

Vzdělávání seniorů v domově pro seniory

Marek Gabrhelík

Bakalářská práce
2022



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2021/2022

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Marek Gabrhelík**
Osobní číslo: **H19485**
Studijní program: **B0111A190011 Sociální pedagogika**
Forma studia: **Kombinovaná**
Téma práce: **Vzdělávání seniorů v domově pro seniory**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti gerontologie, kvality života seniorů, motivace a vzdělávání seniorů.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: elektronická

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

Seznam doporučené literatury:

- HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2010. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.
HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, 2013. Volnočasové aktivity pro seniory. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4697-5.
KOTÁSEK, Jiří a kol., 2001. Národní program rozvoje vzdělávání v České republice: Bílá kniha. Praha: Tauris. ISBN 978-80-211-0372-6.
KRAUS, Blahoslav, 2008. Základy sociální pedagogiky. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.
LANGER, Tomáš, 2016. Moderní lektor: průvodce úspěšného vzdělavatele dospělých. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0093-4.
LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. Vývojová psychologie. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1284-0.
MATOUŠEK, Oldřich a kol., 2001. Základy sociální práce. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0211-0.
ONDRÁKOVÁ, Jana a kol., 2012. Vzdělávání seniorů a jeho specifika. Červený Kostelec: Pavel Mervart. ISBN 978-80-7465-038-3.
ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ, 2015. Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Michaela Lukešová**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **26. ledna 2022**

Termín odevzdání bakalářské práce: **29. dubna 2022**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

L.S.

doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 26. ledna 2022

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské 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 bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (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 – bakalářskou 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 bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně13.4.2022

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.

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce přezkoumává metody a možnosti pro vzdělávání seniorů. Teoretická část se zabývá základními pojmy a metodami pro vzdělávání seniorů. Vzdělávací metody hrají důležitou úlohu stejně jako i překážky, které senioři musí překonat k možnému vzdělávání. Zabývá se možnými formami vzdělávání. S pomocí metody dotazníkového šetření zkoumá jejich současný stav. Na základě získaných dat a teoretických východisek řešené problematiky jsou navržena doporučení pro praxi, která si kladou za cíl zkvalitnění vzdělávání seniorů v domovech pro seniory.

Klíčová slova: Senior, celoživotní vzdělávání, vzdělávání seniorů, vzdělavatel, gerontologie.

ABSTRACT

This bachelor thesis examines the methods and possibilities for the education of seniors. The theoretical part deals with basic concepts and methods for senior education. Educational methods play an important role as well as the obstacles that seniors have to overcome for possible education. It deals with possible forms of education. He examines their current state with the help of a questionnaire survey method. Based on the obtained data and the theoretical basis of the problem, recommendations for practice are proposed, which aim to improve the quality of education of seniors in homes for the elderly.

Key words: Senior, lifelong learning, senior education, educator, gerontology.

Poděkování

Tímto bych chtěl poděkovat své vedoucí bakalářské práce Mgr. Michaela Lukešové za odborné vedení připomínky a oporu při vypracování této bakalářské práce. Zároveň bych rád poděkoval mé rodině za vytvoření podmínek k vypracování mé práce.

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

OBSAH

ÚVOD.....	8
I TEORETICKÁ ČÁST.....	10
1 PROBLEMATIKA STÁRNUTÍ.....	11
1.1 POJETÍ STÁRNUTÍ.....	13
1.2 NÁSTUP OBDOBÍ STÁRNUTÍ A ZMĚNY ŽIVOTA.....	15
2 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	17
2.1 PROCES VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	19
2.2 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	21
2.3 VÝZNAM VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ.....	23
3 MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V DOMOVECH PRO SENIORY.....	26
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	28
4 CÍL PRÁCE.....	29
4.1 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO SOUBORU.....	29
4.2 METODA SBĚRU DAT.....	30
5 VÝSLEDKY VÝZKUMU.....	31
5.1 SHRNUÍ.....	38
ZÁVĚR.....	39
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	42
SEZNAM GRAFŮ.....	43
PŘÍLOHA Č.1 DOTAZNÍK.....	44

ÚVOD

Hlavním důvodem podporujícím vzdělávání seniorů jako důležitého sociálního prvku je stárnutí společnosti, vytvoření velké generační skupiny seniorů. Stárnutí obyvatelstva se stalo jedním z významných rysů měnícího se obrazu obyvatelstva v Evropě. S kvalitou zdravotnictví jde ruku v ruce i zvyšování věku obyvatelstva, tudíž jde o přirozený proces moderní společnosti.

