



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Studies

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Fakulta zdravotně sociální  
Katedra právních oborů, řízení a ekonomiky

Bakalářská práce

# Dopady počítačové gramotnosti na život seniorů

Vypracoval: Bc. Jitka Pečená  
Vedoucí práce: MUDr. Rostislav Čevela, Ph.D, MBA

České Budějovice 2015

## Abstrakt

Bakalářská práce se zaměřuje na souvislosti seniorů a dopady počítačové gramotnosti na jejich život. Stáří a senioři jsou všeobecně diskutované téma. Na stáří se hledí jako na nepříliš populární etapu života. Senioři stojí na okraji společnosti s nízkým statutem. Společnost stále zůstává zaměřena na výkon, flexibilitu, rychlost a sílu. Slabost v jakékoliv formě se hodnotí negativně. Pro stáří a seniory je ve společnosti stále málo místa.

Hlavním cílem práce je zjistit, zda počítače a počítačová gramotnost může ovlivnit pozitivním způsobem život seniora a může být příčinou změny sociální exkluze prostřednictvím kvantitativního výzkumu. Dílčími cíli jsou zjištění přání a pocitů seniorů v oblasti kontaktu, praktické činnosti, co na počítači nejvíce využívají.

Práce se zaměřuje na seniory od 65 do 85 let žijící v Plzni, kteří absolvovali nebo právě dokončovali počítačový kurz v době výzkumu. Tato práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část se snaží vystihnout a popsat etapu stáří, především změny, ke kterým dochází. Zabývá se samotným pojmem senior a s jakými životními situacemi se v tomto období člověk setkává. Dále se zaměřuje na samotné informace, jejich význam a práci s nimi. Také se snaží vystihnout samotnou definici počítačové gramotnosti. Okrajově se práce dotýká i oblasti vzdělávání seniorů a jejich specifika, především vhodné nástroje, aby výuka byla úspěšná. Teoretická část je zakončena popisem, jaká je dostupnost počítačových kurzů ve městě Plzeň a nastíněna možnost, kde své získané počítačové dovednosti uplatnit.

Praktická část práce popisuje samotný kvantitativní výzkum, jeho metodiku, způsob sestavení dotazníku, formu sběru dat a způsob vyhodnocení. Výsledky jsou prezentovány pomocí grafů, tabulek a interpretací výsledků. Jsou řešeny tři hypotézy, které byly stanoveny na začátku výzkumu. Dvě hypotézy se nepodařilo potvrdit, jedna se ověřila. Diskuze přináší vyřešení a celkový pohled na situaci. Počítačová gramotnost ovlivňuje život seniorů, zvyšují se sociální kontakty. Motivací pro návštěvu kurzu není jen činnost související s vyhledáváním informací, ale také zůstat v kontaktu s mladou generací či trénovat si paměť. Na počítačových kurzech ve městě Plzeň neplatí, že muži využívají častěji počítač než ženy. Výsledky ukazují, že dopady počítačové gramotnosti

na život seniorů nejsou příliš významné. Senioři upřednostňují osobní kontakt před použitím počítače či telefonickým rozhovorem. Ve výzkumu byl dopad počítačové gramotnosti na život seniorů potvrzen jen částečně. Počítačové kurzy přesto jsou dobře stráveným časem, kde si senior trénuje paměť, rozšiřuje si své vědomosti a bonusem mohou být nově získaní přátelé.

**Klíčová slova:** stáří, senioři, počítačová gramotnost, sociální vyloučení.

## **Abstract**

The bachelor thesis is focused on computer literacy impacts on seniors' life. Old age and seniors are often discussed topic. The old age isn't considered as a popular phase of life. Seniors stand on the edge of society with a low social status. Society is still focused on performance, flexibility, agility and power. Weakness in any form is judged in a negative way. There is not enough space for the old age and seniors in society.

The main goal of this work is to learn if computers and computer literacy can influence senior's life positively and if it can cause a change in social exclusion. This goal should have been achieved through quantitative research. The partial goal is to find out wishes and feelings of seniors in the area of networking, which is a practical activity doing on computer.

The thesis is focused on seniors living in Pilsen at the age from 65 to 85 years old who finished or were finishing computer course while research. The thesis is divided into two parts – theoretical and practical. The theoretical part tries to express and describe the old age phase, especially changes coming with this age. It deals with the term of „senior“ and with situations typical for this phase of life. It also deals with term of „information“ and working with them. It also tries to express the computer literacy definition. Additionally, this work also deals with education of seniors and its specifics, also with its tools to make the education effective. The theoretical parts finishes with description of computer courses accessibility in Pilsen. The possibilities how to apply computer skills are mentioned there, too.

The practical part describes the quantitative research itself, also its methodology, questionnaire, data collection form and the evaluation way. The results are presented through graphs, chart and the result interpretation. There are three hypothesis which were stated at the beginning of research. Two hypothesis weren't proved, one of them was possible to confirm. Computer literacy influences seniors' life, the number of contacts rises. Seniors are motivated to attend computer courses not only to learn how to search for information, but also to stay in touch with young generation and to train their memory. There isn't higher number of women using computer than men at the

computer courses in Pilsen. The results show that the impact of using computers on seniors' life isn't very important. Seniors prefer personal contact to using computer or phone calls. The impact of computer literacy on seniors' life was confirmed only in part. Computer courses are considered as well consumed time when a senior can train his memory, extend knowledge and get new friends as a bonus.

**Key words:** old age, seniors, computer literacy, social exclusion

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracoval(a) samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to – v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou – elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 4. 5. 2015

.....

Bc. Jitka Pečená

## Obsah

ÚVOD .....	9
<b>1 SOUČASNÝ STAV.....</b>	<b>11</b>
1.1 VYMEZENÍ POJMU STÁŘÍ .....	11
1.2 ZMĚNY VE STÁŘÍ.....	13
1.2.1 <i>Biologické proměny</i> .....	13
1.2.2 <i>Sociální proměny</i> .....	14
1.2.3 <i>Ageismus</i> .....	14
1.2.4 <i>Osamělost</i> .....	16
1.2.5 <i>Pohled na seniory dnes</i> .....	16
1.3 INFORMACE A JEJÍ HODNOTA.....	17
1.4 POČÍTAČOVÁ GRAMOTNOST.....	18
1.5 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ .....	19
1.5.1 <i>Specifikace ve vzdělávání seniorů</i> .....	21
1.5.2 <i>Priority seniorů ve vzdělávání</i> .....	24
1.6 DOSTUPNOST POČÍTAČOVÝCH KURZŮ V PLZNI .....	24
1.6.1 <i>Univerzita třetího věku na ZČU</i> .....	25
1.6.2 <i>Projekty města Plzně</i> .....	25
1.6.3 <i>Soukromý sektor</i> .....	26
1.7 MOŽNOST VYUŽITÍ POČÍTAČOVÉ GRAMOTNOSTI .....	26
<b>2 CÍL PRÁCE A HYPOTÉZY .....</b>	<b>28</b>
2.1 CÍL PRÁCE.....	28
2.2 HYPOTÉZY .....	28
<b>3 METODIKA.....</b>	<b>31</b>
3.1 POUŽITÁ METODA .....	31
3.2 POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU .....	31
3.3 ZPRACOVÁNÍ VÝSLEDKŮ.....	32

<b>4 VÝSLEDKY .....</b>	<b>33</b>
4.1 VÝSLEDKY KVANTITATIVNÍHO VÝZKUMU A JEJICH INTERPRETACE.....	33
4.1.1 <i>Věk a pohlaví</i> .....	33
4.1.2 <i>Osamělost</i> .....	35
4.1.3 <i>Př preference kontaktu</i> .....	37
4.1.4 <i>Použití počítače a počítačová gramotnost</i> .....	38
4.2 VYHODNOCENÍ HYPOTÉZ .....	39
<b>5 DISKUZE .....</b>	<b>45</b>
<b>6 ZÁVĚR .....</b>	<b>50</b>
<b>7 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>52</b>
<b>8 PŘÍLOHY .....</b>	<b>57</b>



## Úvod

Pro svoji bakalářskou práci jsem si vybrala téma s názvem Dopady počítačové gramotnosti na život seniorů. Téma jsem si vybrala z několika důvodů. Pracovala jsem jako osobní asistentka i u osob v seniorském věku. Tato práce mi umožnila vidět hned několik jevů najednou. Přejít z aktivního pracovního života do důchodu je pro mnoho lidí velkou změnou v oblasti sociální, ekonomické, ale také životní. Člověk začíná vážně přemýšlet o využití svého volného času, který vznikl po ukončení práce. Sociální kontakt se snižuje minimálně o tu část lidí, s kterými člověk pracoval a přicházel do styku v každodenním pracovním procesu. Potomci většinou chodí do práce a na svého rodiče nemají příliš času. Jeho potřebnost si uvědomují až při výchově dětí, především v té době, kdy se chtějí vrátit do zaměstnání. Tato fáze na některého seniora čeká, jiného může minout. Však jednoznačně lze říci, že toto období je také časově ohraničené a jednou skončí, většinou v té době, kdy vnoučata povyroستou a již péči prarodiče nepotřebují.

Později se senior může potýkat se ztrátou partnera, osamělostí a v důsledku zhoršení zdravotního stavu i se závislostí na jiné osobě ať již z kruhu rodinného, či z pracovníků sociálních služeb.

Při své práci jsem se setkala s mnoha zajímavými a moudrymi seniory, kteří převážně trpěli osamělostí. Důvodem, proč mě toto téma oslovilo, je otázka, zda existuje něco, co by mohlo zmírnit některé změny v této konečné životní etapě. Zda může moderní technologie v podobě počítače tyto změny zmírnit či odstranit.

V neposlední řadě mě téma oslovilo z důvodu přehlížení seniorů v posledních letech. Senioři jsou lidé, kteří si prošli životem, který jim do cesty stavěl různé překážky, se kterými si museli poradit. Převážně již nejsou ekonomicky aktivními členy společnosti, ale to neznamená, že by jim neměla být věnována pozornost. Naopak jsou plni životních zkušeností, moudrosti a respektu. Mají své místo ve společnosti a společnost by se o ně měla zajímat.

Cílem práce je zmapovat situaci v oblasti počítačové gramotnosti seniorů se zaměřením na věkovou skupinu od 65 let do 85 let ve městě Plzeň. Mezi dílčí cíle patří

jistit motivaci seniorů pro účast na počítačových kurzech a porovnat, zda existuje genderový rozdíl v používání počítače. Dále se v práci zaměřím na to, zda používání počítače a internetu může zmírnit osamělost ve stáří, což je v současné době aktuální téma.

Výsledky z terénního výzkumu mohou být využity samotnými organizacemi zaměřujícími se na volnočasové aktivity seniorů i společnostmi pořádajícími počítačové kurzy pro seniory a všemi ostatními, kteří se touto problematikou zabývají. Výsledek práce může také ukázat, zda je možné předcházet sociálnímu vyloučení a dalším nevýhodám, které věk přináší.

# 1 SOUČASNÝ STAV

V dnešní době technologií a pokroku si málokterý mladý člověk umí představit život bez počítače, iPhoneu či tabletu. Vlivem technologií se náš život zrychluje. Mnoho nákupů se již odehrává v internetových obchodech namísto kamenných prodejen. Letenky, jízdenky, vstupenky do divadla lze již snadno koupit přes internet. Noviny, knihy a nejrůznější články si můžeme také rychle přečíst pomocí internetu. Na většině pracovních pozicích jsou využívány počítače k vyhledávání informací, psaní e-mailů či k tvorbě tabulek. Výuka počítačové gramotnosti začíná již na základní škole. Pro mladého člověka se ovládání těchto technologií stalo nutností.

S pokrokem vědy souvisí i prodlužování střední délky života. Ať již je to vlivem lepší životní úrovně obyvatelstva, či objevy v lékařství, lidé se dožívají vysokého věku, a je potřeba se o seniory více zajímat. Nemám na mysli jen péči v době, kdy potřebují pomoci se svoji soběstačností, ale především v období, kdy již mají nárok na důchod a kdy mnozí z nich odcházejí z pracovního trhu. Senioři se potýkají s nadbytkem volného času, který byl dříve věnován práci. Naším úkolem je pomoci těmto lidem umět se vyrovnat s novou rolí a pomoci jim nalézt užitečnost i v této životní fázi. V době technologií se senioři přece jen mohou cítit trochu zmateně, odtrženi od kontextu, osamoceni. Svět počítačů také může vytvářet odlidštěné mezilidské vztahy.

## 1.1 Vymezení pojmu stáří

Nalézt jednotou definici stáří je obtížné. Každý autor vyjadřující se k tomuto tématu má odlišný názor. Stáří můžeme definovat jako období, které začíná v západní kultuře ve věku 60 až 65 let a pojí se s odchodem do důchodu (Matoušek, 2003).

Vágnerová (2008) ve své knize popisuje stáří jako poslední fázi života. Tato fáze na jedné straně přináší nadhled, moudrost, pocit naplnění, na druhé straně se lidé potýkají s úbytkem energie a jejich život pomalu směřuje ke konci.

Definici stáří můžeme také více popsat z biologického hlediska. Také se jedná o pozdní fázi vývoje, která je přirozená průběhu života, ale navíc vystihuje i určité

rozdílnosti u každého člověka. „*Jde o projev a důsledek involučních změn funkčních i morfologických, probíhajících druhově specifickou rychlostí s výraznou interindividuální variabilitou a vedoucích k typickému obrazu označovanému jako stařecký fenotyp*“ (Kalvach, 2014). Protože jde o mnoho aspektů, které zde hrají roli, můžeme stáří rozdělit dle 3 hledisek na kalendářní, sociální a biologické.

