

Česká zemědělská univerzita v Praze

Institut vzdělávání a poradenství

Katedra pedagogiky



Aktivity neziskových organizací zaměřené na vzdělávání

Bakalářská práce

Autor: Lucie Metelková

Vedoucí práce: Ing. Kateřina Tomšíková

2018

Zadávací list

ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma:

Aktivita neziskových organizací zaměřené na vzdělávání

vypracovala samostatně a citovala jsem všechny informační zdroje, které jsem v práci použila a které jsem rovněž uvedla na konci práce v seznamu použitých zdrojů.

Jsem si vědoma, že na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, především ustanovení § 35 odst. 3 tohoto zákona, tj. o užití tohoto díla.

Jsem si vědoma, že odevzdáním bakalářské práce souhlasím s jejím zveřejněním dle zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a to i bez ohledu na výsledek její obhajoby.

Jsem si vědoma, že moje bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitní databázi a bude veřejně přístupná k nahlédnutí.

Svým podpisem rovněž prohlašuji, že elektronická verze práce je totožná s verzí tištěnou.

.....

V dne

PODĚKOVÁNÍ

Ráda bych touto cestou poděkovala své vedoucí bakalářské práce paní Ing. Kateřině Tomšíkové za její upřímné a praktické rady. Dále bych chtěla poděkovat paní Mgr. Janě Hradilíkové a Mgr. Ireně Šormové za poskytnuté informace a vlastní zkušenosti z oblasti gerontagogiky. V neposlední řadě také děkuji všem osloveným respondentům za jejich čas, který vyplnění mnou vytvořenému dotazníku věnovali.

Abstrakt

Cílem bakalářské práce s názvem „Aktivity neziskových organizací zaměřených na vzdělávání“ bylo na základě SWOT analýzy, dotazníkového šetření a hloubkových individuálních rozhovorů vytvořit návrh vhodného vzdělávacího programu pro seniory pro zvolenou neziskovou organizaci. V úvodu je zmíněna motivace autorky pro zpracování zvoleného tématu. Bakalářská práce je rozdělena na dvě části: teoretickou a praktickou. V teoretické části byly vysvětleny základní pojmy, které se zvoleným tématem souvisí, jako jsou neziskové organizace, stáří a stárnutí, volnočasové aktivity, arteterapie. V samostatné kapitole byla představena technika origami a její aktivizační funkce. V praktické části bylo nejprve charakterizováno místo šetření, a to Městská knihovna v Praze. Vlastní šetření bylo realizováno s využitím analýzy vzdělávacích programů určených pro seniory. Tato metoda byla doplněna dotazníkovým šetřením u seniorů a individuálními hloubkovými rozhovory s pracovníci oddělení metodiky a služeb Městské knihovny v Praze. Na základě analýzy získaných dat byl vypracován návrh nového volnočasového vzdělávacího programu pro seniory určený pro Městskou knihovnu v Praze.

Klíčová slova

Neziskové organizace, stáří a stárnutí, vzdělávací aktivity, arteterapie, origami

Abstract

The aim of the bachelor's thesis entitled "Activities of non-profit organizations focused on education" was to develop a proposal for a suitable educational program for seniors for selected non-profit organization based on SWOT analysis, questionnaire survey and in-depth individual interviews. In the introduction is mentioned the author's motivation for processing the selected topic. The bachelor thesis is divided into two parts: theoretical and practical. In the theoretical part, the basic concepts related to the selected topic are explained, such as non-profit organizations, old age and aging, leisure activities, artetherapy. In the separate chapter was introduced the origami technique and its activation function. In the practical part, the place of investigation was first characterized, namely the Municipal Library in Prague. The survey was conducted using an analysis of educational programs for seniors. This method was supplemented by a questionnaire survey for seniors and individual in-depth interviews with the staff of the Department of Methodology and Services of the Municipal Library in Prague. Based on the analysis of the data obtained, a new free-time educational program for seniors was designed for the Municipal Library in Prague.

Keywords

Non-profit organizations, old age and aging, educational activities, artetherapy, origami

.

OBSAH

ÚVOD.....	10
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	11
1 Cíl a metodika práce	11
2 Neziskové organizace	12
2.1 Charakteristika neziskových organizací.....	12
2.2 Neziskové organizace v české legislativě.....	12
2.3 Neziskové organizace zaměřené na vzdělávání.....	13
3 Stáří a stárnutí.....	15
3.1 Senior.....	15
3.2 Adaptace na stáří.....	16
3.3 Kvalita života a naplňování potřeb seniorů	17
3.4 Aktivní stárnutí	18
3.5 Štěstí a spokojenost	18
3.6 Ageismus	18
4 Edukace seniorů	20
4.1 Gerontagogika.....	20
4.2 Metody a funkce vzdělávání seniorů.....	21
4.3 Motivační prvky při práci se seniory	22
4.4 Bariéry vzdělávání seniorů	22
4.5 Vzdělávání seniorů v České republice	23
4.5.1 Univerzita třetího věku (U3V).....	23
4.5.2 Akademie třetího věku (A3V)	23
4.5.3 Univerzita volného času (UVČ).....	24
5 Volnočasové aktivity seniorů.....	25

5.1	Funkce volného času	25
5.2	Lektoři seniorů	26
5.3	Efektivita a evaluace vzdělávání.....	26
5.4	Mezigenerační učení a komunikace se seniory.....	26
5.5	Komunikace se seniory	27
6	Arteterapie.....	28
6.1	Cíle arteterapie	28
6.2	Druhy arteterapie.....	29
7	Origami	30
7.1	Tradice origami	30
7.2	Aktivizační funkce origami	30
7.3	Výhody origami v terapii.....	31
7.4	Česká origami společnost	31
	PRAKTICKÁ ČÁST	32
8	Městská knihovna v Praze.....	32
8.1	Kulturní a vzdělávací centrum MKP.....	32
8.2	Vzdělávací programy pro seniory	32
8.2.1	Lektoři vzdělávacích aktivit pro seniory	33
9	Výsledky a diskuse	34
9.1	SWOT analýza	34
9.2	Dotazníkového šetření.....	35
9.2.1	Charakteristika dotazníku	35
9.2.2	Charakteristika výzkumného vzorku.....	36
9.3	Výsledky dotazníkového šetření.....	36
10	Hlubkové individuální rozhovory.....	46

10.1	Návrh vlastního programu pro seniory.....	48
10.1.1	Důvody vzniku nového vzdělávacího programu	48
10.1.2	Vize a smysl nového vzdělávacího programu	49
10.1.3	Materiální a technické podmínky.....	49
10.1.4	Propagace programu.....	50
10.1.5	Organizace programu	50
10.1.6	Koncept vzdělávacího programu	51
10.1.7	Přednáška.....	51
10.1.8	Aktivizační činnosti	51
10.1.9	Krátké zhodnocení a participační část programu.....	52
	ZÁVĚR.....	53
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	55
	SEZNAM TABULEK.....	59
	SEZNAM PŘÍLOH.....	60

ÚVOD

Díky pokroku v lékařství, vědě a technice se zvyšuje průměrný věk populace ve vyspělých zemích a Česká republika není výjimkou. Zvyšování průměrného věku dožití sebou přináší také více času, který postproduktivní občané stráví v důchodu. Je proto v zájmech nejen státu, ale i dnešních i budoucích seniorů se na tuto dobu připravit, aby i období stáří bylo pro ně smysluplné a plnohodnotně strávené.

Problematikou vzdělávání dospělých a seniorů ve svém volném čase zabývám osobně, neboť pracuji již 6 let jako dobrovolnice v neziskové společnosti Česká origami společnost (dále ČOS). Jedním z hlavních cílů společnosti je pořádání konferencí, odborných seminářů a dílen za účelem vzdělávání v oblasti origami. Toto zájmové vzdělání je zvláště vhodné pro děti a seniory, neboť rozvíjí jejich představivost, fantazii a senzomotorické dovednosti. Důležitým vedlejším produktem je i rozvoj vnitřní pohody a radosti z tvoření. Z tohoto důvodu jsem si vybrala jako téma své bakalářské práce Aktivity neziskových organizací zaměřené na vzdělávání.

Cílem mé bakalářské práce je vytvoření nového vzdělávacího programu pro seniory vhodného pro začlenění do programu neziskové organizace.

Svoji práci jsem rozdělila na dvě části- teoretickou a praktickou. V teoretické části jsou vysvětleny základní pojmy: neziskové organizace, stáří a stárnutí, volnočasové aktivity, arteterapie a origami. Teoretická část mi poskytuje základnu pojmů potřebných pro zpracování praktické části.

V praktické části jsem dotazníkovým šetřením, SWOT analýzou a hloubkovými rozhovory se zaměstnanci analyzovala vzdělávací programy Městské knihovny v Praze (dále MKP) určené pro seniory. Na základě výsledků analýzy dat jsem navrhla vlastní volnočasový vzdělávací program vhodný pro zařazení do nabídky MKP, který se zaměřuje na psychickou podporu a spokojenost seniorů.

TEORETICKÁ VÝCHODISKA

1 Cíl a metodika práce

Cílem bakalářské práce bylo na základě analýzy a syntézy dotazníkového šetření a SWOT analýzy vybrané neziskové organizace navrhnout efektivní a účelnou vzdělávací aktivitu pro seniory vhodnou pro začlenění do programu této organizace. Hlavní cíl bakalářské práce byl rozdělen do 5 dílčích cílů:

1. Shmutí teoretických poznatků.
2. Analýza současné nabídky volnočasových vzdělávacích aktivit pro seniory.
3. Dotazníkového šetření skupiny seniorů.
4. SWOT analýza vybrané organizace.
5. Návrh vhodné vzdělávací aktivity.

V teoretické části práce byla použita metoda analýzy informací z odborné literatury a elektronických zdrojů. Získaná data byla vyhodnocena a interpretována v logicky na sebe navazujících kapitolách.

Hlavní metodou použitou v praktické části práce bylo dotazníkové šetření. Jako podpůrná metoda byla použita SWOT analýza neziskové vybrané organizace. Na základě analýzy a syntézy výsledků obou metod byla navrhována účelná vzdělávací aktivita, kterou může nezisková organizace začlenit do vzdělávacích aktivit pro seniory.

2 Neziskové organizace

Nezisková organizace je v České republice poměrně často užívaný pojem. Přesnější označení vychází z anglického termínu Non-Governmental Organization (NGO). Označuje organizaci, která vznikla za účelem vykonávání veřejně prospěšné činnosti, nikoli za účelem dosahování zisku (Frič, 2000, s. 19). V odborné literatuře nalezneme mnoho definic. Všechny mají společný průnik v činnosti, poslání a funkci neziskové organizace.

2.1 Charakteristika neziskových organizací

Neziskové organizace mají společné mnohé charakteristiky, nejlépe je popisují níže uvedené rysy. Neziskové organizace jsou:

- Institucionalizované (organized) – mají jistou strukturu a organizaci, bez ohledu na to, zdali jsou právně nebo formálně registrovány.
- Soukromé (private) – jsou institucionálně odděleny od státní správy a ani jí nejsou řízeny, to však neznamená, že nemohu mít významnou státní podporu.
- Neziskové (non-profit) – nerozdělují svůj zisk mezi vlastníky nebo vedení organizace, vzniklý zisk používají na podporu cílů organizace.
- Samostatné a nezávislé (self governing) – jsou schopni řídit sami sebe, nejsou ovládány zvenčí, nekontroluje je stát ani jiné instituce stojící mimo ně.
- Dobrovolné (voluntary) – využívají dobrovolnou účast ve svých činnostech ať už výkonem neplacené práce, tak formou darů nebo čestné účasti ve správních radách (Dobrozemský, 2015, s. 21-23).