Mezi možnosti zdůraznit potřebu edukace obyvatelstva patří například, vyšší zastoupení starších osob, jelikož senioři tvoří větší část obyvatelstva. Z tohoto důvodu je potřeba tuto cílovou skupinu zohlednit a vytvořit samostatnou edukační skupinu.

Očekávání seniorů z konce života se mění i v závislosti v jakém věku se senior zrovna nachází s tím jsou spojena různorodá očekávání. Obecně přijatelná definice stáří neexistuje, je ohraničováno a určováno především kalendářním věkem, a to, když se člověk dožije 65let, ale i tak je považován za starého dle toho, jak starým se cítí být on sám (Šemberová, Bláha, 2004).

Každý s mnou oslovených seniorů měl od kvality důchodového věku jinou představu, ale všichni si chtěli své stáří užít a odpočinout si. Přece jen se jedná o jednu ze závěrečných fází života, která je pro každého individuálně důležitá.

Do období zralého věku se dostanou všichni jedná se o přirozený proces našeho biologického a fyzického procesu. Je důležité v dnešní společnosti přijmou seniora nejen pro to, že je starší pro mladší generace, ale i pro to čeho ve svém životě dosáhl a jak byl nápomocen ve tvoření současné společnosti. Významné místo je přisuzováno také vzdělávání, a proto senioři a celé jejich skupiny usedají zpátky do univerzitních lavic, aby se znovu vzdělávali, a tito představují obrovskou vitální skupinu s obrovskou sociální potencií (Šemberová, Bláha, 2004). Vzdělávání seniorů může vést k jejich větší samostatnosti a možnému pochopení a příklad pro ostatní generace.

Nedílným ekonomickým faktem je to že pokud má jedinec zájem o vzdělávání může se jeho zdravotní a psychický stav v mnohém zlepšit.

Díky vzdělávání se může zlepšit seniorovi i jeho přehled o současném dění a vtáhnout ho do sociálního koloběhu, díky tomu senior nemusí pociťovat úzkost a stresovým situacím se úplně vyhnout.

Současná společnost do domova pro seniory vpouští vzdělanější lidi s jinými nároky a představami, jak žít svůj seniorský život. Každý senior je jedinečný, každý má jiné požadavky a představy o svém dožití které záleží jak na jeho vzdělání, tak jeho potřebách v produktivním věku.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 PROBLEMATIKA STÁRNUTÍ

Proces stárnutí je každého živého organismu biologický projev. Postupné ubývání sil, zhoršené vidění pomalejší pohyb a ubývání energie je přirozený proces v tom důsledku ruku v ruce nastupují nejen fyzické změny ale i psychické a se stárnutím přirozené nemoci. Je to proces, který nechává za sebou nevratné změny. Věci a standartní koloběh kolem nás se mění s tím, jak nám život protéká mezi prsty.

Jedná se o dlouhodobý proces s pomalu postupujícími změnami v biologických strukturách, které se pak promítají do funkční zdatnosti na různých úrovních psychologických funkcí.

Stárnutí je tedy souhrnem změn, kterým organismus v průběhu času podléhá. K těmto změnám však nedochází synchronně. Stárnutí není pro každého stejné a na každém jedinci záleží, jak bude jeho stáří probíhat, a to i z vrozených dispozic či těch které si vytvoříme během let našeho mládí. Záleží tedy na našem bio mechanismu, genetických dispozicích a na našich životních podmínkách a úrovních.

Zhoršování celkových funkcí pohybových a smyslových začíná již v dospělosti a každý rok se zhoršuje. Bez postihu nezůstává ani nervový systém, který je zasažen především úbytkem počtu neuronů (Gruberová, 1998). Tyto nepříjemnosti se projevují v oblasti fyzické, biologické a duševní. Stáří ale nelze považovat za něco špatného i přes to, že má tolik nedostatků. Stáří totiž přináší jiné schopnosti, které v mládí nemáme například zkušenosti a vědomosti ty lze získat pouze postupně s nástupem stáří.

Fenomén stárnutí a stáří nelze studovat a popisovat odděleně, protože mezi nimi vždy existuje velmi úzká vazba. Bez znalosti změn, ke kterým dochází s přibývajícím věkem, bychom nebyli schopni poznat podstatu stárnutí.

Každá část života lze rozdělit na různá období. Například Příhoda (1974, s. 62) dělí věk na střední věk 45 až 59 let, rané stáří 60 až 74 let, vlastní stáří (stáří) 75 až 89 let a dlouhověkost věk nad 90 let.

Rozdělení dle jiných referencí stáří věku na různá období bychom měli zohlednit při sestavě a přípravě seniora k vzdělávání, pro stáří je zažité názvosloví sénium termín, který rozděluje celé stáří od věku 60 let na etapy.