**Kalendářní stáří** je sice jednoznačně vymezitelné, ale nepostihuje individuální rozdíly jednotlivců. V současné době, s ohledem na prodlužující se délku dožití, je za počátek stáří označován věk 65 let. Z tohoto pohledu členíme stáří do 3 skupin:

1. Mladí senioři ve věku od 65 – 74 let. V této skupině člověk řeší především problematiku penzionování, kdy se sžívá s novou skutečností volného času, nalezení nových aktivit a uplatnění sebe samého.

2. Staří senioři ve věku od 75 – 84 let. V této fázi staří lidé řeší problematiku adaptace, tolerance zátěže, specifického stonání a osamělosti.

3. Velmi staří senioři ve věku 85 a více let. V poslední skupině jsou lidé vystaveni problematice soběstačnosti a zabezpečení.

**Sociální stáří** zahrnuje proměnu sociálních rolí a potřeb, životního stylu i ekonomického zajištění. Sociální stáří se zabývá společnými zájmy, ale také riziky. Mezi rizika lze uvést přizpůsobení se na samotné penzionování, ztrátu životního programu a společenské prestiže, osamělost, pokles životní úrovně, hrozbu ztráty soběstačnosti, věkovou segregaci a diskriminaci. Sociální stáří začíná v době vzniku nároku na starobní důchod.

**Biologické stáří** označuje individuální involuční změny každého jedince. Pohledy na změření biologického stáří nejsou shodné (Kalvach, 2004).

Stáří je jednou vývojovou etapou lidského života, která čeká na většinu z nás. Člověka nacházející se v této životní fázi můžeme označit jako seniora. Senior je nejen starší člověk, ale také zpravidla vážený člen nějakého společenství (Haškovcová, 2012).

## 1.2 Změny ve stáří

Každé období lidského života přináší mnohé, čemu se učíme. Jaké nejčastější proměny se nacházejí v období stáří, popisují na následujících řádkách.

### 1.2.1 *Biologické proměny*

Biologické proměny postihují tělesné tkáně a orgány. Změny jsou velmi individuální v závislosti na genetických dispozicích a životním stylu každého člověka. Jednotlivé systémy v těle se zpomalují a oslabují, také dochází k poklesu biologických adaptačních mechanismů. Například u pohybového systému se snižuje výška těla, vysychají meziobratlové ploténky. Vazivo se stává méně pružné, ubývá svalové hmoty. Zpomaluje se rychlost nervových vzruchů. Pohyby starých lidí jsou pomalejší, řídnou kosti, páteř se více ohýbá. U nervového systému vznikají ve vyšším věku senilní plaky na obalech neuronů, které mohou způsobit demenci. Zpomalují se také regulační mechanismy, v důsledku toho se snižuje odolnost proti zátěži a neschopnost adaptace na nové životní podmínky. Také celá nervová soustava stárne a dochází ke zhoršení kognitivních funkcí (Dlabalová, Klevetová, 2008). Paměť (na rozdíl od zraku či sluchu) se dá vědomě ovlivňovat po celý život jejím trénováním.

Také proces učení je ve stáří odlišný než v jiném věku. Učivo si starší člověk hůře osvojuje, pokud nemá logickou strukturu a praktický dopad. Krátkodobá paměť přestává fungovat, v dlouhodobé zůstane jen něco, mechanická paměť se také zhoršuje. Dobré je zaměřit se na paměť logicko-smyslovou. Na procvičení a upevnění si nového potřebuje člověk více času, ale snížený výkon není způsoben neschopností se učit, spíše obavou, zda činnost zvládne. Vhodné je využít dřívějších způsobů osvojování, postupovat krok po kroku, chválit a zařazovat do učení více přestávek. K pochopení nového starší člověk potřebuje svůj vlastní způsob a tempo (Dlabalová, Klevetová, 2008).

### ***1.2.2 Sociální proměny***

Největší sociální změnou pro seniora je odchod z pracovního trhu. Přeměna měsíčního příjmu ze zaměstnání na starobní důchod je značná. Jeho denní aktivity se zásadním způsobem mění. Čas, který dříve strávil v práci, nahrazuje volným časem a hledá pro něj vhodné využití. Často si s plánováním nových denních aktivit neví rady. Může se cítit osamocen, protože přichází o každodenní styk se svými nyní již bývalými kolegy z práce, jeho děti naopak ještě v pracovním procesu jsou, a nezbývá jim čas navštěvovat své rodiče. Velkým tématem pro seniora je hledání toho, čím by se teď chtěl zabývat.

Mezi problémy stáří nepochybně patří sociální exkluze. Slovo exkluze znamená vyloučení. Sociální exkluze je pak vyloučení občana či skupiny občanů ze života většinové společnosti. Sociální exkluze souvisí také s věkovou diskriminací, se kterou se mnoho lidí s přibývajícím věkem setkává především v oblasti pracovního trhu. Dopadem sociální exkluze u seniorů je ztráta kontaktu s vrstevníky, s mladou generací, se společností. Pro lidi žijící v domovech pro seniory to může být syndrom uzavřené komunity (Haškovcová, 2012).

### ***1.2.3 Ageismus***

Pro věkovou diskriminaci se v současné době hojně používá termín ageismus, který se poprvé objevil v USA koncem šedesátých let 20. století. Jedná se o předsudek nebo diskriminaci proti nebo ve prospěch věkové skupiny. Předsudky jsou negativní stereotypy nebo negativní postoje založené na stereotypu. Diskriminace je nepatřičné, nemístné, negativní zacházení se členy dané věkové skupiny. Ageismus lze chápat i jako novou formu nerovnosti a nesnášenlivosti. Rozdíl se objevují i v genderovém pojetí stáří. Ženy jsou považovány za staré dříve než muži a jsou také více spojovány s negativními stereotypy především v oblasti fyzického vzhledu (Vidovičová, 2008).

Ageismus lze vystihnout i jako ztrátu, celkový úpadek a zhoršení kvality života. Společnost od starých lidí nic neočekává. Přisuzuje jim nízký sociální status, nedobré

osobnostní vlastnosti a nízké kompetence. Nejsou přijímáni jako rovnocenní partneři a neberou se v úvahu jejich názory (Vágnerová, 2008).

Mezi nejznámější předsudky stáří řadíme nejen ty negativní: stáří jako nemoc, chudoba, impotence, ošklivost, duševní choroba, senilita, zbytečnost či nepotřebnost, osamělost, deprese, dětinskost, ale i pozitivní vnímání stáří jako období moudrosti, politické moci, laskavosti, bohatství a individuální svobody. Jednotlivé individuální charakteristiky jsou přenášeny na celou skupinu (Vidovičová, 2008).

Zdrojem ageismu může být teorie modernizace, která souvisí s industrializací a přináší mnoho změn. V předindustriální společnosti byla ještě zachována úcta ke starším, kteří byli v daleko menší početnosti než dnes. Starý člověk byl brán jako expert na zdraví s vědomostmi a zkušenostmi. Tomuto člověku náležela pozice autority, s vlivem v komunitě, ve které žil. Též byl spojován s moudrostí a věřilo se v jeho mystickou moc (Vidovičová, 2008).

Erikson (1999) definuje moudrost stáří jako „*zvláštní způsob informovaného a nezaujatého zabývání se životem jako takovým, tváří tvář smrti.*“ Dodává také, že k tomuto postoji nedojdou všichni. Dále uvádí, že dříve stáří bylo chápáno jako několik málo moudrých mužů a žen, kteří přiměřeným způsobem vzhledem k věku žijí svůj život a umějí zemřít s určitou důstojností. Tato kultura též v dlouhověkosti viděla boží dar se zvláštní povinností pro ostatní.

Toho, čeho je málo, je vzácné a chováme se k tomu s určitou úctou a opatrností. Dříve se lidé dožívali nižšího věku a staří byli vzácností. Erikson (1999) vidí příčinu v nefunkčnosti těchto principů v přerušení rodinné kontinuity, která rovněž přispívá k vyprchání životního zaujetí, které je potřebné, aby člověk zůstal skutečně živým. Vícegenerační rodina v dnešní době již je výjimkou. Plnila důležitou funkci přirozeného prostředí k dožití, kde starý člověk měl jistotu, že pokud se mu udělá špatně, je tu někdo, kdo zavolá lékaře a zařídí vše ostatní. Psychická opora byla také v možnosti zapojit se do života mladých s možností sdílet radosti i starosti či nabídnout svoji životní moudrost. To vše u seniorů vzbuzovalo pocit užitečnosti a účasti na životě (Tanská, 2001). Dnes se vlivem změny fungování rodinného života může starší člověk, který žije sám, neudrhuje kontakty s rodinou ani s přáteli, cítit osamělý. Senior, který si

nemá s kým promluvit, chybí mu lidská blízkost a podpůrné aktivity, se dostává do sociální izolace (Čevela, 2012).

#### ***1.2.4 Osamělost***

Domnívám se, že pocit osamělosti je velmi individuální záležitostí. Někdo ve svém životě potřebuje mít kolem sebe mnoho přátel, rodinných příslušníků a známých, aby byl naplněn jeho pocit sounáležitosti a spoluúčasti na dění kolem sebe. Jiný může mít ve svém životě jen dva, tři přátele, kteří jsou mu blízcí, nepotřebuje jich více a necítí se odtržen, osamocen. Počet sociálních kontaktů není přímo úměrný pocitu osamělosti. Někdo potřebuje kvantitu, jiný kvalitu. Pro někoho hloubka vzájemných vztahů hraje důležitou roli. Jiný je spokojen, když za den potká několik známých a může si s nimi popovídat o událostech všedního dne. Myslím si, že především záleží na hloubce oněch vzájemných vztahů a na sdělení jak životních událostí, tak i všedních malicherností. Jeden upřednostňuje osobní setkání s jeho blízkým člověkem, jinému postačí telefonní rozhovor či prohlédnutí si fotek svých známých například prostřednictvím sociální sítě. Některé sociální kontakty či vzpomínky mohou vyvolat jak pozitivní dopad na jedince, tak i negativní. Při prohlížení fotek v albu se jednomu vybaví šťastné vzpomínky, které zažil na společné dovolené, druhému, který přišel právě o svého partnera, i šťastné vzpomínky zahálí smutek a prohloubí pocit osamělosti.

Pocit osamělost je velmi individuální záležitostí. Lze jej těžko vyjádřit, a z tohoto důvodu je i složité tento osobní postoj zkoumat a hodnotit.

#### ***1.2.5 Pohled na seniory dnes***

Jak se v současné době díváme na seniory, popisuje ve své knize Vidovičová (2008), která vidí odklon od tradičních hodnot rodiny a seniorů především v modernizaci. Změnou společenských hodnot staří lidé ztrácejí nejen status, tak i ekonomickou moc. To co bylo dříve předností – zkušenost a moudrost – je dnes



nahrazováno fyzickou silou a výdrží, mladistvou krásnou, znalostí novinek a ochotou vyrovnávat se s rychlými změnami.

K hodnotám moderní společnosti se vyjadřuje i Haškovcová (2012). Moderní společnost dává přednost mladým, ekonomicky schopným lidem, kteří ke stáří přistupují jako k nezajímavé periodě lidského života, kde senioři jsou vnímáni spíše jako finanční zátěž.

Z výše uvedeného vyplývá, že negativní pohled vtiskla seniorům většinová společnost, která je v současné době zaměřená především na výkony, flexibilitu, schopnosti, a jakýkoliv náznak slabosti, nemohoucnosti je nepřipustný. Podmínky vnějšího prostředí mohou u seniorů působit na jejich psychiku, kdy se cítí být odstrčen, nepotřebný, neužitečný, osamělý. Z této situace je potřeba nalézt motivaci pro dovršení poslední fáze života. Jednou z možných cest je i naučit se ovládat počítač, a přiblížit se tím dnešní informační společnosti, mladým lidem, a zůstat v kontaktu s okolím.

### **1.3 Informace a její hodnota**

Hlavním tématem dnešní doby se stává informace a práce s ní. Společnost je označována jako informační. Společnost je stále více závislá na informacích a jejich využití. Prošla vývojem od zemědělství přes industrializaci až k využívání informací. V současnosti jsou informace označovány za klíčový zdroj společenského života, čtvrtým zdrojem po půdě, práci a kapitálu. Neustále dochází ke změnám informačních technologií a kvalitativním společenským změnám. Využívá se především síťových technologií. Všechny pojmy jako zpracování, interpretace, přenos, konečné využití a transformace informace na znalosti budou hrát v budoucnu zásadní roli (Jarolímek, Šimek, Vaněk, 2007).

Podle jiného autora již zásadní roly hrají, navíc nástupem informačních a komunikačních technologií se začíná měnit samotný člověk, společnost i sociální prostředí (Sak, 2007).

## 1.4 Počítačová gramotnost

Existuje mnoho definic počítačové gramotnosti. Obecně lze říci, že pod pojmem počítačová gramotnost se rozumí schopnost ovládat a využívat počítač v běžném životě. Počítačově gramotný člověk umí ovládat periferní zařízení, běžný software a využívat počítačovou síť především internet (Dostál, 2007).

Hlubší pohled počítačové gramotnosti ukazuje také na schopnost uživatele využívat onen potenciál informačních a komunikačních technologií pro následnou práci s informacemi. Počítačová gramotnost jsou nejen znalosti a technické dovednosti, ale také schopnost informaci zpracovat. První se neustále vyvíjí, druhé se v čase nemění (Lukšů, 2013). Tato počítačová gramotnost lze též nazývat informační gramotností, kde je potřeba umět zpracovat informaci z různých zdrojů. Lidé mohou mít vysokou míru jistoty v používání počítače, ale zpracování informace může být odlišné. Získání informací je snadné, ale vlivem nedostatečných schopností jako je nalezení vhodného zdroje, vyhodnocení informace a její následné využití, lidé často ztrácejí mnoho svého drahocenného času (Kubů, 2014). Z hlediska výše popsaného se přikláním k názoru, že dnes již nestačí umět na počítači pracovat, ale umět především vyhledat a zpracovat informace. Rozvoj ICT sektoru, digitální gramotnosti je součástí Digitální agendy pro Evropu obsažené ve strategii Evropa 2020. Jednou z oblastí Digitální agendy je se zaměřit na překonání digitální propasti a zlepšení ICT znalostí u seniorů, nízkopříjmových skupin obyvatelstva, nezaměstnaných a lidí s nižším vzděláním (Lukšů, 2013).

