv se počet respondentů snižuje na polovinu.

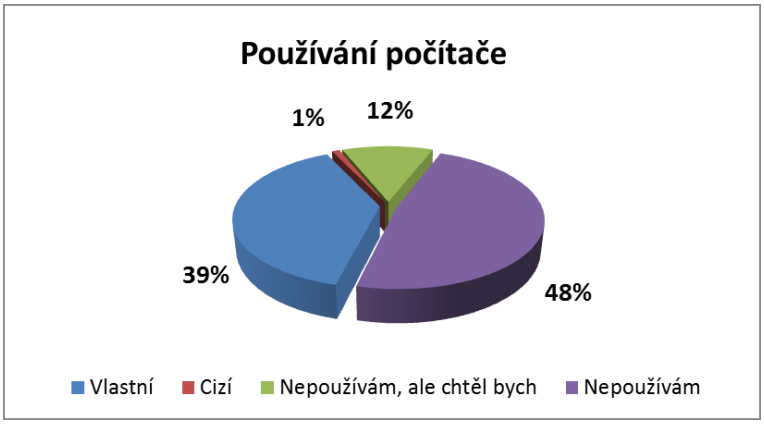
Otázka č. 9. Využíváte i další funkce mobilního telefonu?



Graf 9: Využívání dalších funkcí mobilního telefonu

Otázka č. 9 byla zaměřena na využívání doplňkových funkcí mobilního telefonu. Z grafu vyplývá, že z celkového počtu 87 (100 %) respondentů nejvíce využívá ukládání telefonních čísel do seznamu. Jedná se o 66 %, tj. 57 respondentů. Následuje 30 %, tj. 26 respondentů, kteří využívají na mobilním telefonu budík, dále 29 %, tj. 25 respondentů využívajících funkci fotoaparátu. 22 %, tj. 19 respondentů využívá funkce kalkulačky, 18 %, tj. 16 respondentů využívá funkce kalendáře. S využíváním dalších funkcí se dostáváme k hranici pouhých 10 %. Upomínky v telefonu využívá 10 %, tj. 9 respondentů, funkci poznámkového bloku využívá 8 %, tj. 7 respondentů. 3 %, tj. 3 respondenti využili možnosti odpovědi „jiné“ a uvedli, že využívají jinou doplňkovou funkci mobilního telefonu, funkci světla. Odpovědi na tuto otázku navazují na odpověď předchozí. Je zcela zřejmá výrazná klesající tendence v používání doplňkových funkcí mobilního telefonu.

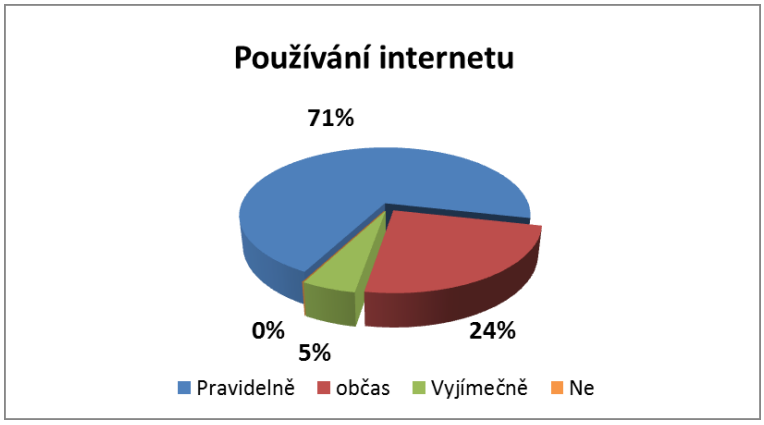
Otázka č. 10. Používáte počítač?



Graf 10: Používání počítače

Desátá otázka v pořadí se zabývala používáním počítačů. Z celkového počtu 92 (100 %) všech oslovených respondentů nám 36 (39 %) respondentů uvedlo, že používá vlastní počítač, 1 (1 %) respondent používá počítač jiné osoby. 44 (48 %) oslovených respondentů počítač nepoužívá, 11 (12 %) respondentů taktéž počítač nepoužívá, ale uvažují nad tím. Ze zjištěného vyplývá, že používání počítačů mezi seniory není tak rozšířené jako používání mobilních telefonů. Používání počítačů nepřekračuje hranici 40 % všech oslovených respondentů.

Otázka č. 11. Používáte internet?