1. **rané stáří** – od 60 do 74 let, jedná se o jedince, který je definován jako mladý senior
2. **pravé stáří** – od 75 let do 89 let, pro vzdělávání se jedná o zralého seniora
3. **dlouhověkost** – věk 90 let výše je jedinec v období dlouhověkosti, při vzdělávání patří do samostatné skupiny se specifickými úpravami pro vzdělávání.

V současné době se často setkáváme s pojmem třetí věk, který odkazuje na poproduktivní životní období, tedy na dobu odchodu do důchodu. První věk znamená období dětství a dospívání, které se vyznačuje vzděláváním a přípravou na životní mise. To je také označováno jako preproduktivní období. A označení druhého věku charakterizuje založení vlastní rodiny. Toto je období dospělosti. Třetí věk se odlišuje od druhého věku, který je považován za nejproduktivnější. Třetí věk se řadí z pohledu produktivity do postproduktivního proudu, respektive s odchodem do důchodu, kdy dochází ke změně sociálních rolí a ke změně sociálních struktur. (Špatenková, 2015).

Přesné určení třetího věku je definováno pouze s odchodem do důchodu aneb je u každého jedince individuální a některý jedinec roli seniora nechce přijmout. Geragogika je úzce spjata s tímto obdobím a přihlíží k rozvoji ve třetím věku v širším pojetí jako je poradenství, aktivizace, trénování paměti. Třetí věk je z pohledu edukace vynikající možností ke vzdělávání. Období lidského života je tedy rozděleno do několika etap, které představují tzv. sociální periodizaci života. Je to společenský věk, který naznačuje měnící se životní styl, jeho rysy a vztahy v různých obdobích životního cyklu. (Pacovský, 1981).

Každý jedinec je pak charakterizován kalendářním věkem, který je stanoven počtem let uplynulých od narození a funkčním věkem, který nemusí být vždy v souladu se stářím kalendáře a je charakterizován složitostí při jeho určování. Biologický věk se shoduje s funkční zdatností organismu a měl by určovat specifický stupeň regresivních změn, ke kterým dochází v procesu stárnutí člověka. Stárnutí není druh nemoci, ale normální biologický proces, který začíná v dřívějších vývojových obdobích. Je však třeba uznat, že právě v tomto období, zejména po 75. roce života, přicházejí některé nemoci a poruchy častěji a ve větším počtu ve srovnání s dětstvím, mládím nebo dospělostí. Stejně tak přežití nemoci a její léčba probíhá u seniorů trochu jinak. Léčba a hospitalizace bývají delší, v jejich organismu dochází k trvalým změnám a k uzdravení je potřeba delší čas. Nemoci se často projevují atypickým způsobem, jsou náchylnější k chronicitě, jejich průběh je častější než v mládí. Delší onemocnění urychluje proces stárnutí a může vést ke změně sociální situace starého člověka a k jeho závislosti na ostatních. Nemoc a fyzická neschopnost posunuje seniory do sociální izolace, a tím může seniora utvrzovat v jeho pocitu absolutní zbytečnosti.

1.1 Pojetí stárnutí

Rozdíly ve stáří lze pozorovat mezi muži a ženami rozdílně. Ačkoli mají hodně společného, protože žijí a stárnou stejným způsobem, existují specifické rozdíly, kterými se stárnutí žen liší, pokud jde o psychologické, biologické a sociální.

Mezi rozdíly, které ovlivňují způsob a intenzitu stárnutí u žen, patří například přechodné období, označované jako fáze biologické a psychologické rekonstrukce, předčasný odchod do důchodu, který jim může ve větší míře způsobit emocionální a psychologickou krizi a zpravidla delší dobu života než muži. Obecně lze říci, že proces stárnutí je ovlivněn třemi faktory.

Genetický faktor, se kterým se člověk narodí, faktor z vnějšího světa (vliv prostředí) a určitá časová dynamika. Vzájemná účinnost těchto faktorů vytváří jedinečnost a neopakovatelnost každého jednotlivce. Určuje také, jak někdo stárne. Ať už rychlejší, pomalejší nebo úměrné věku kalendáře. Interindividuální rozdíly jsou také ovlivněny úrovní vzdělání, životním stylem a přístupem k životu.