2.2 Neziskové organizace v české legislativě

V české legislativě neexistuje souhrnný právní předpis, který by neziskové organizace definoval nebo taxativně vyjmenoval. Vznik, hlavní činnosti i zánik neziskových organizací upravuje řada právních předpisů (Merlíčková, 2011, s. 10).

Vymezení nestátních neziskových organizací (zkratka NNO) vypracované Radou vlády pro nestátní neziskové organizace vychází z právních forem typických NNO. Toto vymezení není v rozporu s mezinárodním, naopak zužuje okruh právních forem,

kteří ji naplňují. Podle této definice jsou za NNO v České republice považovány tyto právní formy:

- spolky a pobočné spolky - nově podle NOZ, dříve občanská sdružení a jejich organizační jednotky,
- nadace a nadační fondy - nově podle NOZ, dříve podle zákona č. 227/1997 Sb., o nadacích a nadačních fondech,
- účelová zařízení církví - podle zákona č. 3/2002 Sb., o svobodě náboženského vyznání a postavení církví a náboženských společností,
- obecně prospěšné společnosti - podle (již zrušeného) zákona č. 248/1995 Sb., o obecně prospěšných společnostech, existující obecně prospěšné společnosti však podle něj stále fungují,
- ústavy (podle NOZ),
- školské právnické osoby, registrované Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a zahrnující také církevní školy (Nadace neziskovky CZ, 2018).

Dalším důležitým rysem neziskových organizací je jejich prospěšnost, přispívají k veřejnému dobru, usilují o dobro lidí, skupin či společnosti jako celku. Mezi jednu z prospěšných oblastí podle Mezinárodní klasifikace neziskových organizací (International Classification of Non-profit Organizations – ICNPO) patří také vzdělávání a výzkum (Škrabelová, 2005, s. 52).

Neziskové organizace podle Rady vlády pro nestátní neziskové organizace můžeme ještě rozdělit na dvě velké skupiny, státní neziskové organizace, které jsou zřízené a financované veřejnou správou a nestátní neziskové organizace, které jsou založené právnickou nebo fyzickou osobou (Škrabelová, 2002, s. 10).

2.3 Neziskové organizace zaměřené na vzdělávání

Mezi neziskové organizace zabývající se vzděláváním patří zejména veřejné školy, galerie, muzea, profesní komory, nadace, nadační fondy a obecně prospěšné společnosti. Poskytují formální, neformální i informální vzdělávání. Zastřešujícím dokumentem pro podporu a plánování vzdělávacích programů u nás je Strategie

vzdělávací politiky České republiky do roku 2020. V mnoha ohledech navazuje na Strategii celoživotního učení v ČR z roku 2007 a Bílou knihu.

Pro následující období určuje tři průřezové priority: snižování nerovnosti ve vzdělávání, podporu kvalitní výuky a odpovědné a efektivní řízení vzdělávacího systému v ČR. Prostřednictvím Národní soustavy kvalifikací usměrňuje rozvoj nabídky dalšího vzdělávání úzce propojeného s potřebami trhu práce, nástroji aktivní politiky zaměstnanosti a možnostmi vzdělávacích institucí. V následujících letech budou podporována školská zařízení a knihovny jako centra celoživotního učení, která poskytují nejen počáteční vzdělávání pro žáky a studenty, ale zejména širokou nabídku dalšího vzdělávání zaměřeného na dospělou populaci včetně seniorů (MŠMT, Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2020, 2017).

3 Stáří a stárnutí

3.1 Senior

Pojem senior není v naší legislativě ani v odborné literatuře jednoznačně vymezen, používá se jako synonymum pro označení starého člověka, respektive poživatele starobního důchodu, což není zcela přesné a může být i zavádějící (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 47). Stáří je možné klasifikovat podle různých hledisek, různí autoři předkládají různé dělení. Staří je poslední vývojovou etapou člověka. Je to obecné označení pozdních fází ortogeneze. Dle Sýkorové (in Špatenková, Smékalová, 2015, s. 49) je za počátek stáří dnes považován věk 65+, o vlastním stáří se pak začíná hovořit od věku 75+. Podle výzkumu Senioři ve společnosti Strategie zachování osobní autonomie se lidé subjektivně cítí jako staří obvykle od 74 let.

Podle světové zdravotnické organizace (World Health Organization, dále WHO), která doporučila dohoda o takzvané věkové kategorizaci opírající se patnáctileté periody lidského života, je možné rozlišovat 4 etapy stárnutí:

- 45-59 let - střední věk,
- 60-74 let - vyšší věk neboli starší věk,
- 75-89 let - pravé stáří, sénium,
- 90 let a více let – dlouhověkost.

Stářím se označuje poslední vývojová etapa lidského života, která končí smrtí. Jedná se o důsledek a projev involučních změn, které jsou ovlivňovány mnoha faktory. Za vnitřní faktory stárnutí se považuje genetická výbava, tělesná onemocnění, psychické poruchy a psychická výbava jedince. Mezi vnější faktory ovlivňující stárnutí patří fyzikální faktory (klima, životní prostředí), chemické faktory (kožní nebo plicní komplikace), sociální faktory (způsob a kvalita bydlení, finanční a rodinné zabezpečení, vzdělání). V odborné literatuře se odráží nejednotnost v pojetí stáří a rozchází se zde také její periodizace. Shoda se vyskytuje v rozlišení stáří na kalendářní, biologické a sociální. Za obecně uznávanou periodizaci lidského věku je považováno rozdělení dle WHO:

- 60-74 let: stárnutí, rané stáří, senescence,
- 75-89 let: vlastní stáří, kmetství, senium,

- 90 a více let: dlouhověkost, patriarchium.

S ohledem na zlepšující se zdravotní stav stárnoucí populace se dnes stále více autorů přiklání k členění na:

- 65-74 let: mladí senioři (young-old),
- 75-84 let: staří senioři (old-old),
- 85 a více let: velmi staří senioři (oldes-old,) (Příbyl, 2015, s 10-11).

Z výše uvedeného je zřejmé, že se i v českém prostředí stále častěji používá pojem senior. Tento termín je emočně neutrální a lze jím označit člověka v průběhu celého senia bez ohledu na míru soběstačnosti. V odborné literatuře lze nalézt i označení geront, které je ale spíše používáno pro nesoběstačné seniory, kteří jsou mnohdy závislí na péči jiné osoby. Občas se lze setkat se zastaralým pojmem senescent nebo důchodce (Příbyl, 2015, s. 13). Pojem důchodce ale není zcela přesný, neboť označuje člověka pobírající dávku důchodového pojištění (starobní důchod, vdovský/vdovecký důchod, sirotčí důchod, invalidní důchod). Ne každý důchodce proto musí být senior a ne každý senior je důchodcem.

3.2 Adaptace na stáří

Prožívání stárnutí a stáří je zcela individuální a závisí na osobnosti jedince, na jeho povahových rysech, dosavadních životních zkušenostech a celém průběhu života. Osobnost člověka je výsledkem celého předchozího vývoje a zároveň způsobu adaptace na obtíže, které stárnutí přináší. Při pomáhání starému člověku dosáhnout optimální adaptace je potřeba přihlídnout k jeho individuálním možnostem, zohlednit jeho dosavadní životní styl, potřeby a přání. Při tom je důležité respektovat právo volby a osobní svobody. Adaptace na stáří může být v zásadě trojí:

- teorie aktivního stáří (usiluje o zachování maxima dosavadních aktivit),
- teorie substituční (náhrada neúměrně zatěžujících aktivit či nemožných),
- teorie postupného uvolňování (vědomé zanechání různých snah a činností).

Žádnou z těchto teorií nelze považovat za nadřazenou či kvalitnější, proto by ani žádná neměla být seniorům vnucována. Naopak by se mělo jednat o svobodnou volbu a zvolený postup by měl vycházet z osobností, přání a aspirací každého

člověka. Nemělo by dojít k přetížení, zhroucení, k rezignaci (Čeledová, Kalvach, Čevela, 2016, s. 108-109).

Švancara doporučuje pro dobrou adaptaci ve stáří usilovat o naplnění 5P, kterými jsou: perspektiva, pružnost, prozíravost, porozumění a potěšení. (Příbyl, 2015, s. 24-25). Křivohlavý vidí smysl stárnutí takto: „Úkolem třetího úseku životní cesty je kulturně i osobnostně zrát a dozrát v plně rozvinutou, ucelenou a úctyhodnou harmonickou osobnost, která se stále ještě snaží podílet se na kulturním dědictví a předávat jej dále“ (Křivohlavý, 2011, s. 84).

3.3 Kvalita života a naplňování potřeb seniorů

Odborná literatura nabízí spoustu definic a vymezení kvality života. Psychologové pojí kvalitu života s pojmem well-being (osobní pohoda), který se hodnotí kvalitou života jako celku. Na kvalitu života lze nahlížet jako na objektivní (fyzické zdraví, materiální podmínky, sociální status) a subjektivní hledisko (individuální očekávání, cíle, saturace osobních potřeb).

Kvalita života ve stáří je ovlivněna mírou saturace potřeb seniora společně s celou řadou dalších faktorů: kvalita sociálních kontaktů, dostupnost zdravotní péče, kvalitní a cenově dostupné bydlení, bezpečnost, informovanost o dění kolem, nabízenými službami pro seniory, dostupností dopravy a volnočasových aktivit (Příbyl, 2015, s. 49).

Senioři nechtějí být svým blízkým přítěží. Očekávají reciproční vztah. Dávat zkušenosti, podporu, pomoc s výchovou vnoučat i brát lásku, pochopení a pomoc v případě potřeby. Na vztahy partnerské, s dětmi s vnoučaty, kladou velký důraz. Změny u seniorů vyvolávají pocit nejistoty, obavy z neznámého. Pro seniory starší 80 let jsou nejdůležitějšími potřebami dobré vztahy s rodinou a soběstačnost (Příbyl, 2015, s. 77).

3.4 Aktivní stárnutí

Pojem aktivního stárnutí vychází ze zásad Organizace spojených národů pro seniory, které lze shrnout pod následující pojmy: nezávislost, účast na životě společnosti, důstojnost, péče a seberealizace. Koncept aktivního stáří respektuje, že starší lidé nejsou homogenní skupinou a že tato rozmanitost s věkem dále stoupá (Dvořáčková, 2012, s. 29).

Myšlenka aktivního stárnutí může být do budoucnosti řešením nejen pro celou naši společnost, ale i pro samotného seniora. Důležité je, aby i člověk ve vyšším věku nacházel smysluplnost a byla mu co nejdéle zachována jeho autonomie (Dvořáčková 2009, s. 24).

3.5 Štěstí a spokojenost

Sociální vztahy jsou velice důležité pro pocity štěstí, ale nejsou jedinými faktory, které tyto pocity určují (Křivohlavý, 2013, s. 39). Spokojenost a míra štěstí má dosti vysoký korelační vztah k aktivitě a vitalitě seniorů. Tedy čím vyšší je aktivita, tím vyšší je i pocit spokojenosti. Na druhé straně míra štěstí má i dosti vysoký negativní korelační vztah k depresi, únavě a ke zmatenosti (Křivohlavý, 2013, s. 54).