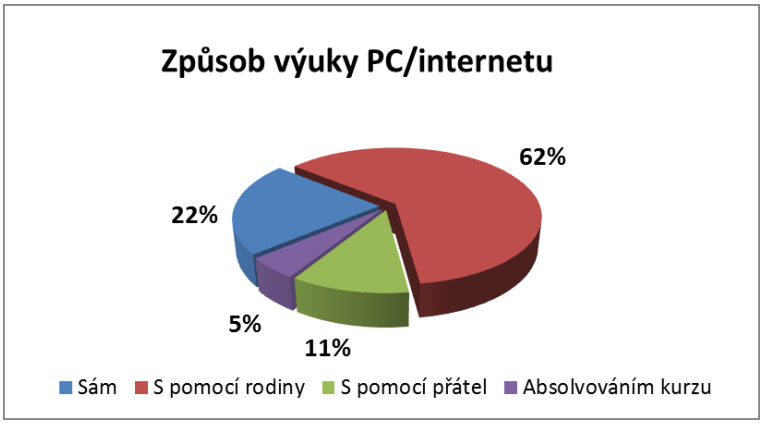


Graf 11: Používání internetu

Jedenáctá otázka se týkala používáním internetu. Tato otázka i otázky č. 12, č. 13, č. 14., č. 15. a č. 16. jsou podmíněny otázkou č. 10 (používáním počítače). Na tyto otázky odpovídají pouze uživatelé počítačů, tj. 37 respondentů. Z 37 (100 %) dotázaných respondentů všichni používají internet. Pravidelnými uživateli je 26 (71 %) respondentů, občasnými uživateli je 9 (24 %) respondentů. Zcela výjimečně používají internet pouze 2

(5 %) respondenti. Z odpovědí vyplývá, že používání počítače a používání internetu je úzce spjato. Senioři, kteří se naučili pracovat s počítačem, také zvládli používání internetu.

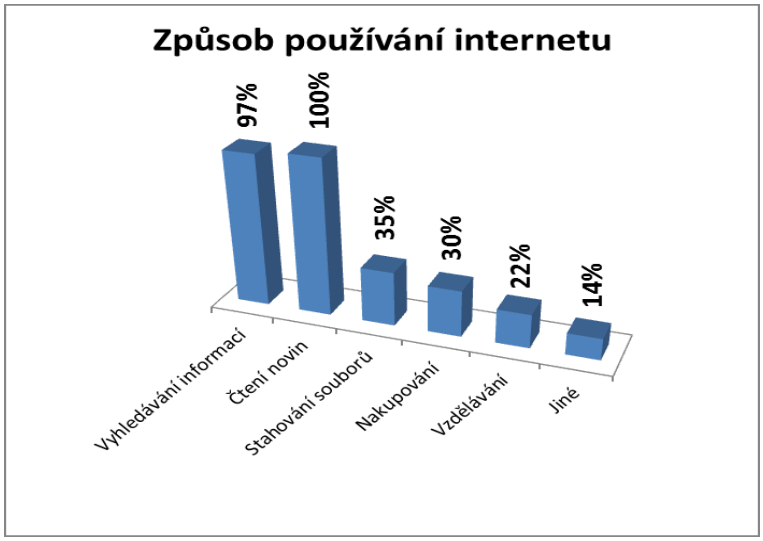
Otázka č. 12. Jakým způsobem jste se naučil/a počítač/internet obsluhovat (používat)?



Graf 12: Způsob výuky obsluhování PC/internetu

Otázkou č. 12 jsme zjišťovali, jakým způsobem se oslovení respondenti naučili počítač/ internet obsluhovat. Z 37 (100 %) dotázaných respondentů se 23 (62 %) respondentů naučilo obsluze s pomocí rodiny. 8 (22 %) respondentů se naučilo obsluhovat počítač s internetem sami, 4 (11 %) respondentům pomohli s učením přátelé a pouze 2 (5 %) respondenti využili možnosti osvojení si této dovednosti prostřednictvím výukového kurzu. Vyhodnocení odpovědí na tuto otázku nám opět ukazuje nezastupitelné místo rodiny v životě seniorů.

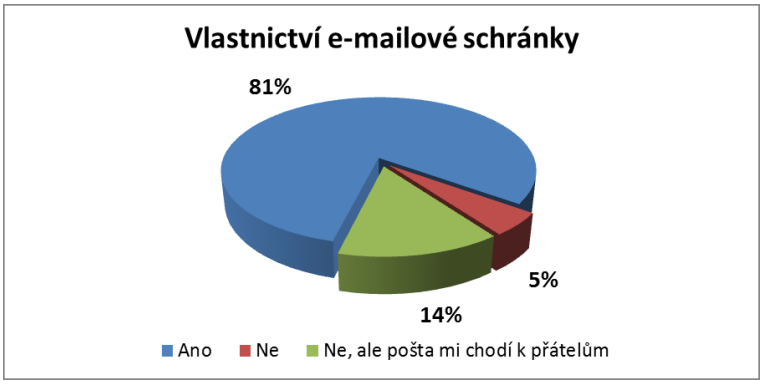
Otázka č. 13. Jakým způsobem používáte internet?