V průběhu života dochází také ke společenským změnám, tj. ke změnám v sociálním postavení a ke změně sociálních rolí každého jednotlivce. Během stárnutí a stáří nedochází k žádným fyzickým a psychickým změnám, které by závisely pouze na těle. K těmto změnám dochází vždy za určitých sociálních podmínek, což znamená, že biologický i duševní vývoj ve stáří je také spoluurčován sociálními faktory. Jako nezbytná se jeví aktivnost a pocit užitečnosti, a právě vzdělávání poskytuje jednu z forem podpory kvality života a uspokojení jejich potřeb (Bočková, 2000).

Negativní změny v sociálních podmínkách nejen ovlivňují duševní vývoj, ale také podporují ztrátu fyziologických funkcí. Poruchy, které vedou k chronicitě v nepříznivých sociálních podmínkách, mohou mít příznivý průběh v dobrých sociálních podmínkách. Faktory, jako je sociální nejistota, špatná finanční situace, lidská osamělost, změny motivace, rostoucí pasivita, diskriminace díky věku, jsou důležité jako psychologické a biologické faktory pro průběh stárnutí. Z toho vyplývá, že změny v sociálním postavení seniorů se okamžitě promítají do jejich postojů k ostatním lidem a společnosti jako celku a také k sobě samým. Změny psychologické povahy mohou mít charakter sestupné, ale i vzestupné povahy. Některé funkce psychické povahy se nemění. Změny v degresivní povaze zahrnují zhoršené vnímání, pokles elánu a vitality. Změny se vzestupnou povahou zahrnují vytrvalost, trpělivost atd.(Jedlička, 1991).

Duševní vývoj ve stáří závisí do značné míry na tom, jak se stárnoucí člověk dokáže s touto skutečností vyrovnat. Dochází ke ztrátě řady duševních funkcí, které vznikají z biologicky přirozených změn. Funkční kapacita organismu je snížena, což má za následek zhoršení vnímání, motorických dovedností, zpomalení duševních pochodů a celkové snížení dynamiky života.

1.2 Nástup období stárnutí a změny života

Čeká na každého z nás. Přichází tak pomalu, že si to někteří uvědomí na poslední chvíli a nedokážou si ho užít. Jsou lidé, kteří říkají, že není nic, co by se mohlo těšit. Proti jejich tvrzení jsou životy mnoha starých mužů a babiček, kteří přežili svůj podzim života v krásných klidných barvách. Nenechme si ujít příležitost a neodkládejme stáří na poslední dny svého života. Stáří je skvělá příležitost těšit se z toho, čím jsme v životě prošli, a těšit se z toho, co zažívají lidé kolem nás. Stáří je pro každého člověka větší či menší zátěží hodně záleží na psychické odolnosti. Nic s tím neuděláme. Stáří však může být také našim darem. A je tu něco, co s tím můžeme udělat. Snaha o eliminaci nebo minimalizaci negativních dopadů a podporu, pozitivních dopadů na organismus je definována jako celoživotní příprava na stárnutí a stáří. Cílem je připravit a nasměrovat jedince k aktivnímu stáří, nejlépe v dobrém zdravotním stavu, tvůrčí pohodě, v důstojném prostředí a sociálním zabezpečení. Koncept aktivního stárnutí je jedním z dokumentů, které jsou implementovány v zásadách OSN pro seniory. Hlavní cíle se zaměřují na zdravé stárnutí, zaměstnání, osobní rozvoj a zůstávají zaměřeny především na oblasti vzdělání. Jedná se o multidimenzionální koncept, který probíhá na společenské a individuální úrovni, ovlivňuje také, jak jsou senioři společností vnímáni, a měl by směřovat k odbourávání ageismu. Ke stoupajícímu trendu zvyšování počtu seniorů je potřeba se zabývat problematikou spojenou se stárnutím populace ať už se jedná o mezigenerační vztahy (tolerance, ohleduplnost) tak vytvoření aktivního života seniora spojeným se možností vzdělávání.

Trvalá nebo dlouhodobá příprava probíhá po celý život jednotlivce. Je součástí výchovy k manželství a rodičovství, zdravotní výchovy, ale také občanské a humánní výchovy ve školách. Optimalizuje proces socializace a má dopad na postoje ke stárnutí a ke starším osobám. Akutní nebo krátkodobá příprava na stárnutí začíná probíhat přibližně 6 let před koncem důchodového věku se zaměřením především na zdravotní opatření, psychologickou přípravu na společenskou změnu role a optimální řešení sociálních otázek v kontextu koherentního přechodu do důchodu.