Duševní pohoda (nikoli pouze „štěstí“) představuje podle Seligmana velké téma pozitivní psychologie a má podle něj pět měřitelných prvků, které vyjadřuje akronym PERMA:

- Positive emotion – pozitivní emoce,
 - Engagement – angažovanost, zaujetí činností,
 - Relationships – pozitivní vztahy mezi lidmi,
 - Meaning – smysluplnost,
 - Accomplishment/achievement – úspěšný výkon nebo úspěšné plnění díla,
- (Křivohlavý, 2013, s. 90, Seligman, 2014, s. 37).

3.6 Ageismus

V minulosti se postoje ke stáří a představy o stáří víceméně střídaly a dominovala vždy pouze jedna z nich- buď pozitivní (idylické stáří) nebo negativní (stáří plné

bolesti a útrap). Negativní postoje ke stáří mohou mít až podobu ageismu (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 14). Termín ageismus se začal používat v šedesátých letech v USA a je chápán jako diskriminace na základě věku a zahrnuje negativní představy o stáří. Vznikly tak mýty jako: Stáří je zbytečná ekonomická zátěž, staří lidé jsou všichni stejní, staří lidé nemají naší společnosti čím přispět a podobně (Kleветová, Dlabalová, 2008, s. 168). Dnes je situace poněkud jiná, obě představy existují vedle sebe. Často se setkáme s postoji ambivalentními, kdy jsou staří lidé na jedné straně sice litováni, ale na druhé straně nejsou respektováni (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 14).

Negativní postoje ke stáří a starým lidem lze nenásilně změnit vhodnou formou vzdělávání. Toto vzdělávání by mělo být zabudováno do vzdělávacího systému dětí a mládeže a doplňkově též pozitivně ovlivňovat širší veřejnost dospělých zejména prostřednictvím médií. Důležitá je též podpora osobní zodpovědnosti za vlastní stáří, solidaritu a mezigenerační spolupráci (Čeledová, Kalvach, Čevela, 2016, s. 99).

4 Edukace seniorů

Edukací v obecném významu je myšleno nejenom učení a vyučování ve školní lavici, ale také rodinná výchova dětí, rekvalifikační kurzy pro dospělé, působení zdravotnické osvěty, samostudium cizího jazyka nebo například kurzy PC pro seniory. Z andragogického hlediska pokrývá pojem edukace všechny druhy formálního a neformálního vzdělávání včetně vzdělávání dospělých. Tento pojem je používán v moderní pedagogické vědě jako vhodnější než u nás tradiční výraz „výchova a vzdělávání“, který se vztahuje k vzdělávacím procesům v prostředí školy. Edukace seniorů je pak logicky realizována v období vlastního stáří, tedy v seniorském věku (Průcha, Veteška, 2014, s. 93, Špatenková, Smékalová, 2015, s. 28).

4.1 Gerontagogika

„Gerontagogika je aplikovaná andragogická disciplína zaměřená na výchovně vzdělávací práci s dospělými a seniory a to jak ve smyslu výchovy a vzdělávání ke stáří, učení se stárnout, tak především aktivizace a vzdělávání ve stáří“ (Průcha, Veteška, 2014, s. 117). Cílovou skupinou gerontagogiky v nejširším pojetí není pouze starší generace, ale i dospělý v produktivním věku a děti. Zaměřuje se i na studium mezigeneračních vztahů a mezigeneračního učení. V užším pojetí se gerontagogika zaměřuje pouze na edukaci ve stáří, tj. výlučně na vzdělávání a aktivizaci seniorů. Jejím hlavním cílem je zvyšovat kvalitu života jedince. Zastřešující disciplínou gerontagogiky je gerontologie jako interdisciplinární věda, která popisuje souhrn poznatků o stáří a stárnutí (Průcha, Veteška, 2014, s. 117-118).

Gerontagogiku tvoří čtyři andragogické pilíře: edukace, aktivizace, animace a poradenství. Edukaci seniorů představují veškeré situace, při kterých probíhají edukační procesy a dochází k učení seniorů. Aktivizace seniorů podněcuje potenciál vnitřních předpokladů, což přispívá k fyzickému a psychickému zdraví a současně k sociálnímu začlenění seniorů do celé společnosti. Animace seniorů je postavená na oduševňování, humanizaci a kultivaci jedince. Jednotlivé rozmanité činnosti (kulturní, společenské, pobytové) se skládají z prvků aktivizace a edukace.

Poradenství pro seniory může mít řadu podob: finanční, výživové, sociálně-právní psychologické až po ryze andragogické, které se zaměřuje na efektivní metody, formy a techniky učení a vzdělávání, překonávání bariér vzdělávání, podporu motivace a vnitřní aspirace seniorů (Veteška, 2017, s. 120).

4.2 Metody a funkce vzdělávání seniorů

Klasifikace metod vzdělávání seniorů je rozmanitá podle různých kritérií. S ohledem na cílovou skupinu seniorů a v obecném slova smyslu můžeme všechny metody rozdělit na tři velké skupiny:

- Tradiční – vyprávění, vysvětlování, přednáška,
- Aktivizační – diskuse, myšlenková mapa, Vennův diagram,
- Kreativní – laterální myšlení, Synektika, Rybí kost,
(Špatenková, Smékalová, 2015, s 125-143).

Funkce edukace seniorů mohou být členěny podle mnoha kritérií. Základní členění vymezil Emil Livečka (in Špatenková, Smékalová, 2015, s 37):

- Preventivní funkce – výchova a příprava na stáří,
- Anticipační funkce – rozhodování a příprava na stáří,
- Rehabilitační funkce – udržení a rozvoj duševních aktivit seniorů,
- Posilovací funkce – posilování sociální integrace seniorů,
(Špatenková, Smékalová, 2015, s 37).

Podle primárního zaměření na některé osobnostní stránky účastníka vzdělávání můžeme edukaci seniorů rozdělit také na tři kategorie:

- Vzdělávací funkce – získání poznatků, informací, zkušeností, dovedností,
- Kulturně-kultivační funkce – rozvoj osobnosti v oblastech uměleckých, kulturních a pohybových,
- Sociálně-psychologická funkce – oblast sociálních vztahů a psychického rozvoje, cílená aktivita (Haškovcová, 2010, 129).

4.3 Motivační prvky při práci se seniory

Motivace je hybnou silou lidského chování, která nás nutí uspokojovat své vlastní potřeby. Člověk nese osobní zodpovědnost za nalézání svého vlastního smyslu a místa v životě. K tomu potřebuje vždy naději a sílu, neboť musí neustále provádět volbu mezi ano a ne. Pro seniory jsou důležité tři klíče k motivaci:

- Touha dosáhnout cíle,
- Důvěra ve vlastní schopnosti,
- Vlastní představa o dosažení změny (Klevetova, Dlabalová, 2008, s. 35-36).

Snaha o motivaci a aktivizaci starých lidí však musí plně respektovat individuální možnosti a přání každého seniora. Důležité je pomoci seniorovi najít motivaci pro vytvoření krátkodobých i dlouhodobých cílů, umožnit mu prožít zážitky úspěchu a posilovat jeho sebeúctu. Za určitých okolností může však nadměrná aktivizace nabývat až charakteru týrání starých lidí. V praxi jsou ovšem daleko častější případy opačné: nedostatečná příležitost k aktivitě nebo dokonce podnětová deprivace (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 213).

4.4 Bariéry vzdělávání seniorů

V důsledku sociálních, fyzických a psychických změn doprovázejících stárnutí jsou popisovány různé bariéry v komunikaci se seniory. Obecně lze bariéry rozdělit na interní bariéry vyplývající ze schopností a dovedností jednotlivce, jeho vnitřního prožívání a zdravotního stavu a na externí bariéry, které jsou dány zevním prostředím a jeho uspořádáním (Pokorná, 2010, s 53). Podle Petříkové (in Špatenková, Smékalová, 2015, s. 80) lze bariéry ve vzdělávání seniorů rozdělit na 5 kategorií:

- Informační – nemožnost/neschopnost vyhledat si relevantní informace,
- Situační – nedostatek financí, nemocný partner, dopravní dostupnost,
- Psychologické – nízká motivace, obavy z neúspěchu, strach z požadavků,
- Andragogické – nevhodná forma/obsah, organizační podmínky,
- Ostatní – špatné zkušenosti (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 80-81).

4.5 Vzdelávání seniorů v České republice

V České republice existuje poměrně široká škála různých institucí, spolků a nadací, které se věnují vzdělávání seniorů. Mezi nejznámější instituce patří univerzity třetího věku, akademie třetího věku, univerzity volného času, sdružení Život 90, Centrum zdravého stárnutí, Klub vzájemného porozumění (Šerák, 2009, s. 196-200). Mezi méně známé ale přesto rozšířené možnosti vzdělávání seniorů patří soukromé vzdělávací agentury, knihovny, kulturní domy a střediska a domy dětí a mládeže, které často organizují počítačové kurzy pro seniory (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 99). Níže uvádím krátkou charakteristiku třech nejoblíbenějších.

4.5.1 Univerzita třetího věku (U3V)

U3V je nejnáročnější forma vzdělávání seniorů. Tento typ studia je součástí celoživotního vzdělávání. Vzdělávání má charakter osobního rozvoje, nikoliv profesní přípravy. Posláním univerzit U3V je zajištění práva a možností vzdělávání starších občanů, realizace jejich zájmových edukačních aktivit, udržení a zlepšení duševního a fyzického zdraví. Cílem je seznámit seniory s novými vědeckými poznatky z různých zájmových oblastí, prohloubit jejich sebepoznání a pomoci jim získat informace a znalosti, které jim pomohou v orientaci ve stále se měnícím sociálním a hospodářském prostředí. Aktivity probíhají formou ucelených cyklů přednášek, osvětovou a populárně naučnou činností, pomocí diskusí a nabídkou sociálních a kulturních programů. U3V se sdružují do Asociace univerzit třetího věku a díky ní se povedlo sjednotit názory, formy a pravidla pro jejich existenci v ČR (Průcha, Veteška, 2014, s. 282, Špatenková, Smékalová, 2015, s. 90).

4.5.2 Akademie třetího věku (A3V)

Organizovány jsou pod záštitou různých institucí a středních škol. Výuka se uskutečňuje formou přednášek, seminářů, diskusí a různých doprovodných programů jako jsou exkurze, zájmové kroužky a sportovní aktivity. Studium je ukončeno potvrzením o absolvování kurzu. Činnost A3V se v porovnání s U3V vyznačuje menší náročností a jako určité negativum můžeme vnímat nejednotnou kvalitu poskytovaných služeb (Šerák, 2009, s. 198).

4.5.3 Univerzita volného času (UVČ)

Množství vyučovaných oborů na UVČ doplňuje a rozšiřuje zejména nabídku U3V. Výuka je zajištěna převážně ve spolupráci s pražskými vysokými školami (Šerák, 2009, s. 200). UVČ představují formu systematického zájmového mezigeneračního vzdělávání, protože nejsou věkově segregovány a posluchačem se může stát každý, komu je více jak 18 let. Taková forma vzdělávání na jednu stranu podporuje mezigenerační dialog, na druhou stranu nemůže reflektovat specifika geragogických přístupů. Nebývá zde obvykle stanoven předpoklad předchozího vzdělání, nekonají se vstupní ani výstupní testy, zpravidla se nevydávají ani certifikáty o absolvování. Klíčovou motivací pro vzdělávání je obvykle zájem o zvolený obor nebo tematiku (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 94).

5 Volnočasové aktivity seniorů

Objasňování pojmu volný čas se zabývá mnoho odborných publikací a lze ho chápat jako opak doby nutné práce a povinností a doby nutné k reprodukci sil. Je to doba, kdy si své činnosti můžeme vybrat, děláme je svobodně a rádi, přináší nám pocit uspokojení a uvolnění. Pod tento pojem se běžně zahrnuje odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené. Součástí volného času nejsou činnosti zabezpečující biologickou existenci člověka: jídlo, spánek, hygiena a zdravotní péče (Holczerová, Dvořáčková, 2013, s. 29).

