

Pojetí stárnutí v dnešní době – ageismus versus moderní přístupy ke stáří a stárnutí

Bc. Markéta Mitášová

Diplomová práce
2012



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2011/2012

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Markéta MITÁŠOVÁ**

Osobní číslo: **H10568**

Studijní program: **N 7501 Pedagogika**

Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Pojetí stárnutí v dnešní době – Ageismus versus moderní přístupy ke stáří a stárnutí**

Zásady pro vypracování:

Zpracování literárních pramenů

Zpracování teoretických a tématických východisek v oblasti ageismu, stáří, stárnutí a moderních trendů ve stárnutí

Příprava výzkumu, výběr a charakteristika výzkumného souboru

Provedení smíšeného výzkumu

Zpracování a vyhodnocení výsledků výzkumu

Způsob a možnosti využití výsledků výzkumu v praxi a doporučení využití pro praxi

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Praha: Nakladatelství Brain team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie – možnosti, které čekají. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011. ISBN 978-80-247-3604-4.

RYCHTAŘÍKOVÁ Jitka a Věra KUCHAROVÁ. Rodina, partnerství a demografické stárnutí. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Přírodovědecká fakulta, 2008. ISBN 978-80-86561-52-3.

ŠVARČÍČEK Roman a Klára ŠEĎOVÁ a kol. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, s.r.o., 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.

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

Vedoucí diplomové práce: **Mgr. Eva Šalenová**
Ústav pedagogických věd
Datum zadání diplomové práce: **30. listopadu 2011**
Termín odevzdání diplomové práce: **27. dubna 2012**

Ve Zlíně dne 12. ledna 2012


doc. Ing. Anežka Lengalová, Ph.D.
děkanka




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

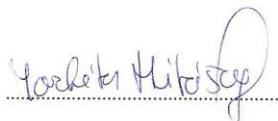
Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 19. 4. 2012


.....

¹⁾ zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolnosti až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídně k větší výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Diplomová práce pojednává o problematice diskriminace starších osob, seniorů, dnes nazývána jako problematika ageismu. Teoretická část se zabývá nejprve charakterizováním období stáří, v dalších kapitolách se blíže zaměřuje na společenský problém ageismu a rovněž v další kapitole pojednává o moderních přístupech ke stáří. Cílem teoretické části diplomové práce je zaměřit se a objasnit si problematiku ageismu, hlavní příčiny a následky. Kapitola moderní přístupy ke stáří ukazuje období stáří jako možnost trávit tuto etapu aktivním stylem. Pojednává tedy o možnostech a nabídkách tohoto přístupu ke stáří. Cílem teoretické části je nabídnout koncept stávající se ze dvou protipólů – ageismu a aktivního přístupu ke stáří.

Praktická část zjišťuje, jaký je pohled lidí a jejich postoje v rámci přejímání ageistického způsobu chování a rovněž zjišťuje jejich náhled na aktuální možnosti aktivního stárnutí.

Klíčová slova: stáří, stárnutí, senior, společnost, stereotyp, mýtus, ageismus, moderní přístupy, aktivní stárnutí.

ABSTRACT

The thesis deals with problems of discrimination against on older people, seniors, today named as ageism. The theoretical part deals about old age, in other charter is focuses on the social problem of ageism, and in the next chapter deals with modern approaches to old age. The theoretical part of this thesis is focus and clarify the issues of ageism, the main causes and consequences. The chapter modern approaches to old age, show as an oportunity to spend this phase of active style. It discusses the possobilities and the offers this approach to old age. The aim is to provide the theoretical concept of two parts – ageism and proactive approach to old age.

The practical part finds what is the view of people and their attitudes to ageism behaviour and finds their preview on actual active style of aging.

Keywords: age, aging, senior, society, stereotype, myth, ageism, modern access, active aging.

Mé poděkování patří Mgr. Evě Šalenové za odborné vedení práce.

Prohlašuji, že odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	13
1.1 DEFINICE STÁŘÍ	13
1.2 KLASIFIKACE STÁŘÍ.....	14
1.3 ZMĚNY VE STÁŘÍ	14
1.3.1 Fyzické změny	15
1.3.2 Psychické změny	15
1.3.3 Kognitivní změny.....	16
1.3.4 Kreativita.....	16
1.3.5 Emocionální změny.....	16
1.3.6 Sociální změny	17
1.3.7 Umírání a smrt.....	17
1.4 DEMOGRAFICKÉ ÚDAJE	18
2 AGEISMUS	20
2.1 HISTORICKÝ NÁHLED	20
2.2 DEFINICE AGEISMU	21
2.3 ZDROJE AGEISMU	22
2.3.1 Skupina A.....	22
2.3.2 Skupina B	23
2.3.3 Skupina C	26
2.3.4 Osobnostní přístup	27
2.4 PROJEVY AGEISMU	27
2.4.1 Rodina	27
2.4.2 Politika a ekonomická sféra	27
2.4.3 Média.....	28
2.4.4 Institucionální zařízení a zdravotní péče.....	28
2.5 KROKY VEDOUcí KE ZMÍRNĚNÍ AGEISMU	29
3 MODERNÍ PŘÍSTUPY KE STÁŘÍ	31

3.1	HISTORICKÝ NÁHLED	31
3.2	NOVÉ POHLEDY NA STÁŘÍ.....	31
3.3	PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ	33
3.4	VÝŽIVA A STRAVOVÁNÍ	34
3.5	FYZICKÝ VZHLED	34
3.6	SEXUALITA.....	34
3.7	OŠACENÍ.....	35
3.8	BYDLENÍ	35
3.9	VZDĚLÁVÁNÍ.....	36
3.10	VOLNOČASOVÉ AKTIVITY.....	38
3.11	DOBROVOLNICTVÍ	39
3.12	DOPRAVA	40
3.13	KOMUNIKAČNÍ PROSTŘEDKY.....	40
3.14	PRACOVNÍ PŘÍLEŽITOSTI.....	41
3.15	KULTURNÍ A JINÉ VYŽITÍ	42
3.16	FINANČNÍ ÚSKALÍ SENIORSKÉHO ŽIVOTA.....	42
II	PRAKTICKÁ ČÁST	44
4	SMÍŠENÝ VÝZKUM.....	45
5	KVANTITATIVNÍ VÝZKUM.....	46
5.1	CÍL VÝZKUMU	46
5.2	POJETÍ VÝZKUMU	46
5.3	VÝZKUMNÉ OTÁZKY	46
5.3.1	Hlavní výzkumná otázka.....	46
5.3.2	Dílčí výzkumné otázky	46
5.4	VÝZKUMNÝ SOUBOR	47
5.5	VÝZKUMNÁ TECHNIKA	47
5.6	PRŮBĚH SBĚRU DAT.....	48
5.7	ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	48
5.8	ANALÝZA A VÝSLEDKY KVANTITATIVNÍCH DAT DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	49
5.8.1	Informační hlavička dotazníku.....	49
5.8.1.1	Pohlaví	49
5.8.1.2	Věk.....	50
5.8.1.3	Dosažené vzdělání	50
5.9	DÍLČÍ VÝZKUMNÁ OTÁZKA Č. 1	51
5.10	DÍLČÍ VÝZKUMNÁ OTÁZKA Č. 2	61
5.11	DÍLČÍ VÝZKUMNÁ OTÁZKA Č. 3	64
5.12	DÍLČÍ VÝZKUMNÁ OTÁZKA Č. 4	66
5.13	INTERPRETACE VÝSLEDKŮ	70
5.14	ZÁVĚREČNÉ SHRNUÍ KVANTITATIVNÍ ČÁSTI VÝZKUMU	71
6	KVALITATIVNÍ VÝZKUM.....	73

6.1	CÍL VÝZKUMU	73
6.2	POJETÍ VÝZKUMU	73
6.3	VÝZKUMNÉ OTÁZKY	73
6.3.1	Hlavní výzkumná otázka.....	73
6.3.2	Dílčí výzkumné otázky	73
6.4	VÝZKUMNÝ SOUBOR	73
6.5	VÝZKUMNÁ TECHNIKA	74
6.6	PRŮBĚH SBĚRU DAT.....	75
6.7	ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	75
6.8	ANALÝZA A VÝSLEDKY KVALITATIVNÍCH DAT DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	75
6.9	ZÁVĚREČNÉ SHRNTÍ KVALITATIVNÍ ČÁSTI VÝZKUMU.....	87
	ZÁVĚR	89
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	90
	SEZNAM OBRÁZKŮ	93
	SEZNAM TABULEK.....	95
	SEZNAM PŘÍLOH.....	97

ÚVOD

Diskriminace starších osob, zejména seniorů, je dnes velký problém. Tento současný stav naší společnosti není pozitivní nálepkou pro naši přítomnost ani pro budoucnost. Tento jev, diskriminace starých osob, se světově označuje jako ageismus. V naší zemi se míra ageismu společnosti v posledních letech zvyšuje. Tedy vzhledem k tomu, že je to aktuální otázka, a také vzhledem k tomu, že jsem se o téma seniorské problematiky začala v poslední době zajímat, rozhodla jsem se na toto téma napsat práci. K tomu ovšem patří, jak již napovídá druhá část názvu mé práce, moderní přístupy ke stáří, aktivní styl stárnutí.

Obsahem teoretické části jsou tři kapitoly. Každá z nich se zaměřuje na samostatné, avšak propojující téma. Kapitola první se zabývá tématem stáří a stárnutí a objasňuje základní fyzické, psychické a sociální aspekty tohoto období. Kapitola druhá se již přímo věnuje problematice ageismu, jeho příčinám, zdrojům a následkům. Kapitola třetí se zabývá moderními přístupy ke stáří, aktivním stylem stárnutí, nabídkami, možnostmi a souvislostmi v rámci tématu.

Praktickou část tvoří smíšený výzkum a rozděluje se tedy na kvalitativní a kvantitativní část. Cílem obou výzkumů je zjistit náhled a postoje zkoumaného vzorku společnosti v rámci ageistického chování, myšlení a jednání. Rovněž se oba výzkumy zabývají povědomím a postojem společnosti k aktivnímu stylu stárnutí.

Za cíl celé práce si kladu především seznámit čtenáře s aktuálním problémem – ageismem, a zároveň se snažím nabídnout druhý úhel pohledu, a to aktivní přístupy ke stárnutí, a najít vzájemné souvislosti mezi těmito tématy. Především v praktické části práce, která nastiňuje přístup společnosti na základě provedeného výzkumu, si můžeme ukázat, co je hlavní příčinou tohoto typu ageistického chování a myšlení.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Tato část práce vymezuje a popisuje všechny důležité složky pojmu stáří a stárnutí, které jsou nezbytné pro další uchopení teoretické části a pochopení tématu jako celku a všech jeho souvislostí.

1.1 Definice stáří

Předmětem vědy, která se nazývá **gerontosociologie**, je proces stáří a stárnutí (Sýkorová, 2007). Psychologický slovník (Hartl a Hartlová, 2000, s. 178 – 179) píše, že: *„Gerontologie je věda zabývající se všestranným studiem jevů stárnutí nastávajících v buňkách, tkáních, orgánech či organizmech, příp. skupinách jedinců v průběhu času od dospělosti až do smrti organismu. Gerontopedagogika je pedagogická disciplína zabývající se výchovou a vzděláváním ve stáří.“*

Termín **senior** označuje osoby dosahující věku 60 let a více (Hartl a Hartlová, 2000).

Stáří je pozvolná ontogenetická etapa, u které nelze s přesností vymezit její věkovou hranici. Stárnutí lze definovat jako soubor nezvratných časových změn, které později vedou ke smrti jedince. Proces stárnutí se projevuje fyziologickými a psychologickými změnami člověka (Vacínová, Trpišovská, Farková, 2010). Stáří je posledním stádiem v životě člověka. Tato etapa s sebou přináší moudrost získanou během života, nadhled a pocit vyvrcholení svého života. Degradace energie a viditelné proměny jedince signalizující konec životní cesty, patří rovněž k základním znakům definující stáří (Vágnerová, 2007). **Proces stárnutí** tvoří několik charakteristických znaků. **Vzdálené efekty** stárnutí jsou znaky, do kterých lze řadit například ztrátu mobility zapříčiněnou určitou nemocí, kterou jedinec trpěl v průběhu dětství. Naopak znakem **časově bližšího efektu** může být ztráta mobility zapříčiněná zlomenou nohou. **Univerzálními znaky** stárnutí jsou společné symboly seniorů, například vrásčitá kůže, změna barvy a hustoty vlasového porostu. Tyto znaky se často vyskytují, avšak nejsou generalizované pro všechny seniory. Podobné dělení můžeme diferencovat na stárnutí primární (tělesné změny), sekundární (častěji se objevující změny související se stářím, avšak nejsou nutně pravidelné) a terciární (náhlý a zjevný tělesný úpadek signalizující blízkou smrt) (Stuart-Hamilton, 1999). Termín stárnutí vyjadřuje souhrnný proces změn v psychologických a fyzických funkcích organismu člověka, které zapříčiňují vyšší zranitelnost a snížení výkonnosti. Posléze vedou ke konečnému stádiu, tedy smrti (Langmeier a Krejčířová, 2006). Pacovský (1990) také zdůrazňuje význam sociální stránky v tomto souhrnném

procesu a dodává, že příliš specifický náhled na stáří spíše škodí, než pomáhá řešení problémům seniorského života.

1.2 Klasifikace stáří

Věkovou hranici pro počátek stáří nelze jednoznačně určit. Důležité je mít na paměti, že stáří není dáno počtem let, která uběhla od narození jedince, ale komplexním souhrnem prožitých let. V tomto souboru se mísí opotřebovanost organismu, biologický věk a soubor uplynulých změn během života po psychické a fyzické stránce člověka. Tyto všechny znaky tvoří důležitý proces, který se postupem času projevuje na člověku jako počátek posledního stádia jeho života – stáří (Vacínová, Trpišovská, Farková, 2010). Stuart-Hamilton (1999) doplňuje, že periodizací stáří je několik. Nejčastějším měřidlem stárnutí je věk chronologický, který udává kolik je člověku let – jak je starý. Tento typ věku přesto nedokáže s přesností určit, ve kterém roku člověk konkrétně stárne, a nelze to s přesností říci ani o žádném konkrétním okamžiku v životě člověka. Proces stárnutí započne ve chvíli, kdy se prolíná několik aspektů věku – chronologický věk, sociální věk (společenské chování, které je od společnosti vyžadováno vzhledem k biologickému věku člověka) a mezní věk. Mezní věk je nejčastějším označením většiny odborníků pro začátek procesu stárnutí a je stanoven hodnotou **60 až 65 let** věku jedince.

Vágnerová (2007) vymezuje klasifikaci stáří následně:

období raného stáří; 60 – 75 let,

období pravého stáří; 75 let a výše.

Farková (2008) nabízí klasifikaci:

počáteční stárnutí; 60/65 – 75 let,

pokročilé stárnutí; 75 – 85/90 let,

vrcholné stáří; od 90 let výše.

1.3 Změny ve stáří

Přechod z období starší dospělosti do etapy stáří je vždy pozvolný a je doprovázen důležitými faktory z oblasti fyzických, psychických a sociálních změn.

1.3.1 Fyzické změny

Fyzické znaky stárnutí lze zařadit do dvou skupin. V první kategorii se nachází projevy související se stárnutím – větší náchylnost k chorobám a infekcím, stoupající riziko nádorových onemocnění, pomalé hojení vzniklých ran, úbytek kostních a kloubních vaziv, narušená funkce cév a další onemocnění. Biologických problémů souvisejících se stářím je celá řada a nikdy nelze přesně odhadnout, která nemoc či zdravotní problém se u seniora projeví. S první kategorií souvisí kategorie druhá, do které řadíme znaky, které proces stárnutí urychlují na základě jejich užívání. Prvopočátky či dispozice již byly zakořeněny například v dětství nebo v předchozím stylu života. Do této skupiny řadíme nadměrné požívání alkoholových a tabákových výrobků, nevhodnou životosprávu, ale i častou negativní psychickou zátěž (Langmeier a Krejčířová, 2006). Fyzické proměny stárnutí dále doplňuje Vágnerová (2007) o genetické dispozice. Genetické dispozice jsou jedním z faktorů, které v procesu stárnutí a stáří hrají významnou roli. Genetické informace ovlivňují nejen vzhled jedince, ale i průběh stárnutí a předpokládanou délku života. Seniori také mohou trpět polymorbiditou, tedy větším počtem chronických onemocnění, což je velmi náročné nejen pro fyzické zdraví, ale i pro psychickou stránku jedince.

Z viditelných změn lze uvést například klesající tělesnou hmotnost a s ní související nerovnoměrné uložení tuku v jednotlivých částech těla. Dále to jsou viditelné vrásky, které se vytvářejí ochabnutím pružnosti pokožky, úbytek vlasového porostu a jeho změna barvy na šedou až šedivou. Pokožka ztrácí pružnost, viditelně bledne a objevují se pigmentové skvrny (Vacínová, Trpišovská, Farková, 2010). Mezní hranice pro smrt je u každého jedince odlišná. U člověka je zatím za nejvyšší maximálně dosažitelný věk považováno 125 let (Langmeier a Krejčířová, 2006).

Viditelné fyzické znaky stárnutí jsou nejjednodušším faktorem, jak jedince zařadit do sektoru senior, veřejností často nazýván jako „starý“. Fyzicky viditelné aspekty stárnutí, které se promítají do vzhledu, jsou nejbolestivějším místem pro člověka a neodbytně mu naznačují, že se pomalu blíží ke konci své cesty. Většina populace má tendenci seniory od „mladých“ či „dospělých“ rozlišovat pouze okem.

1.3.2 Psychické změny

Výčtu psychických změn procesu stárnutí podléhá degradace a pozvolný úpadek smyslových orgánů (zrak, sluch, čich a chuť), psychomotorika (klesající rychlost schopnosti odpovědět na podněty) a celkový úpadek činnosti centrální nervové soustavy (v

důsledku ochabování činnosti mozkových cév se zhoršuje možnost zásoby buněk nervové soustavy) (Vacínová, Trpišovská, Farková, 2010). Jak doplňuje Křivohlavý (2003), výčet psychických změn v procesu stáří se rozrůstá o změny ve spánkovém režimu – stárnoucí lidé postrádají vyšší kvalitu spánku a pociťují problémy s usínáním a probouzením. Mühlpachr (2004) uvádí, že činnost seniorů je všeobecně zpožděna. Staří lidé jsou k činnostem málo motivováni, ale zároveň dbají na zvýšenou opatrnost. Jedním z generalizovaných jevů stáří je neschopnost dobře snášet změny.

Vágnerové (2007) uvádí změny v psychosociální oblasti. Do psychosociálně podmíněných změn patří všeobecně postupná degradace adaptačních a kompetenčních schopností (na základě prožitých stresů a traumat). Psychiku etapy stáří ovlivňuje i odsunutí určitých zvyků a návyků, které již není nutno vykonávat. Dále to jsou negativní postoje společnosti, které mohou vyvolávat nepříznivé dopady na psychiku seniora.

1.3.3 Kognitivní změny

Funkce paměti se mění. Postupně odchází schopnost pamatovat si události nové, zatímco funkce dlouhodobé paměti zůstává relativně dobře zachována a senior si události z minulosti pamatuje velmi dobře (Stuart-Hamilton, 1999). Senioři si zachovávají krystalickou inteligenci vlivem životních zkušeností a získané moudrosti. Naopak inteligence fluidní, která zajišťuje bystrost či dovednost v učení se novým věcem, upadá. Dle výzkumů byla tato všeobecně panující teze potvrzena, avšak nelze ji zcela bez výjimky generalizovat na všechny seniory a na etapu stáří (Stuart-Hamilton, 1999). Významný vliv na míru poklesu inteligence má také fyzický a psychický stav jedince. Intelektivní změny jsou ovlivněny povoláním, stupněm dosaženého vzdělání, zdravotním stavem či mírou stimulace současného prostředí (Vacínová, Trpišovská, Farková, 2010).

1.3.4 Kreativita

Tvořivost ve stáří dle výzkumů silně klesá, přesto se mohou objevovat výjimky. Mnoho seniorů si sporadicky právě v tomto věku rozšiřuje oblast kreativity pomocí nových činností (Langmeier a Krejčířová, 2006).

1.3.5 Emocionální změny

Intenzita citových vztahů k přátelům se se stoupajícím věkem výrazně nemění. Naopak k rodině se emoční intenzita zvyšuje. Tak jako v období dětství, tak i v období stáří jsou jedinci ohroženi citovou deprivací. Důležitá je role prarodičů a těšení se z přítomnosti

vnoučat. Prokazování se životní moudrostí a zkušenostmi působí na seniora pozitivně. I aktivnější sexuální život může pomoci k pozitivnějšímu emočnímu ladění seniora. Negativní emoce mohou vyvolávat špatné rodinné vztahy nebo smrt životního partnera (Langmeier a Krejčířová, 2006). Jak doplňuje Vágnerová (2007), v tomto období dochází ke zklidnění emočních projevů, ale může narůstat emoční podrážděnost. Mění se tak i hodnoty potřeb a systém jejich uspokojování.

1.3.6 Sociální změny

Jednou z nejdůležitějších sociálních změn je odchod do penze. Jedinec získává jiný sociální status a je zčásti vyřazen z aktivní společnosti. Může se objevit jev ubývajících sociálních kontaktů – v rámci odchodu ze zaměstnání nebo postupného umírání vrstevníků. Pro seniora se tak stává rodina, blízcí přátelé a organizace určené lidem třetího věku velmi významnými. Z psychosociální stránky problém v komunikaci může nastat v okamžiku, kdy senioři ulpívají na svých životních zásadách, názorech a pravidlech, které jediné považují za správné. S tím souvisí i morální uvažování, které se svou striktností a konzervativností liší od myšlení a jednání jedinců věkově mladších (Vágnerová, 2007).

Na změnu přechodu do penze je potřeba se postupně připravovat, aby tato sociální situace nebyla příliš náročná a nepřešla v silně negativní jev. Senioři tak mohou využít toho, že budou mít více času na své koníčky a záliby, které by měli obnovit nebo začít znovu pěstovat. Sociální aspekty stárnutí však nemusí nutně znamenat jenom vše negativní a špatné. Většina autorů a odborníků z oboru gerontologie spatřuje v období stáří mnoho pozitivního, například celkové zmoudření, nově získané role prarodičů i nové možnosti v pěstování zájmů či dalšího vzdělávání (Vacínová, Trpišovská, Farková, 2010).

1.3.7 Umírání a smrt

„Smrt je tedy něčím budoucím a přicházejícím, něčím, k čemu se stále a bez výjimky přibližujeme od samého početí – a nemůže tomu být jinak. Tímto přibližováním a vědomím konečnosti se ke smrti neustále vztahujeme.“ (Vymětal, 2003).

Období stáří je poslední fází před smrtí. Setkáváme se proto s koncepcí stárnutí jako ohlášení finále života. V období stáří se choroby vyskytují častěji, a proto je lze brát jako předzvěst smrti a etapu stáří jako konečnou (Křivohlavý, 2002). Jak píše Vymětal (2003), ve stáří člověk rekapituluje svůj život a zamýšlí se nad uplynulým časem. Pochopení smyslu vlastního života i smyslu života celkově, zúčtování s vlastní osobou a utišení se

napomáhá ke smíření se s přicházející smrtí. Člověku, který je smířený s koncem a považuje svůj život za smysluplný, se umírá snadněji.

Vývojová období se liší a přece jsou si velmi podobná. Na konci naší životní cesty se dostáváme paralelně na její začátek. Pociťujeme podobné emoční touhy, jako když jsme se narodili. Ať už jako novorozenci či senioři, nejdůležitější zůstává potřeba cítit, že jsme milováni. Tato silná a důležitá emoce nás provází celým životem. Pozitivní emoce, city a prostředí, to jsou základní stavební kameny našeho života.

1.4 Demografické údaje

Poválečné období v České republice zaznamenalo především populační nárůst přirozenou měnou (rozdílem zemřelých a živě narozených) a nízkou migrační hodnotu. Až v roce 1994 překonal počet zemřelých osob počet osob živě narozených. Tento jev byl zapříčiněn poklesem živě narozených v devadesátých letech. V letech 1994 - 2005 registrovala Česká republika přirozenou ztrátu obyvatelstva. Tato situace se obrátila v následujících dvou letech, kdy Česká republika zaznamenala přirozený přírůstek. Přírůstek způsobený migrací nehrál nikdy v demografických údajích pro naši zemi stěžejní roli, avšak v posledních letech začíná tento přírůstek nabývat na významu. Přirozený úbytek obyvatelstva by se neměl vyrovnat ani migračním přírůstkem, proto se předpokládá do roku 2050 významný pokles počet obyvatelstva. Snižování úmrtnosti seniorů a dlouhodobý pokles plodnosti vede k procesu demografického stárnutí. Demografické stárnutí znamená zvyšující se počet obyvatel ve věku 60 až 65 let a více. Procesem demografického stárnutí bude nejvíce zasažena populace ve věku 20 až 64 let a osoby ve věku 80 let a starší. Tyto dvě skupiny se stanou nejrychleji rostoucí skupinou obyvatelstva. Porodnost klesá a podíl seniorské populace narůstá (Rychtaříková a Kuchařová, 2008).

Věková skupina 0 - 14 let činila roku 1950 24,3 % obyvatel; roku 2000 tvořila 16,4 %, v roce 2006 to bylo 14,4 % obyvatel a prognóza roku 2050 hovoří o 12,4 % části populace.

Věková skupina 15 - 64 let tvořila v roce 1950 67,3 % obyvatel, v roce 2000 to bylo 69,8 %, v roce 2006 tvořila 71,2 % a prognóza roku 2050 hovoří o 56,3 %.

Skupina obyvatel ve věku 65 let a více činila v roce 1950 8,4 % obyvatel, roku 2000 tvořila 13,8 % populace, v roce 2006 to bylo 14,4 % obyvatel a prognóza roku 2050 nastiňuje číslo 31,3 % obyvatel.

Populace ve věku 80 let a více se roku 1950 rovnala 1 %, v roce 2000 to bylo 2,4 %, roku 2006 to bylo 3,3 % a prognóza roku 2050 hovoří o 9,6 % obyvatel. Z těchto hodnot je

patrné, že tyto trendy rychleji stárnoucího obyvatelstva budou podnětem ke změnám v oblasti sociální práce a zabezpečení, ale také zdravotní péče. Důležitý je a bude vzájemný respekt všech generací, jakožto důkaz vyspělé společnosti (Rychtaříková a Kuchařová, 2008).

2 AGEISMUS

2.1 Historický náhled

V minulosti bylo obtížné dožít se vysokého věku vzhledem k vysoké kojenecké úmrtnosti a smrti zapříčiněné infekčními nemocemi. Špatné hygienické podmínky, fyzicky náročná práce, nedostačující zdravotnická péče, bída a chudoba, nevyhovující sociální podmínky – to vše a další podobné aspekty zapříčiňovaly brzké skonání člověka. Ve 14. století byla Evropa ochromena pandemií moru. Ten, kdo se dožil vysokého věku, byl uctíván, oceňován a společensky zvýhodňován. Čím déle člověk žil, tím více si ho ostatní považovali pro jeho moudrost, zkušenosti a schopnost dlouho žít. Starší lidé se těšili úctě z toho důvodu, že jedině oni mohli předávat zkušenosti a paměti dalším generacím. Cenné historické informace nebyly tak nikde jinde zjistitelné. Po několik staletí tak bylo dožití se vysokého věku vzácné. V 19. století se pomalu rozvíjel trend přednosti mladým lidem a kult „krásného stáří“ se pomalu vytrácel. Nepochopitelný zlom nastal, když senioři přestali být vnímáni jako ušlechtilí a zkušení lidé, „kmeti“ – jakožto moudří staří lidé, kteří se těšili úctě a lásce. Tyto projevy a verze stáří se změnily na strach ze stárnutí, strach z fyzického a atraktivního úpadku, z nemocí a strádání. Kde přesně a proč nastal tento zlomový okamžik, nelze s přesností určit. Jednu z odpovědí nabízí trend posledních několika desetiletí, kdy jsou senioři odmítáni a mohou se setkávat s hostilitou v mnoha oblastech společenského života. Agresivní, nepřátelské chování vůči starým lidem je nazýváno jako ageismus, z anglického age = věk (Haškovcová, 2010).

Nevhodné zacházení se starými lidmi – týrání, diskriminace a zneužívání existovalo vždy, ale po většinu času bylo skryté. Tomuto problému se adekvátní pozornosti dostalo až v polovině devadesátých let, především v rámci rozvoje gerontologie na univerzitách (Tošnerová, 2002b).

Na otázku, proč k bojům mezi generacemi a k ageismu vůbec dochází, se snaží odpovědět Haškovcová (2010). Lidé stárnou stále stejně. Mění se ovšem doba, společnost a proto i náhled na to, jaké to je „být starý“. I senior sám mění pohled na stáří postupně během svého života. Náhled společnosti na každé vývojové období člověka mění a utváří především číslo zastoupení jednotlivých generací v populaci, funkce a postavení rodiny. Tito činitelé jsou podporováni nebo omezováni aktuálním ekonomickým statutem. Historický vývoj a současné vnímání období stáří se podílí na vytváření budoucnosti.

Stáří je mnohdy bráno jako období choroby, bezmocnosti a závislosti na ostatních lidech. Neustále je slyšet, kolik finančních a ostatních prostředků se musí vydat na péči o staré osoby. Automaticky tak vzniká pohled na stáří jako na období, které brzdí mladou populaci a zatěžuje ji. I právě proto odborníci z oboru gerontologie zkoumají a nabízejí nové předlohy pro aktivní, pozitivní a zdravý životní styl v poslední etapě života člověka (Tošnerová, 2002b).

2.2 Definice ageismu

Jak uvádí Vidovičová (2008), i když se termín **ageismus** poprvé objevil na konci šedesátých let 20. století v USA, ještě před několika lety nebylo mnoho poznatků a informací o tématu diskriminace věku a problematice ageismu. Dnes je to téma odkryté a je považováno za velmi aktuální. Dochází rovněž k realizaci nových empirických výzkumů, které odhalují nové souvislosti mezi teorií a skutečností. Tento relevantní problém si dnes žádá mnoho pozornosti ze strany odborníků a dostává se do podvědomí i laické veřejnosti, a to zejména z důvodu jeho častějšího a závažnějšího výskytu. „*Ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovaná skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité kohortě/generaci.*“ (Vivodičová, 2008, s. 113). Pokorná (2010) však doplňuje, že přesnou definici pojmu ageismus nelze stanovit, protože se jedná o pojetí sociální, politické a psychologické problematiky. Tošnerová (2002a) uvádí jméno Roberta Butlera, který jako první v roce 1969 v USA pojednával o ageismu. Ageismus může být interpretován jako opak kultu mládí, tedy jako společenské zaujetí vůči vyššímu věku člověka.

Ageismus může být prezentován také jako odpor ke starým lidem a ke všemu s nimi souvisejícímu. I někteří senioři mohou sami být pod působením ageismu, neboť přebírají stereotypy ageismu a identifikují se s nimi. Ve skutečnosti tak mohou senioři, kteří žijí relativně klidně a spokojeně, mít dojem, že žijí život, který je pro ně nevhodný. Ageismus je pojmenování pro jev, který se charakterizuje jako věková diskriminace starých lidí (Haškovcová, 2010). Pohlaví a rasa jsou biologicky podmíněny, avšak nepoddávají se vývojovým změnám, věk však ano. Tedy ten, kdo diskriminuje, se jednou může stát diskriminovaným, protože pravděpodobně přirozeně zestárne stejně jako všichni ostatní

(pokud předčasně nezemře). Ageismus – věková diskriminace se tedy týká nebo bude týkat každého jedince (Vidovičová, 2008).

Ageismus lze zařadit do kategorie sociálně patologických jevů. Sociálně patologické jevy se vyznačují jako nežádoucí a nevhodné jevy, které jsou pro společnost nebezpečné. Platí obecné pravidlo, že čím je riziko nebezpečí větší, tím stoupá účast na jeho řešení. Patologické jevy chování ovlivňují celou společnost a každého, kdo se v této společnosti nachází (Fischer a Škoda, 2009).

2.3 Zdroje ageismu

Na základě dostupných informací o problematice ageismu můžeme zdroje ageismu rozdělit do tří stěžejních skupin. Skupina A (sociální zdroje, věkové a strukturní nesoulady, věkový konflikt, historický koncept statusu stáří, jazyk – média - populární kultura), skupina B (stereotypy, mýty, image stáří v médiích), skupina C (strach ze smrti, mládí a atraktivita, ekonomika, systém zjišťování míry ageismu ve společnosti) a osobnostní přístup.

2.3.1 Skupina A

Vidovičová (2008) nabízí několik kategorií zdrojů ageismu. **Sociální zdroje – demografie.** Současná doba nabízí větší procento pravděpodobnosti přirozeného dožití a větší procento míry přežití. Starších osob v populaci přibývá a socio-demografický konflikt je tedy vytvořen. Vzniká socioekonomické napětí mezi mladou a starší populací. **Věkové a strukturní nesoulady** lze rozdělit na další 4 podkategorie. **Asynchronie individuálních věků** – někteří lidé se mohou chovat a cítit, jako by byli o několik let mladší. Takovéto chování může společnost podněcovat k diskriminačnímu chování. **Důležitost věku** – věk je ve své podstatě zdrojem ageismu. Pokud bychom ho nebyli schopni rozpoznat, neměl by ageismus svou současnou podobu. **Strukturální zpoždění** – společnost není přichystána reagovat na požadavky seniorů a tím je staví na okraj společnosti. **Nevhodné sociální struktury** – nevyhovující a nesprávné legislativní ukotvení, například v oblasti penze.

Věkový – generační konflikt. Tento konflikt vzniká na základě mezigeneračního nepochopení v oblasti postojů, názorů a materiální stránky. **Historická změna statusu stáří.** Z historického pohledu tvořila základ moci a síly seniorů legislativa dědictví a další pravidla upevňující jejich pozice ve společnosti. Na období stáří bylo nahlíženo jako na životní etapu moudrosti a životních zkušeností. Dnes je vyzdvihována především tělesná zdatnost, atraktivita, rychlost a znalost moderních technologií. Vidovičová (2008) se v

jednom ze svých výzkumů věnovala akceptaci vlastního stárnutí. Z tohoto výzkumu vyplynulo, že pozitivní přístup ke stáří v souvislosti s vlastním věkem klesá, ale existuje zde vztah s reálnou i předpokládanou materiální stránkou.