Přípravu na období stárnutí a stáří lze rozdělit na zdravotní, psychologickou a sociální. Zdravotní příprava na období stárnutí a stáří je založena na včasném lékařském vyšetření zaměřeném na včasnou diagnostiku onemocnění, zejména v oblasti kardiovaskulárních onemocnění a malignit, prevenci, diagnostiku a eliminaci rizikových faktorů hypertenze, obezity, kouření, hyperglykémie a dalších možných závažných onemocnění. To jsou také doporučení pro adekvátní fyzickou aktivitu jako prevenci pohybového aparátu. Psychologická příprava na období stárnutí a stáří vychází z principů psychohygien a psychologie zaměřené na starší osoby. Pozitivní změna a udržování psychologických funkcí, procesů a podmínek nastává na základě trvalého podněcování, zejména v oblasti rodiny, společenského života, v práci, ve sportu a ve smysluplném volném čase.

Sociální výchovou se rozumí zajištění změny struktury práce v závislosti na věku, výkonu, vzdělání a zdravotním stavu. Samotný přechod do důchodu by měl být hladký a postupný, se změnou pracovní doby. S touto oblastí souvisí problematika bydlení, stravování, délky dovolené, volného času. Příprava na období stárnutí a stáří je velmi zvláštní, má základ při řešení zdravotních, psychologických a sociálních problémů jednotlivce v době jeho odchodu do důchodu. Jedná se o celospolečenské opatření a tvoří předpoklad pro mezigenerační porozumění.

2 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vzniká v období důchodového věku jako věk zaslouženého odpočinku člověka, který postupuje po dramatickém období života. Apatie se stala pastí pro samotné seniory, protože je nepřímo vyloučila z mnoha oblastí komunitního života. Stala se také pastí pro společnost a komunitu, která plánovala pečovatelské domy jako vhodné prostředí pro přežití stáří. S vyšším růstem starých lidí se tento způsob péče o seniory stal pro společnost finančně nedostatečným, ale nepřinesl ani požadované výsledky. Důležitým aspektem je motivace. O nemotivovaném chování se téměř nemluví, míní se jím jen redukce potřeb nebo nevědomá motivace. (Nakonečný, 1996). Domovy pro seniory byly dříve zařízeny tak že se setkávali pouze vrstevníci a stále stejní lidé. Péče byla definována na minimum díky tomu se senioři stávaly dříve závislími na pomoci druhých. Návštěva takového zařízení v sedmdesátých letech se stala přímým impulsem k uspořádání první "univerzity třetího věku" jako specializované vzdělávací aktivity pro seniory na univerzitě v Toulouse ve Francii.

Založení vysoké školy třetího věku nastala správnou chvílí, o čemž svědčí nečekané rychlé rozšíření vzdělávací nabídky pro seniory v mnoha evropských zemích u nás během osmdesátých let konkrétně 1986 v Olomouci. Vzdělávání seniorů při jeho vzniku bylo symbolem aktivního, inovativního, vedeného a informativního přístupu samotného seniora k jeho životu. Přístup, ve kterém se vzdělávání stává nejdůležitější možností rozpoznat a rozšířit nové oblasti činnosti, aktivity, kontakty, rozvoj, ale alespoň udržení kvality života seniorů. Je nesmírně důležité si uvědomit, že proces vzdělávání je nyní považován za celoživotní proces, proto je důležité vytvářet podmínky, které vytvářejí potřebu neustálého vzdělávání lidí, ale zároveň mají dostatečný potenciál k naplnění a uspokojení této potřeby.

Bočková (2000, s. 9) definuje celoživotní vzdělávání takto: „*Je založeno na potřebě permanentní kultivace člověka a jeho rozvoje. Podílí se na socializaci a je hlavním nástrojem vpravování se do kultury příslušné společnosti. Svou podstatou je celoživotní vzdělávání demokratické, neboť umožňuje přístup ke vzdělávání kterémukoliv jedinci v kterémkoliv období jeho života.*“ Vzdělávání seniorů s ohledem na celosvětový fenomén stárnutí populace se stává jednou z nejdůležitějších oblastí rozvoje vzdělávání dospělých. Výchova a v jejím rámci vzdělávání je dnes chápán jako proces celoživotní. (Dvořáčková, 2012). Tomuto postupu napomáhá i změna kritického vnímání období stárnutí a stáří zbytkem populace, způsobená povědomím o stále se zvyšujícím počtu seniorů a potřebou se o ně nejen starat, ale také se snažit seniory co nejvíce zapojit do aktivního společenského života. Z tohoto pohledu je vzdělávání seniorů jedním z nejsilnějších nástrojů tohoto úsilí. Vzdělávání pro seniory se začalo objevovat v roce 1970 a v roce 1990 byly vytvořeny první monografie, které se zabývaly různými typy vzdělávání a začaly navazovat první mezinárodní kontakty, které přesahovaly jeden institucionální typ vzdělávání seniorů. Vývoj probíhal také v oblastech vědy, jako je gerontologie a geriatric, a tyto oblasti se vyvíjejí dodnes. (Bočková, 2000).