Ověření počítačové gramotnosti můžeme učinit několika způsoby:

- rozborem skutečných aktivit, které jsou uskutečňovány jedincem prostřednictvím počítače,
- zkoušením, kdy jedinec prokazuje dovednosti u počítače,
- pomocí baterie otázek, ve kterých respondent se vyjadřuje k jednotlivým položkám, které mapují dílčí kompetence,
- synteticky, jedince provádí sebeevaluaci a potvrzuje svou počítačovou gramotnost (Sak, Saková, 2006).

Za důležité považuji zmínit myšlenku o nástupu informačních technologií z článku „*Počítačová gramotnost a způsoby jejího získávání*.“ Informační technologie zastihly jednotlivé generace v odlišné životní fázi, případně na odlišném stupni vzdělávací soustavy. Tato skutečnost ovlivňuje i způsob získávání počítačové gramotnosti, kdy větší část populace v době nástupu osobního počítače byla mimo vzdělávací soustavu. Ta část, která byla na školách, počítačovou gramotnost také nezískala, protože školství v té době nebylo na výuku informatiky připravené (Sak, Saková, 2006). Podobný pohled na přístup k informačním technologiím s ohledem na věk popisuje i Poynton (2014). Starší lidé jsou v nevýhodě, protože internet a počítač nebyl součástí života a vývoje rané dospělosti. Děti a mladší dospělí mají příležitosti k rozvoji počítačové gramotnosti ve školách a v zaměstnání, zatímco starší lidé často vyžadují vnější školení a výcvik pro rozvoj své počítačové gramotnosti (Poynton, 2014). Sak, Saková (2006) v získávání počítačové gramotnosti i mimo formální vzdělávání odkazují na edukační potenciál české společnosti. Celkově lze říci, že využívání moderních komunikačních a informačních technologií se ve vyšším věku zlepšují. Důvodem je stárnutí těch generací, které již jsou uživateli počítačů. Na druhém místě lze uvést vzdělávání seniorů v této oblasti (Čevela, 2012).

V dnešní době je dynamika informačních technologií tak rychlá, že i mnoho profesionálů s ní nestačí držet krok. Nikdo nestačí pojmout a přeměnit na vědění všechny nově přijaté informace. On-line dostupné informace se neustále rozšiřují, a pro řadu jednotlivců toto prostředí začíná být složité, nepřehledné a nebezpečné (Kubů, 2014).

## **1.5 Celoživotní vzdělávání**

Pro vzdělání starších lidí vznikl samostatný obor s názvem gerontagogika. Obecně lze říci, že vzdělávání seniorů je napříč společnostmi přijímáno pozitivně. Autoři se liší v pohledech na vzdělávání seniorů. Rubašic (2008) vidí ve vzdělávání v předseniorském a seniorském věku jako základ pro aktivní stárnutí, kdy se lidé mohou uplatnit na trhu práce. Podporovat lidi v udržení se na pracovním trhu a v prodlužování odchodu do

důchodu, dává do souvislosti s mírněním demografického stárnutí populace i s tendencí dnešní sociální politiky, kterou je snaha o individualizaci sociálního státu. Tato snaha není jen v české společnosti, ale i ve vyspělých zemích. Důležitost celoživotního vzdělávání je potřebná především z důvodu odlišnosti dřívějšího školského systému, který autor nazývá rigidním, a doplňuje, že dnešní dynamický vývoj moderních a postmoderních společností požaduje vzdělání jiného typu. Jde o vzdělání, které je široce a obecně zaměřené na řešení konkrétních úkolů či problémů, se kterým se dnes starší lidé během svých studií nesetkali. Takovéto vzdělání vyžaduje i trh práce. Aby kvalita života člověka byla zachována ve všech obdobích života, je potřeba naučit člověka stárnout. Člověk má usilovat o své neustále vzdělávání, které mu pomůže se udržet v centru společnosti, která se dynamicky vyvíjí a je založena na vědění (Rabušíc, 2008).

Možná dnes již nejde ani tak o odlišný způsob tehdejšího školského systému. Společnost se změnila, již nestaví své bohatství na fyzickém kapitálu, lidské práci a průmyslu, ale na lidském kapitálu. Vývoj jde tak rychle kupředu, že i dnes konkrétní znalosti získané ve škole budou v praxi zastaralé, a proto jedním z hlavních znaků informační společnosti je nutnost celoživotního vzdělávání. Znalosti v oblasti výpočetní techniky se staly jedním předpokladem pro plnohodnotný život a uplatnění se ve společnosti. Znalosti, potřebné k ovládnutí různých prostředků informačních technologií, jsou přirovnávány z hlediska svého významu ke gramotnosti. Prostřednictvím informačních technologií jsou dnes hledány pracovní příležitosti, informace o produktech a službách, také je usnadněna komunikace rodinných příslušníků, kteří žijí daleko od sebe či udržení sociálního kontaktu s bývalými spolužáky. Vzniklo nové tržní prostředí, kde podniky mohou velmi rychle reagovat na individuální potřeby zákazníků (Zounek, 2008). Celoživotní vzdělávání lze chápat jako samozřejmé, ale také nutné k pochopení života v neustále se měnícím světě (Dosedla, 2010).

Podpora využívání komunikačních technologií prostřednictvím počítače má potenciál ke zlepšení kvality života seniorů. Lidem odcházejícím do důchodu by mohla počítačová technologie umožnit pokračovat v jejich dřívějších pracovních aktivitách (Hewitt, Chen, Lee, 2011).

### ***1.5.1 Specifikace ve vzdělávání seniorů***

Senioři jsou v oblasti vzdělávání specifickou skupinou. Lektor může jen odhadovat, jaké dovednosti, zkušenosti a znalosti senior, který přijde na kurz, během života získal. Pro lektora je důležité uvědomit si, že kurz je zájmová či volnočasová činnost, senior je zde dobrovolně a v žádném případě by ho kurz neměl odradit od podobných aktivit.

Mezi specifika vzdělávání seniorů patří:

- osvojování nových poznatků zabere starším lidem více času,
- senioři si obtížněji osvojují logicky nestrukturované informace,
- problém představuje i nedostatečně zvládnutá strategie učení,
- látka prezentovaná větší rychlostí omezuje kvalitu i kvantitu naučeného výraznějším způsobem, než je tomu u mladších osob,
- delší přestávky během procvičování naučeného vedou u mladších osob k zlepšení jejich pracovního výkonu, u seniorů se výkon naopak zhoršuje,
- podstatnou roli v procesu učení hraje fyzický a psychický stav jedince, především případná zdravotní omezení,
- významný je rovněž stupeň aktivity a síla motivace,
- učební látka by měla mít v každém případě intencionální charakter,
- všechny psychické změny (Ondráková, 2012).

Zájmy a potřeby uživatelů počítače se v souvislosti s věkem mění, jiné jsou u mladší generace, jiné u seniorů. Umět používat výpočetní techniku se s ohledem na stárnoucí populaci stává důležitým oborem. Pochopení odlišností starších a mladších uživatelů vede k usnadnění používání počítače pro stále se rozrůstající starší uživatele. Počítač může být přizpůsoben většímu písmu a zvuky s ohledem na zhoršující se zrak a sluch. Kognitivními změnami jsou snížena pozornost, zhoršování se paměti. Pro snadnější práci na počítači by seniorům pomohlo uzpůsobit uživatelské prostředí jednoduchostí a srozumitelností (Hassanein, Head, Wagner, 2010).

Nejpodstatnější při vzdělávání seniorů v oblasti výpočetní techniky je jejich motivace a odhodlání. Senioři se chtějí naučit něco nového, rádi by se přiblížili k činnostem svých dětí a ukázali jim, že se také umí naučit pracovat na počítači. Nejvíce

seniory na kurzech počítačů zajímají informace o pořízení počítače, možnosti připojení se k internetu, práci s e-maily, komunikaci přes počítač se svými přáteli, práci s informací zaměřenou na vyhledávání na internetu, zpracování informací za použití textového editoru a následné přenesení dat na flash disk či CD/DVD. Další požadavky jsou spíše individuálního charakteru související především se zájmem jednotlivce. Jedná se o práci s MS Excelem, úpravu digitálních fotografií či zveřejňování dat na internetu. Z dotazníkového šetření mezi účastníky počítačových kurzů seniorského věku bylo zjištěno, že u nich dochází k pozitivní změně ve vnímání počítače, internetu a samotné práce s ním (Dosedla, 2010).

V Americe proběhl výzkum zaměřený na počítače a seniory. Výzkumnou skupinou byli senioři od 65 do 87 let, kteří se účastnili počítačového kurzu. Výzkum probíhal ve státě Ohio v části, kde se nachází převážně venkovské obyvatelstvo s nižším vzděláním a malými možnostmi k přístupu internetu a počítači. Mnoho dotázaných seniorů zažilo stresující pocity a nervozitu, když se začínali učit na počítači. Další faktor, který uvedli jako limitující, je důvěryhodnost a pochybné informace na internetu. Senioři nedůvěřují virtuálnímu světu, obávají se krádeže své identity a osobních dat. Mezi faktory ze sociálního prostředí patří nedostatečná podpora, potřeba asistence a nedostatek vzdělávacích programů. Další překážku činí samotný počítač, především cena pořízení a přístup na internet, přizpůsobení různým hendikepům. Preference seniorů je také odlišná od dnešní doby. Senioři upřednostňují osobní komunikaci před psaním a posíláním přes internet. Přesto by počítačová technologie mohla usnadnit jejich život. Z šetření bylo zjištěno, že mnoho seniorů se obává toho, že nebudou mít komu posílat e-maily, nebo se nemají na koho obrátit, kdyby došlo k potížím s používáním počítače. Ve studii je také zmíněno, že senioři nejsou technologicky nepřizpůsobiví. Mají zájem především o technologie, které jim umožní pokračovat v činnostech, na které byli zvyklí. O nové technologie projevují zájem do té doby, kdy míra využitelnosti je vyšší než míra frustrace. Od roku 2001 instituce „The National Institute on Aging“ vyzvala k rozvoji webových stránek přátelských pro seniory, např. zvětšení písma na 14 bodů, práce s myší pouze s jedním klikem místo dvojklikem, použití černobílé kombinace barev. Studie dále ukázala, že největším omezením pro seniory je vynaložit náklady na

pořízení vlastního počítače a zakoupit přístup k internetu. Zmírnění tohoto problému může být poskytnutím informačních technologií ve veřejně přístupných místech, např. high-tech pavilon v městském parku, počítačový stánek v nákupním středisku, internetové kavárny v restauracích, knihkupectví nebo knihovnách (Hewitt, Chen, Lee, 2011).

Český statistický úřad uvádí, že celkově roste počet domácností vlastnících osobní počítač a připojení k internetu. V druhém čtvrtletí roku 2014 vlastní 72% domácností počítač. Odlišně je tomu však v domácnostech seniorů, pouze jedna domácnost z deseti má počítač. Téměř každá domácnost vlastní počítač je také připojena k internetu. Data dále ukazují, že 56% osob používá počítač každý den či skoro každý den. Pětina osob však uvedla, že počítač nikdy v životě nepoužila. Jedná se většinou o osoby starší 65 let. Muži používají počítač více než ženy. Obecně platí, že internet používají častěji muži než ženy, mladší než starší a jednotlivci s vyšším než nižším vzděláním. Mezi nejčastější prostředí používání internetu patří domov, poté práce a škola a na posledním místě Češi používají internet u známých, přátel nebo rodiny. Mezi nejoblíbenější činnosti na internetu patří (řazeno od nejvíc po nejméně vyhledávané):

- komunikace prostřednictvím e-mailů (nejvíc), využívání sociálních sítí, telefonování přes internet
- vyhledávání informací o zboží a službách, cestování, zdraví
- internetové bankovníctví
- prodej zboží/služeb
- čtení on-line zpráv
- přehrávání, stahování hudby, filmů nebo videí,
- poslech rádia,
- sledování TV,
- hraní pc her (Český statistický úřad, 2014).

### ***1.5.2 Priority seniorů ve vzdělávání***

Senioři chtějí zvýšit svoji samostatnost v online službách, především v bankovníctví, nakupování, péči o zdraví, ve volnočasových aktivitách včetně rekreace a komunikace. Zájmy a potřeby uživatelů počítače vyplývající z přirozených fyzických a kognitivních změn se v závislosti na věku mění, jiné jsou u mladší generace, jiné u seniorů (Hassanein, Head, Wagner, 2010). Senioři ve svých volnočasových aktivitách nejraději navštěvují přátele a příbuzné, sledují televizi, čtou, věnují se zahrádkaření či domácím zálibám. Aktivity uspokojují potřeby socializace, seberealizace, blízkosti k přírodě, tělesného pohybu a vzdělávání, které senioři uvádějí mezi nejdůležitějšími (Kubů, 2014).