Graf 13: Způsob používání internetu

Prostřednictvím otázky č. 13 jsme zjišťovali způsob používání internetu. Z grafu vyplývá, že z celkového počtu 37 (100 %) respondentů jich celých 100 %, tj. 37 čte noviny a 97 %, tj. 36 respondentů vyhledává na internetu nejrůznější informace. 35 %, tj. 13 respondentů využívá internet ke stahování souborů, 30 %, tj. 11 respondentů prostřednictvím internetu nakupuje, 22 %, tj. 8 respondentů se prostřednictvím internetu vzdělává. 14 %, tj. 5 respondentů využilo možnosti odpovědi „jiné“ a uvedli, že na internetu sledují televizní seriály, filmy a hrají hry. Z výše uvedeného zcela jednoznačně vyplývá, že senioři používají internet k získávání informací a čtení tisku. Zbývající činnosti jsou používány výrazně méně.

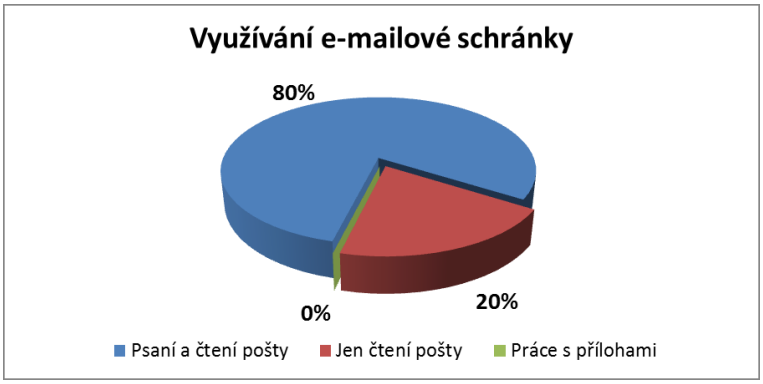
Otázka č. 14. Vlastníte e-mailovou schránku?



Graf 14: Vlastnictví e-mailové schránky

Otázka č. 14. byla zaměřena na vlastnictví e-mailové schránky. Z celkového počtu 37 (100 %) respondentů jich 30 (81 %) vlastní e-mailovou schránku. 5 (14 %) respondentům chodí e-mailová pošta do schránky k rodině nebo přátelům, 2 (5 %) respondenti e-mailovou schránku nemá zřízenou. Můžeme tedy uvést, že senioři používající počítač a internet využívají i možnost e-mailové komunikace. Z uvedených 37 jich tento druh komunikace používá 35.

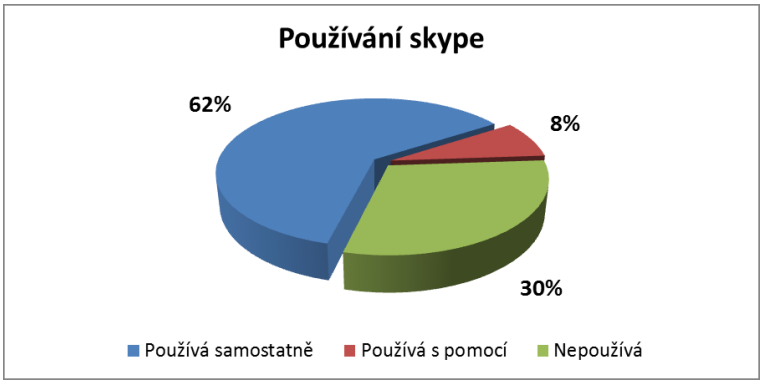
Otázka č. 15. Jakým způsobem e-mailovou schránku využíváte?



Graf 15: Využívání e-mailové schránky

Otázka č. 15. zjišťovala způsob využívání e-mailové schránky. Z grafu vyplývá, že z celkového počtu 35 (100 %) respondentů používajících e-mailovou schránku - viz vyhodnocení otázky č. 14, jich 28 (80 %) používá schránku zcela standartním způsobem na čtení, psaní a odesílání pošty. Zbývajících 7 (20 %) respondentů používá schránku pouze na čtení příchozí e-mailové komunikace. Zajímavým zjištěním pro nás je, že nikdo z oslovených seniorů v e-mailových schránkách nepracuje s přílohami.

Otázka č. 16. Používáte skype (nástroj pro telefonování po internetu)?