2.3.2 Skupina B

Stereotypy mají negativní i pozitivní vliv na naše chování. V případě stereotypu vůči seniorům, jako zdroje ageismu, mají negativní dopad. Člověka však ovlivňují i pozitivní stereotypy, v rámci nichž se nabízí pohled na starší generaci jako na generaci moudrou, která si zaslouží náš soucit. V rámci stereotypů může dojít k jejich identifikaci s vlastní osobou a senior tak sám vůči sobě zaujímá ageistický postoj. V rámci holandských výzkumů v roce 1998 vyšlo najevo, že mnoho seniorů zaujímá ageistické postoje k sobě samému a zveličuje své zdravotní, finanční i sociální problémy. Tyto přístupy seniorů ke svému životu ovlivňuje také jejich dosažené vzdělání, aktuální zdravotní a finanční stav (Tošnerová, 2002a).

Palmore (1999) předkládá devět nejznámějších a negativních stereotypů a k nim přiřazuje skutečná fakta. Autor doplňuje svou teorii o americké výzkumy. Z tohoto důvodu nelze uvádět některé procentuální výsledky výzkumů. Proto jsme do následujících řádků zahrnuly pouze stěžejní a nejdůležitější teorii.

Nemoc. Silný stereotyp založený na ohnisku, že lidé, kterým je 65 let a více, jsou pouze nemocní a nemohoucí. Tento stereotyp také operuje s představou, že mnoho seniorů tráví svůj čas pouze v posteli, protože jsou velmi nemocní. Stereotyp – nemoc – se velmi těžko zneškodňuje vzhledem k velkému rozšíření. Fakta – mnoho starších osob zvládá každodenní běžné činnosti naprosto bez problémů a jen málo osob je odkázáno na institucionální péči.

Impotence. Tento stereotyp operuje s představou, že sexualita v pozdním věku není normální a starší lidé ji neprovozují. Pokud ano, vymyká se provozování sexuality normálním zvyklostem. Stereotyp o impotenci vyvolává ve starších lidech stud a zabraňuje vdovám či vdovcům v uskutečnění nového sňatku. Fakta – sexualita je u starších osob běžná a je v jejich životě velmi důležitá. Mnoho starších jedinců udržuje sexuální život až do nejvyššího možného věku.

Ošklivost. Krása a fyzická atraktivita jsou spojovány především s kultem mládí a s mladým věkem. Proto panuje představa, že staří lidé jsou oškliví. Pro staré osoby je užíváno mnoho termínů jako *babizna*, *dědek*, *fosilie*, *scvrklí a vrásčiti lidé*. Fakta – stanovení ošklivosti u každé osoby je záležitost subjektivního pohledu a nelze objektivně

řící, kdo je a kdo není ošklivý. Každá kultura má kromě toho své specifické znaky a ošklivost je vnímána v každé kultuře jinak.

Duševní úpadek. Úpadek duševních schopností je u starých lidí běžnou záležitostí. Tento stereotyp se řídí heslem, že staré osoby již nelze nic naučit a jejich schopnosti poznávat, učit se, a pamatovat si postupně upadají. Senioři jsou také příliš staří a neschopní na to, aby se mohli učit práci s počítačem. Tyto aktivity jsou pro ně zbytečné. Fakta – mezi schopnostmi učit se, poznávat a pamatovat si není příliš velký rozdíl u generace mladých a starých osob. U starších osob je důležité vzít v úvahu jejich vzdělání, motivaci a choroby, kterými osoba trpí. V souvislosti mezi těmito veličinami není příliš velký rozdíl mezi duševními schopnostmi mladších a starších lidí.

Duševní onemocnění. Duševní choroby jsou ve stáří běžnou a nevyhnutelnou záležitostí. Často tomuto stereotypu podléhají nejen lidé samotní, ale i zdravotnický personál. Fakta – onemocnění duševní chorobou není nezbytná podmínka stáří.

Zbytečnost. Přesvědčení o zbytečnosti (nejvíce na trhu práce) starých lidí je hlavním důvodem jejich odchodu do penze a diskriminace v dalším pracovním uplatnění. Fakta – mnoho studií potvrdilo, že staří lidé mohou pracovat stejně efektivně, ne-li lépe než mladí pracovníci.

Izolace. Izolace je stereotyp operující s představou, že staří lidé jsou izolováni od okolního světa a jsou osamoceni. Fakta – většina starých osob není v sociální izolaci. Mnoho seniorů žije se svou rodinou. Většina seniorů udržuje kontakty nejen se svými rodinami, ale i s přáteli.

Chudoba. Stereotyp zakládající se na představě, že senioři jsou velmi chudí, nebo extrémně bohatí. Fakta – rozdíly mezi penzijním příjmem a dalšími příjmy, které tvoří konečný finanční příjem seniora, se mohou skutečně velmi lišit. Ovšem vzhledem k současnému politickému a ekonomickému stavu v naší zemi, nelze jednoduše představit jasné stanovisko. Můžeme doplnit, že finanční stránka seniorů v naší zemi je spíše kritická a v současné době velmi diskutovaná.

Deprese. Staří lidé v důsledku osamocení, chorob, chudoby, impotence a zbytečnosti upadají do depresí. Společnost od seniorů automaticky očekává, že budou smutní, nemocní a depresivní. Fakta – deprese skutečně převládá mezi staršími lidmi. Depresivní poruchy (vyjma úmrtí) se však vyskytují pouze o něco málo více u starších osob (65 let a více) než v mladší populaci. Tošnerová (2002a) doplňuje, že počet

spáchaných sebevražd mezi seniory patří v naší republice k největšímu počtu ze všech spáchaných sebevražd.

Mýty o stáří. Všeobecně rozšířené mýty o stáří můžeme považovat za jednu sekci zdrojů ageismu. Nepravdivé mýty napomáhají k nepřátelství mezi generacemi a k prohlubování ageismu. Vztah mezi mýty a předsudky je velmi úzký. Předsudek napomáhá v rozšiřování a přijímání mýtů jako běžných pravd. Haškovcová (2010) představuje devět falešných mýtů. **Mýtus falešných představ.** Senioři nejvíce usilují o materiální a ekonomické zabezpečení. Tento druh zabezpečení je pro ně nejdůležitějším faktorem spokojenosti. **Mýtus zjednodušené demografie.** Tento mýtus udává, že v den odchodu do penze se člověk stane seniorem. Z tohoto důvodu už čeká seniora pouze nepříjemný a tíživý život penzisty. Mýtus zjednodušené demografie zcela vylučuje jiné perspektivy a nové možnosti, které život v penzi nabízí. **Mýtus homogenity** představuje stáří a odchod do penze jako život, který bude již jen a pouze stejný, bez většího rozdílu v každém novém dni. **Mýtus neužitečného času** podporuje myšlenky, že užiteční jsou pouze lidé, kteří pracují a jsou ekonomicky činní. Senioři a penzisté do této kategorie nepatří. V penzi mají mnoho nevyužitého a volného času, který mladší lidé nemají. **Mýtus ignorace** představuje nahlížení na seniory jako na osoby, které nás nezajímají a ignorujeme je, protože nám nemohou přinést nic prospěšného, ani nemohou být naším soupeřem, kterého bychom se měli obávat. **Mýtus schematismu a automatismu.** Tento mýtus naznačuje, že senior žije svůj život jen na základě získaných životních schémat a automatických funkcí. **Mýtus o lékařích** spoléhá na schopnosti lékařů, kteří problémy seniorů vždy vyřeší. **Mýtus o arterioskleróze a mýtus o panu Alzheimerovi.** Tyto mýty jsou velmi rozšířené a považují tyto dvě nemoci za naprosto samozřejmé projevy stáří u všech seniorů. Představa figurky „senilního a komického“ seniora je často podporována i v beletrii, ve filmu či v televizních pořadech. **Mýtus o chudobě seniorů** má ukotvení v systému poměrně nízkých starobních důchodů. Také upřednostňuje současnou situaci, že mladí lidé budou muset pracovat déle a budou mít minimální penzi. Mýtus rovněž zahrnuje neustálé obavy ze stále se měnícího a hroutícího se systému důchodového zabezpečení. Tošnerová (2002a) rozšiřuje nabídku mýtů o mýty jako **stáří u žen a mužů nerozlišujeme, staří jedinci potřebují pozornost, staří lidé společnosti nemohou v ničem prospět, staří lidé jsou identičtí, staří jedinci nežijí v rozvojových zemích.** Palmore (1999) představuje další

mýty o stáří; **být starý = být nemocný, starého psa novým kouskům nenaučíš, ve stáří se neriskuje, úspěšné stárnutí záleží na genetických faktorech.**

Image stáří v médiích. Image stáří a seniorů, kterou média nabízejí, napomáhá k utváření vlastních úsudků a postojů. Není pravidlem, že všechny informace a mediální obrazy jsou negativní, jsou i pozitivní zprávy, avšak ty negativní převažují. V médiích se tak setkáváme například s názorem, že senioři zabírají pracovní místa mladým lidem. Neustále probíraná důchodová reforma je také zdrojem neklidu mezi generacemi. Dalšími faktory podílejícími se na negativní prezentaci stáří jsou statistická čísla nemocných seniorů, kteří obsazují nemocnice či vyčíslení nákladů na jejich zdravotní stav. O celoživotním pracovním údělu seniorů se však již skoro nemluví. Dokonce i některé reklamy v sobě neskrývají zdroj ageismu a ironii vůči starým lidem. Zápornému představování seniorů v médiích se věnuje řada odborníků, kteří upozorňují na fakt, že senioři jsou vykreslováni jako slabí, nesoběstační a zbyteční lidé, kteří jsou na obtíž všem ostatním (Haškovcová, 2010).

Vidovićová (2008) doplňuje, že způsob, jakým média prezentují stáří a stárnutí, nastoluje negativní půdu pro utváření názorů populace. Styl jazykových prostředků vyjadřující se ke stáří a podpora moderně-populární kultury, která období stáří víceméně degraduje, rovněž podporuje negativní obraz seniorů ve společnosti.

2.3.3 Skupina C

Strach ze smrti. Rozmach lékařství a medicíny způsobil omezení úmrtnosti během jednotlivých etap života. Smrt tak nejčastěji přichází v období stáří. Průměrná délka života se prodlužuje a tak se samozřejmost smrti stále odsouvá. **Mládí a atraktivita.** Dnešní společnost upřednostňuje mladistvost a krásu. Přesto záleží na tom, jak staří lidé vnímají sami sebe. **Ekonomika.** Stejně jako dětství, tak i stáří je společností vnímáno jako neproduktivní období. Přestoupením do penze se automaticky stává člověk pro společnost neproduktivním a je na něj tak i pohlíženo. **Systém zjišťování míry ageismu ve společnosti.** Chybné studie a empirické výzkumy zapříčiňují velké kolísání společenské křivky ageismu (Traxler, 1980, cit. podle Tošnerová, 2002a, s. 12).

2.3.4 Osobnostní přístup

Pokorná (2010) nabízí dělení zdrojů ageismu na základě osobnostního přístupu. **Benevolentní přístup** – pozitivní ageismus, který se vyznačuje laxním až flegmatickým a netečným postojem seniorů. **Hostilní přístup** – negativní ageismus projevující se sebestrosazujícím postojem seniora. Dále autorka uvádí dělení na základě postojů a předsudků; **individuální** – platící pro jedince a jeho úsudek, **mezosociální** – v rámci sociálních skupin, institucí a organizací, **makrosociální** – v rámci zákonodárství.

2.4 Projevy ageismu

Projevy ageismu mohou být různé. Níže se zaměřím na nejstěžejnější oblasti, ve kterých se ageismus projevuje.

Senioři se rovněž setkávají s gesty i slovy symbolizující opovržení a antipatii. Tyto scenerie se objevují obzvláště tam, kde je přítomnost seniorů od druhých osob nežádoucí. Takovými místy jsou dopravní prostředky, obchody, úřady. Přítomnost seniorů zde a v podobných situacích je pro ostatní osoby nepříjemná, obzvláště kvůli pocitům, že senioři zdržují a mají tendence k pomalejším reakcím (Haškovcová, 2010).

2.4.1 Rodina

Pravidlem je, že většina dospělých vnoučat se ke svým prarodičům chová v rodinném prostředí velmi hezky. Paradoxem je, že tato vnoučata zastávají ageistické postoje vůči ostatním seniorům, kteří nepatří do jejich rodiny. Vrcholem tohoto paradoxu potom zůstává, je-li prarodiči ubližováno, jsou jejich vnoučata rozhořčena, ale již si tyto lidé neuvědomují, že stejně tak oni mohou ubližovat milovaným prarodičům někoho jiného. Problémem může být i přístup dětí seniorů, kteří se mohou ke svým rodičům chovat ageisticky, například v rámci diskriminačních postojů v oblasti financí či psychické deprivace (Haškovcová, 2010).

2.4.2 Politika a ekonomická sféra

Mezigeneračnímu nerovnému boji nepomáhá ani politická sféra. Pokud se politici vyjadřují o problematice seniorů, tak hovoří o penzijní reformě a o nákladech pro seniory. Tyto obrazy potom mohou mít za následek to, že zbytek populace vnímá seniory jako zbytečnou ekonomickou zátěž (Haškovcová, 2010). Dnes je celkem časté, že zaměstnavatelé a firmy mají největší zájem o osoby mladé a tzv. dynamické, nejlépe ve

věku do třiceti let. Uchazeči o práci kolem 45 let a výše, mají problém práci najít. Výjimkou nejsou ani osoby, které jsou pár let před nástupem do penze propuštěny ze zaměstnání. Osoby nad 45 let věku, se středoškolským vzděláním nebo s vyučením v oboru, jsou skupinou, která má s pracovními příležitostmi velký problém. Mezi staršími a stárnoucími lidmi tak vzniká konflikt s mladší generací. Právě z tohoto důvodu vzniká celá řada programů s cílem zabránit společenského vyloučení vzhledem k věku (Haškovcová, 2010). K tomu názoru se přidává i Tošnerová (2002a), která zdůrazňuje, že mnoho dnešních nabídek práce podmiňuje text – mladý kolektiv, dynamická, flexibilní osobnost. Inzerát je tedy automaticky určen pro mladou generaci, nikoliv pro starší, protože staří lidé jsou vnímáni jako neperspektivní část lidstva.

2.4.3 Média

Tošnerová (2002a) uvádí, že ve většině televizních pořadů nenarazíme na účinkování osob staršího věku. Výzkumy v USA a Německu potvrdily, že starší osoby tak ztrácí u zbytku populace na uctivosti a důležitosti. Také je běžné, že i když je to mnohdy lékař, kdo radí, sám podléhá ageismu. Častokrát je v rámci reklamní kampaně na určitý výrobek vyfocen v časopise, na reklamním letáku a vedle něj se vyskytuje útočná emotivní fráze zdůrazňující, co seniora čeká, když bude, nebo naopak nebude preparát používat.

2.4.4 Institucionální zařízení a zdravotní péče

Podoby ageismu se liší. Jednou z ostré podoby ageismu je například znemožňování drahé a tedy i zbytečné léčby z důvodu vysokého věku. Další z podob ageismu ze stran lékařských pracovníků je zabraňování v rozhodování, zjednodušování problémů seniorů, zdětinšťování jejich osoby, nedůstojnost a neúcta či nerespektování základních a emocionálních potřeb. Osoby pracující v pečujících profesích by neměly zaujímat ageistický postoj. Měly by také dohlížet na to, aby senioři nebyli obětmi ageismu (Kalvach a Onderková, 2006). Haškovcová (2010) doplňuje, že některé podoby ageismu mohou přerůst až do formy násilí. Případů, kdy bylo na seniorech pácháno duševní či fyzické násilí je mnoho. Přesto ještě není této problematice věnováno mnoho pozornosti, protože násilí páchané na seniorech je velmi těžko prokazatelné. Senioři se často bojí říci pravdu v důsledku svého zahanbení, že jako důvěřivé osoby „naletěly“ podvodníkům, nebo se bojí prozradit okolnosti fyzického násilí v obavě dalšího útoku. Formy násilí páchaného na seniorech mohou být různé. Mezi tyto formy může patřit fyzické bití, pod jehož vlivem má senior vydat peníze nebo jiný majetek. Další formu představuje odebírání, vyhazování či

znehodnocování osobních věcí, ke kterým má senior citový vztah. V násilí institucionálního charakteru se může seniorům odebrat možnost svobodného rozhodování, narušování jejich soukromí, omezování volnosti pohybu. Ovšem i senior sám může zaujímat vyhrocený ageistický postoj vůči sobě. Dochází tak k případům, kdy senior zanedbává svou fyzickou stránku, žije v nedůstojných podmínkách, aniž by mu to samotnému vadilo, nebo se snažil o změnu. Určitou formou ageismu je i násilnický či agresivní senior, který může ubližovat nejen sobě, ale i ostatním. Tošnerová (2002b) shrnuje formy násilí na seniorech do několika základních skupin. Tyto skupiny představují tělesné týrání (např. zlomeniny, otoky, popáleniny, kousání, sexuální týrání), finanční týrání (např. odebrání majetku nebo financí), zanedbávání druhou osobou (osoba pečující o seniora neplní své povinnosti), zanedbávání sebe sama (senior nedbá a nezajímá se o svou fyzickou a psychickou stránku), citové týrání (slovní i fyzické útoky na emoce seniora).

Tošnerová (2002b) uvádí zařízení zabývající se problematikou násilí páchaného na seniorech:

- sociální odbor
- obecní, městský, obvodní úřad
- linka důvěry pro dospělé
- Sdružení Život 90
- Alzheimerovská společnost
- Svaz důchodců ČR
- Bílý kruh bezpečí
- občanské poradny
- Psychoterapeutická a sociálně-právní poradna pro oběti násilí, trestných činů, týrání a zneužívání (ELPIS)

2.5 Kroky vedoucí ke zmírnění ageismu

Současná doba je dobou rozvinutého průmyslového a ekonomického rozvoje. Panuje představa, že v této době z větší části uspějí jen mladí lidé, a proto jsou senioři a starší lidé postupně vyčleňováni nejen z výrobních procesů společnosti. Takto vyčleněná osoba ztrácí sociální prestiž. Negativní předsudky existují napříč různými společenskými systémy. Rovněž psychosomatické změny u stárnoucích lidí jsou u mladé generace přijímány s nevolí. Senioři jsou často zklamáni přístupem mladé generace a prožívají to jako

nespravedlnost a nevděčnost. Senioři by některým těmto situacím mohli předcházet v rámci dostatečné přípravy na období stáří, která by však musela začít několik let před vstupem do penze (Kuric, 2000).

Není nezbytně nutné ubytovávat seniory v pobytových zařízeních, kde by měli žít do konce života. Většina seniorů je nejraději u sebe doma. K této potřebě by měl sloužit kvalitní systém ambulantních a terénních služeb pro případ akutních potřeb seniora. Na společnost, jakožto hlavního viníka ageismu, však nelze všechno shazovat, protože celá společnost se skládá z jednotlivců. Ke snížení negativního postoje k seniorům nestačí pouze vytvářet nové zákony, normy a opatření, ale především to vyžaduje změnu celé společnosti, její morálky a pohledu na seniory. Tato změna začíná u každého jednotlivce samotného (Malíková, 2011). S tím souhlasí i Tošnerová (2002a), která dodává, že začátek vymýcení ageismu spočívá v rozeznání vlastních nevhodných postojů. Tento proces je však ztížen o to více, že mnoho z nás si není ageistického postoje a užívání stereotypů vědoma. Dalším krokem by měla být prevence proti ageismu, která by začínala již na školách, jejíž absolventi se budou pohybovat v oblasti medicíny, sociálních věd, architektury nebo žurnalistiky. Na prevenci ageismu by měla být upřena pozornost již na základních školách, kdy si děti osvojují základní návyky a postoje. Jiný druh opatření se týká intenzivnějšího kontaktu mladé a starší populace v rámci protiageisticky zaměřených programů. Komunikace patří mezi nejúčinnější prostředky boje, proto osobnější a častější kontakty mezi seniory a dalšími generacemi může pomoci snížit míru ageismu. Jedním z mnoha dalších kroků vedoucích ke snižování ageismu je rovněž aktivizace a podněcování seniorů, a to v rámci různých specificky zaměřených činností.

Šiklová (2005) nabízí myšlenku nového vědního oboru – agemainstreaming, který by se zabýval dopady různých opatření na všechny věkové skupiny. Rovněž by reflektoval vznik a dopady stereotypů a diskriminace na všechny generace v celé populaci. V rámci boje proti ageismu musí změna nastat především v ohnisku problematiky – tedy u starších lidí samotných. Dokud senioři nezačnou vnímat sebe sama jinak než stereotypně a jak jim to společnost přisuzuje, nenastane žádný pozitivní obrat. Vynucená pozornost a úcta ke starým lidem schválená vládou nemůže pomoci v boji proti ageismu. Jakmile senioři převezmou zodpovědnost za své stáří a najdou svůj ideální životní styl, je změna tohoto problému reálná.

3 MODERNÍ PŘÍSTUPY KE STÁŘÍ

3.1 Historický náhled

Není to příliš mnoho let zpátky, kdy seniorský život a život v penzi pozbýval alespoň tu samou dávku intenzivních prožitků a zážitků, co život člověka pracujícího. Stejně jako se velmi rychle mění doba na dobu hi-tech, vše se zrychluje, zkvalitňuje a zlepšuje, nemusí být ani život seniora nebo člověka v penzi obdobím prázdnoty. V současné době existuje mnoho nových nebo se rozvíjejících směrů, programů a možností pro seniory, které jim mohou zpestřovat každý den a mohou být jejich druhou životní érou.

Jak píše Haškovcová (2010), existovaly doby, kdy byl přestup do penze velmi těžký. Po několikátýdenním odpočínutí se dostavily pocity prázdnoty, které nenaplňovaly očekávané dny vysněné trvalé dovolené. V socialistické éře bylo klasikou, že své zájmy pěstovali především muži. U žen se předpokládalo, že se naprosto pochopitelně přehoupnou do role babiček a chův, aby se jejich dcery mohly opět začlenit do pracovního procesu. U bezdětných seniorů a u těch, kteří neměli vnoučata, se rovněž pěstovalo chataření, chalupaření a zahrádkaření. Většina penzistů tak pociťovala jakousi prázdnotu, která byla občas vystřídána akcí, kterou pro zasloužilé pracovníky pořádal bývalý zaměstnavatel. Senioři se z velké části na takové akce těšili. Znamenalo to pro ně vytržení ze všedních jednotvárných dnů, zavzpomínání na pracovní dny a opětovné setkání s bývalými kolegy. Po příchodu z těchto akcí se většinou senior navracel do šedivých jednotvárných dnů. Setkání byla pořádána pouze několikrát do roka. K jedné z prvních příjemných změn došlo roku 1990, kdy vznikl Svaz důchodců. Roku 1996 vznikla politická strana Důchodci za životní jistoty, která se později překlenula na Stranu za životní jistoty.

3.2 Nové pohledy na stáří

Jak již bylo řečeno, odchodem do penze život člověka nekončí. V současnosti se rozvíjí mnoho moderních přístupů a programů pro aktivní život seniorů. Již za dob socialismu se mluvilo tzv. náhradním programem, jehož hlavním bodem byla realizace hobby seniorů. Dnešní doba nabízí velké množství nabídek, které lze realizovat v období stáří a v průběhu penze. Základem naplnění seniorského období je realizace jejich skutečných potřeb, tužeb a ne jen toho, co by tím mohlo být. Aby docházelo k integraci generačně propojené činnosti a opravdovému významu, musí být aktivity, programy a realizace nových zájmů respektovány většinovou společností (Haškovcová, 2010). V poslední době se setkáváme

s termínem **aktivní stárnutí**. Pojem aktivní stárnutí použila jako první Světová zdravotnická organizace na konci 90. let 20. století. Tento pojem zahrnuje nové možnosti ve zdraví, zvyšování ochrany a kvality života v procesu stárnutí. Aktivní stárnutí nabízí rozvoj fyzických, psychických a sociálních kapacit člověka. Hlavním cílem aktivního stárnutí je prodloužení kvalitního a zdravého stárnutí a také podílení se na trhu práce (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011).

Průměrná délka života se prodlužuje a zároveň s tím se zvyšuje i vitalita člověka. Lidé například ve věku sedmdesáti let se v současné době fyzicky cítí a vypadají tak jako lidé minulé generace o deset let mladší (Gruss, 2009). Štílec (2004) doplňuje, že dnes nelze posuzovat stáří a stav člověka pouze na základě věku. Soulad psychické a fyzické stránky napomáhá k celkově dobrému stavu člověka. Současné moderní trendy a přístupy nabádají jedince ke kvalitnímu a naplňujícím životu, který může prožívat každý, bez ohledu na výši věku.

Jak píše Gruss (2009), otázky, jak zlepšit pohled na stáří ve společnosti, se objevují neustále. Odpovědi na tyto otázky nejsou snadné a skládají se z několika hledisek fyzických, psychických a společenských. Změna ve společnosti, aby byla co nejvíce pozitivní, se musí odehrát víceméně ve všech sférách – rodina, zaměstnání, politika, školství, dopravní infrastruktura, architektura a v mnoha dalších. V jednotlivých sférách je důležité se zaměřit na jednotlivce a u něj vytvořit podvědomí, že pozitivní a dobré stárnutí začíná již v období dětství a dospívání.

Proces stárnutí určují tři veličiny – **degenerace** (úpadek celkového stavu), **udržování** (stagnace) a **růst a vývoj** (zlepšování stavu). Tyto tři veličiny lze považovat odpovědné za to, jakým stylem se bude stárnutí vyvíjet. Míra opotřebení organismu a kompenzace tohoto opotřebovávání vytváří vztah, který určuje sílu procesu stárnutí. Čím více je organismus degenerován, tím více se zvyšuje riziko náchylnosti k různým chorobám a úmrtnosti. Naopak, čím více se člověk o své tělo i duši stará, tím se schopnost přežití a dlouhověkosti zvyšuje (Gruss, 2009). Haškovcová (2010) doplňuje a shrnuje, že senior by se měl starat o svou psychickou a fyzickou schránku a cvičit ji. Rovněž je důležité se těšit z každého pozitivního okamžiku, který seniorovi přináší příjemné emoce. Důležité je realizovat své potřeby a pěstovat koníčky.

Jak již bylo výše zmíněno, po několik desetiletí byl přístup společnosti k seniorům značně odlišný od toho dnešního. V současné době sice společnost nesporně podléhá ageismu, ale zároveň vznikají a objevují se:

- nové instituce pro vzdělávání seniorů a osob staršího věku (např. univerzity třetí věku),
- nová volnočasová centra, kluby pro seniory,
- poradenská a informační centra pro seniory,
- tištěná média (časopisy, příručky, publikace apod.), televizní a rozhlasové pořady,
- nové vědní obory věnující se problematice ageismu a období stáří a stárnutí.

3.3 Příprava na stáří

Existuje mnoho dokumentů a programů (např. Cesta ke stáří, realizována od konce 70. let minulého století), které se zaměřují na nepodceňování přípravy doby na období stáří. Přípravu na stáří lze rozdělit na krátkodobou, střednědobou a dlouhodobou. **Dlouhodobá příprava** probíhá celý život. Začíná již v dětství (vytváření vztahů vnouče – prarodič) a pokračuje skrze dospívání (výchova k seniorské úctě) až do dospělosti. Například v programu „Každý má svého dědečka/babičku“ si děti na jeden školní rok zvolily seniora, který nebyl jejich pokrevním příbuzným, a snažily se mu pomáhat. Velmi důležité je, aby se děti již v útlém věku učily, jak se mají chovat k seniorům a snažily se v rámci svého věku porozumět specifikám období stáří. **Střednědobá příprava** začíná asi deset let před odchodem do penze. V této fázi je nejdůležitější, aby si člověk stanovil reálné cíle do budoucna, uvědomil si a představil si, co bude chtít dělat, až odejde do penze a jaké jsou jeho další možnosti. Společnost by měla napomáhat realizaci cílů seniora. Jejich skutečná realizace a aktivní trávení posledního období života je ale na každém jednotlivci. Ideální je v tomto období přípravy obnovení starých přátelství, rodinných vazeb a převzetí základního zdravého stylu života. Styl života a osvojení si zdravých návyků má významný podíl na celkové psychické a fyzické stránce člověka. Výrazně se potom objevuje v období stáří, kdy může člověku škodit, či naopak mu prospět a prodloužit jeho život. **Krátkodobá příprava** začíná tři až pět let před odchodem do penze. Pro mnoho seniorů je vhodné vyměnit svůj dům a byt za menší, lépe vyhovující. Další okolnosti ke zvážení jsou změna bydliště a jeho vhodná lokace – co je a není v blízkosti (lékař, obchod, autobusová zastávka apod.). Důležité je i vybavení domácnosti. V uplynulých letech byly populární určité nábytkové trendy (obývací stěny, nízké a skleněné skřínky, apod.). Vhodné uspořádání nábytku a bytových prostor výrazně usnadňuje život v seniorských letech. Další obměny je třeba zvážit v oblasti zdravotních doplňků do koupelen, zdravotních matrací, ale

i v oblasti nových elektronických spotřebičů. Změny jsou potřebné i ve finanční oblasti (úspory či penzijní a jiná při/pojištění) (Haškovcová, 2010).

3.4 Výživa a stravování

Stravovací návyky mají vliv na kvalitu a délku života. Respektování a správné dodržování zásad stravování a zdravé výživy napomáhá člověku k většímu množství energie, pozitivnímu myšlení, udržování zdravé fyzické stránky a rozvíjí jeho celkový potenciál. Nejinak je tomu i v období stáří, kdy mají tyto hodnoty velký význam. Následky celoživotního nevhodného stravování se objevují ve starším věku, kdy lidský organismus již není tak silný. Proto i v období stáří by měli senioři dodržovat zásady správné výživy, jako je dostatečný pitný režim, pravidelný přísun potravy, vyváženost nutričních hodnot se zaměřením na chybějící a důležitou složku potravy, dostatečný přísun vitamínů (Štilec, 2004).

3.5 Fyzický vzhled

V počátcích svého oboru byla plastická chirurgie využívána zejména k napravení z důvodů čistě zdravotních – například popálenin. V současné době se k tomuto důvodu přidává estetická stránka. Moderním trendem se stalo podstupování plastických a estetických úprav, které podporující mladistvý vzhled. Lidé se pro plastickou operaci rozhodují kvůli změně fyzického vzhledu. Ženy, ale i muži, kteří se estetickým operacím podrobují, chtějí zejména zmírnit viditelné příznaky stárnutí. Viditelná změna fyzického vzhledu napomáhá také změně v psychické stránce člověka – k lepšímu sebevědomí a sebejistotě. Dnešní společnost pohlíží na podstupování chirurgického estetického zákroku jako na již zcela běžný jev (Jordi Vigué, 2006). Jak doplňuje Walsh (2005), péče o tělo a hygiena jsou důležitými faktory nejen pro zdraví, ale i pro dobrý pocit, spokojenost a vyrovnané sebevědomí. Být starým neznamená o sebe nepečovat.

3.6 Sexualita

Tabu v této oblasti bylo zřejmé v předchozích desetiletích, dnes tomu tak není. Medicínské odvětví se neustále rychle rozvíjí. Nastane-li nějaký problém z lékařského hlediska, současná medicína je z větší části schopna problém vyřešit. Sexuální život u seniorů není ničím nemožným nebo zakázaným. Sexualita je běžnou součástí života každého jedince a může přispívat k radostnému a kvalitnějšímu prožívání seniorských let (Jordi Vigué,

2006). Venglářová (2007) koresponduje s výše uvedeným názorem, když uvádí, že teprve až v předešlých letech se zvýšila pozornost pro otázky sexuálního života seniorů. Tabu sexuality seniorů posledních desetiletí mizí. Pokud vznikne nějaký problém nebo je potřeba zodpovědět tematické otázky, jsou k dispozici seniorům jak lékaři, tak i například personál pečujícího centra, ve kterém senior pobývá.

3.7 Ošacení

Haškovcová (2010) uvádí zajímavý náhled na současnou situaci. Autorka srovnává, že zatímco ještě před několika desetiletími se seniorky objevovaly běžně v módních časopisech, dnes tomu tak není. Co se týče oblečení, v současnosti není dostatek vhodného a slušivého oblečení pro seniory, ať už pro muže či ženy. V tomto tvrzení s autorkou nesouhlasím, neboť dnešní trh s oblečením oplývá nepřehledným množstvím ošacení. Slušivé oblečení je si možno zakoupit v jakékoliv cenové relaci pro jakoukoliv věkovou skupinu. Vždy záleží pouze na osobě, jak moc se věnuje výběru oblečení a kolik je ochotna vynaložit finančních prostředků za ošacení. Tištěná periodika s módou pro seniory jsou naprosto běžná v zahraničních zemích, v České republice nejsou tak rozšířená. To potvrzuje i Tošnerová (2002a), která udává, že tištěná periodika upřednostňují na fotografiích mladé osoby, které zaujmou více než obličej starších jedinců. Ale stejně jako se neustále rozvíjí společnost a nové technologie, tak se postupně bude rozvíjet i tento směr. Za několik let bude běžné to, co dnes je spíše výjimečné.

3.8 Bydlení

Bydlení a lokace domácnosti každého člověka ovlivňuje jeho kvalitu života (Holmerová, Jurašková, Zikmundová a kol., 2007). V současné době se stále staví nové domovy pro seniory. Přesto však staří lidé neradi opouštějí své domovy kvůli ztrátě sociálních vazeb. Senioři musí opustit svůj vlastní byt, dům a vše, co znají a na co byli zvyklí. Pokud je senior ze svého domácího prostředí, kde strávil velkou část svého života, vytržen, jeho psychická i fyzická aktivita může tímto činem degradovat. Nejvhodnější způsob bydlení pro seniory spatřujeme v malometrážních bytech. Tyto byty by měly být situovány v přízemí, nebo v nejnižších patrech. Pro seniory, nebo pro handicapované seniory by takové umístění bylo méně fyzické náročné. Byty by mohly být seskupovány do větších jednotek, vytvořilo by se tak pospolitě sousedství. Zasazení bytu do vhodného prostředí, kde je ve vhodné vzdálenosti lékař, autobusová zastávka, obchodní centrum, nebo možnost

kulturních aktivit, by mělo být samozřejmostí. Konference, zaměřující se na bydlení pro seniory, byly pořádány například v roce 2008 a 2009 (Senior Living). Účelné rady a návrhy na úpravu nevhodných starých bytů poskytují i různá periodika. Existuje mnoho návrhů, tipů a specializovaných institucí či firem, které se zabývají vhodnou úpravou seniorských bytů, vhodným vybavením či doplňujícími pomůckami, které mají usnadnit mobilitu seniorů nebo jim ulehčit každodenní aktivity (Haškovcová, 2010). Tošnerová (2002a) zdůrazňuje, že senioři by se neměli stěhovat a posílat do domovů pro seniory a podobných zařízení, ale měli by především zůstat doma. Všechny důležité služby pro seniory by je měly následovat do jejich příbytku tak, jak je to v západních zemích zcela běžné. Problémem však mohou být nedostačující finance či zdlouhavé až nedokončené realizace státních projektů.