Vzdělávání seniorů v oblasti počítačové gramotnosti může přinést i něco navíc – přidanou hodnotu. Jedním příkladem jsou děti či studenti na pozici lektora, kdy dochází k přirozené komunikaci mezi generacemi, a přidanou hodnotou zde je nenásilná prevence ageismu. Získáním počítačové gramotnosti mohou senioři trávit volný čas jiným způsobem – vyhledáváním informací. Vzdělávání seniorů také pozitivně působí na zdraví seniorů resp. na sociálního zdraví (Ondráková, 2012).

## **1.6 Dostupnost počítačových kurzů v Plzni**

Počítačových kurzů speciálně určených pro seniory v městě Plzeň není příliš mnoho.

Nabídku počítačových kurzů poskytuje organizace zaměřující se na volnočasové aktivity seniorů Totem – regionální dobrovolnické centrum. Senioři si mohou vybrat z několika úrovní: začátečníci, mírně pokročilí, více pokročilí a doplňující kurz, který je tvořen dle přání jednotlivců. Kurz trvá 5 týdnů. Každý týden probíhá jedna lekce v rozsahu dvou hodin. Cena kurzu je stanovena na 400 Kč (Totem RDC, 2015).



### ***1.6.1 Univerzita třetího věku na ZČU***

U3V ZČU v Plzni, která funguje již od roku 1993, nabízí seniorům velký výběr předmětů. V minulosti si zájemci mohli zapsat předmět zaměřený na výuku počítačů s názvem Svět počítačů. Pro letní semestr 2015 nemá univerzita vypsáný předmět z oblasti výpočetní techniky, který by probíhal přímo v Plzni. Senior si může zvolit navazující předmět Základy informatiky 3, který se vyučuje v Aši nebo Počítače pro pokročilé v Tachově (Západočeská univerzita v Plzni, 2115).

### ***1.6.2 Projekty města Plzně***

V roce 2012 byl realizován projekt zaměřený na počítačové kurzy pro seniory ve spolupráci Městského obvodu Plzeň 3 se Střední školou informatiky a finančních služeb. Z počátku lektori na kurzech byli učitelé a studenti jako pomocní asistenti. Svou přítomnost na kurzech si studenti zasloužili za nekázeň jako určitou formu trestu. Projekt se setkal s neočekávaným nadšením na obou stranách a funguje dodnes. Zájem z řad studentů stoupl, na kurzy chodí dobrovolně pomáhat v odpoledních hodinách, někteří dokonce kurzy vedou, z trestu se postupem času stala zábava. Senior si může vybrat z několika úrovní: začátečník, mírně pokročilý či speciální kurz zaměřený na digitální fotografii. Kurzy se konají jednou týdně a jsou zpoplatněny od 600 – 800 Kč za 5 vyučovací lekcí v rozsahu 1,75h. Senioři s trvalým bydlištěm v městské části Plzeň 3 mají kurzovné za poloviční cenu (Městský obvod Plzeň 3, 2015) Tento projekt je i ukázkou přidané hodnoty mezigenerační spolupráce.

Dalším projektem města Plzně s cílem rozvíjet znalosti z oblasti IT a objeovat jejich praktické je Dům digitálních dovedností. Dům digitálních dovedností vznikl jako součást Správy informačních technologií města Plzně a zahájil svoji činnost v březnu roku 2014. Jedná se o volnočasové centrum, které se zaměřuje na vzdělávání nejnovějších a nejmodernějších IT technologií. Zaměřuje se na všechny věkové skupiny i na pedagogy a rodiče. Seniors se snaží integrovat do společnosti (Dům digitálních dovedností, 2015). Dům digitálních dovedností také nabízí Virtuální univerzitu třetího věku (VU3V), která je moderní alternativou ke klasické přednáškové výuce. Zaměřuje

se na vzdělávání seniorů, kteří se z různých důvodů (vzdálenost, zdravotní omezení) nemohou účastnit přednášek. Výuka probíhá v kolektivu, studenti sledují přednášku přenosem z internetu na plátno ze seniorského portálu VU3V. Po zhlédnutí přednášky vypracovávají kolektivně test nebo vedou diskuzi o probíraném tématu. Přednášky dostávají senioři vytištěné ze sylabů. Případně si také mohou jednotlivé přednášky pouštět z domova prostřednictvím internetu. Velkou výhodou této formy studia je, že se účastníci mohou pravidelně setkávat, rozšiřovat si vědomosti, vést mezi sebou dialog (Dům digitálních dovedností, 2015). Zde přidanou hodnotou je sociální kontakt s vrstevníky, využití počítačové gramotnosti při zpětném znovu puštění přednášky z internetu.

### **1.6.3 Soukromý sektor**

Z oblasti soukromého sektoru existuje Softwarová škola Plzeň, která nabízí individuální počítačové kurzy přizpůsobené dle konkrétního zájmu i pro seniory. Z výběru je také možné zvolit školení pro práci s mobilním telefonem či fotoaparátem. Kurz se koná buď v počítačové učebně v Plzni a nebo přímo u seniora doma. Délka kurz je 5 týdnů, kdy každý týden probíhá jedna lekce o délce 2 h. Cenu kurzu je možné zjistit dotazem na webových stránkách školy (Softwarová škola Plzeň, 2015).

## **1.7 Možnost využití počítačové gramotnosti**

Na trhu lze získat knihy napsané přímo pro seniory zaměřující se na práci s počítačem. Publikace se zaměřují na konkrétní přání seniorů, užívá se méně odborných termínů, písmo bývá větší a lépe čitelnější, vysvětlení je popsáno stručně a jasně.<sup>1</sup>

Nyní se senioři mohou zapojit do programu s názvem „Senioři píší Wikipedii“. Wikipedie je internetová otevřená encyklopedie, do které může přispívat kdokoli.

---

<sup>1</sup> Příkladem jsou publikace:

LALÍK, M. *Práce s počítačem pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4136-9.

LAPÁČEK, J. *Počítač pro seniory [Windows, Excel, Word, Internet]*. 2. vyd. Brno: CP Books, 2005. ISBN 80-251-0820-1.

Program inicioval Jan Sokol. Senioři jsou zatím malou skupinou, která se podílí na vytváření této encyklopedie, a přitom jde o skupinu, která má celoživotní zkušenosti a znalosti. Tvorbou příspěvků, korekcí a doplněním stávajících článků mohou efektivně využít svůj volný čas a předat své zkušenosti mladším. Zájemci, kteří se chtějí do programu zapojit, mohou navštívit zdarma pořádané kurzy v Praze nebo se zaregistrovat prostřednictvím e-mailu, a budou mu zasílány aktuality o přednáškách, kurzech a dalších. Kurz není podmínkou pro psaní příspěvků. Zájemce si může jen najít článek, který jej zajímá, a začít upravovat. V případě chyby se není třeba obávat, vše jde vrátit zpět. Kurzy jdou absolvovat i online. Absolvent kurzu získá znalosti o Wikipedii, bude se v ní umět orientovat, založit si svůj vlastní profil a prostřednictvím něho komunikovat s dalšími „*wikipédisty*“, opravovat chyby, nahrávat fotky. Největším přínosem však bude pro následné generace, které z této encyklopedie nejčastěji čerpají informace (Wikipedie, 2015).

## 2 CÍL PRÁCE A HYPOTÉZY

### 2.1 Cíl práce

Hlavním cílem této práce je zmapovat situaci v oblasti počítačové gramotnosti seniorů, kteří navštěvují nebo navštěvovali počítačový kurz. Věková skupina byla stanovena v rozmezí od 65 do 85 let se zaměřením na seniory, kteří žijí ve městě Plzeň s ohledem na dopady počítačové gramotnosti v jejich každodenním životě.

Vedlejší cíl práce se zaměřuje na samotnou osamělost seniorů, která může souviset se sociální inkluzí. Práce má vyvrátit či potvrdit, zda počítačové kurzy mohou danou osamělost zmírnit, a také zjistit, jaký kontakt seniory preferují.

Výsledky práce mohou být využity organizacemi zaměřující se na seniory, dále pak realizátory pořádajícími počítačové kurzy a také širokou veřejností se zájmem o danou problematiku.

### 2.2 Hypotézy

Pro zjištění a naplnění cíle této práce jsem stanovila následující hypotézy:

**Hypotéza č. 1:** „V seniorském věku muži využívají počítač častěji než ženy.“

**Hypotéza č. 2:** „Se získanými počítačovými dovednostmi se život seniorů změnil, došlo k rozšíření a usnadnění sociálních kontaktů.“

**Hypotéza č. 3:** „Motivací pro seniory k účasti v počítačových kurzech byla možnost vyhledat si informace na internetu.“

Některé otázky jsou založeny na vyjádření přání („jak byste chtěl(a) být nejčastěji v kontaktu s rodinou, příbuznými, přáteli“) a pocitů („v jaké míře se cítíte být v životě osamělý“ nebo „jak v současné době umíte pracovat na počítači“). Pocity a přání jsou velmi individuální záležitost každého jedince, proto není možné danou problematiku objektivně hodnotit. Jiné otázky jsou retrospektivní („jak osamělý(á) jste se cítil(a) před nástupem do kurzu“ či „jak jste uměl(a) pracovat na počítači před nástupem do

počítačového kurzu“) tj. ptáme se v současnosti na to, co bylo dříve. Z výše popsaných důvodů nelze získat objektivní ověřitelné informace, ze kterých by se daly vyvodit závěry pro celou populaci seniorů v České republice.

**Hypotéza č. 1:** „*V seniorském věku muži využívají počítač častěji než ženy*“.

V této hypotéze vycházím z předpokladu, že muži jsou více technicky zaměřeni než ženy a mají častější a jednodušší přístup k samotnému počítači.

**Hypotéza č. 2:** „*Se získanými počítačovými dovednostmi se život seniorů změnil, došlo k rozšíření a usnadnění sociálních kontaktů.*“

Předpokládám, že pokud senior navštěvuje jakýkoliv kurz, dochází u něho k získávání nových informací a dovedností, které mohou způsobit změnu v jeho životě. Samotná účast na kurzu přináší seniorovi rozšíření sociálního kontaktu primárně o spoluúčastníky kurzu, sekundárně pak v možnosti využívat na počítači takové programy, které vedou k rozšíření sociálních kontaktů. Pomocí sociálních sítí může najít své přátele z dětství, ze školních let, zůstat v kontaktu s vnoučaty, kteří bydlí v jiném městě či vycestovali z jakéhokoliv důvodu do zahraničí, psát si prostřednictvím e-mailu s dalšími lidmi.

**Hypotéza č. 3:** „*Motivací pro seniory k účasti v počítačových kurzech byla možnost vyhledat si informace na internetu.*“

Předpokládám, že motivací pro rozhodnutí navštěvovat počítačový kurz je naučit se používat internet a vyhledat si veškeré potřebné informace. Impulsem k návštěvě počítačové kurzu může také být zájem o počítače stejně tak, jako milovník vaření se chce zdokonalit v přípravě pokrmů a přihlásí se na kurz vaření. Nebo naopak si senior uvědomuje, že v oblasti počítačů získal málo znalostí a neumí některé činnosti, které by umět chtěl. Motivací může být i tlak dnešní společnosti. Dříve byly nositeli informací sdělovací prostředky především rádio a televize. V dnešní době se jím stal internet, který již neslouží jen k vyhledávání informací, ale mnoho služeb se přesunulo na internet a vyplatí se i finančně. Příkladem může být spravování bankovního účtu, kdy se v kamenné pobočce za různé úkony platí poplatky. Když si účet majitel spravuje doma,

má to zadarmo, pokud se nehodnotí strávený čas, který vynaložil na to se vše naučit, a nezapočítávají se poplatky za internet.

## **3 METODIKA**

### **3.1 Použitá metoda**

Ke zpracování této bakalářské práce je použita metoda kvantitativního výzkumu a zaměřuje se na organizace pořádající volnočasové aktivity pro seniory, zvláště na ty, které se zaměřují na počítačové kurzy. Ke sběru dat je použita metoda dotazování formou dotazníku, který lze najít v příloze č. 1 této práce. Dle Dismana (2002) se jedná o vysoce efektivní metodu, která v krátkém časovém období umožňuje získat informace od velkého počtu jedinců, s relativně malými náklady.

Dotazník je sestaven ze stručného popisu a výzkumníkovi, za jakým účelem jsou data získávána a k čemu budou použita. Dotazník je zcela anonymní a skládá se ze 14 otázek. Dotazník je sestaven na principu, že se vzrůstajícím počtem otázek návratnost klesá.

Časová náročnost na vyplnění je maximálně 10 minut. Pro získání dat je použita kombinace terénního dotazníkového šetření a rozeslání dotazníků prostřednictvím hromadného e-mailu. K těmto oběma dvěma postupům je použita aplikace Google Forms, která umožňuje sestavit esteticky zajímavý dotazník. Odkaz na dotazník byl rozeslán hromadným e-mailem. Pro terénní formu byl vytištěn a rozdán respondentům na kurzech počítačů. Dotazníkové šetření probíhalo od 6. března do 10. dubna 2015.

### **3.2 Popis výzkumného souboru**

Cílovou skupinou byli senioři ve věku od 65 do 85 let, kteří absolvovali počítačový kurz nebo jej právě dokončovali.

Výzkumný vzorek byl stanoven na minimální počet 100 seniorů žijících v Plzni. Celkem byla získána data od 118 respondentů, kteří absolvovali počítačový kurz. V Plzni počítačové kurzy speciálně zaměřené na seniory se v době výzkumu pořádaly ve dvou organizacích (Totem a Střední škola informatiky a finančních služeb). S těmito organizacemi byla navázána spolupráce. Po domluvě s lektory kurzů, byly e-mailem

rozeslány odkazy na dotazník přímo lektorům, kteří zajistili přeposlání původních e-mailů absolventům kurzu. Anonymita byla zaručena a kontakty nebyly šířeny dál třetím osobám. Terénní výzkum byl uskutečněn na Střední škole informatiky a finančních služeb a na přednášce pro studenty U3V ZČU. Sebraná data v terénním dotazníkovém šetření byla doplněna do aplikace Google forms. Převážná část dat (cca 70 %) byla získána terénním dotazníkovým šetřením. Návratnost dotazníků rozeslaných prostřednictvím e-mailů byla velmi nízká.