5.1 Funkce volného času

Kratochvílová (in Janiš, Skopalová, 2016, s. 23) rozděluje funkci volného času na 5 základních oblastí:

- zdravotně- hygienická funkce,
- formativně – výchovná funkce,
- seberealizační funkce,
- socializační funkce,
- preventivní funkce.

Složitější vymezení funkcí volného času nabízí Opaschowský (in Janiš, Skopalová, 2016, s. 25). Volný čas dělí do 8 kategorií, které se vzájemně ovlivňují. Jsou to:

- rekreace – zotavení a upevnění zdraví, načerpání nových sil, spánek a odpočinek,
- kompenzace – rozptýlení, povyražení, zábava, kompenzace zátěže,
- edukace – potřeba poznávání, učení, touha po nových informacích,
- kontemplace – oddych, odpočinek, klid, sebereflexe,
- komunikace – posilování sociálních vztahů, trávení času s přáteli,
- integrace – skupinové činnosti, sounáležitost a kolektivní vztahy,
- participace – spoluúčast na volnočasových aktivitách,
- enkulturace – kreativní sebe rozvíjení, uplatnění ve společnosti (Janiš, Skopalová, 2016, s. 25).

5.2 Lektori seniorů

Lektor je vzdělavatel dospělých působící v oblasti dalšího vzdělávání, který vede vzdělávací proces v různých odborných oblastech a je základním činitelem pro naplnění učebních cílů v andragogické intervenci. Metodicky se podílí na přípravě vzdělávacího projektu, včetně stanovení adekvátních forem a metod vzdělávání. Vybírá nejvhodnější didaktické pomůcky a techniky, rovněž zajišťuje proces evaluace. Vedle kvalifikačních nároků by měl disponovat andragogickým vzděláním, případně akreditovaným rekvalifikačním vzděláním. V současné době se lektori v České republice specializují na konkrétní profesní (odbornou) problematiku nebo na část kulturní či společenské reality. Základní kompetence lektora jsou definovány v Národní soustavě kvalifikací v profesní kvalifikaci lektor dalšího vzdělávání (Průcha, Veteška, 2014, s. 172, MŠMT, Národní soustava kvalifikací, 2017).

5.3 Efektivita a evaluace vzdělávání

Pojem efektivita a efektivnost se často zaměňují a používají se jako synonyma. Jejich rozdíl je lépe rozlišen v jejich anglických termínech, kdy efektivita (afficiency) je poměr mezi všemi dosaženými výstupy a všemi vynaloženými vstupy. Efektivnost (effectiveness) lze chápat jako „účinnost“, tj. stupeň dosažených cílů bez ohledu na náklady (Průcha, Veteška, 2014, s. 96). V andragogice bohužel zatím není evaluace náležitě rozvinuta, proto jsou mnohé jevy ve vzdělávání dospělých hodnoceny nedostatečně či vůbec nejsou exaktně hodnoceny (Průcha, Veteška, 2014, s. 208).

5.4 Mezigenerační učení a komunikace se seniory

Mezigenerační učení (cross-generational learning) označuje různé procesy učení, které probíhají ve styku příslušníků různých generací, typicky mezi rodiči a dětmi, seniory a jejich vnoučaty. Jedná se o učení jak záměrné, tak nezáměrné, vědomé i nevědomé, neformální i informální. Teprve v posledních letech se začal zkoumat tento fenomén jakožto významný v celé životní dráze lidské populace (Průcha, Veteška, 2014, s. 183).

5.5 Komunikace se seniory

Potřeba komunikovat se v obecné rovině u jedinců vyššího věku ve srovnání s ostatními osobami neliší. Vyznačuje se však některými znaky, které ovlivňují výběr komunikačních prostředků, metod a postupů k porozumění (Pokorná, 2010, s. 50).

Pro úspěšnou komunikaci je žádoucí, aby příjemce byl aktivní. Lze mít sebelepší pohnutku k rozhovoru, pokud se však senior rozhodne, že se bavit nechce, těžko si to vynutit. Je tedy dobré respektovat, že každý člověk potřebuje být někdy sám a nechce se s nikým bavit. Bez ohledu na věk, zdravotní stav a úroveň kognitivních vlastností je nutností ke komunikačnímu partnerovi přistupovat s respektem a úctou. Je dobré nepodceňovat také schopnost naslouchat, neboť slyšet a naslouchat není totéž. Naslouchat znamená vnímat, uvědomovat si, reflektovat nejen verbální, ale zejména neverbální složku sdělovaného. Nezbytnou podmínkou naslouchání je prostředí důvěry, které je zvláště pro seniory velmi důležité. Při správném naslouchání je vždy prostor k podpoře. Signál od naslouchajícího k seniorovi by měl znít: „Jsem teď a tady jen pro tebe“ (Příbyl, 2015, s. 77).

6 Arteterapie

V práci se seniory se využívá řada přístupů nazývajících se terapie, které můžeme využívat při jejich edukaci a aktivizaci. Zvláštní význam mají při podpoře kreativity, neboť tvůrčí činnost lze považovat za jednu z nejvýznamnějších cest k vnitřnímu rezervoáru sil (Veteška, 2017, s. 112).

Arteterapie využívá výtvarné umění jako prostředek k osobnímu vyjádření v rámci komunikace. Její snahou není dosáhnout esteticky uspokojivých výsledných produktů posuzovaných vnějšími měřítky. Výtvarný výrazový prostředek je dostupný každému bez ohledu na jeho výtvarné nadání. (Holczerová, Dvořáčková, 2013, s. 51). Metody arteterapie se nejvíce rozvinuly a stále rozvíjí v oblasti duševního zdraví. Arteterapie je pro duševně nemocné velkým přínosem, nešťastným postranním efektem tohoto názvu je však to, že ostatní skupiny lidí tuto činnost ignorují, jelikož sebe nepovažují za „nemocné“ (Liebmann, 2005, s.14).

Senior pod vhodným vedením arteterapeuta je odpoutaný od šedivé každodenní reality. Dokáže svou tvorbou komunikovat o věcech, za které by se při verbálním styku styděl, nerad by je sdělil, nebo má strach, že by je sdělit nedokázal (Kostlánová, 2009, s 25).

6.1 Cíle arteterapie

Cíle arteterapie souvisejí na jedné straně s tím, z jakých pozic arteterapie vychází, na straně druhé ze situací a potřeb klientů či pacientů, kterým pomáhá. Arteterapeutické postupy a metody jsou zaměřené na léčebné kognitivní, motivační a emocionální aspekty osobnosti. Podporují aktivizaci, sebevyjádření, sebepoznání, osobnostní růst, řešení problémů a změny stereotypů. Arteterapie zmírňuje úzkosti, pomáhá odhalení nevědomého materiálu, zpracování konfliktů, podporuje adaptivnější zacházení s emocemi a uvědomění a celkový životní nadhled. Pomáhá rozvíjet tvořivost v rámci harmonizace osobnosti a kultivace obranných mechanismů (Česká arteterapeutická asociace, 2017).

6.2 Druhy arteterapie

Arteterapii lze aplikovat formou individuální terapie nebo skupinové terapie. Při práci se seniory se využívá zejména skupinová terapie. Individuální cíle lze ve skupině rozšířit i o cíle sociální: vnímání a přijetí druhých lidí, vytváření uznání jejich hodnoty, ocenění, navázání kontaktů, zapojení do skupiny, kooperace, komunikace, společné řešení problémů, zkušenost, že druzí mají podobné zážitky jako já, reflexe vlastního fungování v rámci skupiny, pochopení vztahů a vytváření sociální podpory (Špicková, Fabrici, 2002, s. 61).

7 Origami

Japonské slovo origami je složeno z kmene slova oriu (skládat, ohýbat) a slova kami (papír). V doslovném překladu tedy origami znamená skládání papíru. Skládáním, ohýbáním, kroucením a znovu rozkládáním papíru se dají vytvářet nejrůznější tvary, masky, ornamenty, zvířátka, rostliny, krabičky (DECIO, 2016, s 6).

Japonci povýšili origami na umění, zhotovují ho ze speciálního papíru, který je pestrobarevně potištěn a rup a líc tohoto papíru má jinou barvu. Nejčastějším základem pro zhotovení origami je čtvercový papír. Papírové skládanky mají mnoho obdivovatelů, proto není divu, že po celém světě vzniklo mnoho organizací, které se studiem a rozvíjením origami zabývají (Cibulka, 2013, s. 5, ČOS, 2017).

7.1 Tradice origami

Asi nejznámější origami skládankou je skládanka jeřába, se kterým se pojí známý příběh japonské dívky Sadako Sasaki umírající na následky výbuchu atomové bomby v Hirošimě. Sadako věřila, že jeřáby přinášejí štěstí a podaří-li se jí dokončit tisíc jeřábů, splní se jí přání a ona se brzy uzdraví. Bohužel se jí nepodařilo včas složit všech tisíc jeřábů a zemřela. Tento čin vyvolal v celém světě vlnu účasti a solidarity a po její smrti byl na památníku obětí atomového výbuchu v Hirošimě postaven památník Sadako Sasaki skládající jeřába (Janoš, 1991, s 1, ČOS, 2017).

7.2 Aktivizační funkce origami

Origami je tu pro všechny. Může být zábavou na deset minut nebo koníčkem na celý život. Může být považováno za hru, umění nebo vědu (geometrie). Lze jej využít v terapii, zlepšuje jemnou motoriku a koncentraci (ČOS, 2017). Skládání origami můžeme rozdělit na 4 funkční oblasti: diagnostickou, terapeutickou; podněcující vývoj dítěte a obnovující koncentraci a jemnou motoriku seniora nebo dospělého (Školský tým v Dydni, 2017).

7.3 Výhody origami v terapii

Origami se stále častěji používá jako vzdělávací nástroj na podporu rozvoje mentálně retardovaných dětí nebo jako forma po úrazové terapii. Metodu skládání papíru se snažil popularizovat a pedagogicky ospravedlnit německý pedagog Friedrich Fröbel. Ukazoval rodičům, učitelům a lékařům, že origami se může stát jednoduchým a motivačním pedagogickým prvkem při práci s dětmi bez velkých nároků na přípravu nebo materiální vybavení. Skládání origami rozvíjí tvůrčí a strukturální myšlení, prostorovou představivost, podporuje vnímavost a paměť (Školský tým v Dydni 2017, Origami v terapii, 2017).

7.4 Česká origami společnost

Česká origami společnost byla založena českým vysokoškolským pedagogem Ing. Františkem Grebeníčkem a španělským origamistou Joannem Sallasem v roce 2003. Česká origami společnost (dále ČOS) je neziskovou společností, která se zabývá zájmovou činností v oblasti práce s papírem, studiem geometrického skládání papíru, organizuje veřejné výstavy, konference a odborné semináře spolu s dílnami origami. Spolupracuje se zahraničními origami společnostmi a od roku 2008 pořádá vlastní vzdělávací konferenci „Mezinárodní origami setkání“ (ČOS, 2017).