3.9 Vzdělávání

K nejčastějším a nejběžnějším formám vzdělávání pro starší osoby a seniory dnes patří univerzity třetího věku, akademie třetího věku a další specifické vzdělávací kurzy a programy. K časté formě dalšího vzdělávání, vedle různých podob akademického studia, patří i programy zaměřující se na práci s počítačem. Tyto kurzy počítačové gramotnosti dnes vyhledává mnoho seniorů, kteří jsou si vědomi toho, že jejich počítačová znalost je nedostačující a brání jim v aktivnějším stylu života a dalším všeobecném rozhledu (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011).

Člověkem, který se zasloužil o vznik **univerzit třetího věku**, byl francouzský profesor P. Vellas, který se stal i prezidentem Asociace univerzit třetího věku. Na této univerzitě studovali všichni ti, kteří chtěli studovat oblíbený obor, ale neměli na něj čas, nebo ti, kteří studovat chtěli, ale z určitých příčin nemohli. Na tuto univerzitu třetího věku v Toulouse posléze navázaly další univerzity v Belgii, Španělsku, Polsku. V USA začaly tyto univerzity vznikat až později. Během prvotních výzkumů bylo dokázáno, že aktivně studující senioři mají menší potřebu vyhledávat lékaře, jsou aktivnější psychicky i fyzicky a výskyt jejich problémů se snižuje. Univerzity třetího věku zaregistrovaly během prvních desetiletí svého trvání velké úspěchy. Rok 1993 byl nazván Rokem univerzit třetího věku v Evropě. V současné době univerzity svou programovou nabídku stále rozšiřují (Haškovcová, 2010).

První univerzita třetího věku České republiky vznikla v Olomouci v roce 1986, pod záštitou Českého červeného kříže. První univerzita třetího věku pod vedením samotné

univerzity vznikla v roce 1987, pod vedením Univerzity Karlovy v Praze – lékařské fakulty. Byl zde veden cyklus přednášek zaměřených na biologii člověka a zčásti na historii Univerzity Karlovy. Senioři se aktivně účastnili testů, konzultací a vypracovávali seminární práce. Původně jednoroční výuka se rozšířila na dva roky studia. Věkové rozmezí studujících bylo nejčastěji mezi 61 - 70 lety. Posluchači – senioři získali nejen nové informace a vzdělání v oboru, ale vytvářeli sociální skupiny, navazovali nová přátelství a vztahy. Po stránce informační získali senioři nové zkušenosti a pocítili i další pozitivní změny (Haškovcová, 2010). Jak píše Haškovcová (2010), díky zpětné vazbě od svého tehdy studujícího otce, připomíná, jak se senioři chovali během svého navštěvování univerzity. Senioři kupovali vždy všechny potřebné knihy, navštěvovali kavárny a konzultovali kvalitu výuky, osobnost a vzhled vyučujících pedagogů. Právě takové chvíle a možnosti pomáhají seniorům nacházet a prožívat pozitivní pocity radosti, štěstí a plnohodnotnosti.

Negativum univerzit třetího věku může být spatřeno v lokaci, tedy že existují pouze v rezidenci původní univerzity. Z tohoto důvodu může být pro spoustu zájemců tato forma vzdělávání nedostupná. Výjimku tvoří virtuální vzdělávání pomocí internetu. Nabídka univerzit třetího věku a dalšího vzdělávání pro seniory se začala rozvíjet po roce 1989. Aktivity univerzit třetího věku zaštituje Asociace U3V, s datem vzniku v roce 1989 (Haškovcová, 2010).

Dalším místem pro vzdělávání seniorů je Centrum zdravého stárnutí, které slouží jak pro studující seniory, tak i pro ty seniory, kteří se ještě nerozhodli, jaký obor budou studovat. Centrum zdravého stárnutí nabízí i další programy, například trénování paměti nebo výměnné zahraniční pobyty. V rámci těchto výměnných pobytů mají senioři možnost navštívit mimo jiné i Austrálii nebo USA. Tento styl cestování je pro seniory dostupný a příjemný také především z finančního hlediska (Haškovcová, 2010).

Akademie třetí věku začaly vznikat ještě před univerzitami třetího věku. Tyto akademie mohly vzniknout pod záštitou jakékoliv organizace, která se zabývala vzděláváním dospělých. Akademie třetího věku představují studujícím sety přednášek. Seniorům spíše zpestřují jejich volný čas. Univerzity třetího věku vyžadují aktivní, osobní zapojení do studia. Společným rysem těchto iniciativ je zaměření na spokojenost zúčastněných seniorů, společenská angažovanost, osobní zisk, prožitek a sdílení pozitivních chvil (Haškovcová, 2010).

Během posledních dvaceti let se vytváří další způsoby vzdělávání seniorů. Proto každý senior, který nemohl z určitých důvodů absolvovat vysokoškolské vzdělání, má možnost se nyní realizovat. Přesto není stěžejním cílem tohoto vzdělávání získat vysokoškolský titul. Důležitá je možnost se vzdělávat, aniž by byl kdokoliv znevýhodňován vzhledem ke svému věku (Haškovcová, 2010).

3.10 Volnočasové aktivity

Cesta ke správnému a zdravému stylu života vede skrze obrácení se k vlastní osobnosti, změnu špatných návyků a aktivnější přístup (Štílec, 2004). Kalvach (1995) doplňuje, že nedostatečná fyzická kondice a podceňování cvičení vede k rozvoji vážných fyzických onemocnění, především kardiovaskulárního systému.

Někteří senioři mohou ještě pracovat na plný nebo částečný úvazek, někteří studují na univerzitách třetího věku, další se věnují svým zájmům. Zájmových aktivit pro seniory je mnoho. Mezi klasické aktivity patří chataření, sběratelství a domácí práce. Mezi ty novější a aktuálnější patří turistika, sport, hudba, tanec. Sportování a turistika se v posledních letech mezi seniory těší velké oblibě. Aktivním a zábavným využitím volného času v penzi může být i tzv. doučování, kdy senior znalý svého oboru pomáhá mladším kolegům, přátelům či dětem. Již zmiňovaný tanec je rovněž populární. Pořádá se mnoho tanečních akcí, na kterých aktivně vystupují senioři. Pohybové a taneční kurzy a akce přispívají k lepší fyzické kondici, slouží i jako rehabilitace a léčebné cvičení. Další možností jak využít volný čas, by mohla být speciálně pro seniory stavěná hřiště. Těchto hřišť zatím existuje pouze několik. Oblíbené jsou i různé sportovní soutěže v rozmanitých disciplínách, soustředěné a koncipované speciálně pro seniory (Haškovcová, 2010).

Se změnami současného životního stylu, které přináší společnost, souvisí i omezení pohybové aktivity. Tento problém se netýká pouze určitých věkových kategorií, ale všech. Následkem omezování pohybu může být zhoršení zdravotního stavu jak po fyzické, tak i po psychické stránce člověka. Každodenní pohybové aktivity nemusí nutně znamenat velmi finančně náročné akce. Tyto aktivity mohou výrazně přispět pozitivnímu přístupu k životu, proto by měly být součástí běžného života každého člověka, seniorů nevyjímaje (Štílec, 2004).

Štílec (2004) nabízí základní zásady pro pohybové činnosti. Řadí se zde počet pohybových činností, obtížnost námahy, zvolení specifické činnosti, časový plán činnosti, vytvoření kladně zaměřených emocí.

Mezi nejvhodnější cvičební aktivity pro seniory patří například cyklistika, turistika, běžkování, plavání, tanec, rehabilitační cvičení, jóga a tai-chi (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011). Štílec (2004) nastiňuje další vhodné metody a body, které by měly být zahrnuty v psychických či fyzických (volnočasových) aktivitách pro seniory. Patří zde uvolnění a relaxace, náležitý odpočinek, pozitivní emoční prožívání, specificky zaměřené pohybové aktivity. Zaměření činnosti na společenskou (vznik nových sociálních vazeb, umocnění pocitu sounáležitosti) a stimulační stránku osobnosti by mělo být samozřejmostí. Stejně tak i Křivohlavý (2011) doplňuje, že pohybovat se je důležité fyzicky i psychicky. Tošnerová (2002a) doplňuje, že velmi oblíbené je i chataření, které jako činnost v sobě zahrnuje několik pozitivních aktivizačních prvků (zahradničení, setkávání se s přáteli, relaxace, kutilství) najednou. Pobyty na chatách a chalupách patří k nejoblíbenějším činnostem.

3.11 Dobrovolnictví

Dobrovolnictví je činnost, která je vykonávána na základě vlastního rozhodnutí, z vlastní vůle, bez nároku na honorář. Senioři, vzhledem k většímu množství volného času, mohou vykonávat funkci dobrovolníků. Senioři – dobrovolníci jsou vítanou pomocnou silou v mnoha oblastech vyžadujících dobrovolnictví (Křivohlavý, 2011).

Dobrovolnictví přetrvávalo vždy a v různých formách. Dnes je podporováno vzhledem k tomu, že doplňuje zdravotnickou a sociální péči. Podoby dobrovolnictví jsou uskutečňovány hlavně v občanských sdruženích, neziskových organizacích, nadacích. Za dob socialismu byla forma pomoci realizována státem a možnost dobrovolnictví byla rovněž kontrolována státem. Jmenovitě patřila k tehdejším formám dobrovolnictví například *Národní fronta*, *Svaz invalidů*, *družstva invalidů*. V současné době existuje mnoho organizací a institucí věnující dobrovolnictví. Jsou to dobrovolníci, kteří pomáhají seniorům, ale také senioři, kteří pomáhají osobám stejně starým a starším. Dobrovolníci docházejí do jejich domovů nebo do zdravotnických a sociálních zařízení. Seniorská pomoc ostatním osobám může být činností, jak se cítit stále aktivně, potřebně. V neposlední řadě napomáhají tyto činnosti k pocitu seberealizace. Mezi nejznámější a aktivní instituce zabývající se mimo jiné dobrovolnictvím patří *Národní dobrovolnické centrum Hestia*, *Český červený kříž*, *Charita*, *Diakonie Českobratrské církve evangelické*, *Nadace Václava a Livie Klausových*, *Veselý senior*. Hlavním cílem projektu *Staří lidé sami sobě* je, aby se senioři aktivně zapojovali do organizované nebo individuální podoby

dobrovolnictví. Dalším cílem tohoto programu je snaha o co největší zapojení dalších osob. Tomuto námětu byla zasvěcena i konference, která se konala pod záštitou Klubu *UNESCO Kroměříž* a *Národního dobrovolnického centra Hestia* v roce 2009, nesoucí název *Dobrovolníci seniorům – senioři jako dobrovolníci*. Tato konference se zároveň zabývala programem stárnutí pro období 2008 - 2012, které vytvořilo Ministerstvo práce a sociálních věcí (Haškovcová, 2010). Objevuje se i mnoho dalších projektů a nadací, jejichž vznik podpořila iniciativa slavných osobností. Tyto projekty, programy, ale i nadace vznikající pod záštitou celebrit mají velké pozitivum v tom, že jsou mediálně velmi populární, a proto může být finanční příjem vyšší než u ostatních organizací. Tento fakt vede k lepší realizaci a propagaci různých programů a projektů. Vznikly a vznikají nové webové portály určeny seniorům, kde se mohou dozvědět užitečné a potřebné informace. Také vzrostl počet tištěných médií, televizních pořadů či nových projektů a kampaní zaměřených na pomoc, integraci, zlepšení sociálních a společenských podmínek pro seniory.

Jednou ze zajímavých a nových příležitostí v rámci dobrovolnictví pro seniory je i projekt s názvem *Gruntvig*, který se zaměřuje na vzájemnou výměnu dobrovolníků v rámci dvou států a dvou neziskových organizací. Tento projekt nabízí dobrovolníkům zdokonalení jazykových a sociálních dovedností. Rovněž dostanou dobrovolníci příležitost získat nové zkušenosti i poznat sami sebe z nové perspektivy (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011).

3.12 Doprava

Jak uvádí Haškovcová (2010) pro seniory jsou vystavovány rozmanité slevy na dopravu. Problém může nastat v bezbariérovém přístupu v dopravě. Problém bezbariérového přístupu není problémem věčným a počet bezbariérových přístupů se bude postupně zvětšovat.

3.13 Komunikační prostředky

I když by se mohlo zdát, že starší lidé a senioři nepotřebují mobilní telefony tak jako mladší populace, opak je pravdou. Speciální telefony jim mohou usnadnit mnoho situací, nebo nepříjemných problémů. Haškovcová (2010) rovněž upozorňuje na tuto novinku posledních let. Moderní doba s sebou přinesla také nové technologie. Inovace se nevyhnuly

ani mobilním telefonům, speciálně přizpůsobených pro starší osoby. Tyto mobilní telefony mají větší tlačítka a písmena, větší displej a jednoduché ovládání.

Každému člověku záleží na jeho bezpečnosti a má na ni právo. Ne jinak je tomu i u seniorů. Novinkou jsou signalizační systémy, které po sepnutí zalarmují záchranné jednotky. Tyto nové technologie přispívají mnohdy k záchraně lidského života (Holmerová, Jurašková, Zikmundová a kol., 2007).

3.14 Pracovní příležitosti

V naší aktuální ekonomické situaci je velmi obtížné najít si zaměstnání, obzvláště takové, které je podle našich představ. Být seniorem nebo starší osobou neznamená, že je nemožné najít si práci, nebo si v penzi finančně pomoci další prací. Tento úkol je opravdu nelehký, přesto ho lze alespoň částečně splnit. V oblasti pracovních příležitostí, hlavně u seniorů, záleží především na osobnosti a výkonu. Velmi důležitá je kvalifikace a dosažené vzdělání. Pomoc lidem s věkem 50 let a výše v nalezení zaměstnání a dalším uplatnění na trhu práce, by měly v budoucnosti pomoci přispět nejenom nové výzkumy, ale i projekty, které se zaměřují na lepší integraci starších osob do pracovního procesu. Projekt *50+ Aktivně* (celým názvem *Podpora nezaměstnanosti a využití volného času seniorů, lidí v předdůchodovém věku, ve věku 50+, realizován září 2009 – únor 2011*) se rozsáhle zabýval studií aktivního stárnutí a výzkumem ve specifických oblastech života – spokojenost a životní pocity, pracovní příležitosti, vzdělávání, volný čas, dobrovolnictví. Z výsledků tohoto projektu vyplývá, že pracovních příležitostí pro osoby ve věku 50 a více let je podstatně méně než pro generace mladší. Přesto ale další výzkumy tohoto projektu hovoří o tom, že mnoho zaměstnavatelů by dalo přednost starší generaci před mladší (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011).

Zajisté dobrým krokem v oblasti změn na trhu práce a v rámci boje proti ageismu by byla realizace podobného projektu, který je realizován ve Velké Británii. Hlavním cílem tohoto programu s názvem *Age Positive*, je odstranění předsudků a stereotypů o starších lidech u zaměstnavatelů. Tento projekt se zaměřuje na všechny kategorie zaměstnání – vzdělávání pracovníků, přijetí pracovníků, bezpečnost práce, kariéra a mnohé další. Do tohoto projektu se zapojilo 150 britských firem (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011).

3.15 Kulturní a jiné vyžití

Nabídka dnešního kulturního života je poměrně široká. Nejinak je to mu i v případě speciálních nabídek pro seniorskou populaci. Často se tyto nabídky vyznačují určitým zvýhodněním, například cenou. Za zmínku také stojí každoroční *Veletrh senior*, pořádaný v Praze, který se zaměřuje na nové nabídky v různých oblastech (cestování, zdravotní pomůcky, výživa a strava, apod.). Podobných veletrhů či akcí zaměřených pouze pro seniory se koná čím dál více. Je to nepochybně dobře, protože tak vzrůstá i informovanost seniorů. Senioři mají také v neposlední řadě zvýhodněné lázeňské pobyty, cestování mohou rovněž využít se slevami (Haškovcová, 2010). Nabídka akcí, aktivit, zájezdů vzrůstá s poptávkou. Proto budou-li senioři chtít prožívat „podzim života“ aktivně, zábavně a s radostí, nemusí se obávat, že by neměli dostatek příležitostí.

Pro období 2008-2012 vytvořilo Ministerstvo práce a sociální věci program *Kvalita života ve stáří*. Tento projekt se zaměřuje na minimalizování a odstraňování nedostatků v oblasti aktivního stylu života, finančního zabezpečení, trhu práce, rodiny, zdravotní péče a lidských práv.

3.16 Finanční úskalí seniorského života

Tuto kapitolu jsem záměrně umístila až na samotný konec naší teoretické části diplomové práce. Čtenář si tak mohl během čtení našeho textu přečíst mnoho informací i ageismu, o moderních přístupech ke stáří – o nových možnostech, které jsou seniorům a lidem nacházející se v období stáří nabídnuty a utvořit si tak vlastní názor na tuto problematiku. Přesto nesmím opomenout důležité faktory, a to současnou výši penze, politický přístup k finanční stránce penzijních důchodů i novou důchodovou reformu a neustálé řešení a měnění této problematiky. Je tedy důležité brát vždy v úvahu všechny stránky věci.

Průměrná výše důchodu by se měla tento rok zvýšit o 210 korun na 10 749 korun (Finanční noviny, 2011). Nicméně stále hovoříme o průměrném důchodu v České republice a údaje se tedy u každé osoby velmi odlišují. Částky jednotlivých důchodů jsou mnohdy daleko nižší.

Senioři mají ve většině případů vysoké výdaje, které se různě kombinují v rámci toho, zda senior žije sám, s rodinou, v domově pro seniory nebo v domově s pečovatelskou službou, apod. Mezi tyto výdaje patří výlohy za ubytování, stravu, ošacení, placení inkasa, léky

a léčbu a jiné. Tyto výdaje se rovněž liší v závislosti na aktuálním sociálním, psychickém a fyzickém stavu člověka. Pokud si tato všechna vydání spočítáme, můžeme lehce dospět k tomu, že finanční částka, která seniorovi zůstane, je velmi malá. I z tohoto důvodu si mnoho seniorů a starších lidí nemůže dovolit docházet či dojíždět na studium, či vynakládat finance na jiné volnočasové a kulturní aktivity. Připomeňme, že výše důchodové penze je v naší zemi oproti jiným zemím velmi nízká. I tento fakt tedy bereme v úvahu, pokud se zamýšlíme nad tím, proč se v České republice tak málo seniorů a starších lidí věnuje aktivnímu stárnutí.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 SMÍŠENÝ VÝZKUM

V rámci výzkumné části naší práce jsem se rozhodla zpracovat smíšený výzkum, tedy výzkum kvantitativní a kvalitativní. Smíšený výzkum umožňuje větší podložení validity, věrohodnost výzkumu a prozkoumání problematiky. Dva typy výzkumů umožňují náhled na problematiku z rozdílných úhlů. V rámci zkoumání stejného tématu dvěma způsoby nám tento systém umožňuje najít souvislosti, pochopení a vazby mezi jednotlivými výzkumy. Na kvantitativní výzkum navazuje výzkum kvalitativní. V rámci kvantitativního výzkumu zkoumáme pomocí dotazníkového šetření postoje veřejnosti v rámci ageistických stereotypů a mýtů, postoje a náhled veřejnosti k aktivnímu stylu seniorského života. Tento výzkum doplňuji v kvalitativní části o poznatky, které jsem získala a zpracovala na základě rozhovorů, které se zabývaly rovněž možnostmi aktivního stárnutí a způsobům ageistického myšlení.

5 KVANTITATIVNÍ VÝZKUM

O diskriminačním postoji naší populace se neustále mluví a vznikají nové výzkumy, statistiky a tabulky. Vzhledem k tomu, že se v teoretické části zabývám problematikou ageismu a moderními přístupy ke stáří, rozhodla jsem se v druhé části výzkumného sektoru zkoumat právě ageistický postoj společnosti i jeho názor na novější trend aktivního stárnutí.

5.1 Cíl výzkumu

Za cíl práce jsem si stanovila zjistit, zda se v dnešní společnosti objevují ageistické postoje, a zároveň, jaký názor má společnost na aktivní přístupy ke stáří. Kvantitativní výzkumná část tedy popisuje postoj společnosti k problematice ageismu a zároveň zjišťuje míru jeho zastoupení u zkoumaného souboru.

5.2 Pojetí výzkumu

Vzhledem ke zkoumání popisného problému, který zahrnuje zjištění míry ageistických postojů a zjištění názorů na moderní aktivní stárnutí, jsem zvolila kvantitativní metodu zkoumání.

Tematické založení tohoto výzkumu vyžaduje větší počet respondentů (minimálně sto respondentů pro naše téma) a širší věkové rozpětí, proto se jeví kvantitativní pojetí výzkumu jako nejvhodnější metoda.

5.3 Výzkumné otázky

5.3.1 Hlavní výzkumná otázka

Jaký pohled zaujímá veřejnost ve věkovém rozpětí 20 – 57 let v Uherském Hradišti v rámci problematiky ageismu a způsobům aktivního přístupu ke stáří?

5.3.2 Dílčí výzkumné otázky

1. Podléhá stereotypům a mýtům o stáří veřejnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti?
2. Jaký postoj zaujímá veřejnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti k postavení seniorů ve společnosti?

3. Jaký postoj zaujímá veřejnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti k finanční oblasti seniorského života?
4. Jaký postoj zaujímá společnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti k aktivnímu přístupu ke stáří?

První dílčí výzkumné otázce se v dotazníku věnují otázky č. 1 - č. 7, č. 9 - č. 10, č. 12 - č. 14, č. 16, č. 18. Výchozí ukotvení těchto otázek uvádíme v teoretické části stereotypy a mýty; dlouhodobá paměť, chorobnost, sexualita, ošklivost, duševní schopnosti, duševní onemocnění, trh práce, izolace, deprese, jednotvárnost dne, zdržování, soucitnost, periodizace stáří, bezproblémový život.

Na druhou dílčí výzkumnou otázku se v dotazníku zaměřují otázky č. 8, č. 26, č. 28.

Třetí výzkumná otázka se odráží od dotazníkových otázek č. 11 a č. 17.

Poslední čtvrtá výzkumná otázka se věnuje otázkám v dotazníku č. 19 - č. 21, č. 24, č. 25 a č. 27.

5.4 Výzkumný soubor

Výzkumný vzorek byl vybrán pomocí prostého záměrného výběru. Pro výzkum tak byli bez dalších specifických metod dotázáni a vybráni všichni ti, kteří vyhovovali podmínkám (věkové rozmezí) výzkumu a souhlasili s ním (Mioviský, 2006). Celkový počet respondentů tvoří 102 osob ve věku 20 - 57 let.

Věk respondentů byl určen na základě toho, že se jedná o rozmezí mladší dospělosti, střední dospělosti až starší dospělosti. Do věku 20 let se mohou utvářet postoje a názory na okolní svět a jedinec ještě stále může procházet procesem ztotožňování se svými hodnotami, na základě kterých jedná. Věk 60 - 65 let již označujeme jako počátek raného stáří, odchod do penze a pozvolný nástup období stáří (Vágnerová, 2007). Populaci radící se do seniorské věkové kategorie jsem vyřadila z toho důvodu, že by tyto osoby vypovídaly na základě vlastního postoje a zkušeností, což by mohlo zkreslit výsledná data. Respondenty z věkové kategorie stáří jsem zařadila proto do kvalitativní části výzkumu, která tak dokreslí získané výzkumné poznatky.

5.5 Výzkumná technika

Výzkumnou technikou kvantitativního výzkumu se stal dotazník. Dotazník byl vytvořen na základě vlastního konstruování a také za pomoci opěrných bodů získaných během tvoření

naší teoretické části práce. Tyto opěrné body pomohly lépe nastínit a určit směr postoje respondenta. Záhloví dotazníku zjišťuje základní informace o respondentovi, jako jsou pohlaví, věk, dosažené vzdělání, povolání. Dále dotazník obsahuje celkem 29 otázek. Odpovědi na otázky č. 1 – č. 28 jsou rozděleny škálou; určitě souhlasím (1), spíše souhlasím (2), nevím (3), spíše nesouhlasím (4), určitě nesouhlasím (5). Otázka č. 29 nabízí možnosti odpovědi ano (1), nevím (2), ne (3). Škálovité odpovědi byly zvoleny na základě předpokladů, že u odpovědí ANO/NE by mohli respondenti volit odpovědi ne ty, které si skutečně myslí, ale takové, u kterých předpokládají, že jsou správné.

5.6 Průběh sběru dat

Data pro dotazníkové šetření byla získávána od 1. 3. 2012 do 19. 3. 2012. Vzhledem k většímu množství otázek jsem si byla jista určitého rizika možné obtížnosti pro respondenty, proto bylo k dispozici celkem 170 dotazníků. Na veřejná místa bylo rozdáno celkem 70 dotazníků, návratnost však byla pouze 22 dotazníků, z toho 4 nebylo možno použít v důsledku chybějících odpovědí nebo nevhodného vyplnění. Tímto způsobem tedy bylo získáno 18 dotazníků. Zbýlých 100 dotazníků bylo vyplněno během veřejného dotazování v rozmezí 5. 3. 2012 – 19. 3. 2012. Dotazování probíhalo ve městě Uherské Hradiště, vždy v různých časových pásmech dne a na různých místech, aby bylo možno zachytit co nejrozmanitější skupinu respondentů ve věku 20 – 57 let. Ze 100 dotazníků bylo však možno použít pouze 84 dotazníků, vzhledem k tomu, že někteří respondenti po několika chvílích odcházeli nebo odpovídali v rámci nepoužitelných či nevhodných odpovědí. Celkem tedy bylo získáno 102 použitelných dotazníků od 102 respondentů.

5.7 Způsob zpracování dat

Získaná data byla přepisována do datové tabulky v programu Microsoft Excel. V této tabulce jsou tak zaneseny všechny informace z dotazníku – pohlaví, věk, dosažené vzdělání, povolání a odpovědi na 29 otázek. Odpovědi na otázky byly zaneseny pomocí číselné škály, která se zapisovala takto; 1 (určitě souhlasím), 2 (spíše souhlasím), 3 (nevím), 4 (spíše nesouhlasím), 5 (určitě nesouhlasím). Odpovědi na otázku č. 29 byly přepisovány jako 1 (ano), 2 (nevím), 3 (ne). Následně v programu Statistika 10 byla vložena tato datová tabulka a bylo zahájeno tvoření grafů. Po vytvoření grafů na každou otázku zvlášť byly tyto grafy opatřeny popisky a upraveny vizuálně a následně uloženy. Tímto způsobem byly vytvořeny grafy *pohlaví, věk, dosažené vzdělání*. Grafy byly uloženy

zvlášť a posléze zaneseny do této práce. Ke grafům jsem vytvořila tabulkové popisky v programu Microsoft Excel, vyjadřující obsah a význam grafu a otázky. Každý graf jsem následně popsala.

5.8 Analýza a výsledky kvantitativních dat dotazníkového šetření

V následujících řádcích se věnuji analýze získaných kvantitativních dat. Nejprve představím základní údaje o respondentech, které jsou vyobrazeny v grafech a tabulkách příslušející ke grafům. Tímto způsobem uvádím pohlaví, věk a vzdělání respondentů. Tyto základní informace již podrobněji nerozebírám. V dalších řádcích se postupně věnuji jednotlivým dílčím výzkumným otázkám. Ke každé této otázce uvádím zpracované grafy a tabulky, jež odpovídají jednotlivým dotazníkovým otázkám, které se přímo vztahují ke zkoumané oblasti. Tato data jsem na základě výsledných odpovědí vyhodnotila, shrnula a stanovila tak odpovědi na každou jednotlivou dílčí výzkumnou otázku. Po analyzování všech dílčích výzkumných otázek jsem následně odpověděla na hlavní výzkumnou otázku.

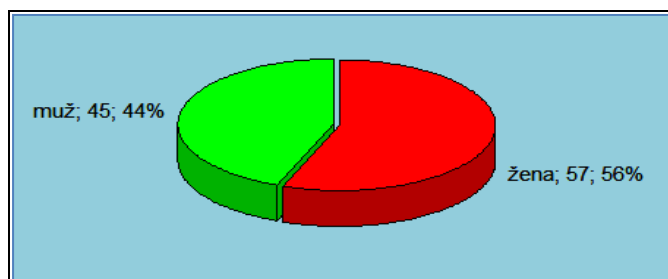
5.8.1 Informační hlavička dotazníku

5.8.1.1 Pohlaví

Tabulka č. 1 Zastoupení respondentů dle pohlaví

	absolutní četnost	relativní četnost
muž	45	44 %
žena	57	56 %

Graf č. 1 Pohlaví respondentů



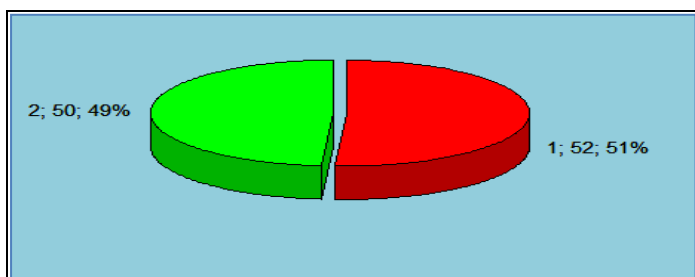
Výzkumný vzorek tvořilo celkem 102 respondentů, z toho 44 % mužů a 56 % žen.

5.8.1.2 Věk

Tabulka č. 2 Zastoupení respondentů dle věku

	absolutní četnost	relativní četnost
1 (20 – 35 let)	52	51 %
2 (40 – 57 let)	50	49 %

Graf č. 2 Věk respondentů



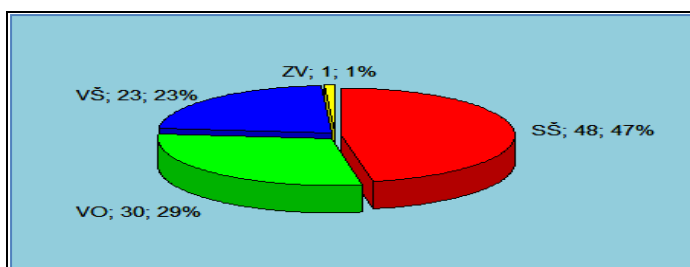
Věkové rozložení respondentů činilo ve věkové skupině 20 – 35 let celkem 52 osob, tedy 51 %, a ve skupině 40 – 57 let 50 osob, tedy 49 %.

5.8.1.3 Dosažené vzdělání

Tabulka č. 3 Dosažené vzdělání respondentů

	absolutní četnost	relativní četnost v %
ZV = základní vzdělání	1	1 %
VO = vyučení v oboru	30	29 %
SŠ = středoškolské vzdělání	48	47 %
VŠ = vysokoškolské vzdělání	23	23 %

Graf č. 3 Dosažené vzdělání respondentů



V počtu všech respondentů figurovala jedna osoba, v zastoupení 1 % se základním vzděláním, 30 osob – 29 % s výučním vzděláním, 48 osob – 47 % se středoškolským vzděláním a 23 osob – 23 % s vysokoškolským vzděláním.

5.9 Dílčí výzkumná otázka č. 1

Podléhá stereotypům a mýtům o stáří veřejnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti?

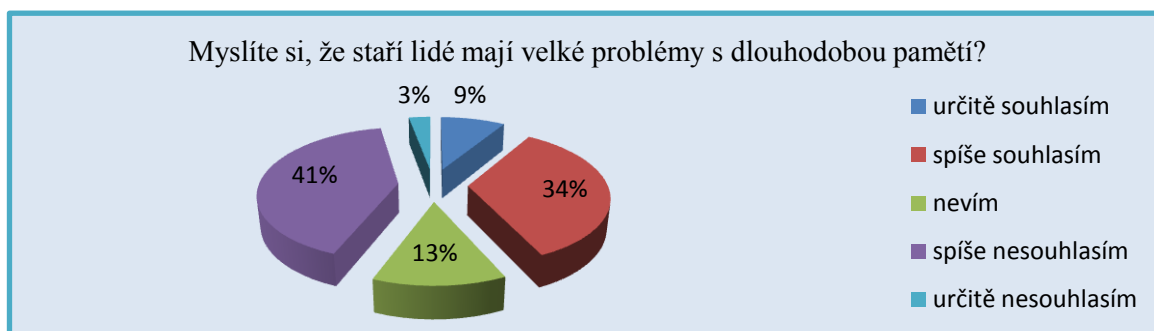
První dílčí výzkumné otázce podléhají dotazníkové otázky č. 1 - č. 7, č. 9 - č. 10, č. 12 – č. 14, č. 16, č. 18.

Otázka č. 1 Myslíte si, že staří lidé mají velké problémy s dlouhodobou pamětí?

Tabulka č. 4 Dlouhodobá paměť

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	9	9 %
spíše souhlasím	35	34 %
nevím	13	13 %
spíše nesouhlasím	42	41 %
určitě nesouhlasím	3	3 %

Graf č. 4 Dlouhodobá paměť



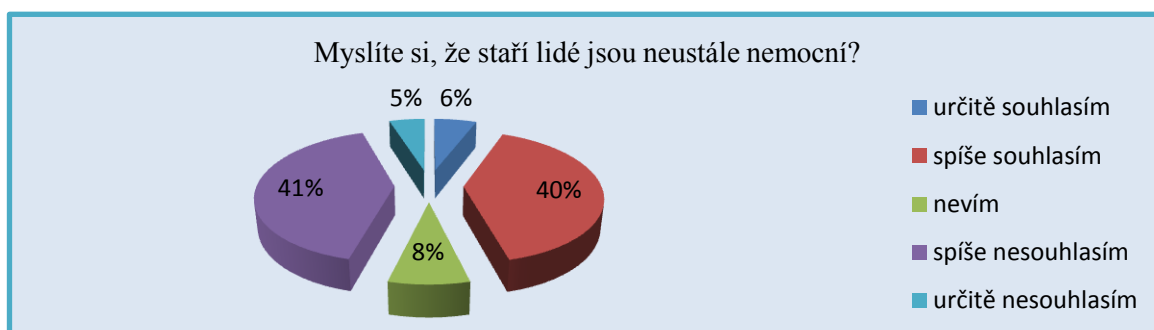
Celkem 9 % respondentů *plně souhlasí* s tím, že senioři mají velké problémy s dlouhodobou pamětí. Dalších 13 % respondentů zadalo odpověď *nevím* a 3 % respondentů *zcela nesouhlasila*. Odpověď *spíše souhlasím* zvolilo 34 % respondentů v kontrastu s 41 % respondenty, kteří *spíše nesouhlasili*.