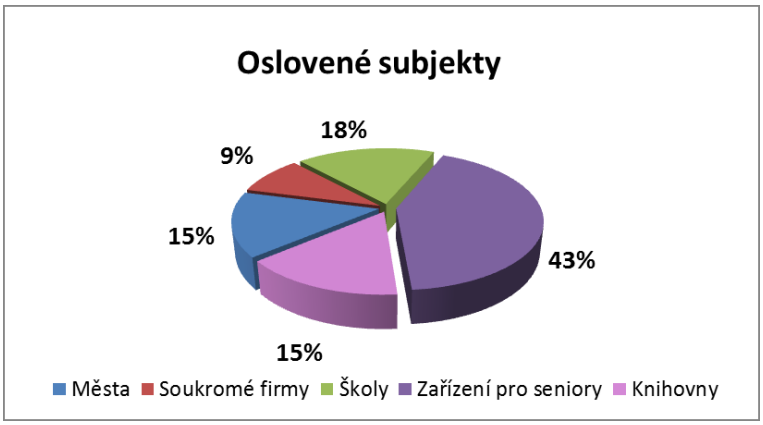


Graf 16: Používání skype

Poslední otázkou jsme zjišťovali, zda oslovení respondenti používají skype. Z celkového počtu 37 (100 %) respondentů používá skype samostatně 23 (62 %) respondentů. S pomocí jiné osoby tento nástroj používají 3 (8 %) respondenti. Zbývajících 11 (30 %) respondentů tuto možnost internetu nepoužívá. Je pro nás příjemným zjištěním, že i tento moderní způsob komunikace je v částečném rozsahu seniory využíván.

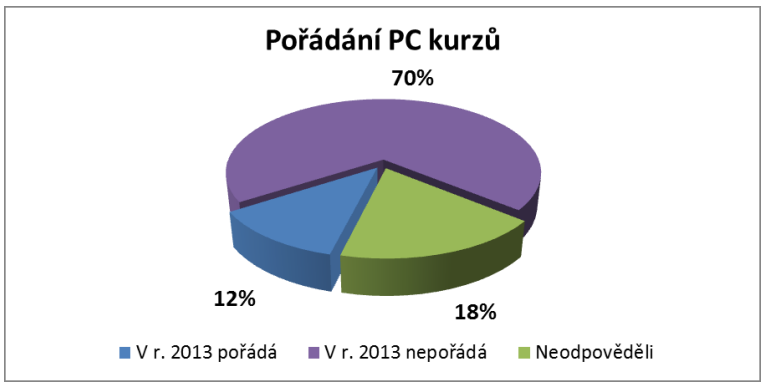
Zcela samostatně proběhlo šetření, kterým jsme zjišťovali, zda se pro seniory na Prostějovsku pořádají kurzy výuky na PC. Otázka, kterou jsme položili osloveným subjektům, zněla:

Pořádá Vaše zařízení (město, škola, firma, knihovna – dle typu osloveného subjektu) počítačové kurzy/ školení pro seniory?



Graf 17: Oslovené subjekty

Graf znázorňuje skladbu oslovených institucí. Z celkového počtu 33 (100 %) oslovených institucí bylo 14 (43 %) registrovaných sociálních služeb poskytovaných ve městě Prostějov a jeho regionu. Konkrétně se jednalo o 4 ambulantní služby a 10 pobytových služeb. Dále byla oslovena všechna města v regionu Prostějov, tj. 5 (15 %). V těchto městech byly osloveny městské knihovny 5 (15 %). 6 (18 %) středních škol společně se 3 (9 %) soukromými firmami zabývajícími se pořádáním PC kurzů pro seniory uzavírají skladu oslovených institucí. Tyto instituce jsme vyhledali s velkou pečlivostí tak, aby se nám podařilo obsáhnout všechny sféry společnosti a tím i všechny potencionální pořadatele těchto kurzů.



Graf 18: Pořádání PC kurzů

Graf znázorňuje odpovědi oslovených institucí. Z celkově oslovených 33 (100 %) institucí 23 (70 %) institucí PC kurzy pro seniory v tomto roce nepořádá. 6 (18 %) institucí nám na naši otázku neodpovědělo. Ze všech oslovených pouze 4 (12 %) instituce odpověděly kladně, tj. že PC kurzy pro seniory pořádají. Z výše uvedeného vyplývá, že v případě zájmu seniorů o absolvování PC kurzů mají senioři možnost se takových kurzů zúčastnit. Tyto možnosti jsou ale výrazně omezeny.

5.5 ZÁVĚR ŠETŘENÍ

Úvod praktické části bakalářské práce jsme věnovali cílům práce, popisu metodiky práce a bližší specifikaci vzorku šetření. Nejvíce času jsme věnovali analýze jednotlivých položek v dotazníku. Údaje z dotazníku jsme vyhodnotili a zpracovali pomocí programu Microsoft Excel, s jehož pomocí jsme výsledky graficky interpretovali.

První tři otázky dotazníku sloužily ke specifikování respondentů. Zbývající otázky dotazníku byly spjaty s položenými základními otázkami šetření. Pro jejich vyhodnocení byla použita data zjištěná z jednotlivých odpovědí dotázaných respondentů.