PRAKTICKÁ ČÁST

8 Městská knihovna v Praze

Městská knihovna v Praze (zkratka MKP) poskytuje veřejné a informační služby v souladu s ustanovením zákona č. 257/2001 Sb. o knihovnách a podmínkách provozování veřejných knihovnických a informačních služeb. (Městská knihovna v Praze, 2018) Jejím posláním je získávat, zpracovávat, uchovávat a poskytovat informace, literaturu a další kulturní hodnoty. Knihovna klade velký důraz na provozování služeb pro rodiče s dětmi, seniory, sociálně slabé a handicapované občany. MKP provozuje 41 kamenných poboček a oblasti s horší dostupností obsluhuje bibliobusy. Probíhají zde kulturní akce, buď zcela zdarma, anebo za symbolický poplatek. Mezi osvědčené kulturní programy patří výtvarné dílny pro děti a rodiče, přednášky, workshopy, školení, semináře, filmové projekce, koncerty a divadelní představení (Městská knihovna v Praze, 2017).

8.1 Kulturní a vzdělávací centrum MKP

Hlavním pořadatelem vzdělávacích akcí je Kulturní a vzdělávací centrum MKP, dříve známé jako Lidová univerzita. Kulturní a vzdělávací centrum připravuje ročně stovky akcí a poskytuje pražské veřejnosti bohatou programovou nabídku kulturních a vzdělávacích pořadů, možnost celoživotního vzdělávání a kreativního trávení volného času (Čermáková, 2016, s. 129).

8.2 Vzdělávací programy pro seniory

Přípravu vzdělávacích programů pro seniory v Ústřední knihovně v Praze připravuje a organizuje oddělení služeb pro veřejnost. Ostatní pobočky MKP si vzdělávací akce pro seniory v menší míře organizují sami. Nejoblíbenější jsou „Seniorské pondělky“ které se konají vždy v pondělí v 14:30 v prostorách Ústřední knihovny. Témata nejsou příliš pestrá, ale knihovna se je snaží co nejvíce obměňovat. Mnoho seniorů pravidelně dochází na workshopy origami anebo na arteterapii. „Dámský klub“ je určen výhradně pro seniorky, zde je velký prostor věnován ručním pracím a diskusím nad vedením domácnosti. „PC kluby pro seniory“ navštěvují zájemci o komunikační

technologie, kteří se zde učí základní i pokročilejší metody práce s počítačem. Velice oblíbená je úprava fotografií nebo vyhledávání informací na internetu. Nejvíce mediálně známý je program „Senioři píší Wikipedii“, který umožňuje seniorům pod vedením zkušeného lektora vytvářet ucelené tematické části (nejčastěji z historie) a dále je sdílet s mladou generací. Kurz „Trénování paměti“ pro seniory má 3 části. Nejdříve se opakuje látka z minulé lekce, následně se probere nová teorie, na kterou se v poslední části navazuje s praktickými příklady z běžného života seniorů. „Společenské odpoledne 3. věku“ plní funkci pravidelného komunitního setkávání se známými osobnostmi v duchu pozitivní výměny názorů a zkušeností z širokého spektra zájmových oblastí seniorů. „Finanční vzdělání pro seniory“ nezaznamenalo mezi cílovou skupinou postproduktivních obyvatel Prahy velkou odezvu, a proto muselo být v roce 2017 zrušeno.

8.2.1 Lektori vzdělávacích aktivit pro seniory

MKP zajišťuje převážnou část vzdělávacích aktivit vlastními personálními zdroji. Bohužel zatím žádný zaměstnanec knihovny nemá odpovídající vzdělání v andragogice nebo gerontagogice. V roce 2017 personální oddělení MKP zorganizovalo kurz „Lektor dalšího vzdělávání“, kterým do konce roku prošlo prvních 7 dobrovolníků (Městská knihovna v Praze, 2018).

9 Výsledky a diskuse

9.1 SWOT analýza

Na základě studia interních dokumentů Městské knihovny v Praze a rozhovorů s jejími zaměstnanci jsem zpracovala SWOT analýzu vzdělávacích aktivit pro seniory. Níže uvádím výčet zjištěných silných stránek, slabých stránek, příležitostí a hrozeb:

Strengths (Silné stránky)

- Výborná dostupnost MHD,
- Nízkoprahové služby celé knihovny,
- Wifi připojení zdarma na každé pobočce,
- Dlouhá provozní doba všech poboček knihovny,
- Využívání vlastních prostor k vzdělávacím aktivitám,
- Velká čtenářská základna,
- Dlouhodobá spolupráce s neziskovými organizacemi,
- Dlouhá tradice vzdělávání (Lidová univerzita),
- Úspěšná realizace předchozích vzdělávacích projektů,
- Různorodá nabídka vzdělávacích aktivit a kurzů,
- Většina vzdělávacích aktivit pro seniory je nabízena zdarma,
- Financování vzdělávacích aktivit s pomocí grantů EU,
- Aktivní a motivovaní zaměstnanci,
- Podpora dalšího vzdělávání zaměstnanců.

Weaknesses (Slabé stránky)

- Nesystémový marketing vzdělávacích aktivit,
- Neefektivní prezentace vzdělávacích aktivit na webu MKP,
- Nesystémové plánování vzdělávacích aktivit,
- Nedostatečná kapacita učeben na menších pobočkách,
- Nedostatečný počet vzdělávacích a výtvarných pomůcek pro seniory,
- Nevyvážená naplněnost jednotlivých kurzů,
- Nedostatečný počet zaměstnanců pro pokrytí všech vzdělávacích kurzů,
- Malá participace jednotlivých poboček knihovny na vzdělávacích aktivitách.

Opportunities (Příležitosti)

- Rostoucí počet aktivních seniorů,
- Demografický nárůst seniorů v Praze,
- Rostoucí počítačová gramotnost seniorů,
- Podpora vzdělávacích aktivit prostřednictvím programů EU,
- Rozrůstající se množství literatury zabývající se vzděláváním seniorů,
- Plánovaná výstavba nových poboček.

Threats (Hrozby)

- Nezájem seniorů o některé vzdělávací aktivity (právo, finance, sebeobrana),
- Nízká participace a ostych seniorů,
- Malý zájem soukromých investorů a firem o spolupráci,
- Rozvoj institucí podobného zaměření v Praze,
- Velká konkurence vzdělávacích kurzů, U3V, A3V a UVČ,
- Zvyšující se pohodlnost a nároky seniorů,
- Přetlak zájemců na některých vzdělávacích kurzech.

9.2 Dotazníkového šetření

Pro zpracování analýzy vzdělávacích aktivit pro seniory pořádané MKP jsem v rámci dotazníkového šetření zkoumala u vybraných respondentů postproduktivního věku způsob, jakým si vybírají vzdělávací aktivity, co je k návštěvě motivuje, jaké překážky je naopak odrazují, kde se o vzdělávacích akcích dozvídají a co by na vzdělávacích akcích rádi změnili.

9.2.1 Charakteristika dotazníku

Pilotáže dotazníku se zúčastnilo 14 respondentů z řad seniorů. Pro zkrácení času nutného pro vyplnění dotazníku jsem vyřadila 2 položky. Upravený dotazník obsahuje celkem 17 položek. V první identifikační části dotazníku jsou uvedeny 3 uzavřené položky zjišťující základní charakteristiky respondenta - pohlaví, věk a dosažené vzdělání. Druhá část dotazníku se zaměřuje na druhy preferovaných vzdělávacích aktivit a má 13 uzavřených otázek a jednu otevřenou otázku určenou pro návrhy a připomínky.

9.2.2 Charakteristika výzkumného vzorku

Dotazníkové šetření probíhalo se souhlasem MKP vždy na začátku výtvarných vzdělávacích aktivit pro seniory v období od 10. 1. do 19. 2. 2018. Bylo-li to z organizačních důvodů možné, provedla jsem dotazníkové šetření sama vždy na začátku vzdělávací aktivity. Výjimkou byli pouze „PC kluby pro seniory“, kde z časových důvodů museli respondenti papírové dotazníky vyplňovat sami doma.

Tabulka 1: Respondenti dotazníkového šetření

Respondenti dotazníkového šetření		
Název vzdělávací akce	Počet respondentů	Návratnost dotazníků
Výtvarná dílna- plstění	20	21
PC kluby pro seniory	18	25
Historická přednáška	3	3
Senioři píší Wikipedii	11	15
Workshop origami	12	18
Arteterapie	4	6
Celkem	68	88

Zdroj: vlastní šetření

9.3 Výsledky dotazníkového šetření

1. Výsledky identifikační části:

Tabulka 2: Pohlaví respondentů

Otázka 1: Jaké je Vaše pohlaví?		
Pohlaví	Počet respondentů	Podíl v procentech
Žena	59	87
Muž	9	13
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Z této tabulky je zřejmé, že ve složení respondentů výrazně převažují ženy (87 %), což je v souladu s rozhovory s lektory vzdělávacích kurzů. Muži jsou nejvíce zastoupeni v „PC klubech pro seniory“, programu „Senioři píší Wikipedii“ a na historických přednáškách.

Tabulka 3: Věk respondentů

Otázka 2: Kolik je Vám let?		
Věkový interval	Počet respondentů	Podíl v procentech
64 let a méně	29	43
65-74 let	26	38
75-84 let	11	16
85 let a více	2	3
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Uvedená tabulka ukazuje, že vzdělávacích aktivit pro seniory se nejvíce účastnili občané, kteří ještě nedosáhli hranice 64 let věku (43 %). Druhou nejpočetnější skupinou byli senioři, kteří jsou v důchodu méně než 10 let (38 %). S postupujícím věkem účastníků zájem o vzdělávací aktivity výrazně klesá. Ve věkovém intervalu 75-84 let navštěvuje vzdělávací akce jen 15 % respondentů. Pouze 2 respondentům bylo více jak 85 let.

2. Výsledky položek zjišťujících preference vzdělávacích aktivit

Tabulka 4: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů

Otázka 3: Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?		
Dosažené vzdělání	Počet respondentů	Podíl v procentech
Základní vzdělání	2	3
Vyučení bez maturity	1	1
Vyučení s maturitou	4	6
Středoškolské vzdělání	35	52
Vysokoškolské vzdělání	26	38
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Tabulka uvádí, že 51 % respondentů dosáhlo středoškolského vzdělání a 38 % vysokoškolského vzdělání. Vzhledem k zastoupené věkové skupině seniorů z otázky číslo 3. jsou to velmi vysoká čísla. Mezi respondenty se nacházel pouze jeden senior s nejvyšším dosaženým vzděláním vyučení bez maturity a dva se základním vzděláním. Tabulka potvrzuje moji hypotézu, že zájem o vzdělávání se během života jednotlivce příliš nemění.

Tabulka 5: Možnosti vzdělávacích aktivit pro seniory v okolí

Otázka 4: Máte ve vašem okolí možnost vzdělávacích aktivit pro seniory?		
Odpověď	Počet respondentů	Podíl v procentech
Ano	46	68
Ne	9	13
Nevím	13	19
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Výše uvedená tabulka respondentů nám potvrzuje, že 68 % seniorů může ve svém okolí navštěvovat vzdělávací aktivity. Pouze 13 % respondentů tuto možnost ve svém okolí nemá. Tyto údaje jsou v souladu s hloubkovými rozhovory se zaměstnanci MKP uvedenými v Příloze 3 a 4 této bakalářské práce.

Tabulka 6: Zdroj informací o nabídce vzdělávacích aktivit pro seniory

Otázka 5: Kde získáváte informace o vzdělávacích aktivitách pro seniory? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Na nástěnkách kulturních, informačních a zdravotnických center	15
Od příbuzných a známých	15
Z časopisů a letáčků	16
Z rozhlasu a televize	5
Z internetu	39
V knihovně	39
Jiná	4

Zdroj: vlastní šetření

Uvedená tabulka nás informuje, že respondenti se o vzdělávacích aktivitách nejvíc dozvídají zejména z internetu a v knihovně. Hodně zastoupeným zdrojem informací jsou příbuzní a známí a dále nástěnky kulturních, informačních a zdravotnických center. Senioři také rádi dají na ústní doporučení lektorů MKP. Tyto informace jsem využila v návrhu marketingu nového vzdělávacího programu „Kouzelné středy“.