Otázka č. 2 Myslíte si, že staří lidé jsou neustále nemocní?

Tabulka č. 5 Onemocnění seniorů

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	6	6 %
spíše souhlasím	41	40 %
nevím	8	8 %
spíše nesouhlasím	42	41 %
určitě nesouhlasím	5	5 %

Graf č. 5 Onemocnění seniorů



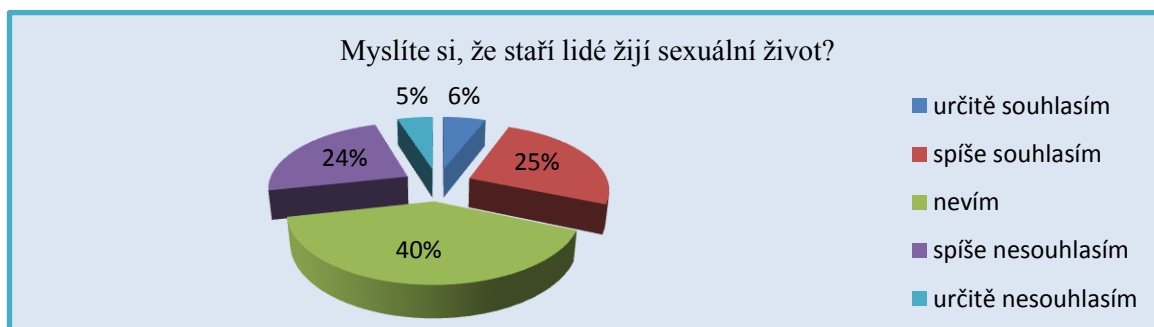
Pouze 5 % respondentů *určitě nesouhlasí*, 41 % respondentů *spíše nesouhlasí*, 8 % dotázaných nedokáže zaujmout stanovisko. Celých 6 % respondentů plně podléhá tomuto stereotypu a 40 % respondentů *spíše souhlasí*.

Otázka č. 3 Myslíte si, že staří lidé žijí sexuální život?

Tabulka č. 6 Sexualita seniorů

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	6	6 %
spíše souhlasím	26	25 %
nevím	41	40 %
spíše nesouhlasím	24	24 %
určitě nesouhlasím	5	5 %

Graf č. 6 Sexualita seniorů



S asexuální představou o životě seniorů *určitě souhlasí* 6 % respondentů, 25 % respondentů *spíše souhlasí*, 40 % respondentů zaujalo stanovisko *nevím*. Naopak 24 % respondentů považuje sexuální život seniorů za běžný a 5 % respondentů za zcela samozřejmý.

Otázka č. 4 Myslíte si, že se mládí vyznačuje krásou a atraktivitou a stáří naopak ošklivostí a ztrátou atraktivity?

Tabulka č. 7 Ne/atraktivita

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	5	5 %
spíše souhlasím	22	22 %
nevím	1	1 %
spíše nesouhlasím	37	36 %
určitě nesouhlasím	37	36 %

Graf č. 7 Ne/atraktivita



Plných 5 % respondentů *zcela souhlasí* s tím, že krása je spojována s mládím a ke stáří patří ošklivost. Dalších 22 % respondentů *spíše souhlasí* a pouze 1 % nezaujalo stanovisko

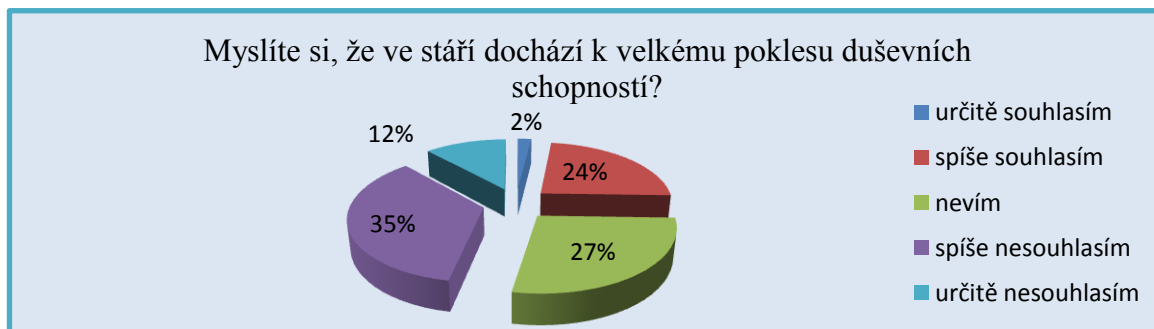
a odpovědělo *nevím*. Poměry odpovědí *spíše nesouhlasím* a *určitě nesouhlasím* jsou stejné, tedy 36 %.

Otázka č. 5 Myslíte si, že ve stáří dochází k velkému poklesu duševních schopností?

Tabulka č. 8 Duševní schopnosti seniorů

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	2	2 %
spíše souhlasím	24	24 %
nevím	28	27 %
spíše nesouhlasím	36	35 %
určitě nesouhlasím	12	12 %

Graf č. 8 Duševní schopnosti seniorů



Plná 2 % respondentů s tímto stereotypem *zcela souhlasí* a 24 % respondentů *spíše souhlasí*. Jasně stanovisko zaujalo s odpovědí *nevím* 27 % respondentů. *Spíše souhlasí* 35 % a 12 % respondentů *určitě nesouhlasí*.

Otázka č. 6 Myslíte si, že ve stáří je pravidelný a velký výskyt duševních onemocnění?

Tabulka č. 9 Duševní onemocnění

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	3	3 %
spíše souhlasím	33	32 %
nevím	25	25 %
spíše nesouhlasím	38	37 %
určitě nesouhlasím	3	3 %

Graf č. 9 Duševní onemocnění



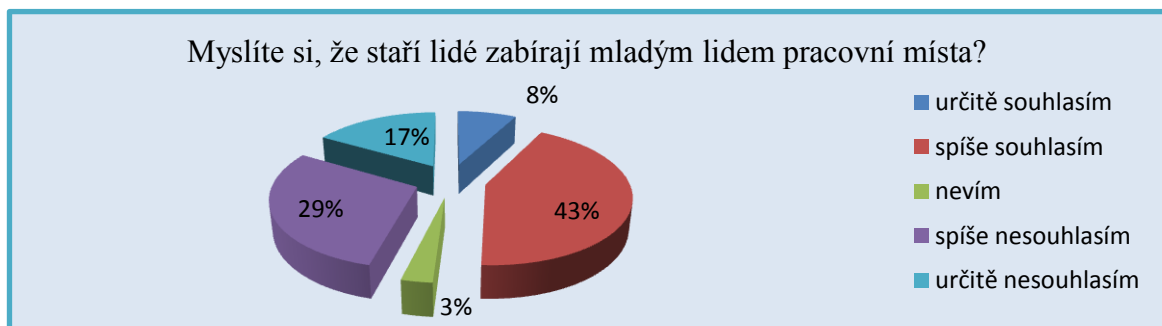
V počtu 3 % respondentů *plně souhlasí* s tímto stereotypem a 32 % respondentů *spíše souhlasí*. Nerozhodný postoj s odpovědí *nevím* zaujalo 25 % respondentů. *Plně nesouhlasila* 3 % respondentů a 37 % respondentů *spíše nesouhlasilo*.

Otázka č. 7 Myslíte si, že staří lidé zabírají mladým lidem pracovní místa?

Tabulka č. 10 Trh práce

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	8	8 %
spíše souhlasím	44	43 %
nevím	3	3 %
spíše nesouhlasím	30	29 %
určitě nesouhlasím	17	17 %

Graf č. 10 Trh práce



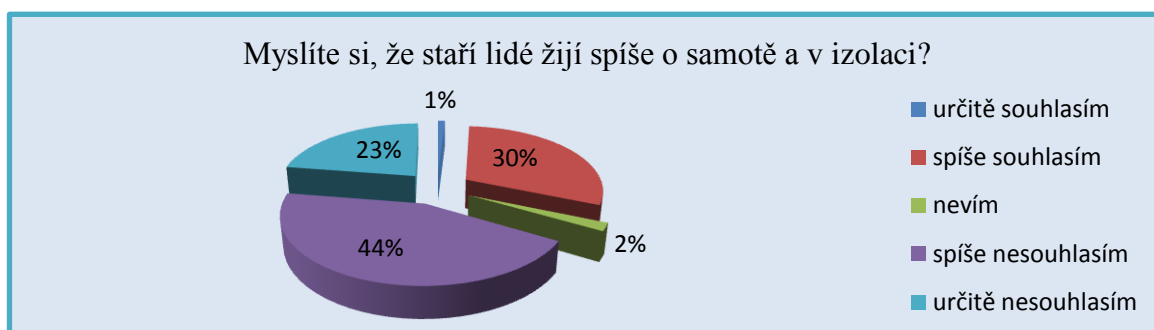
Se zabíráním pracovních míst mladým lidem *určitě souhlasí* 8 % respondentů a 43 % dotázaných *spíše souhlasí*. Druhá polovina respondentů si rozděluje přístup *nevím* se 3 %, přístup *spíše nesouhlasím* s 29 % a přístup *určitě nesouhlasím* se 17 %.

Otázka č. 9 Myslíte si, že staří lidé žijí spíše o samotě a v izolaci?

Tabulka č. 11 Samota a izolace

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	1	1 %
spíše souhlasím	31	30 %
nevím	2	2 %
spíše nesouhlasím	45	44 %
určitě nesouhlasím	23	23 %

Graf č. 11 Samota a izolace



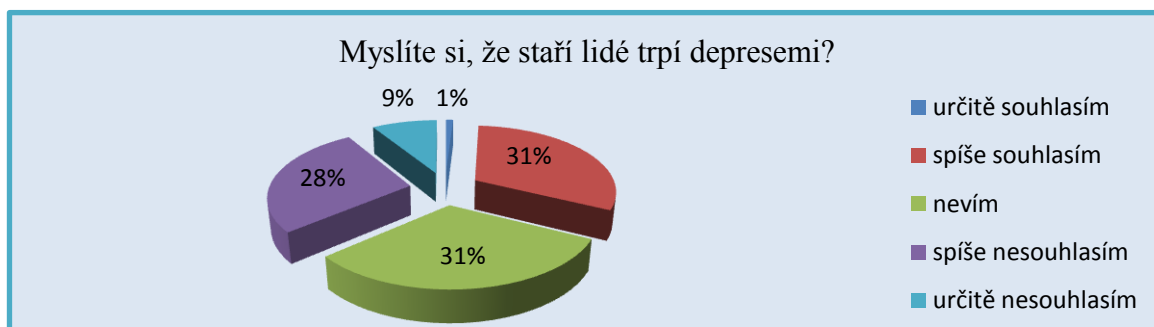
Odpověď *určitě souhlasím* zvolilo 1 % dotázaných a 30 % respondentů *spíše souhlasí*. Na odpověď *nevím* přistoupila 2 % respondentů. Nejvíce respondentů – 44 % odpovědělo položkou *spíše nesouhlasím* a 23 % respondentů zvolila odpověď *určitě nesouhlasím*.

Otázka č. 10 Myslíte si, že staří lidé trpí depresemi?

Tabulka č. 12 Deprese u seniorů

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	1	1 %
spíše souhlasím	32	31 %
nevím	32	31 %
spíše nesouhlasím	28	28 %
určitě nesouhlasím	9	9 %

Graf č. 12 Deprese u seniorů



Odpoověď *určitě souhlasím* zvolilo 1 % respondentů, odpověď *určitě nesouhlasím* zvolilo 9 % respondentů. Stejný poměr 31 % vznikl u odpovědí *spíše souhlasím* a *nevím*. Položku *spíše nesouhlasím* zvolilo 28 % dotázaných.

Otázka č. 12 Myslíte si, že senioři prožívají každý den stejně, bez většího rozdílu?

Tabulka č. 13 Jednotvárnost dne

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	1	1 %
spíše souhlasím	58	57 %
nevím	14	14 %
spíše nesouhlasím	21	20 %
určitě nesouhlasím	8	8 %

Graf č. 13 Jednotvárnost dne



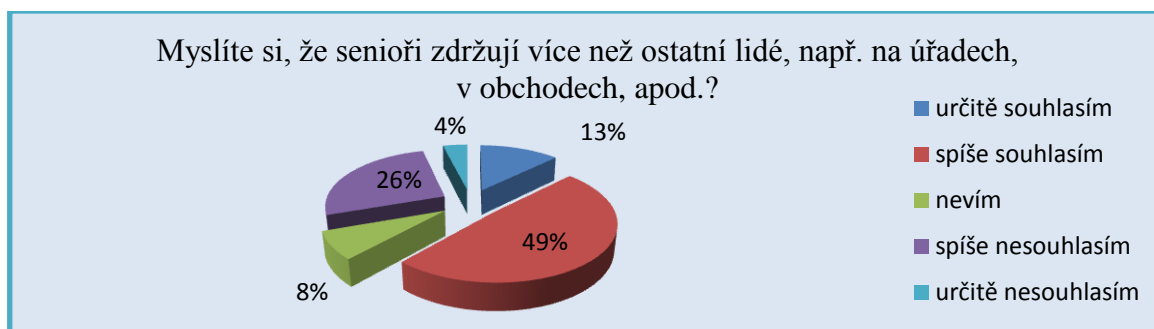
Nejvíce respondentů – 57 % zaznačilo svou odpověď jako *spíše souhlasím*, nejméně respondentů – 1 % *zcela souhlasilo*. Dalších 14 % respondentů zaujalo postoj *nevím*, 20 % respondentů *spíše nesouhlasilo* a 8 % *určitě nesouhlasilo*.

Otázka č. 13 Myslíte si, že senioři zdržují více než ostatní lidé, např. na úřadech, v obchodech, apod.?

Tabulka č. 14 Zdržování

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	13	13 %
spíše souhlasím	50	49 %
nevím	8	8 %
spíše nesouhlasím	27	26 %
určitě nesouhlasím	4	4 %

Graf č. 14 Zdržování



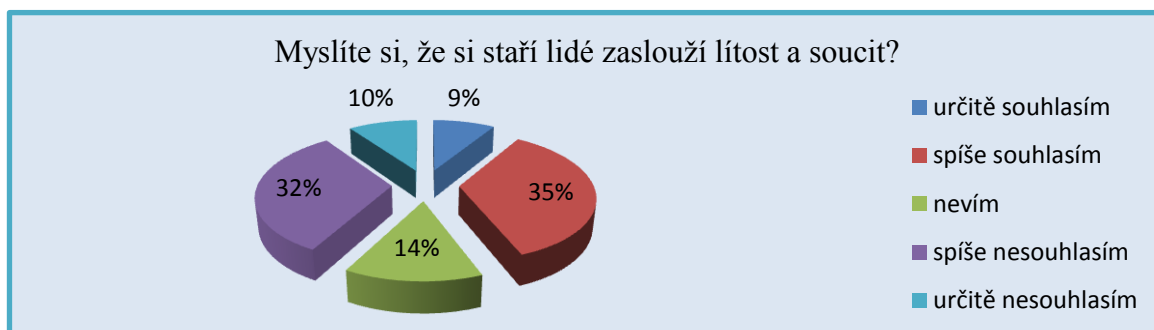
S tímto předsudkem *určitě souhlasí* 13 % dotázaných, *spíše souhlasí* 49 % dotázaných. Druhé nejmenší zastoupení tvoří odpověď *nevím*, u 8 % respondentů. Odpověď *určitě nesouhlasím* zvolily 4 % respondentů, *spíše nesouhlasím* odpovědělo 26 % respondentů.

Otázka č. 14 Myslíte si, že si staří lidé zaslouží lítost a soucit?

Tabulka č. 15 Lítost a soucit

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	9	9 %
spíše souhlasím	36	35 %
nevím	14	14 %
spíše nesouhlasím	33	32 %
určitě nesouhlasím	10	10 %

Graf č. 15 Lítost a soucit



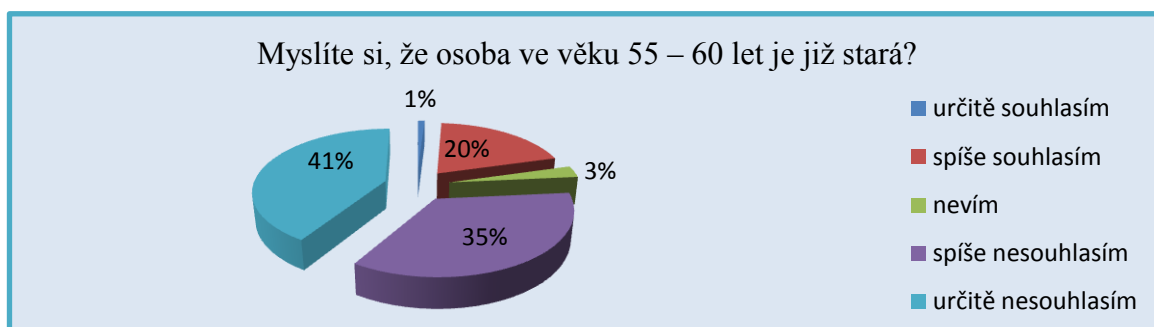
S touto předpojatostí se zcela ztotožňuje 9 % respondentů, kteří *určitě souhlasí*. Odpověď *spíše souhlasím* zvolilo 35 %, 14% dotázaných odpovědělo *nevím*. Odpověď *spíše nesouhlasím* zvolilo 32 % respondentů a odpověď *určitě nesouhlasím* zvolilo 10 % dotázaných.

Otázka č. 16 Myslíte si, že osoba ve věku 55 – 60 let je již stará?

Tabulka č. 16 Počátek stáří

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	1	1 %
spíše souhlasím	20	20 %
nevím	3	3 %
spíše nesouhlasím	36	35 %
určitě nesouhlasím	42	41 %

Graf č. 16 Počátek stáří



Nejvíce respondentů – 41 % *určitě nesouhlasí* s touto periodizací, *spíše nesouhlasí* 35 %. Odpověď *nevím* použila 3 % respondentů. *Zcela souhlasilo* 1 % respondentů a 20 % dotázaných *spíše souhlasilo*.

Otázka č. 18 Myslíte si, že senioři žijí bez problémů, šťastně, klidně?

Tabulka č. 17 Šťastné stáří

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
spíše souhlasím	23	22 %
nevím	15	15 %
spíše nesouhlasím	42	41 %
určitě nesouhlasím	22	22 %

Graf č. 17 Šťastné stáří



Odpověď *určitě souhlasím* nevedl žádný respondent, 22 % *spíše souhlasí*, 15 % respondentů odpovědělo *nevím*, 41 % respondentů *spíše nesouhlasí* a 22 % dotázaných *určitě nesouhlasí*.

5.10 Dílčí výzkumná otázka č. 2

Jaký postoj zaujímá veřejnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti k postavení seniorů ve společnosti?

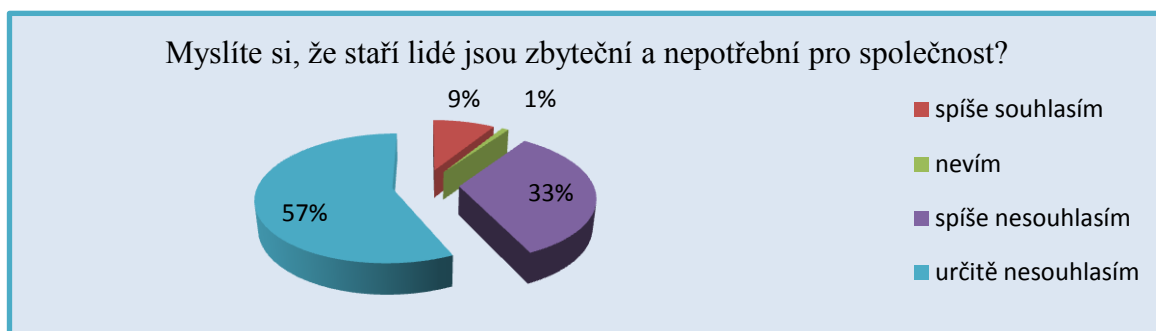
Na druhou dílčí výzkumnou otázku se v dotazníku zaměřují otázky č. 8, č. 26, č. 28.

Otázka č. 8 Myslíte si, že staří lidé jsou zbyteční a nepotřební pro společnost?

Tabulka č. 18 Senioři a společnost

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
spíše souhlasím	9	9 %
nevím	1	1 %
spíše nesouhlasím	34	33 %
určitě nesouhlasím	58	57 %

Graf č. 18 Senioři a společnost



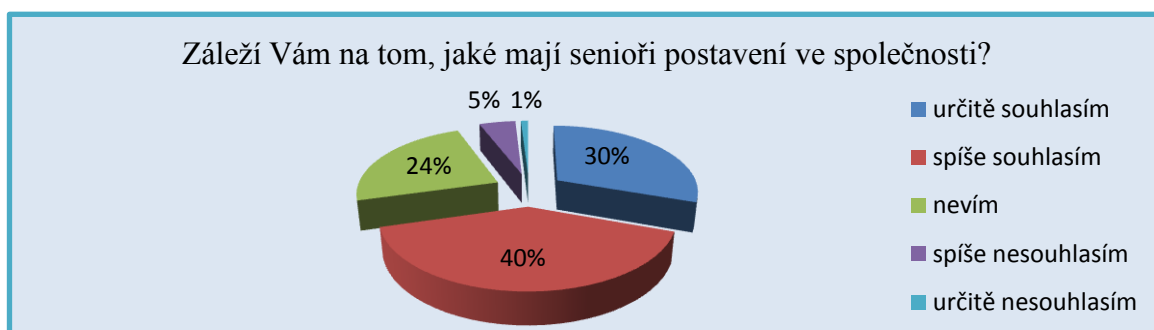
První možnosti odpovědi *určitě souhlasím* se vyhnuli všichni respondenti. S druhou možností *spíše souhlasím* se shodovalo 9 % respondentů. Třetí možnost *nevím* zvolilo 1 % respondentů. Větší část respondentů se přiklonila k odpovědi *spíše nesouhlasím*, se zastoupením 33 % a nejvíce respondentů odpovědělo *určitě nesouhlasím*, v zastoupení 57 %.

Otázka č. 26 Záleží Vám na tom, jaké mají senioři postavení ve společnosti?

Tabulka č. 19 Postavení seniorů ve společnosti

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	31	30 %
spíše souhlasím	41	40 %
nevím	24	24 %
spíše nesouhlasím	5	5 %
určitě nesouhlasím	1	1 %

Graf č. 19 Postavení seniorů ve společnosti



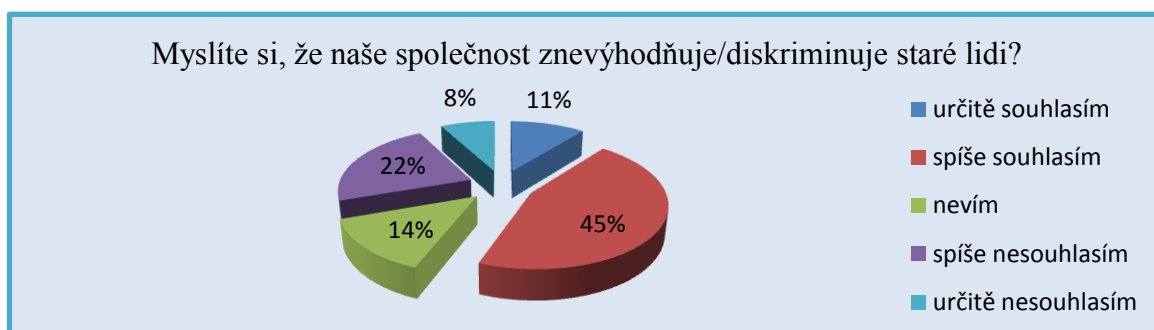
S tímto postojem *určitě nesouhlasí* 1 % dotázaných, *spíše nesouhlasí* 5 % respondentů a 24 % respondentů *neví*. Dalších 40 % dotázaných *spíše souhlasí* a 30 % dotázaných *určitě souhlasí*.

Otázka č. 28 Myslíte si, že naše společnost znevýhodňuje/diskriminuje staré lidi?

Tabulka č. 20 Diskriminační postoj společnosti

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	11	11 %
spíše souhlasím	46	45 %
nevím	14	14 %
spíše nesouhlasím	23	22 %
určitě nesouhlasím	8	8 %

Graf č. 20 Diskriminační postoj společnosti



Spíše souhlasí s diskriminačním postojem společnosti 45 % respondentů, *určitě souhlasí* 11 % dotázaných. Dalších 14 % respondentů *neví*, *spíše nesouhlasí* 22 % dotázaných, *určitě nesouhlasí* 8 % respondentů.

5.11 Dílčí výzkumná otázka č. 3

Jaký postoj zaujímá veřejnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti k finanční oblasti seniorského života, penze?

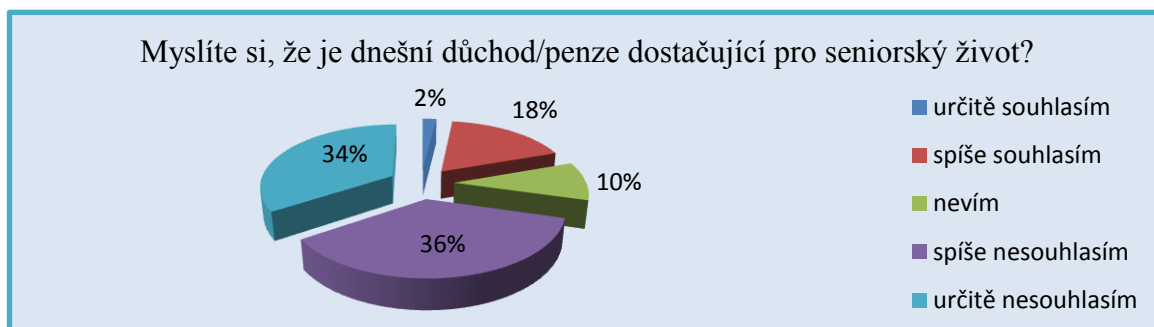
Třetí výzkumná otázka se odráží od dotazníkových otázek č. 11 a č. 17.

Otázka č. 11 Myslíte si, že je dnešní důchod/penze dostačující pro seniorský život?

Tabulka č. 21 Výše penze

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	2	2 %
spíše souhlasím	18	18 %
nevím	10	10 %
spíše nesouhlasím	37	36 %
určitě nesouhlasím	35	34 %

Graf č. 21 Výše penze



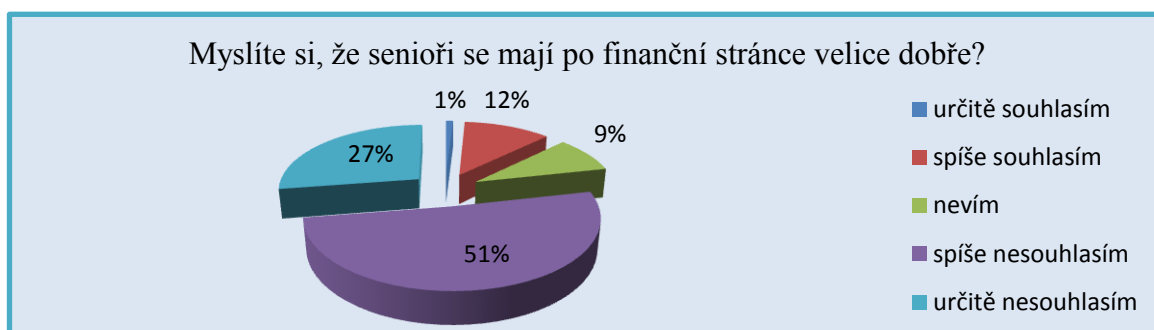
S tím, že výše penze je dostačující, zcela souhlasila 2 % dotázaných, 18 % dotázaných zvolilo odpověď *spíše souhlasím*. Odpověď *nevím* zaujalo 10 % dotázaných. Nejvíce dotázaných – 36 % *spíše nesouhlasilo* a 34 % respondentů *určitě nesouhlasilo*.

Otázka č. 17: Myslíte si, že senioři se mají po finanční stránce velice dobře?

Tabulka č. 22 Finanční oblast

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	1	1 %
spíše souhlasím	12	12 %
nevím	9	9 %
spíše nesouhlasím	52	51 %
určitě nesouhlasím	28	27 %

Graf č. 22 Finanční oblast



Nejvíce respondentů – 51 % *spíše nesouhlasí* s finančním stavem seniorského života. Dalších 27 % dotázaných *určitě nesouhlasí*, 9 % dotázaných *neví*, 12 % dotázaných *spíše souhlasí* a 1 % dotázaných *určitě souhlasí*.

5.12 Dílčí výzkumná otázka č. 4

Jaký postoj zaujímá společnost ve věku 20 - 57 let v Uherském Hradišti k aktivnímu přístupu ke stáří?

Poslední čtvrtá výzkumná otázka se věnuje otázkám v dotazníku č. 19 – č. 21, č. 24, č. 25 a č. 27.

Otázka č. 19: Myslíte si, vzdělávání ve stáří je důležité?

Tabulka č. 23 Vzdělávání seniorů

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	13	13 %
spíše souhlasím	51	50 %
nevím	14	14 %
spíše nesouhlasím	20	19 %
určitě nesouhlasím	4	4 %

Graf č. 23 Vzdělávání seniorů



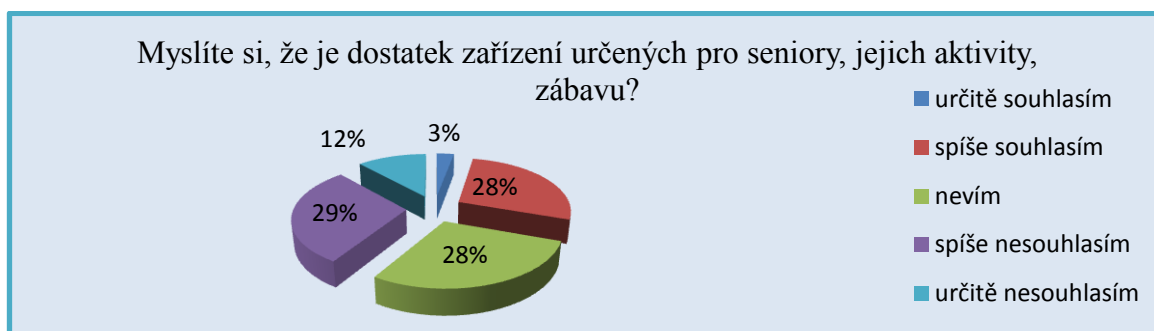
Přesně polovina, 50 % respondentů, *spíše souhlasí*, *určitě souhlasí* 13 % dotázaných, *neví* 14 % dotázaných. Dalších 19 % respondentů *spíše nesouhlasí*, *určitě nesouhlasí* 4 % respondentů.

Otázka č. 20: Myslíte si, že je dostatek zařízení určených pro seniory, jejich aktivity, zábavu?

Tabulka č. 24 Zájmová zařízení

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	3	3 %
spíše souhlasím	28	28 %
nevím	29	28 %
spíše nesouhlasím	30	29 %
určitě nesouhlasím	12	12 %

Graf č. 24 Zájmová zařízení



Celkem 28 % respondentů zaujalo postoj *nevím* na tuto otázku, 3 % dotázaných *zcela souhlasí* s dostatkem zařízení pro seniory, 28 % *spíše souhlasí*, 29 % respondentů *spíše nesouhlasí* a dalších 12 % respondentů *určitě nesouhlasí*.

Otázka č. 21: Myslíte si, že je dostatek zařízení pro seniory určený k jejich vzdělávání?

Tabulka č. 25 Vzdělávací zařízení

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
spíše souhlasím	23	23 %
nevím	38	37 %
spíše nesouhlasím	28	27 %
určitě nesouhlasím	13	13 %

Graf č. 25 Vzdělávací zařízení



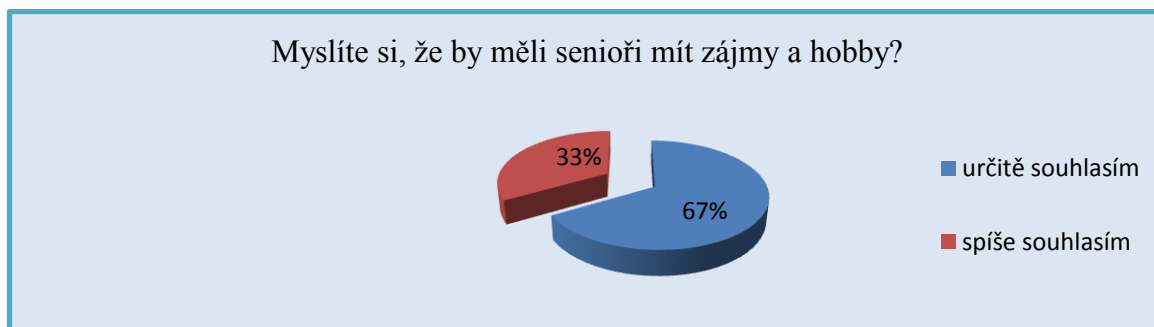
Nejvíce respondentů, tedy 37 % zaujalo postoj *nevím*. Dalších 27 % dotázaných *spíše nesouhlasí*, *určitě nesouhlasí* 13 % respondentů. *Spíše souhlasí* 23 % dotázaných.

Otázka č. 24: Myslíte si, že by měli senioři mít zájmy a hobby?

Tabulka č. 26 Zájmy a hobby

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	68	67 %
spíše souhlasím	34	33 %

Graf č. 26 Zájmy a hobby



V této otázce si respondenti z nabízených možností rozdělili dvě možnosti, a to *určitě souhlasím* s počtem 67 % a *spíše souhlasím* v počtu 33 %.

Otázka č. 25: Myslíte si, že by měli senioři sportovat, cvičit apod. (pokud jim to zdravotní stav umožňuje)?