Geragogika je ve své podstatě velmi mladá vědní disciplína. I když se ve své podstatě zabývá staršími a starými lidmi tak připravuje na toto období i mladší generace. Obsahově a terminologicky se teprve vyvíjí, ale její podstata pochází ze vzdělávání starších lidí. Kde se momentálně nachází její místo ve vědních disciplínách se můžeme dozvědět z literatury například pojem geragogika je používán některými odborníky (Bednaříková, Petříková) výhradně jako vědní obor zaměřený na vzdělávání seniorů. Již toto začlenění řadí geragogiku mezi vědy o výchově, která má velmi blízko k pedagogice a andragogice.

Geragogika se opírá ještě o poznatky z jiných věd, a to z psychologie kde aplikuje poznatky z osobnosti člověka, sociologie v oblasti společenských vztahů, filozofie o hodnotové vztahy jedince k sobě samému a ke společnosti. Počátky geragogiky sahají hluboko do historie a jsou úzce spjaty s pedagogikou. Jan Amos Komenský vytvořil ucelený systém vzdělávání nejen dětí a mladistvých, ale i dospělých. Píše, že stáří je součástí života, proto je součástí školy a tato škola musí mít svého učitele, předpisy, cíle a disciplínu. (Špatenková, 2015). Zajímavým odvětvím geragogiky je rozvíjející se gerontotechnologie, kdy do života seniora vstupují roboti a automatické věci, které neznají z dřívějších dob. Jejich využití přitom slibuje pomoc při péči můžou být využiti jako asistenti, společníci. Momentálně se jedná o ne úplně prozkoumanou oblast. Důležitou otázkou u gerontotechnologie je etika, kdy některým osobám, a to nejvíce pacientům s rozvinutou demencí bude dělat problém rozeznat, že se jedná o neživou bytost. Při zavedení robotů do zařízení můžou nastat problémy. Robot může zastoupit pečovatele, jde tedy o představu dehumanizace sociálních služeb. K takové vizi je ještě daleko, ale již nyní jsou střípky směru využití robota jako zábavy či pomoci v sociální službách.

2.1 Proces vzdělávání seniorů

Senioři soběstačně výdělečně činní tvoří prioritní zvláštní skupinu v oblasti vzdělávání, což vyžaduje odlišný přístup ve vzdělávacím procesu než jiné vzdělávací skupiny v jiných věkových skupinách. Bočková (2000) ve své publikaci píše, že dospělí nad 60 let nezačínají studovat, ale pokračují ve svých předchozích učebních návycích. Samotný jejich zájem a přístup ke vzdělávání je ovlivněn především zájmy, znalostmi a zkušenostmi jednotlivce, které získal v předchozích životních etapách. Je velmi důležité si uvědomit další specifika, kterými je vzdělávání seniorů charakterizováno.

Mnou vybrané domovy pro seniory poskytují tyto možnosti aktivit či vzdělávání:

- vzdělávací aktivity veřejných knihoven
- poznávací a vzdělávací zájezdy pro seniory
- řádné vzdělávací programy seniorů
- programy přípravy na stáří a zdravé stárnutí
- tréninky paměti
- poradenství pro seniory
- programy zaměřené na tělesnou a pohybovou aktivitu seniorů
- adaptačně edukační programy v domovech důchodců
- aktivizační a edukačně rehabilitační programy.

Další možností je se přihlásit na letní univerzitní kurzy pro seniory, řádné vysokoškolské studium, profesně orientované vzdělávací programy typu padesát plus, programy podpory společenské angažovanosti dále lze navštěvovat kluby důchodců či seniorská centra.

Senioři již mají určité znalosti, a hlavně spoustu zkušeností v praktickém oboru, které je třeba respektovat. I když je vzdělávání seniorů poměrně široce ukotvený problém je třeba identifikovat, které faktory vzdělávání tento proces ovlivňují. Z pedagogického hlediska je vzdělávání seniorů procesem, který se zaměřuje na přímé vzdělávání ve stáří a klade důraz na vzdělávací způsoby které pozitivně ovlivňují seniory je tedy určeno přímo pro tuto kategorii. Tento proces v sobě zahrnuje jejich výchovu a vzdělávání, přičemž respektuje zvláštnosti spojené se seniory. Vzdělávání seniorů se zabývá pedagogickými specifiky působení na seniory, nahlíží na osobnost seniora, definuje ji v souvislosti s výchovně vzdělávacím procesem, definuje výchovně vzdělávací systém seniory a zabývá se zvláštnostmi ve vztahu k ostatním pedagogickým a společenským vědám. Proces vzdělávání ve stáří je odlišný od vzdělávání v dospělosti. Proces vzdělávání je specifický v tom že se vzdělávání v tomto věku hůře uchovává, proto by mělo mít srozumitelný obsah a tomu určené vzdělávací prvky podporující lepší ukotvení v paměti seniora. Dlouhodobá paměť již nedokáže pojmu velké množství informací a ukládá je někdy nesrozumitelně a pokud se ujme krátkodobá paměť tak opravdu jen sporadicky. Celý proces vzdělávání by měl být