1. Používají senioři na Prostějovsku mobilní telefony a v jakém rozsahu?

Vyhodnocené výsledky z dotazníkových otázek č. 4., č. 5., č. 6, č. 8. a č. 9. nám pomohly nalézt odpověď na tuto základní otázku šetření. 95 % oslovených seniorů používá mobilní telefon. Je tedy nade vší pochybnost, že senioři jsou plnohodnotní uživatelé mobilních telefonů. Zjistili jsme, že používají převážně běžné mobilní telefony, přestože trh nabízí i mobilní telefony speciální. 62 % oslovených seniorů telefon dostane od rodiny nebo si jej na její doporučení pořídí. U využívání funkcí mobilních telefonů jsme zaznamenali zajímavé zjištění. Všichni oslovení senioři používají mobilní telefon k jeho základní činnosti, telefonování a přijímání hovorů. V případě používání SMS se počet seniorů snižuje na polovinu. Další snížení přibližně na třetinu zjišťujeme u používání doplňkových funkcí telefonu, jako jsou budík, kalendář, kalkulačka a další. Jedinou výjimku tvoří doplňková funkce ukládání telefonních čísel do seznamu. Této využívá 66 % oslovených seniorů.

Odpověď na výše položenou otázku je tedy jednoznačná. Senioři naprosto suverénním způsobem používají mobilní telefony k základním činnostem, volání a přijímání hovorů. S využíváním zbývajících funkcí mobilních telefonů jejich počet výrazně klesá pod hranici 50 %.

2. Používají senioři na Prostějovsku počítače a internet a v jakém rozsahu?

Odpověď na tuto základní otázku šetření nám zjišťovali dotazníkové otázky č. 10., č. 12, č. 13., č. 14., č. 15. a č. 16. Ze všech námi oslovených seniorů používá počítač pouze 40 % z nich. Všichni tito senioři také používají internet. Internet je pro všechny tyto seniory zdrojem informací. Další možnosti internetu využívá jen 1/3 seniorů. Pravidelné používání internetu je samozřejmostí pro 2/3 seniorů používajících počítač. Téměř všichni senioři používající počítač a internet vlastní e-mailovou schránku. U využívání e-mailových schránek jsme zjistili zajímavou skutečnost. Senioři používají e-mailovou komunikaci pouze k základním činnostem, tj. psaní a čtení pošty. Vůbec nepracují se soubory, prostřednictvím e-mailů nepřijímají a neodesílají žádné přiložené soubory. U využívání skypu se počet seniorů používajících počítač s internetem snižuje o třetinu.

Odpověď na tuto otázku je tedy taktéž jednoznačná. Počítače společně s internetem si osvojilo pouze 40 % oslovených seniorů. Senioři je využívají k základním činnostem, tj. k vyhledávání informací a ke komunikaci prostřednictvím e- mailu. S využíváním zbývajících funkcí internetu počet seniorů rapidně klesá. Je tedy zřejmé, že zcela suverénní ovládnutí mobilních telefonů seniory se v případě těchto technologií neopakuje.

3. Jakým způsobem si senioři osvojili používání ICT?

Odpověď na tuto otázku jsme nalezli ve vyhodnocení dotazníkových otázek č. 7. a č. 11. Pomoc naučit se používat mobilní telefon seniorům v 85 % poskytla rodina. U počítače s internetem rodina pomáhala seniorům v 62 %. Z uvedeného vyplývá, že pro seniory je rodina naprosto klíčovým a stěžejním pomocníkem v případě, že projeví zájem o tyto technologie. Toto zjištění pro nás není překvapením. Praxí v běžném životě jsou vnoučata učící své prarodiče posílat SMS, vlastní dospělé děti učící své rodiče posílat e-maily, skypovat a využívat dalších možností ICT. Rodina zaujímá v životě seniora i v této oblasti naprosto nenahraditelné místo.

Odpověď na výše položenou otázku tedy zní: Seniorům zcela zásadním způsobem pomáhají jejich vlastní rodinní příslušníci.

4. Mají senioři na Prostějovsku možnost se vzdělávat v oblasti ICT?

V tomto případě jsme zcela samostatně oslovili 33 institucí v regionu Prostějov. Ze všech oslovených pouze čtyři oslovené instituce odpověděly kladně. Jedná se o Centrum celoživotního učení při Cyrilometodějském gymnáziu v Prostějově, město Plumlov, občanské sdružení Lipka a soukromou firmu Habro Prostějov. Kurzy jsou pořádány pro úplné

začátečníky, pokračující rozšiřující pro začátečníky i navazující nadstavbové pro seniory zdatnější. Firma Habro Prostějov nabízí i individuální výuku seniorů. V případě jejich zájmu se senioři mohou učit pracovat s PC pod vedením lektora v klidu a pohodlí svého domova. Některé z oslovených institucí nám také uvedly, že kurzy připravovaly, ale vzhledem k nízkému zájmu nakonec pořádání zrušily.

I odpověď na tuto otázku se nám tedy podařilo nalézt. Pokud senioři budou mít zájem o absolvování kurzů práce na PC, mají možnost se do takových kurzů přihlásit. Tato možnost je ale výrazně omezena pro seniory žijící v okrajových částech regionu.