Tabulka 7: Účast na vzdělávacích aktivitách pro seniory

Otázka 6: S kým chodíte na vzdělávací akce? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Sám/sama	43
S přáteli, známými	30
S rodinnými příslušníky	6
Vzdělávací aktivity nenavštěvuji	0

Zdroj: vlastní šetření

Výše uvedená tabulka potvrzuje moji hypotézu, že senioři navštěvují vzdělávací akce většinou sami anebo s přáteli a známými. Pouze 6 respondentů dotazníkového šetření uvedlo, že vzdělávací aktivity navštěvuje se svými rodinnými příslušníky.

Tabulka 8: Frekvence vzdělávacích aktivit pro seniory

Otázka 7: Jak často se vzdělávacích aktivit účastníte?		
Frekvence vzdělávacích aktivit	Počet respondentů	Podíl v procentech
1x týdně a častěji	27	40
1x za 14 dní	17	25
1 x měsíčně	14	21
1x za čtvrt roku a méně	10	15
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Z tabulky vyplývá, že se snižující se frekvencí návštěv vzdělávacích aktivit se také snižuje jejich poměrné zastoupení u jednotlivých respondentů. Nejčastější frekvence návštěv vzdělávacích aktivit pro seniory je 1x týdně anebo častěji (40 %). Nejméně zastoupený je časový interval 1x za čtvrt roku a méně (15 %).

Tabulka 9: Druhy vzdělávacích aktivit pro seniory

Otázka 8: Jaké aktivizační a vzdělávací akce pro seniory navštěvujete? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Historie	23
Zdravý životní styl	12
Psychologie a osobní rozvoj	3
Filozofie	2
Náboženství	4

Otázka 8: Jaké aktivizační a vzdělávací akce pro seniory navštěvujete? (možnost více odpovědí)	
Pohybové aktivity	17
Práce na PC	23
Právo	0
Výtvarné činnosti	36
Diskusní kluby	1
Studium jazyků	7
Paměťové kurzy	5
Univerzita 3 věku	12
Jiné	7

Zdroj: vlastní šetření

Výše uvedená tabulka zobrazuje nabídku vzdělávacích aktivit a jejich oblíbenost u seniorů. Respondenti se nejvíce zajímají o výtvarné činnosti, historii, práci na PC, pohybové aktivity, zdravý životní styl a studium jazyků. V menší míře je zastoupen zájem o paměťové kurzy, náboženství a psychologii a osobní rozvoj. Samostatnou kategorií je návštěvnost dlouhodobých vzdělávacích programů na U3V. V odpovědi „Jiné“ mezi respondenty převažoval zájem o jógu, cestování, turistiku a ekologii.

Tabulka 10: Instituce nabízející vzdělávací aktivity pro seniory

Otázka 9: Kde se organizovaného vzdělávání účastníte? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Aktivity Městské knihovny v Praze	60
Aktivity pořádané občanskými sdruženími	7
Aktivity pořádané Domy pro seniory	8
Aktivity pořádané městskými částmi	30
Jiné	12

Zdroj: vlastní šetření

Tabulka uvádí, že respondenti kromě vzdělávacích aktivit MKP navštěvují často také vzdělávací aktivity pořádané městskými částmi v jejich okolí, Domy pro seniory a občanskými sdruženími. V odpovědi „Jiné“ respondenti dále uváděli účast na vzdělávacích aktivitách Univerzit volného času, jednorázových akcí vysokých škol, muzeí a galerií.

Tabulka 11: Preferované formy vzdělávacích aktivit pro seniory

Otázka 10: Preferujete spíše:		
Odpověď	Počet respondentů	Podíl v procentech
Ucelené kurzy a semináře	23	34
Jednorázové aktivity	45	66
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Z výše uvedené tabulky vyplývá, že 2/3 seniorů preferují spíše jednorázové aktivity před ucelenými kurzy a vzdělávacími semináři, což je pro MKP dobré zjištění, neboť svými vzdělávacími aktivitami pro seniory nechtějí konkurovat dlouhodobým vzdělávacím programům U3V, A3V a UVČ.

Tabulka 12: Motivace k účasti na vzdělávacích aktivitách

Otázka 11: Jaký přínos pro Vás vzdělávací aktivity obecně představují? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Náplň volného času	28
Smysluplná činnost	30
Poznávání nových věcí a činností	40
Možnost osobního rozvoje	34
Udržení v psychické/fyzické kondici	24
Udržet krok s dobou	14
Možnost potkávat se s přáteli, poznávat nové lidi	25
Jiné	1

Zdroj: vlastní šetření

Dle tabulky je nejčastější motivací seniorů pro návštěvu vzdělávací aktivity poznávání nových věcí a činností, možnost osobního rozvoje, vědomí smysluplné činnosti, náplň volného času, udržení kontaktu s přáteli a poznávání nových lidí. Pro většinu respondentů z dotazníkového šetření jsou stejně důležité 2 až 3 motivátory.

Tabulka 13: Překážky v návštěvě vzdělávacích aktivit

Otázka 12: Co Vám brání účastnit se vzdělávacích aktivit pro seniory? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Zdravotní omezení	8
Špatná dopravní obslužnost	2
Nedostatek financí	7
Malý výběr vzdělávacích aktivit	5
Nedostatek času	25
Jiné	24

Zdroj: vlastní šetření

Tabulka ukazuje nejčastější překážky bránící respondentům v návštěvě vzdělávacích aktivit. Nejčastější překážkou je nedostatek času, zdravotní omezení, nedostatek financí a malý výběr vzdělávacích aktivit. Mezi nejčastěji uváděnou překážkou v kategorii „Jiné“ je lenost, nedostatek informací a mnoho osobních aktivit naráz. Celkem 12 respondentům v návštěvě vzdělávacích aktivit nebrání nic.

Tabulka 14: Služby MKP

Otázka 13: Jaké služby pro seniory v Městské knihovně v Praze využíváte? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Internet zdarma	24
Služby informačního centra	22
Služby pojízdné knihovny	2
Divadelní představení, filmové projekce, koncerty	31
Pouze výpůjční služby knihovny	23
Jiné	17

Zdroj: vlastní šetření

Tabulka dokládá, že většina respondentů navštěvuje divadelní představení, filmové projekce a koncerty, využívá internet zdarma, služby informačního centra a výpůjční služby knihovny. Pouze dva respondenti využívají služby pojízdné knihovny, která cílí zejména na věkovou kategorii seniorů. Nejčastější využívanou službou v odpovědi „Jiné“ jsou historické a cestopisné přednášky.

Tabulka 15: Vzdělávací aktivity MKP

Otázka 14: Jakou vzdělávací aktivitu pro seniory jste v Městské knihovně v Praze navštívil/a? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Seniorské pondělky	25
PC kluby pro seniory	20
Dámský klub	9
Společenské odpoledne 3. věku	2
Senioři píší Wikipedii	4
Finanční vzdělávání pro seniory	1
Trénování paměti	9
Workshop origami	18
Jiné	18

Zdroj: vlastní šetření

Tabulka informuje o oblíbenosti konkrétních vzdělávacích aktivit u respondentů. V souladu s předpoklady dle hloubkových rozhovorů se zaměstnanci knihovny jsou nejnavštěvovanější „Seniorské pondělky“, „PC kluby pro seniory“ a „Workshop origami“. Velice oblíbené jsou také programy „Trénování paměti“ a výtvarné dílny.

Tabulka 16: Spokojenost se vzdělávacími aktivitami MKP

Otázka 15: Co se Vám na vzdělávací aktivitě v Městské knihovně v Praze nejvíce líbilo? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Osobní přístup lektora	51
Bezbariérový přístup	0
Ergonomické vybavení prostor	1
Termín a čas vzdělávací aktivity	17
Frekvence vzdělávací aktivity	6
Zajímavý obsah vzdělávací aktivity	41
Poskytnutí materiálu pro další studium	10
Organizace vzdělávací aktivity	7
Jiné	4

Zdroj: vlastní šetření

Z výše uvedené tabulky vyplývá, že valná většina respondentů je spokojena s osobním přístupem lektorů a zajímavým obsahem nabízených vzdělávacích aktivit. Jedné čtvrtině respondentů také vyhovuje čas a termín vzdělávací aktivity.

Tabulka 17: Výhrady k vzdělávacím aktivitám MKP

Otázka 16: Co byste naopak na vzdělávacích aktivitách v Městské knihovně v Praze změnil/a? (možnost více odpovědí)	
Odpověď	Počet odpovědí
Přístup lektora	1
Místnost nebyla bezbariérově přístupná	3
Místnost nebyla vhodně osvětlena	2
Místnost nebyla akusticky oddělena	3
Prostor nebyl vybaven vhodným ergonomickým vybavením	0
Nevhodně zvolený čas vzdělávací aktivity	6
Nevhodně zvolená frekvence vzdělávací aktivity	2
Nezajímavý obsah vzdělávací aktivity	1
Neposkytnutí materiálu pro další studium	2
Mnoho účastníků ve vzdělávacím kurzu naráz	16
Jiné	21

Zdroj: vlastní šetření

Z tabulky vyplývá, že téměř jedna čtvrtina respondentů není spokojena s dostatečnou kapacitou vzdělávacích aktivit. 15 respondentů v otázce „Jiné“ odpovědělo, že jsou spokojeni anebo je nic nenapadá.

Tabulka 18: Návrhy na zlepšení vzdělávacích aktivit MKP

Otázka 17: Vaše návrhy, nápady a náměty na zlepšení (volná odpověď)		
Kategorie odpovědi	Počet respondentů	Podíl v procentech
Nevím	36	53
Nic pro zlepšení mě nenapadá	11	16
Jsem spokojena	8	12
Přístup k internetu bez komplikací	4	6
Pestřejší téma aktivit	3	4
PC kurzy pro začátečníky	1	1
Bezbariérový přístup na dílny (schody)	1	1
Kurz pro kutilky (drobné domácí opravy pro ženy)	1	1
přednášky o životním stylu	1	1
Změna systému přihlašování na dílny	1	1
Založila bych čtenářský klub	1	1
Celkem	68	100

Zdroj: vlastní šetření

Z návrhů na zlepšení shrnutých do 11 kategorií vyplývá, že 53 % respondentů nemá žádný názor, 16 % respondentů na žádné zajímavé zlepšení vzdělávacích aktivit nepřišlo a 12 % respondentů je se vzdělávacími aktivitami MKP zcela spokojeno. Respondenti by naopak požadovali zlepšení služeb v oblasti přístupu k internetu (systém přihlašování, rychlost, kapacita) a pestřejší výběr ze vzdělávacích aktivit, což je v souladu s plánem knihovny pro rok 2018.

10 Hlubkové individuální rozhovory

Hlubkové individuální rozhovory se zaměstnanci Městské knihovny v Praze jsem realizovala na jejich pracovišti s vedoucí oddělení metodiky a služeb Mgr. Šormovou (B) a její podřízenou Mgr. Hradilíkovou (A), která zodpovídá za vzdělávací aktivity pro seniory realizované v Ústřední knihovně v Praze.

1) Jaké aktivity nabízí Vaše knihovna pro seniory a o které mají podle Vás senioři největší zájem?