Tabulka č. 27 Sportovní zájem seniorů

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	63	62 %
spíše souhlasím	30	29 %
nevím	7	7 %
spíše nesouhlasím	1	1 %
určitě nesouhlasím	1	1 %

Graf č. 27 Sportovní zájem seniorů



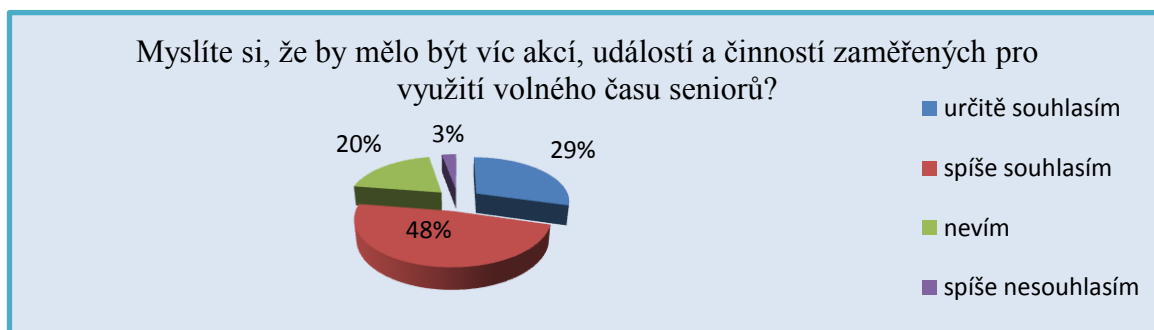
Nejvíce, tedy 62 % respondentů *určitě souhlasí* se sportovní stylem seniorů, 1 % respondentů *určitě nesouhlasí* a také 1 % *spíše nesouhlasí*, 7 % respondentů *neví*, 29 % respondentů *spíše souhlasí*.

Otázka č. 27: Myslíte si, že by mělo být víc akcí, událostí a činností zaměřených pro využití volného času seniorů?

Tabulka č. 28 Události a akce

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	30	29 %
spíše souhlasím	49	48 %
nevím	20	20 %
spíše nesouhlasím	3	3 %

Graf č. 28 Události a akce



Větší kulturní nabídku by uvítalo 29 % respondentů, kteří *určitě souhlasí* a 48 % respondentů, kteří *spíše souhlasí*. Dalších 20 % dotázaných *neví* a 3 % dotázaných *spíše nesouhlasí*.

5.13 Interpretace výsledků

V této kapitole interpretuji získané výsledky na základě předpokladů, které jsem si stanovila.

Podléhá stereotypům a mýtům o stáří veřejnost ve věku 20 – 57 let v Uherském Hradišti? Předpokládáme, že více jak polovina respondentů podléhá stereotypům a mýtům o stáří. Nejvíce ageistický postoj s více jak polovičním zastoupením zaujímají respondenti v **oblasti trhu práce, jednotvárnosti dne a oblasti zdržování**. Naopak respondenti nezaujímají ageistický postoj v oblasti **staří/mládí ošklivosti/atraktivitu**. V ostatních oblastech je postoj spíše neutrální, s malými výjimkami. Pokud ovšem zahrneme jako ageistický postoj i odpověď *nevím*, která může figurovat jako ageistická odpověď, potom můžeme říci, že postoj respondentů je ageistický. Po celkovém shrnutí mohu říci, že postoj respondentů je z větší poloviny spíše ageistický než neageistický a respondenti podléhají stereotypům a mýtům o stáří.

Jaký postoj zaujímá veřejnost ve věku 20 – 57 let v Uherském Hradišti k postavení seniorů ve společnosti? Předpokládáme, že více jak polovina respondentů zaujímá negativní postoj k postavení seniorů ve společnosti. Tento předpoklad se nepotvrdil, protože více jak polovina respondentů zaujímá postoj, že staří lidé a senioři jsou důležití a potřební pro společnost. Zároveň i více jak polovina respondentů uznává, že naše společnost diskriminuje osoby staršího věku a seniory.

Jaký postoj zaujímá veřejnost ve věku 20 – 57 let v Uherském Hradišti k finanční oblasti seniorského života? Předpokládáme, že více jak polovina respondentů zaujímá negativní postoj k finančnímu zabezpečení seniorů. Tento předpoklad se potvrdil na základě toho, že více jak polovina respondentů nesouhlasí s výší penze a vnímá negativně aktuální finanční stránkou seniorů.

Jaký postoj zaujímá společnost ve věku 20 – 57 let v Uherském Hradišti k aktivnímu přístupu ke stáří? Předpokládáme, že více jak polovina respondentů zaujímá pozitivní postoj k přístupu aktivního stárnutí. Tento předpoklad se rovněž potvrdil, na základě toho, že více jak polovina respondentů považuje aktivní styl seniorského života a života ve stáří za důležitý. Rovněž by více jak polovina respondentů uvítala větší rozsah nabídky těchto aktivit a zařízení.

Jaký pohled zaujímá veřejnost ve věkovém rozpětí 20 – 57 let v Uherském Hradišti v rámci problematiky ageismu a způsobům aktivního přístupu ke stáří? Na hlavní výzkumnou otázku odpovídám, že pohled veřejnosti ve věkovém rozpětí 20 – 57 let v Uherském Hradišti v rámci problematiky ageismu a způsobům aktivního přístupu ke stáří, je v rámci problematiky spíše ageistický a v rámci aktivního přístupu ke stáří spíše pozitivní.

5.14 Závěrečné shrnutí kvantitativní části výzkumu

V kvantitativní části našeho výzkumu jsem si kladla za cíl vyzkoumat, zda společnost podléhá ageistickým postojům a jak nahlíží na moderní přístupy ke stáří. Jako výchozí body pro toto zkoumání jsem zvolila některé ageistické stereotypy a mýty, jejichž odborná východiska uvádím v teoretické části naší práce.

Díky výzkumu jsem zjistila, že většina respondentů podléhá ageistickým mýtům a stereotypům. V rámci přejímání ageistických stereotypů a mýtů se respondenti liší v názorech. Nejvíce ageistický postoj zaujímají respondenti v oblasti trhu práce, jednotvárnosti dne a oblasti zdržování. Naopak respondenti nezaujímají ageistický postoj v oblasti staří/mládí ošklivosti/atraktivy, což mě překvapilo, vzhledem k tomu, že dnes slýcháváme a setkáváme se téměř všude kolem nás s vyzdvihováním a upřednostňováním fyzické krásy a atraktivy. Mnoho respondentů také nesouhlasí s aktuální finanční stránkou seniorů. Rovněž se potvrdily domněnky, že zkoumaná veřejnost se pozitivně staví k aktivnímu stylu ve stáří a zároveň by uvítala i více nabídek v tomto směru.

V rámci doplňujícího výzkumu jsem rozeslala padesáti základním školám ve Zlínském okrese krátké dotazníky o třech bodech (plus podbody), kde jsem se zajímala, zda školy přednášejí a učí své žáky o problematice ageismu. Na základě toho doplňujícího výzkumu jsem chtěla navrhnout preventivní praktický program, který by si kladl za cíl předcházet ageistickým postojům již v co nejmladším možném věku a učil by děti neageistickému chování. Bohužel odpovědělo pouze pět škol, takže se výzkum nemohl zrealizovat.

6 KVALITATIVNÍ VÝZKUM

Kvalitativní část této práce se zaměřuje na hlubší porozumění problematice ageismu a moderním přístupům ke stáří. V následující výzkumné části se budu zabývat způsobem myšlení respondentů o ageismu a aktivním stylu stárnutí.

6.1 Cíl výzkumu

Za cíl výzkumu jsem si stanovila vyzkoumat, jakým způsobem respondenti uvažují o aktivním stylu stárnutí a jakým způsobem se projevují ageistické způsoby chování a myšlení. Tento druh výzkumu doplňuje výzkum předchozí.

6.2 Pojetí výzkumu

V rámci zkoumání problematiky ageismu a aktivního stylu stárnutí jsem zvolila kvalitativní metodu, která umožňuje proniknout do myšlení a vnímání respondentů.

6.3 Výzkumné otázky

6.3.1 Hlavní výzkumná otázka

Jakým způsobem se projevuje ageismus a moderní přístupy ke stáří v chování a jednání respondentů?

6.3.2 Dílčí výzkumné otázky

1. Jakým způsobem vnímají respondenti období stáří?
2. Jakým způsobem se projevuje ageistické myšlení a chování?
3. Jakým způsobem vnímají respondenti možnosti aktivního přístupu ke stáří?
4. Jakým způsobem vnímají respondenti možnosti veřejných nabídek aktivního přístupu ke stáří?

Odpovědi (kódové jednotky) na výzkumné otázky neodpovídají jednotlivým otázkám v rozhovoru, ale jsou následně dohledávány v rámci celého rozhovoru.

6.4 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo celkem devět respondentů. Respondenti byli tvořeni třemi skupinami. Každou skupinu respondentů zastupovaly tři osoby.

R1 – žena, 22 let, vzdělání středoškolské s maturitou, povoláním prodavačka.

R2 – žena, 21 let, vzdělání středoškolské s maturitou, nezaměstnaná.

R3 – muž, 22 let, vzdělání středoškolské s maturitou, povoláním číšník.

R4 – muž, 54 let, vzdělání středoškolské s maturitou, povoláním hasič.

R5 – žena, 50 let, vzdělání středoškolské s maturitou, povoláním účetní.

R6 – žena, 55 let, vzdělání středoškolské s maturitou, povoláním pracovnice v sociálních službách.

R7 – muž, 70 let, instalatér, vzdělání vyučení v oboru, povoláním instalatér, nyní v penzi.

R8 – žena, 73 let, vzdělání středoškolské s maturitou, povoláním učitelka v mateřské škole, nyní v penzi.

R9 – žena, 80 let, vzdělání vyučení v oboru, povoláním zdravotní sestra, nyní v penzi.

Výzkumný soubor byl vybírán pomocí prostého záměrného (účelového) výběru. Vzorek tedy není reprezentativní a nedá se zobecnit na celou populaci. Respondenti byli vybíráni na základě toho, zda odpovídali našim požadavkům. Tyto požadavky zněly, aby respondent spadl do zkoumané věkové kategorie.

Tyto věkové kategorie mladší dospělost, starší dospělost a stáří jsem zvolila na základě posouzení jednotlivých názoru jedinců v rámci jejich věku.

Potýkala jsem se problémem, kdy respondenti přislíbili účast, ale nakonec ji častokrát odřekli. Mnoho respondentů rovněž odřeklo spolupráci, jakmile se dozvěděli, že se výzkum zabývá diskriminací starších osob. Nakonec se ale podařilo sehnat požadovaný počet respondentů.

6.5 Výzkumná technika

Výzkumnou techniku jsem zvolila metodu polostrukturovaného rozhovoru. Polostrukturovaný rozhovor se tvoří na základě předem připravených stěžejních otázek. V průběhu rozhovoru může tazatel klást doplňující otázky. Vzhledem k otevřeným otázkám může tazatel lépe porozumět myšlení dotazovaných a proniknout do něj, aniž by respondenti byli omezováni skrze jednotlivé body otázek. Obtíže nastaly v okamžiku, kdy se respondenti dozvěděli, že rozhovory budou nahrávány na diktafon. Proto u některých respondentů byly rozhovory nahrávány a u některých respondentů byly jejich odpovědi

doslovně přepisovány rovnou do notebooku. Tímto však nenastal žádný problém a bylo zaznamenáno každé slovo či citoslovce. Rozhovory, které byly se svolením nahrávány na diktafon, byly posléze rovněž doslovně přepsány do psané formy.

6.6 Průběh sběru dat

Rozhovory byly uskutečňovány v termínu 10. 3. 2012 – 16. 3. 2012, vždy podle časového rozvrhu respondenta. Rozmezí doby trvání rozhovorů se pohybovalo od 30 minut do 120 minut. Jeden případ respondenta a jeho rozhovoru byl po přepisu vyřazen z důvodu nedostatečných informací.

6.7 Způsob zpracování dat

Všechna data byla po přepisu vytištěna. V získaných informacích jsem následně hledala jednotlivé stěžejní kódové jednotky. Kódové jednotky byly od každého rozhovoru, tedy i respondenta vypsány a vyhledány zvlášť. Posléze jsem hledala souvislosti mezi jednotlivými kódy a přiřazovaly je k sobě. Po seskupení jednotlivých kódů jsem vytvořila základní kategorie a daly jim název. Kategorie nesou abstraktní názvy, protože jednou z dovedností sociálních pedagogů by měla být i dovednost operovat s abstraktními pojmy. Kategorie a jednotlivé kódy byly rozděleny i podle skupin respondentů, aby nezanikly specifické rozdíly mezi jednotlivými názory. Kategorie a kódy byly vloženy do tabulek pro lepší přehlednost. Následně jsem jednotlivé kategorie popsala a hledala souvislosti v rámci nalezených kódů a odpovědí respondentů.

Ve způsobu zpracování dat jsem se inspirovala v technice otevřeného kódování, které je součástí metody zakotvené teorie. Jak uvádí Švaříček a Šedřová (2007), mnoho výzkumníků si pro své výzkumné účely vytváří nové metody zkoumání nebo se inspiroují v metodách stávajících. Tento přístup označují jako pragmatický.

6.8 Analýza a výsledky kvalitativních dat dotazníkového šetření

Vzhledem k tomu, že jsem zkoumala tři věkové kategorie respondentů, uvádím získané kódy pro každou věkovou skupinu zvlášť. Nezaniknou tak specifické rozdíly, které se mohou u každé skupiny objevovat.

Na základě této výzkumné otázky a na základě získaných dat jsem odpovědi respondentů rozložila pomocí jednotlivých kódů na dvě kategorie – pozitivní a negativní vnímání období stáří.

Výzkumná otázka č. 1 Jakým způsobem vnímají respondenti období stáří?

Kategorie	1. skupina (21 let – 22 let) Kódy	2. skupina (50 let – 55 let) Kódy	3. skupina (75let – 80 let) Kódy
Na krásné se těšíme (Co považují jako pozitivní na stáří)	Zkušenosti, autorita, čas na zájmy, pohoda, úcta, vnoučata , volný čas, dostatek času.	Více času , další etapa života, moudrost, nadhled, krása stáří, radost z vnoučat , klid odpočinek, pohoda, větší volnost v rozhodování.	Spokojenost, čas na rodinu, více času, klid, užívání si, čas na sebe, pomoc rodiny, radost z vnoučat , nenáročnost, stabilita.

Očekávala jsem, že respondenti budou nejvíce pozitivně laděni ve směru nově nabytého množství volného času a těšení se z existence vnoučat. Odpovědi respondentů často odpovídaly očekáváním. Téměř všichni respondenti pocítovali největší očekávání a pozitivum z přítomnosti vnoučat, například R1: „*A taky vnoučata, že jo.*“ Dále i R3 „*...budu mět kolem sebe vnoučata...*“, R5: „*...starat se o vnoučata...*“, R9: „*Jsem obklopená svojíma vnoučatama.*“ Další pozitiva spatřují respondenti například v těšení se úctě, větší volnosti. Pozitivní jevy související se stářím se u většiny respondentů prolínají v několika rovinách, které v sobě zahrnují například zmíněný dostatek času a tím i možnost věnovat se svým hobby. R3 uvádí: „*V podstatě se na něho těším. Tak...nebudu muset chodit do práce, budu mět kolem sebe vnoučata, když se podaří...budu mít čas na koníčky, například rybaření! Čas na domácnost.*“ I respondenta druhé skupiny R4 provází pozitivní myšlení: „*Chystám si práci na stáří, kterou budu dělat, až budu mít víc času, že na to budu mít času.*“ Nadšení z vidiny většího množství volného času můžeme chápat z důvodu, že panuje všeobecně rozšířený jev, kdy má většina společnosti pocit, že „nic nestíhá“ a čas na to bude mít „až budu starý/á“. Tento jev můžeme chápat jako částečně ageisticky založený, přesto v tom můžeme spatřit pozitivum stáří. Radost z dostatku času pocítoují rovněž respondenti třetí skupiny, například R8 uvádí: „*Já teď mám spoustu času dělat i to, co chci. Já si to víceméně jakoby užívám. Až na nějaké ty drobnosti, ale to je vždy a všude.*“ Co nás

ovšem pozitivně překvapilo, bylo to, že všichni respondenti třetí skupiny se cítí spokojeni. Respondenti třetí skupiny se tak nejčastěji shodovali ve spokojenosti a radosti z rodiny. R9 říká: „*Já neutrácím, já už teď nic nepotřebuju, co bych taky potřebovala, všechno mám... Jsem spokojená, hlavně ať mě slouží zdraví.*“ Rovněž R8 se cítí spokojeně: „*Obávat, ne to ani ne. Já jsem teď celkem spokojená, žiju klidně, uvidíme, co bude, ani ne. Co bude, to bude.*“ I R7, u kterého převládají spíše negativistické názory, pociťuje spokojenost: „*Já jsem spokojený, to záleží jenom na mě. Jak přemýšlím, co dělám. Každý si to musí zařídit sám.*“ Další pozitiva stáří jsou respondenty viděny v klidu, pohodě, odpočinku, úctě a moudrosti. Například R6 se velmi těší, až si ve stáří odpočine: „*Ne, už bych si chtěla odpočinout.*“ R6 považuje stáří a seniorský život spolu s dalšími respondenty za jakousi „etapu odpočinku“. Respondenti první skupiny pociťují rovněž ke starším lidem přirozený respekt a úctu, která podle jejich výpovědí plyne z věku. Tedy i R3: „*Protože bych cítil vůči staršímu asi nějakou větší úctu, že toho víc zažil, že má víc zkušeností.*“ Další respondentka, která i přes vypozerované ageistické postoje, vypovídá: „*Měla bych k tomu staršímu víc autority a přirozený respekt.*“ Nejčastěji se tedy prolínají a objevují pozitiva stáří jako klid, dostatek času, vnoučata.

Kategorie	1. skupina (21 let – 22 let) Kódy	2. skupina (50 let – 55 let) Kódy	3. skupina (75let – 80 let) Kódy
Něčeho se bojíme (Co považují jako negativní na stáří)	Potřeba pomoci od druhých, nedostatek sil, finanční problémy , větší chorobnost , únava, nežádoucí fyzické projevy, špatný fyzický stav.	Chorobnost , úpadek sociálních kontaktů, samota, finanční problémy , pozdní odchod do penze, špatný zdravotní stav, odsunutí mladší generací.	Velké finanční problémy , dostačující finance.

Negativní stránku stáří a seniorského života spatřují respondenti především v tíživé finanční situaci. I když jsou tři skupiny, které se podstatně liší věkovým rozmezím, všichni respondenti si uvědomují aktuální nedostatečný finanční stav. Zajímavý náhled podávají respondenti první skupiny, kteří spatřují v seniorském finančním životě dva protiklady, nad kterými se pozastavují, R3 uvádí: „*Tam si myslím, že někteří hůř, někteří líp. Podle toho, co za svůj život dokázali, jestli spořili, nespořili, jaké měli zaměstnání...myslím si, že to je taková otázka, na kterou se nedá jednoznačně odpovědět. Jsou senioři, kteří si jezdí v nových bavorákových, a jsou senioři, kteří obrací každou korunu v kapse.*“, R2 hovoří podobně: „*No já když vidím, když přijedou k tomu Kauflandu tou novou Fiestou. Tak někteří důchodci jsou na tom hodně špatně, žijí od důchodu k důchodu a jsou zase druzí, že mají dobrý průměr, že na tom nejsou zase tak špatně, mají na nové auta a tak.*“ O finančních potížích hovoří i R8: „*Jsem na hranici na chudoby, my jsme generace, která byla negramotná finančně, stát se nám o všechno staral a my jsme se netušili, že máme něco dělat, spořit si na něco.*“ Přestože R8 i R7 pociťují úskalí ve finanční oblasti, výše si můžeme přečíst, že u respondentů třetí skupiny převládá všeobecný pocit spokojenosti. Naproti tomu R9 je se svou finanční situací spokojen: „*Beru důchod aj po manželovi, tak mě to stačí, беру дванáct tisíc, to si ani ty nevydělaš... No to ano, vystačím, mě i zbyde. Ale někteří jsou na tom hůř, taky znám takové. Že jim to nestačí a musí si šetřit moc. Ne, to ne, já vystačím.*“ Dle výpovědí můžeme tedy říci, že finanční problémy nemusí znamenat

velkou ztrátu v pocitu spokojenosti. Co se týče finanční stránky, druhá skupina respondentů zaujímá rozporuplný postoj, kdy R4 uvádí: „Mám (penzijní připojištění). Nemyslím si ale, že je to důležité. Kolektivně jsme si to udělali v práci.“, i R5 si lehce protiřečí: „Tak já myslím, že s důchodem vystačím, mám i něco našetřeného bokem a děcka budou taky už pryč... A zase tak moc toho potřebovat nebudu, ne? Takže zase, no, když pro někoho to důležité asi je.“ Naproti tomu R6 zaujímá zcela opačný postoj než R4: „Ano, mám (penzijní připojištění) a teď jsem si zvýšila. Ano, je, protože můžou nastat nějaké životní změny a nečekané události a člověk by na to měl být připravený.“ Respondenti první a druhé skupiny společně pociťují negativum ve zvýšené chorobnosti a zhoršujícím se zdravotním stavu. R3 uvádí: „Taky třeba skleróza, ztráta paměti, zapomínání... a potom u některých to může být u starších lidí až demence... že, tady tyhle.“ R2 rovněž uvádí: „Protože s přibývajícím věkem budu potřebovat pomoc, a už jakoby to, nebudu mít tolik sil.“ Jako negativem stáří operují i R5: „Obavy nemam žádné, až na ten zdravotní stav.“ R4 má však obavy z jiného důvodu: „Spíš toho, že mi bude chybět styk s lidima.“ Kdežto R6 spojuje myšlenky předchozích dvou respondentů do jedné: „No a netěším se na nemoci, jo člověk musí být s tím smířený, že ty nemoci a to stárí, to z toho vyplývá ty nemoci, jakože asi... na ty nemoci, asi. A aby člověk nezůstal sám.“ Respondenti třetí skupiny však nepociťují fyzická úskalí, či velké problémy po zdravotní stránce. Ani u jednoho respondenta nepadla zmínka o znepokojující závažnosti jeho zdravotního stavu. Pouze se respondenti třetí skupiny zmínili o aktuálních onemocněních. Rovněž respondenti první skupiny pociťují negativa stáří ve fyzickém vzhledu a ve viditelných fyzických projevech. Přesto všechny respondenty spojuje negativní pocit v oblasti financí a skupiny jedna a dvě provází obava z onemocnění a fyzického stavu. Podléhání stereotypům a mýtům o stáří je zde naznačeno, kdy se většina respondentů obává vysoké nemocnosti a chorobnosti, kterou považuje za samozřejmé doprovázení stáří.

Výzkumná otázka č. 2 Jakým způsobem se projevuje ageistické myšlení a chování?

Kategorie	1. skupina (21 let – 22 let) Kódy	2. skupina (50 let – 55 let) Kódy	3. skupina (75let – 80 let) Kódy
Nevhodně se chováme (Ageismus, ageistické projevy)	Zdržování, špatná osobní hygiena, povyšování, soucit, pomalost, lítost, neaktivnost, protivnost, nízká výkonnost, důraz na mládí , obtěžovat, otravovat, zneužívat, povyšovat, nutnost dohledu a péče, agresivita, typické seniorské akce.	Zabírání pracovních míst, negativní kampaně, negativní přístup médií, utlačování starších osob, finanční marnivost, neustálé sledování TV, nevhodné zacházení, stěžování si, častá návštěvnost lékařů, bezohlednost a drzost mladé generace .	Laxní přístup, vulgárnost mládeže, absence projevu úcty, absence pozitivních hodnot, vyzdvihování mládí a krásy .

Otázky, které jsem pokládala v rozhovorech, měly za úkol ve většině případů vypořádat ageistické myšlení. Ovšem i bez podtextu respondenti v rámci svých odpovědí často odhalovali ageistické a diskriminační postoje vůči seniorům. U některých respondentů byly tyto ageistické názory „pěkně zabalené“, nicméně nepřehlédnutelné. Nejvíce respondenti spatřují ageistické myšlení ve způsobu přístupu médií k veřejnosti a ve všeobecném vyzdvihování krásy a především mládí. Nejvíce se projevovaly u první skupiny, ve které se promítaly některé stereotypy a mýty o stáří, občas se tomu ovšem nevyhnuli ani respondenti druhé a třetí skupiny. U třetí skupiny docházelo nejen ke zkušenostem s diskriminačním a nevhodným chováním veřejnosti, ale i k vlastnímu ageistickému myšlení. Všechny tři skupiny respondentů také vypovídají o tom, že i ony samy se setkávají s ageistickým chováním a odsuzují ho. Uvádím zde tedy několik zajímavých kontrastních odpovědí. R2: „Tož, že se o ty důchodce musíme starat my, jakože my mladší...“, „... jsou pořád zapšklí a tak.“, „Jo, já když vidím, jak na mě v obchodňákách ti

důchodci najíždějí s těma košíkama. Obtěžují a tyranizují je, ty mladší jako, ty vrstevníky, třeba v obchodech a v MHD a zneužívají svoje stáří.“ R2 zároveň uvádí: „Protože většina lidí, no dnešní mladí lidi nemají přirozený respekt ke starším lidem, nejsou zvyklí jim pomáhat a dřív se s nima žilo v jedné domácnosti a dneska se ubytují, dají se do domova a nemají starosti s nima.“ R3 uvádí: „, Protože slychávám od starších lidí, než jsem já sám, že si stěžují, že si nemůžou najít práci, každý chce mladé lidi. Omlazování kolektivu jo, v podstatě je to nad čtyřicet let nežádoucí.“, „Mladí jsou výkonnější, mají novější názory, ne novější, možná modernější, bych řekl názory. Ti starší už mají naučené něco zajetého, nesnaží se ty svoje nápady jakoby modernizovat, když to funguje, tak to funguje, nesnaží se vymyslet něco nového.“ Dále R3 pokračuje v ageistickém myšlení s obhajobou: „Protože někteří mladí si myslí, že jsou protivní, někteří senioři se povyšují, jo, že mají pravdu a pravdu nemají. Proto se na ně tak díváme. Hlavně po té pracovní stránce, zaměstnavatelé nechcú mít staré zaměstnance. První se propustí senioři, že. Výkonově nestačí, jsou nemocí a tak.“ Odpověď R1 byla překvapivá: „...třeba kvůli tomu, že jsou pomalí a někde zdržujou a někteří zapáchají...“ Ve druhé skupině respondentů jsem se setkala s mírnějšími typy odpovědí. Například R6 uvádí, že se s diskriminací starých lidí nesečkala, zároveň však potvrzuje, že existuje, protože osobám v produktivním věku se vyhýbá: „Já jsem ještě v produktivním věku, takže jsem se tím ještě nesečkala... možná existuje, já nevím přesně.“ R5 uvádí, že diskriminace starých osob pravděpodobně existuje: „V oblasti práce, v zaměstnání, tak.“ R4 zastává jednoznačný názor: „Myslím si, že je to negativní náhled poslední doby, je zaviněný sdělovacíma prostředkama a negativníma kampaněma. Vlášda hlavně, vykládají pořád, že mladí budou dělat na důchodce, že jich bude přibývat, tak ať se nečiví. To je tím.“ Respondent třetí skupiny, R8, uvádí vlastní zážitky a názory na mladší generace: „...já jdu raději pryč, vím, že musím na děčka slušně, tišeji, ale chovají se hrozně. Když tady před panelákem křičí a chovají vulgárně, nedá se s nima moc domluvit. Jinak ne, jak říkám, nejsem konfliktní typ, raději jdu pryč. Mladí dnes nemají úctu. Nemají hodnoty.“ R7 také uvádí negativní pocity: „Akorát, tady co jsou děčka, tak na mě volají dědo, jo, jsou vulgární, sprostí, ničeho si neváží, nemají úctu. Jednou mě malý kluk řekl dědo, tak povolávají dědo. Ale jinak jsem nějaký výrazný konflikt neměl. Já se toho radši straním. Ale dneska se ty lidi a to všechno chová otřesně! Otřesně! Jak jsou sprostí, neumí se chovat, vůbec, ničeho si neváží, to je dneska úplně někde jinde!“ U R7 můžeme vidět negativní myšlení až podléhání ageistickému jednání u sebe sama: „Ne, nevím, proč bych měl, mě to nezajímá... Asi jo. Ale mě to nezajímá, já to nepotřebuju... Ne, jak říkám, jak už

jsem řekl několikrát, jsou to blbosti, já mám svoje... Já to neřeším, dneska jak se chovají, to je úplně někde jinde než za nás, dneska to nemá smysl cokoliv řešit, svět se stejně zničí sám. Tady ti kontroloři, ty virtuální nesmysly! Nikdo není ničím.“ R9 se nesetkala s ageismem, což odůvodňuje i tím, že bydlí na vesnici, nikoliv ve městě a přístupy obecně se tak mohou lišit: „Ke mně se chovají slušně. Tady se k sobě chováme slušně... Na vesnici se to tak nebere jak ve městě.“

Výzkumná otázka č. 3 Jakým způsobem vnímají respondenti možnosti aktivního přístupu ke stáří?

Kategorie	1. skupina (21 let – 22 let) Kódy	2. skupina (50 let – 55 let) Kódy	3. skupina (75let – 80 let) Kódy
Pozitivně žijeme (Smysluplné stáří/aktivní stárnutí – hobby, vzdělávání, zájmy, aktivity)	Hudební akce, udržení životního stylu, duševní zdraví, lepší zdravotní stav, fyzické zdraví , nižší chorobnost, využití volného času, smysl života, domácí práce, chataření, procházky, sport, cestování, četba, přehled, PC kurzy.	Informovanost, prodlužování stáří, kulturní vyžití, aktivní styl, duševní hygiena, udržení fyzické kondice , univerzity třetího věku, taneční akce, krizové linky, četba, cvičení, divadelní představení, chalupaření, cestování.	Potřeba aktivního stylu života , potřeba zájmů, domácnost jako hobby, potřeba aktivizace sebe sama, vzdělávací instituce, nezájem, laxní přístup, četba, vzdělávání se, procházky, chataření, sociální kontakty, cvičení, výstavy, knihovna, přednášky, hudební události, cestování, zahradničení.

Myšlenky prožívat stáří aktivním způsobem se setkaly s pozitivními reakcemi všech respondentů. Všichni shodně tvrdili, že aktivní styl života pomáhá udržet nejenom fyzickou stránku člověka na lepší úrovni, ale také především pomáhá psychickému zdraví člověka, což považují za nejdůležitější. Nejčastějšími odpověďmi, jak prožívat aktivní stáří, byly proto nabídky sportu, vzdělávání, cestování, kulturní život. Rovněž u respondentů panoval i názor, že aktivnější zapojení do života kolem člověka přináší i větší informovat, a tím i obohacení života člověka. Každý respondent tak dokázal vystihnout, co do aktivního stylu stáří pravděpodobně patří, odpovědi se ovšem lišily na základě jeho informovanosti a povědomí o tomto tématu. Například respondenti první skupiny neměli

příliš povědomí o univerzitách třetího věku, zatímco ve druhé a třetí skupině byli respondenti dobře obeznámeni s touto nabídkou. Respondentka třetí skupiny tyto nabídky aktivně využívala. Pojdme si tedy uvést některé odpovědi respondentů, které nám nastíní rozdíly i společné vnímání této otázky, v rámci skupin respondentů. Například respondenti první skupiny považují aktivní styl stáří za důležitý, neboť pomáhá předcházet fyzickému a duševnímu úpadku. R1 tedy uvádí: *„Určitě je dobré mít co nejvíce koníčků, protože pak se člověk necítí starý a cítí se líp, když má pořád co dělat. Nemyslí na to, co ho kde bolí... Ano, aby měli přehled o nových věcech a nebyli zaostalí a pak jich mladší generace nediskriminovali. A je určitě dobré, aby se naučili třeba s počítačem.“* V druhé části odpovědi se ovšem promítá ageistické myšlení respondenta, které naznačuje, že mladší generace diskriminuje starší osoby i proto, že jsou *zaostalí v nových věcech*. R2 uvádí: *„Sportovat, tož ano. Aby byli zdraví, a aby si udrželi nějaký životní styl a s tím spojené duševní zdraví, a taky budou méně nemocní.“* Zároveň R2 hovoří o tom, že je důležité mít koníčky a zájmy i z důvodu zužitkování volného času: *„Jo. Aby nějakým způsobem zužívali svůj volný čas.“* U R3 panuje podobný názor, ovšem i zde můžeme pocítit ageistické myšlení, zejména v úseku, kdy respondent hovoří o klasicky rozšířeném mýtu *„nic nedělání seniorů a sedění u televize“*: *„Kvůli využití volného času. Protože, když nemá senior koníčky, nebo zájmy, tak sedí u televize, z toho plyne i zhoršování pohybových schopností, kdežto když se věnuje nějakému koníčku, tak si myslím, že pohybové problémy přichází později. Myslím si, že se člověk cítí psychicky líp, že má co na práci, má se čemu věnovat, nejenom sedět a říkat si, že jsem starý a nic nemůžu dělat... Myslím si, že trošku aktivity by jim neuškodilo, právě protože, že už jak jsem řekl, myslím, že přichází, jakože daleko později pohybové problémy, když aspoň něco trochu dělají, neříkám, kdoví jak, ale jo, trošku si myslím, že by ten pohyb neuškodil.“* Respondent druhé skupiny R5 považuje aktivní styl života ve stáří rovněž za důležitý z důvodu: *„Protože si svoje mozkové buňky neustále obnovují a neupadá intelekt.“* R4 i R6 rovněž vypovídají o důležitosti aktivního stylu života. Respondenti třetí skupiny aktivní styl stáří prožívají a důvody, proč tomu tak je, jsou podobné, jako uvádějí respondenti předešlých skupin. R8: *„Ano, absolvovala jsem univerzitu třetího věku... Velmi mě to naplňovalo a bylo to moc fajn... Chodila jsem cvičit, takže čekám, až to bude zase úplně dobré, abych mohla znovu... Jinak asi ta chata nejvíce a potom tak různě, záleží i na počasí, jestli ty procházky, čtení nebo tak no... Tak chodíme s manželem na senior band, když hrají, jinak moc ne... Ale třeba na výstavy, když je tady něco zajímavého... Je důležité, aby člověk nečekal, co mu spadne do klína, ale i sám se*

zajímal a nějak se vždy cvičil a pružil a neuvadál. Je důležité mít koníčky a zájmy.“ I R9 vypovídá: „Baví mě moje domácí zvířectvo, tím se udržuji, jinak čtu každý den, čtu noviny a chodím do knihovny, tam si půjčuju časopisy.“ I když tedy R8 využívá množství nabídek aktivního stylu života ve stáří, R9 a R7 nepovažují za důležité zúčastňovat se veřejných aktivit a raději si aktivní styl zařizují a užívají dle svého. Ano, i tato možnost je jednou z variant aktivního stylu stáří. Nezáleží tedy na tom, co všechno navštěvují, ale jakým způsobem se k tomu postaví. R7: „Ale mě to nezajímá, já to nepotřebuju... Ne, jak říkám, jak už jsem řekl několikrát, jsou to blbosti, já mám svoje... To čtení, výstavy, sem tam někam zajdu, na výstavy, na procházky. Historie, filosofie, umění... Na procházky ale málo, to musí mít účel ty procházky. Taky na chatě...“ R9 uvádí: „Ne, mě to už k ničemu není... Baví mě moje domácí zvířectvo, tím se udržuji, jinak čtu každý den, čtu noviny a chodím do knihovny, tam si půjčuju časopisy... chodím po zahradě, a tak toho mám dost a to mě stačí.“

Výzkumná otázka č. 4 Jakým způsobem vnímají respondenti možnosti veřejných nabídek aktivního přístupu ke stáří?