ZÁVĚR

Informačně komunikační technologie s naprostou jistotou ovládly naše životy. Nacházíme je i tam, kde bychom je ještě před pár lety vůbec nehledali. Děti v mateřských školkách dnes běžně vlastní a používají mobilní telefony, v jejich pokojích najdeme počítačové vybavení. Je tomu tak i u seniorů? Jakou silou zasáhl tento fenomén do života současných seniorů? Umí senioři používat mobilní telefony, počítače a internet? Díky vyplněným dotazníkům jsme mohli alespoň částečně nahlédnout do jejich životů, zjistit, zda přijali informačně komunikační technologie, zda se je naučili používat a k jakým účelům je používají.

Stárnutí a stáří nám může nahánět obavy a strach. Strach z ubývání našich schopností a dovedností. Strach z toho, že přestaneme zvládat požadavky, které jsou na nás společností kladeny. Údaje, které se nám prostřednictví této práce podařilo zjistit, však svědčí o opaku. Dnešní senioři i přesto, že neměli během svého produktivního života téměř žádnou možnost se s informačně komunikačními technologiemi seznámit, nám dokázali, že s pomocí rodiny tyto technologie zvládnou.

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat, zda má dnešní senior možnost využívat informačně komunikační technologie, zda a v jakém rozsahu je využívá a zda má možnost si tuto oblast osvojovat a zdokonalovat se v ní.

Ohlédneme-li se za bakalářskou prací, můžeme říci, že tento cíl se nám podařilo splnit. Zpracování bakalářské práce nebylo nijak jednoduché, ale samotné téma a zjištěné výsledky pro nás byly obohacující a přínosné.

SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH CITACÍ

ČSSZ *Důchod pobírá v ČR přes 2 855 000 důchodců, na způsobu jeho výplaty se nic nemění* [online]. 2012. [cit. 2012-12-13]. Dostupné z <http://www.cssz.cz/cz/o-cssz/informace/media/tiskove-zpravy/tiskove-zpravy-2012/2012-11-09-duchod-pobira-v-cr-pres-2-855-000-duchodcu-na-zpusobu-jeho-vyplaty-se-nic-nemeni.htm>.

ČSÚ, 2012a *Věková skladba obyvatelstva v roce 2010* [online]. 2012. [cit. 2012-12-08]. Dostupné z <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/vekova_skladba_obyvatelstva_v_roce_2010>.

ČSÚ, 2012b *Senioři v mezinárodním srovnávání 2012*/Další charakteristiky [online]. 2012. [cit. 2012-12-13]. Dostupné z <http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/p/1417-12>.

ČSÚ, 2012c *Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci v roce 2012*. 1. vyd. Praha: ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, Odbor statistik rozvoje společnosti, 2012. 56 s. ISBN 978-80-250-2311-2.

ČSÚ, 2012d *Dvě třetiny českých domácností mají počítač* [online]. 2012. [cit. 2013-01-03]. Dostupné z <http://www.czso.cz/csu/tz.nsf/i/dve_tretiny_ceskych_domacnosti_maji_pocitac20121204>.

HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří.* 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. 407 s. ISBN 80-7038-158-2.

HRON, L. *Nechceme složité telefony, trvají na svém čeští senioři* [online]. 2012. [cit. 2012-09-29]. Dostupné z < http://mobil.idnes.cz/mobily-pro-seniory-0as-/mob_tech.aspx?c=A120724_123203_mob_tech_LHR>.

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

KALMUS, J., ČSÚ *Příjmy a životní podmínky domácností starobních důchodců* [online]. 2012. [cit. 2012-09-29]. Dostupné z <http://www.czso.cz/csu/tz.nsf/bce41ad0daa3aad1c1256c6e00499152/cc3022aee9082cfec12579d8002aad25/$FILE/%C4%8CS%C3%9A%20CERGE-EI%20Kalmus.pdf>.

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

KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory.* 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 208 s. ISBN 978-80-247-2169-9.

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

MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. 328 s. ISBN 978-80-247-3148-3.

MAZAL, J. *Emporia: Čeští senioři jsou ochotni připlatit za kvalitní jednoduchý mobil* [online]. 2012. [cit. 2013-01-22]. Dostupné z <http://channelworld.cz/spotrebni-elektronika/emporia-cesti-seniori-jsou-ochotni-priplatit-za-kvalitni-jednoduchy-mobil-7646>.

MPSV, 2008a *Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 (Kvalita života ve stáří)* [online]. [cit. 2013-02-23]. Dostupné z <http://www.mpsv.cz/cs/5045>.

MPSV, 2008b *Příprava na stárnutí* [online]. [cit. 2012-09-25]. Dostupné z < http://www.mpsv.cz/cs/2856>.