A: Seniorské pondělky, historické a cestopisné přednášky, výtvarné dílny, kurzy trénování paměti, PC kluby. Největší zájem je o arteterapii.

B: Seniorské pondělky, Senioři píší Wikipedii, Wikiklub. Mediálně nejvíc známý je projekt senioři píší Wikipedii.

2) Dělal si Městská knihovna v Praze pro svoji potřebu nějakou analýzu vzdělávacích aktivit určených pro seniory? Pokud ano, co bylo zjištěno?

A: Ne, nedělala.

B: Ne, ale taková studie by se nám velice hodila.

3) Jaké jsou podle Vás Vaše výhody, nevýhody, příležitosti a hrozby v oblasti vzdělávání seniorů?

A: Na to Vám bohužel neumím odpovědět. Ze strany seniorů sílí zájem o práci s PC.

B: Naše výhody: bezpečný veřejný prostor, bezprahový přístup, kurzy zdarma. Nevýhody: nedostatek vzdělaných lektorů a nedostatečné personální zabezpečení vzdělávacích aktivit. Příležitosti: rekonstrukce a úprava prostor pro vzdělávací aktivity, vyrovnaný rozpočet, granty EU, spolupráce s neziskovými organizacemi. Hrozby: pasivita seniorů, malá participace seniorů.

4) Máte pro vzdělání seniorů dostatek vlastních finančních prostředků, či využíváte dotace nebo dary?

A: Využíváme interní financování, občas získáme i nějaké dotace. Bližší podrobnosti nemám.

B: Ano, máme vyrovnaný rozpočet, 65 % našeho rozpočtu pochází z grantů EU.

5) Máte pro vzdělávání seniorů k dispozici dostatek vhodných prostor, vybavení a pomůcek?

A: Využíváme prostory naší knihovny, využíváme toho, co máme. Pomůcky na výtvarné dílny nakupujeme.

B: Většinu našich aktivit pořádáme na našich pobočkách. Pomůcky nakupujeme a interní prostory se snažíme postupně rekonstruovat.

6) Máte pro vzdělávání seniorů vlastní lektory nebo využíváte služeb externistů?

A: Kde, je to možné využíváme své interní zaměstnance, externí lektory najímáme obvykle jen na jednu přednášku nebo jeden kurz.

B: Kurzy se snažíme zabezpečit našimi lektory. Témata, která nemáme odborně pokrytá, zajišťujeme externisty.

7) Potýkáte se s nějakým problémem během organizování vzdělávacích aktivit pro seniory?

A: Ne, většinou jde jen o běžné provozní záležitosti, tak jako v každé organizaci.

B: Závažné nejsou. Setkáváme se s pasivitou seniorů a nedostatkem zaměstnanců.

8) Podle jakého klíče si vybíráte vzdělávací aktivity pro seniory do svého programu?

A: To je různé, snažíme se o pestrost a přitom vycházíme z našich zdrojů a možností.

B: Řídíme se vlastními zkušenostmi a externími informacemi, snažíme se vytvářet pestré programy.

9) Jak probíhá propagace a diseminace vzdělávacích programů pro seniory?

A: Na webových stránkách knihovny, pomocí letáčků v knihovně, osobním doporučením.

B: O vzdělávacích aktivitách informujeme seniory na webu, letáčky a LED obrazovkami na našich pobočkách.

10) S jakými partnery a vzdělávacími organizacemi na vzdělávacích aktivitách pro seniory spolupracujete?

A: Spolupracujeme s ČOS, Senvií, Filozofickou fakultou UK, Českou unií neslyšících. Na ostatní partnery si nevzpomenu.

B: Dlouhodobě spolupracujeme s Košárou, Chartou 77, Člověkem v tísní, SONSem, nechci žádnou upozadit, ale na všechny si nevzpomenu.

11) Jaké změny plánujete v oblasti poskytování služeb a vzdělávacích aktivit pro seniory v budoucnosti?

A: Konsolidaci vzdělávacích aktivit, aby nabídka byla pro seniory lépe čitelná.

B: Více aktualizovat vzdělávací aktivity podle současných trendů.

12) Máte nějaké další náměty a připomínky týkající se vzdělávacích aktivit pro seniory ve Vaší knihovně?

A: Ne nemám, jen se obávám o dlouhodobost těchto aktivit. Potýkáme se s provozními problémy.

B: Uvažuje se s vybudování kreativní laboratoře a pestré nabídky vzdělávacích aktivit.

10.1 Návrh vlastního programu pro seniory

10.1.1 Důvody vzniku nového vzdělávacího programu

Na základě analýzy již realizovaných vzdělávacích programů pro seniory v MKP, dotazníkového šetření, hloubkových rozhovorů se zaměstnanci knihovny a krátkými rozhovory s lektory jsem připravila návrh nového vzdělávacího programu zaměřeného na integritu seniorů. Většina vzdělávacích akcí je zaměřena jednostranně a cíleně nabízí pouze jednu kategorii aktivit: ruční práce, práce s počítačem, trénování paměti nebo různé tematické přednášky. V nabídce MKP pro seniory chybí pestrý program, který by se komplexně zabýval celou osobností seniora a pomohl mu v rámci každodenní všednosti objevovat kouzla nových zajímavých aktivit.

Z dotazníků seniorů vyplynulo, že chtějí ve svých vzdělávacích aktivitách MKP pokračovat. Ve vzdělávacích aktivitách jim ale chybí jakýsi „šmrnc“, více kreativity, větší pestrost aktivit. Témata jednotlivých vzdělávacích aktivit se totiž často opakují a obvykle na sebe vzájemně nenavazují ani se nijak neprolínají.

Zaměstnanci knihovny v hloubkových rozhovorech uváděli, že aktivity se snaží dělat pestré, ale že je spíše potřebují konsolidovat do méně programů kvůli personálnímu zabezpečení. Chtěli by tedy, najít jakousi červenou nit, která by se prolínala všemi programy a zároveň je personálně nezatěžovala. Dále by si přáli témata více aktualizovat podle současných trendů z oblasti gerontagogiky.

Ze SWOT analýzy vyplynulo, že MKP má skvělé předpoklady vzdělávací programy pro seniory dále rozvíjet a vylepšovat. Více moderních aktivizačních metod používaných v nových vzdělávacích programech může pomoci překlenout pasivitu seniorů a zvýšit jejich participaci během plánovaných aktivit.

Mnou navržený vzdělávací program vychází z osvědčeného modelu vzdělávacích aktivit ve Společenském a aktivizačním centru pro seniory v Praze 9, který již několik let s velkým úspěchem vede Mgr. Žáčkové a Bc. Dunděrová. Tento model spočívá v kombinaci zajímavé přednášky s následnou kreativní aktivitou úzce provázanou s tématem přednášky.

10.1.2 Vize a smysl nového vzdělávacího programu

Smyslem programu je inspirovat a pozitivně naladit starší generaci k smysluplnému prožívání života a kladnému přístupu k němu. Toho lze dosáhnout promyšlenými, dlouhodobými a pozvolnými vzdělávacími aktivitami. Tyto aktivity musejí být jednoduché, smysluplné a snadno proveditelné. Vzhledem k vyrovnanému rozpočtu MKP a plánované rekonstrukci části historické budovy, lze v rámci plánovaného vzdělávacího programu počítat s drobnými stavebními úpravami.

10.1.3 Materiální a technické podmínky

Pro vzdělávací program „Kouzelné středy“ lze využít prostory dílny v přízemí Ústřední knihovny v Praze s kapacitou 25 osob. Ta sousedí s kavárnou pro návštěvníky knihovny, takže je možné během vzdělávací akce připravit pro seniory

kávu nebo čaj s drobným občerstvením. Tyto služby v rámci vzdělávacích aktivit pro seniory knihovna zatím nenabízí.

Dílnu navrhuji přepažit sádkartonovou příčkou, aby zde senioři nebyli rušeni hlukem z ochozu chodby nacházející se o patro níže. Na novou příčku navrhuji zavěsit projekční plátno a prostor vybavit videoprojektorem. Počítačové vybavení, nábytek i ostatní výtvarné pomůcky jsou zde k dispozici. Dále navrhuji místo 3 nízkých schodů do dílny vybudovat pozvolnou rampu, neboť zde senioři i lektoři často zakopávají.

10.1.4 Propagace programu

Dle analýzy dotazníkového šetření je program pro seniory velice efektivní propagovat na webových stránkách MKP a dále tištěnými letáčky volně dostupnými v prostorách knihovny a informačním centru. Vzhledem k již provedenému výběrovému řízení dodavatele nového designu webu MKP a jeho plánované implementace v první polovině roku 2018 navrhuji vzdělávací aktivity knihovny přesunout na titulní stránku. Současná cesta k vzdělávacím aktivitám MKP je na webu knihovny zbytečně zdlouhavá. Grafický návrh plakátu uvedený v Příloze č. 5 navrhuji vyvěsit do vstupní haly knihovny, na prosklené vstupní dveře Dílny (pro snazší orientaci seniorů) a dále zařadit do programu vysílaného LED televizí ve všech pobočkách MKP. O novém vzdělávacím programu budou informovat také krátké zprávy s navrženým plakátem zveřejněné partnerskými organizacemi na webových stránkách. Rovněž navrhuji zpracovat dvoustránkovou inzerci pro časopis Pražský senior, která bude občany postproduktivního věku informovat o zahájení nového běhu vzdělávacího programu MKP.

10.1.5 Organizace programu

Úplnou novinkou z oblasti organizace a propagace vzdělávacího programu bude registrace zájemců na webových stránkách knihovny, emailem anebo telefonicky. Kontaktní údaje budou uvedeny na všech marketingových materiálech. V mém návrhu plakátu je zatím uveden pouze odkaz na webové stránky MKP, protože konkrétní email ani telefonní linka nebyla zatím určena. Tímto způsobem registrace se zamezí pocitu křivdy a hořkosti všech pozdě příchozích seniorů, na které by se

z kapacitních důvodů již nedostalo. Lektor bude mít k dispozici více prostoru pro aktivizaci seniorů a jejich participaci v průběhu programu. Na základě dotazníkového šetření lze předpokládat i větší spokojenost účastníků.

10.1.6 Koncept vzdělávacího programu

Nový vzdělávací program s názvem „Kouzelné středy“ bude pořádán pro seniory každou středu od 14:30 mimo svátky a letní prázdniny, kdy má MKP omezený provoz všech poboček. Každý týden bude realizován nový tematický blok, sestavený ze tří částí: přednášky, související aktivizační činnosti a krátkého zhodnocení s participační částí programu. První tematický blok jsem zvolila z oblasti pozitivní psychologie, konkrétně důležitost pocitů štěstí, radosti a smíchu v našem běžném životě.

10.1.7 Přednáška

Pro úvodní blok programu jsem navrhla krátkou motivační přednášku, která bude obsahovat krátké aktivizační prvky v podobě závěrečného vyprávění vtipů a trénování konkrétních druhů smíchu. Asi nejznámějším popularizátorem a taktéž lektorem jógy smíchu je MUDr. Karel Nešpor, CSc. S nabídkou jednorázové spolupráce na tomto projektu emailem předběžně souhlasil. Přednáška je navržena na jednu vyučovací hodinu od 14:30 do 15:15, tak aby zbylo více času na 60 – 90 minutový blok aktivizačních činností.

10.1.8 Aktivizační činnosti

Po úvodní motivační přednášce budou senioři skládat z dvoubarevného papíru pohyblivou origami skládanku ve tvaru smějící se pusy - obdobnou české skládance Nebe-peklo-ráj. Po zatahání za protilehlé strany složeného papíru se každá složená pusa na svého autora usměje. Každý účastník si pod vedením zkušeného lektora z ČOS také sám složí skládanku jeřába, který podle japonské pověsti nosí štěstí.