určen spíše k memorování. Vzdělávání seniorů je specifické neustálým opakováním. Důležité je procvičování a upevňování učiva, na které senior potřebuje více času a téměř nutná je pochvala i přiměřená soutěživost. Klevetová (2017).

2.2 Faktory ovlivňující vzdělávání seniorů

Hlavním faktorem podporujícím vznik a rozvoj vzdělávání seniorů jako důležitého sociálního prvku je stárnutí společnosti, vytvoření velké generační skupiny seniorů. Stárnutí obyvatelstva se stalo jedním z významných rysů měnícího se obrazu obyvatelstva v Evropě. Lidský věk se zvyšuje a počet starších lidí se neustále zvyšuje.

Klíčovým prvkem podporujícím vzdělávání seniorů je stárnutí obyvatelstva, které se stalo jedním z nejdůležitějších prvků moderní společnosti, a to i díky kvalitě zdravotnictví a celkově lepší podpory života.

Je třeba učinit potřebný společenský tlak, který by vytvořil obecný vývojový trend pro vznik a rozšíření vzdělávání seniorů, bylo by nutné kombinovat několik faktorů. Mezi ně patří vnitřní faktory, které ovlivňují edukaci seniorů a vnější faktory. Má-li vzdělávání ve společnosti plnit svou funkci, musí se zaměřit na seniory jako na jedinečnou cílovou skupinu, vnitřně bohatě rozdělenou, se samostatnými vzdělávacími potřebami, a to se prolíná do vnějších faktorů, jelikož je nutno specifikovat kvalitu učiva, která charakterizuje potřeby učení ve stáří a s tím související kvalitu vzdělavatelů. Jakmile se charakterizují uvedené vnější faktory je potřeba vymezit prostředí ve kterém se vzdělávání bude realizovat.

Prodloužení života člověka ve fázi stáří vyvolává změnu ve složení života jednotlivce ve prospěch pozdějšího životního období. Jedinec, který se vyhne nemocem a nebezpečím, které by předčasně ohrozily lidský život ve středním věku a úspěšně se vyrovná s krizí důchodové adaptace, má reálnou šanci přežít důchodový věk v relativní samostatnosti a soběstačnosti. Dochází ke změnám podmínek edukace, k rozvoji technologií i vědecký rozvoj pokračuje stále dopředu, a tak je od člověka vyžadováno, aby své znalosti oprašoval, rozvíjel a prohluboval (Bočková, 2000).

Mění se očekávání dnešních seniorů od života v důchodovém věku, zatímco s velkým nárůstem počtu seniorů ve společnosti se mění i životní podmínky a principy této generační skupiny obecně. Do seniorského věku přicházejí ve větším počtu vzdělaných, finančně zajištěných lidí, v relativně plné životní síle než v minulosti. Od důchodového věku očekávají, že jeho plnost bude postupovat, nejen pasivně žít život.

Snaha o kvalitu a důstojnost života ve stáří je vyvolána skutečností, že stárnutí a stáří je stejně smysluplné období, které má pro každého jednotlivce individuální význam, ale i sociální poslání. Jednotlivá období života mají svou vlastní hodnotu, řídí se svými právy a povinnostmi.

Hledání sociálního poslání stáří je spojeno se skutečností, že senioři jsou nedílnou součástí společnosti a stárnutí samo o sobě je fází, ve které prochází každý zdravý jedinec. Síla motivů a potřeb seniorů vede k pochopení důležitosti místa seniora v humánní a demokratické společnosti také znamená přehodnocení rolí všech generací společnosti. Senioři musí být také uznáni za roli, kterou hráli a mohou i nadále přispívat ke zdravému rozvoji společnosti. Pospolitosť by neměla být pocíťována pouze vůči starším generacím, ale také mezi generacemi, a tímto způsobem dosáhneme mezigenerační rovnováhy. Sekundární faktory vzdělávání znamenají, že se senior učí efektivně zvládat omezení a nové požadavky vyplývající ze stárnutí a stáří. Stává se nezávislým seniorem, který není permanentně závislý na zdravotní a sociální péči. S tím se pojí ekonomický aspekt, který ukazuje že pokud má jedinec zájem o učení během svého života, je odolnější vůči svým problémům spojených se zdravotními riziky a problémy myšlení a pohybového aparátu. Mezi tyto faktory se řadí kognitivní, afektivní a fyzické charakteristiky seniorů.