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

PETŘKOVÁ, A., ČORNANIČOVÁ, R. *Gerontagogika* 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2004. 92 s. ISBN 80-244-0879-1.

PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, U. *Soužití se staršími lidmi*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998. 156 s. ISBN 80-7178-184-3.

PLOHÁK, P. *Mobilní telefony pro seniory* [online]. © 2010, poslední revize 2013-02-26 7:47 [cit. 2013-02-22]. Dostupné z <http://www.zijemenaplno.cz/Clanky/a93-Mobilni-telefony-pro-seniory.aspx>.

REIDL, A. *Senior – zákazník budoucnosti* 1. vyd. Brno: BizBooks, 2012. 256 s. ISBN 978-80-265-0018-6.

RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 1999. 86 s. ISBN 80-7169-828-8.

ŘÍČAN, P. *Cesta životem. Vývojová psychologie.* 2. vyd. Praha: Portál, 2006. 390 s. ISBN 80-7367-124-7.

SAK, P. et al. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. 290 s. ISBN 978-80-7367-230-0.

SRB, L. *Senioři rádi využívají mobilní telefony, nové technologie jim však mnohdy brání* [online]. 2012. [cit. 2012-10-02]. Dostupné z <http://mobilizujeme.cz/clanky/seniori-radi-vyuzivaji-mobilni-telefony-nove-technologie-jim-vsak-mnohdy-brani/>.

ŠANC, M. *Internet pro seniory*. 1. vyd. Brno: Computer Press, 2006. 180 s. ISBN 80-251-1315-9.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J., et al. *Přehled vývojové psychologie* 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. 175 s. ISBN 978-80-244-2141-4.

TECHZON.CZ *Operační systém pro seniory se stal nápadem roku* [online]. 2011. [cit. 2013-02-21]. Dostupné z <http://www.techzon.cz/operacni-system-pro-seniory-se-stal-napadem-roku/>.

TECHZON.CZ *Počet uživatelů internetu v ČR vzrostl o 1,65 milionu* [online]. 2012. [cit. 2013-01-19]. Dostupné z < http://www.techzon.cz/pocet-uzivatelu-internetu-v-cr-vzrostl-o-1-65-milionu/>.

TOŠNEROVÁ, T. *Ageismus. Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 1. vyd. Praha: Lékařská fakulta Univerzity Karlovy, 2002. 45 s. ISBN 80-238-9506-0.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří.* 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2007. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory* 1. vyd. Praha: Grada, 2007. 96 s. ISBN 978-80-247-2170-5.

VOHRALÍKOVÁ, L., RABUŠIC, L. *Čeští senioři včera, dnes a zítra* [Praha]: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. 90 s. ISBN 80-239-4218-2.

SEZNAM ZKRATEK

ČSSZ	Česká správa sociálního zabezpečení
ČSÚ	Český statistický úřad
MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí

SEZNAM TABULEK, OBRÁZKŮ A GRAFŮ

Tabulka 1: Změny v organismu v období stárnutí (Venglářová, 2007, s. 12) 5

Obrázek 1: Věková skladba obyvatelstva v roce 2010 (ČSÚ, 2012a) 13

Graf 1: Struktura respondentů dle věku 26
Graf 2: Struktura respondentů dle pohlaví 26
Graf 3: Struktura respondentů dle dosaženého vzdělání 27
Graf 4: Vlastnictví mobilního telefonu 27
Graf 5: Druh mobilního telefonu 28
Graf 6: Pořízení mobilního telefonu 28
Graf 7: Způsob výuky obsluhování mobilního telefonu 29
Graf 8: Způsob používání mobilního telefonu 29
Graf 9: Využívání dalších funkcí mobilního telefonu 30
Graf 10: Používání počítače 31
Graf 11: Používání internetu 31
Graf 12: Způsob výuky obsluhování PC/internetu 32
Graf 13: Způsob používání internetu 32
Graf 14: Vlastnictví e-mailové schránky 33
Graf 15: Využívání e-mailové schránky 34
Graf 16: Používání skype 34
Graf 17: Oslovené subjekty 35
Graf 18: Pořádání PC kurzů 35

PŘÍLOHY

Příloha č. 1 Dotazník

1. **Kolik je Vám let?**……

2. **Jakého jste pohlaví?** □ Muž□ □ Žena

3. **Jaké je vaše nejvyšší dosažené vzdělání:**
   - □ Základní
   - □ Vyučen/střední bez maturity
   - □ Střední s maturitou
   - □ Vysokoškolské

4. **Vlastníte mobilní telefon?**
   - □ Ano
   - □ Ne, ale občas používám cizí (např. manželky/manžela, dcery, syna, vnučky…)
   - □ Ne

5. **Jaký druh mobilního telefonu vlastníte?**
   - □ běžný
   - □ telefon speciálně určený pro seniory