### **3.3 Zpracování výsledků**

Data byla upravena na kódování a číslování, aby mohla být použita pro zpracování hypotéz, výsledných tabulek a grafů.

Zpracovaná data byla popsána deskriptivní statistikou. Hypotézy byly ověřovány pomocí statistických testů, které vycházely z kontingenčních tabulek. U otázek závislých na porovnání PŘED a PO byl použit párový t-test, kdy u každé dvojice proměnných lze říci, že došlo k poklesu nebo nárůstu zkoumané veličiny. Pro měřené parametry v celém souboru a v jednotlivých skupinách a podskupinách byly počítány základní statistické charakteristiky jako průměr, směrodatná odchylka, rozptyl, medián, minimum a maximum. U kategorických proměnných byly zkoumány jejich frekvence. Rozdíly v četnostech zkoumaných znaků mezi sledovanými skupinami byly testovány pomocí chí-kvadrát testu nezávislosti v kontingenční tabulce. Dalším použitým testem byl jednovýběrový test na relativní četnost. Statistická významnost byla stanovena na hranici  $\alpha = 0,05$ .



## 4 VÝSLEDKY

V této části jsou vyhodnoceny otázky dotazníku, které jsou utříděny do jednotlivých skupin. Hypotézy jsou potvrzeny/zamítnuty v druhé části této kapitoly. Výsledky jsou zaznamenány pomocí sloupcových a koláčových grafů. U některých otázek jsou pro prezentaci zjištění použity tabulky. Pod výsledky je vždy uveden krátký komentář.

### 4.1 Výsledky kvantitativního výzkumu a jejich interpretace

Otázky v dotazníku lze utřídít do několika okruhů. Tyto okruhy jsou nazvány následovně:

1. věk respondentů a genderové rozvrstvení: „věk“, „pohlaví“
2. otázky zjišťující pocit osamělosti: „žiji“, otázka č. 1, č. 2, č. 3
3. otázky zjišťující preferenci kontaktu: otázka č. 5 a č. 6
4. otázky vztahující se k počítači, kurzu, internetu: otázka č. 4, č. 6, č. 13 a č. 14.

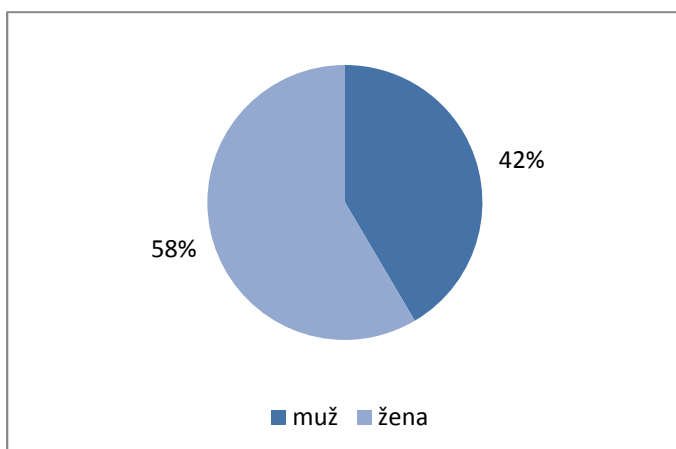
Otázky 4. okruhu se vztahují k hodnocení hypotéz. Nebudou rozebírány podrobně, ale souhrnně v rámci potvrzení či vyvrácení hypotéz. Jen poslední dvě otázky dotazníkového šetření „*Internet nejčastěji používám na:*“ (více možností z nabídky) a „*Co byste zahrnul(a) pod pojmem základní počítačová gramotnost?*“ v hypotézách nejsou obsaženy, proto budou zkoumány zvlášť a budou uzavíracími otázkami popisné statistiky.

#### 4.1.1 Věk a pohlaví

V úplném začátku byla potřeba zjistit genderové zastoupení respondentů. V dotazníku je uvedeno pohlaví, kde je možné vybrat „muž“ či „žena“.

Následující graf ukazuje, že bylo více respondentek než respondentů.

**Graf č. 1 Pohlaví respondentů**

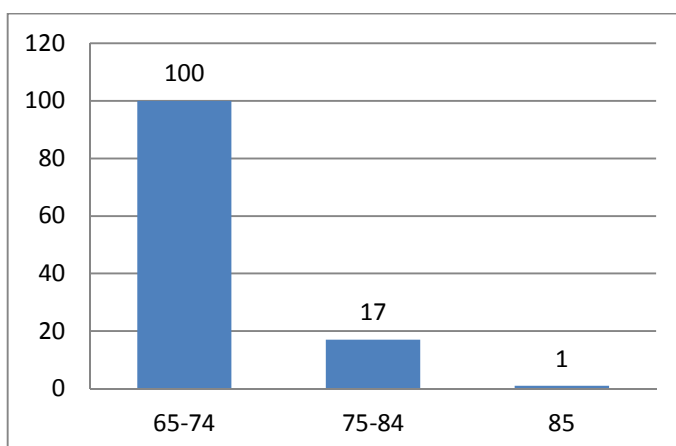


*Zdroj: vlastní šetření*

Graf č. 1 znázorňuje, že ze 118 respondentů bylo 69 (tj. 58 %) žen a 49 (tj. 42 %) mužů.

Další otázka zjišťovala věk respondenta. Touto otázkou byli vyřazováni ti respondenti, kteří neodpovídali stanovenému věkovému rozpětí 65 – 85 let. Následující graf znázorňuje, že většina seniorů se nacházela ve věkové skupině 65 – 74 let, což odpovídá mladším seniorům.

**Graf č. 2 Věk respondentů**



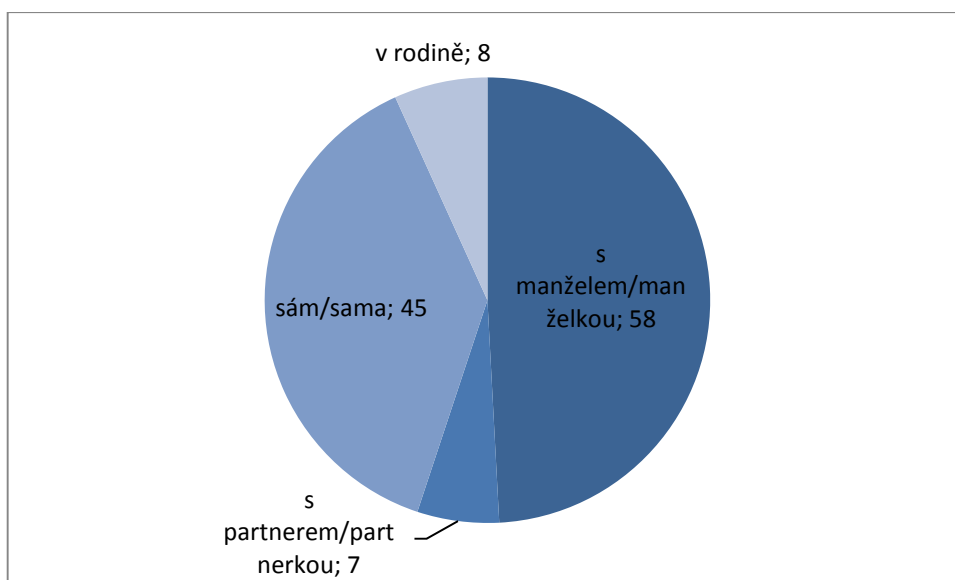
*Zdroj: vlastní výzkum*

Graf č. 2 znázorňuje, že mladších seniorů bylo 100 (tj. 85 %). Méně početnou skupinu tvoří 17 respondentů (tj. 14 %), která se nacházela ve věku 75 – 84 let, tedy starší senioři, a jen jednomu respondentovi bylo 85 let (tj. 1 %).

#### 4.1.2 Osamělost

V dotazníku je položeno několik otázek, zjišťující osamělost seniora. První zkoumanou proměnou je zjištění, zda respondent žije sám, či v nějakém uskupení.

**Graf č. 3 Život respondenta**



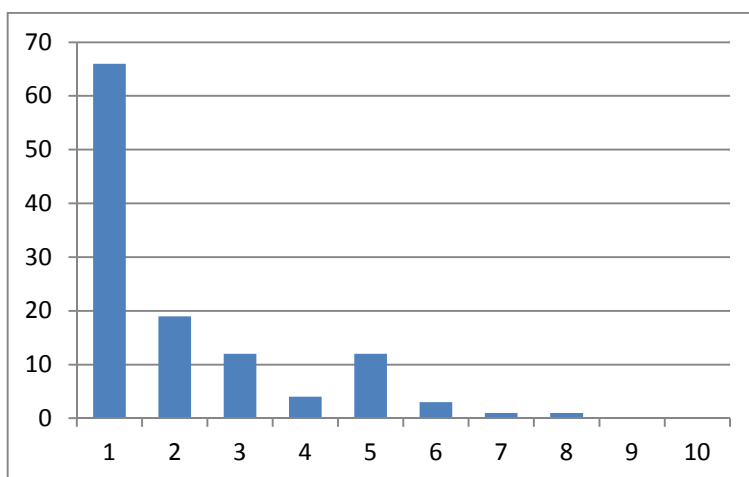
*Zdroj: vlastní výzkum*

Graf č. 2 znázorňuje, že 58 respondentů (tj. 49 %) žije v manželství, 45 respondentů (tj. 38 %) žije samo, 8 respondentů (tj. 7 %) žije v rodině, 7 respondentů (tj. 6 %) žije s partnerem či partnerkou. Nikdo v dotazníku nevedl, že žije v zařízení pro seniory. Z tohoto grafu lze říci, že 73 respondentů (tj. 62 %) žije s někým a 45 respondentů (tj. 38 %) samo.

Otázka č. 1 zjišťuje současný pocit osamělosti v životě seniora. Jedná se o škálovací otázku, kdy respondenti měli svůj pocit vyjádřit na stupnici od 1 do 10. Kratší škálu od 1 do 5 nebyla zvolena z důvodu možné spojitosti se stupnicí známek ve

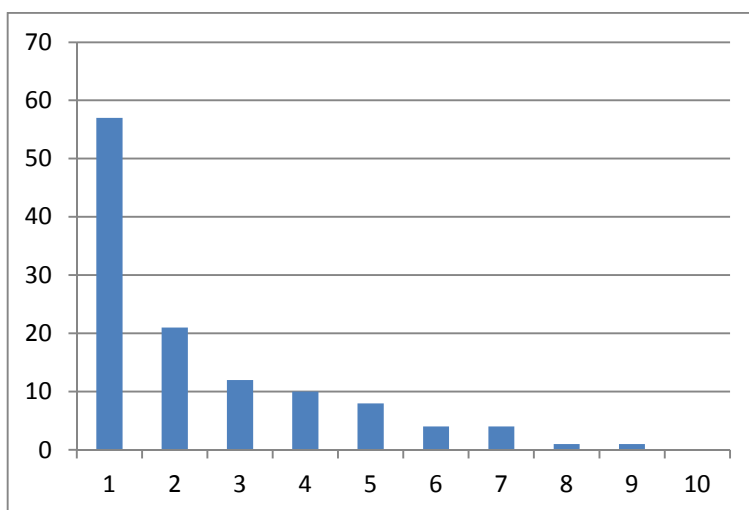
škole. Číslo 1 vyznačuje nejmenší pocit osamělosti, číslo 10 největší. **Otázka č. 3** je postavena na stejném principu. Hodnotí však pocit osamělosti před nástupem do počítačového kurzu, retrospektivní otázka.

**Graf č. 4 Současný pocit osamělosti**



*Zdroj: vlastní výzkum*

**Graf č. 5 Pocit osamělosti před kurzem**



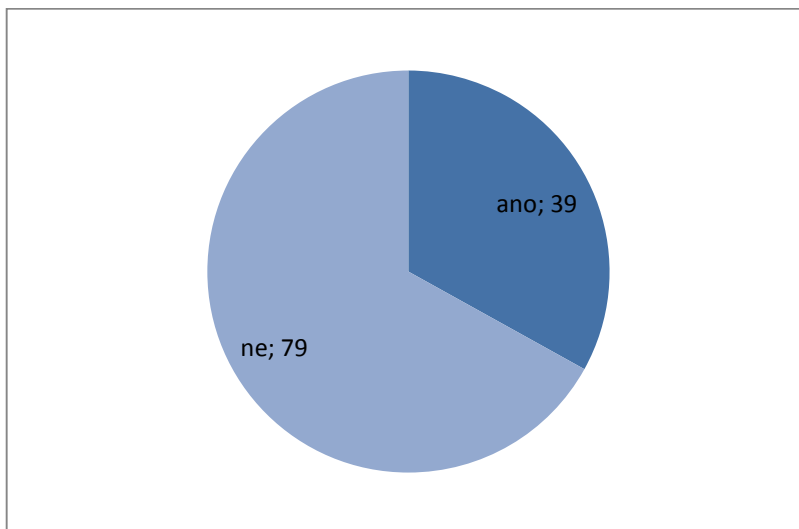
*Zdroj: vlastní výzkum*

Z grafu č. 4 a č. 5 je zřejmé, že většina respondentů se necítí být v životě výrazně osamělá před ani po kurzu. V návaznosti na tyto zjištění je ověřovací otázka č. 2.

Otázka č. 2 („Změnil se pocit osamělosti po kurzu?“) testuje změnu pocitu osamělosti po kurzu.