10.1.9 Krátké zhodnocení a participační část programu

Posledním bodem navrženého vzdělávacího programu pro seniory je krátké shrnutí, zhodnocení pozitivních momentů celého tematického bloku účastníky a následné vyplnění krátkého evaluačního dotazníku. Cílem evaluačního dotazníku je získání bezprostřední zpětné vazby k prvnímu bloku vzdělávacího programu „Kouzelné středy“ a návrh dalších zájmových témat a okruhů vhodných pro realizaci MKP.

ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce bylo vytvoření nového vzdělávacího programu pro seniory vhodného pro začlenění do programu neziskové organizace.

V teoretické části byly vysvětleny základní pojmy: neziskové organizace, stáří a stárnutí, volnočasové aktivity, arteterapie a origami, které byly nezbytné pro řádné zpracování praktické části bakalářské práce.

Z analýzy vzdělávacích programů MKP pořádaných pro seniory jsem zjistila, že v nich chybí program, který by se cíleně zaměřoval na zlepšování psychické pohody seniorů a zároveň je vhodně aktivizoval. Z dotazníkového šetření u vybraných seniorů vyplynulo, že respondenti tráví vzdělávacími aktivitami nanejvýš jeden den v týdnu a preferují spíše kratší jednorázové vzdělávací aktivity. Toto zjištění je v souladu s novou koncepcí vzdělávání seniorů dle hloubkových rozhovorů s vybranými zaměstnanci MKP.

Důležitým zjištěním dotazníkového šetření je, že senioři jsou se vzdělávacími aktivitami MKP spokojeni a pozitivně hodnotí osobní přístup lektorů. Nespokojeni jsou naopak s přeplněností výtvarných dílen, workshopů origami a arteterapií. Senioři v dotazníkovém šetření svorně navrhovali větší pestrost a provázanost vzdělávacích aktivit. Toto přání se jim knihovna snaží v rámci omezených personálních kapacit splnit.

Na základě všech výše uvedených zjištění jsem navrhla koncept vzdělávacího programu pro seniory nazvaný „Kouzelné středy“ vycházející z osvědčeného vzdělávacího modelu pro seniory ve Společenském a aktivizačním centru pro seniory v Praze 9. Navržený vzdělávací program má 3 části: odbornou přednášku, navazující aktivizační činnost a závěrečné zhodnocení s participací všech účastníků. V rámci zlepšení organizace vzdělávacích aktivit a zvýšení participace a aktivizace seniorů na nich počítám s registrací zájemců o vzdělávací program na webových stránkách knihovny, emailem anebo telefonicky. Zamezí se tím nechtěné přeplněnosti vzdělávacích programů, zvětší prostor pro zkvalitnění aktivizačních metod lektora a v konečném důsledku lze očekávat i vyšší spokojenost seniorů.

Na psaní bakalářské práce si nejvíce vážím dobré spolupráce s velkou neziskovou organizací. Jsem velice potěšena, že výsledky mého dotazníkového šetření MKP využije v nově plánované koncepci vzdělávacích programů pro seniory. Mgr. Šormová mi také nabídla spolupráci na rozšíření evaluace pro ostatní vzdělávací aktivity knihovny, na které jsem již začala v současné době pracovat.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

MONOTEMATICKÉ PUBLIKACE

CIBULKA, Ondřej. *Origami: [krok za krokem k úžasným papírovým modelům]*. 1. vyd. Brno: CPress, 2013. 144 s. ISBN 978-80-264-0176-6.

ČELEDOVÁ, Libuše, KALVACH, Zdeněk a ČEVELA, Rostislav. *Úvod do gerontologie*. Vydání první. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2016. 152 stran. ISBN 978-80-246-3404-3.

DECIO, Francesco a BATTAGLIA, Vanda. *Učíme se origami: jak se stát origamistou*. Překlad Ondřej Cibulka. Vydání první. Praha: Ikar, 2016. 151 stran. ISBN 978-80-249-3200-2.

DOBROZEMSKÝ, Václav a STEJSKAL, Jan. *Nevýdělečné organizace v teorii*. Vydání první. Praha: Wolters Kluwer, 2015. 398 stran. ISBN 978-80-7478-799-7.

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.

FRIČ, Pavol. *Neziskové organizace a ovlivňování veřejné politiky: (rozhovory o neziskovém sektoru II)*. Vyd. 1. Praha: Agnes, 2000. 113 s. ISBN 80-902633-6-4.

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

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013. 96 s., iv s. obr. příl. ISBN 978-80-247-4697-5.

JANIŠ, Kamil a SKOPALOVÁ, Jitka. *Volný čas seniorů*. Vydání 1. Praha: Grada, 2016. 156 stran. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5535-9.

JANOŠ, Jiří. *Origami - japonské skládanky z papíru*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství technické literatury, 1991. 32 s. Kreslené návody. ISBN 80-03-00637-6.

KLEVETOVÁ, Dana a DLABALOVÁ, Irena. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 202 s. Sestra. ISBN 978-80-247-2169-9.

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

- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013. 131 s. Psyché. ISBN 978-80-247-4436-0.
- LANGMEIER, Josef a KREJČÍŘOVÁ, Dana. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. 368 s. Psyché. ISBN 80-247-1284-9.
- LIEBMANN, Marian. *Skupinová arteterapie: nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005. 279 s. ISBN 80-7178-864-3.
- MERLÍČKOVÁ RŮŽIČKOVÁ, Růžena. *Neziskové organizace: vznik, účetnictví, daně*. Olomouc: ANAG, 2011. 249 s. ISBN 978-80-7263-675-4.
- POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010. 158 s. ISBN 978-80-247-3271-8.
- PRŮCHA, Jan a VETEŠKA, Jaroslav. *Andragogický slovník*. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2014. 320 s. ISBN 978-80-247-4748-4.
- PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf, [2015], ©2015. 96 stran. Jessenius. ISBN 978-80-7345-437-1.
- SELIGMAN, Martin E. P. *Vzkvétání: nové poznatky o podstatě štěstí a duševní pohody*. Vyd. 1. V Brně: Jan Melvil, 2014. 407 s. Pod povrchem. ISBN 978-80-87270-95-0.
- ŠERÁK, Michal. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. 207 s. ISBN 978-80-7367-551-6.
- ŠKARABELOVÁ, Simona, ed. *Definice neziskového sektoru: sborník příspěvků z internetové diskuse CVNS*. Brno: Centrum pro výzkum neziskového sektoru, 2005. 52 s. ISBN 80-239-4057-0.
- ŠKARABELOVÁ, Simona a kol. *Když se řekne nezisková organizace: příručka pro zastupitele krajů, měst a obcí*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2002. 130 s. ISBN 80-210-3031-3.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda a SMÉKALOVÁ, Lucie. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Vydání 1. Praha: Grada, 2015. 232 stran. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5446-8.

ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002. 167 s., viii s. barev. obr. příl. ISBN 80-7178-616-0.

VETEŠKA, Jaroslav. *Gerontagogika: psychologicko-andragogická specifika edukace a aktivizace seniorů*. 2. doplněné a rozšířené vydání. Praha: Česká andragogická společnost, 2017. 175 stran. Česká a slovenská andragogika; svazek 14. ISBN 978-80-905460-7-3.

SERIÁLOVÉ PUBLIKACE

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Společenské uplatnění seniorů aneb aktivní stáří. Sociální péče*. 2009, roč. 4, č. 4 ISSN 1213-2330.

KOSTLÁNOVÁ, Simona, *Chvála arteterapie. Když malování odhaluje duši. Sociální služby*, roč. 2009, č. 3. ISSN 1803-7348.

ELEKTRONICKÉ ZDROJE

ČESKÁ ARTETERAPEUTICKÁ ASOCIACE. *Arteterapie* [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z: <https://www.arteterapie.cz/arteterapie>.

ČERMÁKOVÁ, Zdeňka a Jan LUKAVEC. *Městská knihovna v zrcadle času (1891-2016)* [online]. [cit. 2018-02-24]. V MKP 1.vyd. Praha: Městská knihovna v Praze, 2016, ISBN: 978-807532-343-9 Dostupné z: <http://search.mlp.cz/cz/titul/mestska-knihovna-v-zrcadle-casu-1891-2016/4281643>.

MŠMT ČR. *Národní soustava kvalifikací*. [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/p/evropsky-ramec-kvalifikaci-eqf/evropsky-ramec-kvalifikaci-1>.

MŠMT ČR. *Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2020*. [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/ministerstvo/strategie-vzdelavaci-politiky-2020>.

NADACE NEZISKOVKY CZ Typy neziskových organizací [online]. [cit. 2018-03-01]. Dostupné z: http://https://www.neziskovky.cz/clanky/511_692/fakta_typy-neziskovych-organizaci.

ŠKOLSKÝ TÝM V DYDNI. *Origami*. [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z <http://www.zsdydnia.eu/art,244,origami-w-revalidacji&kalendarz=2015-08.html>.

ORIGAMI V TERAPII. *Origami v terapii a vzdělání* [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z <http://sp275.waw.pl/wp-content/uploads/2012/03/Origami-w-terapii.pdf>.

ČOS. *Česká origami společnost* [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z: <http://www.origami-cos.cz/ceska-origami-spolecnost-cos>.

MĚSTSKÁ KNIHOVNA V PRAZE. *O knihovně* [online]. [cit. 2017-11-23]. Dostupné z: <https://www.mlp.cz/cz/o-knihovne>.

MĚSTSKÁ KNIHOVNA V PRAZE. *Výroční zpráva příspěvkové organizace Městská knihovna v Praze (rozběr činnosti a hospodaření v roce 2017)* [online]. [cit. 2018-2-24]. Dostupné z: <https://www.mlp.cz/cz/o-knihovne/rozbory-cinnosti>.

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Respondenti dotazníkového šetření	36
Tabulka 2: Pohlaví respondentů.....	36
Tabulka 3: Věk respondentů	37
Tabulka 4: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů.....	37
Tabulka 5: Možnosti vzdělávacích aktivit pro seniory v okolí.....	38
Tabulka 6: Zdroj informací o nabídce vzdělávacích aktivit pro seniory.....	38
Tabulka 7: Účast na vzdělávacích aktivitách pro seniory	39
Tabulka 8: Frekvence vzdělávacích aktivit pro seniory	39
Tabulka 9: Druhy vzdělávacích aktivit pro seniory	39
Tabulka 10: Instituce nabízející vzdělávací aktivity pro seniory.....	40
Tabulka 11: Preferované formy vzdělávacích aktivit pro seniory	41
Tabulka 12: Motivace k účasti na vzdělávacích aktivitách	41
Tabulka 13: Překážky v návštěvě vzdělávacích aktivit.....	42
Tabulka 14: Služby MKP	42
Tabulka 15: Vzdělávací aktivity MKP.....	43
Tabulka 16: Spokojenost se vzdělávacími aktivitami MKP.....	43
Tabulka 17: Výhrady k vzdělávacím aktivitám MKP.....	44
Tabulka 18: Návrhy na zlepšení vzdělávacích aktivit MKP	44

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1: Vzor dotazníku pro seniory

Příloha 2: Vzor individuálního hloubkového rozhovoru

Příloha 3: Individuální hloubkový rozhovor s Mgr. Hradílkovou

Příloha 4: Individuální hloubkový rozhovor s Mgr. Šormovou

Příloha 5: Grafický návrh plakátu