Kategorie	1. skupina (21 let – 22 let) Kódy	2. skupina (50 let – 55 let) Kódy	3. skupina (75let – 80 let) Kódy
Dopředu myslíme (Názor na nabídky aktivního stylu stárnutí)	Nezájem, laxní přístup, absence nabídek, dostatek nabídek.	Dostatek nabídek, vzrůst nabídek, pestrost nabídek, nedostatek nabídek.	Nízká pestrost nabídek, nezájem, dostatek nabídek.

Názory v této kategorii se překvapivě lišily dvěma naprosto rozdílnými způsoby. Jedna část respondentů tvrdila, že nabídek k aktivnímu stylu stárnutí není příliš mnoho, spíše málo, další část zase operovala s představou, že nabídek je dostatek. Překvapivé tedy opravdu bylo, že každý respondent zaujímal jiný názor. Například R3: „*Myslím, že jo, nicméně nevím, protože se o to nezajímám, že. Ale myslím si, že jsou.*“ Oproti tomu R1 má přesnější názor: „*Určitě, moje babička na ně chodí. A děda. Pravidelně. MDŽ, zájezdy pro důchodce jsou, to bývá každý měsíc... Určitě by jich mohlo být víc.*“ R2 zaujímá podobný názor jako R3: „*Jo jsou, nějaké ty hudební pro ně a tak. Ale přesně, to nevím.*“ R6 sdílí přesvědčení, že nabídek je dostatek: „*Jojo, bývají, co tak čtu, nebo slyším a vidím, hodně i zájezdy se pořádají, nebo zájezdy do divadla, na poutě, já si myslím, že je nabídka pestrá.*“ R5 uvádí: „*Je jich málo, ale ano, jsou. Ale nevím jaké, teď přesně.*“ Můžeme tak vidět, že většina respondentů sice uvádí, že je dostatek či naopak nedostatek nabídek, ale nemají povědomí o konkrétních podobách. Podobně hovoří i R4: „*Nabídek není dost. Nikdy. Ale já nic konkrétního neznám. Asi proto, že se teď o to ještě nezajímám.*“ R9 zaujímá neutrální postoj, ve kterém vyjadřuje povědomí o nabídkách, ale nevyužívá je: „*Tak o to se já nestarám, mě to nezajímá, ale něco obec asi pořádá, já to občas slychávám, nebo čtu v novinách něco. Ale jsou tady, oni to pořádají, ale já na to nechodím.*“ R8 předkládá názor o důležitosti vlastní aktivizace: „*Já myslím, že když člověk chce, tak si vždy najde to, co potřebuje. Takže ano, myslím si, že tady něco je. Ne asi ne moc veliký výběr nějaký, ale jsou tady různé výstavy, a hodně tady dělá ta univerzita.*“ Naopak R7 nejeví zájem o

aktivnější styl v rámci veřejných nabídek, neboť to nepovažuje za důležité, a jak jsme již výše uvedly, aktivní styl využívá v rámci vlastního vedení.

6.9 Závěrečné shrnutí kvalitativní části výzkumu

V kvalitativní výzkumné části jsem se zabývala zkoumáním ageistického myšlení respondentů. Rovněž jsem se zabývala přístupem respondentů k aktivnímu stylu stárnutí. Během výzkumu jsem vyzorovala, že se u respondentů objevuje zajímavé prolínání jednotlivých témat a postojů. Během rozhovorů a zpracování dat vyšlo najevo, že i když respondenti často prezentují své názory s tím, že nezauímají ageistické postoje, po hlubším prozkoumání mohou říci, že ve většině případů spíše zauímají. Ageistický způsob myšlení se promítá u respondentů do různých oblastí – do jejich přemýšlení o seniorském životě a seniorech (například finanční oblast, zdravotní oblast), do způsobu slovního vyjadřování o stáří a seniorech i do jejich hodnotové orientace.

Z výzkumu vyplývá, že respondenti nahlíží na období stáří dvěma způsoby. Pozitivním a negativním. Jako pozitivní jevy ve stáří spatřují nově nabyté množství volného času, které mohou využít k rozvíjení svých zájmů, aktivit. Rovněž respondenti pozitivně oceňují to, že mohou nakládat se svým časem, jak chtějí. Dalším pozitivum spatřují respondenti v těšení se z přítomnosti vnoučat. Rovněž převládá názor, že respondenti se těší na klid a pohodu. Jak jsme mohly zjistit u třetí skupiny respondentů, převládá také spokojenost, a to i přes některé negativní překážky. Jako negativní jevy stáří se projevila finanční stránka seniorského života a dle respondentů také obavy ze zdravotního stavu. V této oblasti se ovšem názory rovněž lišily, kdy respondenti zauímali rozdílné názory v tom, že záleží na tom, jaký život žil senior před odchodem do penze (jaké měl povolání, zda má našetřeno, apod.).

Názory všech tří skupin se častokrát shodovaly, což považuji za překvapivé. V některých oblastech se lišily, v čemž vidím jako příčinu věkové rozestupy respondentů.

Stěžejním bodem tohoto výzkumu bylo vyzkoumat, jak se u respondentů projevuje ageistické myšlení. Jak jsem již výše napsala, zjistila jsem, že se ageistické názory promítají do všech zkoumaných oblastí. Častokrát jsem se setkala s názorem či odpovědí respondenta, který se snažil vyjádřit pozitivní či neutrální myšlenku, či tvrdil, že ostatní lidé diskriminují seniory a starší osoby, avšak on sám jednal či myslel pod vlivem ageismu. Toto zjištění považuji za stěžejní bod této části práce, neboť nám jasně ukazuje, že naše

společnost často jedná pod vlivem ageismu (ať vědomě či nevědomě), i když je přesvědčená o opaku. Rovněž jsem si tak potvrdila kvantitativní část výzkumu, a to že veřejnost podléhá stereotypům a mýtům o stáří (například v oblasti zdržování, nemocnosti, či „nemoderního“ chování/jednání). Rovněž jsem zjistila, že respondenti třetí skupiny přebírají v některých případech (například v oblasti vzdělání a zájmů) ageistické způsoby chování a myšlení.

Způsob vnímání aktivního stylu života ve stáří byl všemi respondenty prezentován jako velmi důležitý a zásadní pro psychické i fyzické zdraví člověka. Tento výzkum díky hlubšímu zkoumání potvrdil, že všichni respondenti zaujímají tento názor, každý však v jiné, přesto stejné verzi (respondenti první a druh skupiny – větší informovanost, zlepšení zdravotního stavu, respondenti první skupiny – výplň volného času, respondenti třetí skupiny – čas na to, na co chtějí, výplň volného času, udržování zdravotního stavu).

V neposlední řadě jsem se také zabývala způsobem nahlížení respondentů na veřejné nabídky k aktivnímu stylu stárnutí. Zde jsem zjistila, že každý respondent zaujímá názor jiný (nabídek je dostatek kontra nabídek je málo) vzhledem k tomu, zda se o danou problematiku zajímá, či ne. Přesto je velmi zajímavé, že respondenti mají často přehled o jiných seniorských aktivitách, o jejich způsobech života, či o tom jak by měli senioři žít, ale nad tím, zda k tomu mají možnosti, se již častokrát nepozastavují.

Vzhledem k vypracování dvou variant výzkumu (kvalitativní a kvantitativní) a vzhledem k tomu, že výzkumy na sebe navazovaly a opíraly se navzájem, mohu závěrem říci, že se vyzkoumaná data navzájem potvrzují. Respondenti podléhají ageistickým postojům a způsobům myšlení, vědomě či nevědomě a přebírají si tento styl myšlení i do dalších oblastí, což považuji za velmi negativní. Respondenti jsou na základě vypořádaných dat ovlivněni všeobecným působením společnosti a podléháním zažitých stereotypů. Na druhou stranu mohu říci, že zkoumané soubory upřednostňují aktivní styl života ve stáří, s pozitivními postoji přijímají a vyžadují nové nabídky v této oblasti. Z určitého úhlu pohledu tak může vzniknout kruhové dilema – společnost podléhá ageismu, avšak zároveň se snaží jít vstříc aktivním a novým trendům ve stáří.

ZÁVĚR

Tato práce si kladla za cíl pojednat o aktuálním tématu v naší společnosti, tedy o ageismu a rovněž o moderních přístupech ke stáří. V době, kdy byla již tato práce hotová, se opět začalo veřejně a mediálně diskutovat o prostředcích pro seniory k aktivnímu stylu stárnutí, které bohužel v naší zemi častokrát chybí. Je smutné, že i když tato práce pojednává na jedné straně o negativním jevu společnosti, tedy o ageismu, zasahuje to i téma aktivního stylu stárnutí, který by měl být spíše tématem pozitivním. V tomto případě se nejedná jenom o to, jaký stín to bude vrhat na tuto práci, ale především je důležité, že veřejné, mediální a vládní tlaky a koncepty mohou narušit moderní přístupy osob ke stárnutí, hlavně názory a postoje samotných seniorů, jejichž cílem má aktivní styl stárnutí být. Přesto jsem se snažila v této práci pojednat o problematice ageismu, o souvislostech, příčinách, následcích a důsledcích a samozřejmě i o krocích vedoucí ke zmírnění tohoto nežádoucího jevu. Rovněž tato práce nabídla pojednání o nových moderních přístupech ke stáří, o aktivním stylu stárnutí – o možnostech, souvislostech, nabídkách, ale i překážkách, které mohou seniory v tomto směru zbrzdit.

Praktická část se zabývala zkoumáním pohledů na možnosti aktivního moderního stylu stárnutí a rovněž se zabývala povědomím veřejnosti o ageismu, výskytu ageistického myšlení a výskytu ageismu v jednotlivých oblastech uvažování a jednání veřejnosti. Praktická část tak nabídla čtenáři výzkumný celek, na němž si mohl prohlédnout a prozkoumat nejčastější stereotypní ageistické projevy a názory na aktivní styl v polední etapě života jedince.

Závěrem bych chtěla podotknout, že pokud alespoň jedné osobě napomůže má práce ve změně svých postojů či si uvědomění si, že ageismus a takovéto chování je jevem velmi nevhodným a nežádoucím, budu považovat svou práci a její přínos za úspěšný.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BOČKOVÁ, L., Š. HASTRMANOVÁ a E. HAVRDOVÁ, 2011. *50+ Aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut. ISBN 978-80-904153-2-4.

FARKOVÁ, Marie, 2008. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. vydání. Praha: Univerzita Jana Ámose Komenského Praha. ISBN 978-80-86723-64-8.

FISCHER Slavomil a Jiří ŠKODA, 2009. *Sociální patologie: analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2781-3.

GRUSS, Peter, 2009. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Přeložila Lucie Simonová. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-605-6.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ, 2000. *Psychologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-303-X.

HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2010. *Fenomén stáří*. 2. přepracované vydání. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HOLMEROVÁ, I., B. JURAŠKOVÁ a K. ZIKMUNDOVÁ, eds., 2007. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. 3. přepracované a doplněné vydání. Praha: Gerontologické centrum. ISBN 978-80-254-0179-8.

JANODUREK, Jan, 2001. *Sociologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-535-0.

JORDI, Vigué, 2006. *Zdraví pro třetí věk*. Přeložila Lucie Kubešová. Praha: REBO. ISBN 80-7234-536-2.

KALVACH, Zdeněk, et al., 1995. *Vybrané kapitoly z geriatrické a medicíny chronických stavů II. díl: pros studující lékařských fakult a praktické lékaře*. Praha: III. Interní klinika 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy. ISBN 80-7184-001-7.

KALVACH, Zdeněk a Alice ONDERKOVÁ, 2006. *Stáří: pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén. ISBN 80-7262-455-5.

KURIC, Jozef, 2000. *Ontogenetická psychologie*. Praha: Akademické nakladatelství CERM. ISBN 80-214-1844-3.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2002. *Psychologie nemoci*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0179-0.

- KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2011. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3604-4.
- LANGMEIER Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie*. 2. aktualizované vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1284-0.
- MALÍKOVÁ, Eva, 2011. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3148-3.
- MIOVSKÝ, Michal, 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1362-4.
- MÜHLPACHR, Pavel, 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita v Brně. ISBN 80-210-3345-2.
- PACOVSKÝ, Vladimír, 1990. *O stárnutí a stáří*. Praha: AVICENUM. ISBN 80-201-0076-8.
- PALMORE, Erdman B., 1999. *Ageism: negative and positive*. Second editon. New York: Springer. ISBN 0-8261-7001-3.
- POKORNÁ, Andrea, 2010. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3271-8.
- RYCHTAŘÍKOVÁ, Jitka a Věra KUCHAROVÁ, 2008. *Rodina, partnerství a demografické stárnutí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Přírodovědecká fakulta. ISBN 978-80-86561-52-3.
- ŘÍČAN, Pavel, 2004. *Cesta životem: vývojová psychologie*. 2. vydání. Praha: Portál. ISBN 80-7367-124-7.
- SÝKOROVÁ, Dana, 2007. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 978-80-86429-62-5.
- STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. Přeložil Jiří Krejčí. Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.
- ŠITELC, Miroslav, 2004. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-920-8.
- ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ, eds., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.

- TOŠNEROVÁ, Tamara, 2002b. *Špatné zacházení se seniory a násilí v rodině*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, Ústav lékařské etiky 3. LF UK Praha. ISBN 80-238-9505-2.
- TOŠNEROVÁ, Tamara, 2002a. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, Ústav lékařské etiky 3. LF UK Praha. ISBN 80-238-9506-0.
- TRAXLER, A.J., 1980, cit. podle TOŠNEROVÁ, Tamara, 2002a. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, Ústav lékařské etiky 3. LF UK Praha. ISBN 80-238-9506-0.
- VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1318-5.
- VACÍNOVÁ, M., D. TRPIŠOVSKÁ a M. FARKOVÁ, 2010. *Psychologie*. 2 rozšířené vydání. Praha: Univerzita Jana Ámose Komenského Praha. ISBN 978-80-7452-008-2.
- VENGLÁŘOVÁ, Martina, 2007. *Problematické situace v péči o seniory: příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2170-5.
- VIVODIČOVÁ, Lucie, 2008. *Stárnutí, věk a diskriminace: nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav. ISBN 978-80-210-4627-6.
- VYMĚTAL, Jan, 2003. *Lékařská psychologie*. 3. aktualizované vydání. Praha: Portál. ISBN 80-7178-740-X.
- WALSH, Danny, 2005. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*. Přeložil Jiří Foltýn. Praha: Portál. ISBN 80-7178-970-4.
- ŠIKLOVÁ, Jiřina, 2005. *Jak přežít stáří*. [online]. 10.3.2005 [cit. 2012-01-04].
Dostupné z: <http://www.umirani.cz/detail-clanek/jak-prezit-stari.html>.
- FINANČNÍ NOVINY, 2011. *Porovnáváme výši důchodů v Česku a Německu*. [online]. 7.11.2011 [cit. 2012-01-04]. Dostupné z: <http://www.financninoviny.cz/zpravy/porovnavame-vysi-duxodu-v-cesku-a-nemecku/711695>.

SEZNAM OBRÁZKŮ

Graf č. 1 Zastoupení respondentů dle pohlaví

Graf č. 2 Zastoupení respondentů dle věku

Graf č. 3 Dosažené vzdělání respondentů

Graf č. 4 Dlouhodobá paměť

Graf č. 5 Onemocnění seniorů

Graf č. 6 Sexualita seniorů

Graf č. 7 Ne/atraktivita

Graf č. 8 Duševní schopnosti seniorů

Graf č. 9 Duševní onemocnění

Graf č. 10 Trh práce

Graf č. 11 Samota a izolace

Graf č. 12 Deprese u seniorů

Graf č. 13 Jednotvárnost dne

Graf č. 14 Zdržování

Graf č. 15 Lítost a soucit

Graf č. 16 Počátek stáří

Graf č. 17 Šťastné stáří

Graf č. 18 Nepotřebnost seniorů

Graf č. 19 Postavení seniorů ve společnosti

Graf č. 20 Diskriminační postoj společnosti

Graf č. 21 Výše penze

Graf č. 22 Finanční oblast

Graf č. 23 Vzdělávání seniorů

Graf č. 24 Zájmová zařízení

Graf č. 25 Vzdělávací zařízení

Graf č. 26 Zájmy a hobby

Graf č. 27 Sportovní zájem seniorů

Graf č. 28 Události a akce

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1 Zastoupení respondentů dle pohlaví

Tabulka č. 2 Zastoupení respondentů dle věku

Tabulka č. 3 Dosažené vzdělání respondentů

Tabulka č. 4 Dlouhodobá paměť

Tabulka č. 5 Onemocnění seniorů

Tabulka č. 6 Sexualita seniorů

Tabulka č. 7 Ne/atraktivita

Tabulka č. 8 Duševní schopnosti seniorů

Tabulka č. 9 Duševní onemocnění

Tabulka č. 10 Trh práce

Tabulka č. 11 Samota a izolace

Tabulka č. 12 Deprese u seniorů

Tabulka č. 13 Jednotvárnost dne

Tabulka č. 14 Zdržování

Tabulka č. 15 Lítost a soucit

Tabulka č. 16 Počátek stáří

Tabulka č. 17 Šťastné stáří

Tabulka č. 18 Seniori a společnost

Tabulka č. 19 Postavení seniorů ve společnosti

Tabulka č. 20 Diskriminační postoj společnosti

Tabulka č. 21 Výše penze

Tabulka č. 22 Finanční oblast

Tabulka č. 23 Vzdělávání seniorů

Tabulka č. 24 Zájmová zařízení

Tabulka č. 25 Vzdělávací zařízení

Tabulka č. 26 Zájmy a hobby

Tabulka č. 27 Sportovní zájem seniorů

Tabulka č. 28 Události a akce

SEZNAM PŘÍLOH

P I: Dotazník

P II: Přepisy všech rozhovorů

P III: Dotazníková otázka č. 29

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Dobrý den,

jsem studentka 5. ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, obor Sociální pedagogika. Chtěla bych Vás požádat o vyplnění tohoto dotazníku, který slouží pro výzkum mé diplomové práce, která se zabývá ageismem a moderními přístupy ke stáří. Váš názor je důležitou součástí celého výzkumu. Dotazník je samozřejmě anonymní a předem děkuji za jeho vyplnění. Odpovědi prosím zakroužkujte, údaje věk a povolání prosím dopište.

Bc. Markéta Mitášová

Pohlaví: muž / žena

Věk:

Povolání:

Dosažené vzdělání: základní / vyučení v oboru / středoškolské / vysokoškolské

1) Myslíte si, že staří lidé mají velké problémy s dlouhodobou pamětí?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

2) Myslíte si, že staří lidé jsou neustále nemocní?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

3) Myslíte si, že staří lidé žijí sexuální život?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

4) Myslíte si, že se mládí vyznačují krásou a atraktivitou a staří naopak ošklivostí a ztrátou atraktivity?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

5) Myslíte si, že ve stáří dochází k velkému poklesu duševních schopností?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

6) Myslíte si, že ve stáří je pravidelný a velký výskyt duševních nemocí?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

7) Myslíte si, že staří lidé zabírají mladým lidem pracovní místa?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

8) Myslíte si, že staří lidé jsou zbyteční a nepotřební pro společnost?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

9) Myslíte si, že staří lidé žijí spíše o samotě a v izolaci?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

10) Myslíte si, že staří lidé trpí depresemi?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

11) Myslíte si, že je dnešní důchod/penze dostačující pro seniorský život?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

12) Myslíte si, že senioři prožívají každý den stejně, bez většího rozdílu?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

prosím otočte →

13) Myslíte si, že senioři zdržují více než ostatní lidé, např. na úřadech, v obchodech, apod.?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

14) Myslíte si, že si staří lidé zaslouží lítost a soucit?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

15) Myslíte si, že senioři mohou společnosti přinést něco prospěšného, dobrého, užitečného?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

16) Myslíte si, že osoba ve věku 55-60 let je již stará?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

17) Myslíte si, že senioři se mají po finanční stránce velice dobře?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

18) Myslíte si, že senioři žijí bez problémů, šťastně, klidně?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

19) Myslíte si, že vzdělávání ve stáří je důležité?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

20) Myslíte si, že je dostatek zařízení určených pro seniory a jejich aktivity, zábavu?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

21) Myslíte si, že je dostatek zařízení pro seniory určený k jejich vzdělávání?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

22) Myslíte si, že by senioři měli více dbát o svůj vzhled?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

23) Podstoupili byste plastickou operaci v rámci udržení mladistvého vzhledu?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

24) Myslíte si, že by měli mít senioři zájmy a hobby?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

25) Myslíte si, že by měli senioři sportovat, cvičit apod. (pokud jim to zdrav. stav umožňuje)?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

26) Zaleží Vám na tom, jaké mají senioři a staří lidé postavení ve společnosti?

určitě souhlasím spíše souhlasím nevím spíše nesouhlasím určitě nesouhlasím

PŘÍLOHA P II: PŘEPISY ROZHOVORŮ

R1

1) Když se řekne „starý člověk“, co tě jako první napadne?

„No tak asi opravdu starý člověk je věkem kolem osmdesáti a nahoru. A napadne mě asi důchodce, asi vrásky, někdo zdravotně nemůže chodit, málo se hýbe, strhaný obličej, šedé vlasy.“

2) Kdy podle tebe začíná stáří?

„Tak asi jak říkám, nad nebo kolem těch osmdesáti.“

3) Jak se podle tebe projevuje stáří?

„Projevuje? Změna vzhledu, zhoršení zdravotního stavu. Že už člověk nemá takový zájem dělat věci, když mu bylo padesát. Nemá už asi zájem dělat věci, které ho dřív bavily, je unavený.“

4) Obáváš se období stáří? Proč?

„Neobávám se. Protože mě to teď ani nezajímá a nepřemýšlím nad tím, že bych se měl něčeho obávat. Je to daleko hodně.“

5) Jak si představuješ stáří?

„No tak asi, pohoda v křesle u televize, procházky se psem a takové různé, podobné. A taky vnoučata, že jo. Hlavně asi v klidu všechno.“

6) Co si myslíš, že je smyslem období stáří?

„Tak asi odpočinek hlavně. Potom taky hlavně asi pomáhat svým dětem a vnoučatům. Pokud na to budou mít. A budou na tom zdravotně dobře.“

7) Jak si myslíš, že bude vypadat tvůj život, až budeš v penzi?

„Až budu v penzi...tak budu žít v pěkném baráčku, s velkou zahradou, kde budu mít psa a budu chodit do divadla, v létě budu dělat třeba grilovačky pro kamarádky a rodinné a tak.“

8) Jak si myslíš, že jsou na tom senioři po finanční stránce?

„Moc dobře ne. A jak kteří, kteří mají našetřené z dřívějšíka, tak jsou na tom rozhodně líp a záleží na tom, co dělali za práci, než šli do penze.“

9) Sleduješ problematiku důchodové reformy?

„Ani moc ne, jenom co si přečtu, někde v novinách, jinak se o to moc nezajímám.“

10) Víš, jaký je průměrný důchod v ČR?

„Deset tisíc, ne, myslím si, že je deset a půl tisíce, přesně nevím.“

11) Co si myslíš, že musí senioři všechno platit, jaké jsou jejich výdaje?

„Tak jak jakýkoliv jiný člověk. Inkaso, nájem, půjčky, dovolené, nějaké výlety, jídlo a dárčky pro rodinu.“

12) Jak si myslíš, že tráví senioři volný čas?

„Hmm. Záleží jak který, někteří chodí do divadel, cestují, jiní zase stráví veškerý volný čas staráním se o domácí zvířata a tak. A na poli. A taky u televize. A i čtením asi.“

13) Myslíš si, že jsou nějaké speciální akce konané pro seniory? Pokud znáš, jaké?

„Určitě, moje babička na ně chodí. A děda. Pravidelně. MDŽ, zájezdy pro důchodce jsou, to bývá každý měsíc. Babička s kamarádkami si dělají vlastně posezení, na obecním úřadě a společně vaří a potom ochutnávají a jednou za rok pak vydají knížku, hm, s téma jejich receptama.“

14) Myslíš si, že je dostatek nabídek pro aktivní trávení volného času seniorů? Znáš nějaké?

„Hmm. Určitě by jich mohlo být víc. A znám, hm, nevím, nic se mi nevybavuje. Tak předváděčky jsou většinou pro seniory.“

15) Myslíš si, že je důležité mít zájmy a koníčky ve stáří? Proč?

„Určitě je dobré mít co nejvíce koníčků, protože pak se člověk necítí starý a cítí se líp, když má pořád co dělat. Nemyslí na to, co ho kde bolí.“

16) Myslíš si, že by měli staří lidé sportovat? Proč?

„Určitě. Tak jak říkám, aby se cítili líp, fyzicky líp.“

17) Myslíš si, že by se měli senioři vzdělávat? Proč?

„Ano, aby měli přehled o nových věcech a nebyli zaostalí a pak jich mladší generace nediskriminovali. A je určitě dobré, aby se naučili třeba s počítačem.“

Znáš univerzity třetího věku?

„No, neznám asi. Ale tak to jsou asi nějaké univerzity pro důchodce, bych tipla, ne?“

Jsou to univerzity, kde se mohou vzdělávat starší lidé a senioři.

„No, to říkám.“

18) Zaznamenala jsi nějakou kampaň nebo reklamu určenou proti diskriminaci seniorů?

„Ne, to jsem nikdy neviděla, ani o tom nevím, že by něco takového bylo.“

19) Myslíš si, že by měli senioři používat dekorativní kosmetiku? Proč?

„Nemusí a můžou, záleží na tom, jak se kdo cítí, to na věku nezáleží.“

20) Podstoupila bys plastickou operaci? Proč?

„Třeba až kdybych byla starší a bylo by to... bylo by to, jakože ne pro krásu. Ale jenom kdybych třeba, byla třeba popálená nebo tak.“

21) Znáš někoho, kdo podstoupil plastickou operaci? Co si o tom myslíš?

„Osobně neznám nikoho takového. Myslím, že je zbytečné, když mladí lidé chodí na plastické operace a nechávají si zvětšovat prsa a tak.“

22) Kdy si myslíš, že by měli lidé odcházet do penze?

„Před šedesátým rokem, aby si potom ještě užili to stáří. Když půjdou do penze až v sedmdesáti, tak se toho třeba ani nedožije.“

23) Myslíš si, že věk hraje roli v ucházení se o práci?

„Určitě. Tak mladé berou víc a častěji, než ty starší. Jenomže starší lidé mají zase více zkušeností než ti mladí.“

24) Kdyby byl tvůj nadřízený v práci osoba ve věku 65 let, chovala by ses k němu jinak, než kdyby měl tvůj nadřízený 35 let? Proč?

„Jo, chovala bych se k němu s větší úctou, než k tomu mladému.“

25) Máš v rodině seniory? Pomáháš jim s něčím? V jaké oblasti jim pomáháš – finanční, služby apod.

„Jo mám. Babičce chodím na nákupy, protože nemůže chodit a druhé babičce pomáhám s vařením a dědečkovi s prací na poli a opravama a tak. A hraju s nima karty. Po večerech.“

26) Jaké si myslíš, že je současné postavení seniorů ve společnosti?

„Netuším. Jak to myslíš?“

Jestli diskriminování, nebo zvýhodňování?

„No to nevím.“

27) Slyšela jsi někdy o pojmu ageismus, víš, co to znamená?

„Ne.“

28) Existuje podle tebe diskriminace starých lidí v naší společnosti? Pokud ano, proč tomu tak je? V jakých oblastech?

„Určitě kvůli práci a... třeba kvůli tomu, že jsou pomalí a někde zdržují a někteří zapáchají...“

29) Řekni 5 pozitivních a 5 negativních věcí, které jsou podle tebe spojeny se stářím a se seniory.

R2

1) Když se řekne „starý člověk“, co tě jako první napadne?

„Problémy. Starosti, hmm, starosti, péče. Tož, že se o ty důchodce musíme starat my, jakože my mladší, jakože tu péči, musíš dojít nakoupit, musíš se o ně starat.“

2) Kdy podle tebe začíná stáří?

„Tak jak se člověk cítí. Od šedesáti nahoru.“

3) Jak se podle tebe projevuje stáří?

„Asi jsou víc nemocní... a já nevím, taky určitě unavení. Jo a určitě mají takové, jakože, nemají optimistické ladění, jsou pořád zapšklí a tak.“

4) Obáváš se období stáří? Proč?

„Ano. Protože budu nemocná a budou se muset o mě moje děti starat a nebudu samostatná. Protože s přibývajícím věkem budu potřebovat pomoc, a už jakoby to, nebudu mít tolik sil.“

5) Jak si představuješ stáří?

„Hmm. Nevím, doktory, nakupování v Kauflandu. Že budu někde na samotě, nebo...Hm. Že budu, že se to, budu starat o vnoučata, a budu dělat to, co jsem před tím nestihla.“

6) Co si myslíš, že je smyslem období stáří?

„Smyslem? Starat se o ty, o generace jako o mladší.“

Starat se o mladší?

„Vychovávat vnoučata, starat se prostě o vnoučata. Otravovat mladší lidi, obtěžovat je.“

Myslíš si, že je staří lidé obtěžují?

„Jo, já když vidím, jak na mě v obchodnákách ti důchodci najíždějí s těma košíkama. Obtěžují a tyranizují je, ty mladší jako, ty vrstevníky, třeba v obchodech a v MHD a zneužívají svoje stáří.“

7) Jak si myslíš, že bude vypadat tvůj život, až budeš v penzi?

„Hm. Můj život jak budu v penzi. Budu mít zahrádku budu se starat o kvítečka. Budu žít asi někde na vesnici, v nějaké chajdě. Že budu mít zvířata a starat se o kvítka a o zvířata.“

8) Jak si myslíš, že jsou na tom senioři po finanční stránce?

„No já když vidím, když přijedou k tomu Kauflandou tou novou Fiestou. Tak někteří důchodci jsou na tom hodně špatně, žijí od důchodu k důchodu a jsou zase druzí, že mají dobrý průměr, že na tom nejsou zase tak špatně, mají na nové auta a tak.“

9) Sleduješ problematiku důchodové reformy?

„Ne. Protože vím, že my už důchod nedostaneme.“

10) Víš, jaký je průměrný důchod v ČR?

„Průměrný důchod, tak řekla bych okolo 6 tisíc.“

11) Co si myslíš, že musí senioři všechno platit, jaké jsou jejich výdaje?

„Léky, strava a vnoučatům a svojí rodině. Placení těch doktorů. A s tím spojené i jízdné.“

12) Jak si myslíš, že tráví senioři volný čas?

„Drbama. No tak, hovorama se svýma kamarádkama. Starání se o vnoučata a péče o zahrádku nebo o pole.“

13) Myslíš si, že jsou nějaké speciální akce konané pro seniory? Pokud znáš, tak jaké?

„Jo jsou, nějaké ty hudební pro ně a tak. Ale přesně, to nevím.“

14) Myslíš si, že je dostatek nabídek pro aktivní trávení volného času seniorů? Znáš nějaké?

„Neznám.“

15) Myslíš si, že je důležité mít zájmy a koníčky ve stáří? Proč?

„Jo. Aby nějakým způsobem zužitkovali svůj volný čas.“

16) Myslíš si, že by měli staří lidé sportovat? Proč?

„Sportovat, tož ano. Aby byli zdraví a aby si udrželi nějaký životní styl a s tím spojené duševní zdraví, a taky budou méně nemocní.“

17) Myslíš si, že by se měli senioři vzdělávat? Proč?

„Ano. Aby měli všeobecný přehled o dění okolo nich.“

18) Víš, co jsou univerzity třetího věku?

„To jsou nějaké ty vysoké školy pro důchodce, ne?“

19) Zaznamenala jsi nějakou kampaň nebo reklamu určenou proti diskriminaci seniorů?

„Ne.“

20) Myslíš si, že by měli senioři používat dekorativní kosmetiku? Proč?

„Ano. Tož to je jejich věc, ale když to můžou používat mladí tak můžou staří, aby byli hezčí a aby se jich malé děti nebály.“

Aby se jich malé děti nebály?

„Ano, některé malé děcka se starých bojí.“

21) Podstoupila bys plastickou operaci pro udržení mladistvého vzhledu?

„Jo, kdybych měla na to ty peníze, tak jo.“

22) Znáš někoho, kdo podstoupil plastickou operaci? Co si o tom myslíš?

„Neznám nikoho. Jak bych to, ale sem řekla teď, šla bych na to. Každý ať si dělá, co chce, když to někomu pomůže.“

23) Co si myslíš, že nejčastěji senioři dělají, když jsou v penzi?

„Tráví volný čas po obchodech, hledají tam akce.“

24) Kdy si myslíš, že by měli lidé odcházet do penze?

„Podle toho, co měli v minulosti, podle doby odpracování, podle toho kolik odpracují, jestli mají nějaké děti, asi tak po té šedesátce.“

25) Myslíš si, že věk hraje roli v ucházení se o práci?

„Ano. Protože, jakoby že s přibývajícím věkem bývá i víc zkušeností. Oba věky mají svoje plusy a minusy. Ten starší má plus ve zkušenostech a nebude zakládat rodinu, nemusí být na mateřské a zase mladší můžou nabídnout aktivitu a zapálení do toho.“

26) Kdyby byl tvůj nadřízený v práci osoba ve věku 65 let, chovala by ses k němu jinak, než kdyby měl tvůj nadřízený 35 let? Proč?

„Možná ano. Měla bych k tomu staršímu víc autority a přirozený respekt.“

27) Máš v rodině seniory? Pomáháš jim s něčím? V jaké oblasti jim pomáháš – finanční, služby apod.

„Ano. Občas pomáhám. Nakoupit nebo donést dřevo, pouklízet. Vyhodit slépkám a králíkům.“

28) Jaké si myslíš, že je současné postavení seniorů ve společnosti?

„Spíš nějaké diskriminující. Nižší no.“

29) Slyšela jsi někdy o pojmu ageismus, víš, co to znamená?