V této otázce převážná část respondentů odpověděla ne. To znamená, že po počítačovém kurzu u většiny respondentů zůstal pocit osamělosti stejný.

**Graf č. 6 Změna pocitu osamělosti po kurzu**



*Zdroj: vlastní výzkum*

Graf č. 6 znázorňuje, že většina 79 respondentů (67 %) změnu osamělosti po kurzu nevnímá. Jen 39 respondentů (33 %) uvádí, že ke změně pocitu došlo.

### **4.1.3 Preference kontaktu**

Cílem těchto dvou otázek je zjistit, jaké je přání a skutečnost respondentů o kvalitu kontaktu s okolím. Zda preferují osobní setkání, či zda jde toto osobní setkání nahradit či zprostředkovat něčím jiným?

Následující tabulka popisuje přání a skutečnost kontaktů.

**Tabulka č. 1**

Možnosti	Přání			Skutečnost		
	muž	žena	celkem	muž	žena	celkem
osobní setkání	80%	83%	81%	55%	52%	53%
telefonický rozhovor	6%	7%	7%	37%	30%	33%
dopisováním prostřednictvím pošty	4%	1%	3%	0%	1%	1%
prostřednictvím počítače/internetu	8%	7%	8%	8%	12%	10%
Jiné	0%	1%	1%	0%	4%	3%
Prázdné	2%	0%	1%	0%	0%	0%
<b>Celkem</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

*Zdroj: vlastní šetření*

Z těchto výsledků je zřejmé, že převážná část respondentů 81 % (tj. 96) chce být v osobním kontaktu s druhými lidmi. Ve skutečnosti je jich v osobním setkání jen 53 % (tj. 63). Mnoho respondentů (33 %) je v kontaktu s okolím prostřednictvím telefonického rozhovoru, přestože preferují osobní setkání.

#### **4.1.4 Použití počítače a počítačová gramotnost**

Otázka č. 13 zjišťuje, na co senioři využívají internet. Jedná se o otázku, kdy respondent může vybrat z více možností ze seznamu.

**Tabulka č. 2**

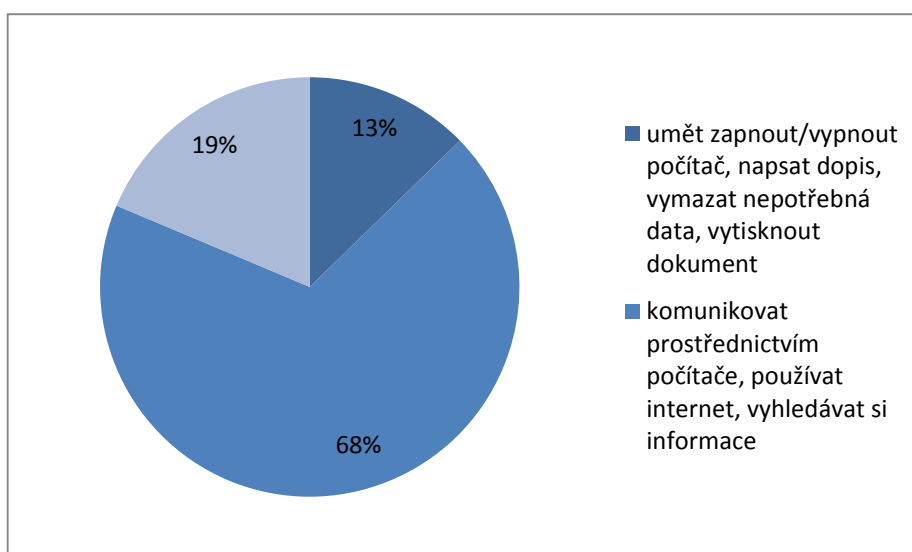
Více možností	Počet odpovědí	Na jednoho respondenta
vyhledávání informací	94	79,66%
ke komunikaci	62	52,54%
banka, platby	28	23,73%
nakupování	14	11,86%
objednávání	9	7,63%
<b>POČET ODPOVĚDÍ</b>	<b>207</b>	

*Zdroj: vlastní výzkum*

Respondenti nejvíce používají internet kvůli vyhledávání informací (79,7 %), dále ke komunikaci (52,5 %), správě bankovního účtu a platbám (23,7 %) a nakupování (11,9 %). Objednávání a rezervace vybralo jen 9 seniorů.

Otázka č. 14 se dotazuje, co by respondenti zahrnuli pod základní počítačovou gramotnost. Najít jednotnou definici počítačové gramotnosti není možné. Přesto byla tato otázka položena z důvodu zjištění, jakou představu seniori o počítačové gramotnosti mají.

**Graf č. 7**



*Zdroj: vlastní výzkum*

Z grafu vyplývá, že mnoho respondentů si uvědomuje, že počítačová gramotnost zahrnuje více než základní obsluhu. Jen 13 % (tj. 15) respondentů spojilo počítačovou gramotnost s vypnutím/zapnutím počítače a dalšími jednoduchými úkony. Většina 68 % seniorů uvedla, že pod pojem počítačová gramotnost zahrnuje komunikaci, internet a vyhledávání informací.

## 4.2 Vyhodnocení hypotéz

**Hypotéza č. 1** „V seniorském věku muži využívají počítač častěji než ženy.“

Vycházím z definice nulové a alternativní hypotézy pro statistické testování:

H<sub>0</sub>: Muži a ženy využívají počítač stejně.

H<sub>1</sub>: Muži využívají počítač častěji než ženy.

Hodnocena bude otázka č. 4 zjišťující častost používání počítače za použití třídění muž x žena.

**Tabulka č. 3**

Častost používání	Muž	Žena	Celkem
Denně	23	36	59
několik dní v týdnu	16	22	38
občas (1x až 3x do měsíce)	8	7	15
Nepoužívám	2	4	6
<b>Celkem</b>	<b>49</b>	<b>69</b>	<b>118</b>

*Zdroj: vlastní výzkum*

Pro ověření této hypotézy byl použit chí-kvadrát test nezávislosti v kontingenční tabulce. Kvůli nízkým četnostem byly možnosti „občas“ a „nepoužívám“ seskupeny dohromady. Na hladině významnosti  $\alpha = 0,05$  nelze zamítnout nulovou hypotézu. Souhlasíme s tvrzením, že práce s počítačem není závislá na pohlaví. Rozdíly mezi muži a ženami jsou tak malé, že je možné otestovat statisticky jako signifikantní. Hypotéza, že muži používají počítač častěji, neplatí.

Dále byla testována otázka č. 11 využití počítače před nástupem do kurzu a otázka č. 12 využití počítače teď.

**Tabulka č. 4**

Možnosti	PŘED KURZEM				PO KURZU			
	muž	žena	celkem	v %	muž	žena	celkem	v %
e-mail, skype, chat	6	10	16	13,6%	13	25	38	32,2%
hraní her	13	11	24	20,3%	1	4	5	4,2%
nakupování zboží, služeb	1	4	5	4,2%	7	8	15	12,7%
práce s textem, čísla	5	4	9	7,6%	1		1	0,8%
prohlížení a úprava fotek	5	7	12	10,2%	2	7	9	7,6%
vyhledávání informací	6	16	22	18,6%	25	25	50	42,4%
nevyužíval(a)	13	17	30	25,4%				
<b>Celkem</b>	<b>49</b>	<b>69</b>	<b>118</b>	100,0%	<b>49</b>	<b>69</b>	<b>118</b>	100,0%

*Zdroj: vlastní výzkum*



Podíl osob nevyužívající před kurzem počítač bylo 25,4%. Po absolvování kurzu takoví senioři mezi respondenty nejsou. Po absolvování počítačového kurzu se snížil podíl u možností „hraní her“, „práce s textem, čísly“, „prohlížení a úprava fotek“ a výrazně vzrostly možnosti "e-mail, skype, chat", "nakupování zboží, služeb", nejvíce pak "vyhledávání informací“.

Dále bylo zjišťováno, zda respondenti po absolvování počítačového kurzu umí lépe používat počítač. Porovnávana byla škálovací otázka č. 7 a otázka č. 8. Průměrná schopnost pracovat s počítačem, vypočítaná jako vážený aritmetický průměr bodů na škále 0 až 10, se navýšila z úrovně 3,13 na 5,09.

Vycházela jsem z definice nulové a alternativní hypotézy pro statistické testování:

$H_0$ : Úroveň schopnosti pracovat s počítačem je stejná před a po kurzu.

$H_1$ : Schopnost pracovat s počítačem se po absolvování kurzu zvýšila.

Byl použit párový t-test, nulová hypotéza byla tímto testem zamítnuta. Potvrdila se alternativní hypotéza  $H_1$ , že schopnost pracovat s počítačem se po absolvování kurzu zvýšila.

**Hypotéza č. 2** „*Se získanými počítačovými dovednostmi se život seniorů změnil, došlo k rozšíření a usnadnění sociálních kontaktů.*“

Vycházím z definice nulové a alternativní hypotézy pro statistické testování:

$H_0$ : S počítačovými dovednostmi se život seniorů nezměnil, sociální kontakty zůstaly stejné.

$H_1$ : S počítačovými dovednostmi se život seniorů změnil, došlo k rozšíření a usnadnění sociálních kontaktů.

V první řadě bude hodnocena otázka č. 9 zjišťující změnu sociálních kontaktů v závislosti na získaných počítačových dovednostech.

**Tabulka č. 5**

Odpovědi	Absolutní četnosti	Relativní četnosti
Ano	66	55,9%
Ne	52	44,1%
<b>Celkem</b>	<b>118</b>	<b>100,0%</b>

*Zdroj: vlastní výzkum*

Relativní četnosti ukazují, že u více než poloviny účastníků kurzu skutečně došlo ke zlepšení (zvýšení sociálních kontaktů s okolím), to udává 55,9% dotázaných. Byl použit test na relativní četnost a testováno bylo, zda tento podíl je statisticky významně nadpoloviční, tj. nulová hypotéza je formulována jako  $H_0$ : podíl pozitivních odpovědí = 0,5 oproti alternativě  $H_1$ : podíl pozitivních odpovědí > 0,5. Nadpoloviční podíl se statisticky na hladině významnosti alfa = 0,05 nepotvrzuje, nelze zamítnout nulovou hypotézu. Musíme tedy konstatovat, že se nejedná o nadpoloviční podíl dotázaných osob.

Dále byla porovnáována otázka č. 1 a otázka č. 3, zda došlo ke změně pocitu osamělosti PŘED a PO absolvování počítačového kurzu.

**Tabulka č. 6**

	s manželem/ manželkou	s partnerem/ partnerkou	sám/sama	v rodině	celkem	relativní četnosti
zhoršení	3		4		7	5,9%
zlepšení	10		20	2	32	27,1%
žádná změna	45	7	21	6	79	66,9%
<b>celkem</b>	<b>58</b>	<b>7</b>	<b>45</b>	<b>8</b>	<b>118</b>	<b>100,0%</b>

*Zdroj: vlastní výzkum*

**Tabulka č. 7**

	sám/sama	s někým
zhoršení	8,9%	4,1%
zlepšení	44,4%	16,4%
žádná změna	46,7%	79,5%
<b>celkem</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>

*Zdroj: vlastní výzkum*

U 66,9% respondentů nedošlo k žádné změně, 27,1% naznačuje zlepšení (tj. snížení) pocitu osamělosti, 5,9% osob naopak uvádí, že se jejich pocit osamělosti zvýšil. Pokud se podíváme na strukturu podle toho, zda respondent žije sám nebo s někým ve společné domácnosti, pak je vidět, že osamělé osoby říkají, že u nich zůstává stav stejného pocitu osamění pouze v 46,7% případů, zatímco u 44,4% z nich došlo ke zlepšení, zatímco u osob žijících s někým se zlepšení dostavilo pouze u 16,4% z nich

Byl použit opět párový t-test pro nulovou hypotézu  $H_0$ : u seniorů nedošlo ke změně oproti alternativě  $H_1$ : nastala změna PŘED a PO, to znamená, že pocit osamělosti se snížil. Jedná se o porovnání škály otázky č. 1 a otázky č. 3. Pomocí párového t-testu zamítáme nulovou hypotézu a přijímáme tvrzení, že pocit osamění se snížil, tj. zlepšil.

**Hypotéza 3** „*Motivací pro seniory k účasti v počítačových kurzech byla možnost vyhledat si informace na internetu.*“

Vycházím z definice nulové a alternativní hypotézy pro statistické testování:

$H_0$ : Motivace pro seniory k účasti na počítačových kurzech je jiná než vyhledat si informace na internetu.

$H_1$ : Motivace pro seniory k účasti na počítačových kurzech je možnost vyhledat si informace na internetu.

V této hypotéze hodnotíme otázku č. 10, která zjišťuje, jaký prvotní impuls vedl respondenty k návštěvě počítačového kurzu.

**Tabulka č. 8**

<b>Odpovědi</b>	<b>Absolutní četnosti</b>	<b>Relativní četnosti</b>
naučit se pracovat s počítačem	32	27,1%
počítače jsou mým koníčkem	4	3,4%
poznat nové lidi	2	1,7%
trénovat si paměť	11	9,3%
umět využívat služby na internetu	27	22,9%
vyhledávat si potřebné informace	22	18,6%
zaplnit svůj volný čas	8	6,8%
zůstat v kontaktu s mladou generací (vnoučaty)	12	10,2%
<b>Celkem</b>	<b>118</b>	<b>100,0%</b>

*Zdroj: vlastní výzkum*

Z celkových 118 respondentů 22,9 % uvádí, že důvodem jejich účasti na kurzu bylo touha umět používat služby na internetu a u dalších 18,6 % osob to byla potřeba či touha umět vyhledávat potřebné informace, dohromady tato skupina tvoří 49 osob (tj. 41,5 %). I bez statistického testování je zřejmé, že se jedná o méně než poloviční podíl respondentů a tudíž hypotézu nelze potvrdit.