6. **Pořídil/a jste si mobilní telefon sám?**
   - □ Ano
   - □ Ano, ale na doporučení rodiny
   - □ Ne, pořídila mi ho rodina

7. **Jakým způsobem jste se naučil/a telefon obsluhovat (používat)?**
   - □ Sám
   - □ S pomocí rodiny (např. s pomocí dětí, vnuků……)
   - □ S pomocí přátel

8. **Jakým způsobem používáte mobilní telefon?**

Přijímám hovory	Ano □□	Ne □
Volám	Ano □□	Ne □
Přijímám a čtu SMS	Ano □□	Ne □
Píšu SMS	Ano □□	Ne □

9. **Využíváte i další funkce mobilního telefonu?**

Budík	Ano □□	Ne □
Kalendář	Ano □□	Ne □
Zapisování poznámek	Ano □□	Ne □
Ukládání telefonních čísel do seznamu	Ano □□	Ne □
Kalkulačka	Ano □□	Ne □
Upomínky	Ano □□	Ne □
Fotoaparát	Ano □□	Ne □

Jiné (napište jaké další funkce využíváte)……

10. Používáte počítač?

- □ Ano, vlastním PC
- □ Ano, používám PC, ale nemám jej doma
- □ Nepoužívám, ale chtěl/a bych
- □ Nepoužívám

11. Používáte internet?

- □ Ano, pravidelně
- □ Ano, občas
- □ Ano, ale jen výjimečně
- □ Ne

12. Jakým způsobem jste se naučil/a počítač/internet obsluhovat (používat)?

- □ Sám
- □ S pomocí rodiny (např. s pomocí dětí, vnuků……)
- □ S pomocí přátel
- □ Absolvováním výukového kurzu (školení, seminář, U3V……)

13. Jakým způsobem používáte internet?

Vyhledávám informace	Ano □	Ne □
Čtu noviny	Ano □	Ne □
Stahuji soubory	Ano □	Ne □
Nakupuji přes internet	Ano □	Ne □
Vzdělávám se přes internet	Ano □	Ne □

Jiné (dopište)……

14. Vlastníte svoji e-mailovou schránku?

- □ Ano
- □ Ne
- □ Ne, ale e-mailová pošta mi chodí k příbuzným (přátelům, známým….)

15. Jakým způsobem e-mailovou schránku využíváte?

- □ Píšu a čtu e-maily
- □ Jen čtu e-maily
- □ Stahuji a odesílám přiložené soubory

16. Požíváte skype? (nástroj pro telefonování po internetu)

- □ Ano, samostatně
- □ Ano, s pomocí druhé osoby
- □ Ne

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Marie Vysloužilová
Katedra:	Ústav speciálněpedagogických studií
Vedoucí práce:	Mgr. Oldřich Müller, Ph.D.
Rok obhajoby:	2013

Název práce:	Možnosti a meze seniorů ve využívání informačně komunikačních technologií.
Název v angličtině:	Possibilities and limits of seniors in use of informative and communicative technologies.
Anotace práce:	Bakalářská práce se zabývá tématem využívání informačně komunikačních technologií seniory. Práce je rozdělena na dvě části. Teoretická část se zabývá problematikou stárnutí a stáří. Popisuje pojetí současné společnosti a její postoj ke stáří, možnosti a meze seniorů v přístupu a využívání ICT v jejich běžném životě. Vzhledem k velkému množství rozvíjejících ICT se prioritně zaměřuje na dva základní okruhy moderních technologií, se kterými se senioři mohou běžně setkávat. Jedná se o komunikaci pomocí mobilního telefonu a práci s osobním počítačem a internetem. Praktická část práce monitoruje seniory na Prostějovsku. Zjišťuje, zda používají mobilní telefony, počítače a internet a v jakém rozsahu. Dále ověřuje, jaké možnosti region nabízí v rámci upevňování, doplňovaní a rozvíjení těchto dovedností.
Klíčová slova:	senior, komunikace, informačně komunikační technologie, mobilní telefon, počítač, internet

Anotace v angličtině:	This Bachelor's thesis focuses on the use of information communication technology (ICT) by elderly people. The thesis is divided into two parts. The theoretical part looks at the problems of ageing and old-age. It describes the approach of contemporary society and its attitude towards old-age, the options and restrictions to elderly people in access to and use of ICT in everyday life. Considering the vast extent of development within ICT, priority is given to two basic fields of modern technology with which elderly people may come into frequent contact, i.e. communication via mobile phone and use of a personal computer and internet. The practical part of the thesis involves a survey of elderly people in the Prostejov region. The aim is to determine whether they use mobile phones, computers and internet and to what extent. The thesis also examines what options the region offers in terms of consolidating, supplementing and developing these skills.
Klíčová slova v angličtině:	Elderly person, communication, information communication technology, mobile phone, computer, internet
Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1 Dotazník
Rozsah práce:	45 stran
Jazyk práce:	Český