„Ne.“

30) Existuje podle tebe diskriminace starých lidí v naší společnosti? Pokud ano, proč tomu tak je? V jakých oblastech?

„Ano. Protože většina lidí, no dnešní mladí lidi nemají přirozený respekt ke starším lidem, nejsou zvyklí jim pomáhat a dřív se s nima žilo v jedné domácnosti a dneska se ubytují, dají se do domova a nemají starosti s nima. Možná, ve vzdělávání, i ten volný čas, že v tom volném čase, že tady pro ně není tolik kroužků, že nějaké ty aktivity pro ně nejsou.“

R3

1) Když se řekne „starý člověk“, co tě jako první napadne?

„První, co mě napadne, je starší dáma s čagánkem v ruce, která má viditelné pohybové problémy, abych to nějak tak jako naformuloval. Ale nějak to tak, jako jo.“

2) Kdy podle tebe začíná stáří?

„Podle mě stáří začíná... ve věku asi, kdy se na to ten dotýčný cítí, někdo je vitální do sedmdesáti někdo je vitální ve čtyřiceti nebo v padesáti.“

A číselně – věk?

„Tak asi bych řekl období mezi 60-65.“

3) Jak se podle tebe projevuje stáří?

„Tož, asi viditelné vrásky, možná drobné pohybové problémy, nevím...šednutí vlasů...takové ty klasické projevy. Taký třeba skleróza, ztráta paměti, zapomínání...a potom u některých to může být u starších lidí až demence... že, tady tyhle.“

4) Obáváš se období stáří? Proč?

„Ne.“

Proč?

„V podstatě se na něho těším.“

Proč?

„Tak...nebudu muset chodit do práce, budu mět kolem sebe vnoučata, když se podaří...budu mít čas na koníčky, například rybaření! Čas na domácnost.“

5) Jak si představuješ stáří?

„Tak, život...jak ...v kruhu svých blízkých, v klidu, pohodě, říkám s vnoučaty...“

6) Co si myslíš, že je smyslem období stáří?

„Tož asi aby si člověk uvědomil, co všechno za ten život zažil, jaké získal zkušenosti, dával rady těm mladším, co ještě na některé věci nepřišli, prostě, aby se snažil, tu moudrost, co už získal... těm mladším předával.“

7) Jak si myslíš, že bude vypadat tvůj život, až budeš v penzi?

„Po finanční stránce si myslím, že to nebude nic světoborného, protože mám obavy z toho, jak bude vypadat náš důchod, když už teďka je to takové na štíru, jinak si myslím si, že to bude kafičko na balkóně, rybaření... Jediné, co bych tomu vytkl, je to, že nevím, jak to bude vypadat s těma důchodama, z toho mám obavy, z tohoto jediného.“

8) Jak si myslíš, že jsou na tom senioři dnes, po finanční stránce?

„Hmmm. Tam si myslím, že někteří hůř, někteří líp. Podle toho co za svůj život dokázali, jestli spořili, nespořili, jaké měli zaměstnání...myslím si, že to je taková otázka, na kterou se nedá jednoznačně odpovědět. Jsou senioři, kteří si jezdí v nových bavorákových a jsou senioři, kteří obrací každou korunu v kapse.“

9) Sleduješ problematiku důchodové reformy?

„Ne.“

Proč?

„Momentálně mám hodně daleko do důchodu, takže mě to ani nezajímá.“

10) Víš, jaký je průměrný důchod v ČR?

„Tipnu, odhadem, devět tisíc.“

11) Co si myslíš, že musí senioři všechno platit, jaké jsou jejich výdaje?

„Tak určitě strava, někteří i nájmy za byty, energie, provozní náklady na domácnost, ošacení...“

A třeba léky?

„Aha, léky, to mě vůbec nenapadlo. Protože já jsem ve věku, kdy léky vůbec nepotřebuju, maximálně chřipka, to mě vůbec nenapadlo... Možná ještě lázně někteří.“

12) Jak si myslíš, že tráví senioři volný čas?

„Tož v domácnosti... Starší dámy ve společnosti svých kamarádek, u kávy, u čaje, procházky po venku...chlapy zase jakože koníčky třeba, že někdo sport, míň akční, někteří chodí na ty ryby, někteří chodí zase do hospody, že.... Někteří pracují kolem baráku, starají se o zahrádku, věnují se svým koníčkům no.“

13) Myslíš si, že jsou nějaké speciální akce konané pro seniory? Pokud znáš, tak jaké?

„Myslím, že jo, nicméně nevím, protože se o to nezajímám, že. Ale myslím si, že jsou.“

14) Myslíš si, že je dostatek nabídek pro aktivní trávení volného času seniorů? Znáš nějaké?

„Tak to vůbec netuším. To jde úplně mimo mě.“

15) Myslíš si, že je důležité mít zájmy a koníčky ve stáří? Proč?

„Myslím si, že určitě. Kvůli využití volného času. Protože, když nemá senior koníčky, nebo zájmy, tak sedí u televize, z toho plyne i zhoršování pohybových schopností, kdežto když se věnuje nějakému koníčku, tak si myslím, že pohybové problémy přichází později. Myslím si, že se člověk cítí psychicky líp, že má co na práci, má se čemu věnovat, nejenom sedět a říkat si, že jsem starý a nic nemůžu dělat. Prostě, že nepřemýšlí nad stářím a nelamentuje nad tím.“

16) Myslíš si, že by měli staří lidé sportovat? Proč?

„Hmm, ano. Myslím si, že trochu aktivity by jim neuškodilo, právě protože, že už jak jsem řekl, myslím, že přichází, jakože daleko později pohybové problémy, když aspoň něco trochu dělají, neříkám, kdoví jak, ale jo, trochu si myslím, že by ten pohyb neuškodil.“

17) Myslíš si, že by se měli senioři vzdělávat? Proč?

„Já si myslím, že by to bylo vhodné, například v oblasti výpočetní techniky, elektronické komunikace. Tak aby mohli komunikovat se svými blízkými, z důvodu, že žijí dál od nich. Vlastně v dnešní době se i všechno modernizuje, že, tak aby měli nějaké základní znalosti v tomto okruhu.“

18) Víš, co jsou univerzity třetího věku?

„Jsou to školy pro seniory.“

19) Zaznamenal jsi nějakou kampaň nebo reklamu určenou proti diskriminaci seniorů?

„Nezaznamenal jsem vůbec nic takového. Aj když se zamyslím, tak vůbec nevím, že bych kdy se s něčím takovým setkal.“

20) Myslíš si, že by měli senioři používat dekorativní kosmetiku? Proč?

„Hm, to si myslím, že záleží asi na každém tom člověku. Asi jo. Protože člověk by se neměl stydět za to, že je starý. Jo asi jo.“

21) Podstoupil bys plastickou operaci z důvodu zachování mladistvého vzhledu? Proč?

„Ne. Jedině asi kvůli psychickému pocitu, já jsem byl s ušima na operaci, po psychické stránce se cítím lip, víc sebejistý.“

22) Znáš někoho, kdo podstoupil plastickou operaci? Co si o tom myslíš?

„Znám, moje přítelkyně. A myslím, že když je to kvůli psychickému pocitu, tak si myslím, že je to správné.“

A když je to kvůli omlazení?

„S tím nesouhlasím vnitřně, člověk by se neměl stydět, že stárne, já nevím, ty botoxy, ty svinstva, to jsem proti, je to proti přírodě, že.“

23) Co si myslíš, že nejčastěji senioři dělají, když jsou v penzi?

„Věnují se svým koníčkům. Chodí s těma kamarády a tak...“

24) Kdy si myslíš, že by měli lidé odcházet do penze?

„Asi podle zaměstnání, když nějakého horníka nepošlu v sedmdesáti, ne nějakého úředníka, který sedí na židli. Podle zaměstnání určitě. S přihlédnutím

k psychickému stavu, ke zdravotnímu stavu. Asi mezi 60–65 rokem. Nesouhlasím s tím, jak já sem se díval, že já bych měl jít v 69 letech jako.“

25) Myslíš si, že věk hraje roli v ucházení se o práci?

„Dost podstatnou.“

Proč si to myslíš?

„Protože slýchávám od starších lidí, než jsem já sám, že si stěžují, že si nemůžou najít práci, každý chce mladé lidi. Omlazování kolektivu jo, v podstatě je to nad čtyřicet let nežádoucí. Jo, když má dvacet a potom čtyřicet, tak vezmou toho mladšího, tak tam je to jasné. Mladí jsou výkonnější, mají novější názory, ne novější, možná modernější, bych řekl názory. Ti starší už mají naučené něco zajetého, nesnaží se ty svoje nápady jakoby modernizovat, když to funguje, tak to funguje, nesnaží se vymyslet něco nového.“

26) Kdyby byl tvůj nadřízený v práci osoba ve věku 65 let, choval by ses k němu jinak, než kdyby měl tvůj nadřízený 35 let? Proč?

„Asi bych se k němu choval jinak no. Protože bych cítil vůči staršímu asi nějakou větší úctu, že toho víc zažil, že má víc zkušeností, jo, že ten člověk ví, o čem mluví, dělá v tom čtyřicet roků, jo, asi bude mít jakože...hmmm...pravdu větší než ten, co má těch třicet pět.“

27) Máš v rodině seniory? Pomáháš jim s něčím? V jaké oblasti jim pomáháš – finanční, služby apod.?

„Mám babičku a dědečka, nepomáhám jim s ničím, navštěvuju je dvakrát do měsíce, jsou vitální, takže ani nepotřebují pomoci, ani neřekli, že by potřebovali s něčím pomoci.“

28) Jaké si myslíš, že je současné postavení seniorů ve společnosti?

„Hmm... Myslím si, že někteří lidé na ně nadávají, někteří jsou protivní třeba, ale...myslím si, že to mají těžší, než mladší lidi, stoprocentně.“

Proč?

„No, tak protože jsou starší, a ti mladší lidi si o nich řeknou, že už nejsou tak akční, výkonní, jo, nevím, jak bych to uvedl.“

29) Slyšel jsi někdy o pojmu ageismus, víš, co to znamená?

„Ne.“

30) Existuje podle tebe diskriminace starých lidí v naší společnosti? Pokud ano, proč tomu tak je? V jakých oblastech?

„Myslím, že ano, nicméně zatím jsem se s tím v okolí, ve svém nejbližším neseťkal. Protože někteří mladí si myslí, že jsou protivní, někteří senioři se povyšují, jo, že mají pravdu a pravdu nemají. Proto se na ně tak díváme. Hlavně po té pracovní

stránce, zaměstnavatelé nechcují mít staré zaměstnance. První se propustí senioři, že. Výkonově nestačí, jsou nemocí a tak. “

R4

- 1) **Jste spokojený v nynějším zaměstnání? Ano, ne, proč?**
„Ano. Baví mě to, vybral jsem si, nebo tak, dělám to, co jsem chtěl dělat.“
- 2) **Za pár let, pravděpodobně odejdete do penze, připravujete se na to nějak?**
„Jo. Chystám si práci na stáří, kterou budu dělat, až budu mít víc času, že na to budu mít času.“
- 3) **Chtěl byste ještě pracovat, i v penzi?**
„Určitě ne. Považuji navýšení odchodu do důchodu za zbytečné zabírání pracovních míst mladým, nedovedu si představit 63letého hasiče.“
- 4) **Máte penzijní pojištění nebo připojištění? Myslíte, že je to důležité ho mít?**
„Mám. Nemyslím si ale, že je to důležité. Kolektivně jsme si to udělali v práci.“
- 5) **Co si představujete, že budete dělat, až budete v penzi?**
„Koupil jsem si traktor, budu obdělávat pole, mám spoustu koníčků. Mám dost náročné koníčky, takže tam si je potřeba rozšiřovat obzory. Rybařím totiž.“
- 6) **Je něco, čeho se obáváte, když budete odcházet do penze?**
„Spíš toho, že mi bude chybět styk s lidima. Protože dělám dost v kolektivu, a to prostě ten každodenní styk nebude.“
- 7) **Jak nahlížíte na období stáří? Co to pro Vás znamená?**
„Pokud je člověk v pohodě, tak si myslím, že to není újma nebo defekt, no a tak pokud je člověk nemocný, tak si to moc neuvědomuje. Je to další etapa života, přirozená.“
- 8) **Jak byste zhodnotil vztahy mezi mladou a starší generací?**
„Asi je to podle vztahu v rodinách. Záleží na výchově.“
- 9) **Jaký máte názor na současnou výši důchodu/penze?**
„Myslím si, že je na hranici únosnosti.“
- 10) **Těšíte se/netěšíte se na něco konkrétního co budete/nebudete dělat, až budete v penzi?**
„Obavy nemám žádné, možná z nemoci, protože to nese věk, a těším se na to, že budu mít víc času.“
- 11) **Kdy podle Vás začíná stáří?**
„Až to člověk cítí sám na sobě. Jak člověk stárne, tak se ten věk posouvá, obzvlášť, když je v pohodě. Záleží na fyzickém stavu, zdravotním. Psychickém taky určitě, to je všechno dohromady.“

12) Jak se podle Vás změnil náhled společnosti a její postoj na stáří a seniory v průběhu let?

„Myslím si, že je to negativní náhled poslední doby, je zaviněný sdělovacíma prostředkama a negativníma kampaněma. Vláda hlavně, vykládají pořád, že mladí budou dělat na důchodce, že jich bude přibývat, tak at' se nediví. To je tím.“

13) V čem si myslíte, že je stáří odlišné dnes a před několik lety až desetiletími?

„Dnešní staří mají víc možností. Informovanost, kulturní vyžití, možnost cestovat.“

14) V čem vidíte nové možnosti pro seniory?

„Kulturní vyžití, to cestování, univerzitu třetího věku, to teď hodně jede.“

15) Jak si myslíte, že senioři vychází po finanční stránce?

„Asi je to dané, jak kdo hodnotí své možnosti, někdo možná utrácí zbytečně.“

V čem zbytečně?

„Tak třeba za to, co nepotřebuje, různé blbinky a tak, co nepotřebují už. Třeba ty předváděčky, jak jsou na ty hrnce, nebo prostě zbytečné věci, co už nepotřebujete.“

16) Jak si myslíte, že tráví senioři volný čas?

„Nevím. Někteří ho třeba v domovech probedňují a doma ho prožijí víc smysluplněji.“

Záleží taky, kde bydlíte, ve městě, na obci a tak. Duševní a osobní hygiena je ve stáří hodně důležitá. Záleží na tom asi, kdo jaké má zájmy a tím se zabývají. Ale jak říkám, třeba se dívají na tu televizi hodně. A taky si myslím, že čtou, hodně čtou. Ano, hodně čtou.“

17) Myslíte si, že jsou nějaké speciální akce konané pro seniory?

„Ano. Třeba v divadlech a tak. Je to asi různé. Možná i nějaké ty taneční, co vím, nebo co se pořádá, co pořádá obec třeba. I města to tak mají určitě.“

18) Myslíte si, že je dostatek nabídek pro aktivní trávení volného času seniorů? Znáte nějaké?

„Nabídek není dost. Nikdy. Ale já nic konkrétního neznám. Asi proto, že se teď o to ještě nezajímám.“

19) Myslíte si, že je důležité mít zájmy a koníčky ve stáří?

„Jo je. Aby měli co dělat, aby měli nějaký ten smysl a udržovali se.“

20) Myslíte si, že by měli staří lidé sportovat? Proč?

„Ano, určitě, udržuje to duševní a fyzickou kondici.“

21) Měli by se senioři podle Vás vzdělávat? Proč?

„Ano, určitě ano, udržování kondice duševní.“

A znáte univerzity třetího věku?

„Ano, znám, vysoké školy pro starší lidi, pro seniory. Určitě to je dobře, celosvětově to funguje, tak je dobře, že i u nás.“

22) Zaznamenal jste nějakou kampaň nebo reklamu určenou proti diskriminaci seniorů?

„V televizi jo, nějaké náznaky. Ale nevím přesně, co to bylo.“

23) Myslíte si, že by měli senioři používat dekorativní kosmetiku? Proč?

„Ano, jakože ano. V dnešní době to patří ke standardu.“

24) Podstoupil byste plastickou operaci? Proč?

„Ne. Nestojím o to, já určitě ne.“

25) Znáte někoho, kdo podstoupil plastickou operaci? Co si o tom myslíte?

„Ne. Ani si o tom nic nemyslím. Možná, když to někdo chce, je to jeho věc, je to na každém.“

26) Kdy si myslíte, že by měli lidé odcházet do penze?

„Já si myslím, že kolem toho šedesátého roku.“

27) Myslíte si, že věk hraje roli v ucházení se o práci?

„Určitě ano. Dnes nepochybně. Každý se ohlíží na to, kolik vám především je.“

28) Víte, co je to ageismus?

„Ne, to nevím. Vůbec.“

29) Existuje podle Vás diskriminace starých lidí? V jaké oblasti? Proč?

„V některých oblastech ano, konkrétně v ucházení se o práci. V souvislosti s pracovními místy.“

R5

- 1) **Jste spokojená v nynějším zaměstnání? Ano, ne, proč?**
„Ano. Uspokojuje mě, i baví mě to.“
- 2) **Za pár let, pravděpodobně odejdete do penze, připravujete se na to nějak?**
„Ne. Nemám proč. Nevidím důvod.“
- 3) **Chtěla byste ještě pracovat, i v penzi?**
„Pracovat určitě ne, ne v zaměstnání.“
- 4) **Máte penzijní pojištění nebo připojištění? Myslíte si, že je důležité ho mít?**
„Mám. Není to ale důležité.“
Proč si myslíte, že není?
„Tak já myslím, že s důchodem vystačím, mám i něco našetřeného bokem a děcka budou taky už pryč... A zase tak moc toho potřebovat nebudu, ne? Takže zase, no, když pro někoho to důležité asi je.“
- 5) **Co si představujete, že budete dělat, až budete v penzi?**
„Jéje. Práce kolem domu, starat se o vnoučata, plést, háčkovat, já si myslím, že pro život je ten důchodový věk, pokud to dovolí zdravotní stav, tak je to, co děláme doposud.“
- 6) **Je něco, čeho se obáváte, když budete odcházet do penze?**
„Spíš zdravotní stav, jinak ničeho asi.“
- 7) **Jak nahlížíte na období stáří? Co to pro Vás znamená?**
„Poslední životní etapa. Která by se měla co nejkvalitněji prožít, v klidu, pohodě.“
- 8) **Jak byste zhodnotila vztahy mezi mladou a starší generací?**
„Záleží na tom, jak jsou děti od svých rodičů vychovávány. Nevím, jak to funguje, ale zařadila bych to asi tak na padesáti procentní hranici, jako půl dobře a půl špatně...“
- 9) **Jaký máte názor na současnou výši důchodu/penze?**
„Současný stav, výše důchodů je relativně dostačující.“
- 10) **Těšíte se/netěšíte se na něco konkrétního co budete/nebudete dělat, až budete v penzi?**
„Obavy nemám žádné, až na ten zdravotní stav. Ten je na prvním místě. Pozitivum, zase budou mít, že zůstanu v důchodu, budu si moct rozhodovat o svém volném čase, můžu se věnovat tomu, čemu chci, na to, na co neměl čas.“
- 11) **Kdy podle Vás začíná stáří?**

„Já si myslím, že. Já bych to nedávala do věku, ale dala bych to do toho, kdy se člověk starý cítí on sám. Může to být v padesáti, může to být v osmdesáti.“

12) Jak se podle Vás změnil náhled společnosti a její postoj na stáří a seniory v průběhu let?

„Myslím si, že v dnešní době, náhled mladších na starší je posunutý. Před několika lety se mladší generace chovala ke starším, jakože už jsou hodně starší. Dneska je to tak, že ti mladí, si myslím, že to stáří se jim náhled zvyšuje do vyšší kategorie.“

13) V čem si myslíte, že je stáří odlišné dnes a před několik lety až desetiletími?

„Je odlišné v tom, že tím, že je, zdravotnictví na vyšší úrovni, tím se dožívají staří lidé, dožívají se vyššího věku.“

14) V čem vidíte nové možnosti pro seniory?

„Nové možnosti, samozřejmě je to odvislé od toho, jak chce senior sám. Záleží na něm. I jestli má vnoučata, pořídí si internet a naučí ho na něm, tak se jim rozšíří obzory. Mají teď víc možností, mají i díky médiím, musí ale sami chtít, ale musí k tomu být taky patřičně vybídnutí.“

15) Jak si myslíte, že senioři vychází po finanční stránce?

„Pokud je senior nemocný, tak si myslím, že ty finance mu nestačují. Pokud je lehce nemocný, tak si myslím, že peníze mu stačí. Pokud nemá výdaje, které předčí jeho příjem.“

16) Jak si myslíte, že tráví senioři volný čas?

„Někteří jsou aktivní, koníčky a tak, možná i pracují, a někteří nedělají nic.“

17) Myslíte si, že jsou nějaké speciální akce konané pro seniory?

„Ano. Ale nevím teď přesně jaké.“

18) Myslíte, že je dostatek nabídek pro aktivní trávení volného času seniorů? Znáte nějaké?

„Je jich málo, ale ano, jsou. Ale nevím jaké, teď přesně.“

19) Myslíte si, že je důležité mít zájmy a koníčky ve stáří?

„Určitě ano. Protože si svoje mozkové buňky neustále obnovují a neupadá intelekt.“

20) Myslíte si, že by měli staří lidé sportovat? Proč?

„Pokud jim to zdraví dovolí, tak ano.“

21) Měli by se senioři podle Vás vzdělávat? Proč?

„Ano. Aby ten jejich život byl co nejvíce naplněn.“

Znáte univerzity třetího věku?

„Jo, slyšela jsem o tom. To jsou vlastně školy, nebo univerzity a senioři tam dochází a učí se, studují?“

Ano.

„No. Určitě to je zajímavé.“

22) Zaznamenala jste nějakou kampaň, nebo reklamu určenou proti diskriminaci seniorů?

„Ne.“

23) Myslíte si, že by měli senioři používat dekorativní kosmetiku? Proč?

„Pokud jim to bude dělat dobře, tak ano.“

24) Podstoupila byste plastickou operaci? Proč?

„Ne. Nechci, určitě ne. Nechci.“

25) Znáte někoho, kdo podstoupil plastickou operaci? Co si o tom myslíte?

„Ano, znám, moje dcera, nechala asi opravit nos. Pokud to někomu udělá dobře, tak ano. Já s tím problém nemám, ale já bych osobně sama nechtěla.“

26) Co si myslíte, že nejčastěji senioři dělají, když jsou v penzi?

„Asi tak mají hodně času, tak různé věci. Třeba se věnují těm svým zájmům, co dělají. Třeba na zahrádce, na poli, čtou. I chodí na někam, třeba na procházky. Taky hodně na televizi se dívají.“

27) Kdy si myslíte, že by měli lidé odcházet do penze?

„Podle toho, kdy se na to cítí. Asi kolem té šedesátky.“

28) Myslíte si, že věk hraje roli v ucházení se o práci?

„Ano, ale nemělo by to tak být. Protože se diskriminují starší lidé, tady tímto“.

29) Víte, co znamená pojem ageismus?

„Ne.“

30) Existuje podle Vás diskriminace starých lidí? V jaké oblasti?

„Asi ano. Možná v práci. V oblasti práce, v zaměstnání, tak.“

R6

- 1) **Jste spokojená v nynějším zaměstnání? Ano, ne, proč?**
„Hm. Jéžismarja, to je takové spurné. Nejsem spokojená, protože mi vadí přístup vedoucího pracovníka. A nechci to dále rozebírat. No, máme málo peněz, dělám dvacet let s hanciapovanými a mám dvanáct tisíc. A máme tam rozpory s vedoucím pracovníkem s podřízenými.“
- 2) **Za pár let, pravděpodobně odejdete do penze, připravujete se na to nějak?**
„Jo, připravuju se, že, už se těším, a že prostě budu mít čas na svoje koníčky.“
- 3) **Chtěla byste ještě pracovat, i v penzi?**
„Ne, už bych si chtěla odpočinout, ne ne ne.“
- 4) **Máte penzijní pojištění nebo připojištění? Myslíte si, že je to důležité ho mít?**
„Ano, mám, a teď jsem si zvýšila. Ano, je, protože můžou nastat nějaké životní změny a nečekané události a člověk by na to měl být připravený.“
- 5) **Co si představujete, že budete dělat, až budete v penzi?**
„Jé, co si představuju. No tak chtěla bych malovat, chtěla bych si pořídit nějakou, nebo chtěla bych nějakou chalupu, ale to je drahé, ale chtěla bych chalupařit.“
- 6) **Je něco, čeho se obáváte, když budete odcházet do penze?**
„Hm, čeho se obávám... no spíše abych se toho dožila ve zdraví. Člověk je neustále vrstevný stresům, takže takto...“
- 7) **Jak nahlížíte na období stáří? Co to pro Vás znamená?**
„Co...stáří...co pro mě znamená. Znamená pro mě moudrost, nadhled, jako vůbec se toho neděším, radost z vnoučat... pro mě je stáří krásné, já z něho nemám strach jakože...“
- 8) **Jak byste zhodnotila vztahy mezi mladou a starší generací?**
„Tak vidím, že ti mladí jsou dost draví, dost bezohlední, jdou si silně za svým, že to je zase individuálně na každém, někdo si nechá poradit, někteří jsou moc sebevědomí, nezajímají je rady strašících, zkušenějších, nebo jak je ten člověk vychovávaný, jaké má priority, tak asi.“
- 9) **Jaký máte názor na současnou výši důchodu/penze?**
„Nevím, zatím jsem se o to nezajímala, takže já ani nevím kolik je teď.“
- 10) **Těšíte se/netěšíte se na něco konkrétního, co budete/nebudete dělat, až budete v penzi?**
„Těším se na klid, protože pro mě je povolání náročné, těším se na pohodu a na klid. No a netěším se na nemoci, jo člověk musí být s tím smířený, že ty nemoci a to

stáří, to z toho vyplývá ty nemoci, jakože asi... na ty nemoci, asi. A aby člověk nezůstal sám.“

11) Kdy podle Vás začíná stáří?

„Jakože tak, podle mě, no já mám 55 a já si to vůbec nepřipouštím, podle toho jak se kdo cítí. Někdo si to nepřipouští. Podle mě tak v sedmdesáti.“

12) Jak se podle Vás změnil náhled společnosti a její postoj na stáří a seniory v průběhu let?

„V průběhu let...poslední dobou si myslím, že teď je ta společnost trošku vstřícnější, akorát, že mi vadí ten pozdní odchod do důchodu teda, to mi vadí hodně.“

V čem si myslíte, že je vstřícnější?

„Že je víc nabídek k aktivnímu životu, i ta lékařská péče není zanedbatelná, i když léky se zdražily, ale pořád jsme na tom nějak relativně dobře, i když ty léky jsou drahé.“

13) V čem si myslíte, že je stáří odlišné dnes a před několik lety až desetiletími?

„Já si myslím, že staří lidé nezůstávají na okraji společnosti. To je těžké, dřív se šlo dřív do důchodu, kdo chtěl, si našel i druhé zaměstnání, šlo se i v padesáti šesti, a nebyli ti lidi tak zedřeni a teď je člověk vystresovaný, kladou se velké nároky, má strach o práci, aby o ni nepřišel.“

14) V čem vidíte nové možnosti pro seniory?

„No tak, že, senioři se můžou zapojit do aktivního života, jsou různé kluby, linky, ty krizové linky, když se s nima špatně zachází. A že vlastně i staří lidi se sami zakládají kluby.“

15) Jak si myslíte, že senioři vychází po finanční stránce?

„No já si myslím, že dobře, já to vidím na mojí matce. A ještě když jsou dva, tak to mají pěkné. A když někteří dokážou sponzorovat svoje děti, když od nich bezohledný berou, tak jsou na tom relativně dobře. Akorát je tam nebezpečí, když zůstane sám, tak je to pro něho náročnější, musí platit plyn, byt, je to náročné, to si myslím, že je to drahé. Ale mohly by být vyšší asi, no. Aby měl možnost si všechno poplatit a aby mu mohlo zbytna ty aktivity, aby si mohl něco dopřát, to je důležité.“

16) Jak si myslíte, že tráví senioři volný čas?

„No to si zase myslím, že to záleží na jednotlivcích. Když ten člověk byl za mlada zvyklý sportovat, byl aktivní, tak i v tom stáří bude takový. Zase je to různé. Kdo dělal celý život na poli, nebo v továrně, tak budou pasivnější, spíš si budou užívat klidu. Znam aktivní důchodce, mají turistické kroužky, schází se, jo jsou spokojenější, takže si myslím...nebo chodí cvičit ještě jo...Prodlužují si stáří tady

tímto, že je to rozhodně lepší než...ale zase vidím zase pár důchodci, jak chodí k lékaři a vysedávají tam a nařikají nad svýma nemocema...no to záleží na každém.“

17) Myslíte si, že jsou nějaké speciální akce konané pro seniory?

„Jojo, bývají, co tak čtu, nebo slyším a vidím, hodně i zájezdy se pořádají, nebo zájezdy do divadla, na poutě, já si myslím, že je nabídka pestrá.“

18) Myslíte si, že je dostatek nabídek pro aktivní trávení volného času seniorů? Znáte nějaké?

„Já jsem popravdě v takovém, věku, jsme pracující a nevyhledávám tyto nabídky, takže ani popravdě nevím, jenom co vidím, co se dočtu nebo tak. Moje matka je pasivní, ta se nechce zúčastňovat, tak je zatrpklá. Ale na druhé straně znám důchodce, se dokáží radovat, ta turistika je pro ně, to chalupaření. A myslím si, že i v těch domovech důchodců mají nabídky, že se můžou zúčastňovat různých akcí a já nevím čeho všeho.“

19) Myslíte si, že je důležité mít zájmy a koníčky ve stáří?

„Jo určitě, to už jsem říkala.“

20) Myslíte si, že by měli staří lidé sportovat? Proč?

„Ano. To už jsem říkala.“

21) Myslíte si, že by se senioři měli vzdělávat? Proč?

„Určitě si myslím, teď jsou ty univerzity, to si myslím, že je to úžasná věc, ty přednášky a tak, to je super. To je důležité, o sebe pečovat.“

22) Zaznamenala jste nějakou kampaň nebo reklamu určenou proti diskriminaci seniorů?

„Nene.“

23) Myslíte si, že by měli senioři používat dekorativní kosmetiku? Proč?

„No, já si spíš myslím, že to ne, stáří je pěkné, né, to né. Nějaký dobrý krém, už si něco dopřát, ale jako tak vyloženě ne. Ale zaměřit se na sebe, ale možná že existují nějaké takové ty ženy, že se toho nevzdají v tom pozdním věku, tak jo, ale jinak si myslím, že ne.“

24) Podstoupila byste plastickou operaci? Proč?

„Ne. To ne.“

25) Znáte někoho, kdo podstoupil plastickou operaci? Co si o tom myslíte?

„Myslím, že ve svém okolí ne.“

26) Kdy si myslíte, že by měli lidé odcházet do penze?

„No já si myslím, jak t bylo dřív, po těch padesátce, před tou šedesátkou, teď nevím. Tímto by se dal prostor, jo říká se, že mladí nemají práci, řekněme si to na rovinu, a každý si chrání práci, a předává se to, po známotech, to není dobré jo, takže ty místa se dohazují. Já sem byla odsunutá taky mladšíma a svýma známostma. Já si myslím, že ten odchod dřívější, tak to mělo zůstat a mladí by měli nárok na ty místa a bylo by to vyřešené, vytvořit jim podmínky a ne, co teď se tady děje. Ten starší člověk může být prospěšný i jinak. Není odstavený, nemusí se tak cítit, ale měl by se dát prosto těm mladým. Pak to vzniká, takovéto boje o místa. Člověk z vysoké školy má mět nárok na místo a musí jít na takovou funkci, která tomu neodpovídá. Takže tak.“

27) Myslíte si, že věk hraje roli v ucházení se o práci?

„Ano samozřejmě, že hraje. Teď jsme se o tom bavily“

28) Víte, co znamená pojem ageismus?

„Nevím.“

29) Existuje podle Vás diskriminace starých lidí? V jaké oblasti? Proč?

„Diskriminace...hm. Já jsem ještě v produktivním věku, takže jsem se tím ještě nesečkala... možná existuje, já nevím přesně.“

1) Víte, co je to ageismus?

„Ne. Ani mě to nezajímá. Nevím co to je.“

2) Když přijdete k lékaři, jak se k Vám chová lékař a zdravotní sestra?

„Normálně, standardně.“

3) Zamítl Vám někdy lékař léčbu, operaci nebo léky, protože už jste příliš starý?

„Ne, já se s ničím takovým neseťkal. Ani jsem neměl nějaké takové vážné problémy, takže nic no.“

4) Pokud jste byl v nemocnici, jak se k Vám choval personál?

„Tak jako já v nemocnici teď nebyl. Ale řeknu vám jo, kdybych se měl řídit podle rad doktorů, tak už tady dávno nejsem. Já kouřím, napiju se sem tam, a co oni mě říkali, kdybych se řídil téma jejich radama, tak už tady dávno nejsem! Já dělám všechno opačně, co mě řeknou a funguje to! Já vám dám radu, jestli chcete jo, dělej všechno opačně a budete tu dlouho! Když mě řeknou, to nedělejte, tak to přesně udělám! Jo...“

5) Jak byste hodnotil současnou zdravotnickou péči?

„Co v takových poměrech, jak bych to hodnotil, ne záporně, ale na to nemám, nějak nepřemyslím o takových věcech. Ne všechno je to je špatné, co se nepodařilo komunistům, tak to se podařilo teď. Ale toto stejně nikam nevede! Tady toto všechno je to zbytečné! Každý chce stejně jenom peníze. Co, proč, na co, tady toto všechno? Já se nezajímám o tyto nesmysly, mě to k ničemu není.“

6) Jste spokojený s Vaší finanční stránkou?

„Tak spokojený! Samozřejmě, že ne, že by to mohlo být lepší, vždycky to může být lepší a my tady z toho, co máme, kolikrát ani nevyžijeme. Nebo, vyžijeme, ale tak, na ostatní věci toho moc nezbyde!“

7) Vystačíte s Vaším důchodem?

„Těžce, těžce, na hranici. Poplatím, co mám, ale na ostatní věci toho moc není. Je toho moc co platit. Jsem chudý.“

8) Co všechno platíte?

„Byt, půjčky, půjčky co ještě mám, stravu, léky nějaké, no a ostatní potom co mě zbyde, tak si něco koupím, ale toho je málo, protože vystačím tak tak.“

9) Půjčoval jste si v poslední době peníze (úvěr, apod.)?