Pokud by do přijatelných odpovědí patřila i možnost "naučit se pracovat s počítačem", kterou vybralo 32 osob (tj. 27,1 %), pak už se jedná o více než dvoutřetinovou většinu (81 lidí, 68,6 %). Při použití jednovýběrového testu na relativní četnost se skutečně potvrzuje, že jde o statisticky signifikantní většinu (přesněji řečeno, zamítá se nulová hypotéza  $H_0$ : podíl se pohybuje kolem 50% ve prospěch alternativy  $H_1$ : podíl je větší než 50%).

## 5 DISKUZE

Společnost stárne, to je nepopiratelný fakt dnešní doby. Senioři se stávají početnou skupinou, která se neustále rozšiřuje. Jak uvádí Vágnerová (2008), od seniorů se již nic neočekává, společnost je odsouvá na druhou kolej, kde zastávají jen malé kompetence s nízkým sociálním statutem. Tento postoj se podle mého názoru musí změnit. Ve svém výzkumu jsem se především zaměřila na zjištění, zda počítačová gramotnost může seniory zpět začlenit do společnosti, zda se jejich pocit osamělosti prostřednictvím počítačového kurzu může nějakým způsobem změnit. Většina seniorů z výzkumného souboru náležela dle rozdělení Kalvacha (2004) do skupiny mladí senioři. Ze 118 respondentů se nacházelo ve věkovém rozpětí 65 – 74 let 85 %, 14 % se nacházelo ve skupině staří senioři ve věku 75 – 84 let a jen jeden respondent byl dle tohoto rozdělení velmi starý, konkrétně 85 letý. Tento výsledek není překvapující. Mladí senioři jsou stále plni života s menšími zdravotními problémy a s méně se zhoršujícími kognitivními funkcemi. V této skupině se vyskytují senioři, kteří odcházejí do důchodu a těší se, že se budou věnovat tomu, co je zajímavé. V běžném každodenním životě jim na to nezbývá čas. Také sem lze zahrnout seniory, kteří se již nějakou dobu v penzi jsou a hledají uplatnění pro svůj volný čas a sebe samého. Ve výzkumném souboru se nacházelo 58 % žen a 42 % mužů. Tento výsledek jsem předpokládala. V populaci v rozvinutých zemích vždy ve vyšším věku převládají počty žen nad muži, stejně tak i střední délka dožití je u žen vyšší. Kritériem výzkumu nebylo získat stejné množství odpovědí od mužů a žen, ale zastoupení obou pohlaví na počítačovém kurzu.

Do výzkumu jsem zařadila i otázku zjišťující osamělost seniorů. Již v samotném začátku jsem si uvědomovala, že pokud budu zkoumat pocity jednotlivých respondentů, nezískám výsledky, které lze aplikovat na celou populaci všeobecně. Vyjádření pocitů souvisí s mnohými faktory, a především se jedná o velmi individuální jev, který může být u každého jedince různý. I přes mnohé rozpory z hlediska kvantitativního výzkumu jsem otázky do výzkumu zařadila. Vycházím ze své zkušenosti a práce se seniory, kdy jsem si především všimla jejich izolovanosti od okolního světa a potřebu být s někým

v kontaktu, aby se zmírnil jejich pocit osamělosti. Na výzkumu jsem si chtěla ověřit, zda počítačový kurz může toto osamocení zmírnit.

Nejprve jsem zjišťovala, v jakém rodinném uskupení senior žije. Výzkumem jsem zjistila, že 62 % respondentů žije v nějakém uskupení a 38 % seniorů žije samo. Vysoké číslo 62 % jsem získala součtem těch respondentů, kteří uvedli možnost: žiji s partnerem/partnerkou, s manželem/manželkou či v rodině. Žádný respondent neuvedl, že žije v zařízení pro seniory. Možnost zařízení pro seniory byla záměrně volena s širším rozsahem. Respondent mohl žít nejen v domově pro seniory, kde je předpoklad, že senior již nebude chtít navštěvovat volnočasové aktivity mimo domov, ale i v domově s pečovatelskou službou, kam lidé odcházejí s větší soběstačností. Zde předpokládám, že se více zajímají o možnosti naplnění svého volného času. Můj předpoklad nebyl naplněn. V dotazníku jsem dále nezkoumala, z jakého důvodu senior žije sám. Lze předpokládat, že mu partner zemřel. Důvodem však může být i to, že po celý život žil sám, že se rozvedl a již nevyhledával život ve dvou nebo že se dobrovolně rozhodl žít sám a jiné další. Pro můj výzkum tato data nebyla potřebná.

V oblasti osamělosti jsem pro jednodušší odpověď volila otázky pomocí škály. Zjišťovala jsem, zda pocit osamělosti byl PŘED a PO kurzu jiný. Výsledky ukazují, že pocit osamělosti se zlepšil. Může se jednat o fakt, že již samotnou návštěvou kurzu senior potkává nové lidi a jednodušeji s nimi naváže kontakt. Senior si může počítačový kurz (zde je vhodné uvést jakýkoliv kurz) vybrat záměrně, aby svůj pocit osamělosti zmírnil. Naučené dovednosti na počítači také mohou vést ke zvýšení sociálních kontaktů. Senior se může naučit používat nové metody, které předtím neznal či neuměl, např. psaní e-mailu, použít skype či sociální sítě. Utvrzení, zda pocit osamělosti po kurzu zůstal stejný nebo se změnil, dokázala i **otázka č. 2** „*Změnil se pocit osamělosti po kurzu?*“. 67 % respondentů změnu osamělosti po kurzu nezaznamenala, 33 % seniorů uvedla, že ke změně pocitu došlo.

V souvislosti osamělostí mě dále zajímalo, jaké kontakty senioři preferují. Kontakty v našich životech hrají důležitou roli. Člověk je v životě obklopen mnoha různými vztahy různého typu. S přibývajícými léty mohou kontakty se známými, příbuznými, rodinou ubývat vlivem různých životních situací. Senioři dnes stojí na

okraji společnosti, protože stáří nezapadá do koncepce dnešní postmoderní doby. Na zjištění preference a reálnosti kontaktů s okolím byly položeny dvě otázky. Jedna zjišťovala touhu či přání, v jakém kontaktu senioři chtějí být. Druhá zkoumala, v jakém kontaktu s okolím skutečně, reálně jsou. Výsledky jednoznačně ukazují, že respondenti preferují osobní setkání. Celých 81 % seniorů zaškrtnulo, že chtějí se svoji rodinou, přáteli a příbuznými být v osobním kontaktu. V porovnání s realitou se procenta snížila, 56 % respondentů je opravdu v osobním kontaktu se svými nejbližšími (možnosti osobní setkání, os./tel./internet, návštěva, dle možností vše uvedené). Porovnáním těchto dvou hodnot zjišťuji, že 25 % seniorů má rozdílné přání se skutečností. Reálně se senioři kontaktují více prostřednictvím telefonu. Zde došlo k přesunu z původního přání 7 % respondentů na 33 %. Dalším prostředkem pro kontakt se stalo i používání počítače. V této oblasti vzrostl počet respondentů pouze o 2,5 procentního bodu. Důvody opět mohou spočívat v několika příčinách. Vlivem rychlé doby, kdy čas zůstává nedostatkovým zbožím, vytočení telefonní čísla či použití počítače zabere méně času, než osobní kontakt. Telefonovat můžete kdekoliv, počítač použít z pohodlí domova. Z výsledků lze však vyvodit, že osobní setkání stále zůstává pro seniory na prvním místě, tím nejdůležitějším. Domnívám se, že při osobní setkání si mezi sebou lidé předávají takové vjemy, které jiné prostředky zatím nedokáží přenést. V první řadě mám na mysli pozitivní fyzický kontakt jako je objetí či pohlazení, též sem mohou zahrnout pomoc s úklidem, vyřešením obtíží v domácnosti, obtíže nastavení počítače či telefonu a mnohé jiné.

Dále jsem zjišťovala, na co senioři využívají internet. Respondenti mohli vybírat z více možností ze seznamu. Nejvíce používají internet kvůli vyhledávání informací (79,7 %), dále ke komunikaci (52,5 %), správě bankovního účtu a platbám (23,7 %) a nakupování (11,9 %). Objednávání a rezervace vybralo jen 9 seniorů. Z výše uvedeného vyplývá, že hlavní činností po absolvování počítačového kurzu je pro seniory vyhledávání informací. Z tohoto zjištění lze vyvodit, že vyhledávání informací je pro seniory prioritní. Důvodem může být zaměření samotných kurzů, kde se senioři učí na internetu a hlavním tématem je vyhledávání informací. Také touto příčinou může být potřeba si v dnešní době informace umět vyhledat.

Vymezení pojmu počítačová gramotnost popisují v teoretické části. Dostál (2007) počítačovou gramotnost definuje v ovládní periferních zařízení, softwaru a používání internetu. Autoři Lukšů (2013) a Kubů (2014) k těmto dovednostem připojují nadstavbu, umět vyhledat a zpracovat informace. K této myšlence se přikláním i pro hodnocení pojmu počítačová gramotnost v dotazníkovém šetření. K ověření počítačové gramotnosti jsem nepoužila metody navrhuující autoři Sak, Saková (2006). Počítačovou gramotnost jsem vyhodnotila na základě předem stanovených odpovědí. Respondenti vybírali jen jednu možnou variantu. Správnou odpověď obsahující vyhledání si a zpracování informace zvolilo jen 19 % respondentů, což je 22 seniorů z vybraného souboru. Většina (68 %) respondentů pod počítačovou gramotnost zahrnuje komunikaci prostřednictvím počítače, internet a vyhledávání informací. Patnáct respondentů spojilo počítačovou gramotnost se základní obsluhou počítače a jednoduchými úkony. Tyto výsledky jsem očekávala. Myslím si, že i mladému člověku činní obtíže vyjádřit, co v podstatě počítačová gramotnost zahrnuje. Nutno také zmínit, že spojení počítačová gramotnost je obsažena v samotném názvu práce a také v názvu dotazníku. Nezeptat se na tuto otázku by bylo stejné jako nezjistit, zda vůbec respondenti vědí, čeho se dotazník týká a co vyplňují. Výsledky jsou znázorněny v následujícím grafu.

Výzkumem byla vyvrácena hypotéza, že muži používají počítač častěji než ženy. Tento výsledek se liší od zjištění Českého statistického úřadu (2014), který uvádí, že muži častěji využívají počítač než ženy. Výsledek může být odlišný specifickým souborem respondentů – absolventi počítačového kurzu, větší procento žen než mužů. Dalším důvodem může být i to, že muži na počítači pracovat umějí, nepotřebují navštěvovat kurz. Dílčí otázkou vztahující se k hypotéze bylo zjistit, zda používání počítače se po kurzu zvýšilo. Výzkum potvrdil, že lidé po počítačovém kurzu umí více než před nástupem na kurz.

Bylo prokázáno, že získáním počítačových dovedností se mění život seniorů a dochází k rozšíření a usnadnění sociálních kontaktů. Z celkových 118 respondentů 27,1% naznačuje snížení pocitu osamělosti. Největší pokles osamělosti uvedli senioři, kteří žijí sami, u 44, 4 % případů došlo ke zlepšení.



Nebyla potvrzena hypotéza, že impulsem k návštěvě počítačového kurzu byla možnost vyhledat si informace na internetu. Z celkových 118 respondentů uvedlo 41,5 %, že motivem k účasti na kurzu bylo umět používat služby na internetu a vyhledat si potřebné informace. Jedná se o méně než poloviční podíl respondentů. Hypotézu z tohoto důvodu nelze potvrdit.

### **Shrnutí a doporučení**

Počítačové kurzy mají vliv na samotný život seniorů a měly by být i nadále podporovány. Jak výzkum ukazuje, dochází nejen k většímu použití samotného počítače a internetu, ale také se rozšiřují a usnadňují sociální kontakty. V Plzni se v nedávné době objevily velmi zajímavé projekty, které seniory ve volnočasových aktivitách podporují. Velmi mě zaujal projekt Městského obvodu Plzeň 3 a střední školy informatiky (více s. 25). Kurzy počítačů z počátku vedli učitelé a studenti byly podporou pro pomalejší účastníky. V současné době jeden student učí nové dovednosti a tři, čtyři další jsou k dispozici pro nápovědu ostatním. Dochází k mezigenerační spolupráci, které si velmi cením. Tato spolupráce dokáže měnit propast mezi stářím a mládím, vytvářet oboustranný respekt, předcházet sociální exkluzi, pochopit rozdílné životy. Doporučuji tento projekt rozšířit po celé Plzni (senioři žijící ve výše zmíněném obvodu mají nižší ceny za kurz), aby měli všichni rovnocennou příležitost, popř. se mohou jiná města tímto inspirovat. Zajímavé by též bylo vytvořit projekt, kdy naopak senioři učí mladé. Došlo by ke zvýšení statusu seniora a zlepšení jeho pocitu užitečnosti. Také by mohlo dojít k jeho naplnění života tím, že předá zkušenosti a moudrost mladým.

## 6 ZÁVĚR

Bakalářská práce odpovídá stanovenému cíli zmapovat dopady počítačové gramotnosti na život seniorů, kteří navštěvovali počítačový kurz ve městě Plzeň a nacházeli se ve věkovém rozpětí 65 až 85 let. Oblast počítačové gramotnosti není v literatuře v hojné míře zpracována. Více autorů se zabývá problematikou stáří a samotnými seniory. Většinou se jedná o publikace popisující důsledky stáří či přístup, jak se seniory pracovat v sociální oblasti. Spojení témat počítačová gramotnost a senior se objevuje v literatuře málo. V dotazníkovém šetření jsem zvolila otázky zjišťující pocity či přání respondentů, které jsou velmi individuální. Vše uvedené vedlo k tomu, že jsem výsledky výzkumu srovnávala pouze obecně. Také přes různá specifika nelze z výsledků odvodit obecně platné závěry.

V teoretické části jsem se zabývala vymezením pojmu stáří, jednotlivými proměnami, které tato životní etapa se sebou přináší. Více jsem se zaměřila na popis sociálních proměn, především na sociální exkluzi, která se dotýká mnohých seniorů. Popsala jsem pojem ageismus, který seniory diskriminuje a hledí na stáří negativně. Také jsem se dotkla oblasti osamělosti, která se nepadno vyjadřuje, protože se jedná o ryze subjektivní pocit. Zabývala jsem se tím, jak současná společnost hledí na seniory. Příčiny osamocení, sociální exkluze může právě vytvářet společnost, která je v současné době zaměřená především na výkon, flexibilitu a schopnosti. Slabost a nemohoucnost nejsou přípustné a společnost se od nich odvrací. Věnovala jsem se definici informace a počítačové gramotnosti. V souvislosti s gramotností jsem se snažila vystihnout specifika ve vzdělávání seniorů. Kapitulu jsem zakončila, jaké počítačové kurzy v době psaní práce v městě Plzeň vyskytují a jaká a jejich dostupnost. Naznačila jsem také, v jakém projektu senioři mohou získanou počítačovou gramotnost použít.

Dále jsem popisovala metodiku získávání dat. Pro celou bakalářskou práci jsem stanovila kvantitativní výzkum formou dotazníku. Dotazník jsem vytvořila pomocí aplikace Google Forms, která jednotlivé odpovědi převáděla do programu MS Excel. Většinu dat jsem získala terénní výzkumem, kdy jsem navštívila vybrané počítačové kurzy a dotazníky respondentům rozdala. Menší část dat jsem získala rozposláním e-

mailů, ve kterých byl uveden odkaz na elektronický dotazník. Sebraná data jsem protřídila.

Ve výzkumné části jsem rozebrala jednotlivé otázky prostřednictvím popisné statistiky za použití tabulek a sloupcových či koláčových grafů. Hypotézy jsem hodnotila pomocí chí-kvadrát testu nezávislosti v kontingenčních tabulkách, párového t-testu a jednovýběrového testu na relativní četnost vždy na hladině významnosti  $\alpha = 0,05$ .

Diskuze představuje zhodnocení zjištěných výsledků. Mapuje zásadní a zajímavé poznatky, přináší nástin možných vysvětlení. Pro práci jsem si stanovila tři hypotézy, které jsem hodnotila. První hypotéza („*Muži využívají počítač častěji než ženy*“) se nepotvrdila a je v rozporu se zjištěními Českého statistického úřadu. Důvodem je specifický vzorek zkoumaného souboru. Druhá hypotéza („*Se získanými počítačovými dovednostmi se život seniorů změnil, došlo k rozšíření a usnadnění sociálních kontaktů*“) byla potvrzena. Můj předpoklad, že počítačové dovednosti jsou i nositeli větších sociálních kontaktů, je platná. Většina respondentů uvedla, že sociální kontakty před i po návštěvě počítačového kurzu zůstaly nezměněné, ale třetina respondentů uváděla, že se jejich sociální kontakty změnil, v naprosté většině rozšířily. To platilo především pro seniory žijící osaměle, ti ve výsledném statistickém testování převážili a test byl statisticky signifikantní. Poslední třetí hypotéza („*Motivací pro seniory k účasti v počítačových kurzech byla možnost vyhledat si informace na internetu*“) nebyla potvrzena. Impulsem pro návštěvu počítačového kurzu je internet a vyhledávání informací, ale také obecně naučit se pracovat s počítačem, využívat služby na internetu nebo více sociální důvody, jako trénovat si paměť nebo zaplnit svůj volný čas.

Výsledky ukazují, že dopady počítačové gramotnosti na život seniorů nejsou příliš významné. Senioři upřednostňují osobní kontakt před použitím počítače či telefonickým rozhovorem. I když dopad na život seniorů byl v mém výzkumu potvrzen jen částečně, zastávám názor, že počítačové kurzy jsou dobře stráveným časem, kde si senior trénuje paměť, rozšiřuje si své vědomosti a bonusem mohou být nově získaní přátelé.

## 7 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

### Literatura

ČEVELA, R., KAVLACH, Z. a ČELEDOVÁ, L. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4

DISMAN, M. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. 3. vyd. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0139-7.

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

DOSEDLA, M. Specifika seniorského vzdělávání v oblasti výpočetní techniky. **In:** *Univerzita třetího věku: historie, současnost a perspektivy dalšího rozvoje*. Brno: Masarykova univerzita, 2010. ISBN 978 -80 -210 -5158 -4.

DOSTÁL, J. Informační a počítačová gramotnost - klíčové pojmy informační výchovy. **In:** *Infotech 2007 - moderní informační a komunikační technologie ve vzdělávání*. Olomouc: Votobia, 2007, s. 60 - 65. ISBN 978-80-7220-301-7.

ERIKSON, H. E. *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha: Lidové noviny, 1999. ISBN 80-7106-291-X.

HASSANEIN,K., HEAD, M., WAGNER, N.: Computer use by older adults: A multi-disciplinary review. Dostupné z: <http://profs.degroote.mcmaster.ca/ads/headm/Articles/Computer%20use%20by%20older%20adults.pdf>

HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.

JAROLÍMEK, J., ŠIMEK, P. a VANĚK, J. *Informační gramotnost, Základ dalšího rozvoje*. Klatovy: Úhlava, 2007. ISBN 978-80-903851-1-5.

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

KUBŮ, P. Informační gramotnost. **In:** *Sociální gerontologie: východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. 1. vyd. Praha: Grada, 2014, s. 156 – 182. ISBN 978-80-247-4544-2.

MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. 1.vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-549-0.

ONDRÁKOVÁ, J. et al. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*, Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3.

POYNTON A. T.: Computer literacy across lifespan: a review with implication for educators. Dostupné z:  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563204000482>.

RABUŠIC, L. Senioři a jejich vzdělávání. **In:** *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2.

TANSKÁ, N. *Proč jdeme starým lidem na nervy*. 1. vyd. Praha: MOTTO, 2001. ISBN 80-7246-098-6.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1318-5.

VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

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

ZOUNEK, J. *Život a vzdělávání dospělých v éře informačních a komunikačních technologií*. In: *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2

## Internetové zdroje

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚSTAV. Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci 2014 [online]. Czso.cz, 2014 [cit. 2015-01-02]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/vyuzivani-informacnich-a-komunikacnich-technologii-v-domacnostech-a-mezi-jednotlivci-2014-ejgbbmx0ui>.

DŮM DIGITÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ. Kdo jsme a co děláme. *Ddd.plzen.eu* [online]. © 2015. [cit. 2015-01-10]. Dostupné z: <http://www.dddplzen.eu/>.

LUKŠŮ, A., et al. Návrh standardu minimální úrovně počítačové gramotnosti studenta MU. In: *ProInflow* [online]. 2013, vol. 5, no. 1. [cit. 2014-11-20]. ISSN: 1804-2406.

Dostupné z:  
<http://www.phil.muni.cz/journals/index.php/proinflow/article/view/789/921>.

SAK, P., SAKOVÁ, K. Počítačová gramotnost a způsoby jejího získávání. **In:** *Lupa.cz* [online]. 28. 11. 2006 [cit. 2014-01-11] Dostupné z:  
<http://www.lupa.cz/clanky/pocitacova-gramotnost-zpusoby-ziskavani>.

POYNTON A. T. Computer literacy across lifespan: a review with implication for educators. **In:** *Computer in Human Behavior* [online]. 2014 [cit. 2014-11-16]. Dostupné z:  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563204000482>.

HASSANEIN, K., HEAD, M., WAGNER, N. Computer use by older adults: A multi-disciplinary review. **In:** *Computers in Human Behavior*. [online]. © 2010 [cit. 2014-12-18]. Dostupné z:  
<http://profs.degroot.mcmaster.ca/ads/headm/Articles/Computer%20use%20by%20older%20adults.pdf>

HEWITT, L., CHEN, Y., LEE, B. Age differences in constraints encountered by seniors in their use of computers and the internet. **In:** *Computer in Human Behavior* [online]. © 2011 [cit. 2014-12-10]. Dostupné z:  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563204000482>.

MĚSTSKÝ OBVOD PLZEŇ 3. Počítačové kurzy. *Umo3.plzen.eu* [online]. ©2015. [cit. 2015-01-08]. Dostupné z:  
[https://umo3.plzen.eu/vyhledavani/?segments=plzen\\_cz&allwords=po%C4%8D%C3%ADta%C4%8Dov%C3%A9+kurzy&catid=691&hledej=Vyhledat&perPage=200](https://umo3.plzen.eu/vyhledavani/?segments=plzen_cz&allwords=po%C4%8D%C3%ADta%C4%8Dov%C3%A9+kurzy&catid=691&hledej=Vyhledat&perPage=200).

SOFTWAREVÁ ŠKOLA PLZEŇ. Počítačové kurzy v Plzni. *Softwarovaskolaplzen.cz* [online]. ©2012-2014. [cit. 2015-01-05]. Dostupné z: <http://www.softwarovaskolaplzen.cz/>.

TOTEM RDC. Počítačové kurzy. *Totem-rdc.cz* [online]. ©2012. [cit. 2015-01-04]. Dostupné z: <http://www.totem-rdc.cz/totem-pro-seniory/kluby/pocitacove-kurzy.htm>.

WIKIPEDIE. Wikipedie: Senioři píší Wikipedii. *Wikipedia.org* [online][cit. 2015-01-09]. Dostupné z: [http://cs.wikipedia.org/wiki/Wikipedie:Senio%C5%99i\\_p%C3%AD%C5%A1%C3%A4\\_Wikipedii](http://cs.wikipedia.org/wiki/Wikipedie:Senio%C5%99i_p%C3%AD%C5%A1%C3%A4_Wikipedii).

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI. U3V Plzeň – tradice od roku 1992. *U3v.zcu.cz* [online]. ©1991 – 2014. [cit. 2015-01-08]. Dostupné z: <http://u3v.zcu.cz/>.



## **8 PŘÍLOHY**

Příloha č. 1 Dotazník



**2. Změnil se po kurzu pocit osamělosti?**

*Označte jen jednu variantu.*

- ano
- ne

**3. Jak osamělý(á) jste se cítil(a) před nástupem do kurzu?**

*Označte jen jednu variantu.*

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
- necítil(a)           cítil(a)

**4. Jak často používáte počítač?**

*Označte jen jednu variantu.*

- denně
- několik dní v týdnu
- občas (1x až 3x do měsíce)
- nepoužívám

**5. Jak byste chtěl(a) být nejčastěji v kontaktu s rodinou, příbuznými, přáteli?**

*Označte jen jednu variantu.*

- osobní setkání
- telefonický rozhovor
- dopisování prostřednictvím pošty
- prostřednictvím počítače/internetu
- Jiné: \_\_\_\_\_

**6. Jak se opravdu kontaktujete s rodinou, příbuznými, přáteli?**

*Označte jen jednu variantu.*

- osobní setkání
- telefonický rozhovor
- dopisování prostřednictvím pošty
- prostřednictvím počítače/internetu
- Jiné: \_\_\_\_\_

**7. Jak v současnosti umíte pracovat na počítači?**

*Označte jen jednu variantu.*

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

neumím           umím

**8. Jak jste uměl(a) pracovat na počítači před nástupem do počítačového kurzu?**

*Označte jen jednu variantu.*

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

neuměl(a)           uměl(a)

**9. Došlo u Vás díky získaným počítačovým dovednostem ke zvýšení sociálních kontaktů?**

*Označte jen jednu variantu.*

ano

ne

**10. Jaký byl první impuls k návštěvě počítačového kurzu?**

*Označte jen jednu variantu.*

počítače jsou mým koníčkem

poznat nové lidi

zaplnit svůj volný čas

umět využívat služby na internetu

zůstat v kontaktu s mladou generací (vnoučaty)

naučit se pracovat s počítačem

trénovat si paměť

vyhledávat si potřebné informace

**11. Jak jste využíval(a) počítač před nástupem do počítačového kurzu?**

*Označte jen jednu variantu.*

práce s textem, čísly

prohlížení a úprava fotek

hraní her

nakupování zboží, služeb

vyhledávání informací

e-mail, skype, chat

nevyužíval(a)

**12. Jak využíváte počítač nyní?**

*Označte jen jednu variantu.*

- práce s textem, čísly
- prohlížení a úprava fotek
- hraní her
- nakupování zboží, služeb
- vyhledávání informací
- e-mail, skype, chat
- nevyžívám

**13. Internet nejčastěji používám na:**

*Zaškrtněte všechny platné možnosti.*

- vyhledávání informací (denní tisk, kulturní akce, zájmy, cestování aj.)
- nakupování (zboží, služeb, jízdenek aj.)
- objednávání (na úřady, knih z knihovny, rezervaci v restauraci aj.)
- ke komunikaci (e-mail sociální sítě - facebook, chat, skype, k seznámení)
- ke spravování svého bankovního účtu, faktur (vyúčtování mobilních operátorů aj.)

**14. Co byste zahrnul(a) pod pojmem základní počítačová gramotnost?**

*Označte jen jednu variantu.*

- umět zapnout/vypnout počítač, napsat dopis, vymazat nepotřebná data, vytisknout dokument
- komunikovat prostřednictvím počítače, používat internet, vyhledávat si informace
- vyhledat a zpracovat informace
- nevím