„Ne, tu půjčku mám už dlouho, teď jsem si nic nepůjčoval.“

10) Kolik Vás stojí léky?

„Dvě stovky měsíčně.“

11) Obáváte se budoucnosti v ohledu Vaší finanční stránky?

„Já to neřeším takové věci, co bude, to bude, proč se tím zabývat tady tím vším. Nemyslím si, ani že bych se měl velice něčeho obávat. Stejně to tady všechno, stojí to za...“

12) Kdybyste chtěl ještě pracovat (brigáda), myslíte si, že byste našel místo?

„Já když chci, tak si sem tam přivydělám nějakou brigádou, když někdo něco chce, a je, tak jsem si schopný přivydělat. Někdo známý mi řekne jo, tady to potřebuju, já jdu, udělám to a mám za to peníze. Ale jinak ne, nevím, proč bych měl ještě pracovat. A navíc, dneska si najít práci, to je těžké. Po známých, když mi někdo řekne, že něco potřebuju, jdu a udělám to. Tak se dá peníze si vydělat. Jinak ne.“

13) Jak se k Vám chovali ve Vaší poslední práci během posledních pracovních let?

„Dobře. Tam ani se o tom není nějak co bavit. Prostě dobře.“

14) Ze zaměstnání jste odešel z důvodu...?

„Já odešel kvůli komunismu, to se nedalo, proto mám i menší důchod a tak.“

15) Máte nějaký nepříjemný zážitek nebo zkušenost, která se Vám stala, vzhledem k Vašemu věku?

„Ne. Akorát, tady co jsou děcka, tak na mě volají dědo, jo, jsou vulgární, sprostí, ničeho si neváží, nemají úctu. Jednou mě malý kluk řekl dědo, tak povolávají dědo. Ale jinak jsem nějaký výrazný konflikt neměl. Já se toho radši straním. Ale dneska se ty lidi a to všechno chová otřesně! Otřesně! Jak jsou sprostí, neumí se chovat, vůbec, ničeho si neváží, to je dneska úplně někde jinde! Toto všechno, toto všechno je na nic, to skončí, všechny tady ty věci ty virtuální, to jde úplně do...“

16) Cítíte se jako starý člověk?

„Ne. Vůbec. Mně je dobře.“

17) Cítíte se v nějakých oblastech života být utlačován, nebo znevýhodňován?

„Ne. Jak už jsem řekl, záleží to stejně na každém, na psychice člověka a co dělá, od toho se všechno odvíjí.“

18) Dává Vám okolí najevo, že jste pro ně starý člověk?

„Jak už jsem říkal, ten mě řekl – co ty dědo, ale nějak výrazně ne, já se toho straním, mě to nezajímá.“

19) Jedná s Vámi někdo soucitně nebo lítostivě kvůli Vašemu věku?

„Já ven moc nevycházím, takže ani nevím. Ani ne, proč taky.“

20) Jak byste chtěl, aby se k Vám okolí chovalo?

„Já to neřeším, dneska jak se chovají, to je úplně někde jinde než za nás, dneska to nemá smysl cokoli řešit, svět se stejně zničí sám. Tady ti kontroloři, ty virtuální nesmysly! Nikdo není ničím.“

21) Kdybyste měl shrnout, jak se Vám daří po všech stranách, co řeknete?

„Já jsem spokojený, to záleží jenom na mě. Jak přemýšlím, co dělám. Každý si to musí zařídit sám.“

22) Navštěvujete nějaké vzdělávací kurzy, programy?

„Ne, já se vzdělávám sám. Doma si čtu a vzdělávám se sám. Nepotřebuju nikam chodit.“

23) Studujete, nebo se vzděláváte?

„Teď to říkám, já čtu doma, já nepotřebuju nikam chodit, já mám všechno doma.“

24) Co čtete?

„Historie, filosofie, umění. Tady toto všechno je nejlepší co můžete udělat.“

25) Jak trávíte volný čas?

„Tím čtením. Já mám to čtení a to mě stačí, to je všechno, co člověk, co já potřebuju. To je důležité, aby člověk na sobě pracoval. Ale ty volnočasové aktivity a tady toto, to je blbost, jsou to nesmysly, to, co je teď všechno.“

26) Jaké máte koníčky a zájmy?

„To čtení, výstavy, sem tam někde zajdu, na výstavy, na procházky. Na procházky ale málo, to musí mít účel ty procházky. Taky na chatě jsem.“

27) Čemu se věnujete nejvíce?

„Tomu čtení, vzdělávám se sám. A vnoučata když přijdou, přátelé občas. Já se nebavím s nikým cizím, ani s váma bych se nebavil, kdyby to nebylo přes dceru.“

28) Navštěvujete nějaké sportovní nebo pohybové, taneční nebo podobné akce?

„Ne, nevím, proč bych měl, mě to nezajímá.“

29) Máte v okolí možnosti kulturního, sportovního apod. vyžití?

„Asi jo. Ale mě to nezajímá, já to nepotřebuju.“

30) Provozujete turistiku nebo cestování?

„Ne, jak říkám, jak už jsem řekl několikrát, jsou to blbosti, já mám svoje.“

- 31) Trávíte volnočasové aktivity v rámci nějaké instituce?**
„Ne.“
- 32) Navštěvujete nějaké speciální události pro seniory?**
„Ne.“
- 33) Proč nenavštěvujete tyto události?**
„Nezajímá mě to.“
- 34) Pomáhá Vám někdo jako dobrovolník?**
„Ne.“
- 35) Angažujete se jako dobrovolník?**
„Ne.“
- 36) Myslíte si, že je dostatečná nabídka volnočasových, kulturních, vzdělávacích a jiných nabídek pro seniory? Ve Vašem okolí?**
„Já se o to nezajímám, ale asi ano.“
- 37) Co si představíte, když se řekne aktivní stárnutí?**
„Že se člověk o sebe stará jak chce, asi nějaké ty aktivity různé, víc se sobě věnuje. Dneska jak jsou ty různé události. Jak se dneska říká – pro seniory.“
- 38) Kdybyste potřeboval nějakou informaci ohledně, například vzdělání, kultury, nebo potřeboval pomoc, víte, kam a na koho se obrátit?**
„Ale já bych se v první řadě obrátil na děcka, na rodinu moji.“
- 39) Využíváte nějaké sociální služby (proč), například donáška jídla, úklid, apod.?**
„Ne, nepotřebuju to, všechno si zařídím sám.“
- 40) Jak vycházíte se svou rodinou?**
„Velmi dobře.“
- 41) Jak často se vidáte se svou rodinou?**
„Několikrát do měsíce.“
- 42) V čem Vám ne/pomáhá vaše rodina?**
„Nepotřebuju zatím pomoc, není důvod, všechno zvládám sám.“
- 43) Kdybyste mohli cokoliv změnit, co by to bylo a proč?**
„Nic bych neměnil. Já hlavně nechci, aby někdo měnil mě. To je důležité.“

44) Co si myslíte o plastické operaci?

„Jsou to nesmysly.“

45) Proč si myslíte, že lidé plastické operace podstupují?

„Aby byli někdo jiný, aby vypadali jinak. Ale jsou to nesmysly.“

46) Znáte někoho, kdo plastickou operaci podstoupil?

„Ne.“

47) Využíváte doplňkových a vitamínových preparátů?

„Moc ne, občas. Jsou drahé docela.“

48) Myslíte, že se stravujete zdravě?

„Jím, co si uvařím. Nekupuju blbosti, normálně jím. Asi ano.“

49) Cvičíte nebo sportujete v rámci udržení fyzické kondice? Pečujete nějak speciálně o své zdraví a vzhled?

„Ne. Necvičím, nesportuju. Dřív jsem sportoval, teď už ne. Já mám svoje čtení.“

50) Jak se dopravujete, když někam jedete?

„Většinou pěšky, když někam jdu. Maximálně tím autobusem.“

R8

1) Víte, co je to ageismus?

„Ne.“

2) Když přijdete k lékaři, jak se k Vám chová lékař a zdravotní sestra?

„Dobře, nezažila jsem lékaře, který by se choval hrubě, ale chybí mi rodinní lékaři. Dneska se vás doktor nedotkne, všechno je v počítači.“

3) Zamítl Vám někdy lékař léčbu, operaci nebo léky, protože už jste příliš stará?

„Ne, to se mi nestalo.“

4) Pokud jste v nemocnici, jak se k Vám chová personál?

„Já, co jsem byla v nemocnici, měla jsem aneurysma, operovali mě, tak já si to ani moc nepamatuju všechno, předtím a potom.“

5) Jak byste hodnotila současnou zdravotnickou péči?

„Jak říkám, dneska to je všechno v počítači, nikdo se vás skoro nedotkne, chybí dotyk a nikoho nezajímá, co vám skutečně je, ani s váma nemluví. Nevíte, když doktoři vám napíší nějaké léky nebo něco, jestli za to dostane peníze, nebo zájezd od té firmy, nebo něco takového, nebo jestli vám to napsal, protože vám to skutečně pomůže. Dnes se skoro nikdo nezajímá o to, co vám skutečně je. Každý na tom všem chce jen vydělat. Mě už dva roky od té operace bolí hlava a nikoho to nezajímá, nic mi nepomáhá a nikdo neví co s tím, ani na žádné vyšetření nikdo není schopný. Nikoho to nezajímá. Co dříve platilo, to už dnes neplatí. Tak to potom všechno vypadá v té společnosti.“

6) Jste spokojená s Vaší finanční stránkou?

„Jsem na hranici na chudoby, my jsme generace, která byla negramotná finančně, stát se nám o všechno staral a my jsme se netušili, že máme něco dělat, spořit si na něco. Je to tak, že máme chatu a žijeme z pusy do pusy, ani dárky si ani nedáváme, jenom maličkost, nemáme dohromady ani dvacet tisíc, když odečteme všechny výdaje tak zbude 5 tisíc na potraviny, léky, opravy a na všechno ostatní.“

7) Co všechno platíte?

„Léky, inkaso, strava, ubytování.“

8) Půjčovala jste si v poslední době peníze (úvěr, apod.)?

„Ne, nepůjčovala.“

9) Kolik Vás stojí léky?

„Pár stovek měsíčně, jak kdy, někdy nic.“

10) Obáváte se budoucnosti v ohledu Vaší finanční stránky?

„Obávat, ne to ani ne. Já jsem teď celkem spokojená, žiju klidně, uvidíme, co bude, ani ne. Co bude, to bude.“

11) Kdybyste chtěla ještě pracovat (brigáda), myslíte si, že byste našla místo?

„Chodila jsem na brigády, ale za 12 hodin tři stovky, to je opravdu hodně málo. Dělal jsem na recepci, tady v bývalých kasárnách. Já už si nepřivydělávám.“

12) Ze zaměstnání jste odešla z důvodu...?

„Já jsem to měla jiné. Já jsem musela odejít, celý život jsem dělala v mateřské školce a vyhodili mě, protože jsem nechtěla platit na fond a kolegyně to požalovala, tak jsem musela jít dělat na noční do Fruty. Potom jsem šla do další školky a potom jsem založila neziskovku. Ale je to hrozné, když začínáte s ničím a stát jak se stará o neziskovky, musíte shánět sponzory a všechno, je to opravdu hrozné. Jo, to je opravdu...hrozné. Kolik práce jsem s tím měla.“

13) Jak se k Vám chovali ve Vaší poslední práci během posledních pracovních let?

„V té poslední školce to bylo všechno dobré, moc hezké, potom už to bylo dobré.“

14) Máte nějaký nepříjemný zážitek nebo zkušenost, která se Vám stala, vzhledem k Vašemu věku?

„Nejsem konfliktní člověk, já jdu raději pryč, vím, že musím na děcka slušně, tišeji, ale chovají se hrozně. Když tady před panelákem křičí a chovají vulgárně, nedá se s nima moc domluvit. Jinak ne, jak říkám, nejsem konfliktní typ, raději jdu pryč. Mladí dnes nemají úctu. Nemají hodnoty.“

15) Cítíte se jako „starý“ člověk?

„Ne. Cítím se dobře, já si to stáří nějak nepřipouštím. Každá část života má něco do sebe. Já teď mám spoustu času dělat i to, co chci. Já si to víceméně jakoby užívám. Až na nějaké ty drobnosti, ale to je vždy a všude.“

16) Cítíte se v nějakých oblastech života utlačována, nebo znevýhodňována?

„Ne, to ne... Asi ne, ne.“

17) Jedná s Vámi někdo soucitně nebo lítostivě kvůli Vašemu věku?

„Ne, já nepociťuji zatím nic takového...i když...spíš snad někdo, možná jakoby úctu, že mají, ale soucitně...to snad vyloženě ne.“

18) Jak byste chtěla, aby se k Vám okolí chovalo?

„Normálně, tak jako ke každému jinému. Já necítím potřebu, nebo nepotřebuju nějaké výjimky, tak jako ke každému jinému člověku, hezky, normálně, slušně.“

19) Kdybyste měla shrnout, jak se Vám daří po všech stránkách, co řeknete?

„Já jsem spokojená, nic mi nechybí. Můžu dělat spoustu věcí, co jsem před tím nestihla, anebo neměla na ně čas. Já jsem spokojená, žiju v klidu, v pohodě. Ve stáří se netvoří nic nového, žijete z toho, co jste si vytvořila za mládí. Je důležité se na to připravovat, žijete z toho, co jste si vytvořila, na co jste si myslela, aby každý měl svoje kamarády, a tak. Člověk na stáří nehledá, člověk pokud má přátelství, má celý život, je to ideální, málokdy se stane, že si vytvoříte pevný svazek ve stáří.“

20) Navštěvujete nějaké vzdělávací kurzy, programy?

„Ano, absolvovala jsem univerzitu třetího věku, tady v Hradišti, i jsem docházela na akademii. Velmi mě to naplňovalo a bylo to moc fajn. Mezi těmi akademii a univerzitami je rozdíl, že, na akademii docházíte akorát na přednášky, ale ty univerzity, přihlásilo se nás tam dost. Měli jsme základy sociologie, zdraví i počítače... Měli jsme i tu úvodní...to úvodní přivítání i to zakončení bylo hezké, dostali jsme ten diplom, nebo ten certifikát jakoby o ukončení. Bylo to velmi zajímavé a moc se mi to líbilo. I skripta a všechno jako tak k tomu jsme dostali.“

21) Čtete? Co čtete?

„Tak já jak jezdíme na chatu, tak třeba tam mám zahrádku a tak, takže si čtu hodně o různých květinách, bylinkách a tady tyhle knihy. Taky noviny a časopisy sem tam si nějaký koupím, třeba jsou teď různé časopisy pro seniory, tam je něco zajímavého. Nebo mám i knížky, co už mám dlouho, tak si čtu někdy, třeba i nějaké lékárnické, nebo ty moje o vzdělávání a tak. To je různé.“

22) Jak trávíte volný čas?

„Tak jak jsem říkala, jezdíme na chatu, tam jsem od dubna do listopadu, takže tady takhle na chatě, relaxujeme. Jinak, jak jsem říkala, jsem dva roky po operaci hlavy, takže se z toho ještě dostávám pomaličku. Chodila jsem cvičit, takže čekám, až to bude zase úplně dobré, abych mohla znovu. Doma něco cvičím, ale jenom lehké cviky, abych úplně nezakrněla. Teď půjdu na rehabilitace přes známou, takže tam se chci zeptat, jaké cviky by mi doporučili, ať vím přesně, jak nebo co můžu cvičit. Když se nezeptáte sami, doktor vám nic neřekne, no. I vnoučatům, když přijedou, tak se věnujeme. To je tak různé. Nejvíce asi to cvičení, to čekám, až budu moct zase cvičit. Já jsem vedla i cvičení, kroužek, to bylo moc fajn, ale protože jsem byla na té operaci, tak se to zrušilo. To bylo moc fajn. To jsme chodili pravidelně cvičit tady kousek. Nebo i s kamarádkami, to víte, to je důležité. Ve stáří se moc nové vztahy nenavazují, něco málo, ale když máte z dřívějška, ty pevné vztahy a udržíte si to, je důležité mít přátele, které znáte celý život a můžete se jim svěřit. Já má dvě takové přítelkyně, se kterými se pravidelně stýkáme. Tady když si najdete nějakou kamarádku, teprve teď, tak to není ono. Takže i tak se scházíme spolu a povídáme se. Také chodím na procházky, s pejskem, ale ten umřel, takže teď bych chtěla nového, tak uvidím. Je to radost, když s ním chodíte na procházky a ven. Na to se už těším.“

23) Čemu se věnujete nejvíce?

„Tak mám to různé, teď se ještě stále uzdravuji z té operace a čekám na to cvičení, to bylo moc fajn, to mě bavilo. Jinak asi ta chata nejvíce a potom tak různě, záleží i na počasí, jestli ty procházky, čtení nebo tak no.“

24) Navštěvujete nějaké sportovní nebo pohybové, taneční nebo podobné akce?

„Tak chodíme s manželem na senior band, když hrají, jinak moc ne. Jak kdy, když je něco. Ale třeba na výstavy, když je tady něco zajímavého, tak to ano. Nebo když mě pozvou z práce, z té ale poslední, tak se zúčastním, to bývá moc fajn, povykládat si s bývalýma kolegama, nebo i vidět jak se to vše teď vyvíjí a podívat se znovu, kde jsem pracovala. Ale manžel chce být většinou doma, takže chodím buď sama, nebo jsem doma. Spíš si teď užívám toho klidu a pohody. Můžete dělat, co chcete, i to, co jste nestihli.“

25) Máte v okolí možnosti kulturního, sportovního apod. vyžití?

„Já myslím, že když člověk chce, tak si vždy najde to, co potřebuje. Takže ano, myslím si, že tady něco je. Ne asi ne moc veliký výběr nějaký, ale jsou tady různé výstavy, a hodně tady dělá ta univerzita. Já chodím na přednášky a výstavy, to mě moc baví. To si myslím, že je dobré. Ale jsou i různé, v průběhu roku, město pořádá, knihovny. Je důležité, aby člověk nečekal, co mu spadne do klína, ale i sám se zajímal a nějak se vždy cvičil a pružil a neuvadal. Je důležité mít koníčky a zájmy.“

26) Provozujete turistiku nebo cestování?

„Teď po té operaci moc ne, spíš ty procházky a na chatě jsme. Teď ne, dřív ano. Já teď ani nemůžu, po té operaci. Ani nejsou peníze...no, to je taky důležité. Turistiku...spíš procházky.“

27) Trávíte volnočasové aktivity v rámci nějaké instituce?

„Jak jsem říkala, absolvovala jsem univerzitu třetího věku a chodím na přednášky. Jinak ne, v rámci instituce...nebo tak, hm, to ne.“

28) Co Vás motivuje k ne/navštěvování společenských, kulturních a volnočasových událostí?

„Asi to, že má teď možnost, se rozhodnout, co udělám, když mám volno a čas. A podle programu taky asi. Podle toho, jestli mě to zajímá a chci tam jít.“

29) Jak často navštěvujete kulturní události a jaké?

„Moc ne, jen ty přednášky a výstavy, když mě to zajímá, nebo jsou zajímavé. Možná tak jednou za měsíc. Někdy víc, někdy míň. A ten senior band, když hrají.“

30) Navštěvujete nějaké speciální události pro seniory?

„Úplně speciální, to ne. Vedla jsem to cvičení, no... no a to vzdělávání, univerzity a tak. Ale na to jste se už ptala, ne?“

31) Pomáhá Vám někdo jako dobrovolník?

„Ne, já to nepotřebuji. Zvládám všechno sama, co potřebuji. Když je něco, co bysme třeba nezvládli, tak řekneme dětem, jinak ne, všechno zvládneme sami.“

32) Angažujete se jako dobrovolník?

„Ne.“

33) Co si představíte, když se řekne aktivní stárnutí?

„Tak určitě je to, že jenom nesedíte doma a nečekáte, co se stane, a nečekáte na smrt, jak se říká. Zajímáte se o různé dění kolem vás, máte svoje zájmy a věci, kterým se věnujete a žijete tak aktivně. Nesedíte jenom doma, nebo nic neděláte. I ty univerzity a akademie se tam určitě řadí.“

34) Kdybyste potřebovala nějakou informaci ohledně, například vzdělání, kultury, nebo potřebovala pomoc, víte kam a na koho se obrátit?

„Ale tak to by záleželo na tom, co bych přesně potřebovala. Třeba... třeba, tak když jsem nemocná, tak jdu k lékaři, ale kdyby něco jiného, tak bych asi i řekla dětem, nebo rodině a podle toho taky, záleží na tom, co by to bylo. Já mám docela přehled, si myslím, takže podle toho, co by to bylo, tak bych asi věděla komu kde říct.“

35) Využíváte nějaké sociální služby (proč), například donáška jídla, úklid, apod.?

„Ne, to vůbec. Není potřeba.“

36) Jak vycházíte se svou rodinou?

„Dobře, velice dobře, nemáme problémy, žádné. Vidáme se pravidelně, všechno. Ano, výborně. Děti jsou už dospělé, máme vnoučata, je to fajn...“

37) Jak často se vidáte se svou rodinou?

„Když přijedou, nebo i vnoučata, děti, na narozeniny a svátky, nebo když přijedou jen tak, zavolají. Nevím úplně přesně, jak často. Několikrát do měsíce to určitě.“

38) V čem Vám ne/pomáhá vaše rodina?

„Hmm, my nepotřebujeme zatím v ničem pomoci. Kdybychom potřebovali, tak řekneme, ale nepotřebujeme. Ne, nepotřebujeme pomoci.“

39) Kdybyste mohli cokoliv změnit, co by to bylo a proč?

„Já bych nic neměnila. Proč...já jsem spokojená teď, všechno funguje...já to beru optimisticky, to je důležité. Beru to tak, že člověk tady má ještě nějaké úkoly, které musí udělat, zvládnout, udělat... Takže, nemám si na co stěžovat, děti jsou pryč, máme čas sami na sebe...je to fajn...ne...já bych nic neměnila.“

40) Používáte dekorativní kosmetiku?

„Ano, občas ano. Nevidím důvod, proč bych ji neměla používat.“

41) Co si myslíte o plastické operaci?

„Člověk by se neměl stydět za to, jak vypadá. Dneska je to ale takový trend. Já nevím...co si myslím... nikdy jsem nad tím nepřemýšlela...“

42) Jak nahlížíte na osoby, které plastickou operaci již podstoupili?

„Asi, je to jejich věc. Když se to někomu líbí...“

43) Proč si myslíte, že lidé plastické operace podstupují?

„Dnes je to všechno kvůli tomu, aby vypadaly, hlavně ženy, že, mladé a krásné... hlavně mladé. Dnes se velmi hledí na to, aby lidé vypadali mladě. To mládí je dnes tak vyžadováno...ale neměl by se člověk stydět za to, jak vypadá, každý jsme jiní.“

44) Znáte někoho, kdo plastickou operaci podstoupil?

„Ne.“

45) Využíváte doplňkových a vitamínových preparátů?

„Moc ne, jdou i drahé docela, a moc tomu zase nevěřím...“

46) Myslíte si, že se stravujete zdravě?

„Vaříme z toho, co nakoupím, i na co máme. Nekupuji, nebo nevařím nic extra...no myslím si, že jakoby, snažím se vyváženě nakupovat a vařit normálně. Tak, abychom měli od každého něco. Společně jíme, pravidelně, a to je důležité.“

47) Jak se dopravujete, když někam jedete?

„Pěšky, nebo na kole. Ale když je to někam dál, tak autobusem.“

R9

1) Víte, co znamená pojem ageismus?

„Ne, tak to vůbec nevím, co by to mělo být.“

2) Když přijdete k lékaři, jak se k Vám chová lékař a zdravotní sestra?

„No tak normálně, tak já nevím jak. Normálně, slušně všechno. Velice dobře se ke mně chovají, já mám diabetes melitus třetího stupně, každé tři měsíce chodím na kontrolu a píchám si inzulín a velice dobře, ano.“

3) Zamítl Vám někdy lékař léčbu, operaci nebo léky, protože to už jste příliš stará?

„Ně, to ne. To já jsem ani v nemocnici nebyla teď dlouho. Ale víš, když mě umřel manžel, tak to jsem tam za ním chodila do nemocnice a to tam byli všichni hodní, to jo, ale manžel si stěžoval, že jsou tam na něho ty sestry zlé, ale to samé říkali sestry, že je manžel protivný na ně. Jenže on byl moc nemocný a už ani moc nevnímал, tak co chcete po starém člověku, tak by to taky mohly chápat, ale to máš těžko tady toto. To je jedno s druhým. Ale já to chápu. No... jenže, ale tak no, to víš, jinak to nejde. On byl moc nemocný... Nebyla jsem no, akorát než umřel, je to pět roků.“

4) Jak byste hodnotila současnou zdravotnickou péči?

„No tak teď je to všechno lepší než dřív, to ano, dneska je na spoustu nemocí a léků na všeho, dneska všechno líp vyléčí. Přece jenom je to vidět, že je to lepší. Ale zase je víc nemocí, já když to vidím, kolik lidí je všude nemocných a jakých těch nových nemocí je, i v té televizi to pořád ukazují, teď je toho tolik! Ale je to lepší, jsou různé přístroje nové na léčení. No a tak já jsem spokojená, aj tady chodím k praktickému lékaři a také jsem spokojená.“

5) Jste spokojená s Vaší finanční stránkou?

„Beru důchod aj po manželovi, tak mě to stačí, беру дванáct tisíc, to si ani ty nevyděláš. Já si pěstuju na zahradě zeleninu a ovoce mám, a nepotřebuju toho moc. Já s tím vystačím. Já neutrácím, já už teď nic nepotřebuju, co bych taky potřebovala, všechno mám. A mám syny, čtyři, víš, takže kdybych něco potřebovala, tak mě oni pomůžou.“

6) Takže vystačíte s Vaším důchodem?

„No to ano, vystačím, mě i zbude. Ale někteří jsou na tom hůř, taky znám takové. Že jim to nestačí a musí si šetřit moc. Ne, to ne, já vystačím.“

7) Co všechno platíte?

„Elektrinu, a jelikož topím uhlím, v kamnech tak kupuju dřevo a uhlí, tak já zeleninu si vypěstuju sama a co potřebuju, to koupím. A pěstuju králíky, takže mám

dietní maso. No a potom ještě léky, na tu cukrovku hlavně. Já si toho moc nekupuju, a nějaké ty drobné věci, co potřebuju, to si koupím.“

8) Půjčovala jste si v poslední době peníze (úvěr, apod.)?

„Ne. Já jsem si nikdy nic nepůjčovala.“

9) Kolik Vás stojí léky měsíčně?

„To je jak kdy. Inzulín neplatím, tady dvě sta...no a... a dokupuju si, co potřebuju a na doplnění výživy tisíc korun měsíčně, na oči a tak.“

10) Obáváte se budoucnosti v ohledu Vaší finanční stránky?

„Ne to ne, neobávám. Já nemám proč.“

11) Jak se k Vám chovali ve Vaší poslední práci během posledních pracovních let?

„Normálně. Dobře no.“

12) Ze zaměstnání jste odešla z důvodu...?

„Já jsem šla rovnou do důchodu. Měla jsem čtyři děti, v 54 letech jsem šla, v 86 roku.“

13) Máte nějaký nepříjemný zážitek nebo zkušenost, která se Vám stala, vzhledem k vašemu věku?

„Nemám. Ale děcka jsou dneska drzejší, na ulici když jdu, tak kolikrát ani nepozdraví, to za nás nebylo, aby někdo nepozdravil. A nemají ani úctu ke starým lidem, nedávají pozor, kam jdou.“

14) Cítíte se jako starý člověk?

„Tak mladá už nejsem, to vidíš. Už to není, co to bývalo, už jsem stará, to jo. Ale umírat se mě ještě nechce. No tak, mám strach, abych se mohla obejít, jelikož 80 roků mám za čtyři měsíce, zdravotně akorát mám strach jinak nic z ničeho.“

15) Cítíte se v nějakých oblastech života být utlačováni, nebo znevýhodňováni?

„Necítím.“

16) Dává Vám okolí najevo, že jste pro ně starý člověk?

„To ne, ne, protože já se setkávám s lidima v kostele a ti mě berou, jaká jsem. Na vesnici se to tak nebere jak ve městě. Jsem obklopená svojíma vnoučatama, tak jsem spokojená.“

17) Jedná s Vámi někdo soucitně nebo lítostivě kvůli vašemu věku?

„Chovají se ke mně, jako ke starému člověku. Lítostivě, to nevím. Ke mně se chovají slušně. Tady se k sobě chováme slušně.“

18) Jak byste chtěla, aby se k vám okolí chovalo?

„Tak jak do teď, já si nestěžuju.“

19) Kdybyste měla shrnout, jak se vám daří po všech stranách, co řeknete?

„Jsem spokojená, hlavně ať mě slouží zdraví.“

20) Navštěvujete nějaké vzdělávací kurzy, programy?

„Ne, mě to už k ničemu není.“

A znáte například univerzity třetího věku?

„V televizi říkali, co to je, jo to jsou ty vaše vysoké školy pro starší. Ale já tam nechodím. Já to nepotřebuju.“

21) Jak trávíte volný čas?

„Baví mě moje domácí zvířectvo, tím se udržuji, jinak čtu každý den, čtu noviny a chodím do knihovny, tam si půjčuju časopisy, Vlasta, Květy. Ale špatně vidím, tak knížky nemůžu vzhledem k očním...“

22) Jaké máte koníčky a zájmy?

„Tak, já mám zvířata doma, to domácí zvířectvo a čtu si a chodím po zahradě, a tak toho mám dost a to mě stačí. A mám vnoučata, pořád tady je někdo, a když slavíme společně. Taky synové bydlí kousek a děcka sem chodí a jsem jima obklopená. No a to jsem ještě, každý měsíc se scházíme tady v restauraci na takové posezení a povykládáme si, tady s kamarádkama, co mám. No a to mě stačí, já mám toho aj tak dost.“

23) Čemu se věnujete nejvíce?

„Svoji zahradě, zvířatům, a vnoučatům a tak co mám.“

24) Navštěvujete nějaké sportovní nebo pohybové, taneční nebo podobné akce?

„Ne, já nikam nechodím, mě není nikde potřeba. Co já bych tam dělala. Ne, jsem cvičila kolem dětí. Akorát jezdím na ty poutě.“

25) Provozujete turistiku nebo cestování?

„Ne, kam bych chodila. Já mám turistiku na zahrádce.“

26) Co Vás motivuje k ne/navštěvování společenských, kulturních a volnočasových událostí?

„Já nikam nechodím, jenom do kostela, na nákup a ven na zahradu. Ale jsou tu zájezdy na poutní místa, tam jezdím dvakrát za rok. Na poutní místa.“

27) Navštěvujete nějaké speciální události pro seniory?

„Ne, už jsem říkala, já nikam nechodím.“

28) Proč nenavštěvujete tyto události?

„Já, mě to nezajímá, a já mám svoje, co takovéto.“

29) Pomáhá Vám někdo jako dobrovolník?

„Ne, to ne, mě pomáhají vnoučata a synové, když něco potřebuju.“

30) Angažujete se jako dobrovolník?

„No to ne. Já jenom chodím pomáhat do domova, a když je nějaká brigáda u kostela.“

31) Myslíte si, že je dostatečné volnočasových, kulturních, vzdělávacích a jiných nabídek pro seniory? Ve Vašem okolí?

„Tak o to se já nestarám, mě to nezajímá, ale něco obec asi pořádá, já to občas slychávám, nebo čtu v novinách něco. Ale jsou tady, oni to pořádají, ale já na to nechodím. Hudební a tytok a děti z mateřské školy a na náměstí je toho dost, a dechová hudba a různé takové.“

32) Co si představíte, když se řekne aktivní stárnutí?

„No, tak je asi něco, že je víc těch zájmů a sportů a tak. A že se člověk o sebe stará asi.“

33) Kdybyste potřebovala nějakou informaci ohledně, například vzdělání, kultury, nebo potřebovala pomoc, víte kam a na koho se obrátit?

„Když potřebuju pomoc, tak se obracím na děti.“

34) Využíváte nějaké sociální služby (proč), například donáška jídla, úklid, apod.?

„Ne, nepotřebuju to.“

35) Jak vycházíte se svou rodinou?

„No tak to my vycházíme dobře velice, pravidelně se vídáme, to je dobré, my se všichni scházíme pravidelně. A kluci jsou tady, když něco potřebuju, no my se vídáme všichni skoro pořád.“

36) V čem Vám ne/pomáhá Vaše rodina?

„Ale oni mi pomáhají se vším, co potřebuju, já mám dost vnoučat a čtyři syny, tak mě pomůžou, s čím potřebuju, udělají, co potřebuju.“

37) Kdybyste mohli cokoliv změnit, co by to bylo a proč?

„Nemám snahu, jsem spokojená, nechci nic. Vzhledem k svému věku, zatím su spokojená. „

38) Používáte dekorativní kosmetiku?

„Ne, na co.“

39) Co si myslíte o plastické operaci?

„Já si o tom nemyslím nic. Když to někdo dělá, ať si dělá, ale zbytečně se hyzdí, dyť to není normální, to se přece tak nedělá. Ale ať si každý dělá, co chce, když má na to peníze. Kolik peněz to musí stát. Takové tyto věci, co je teď, to za nás nebylo. A je to dobře, že to nebylo. Protože k čemu taky.“

40) Znáte někoho, kdo plastickou operaci podstoupil?

„Neznám.“

41) Využíváte doplňkových a vitamínových preparátů?

„Využívám hodně na zlepšení mozku a na zlepšení pohybu. Ale je to všechno drahé, ale nedá se nic dělat, myslím, si že to pomáhá.“

42) Myslíte, že se stravujete zdravě?

„Já mám cukrovku, takže se jím podle toho, snažím se no.“

43) Cvičíte nebo sportujete v rámci udržení fyzické kondice? Pečujete nějak speciálně o své zdraví a vzhled?

„Ne, já akorát chodím po zahradě, a když něco dělám. Trochu doma cvičím.“

44) Jak se dopravujete, když někam jedete?

„Tak tady po ulici pěšky, na kolo už moc nemůžu, ale jezdívala jsem, nebo jedu autobusem. Nebo mě děcka vozí autem.“

45) Využíváte lázeňských pobytů?

„Ne. No dřív, když jsem chodila do práce, teď co jsem v důchodě tak ne.“

P III: Dotazníková otázka č. 29

Otázka č. 29: Slyšeli jste někdy o pojmu ageismus?

škála	absolutní četnost	relativní četnost v %
určitě souhlasím	17	17 %
spíše souhlasím	15	15 %
nevím	70	68 %