Sociální a sociokulturní faktory přichází ruku v ruce s ostatní faktory a společná edukace která vede k sociálnímu cítění a společenskému začlenění ve společnosti nejen seniorů, ale v závislosti na faktoru prostředí i s mladšími generacemi. Zachování si adekvátní kvality života v oblasti sociálních vztahu a vitálních mechanismů oddalování omezení vyplívajících ze stáří je toho součástí. Faktor změny jako fenomén současnosti představuje řadu změn v sociálních systémech, které způsobují stres z hlediska starších osob.

Senior v takových situacích zažívá pocity nejistoty, bezradnosti a nemůže se s těmito možnostmi snadno vyrovnat. Samotné vzdělávání seniorů pomáhá seniorovi orientovat se v procesech změn na všech úrovních od sociálních makro změny, přes rozmanité změny v životě seniora až po mikro změny vyvolané běžným životem. Demokratizace společnosti a hledání nových modelů života ve stáří je způsobeno tím, že do důchodového věku přicházejí vzdělanější, kreativnější lidé, často s celoživotními vzdělávacími potřebami a zájmy. Tito lidé mají jiné předpoklady pro uspokojení vzdělávacích potřeb než jejich předchozí generace. Vzdělávání seniorů nabízí prostor pro nalezení postupu, systému, smyslu života, poznání možností a nezbytnosti v životě. Přejít do domova pro seniory není konec, i v poslední části života se může člověk vzdělávat, jakékoliv vzdělávání přináší člověku kulturní, sociální a psychické uspokojení.

2.3 Význam vzdělávání seniorů

Jednou z aktivit člověka po celé jeho bytí je samotné vzdělávání. Vzdělávání se týká všech od mikro jednotek po makro jednotky tedy od jedince po velké národy, státy a po nás jako celek. Z důvodu zvyšující se hranice vzdělávání se posunují nároky na vzdělávání stále na vyšší úroveň. Díky tomu se vzdělávání stává trvalou součástí každého člověka, který je ve své podstatě okolnostmi nucen neustálého vzdělávání.

Vzdělávání v seniorském věku je tudíž součástí každého seniora, ale s ohledem k možnostem a osobními cílům.

Ondráková (2012) uvádí, že pro seniory, ale nejen pro ně, je třeba od začátku vědět, kdy vstupují do vzdělávacího procesu, jaké jsou vzdělávací cíle, čeho se budou snažit dosáhnout. Proto bychom od začátku měli být obeznámení s cíli a zdali jsou senioři těchto cílů dosáhnout. Vzdělávání seniorů má jako každý jiný systematický postup své poslání, účel, stejně jako sociální a speciálně pedagogické zaměření, o čemž se ubírají publikace jako autorky Bočková (2000).

Hlavní význam vzdělávání seniorů lze podle Bočkové a určit ve dvou úrovních:

1. ve vztahu k jednotlivci – senior,
2. s ohledem na společnost.

Seniorovi může být vzdělávací činnost seniorů zintenzivnění možnosti plnění vzdělávacích a zájmových kulturně-tvůrčích a kulturně-zážitkových aktivit seniorů, možnost jednat, podporovat a udržovat rozvojovou schopnost osoby v seniorském věku, nástroj k nápravě požadovaných změn v osobnosti seniora, nástroj cílevědomého ovlivňování vývojové dynamiky individuálních osobnostních charakteristik, vzorců chování, hodnot a postojů, možnost svobodně rozhodovat o dalším způsobu a vývoji životní cesty, sociální a ekonomické situaci života, pomoc při plnění životních úkolů v jednotlivých etapách pro starší věk, základ pocitu radosti ze života, obohacující nástroj pro život seniora. Vzdělávací aktivity nabízejí seniorům možnost organizovat si vlastní život, jak být vnitřně vyrovnanější a spokojenější prostřednictvím nových informací. To má také důsledky pro seniory: člověk může také ovlivnit svou kognitivní a emocionální stránku prostřednictvím svého vlastního stylu chování, postojů a názorů. Změny způsobené stářím by neměly vést ke ztrátě motivace a k odložení života.

Vzdělávání může zjednodušit celkové vnímání vývojových úkolů v průběhu celého lidského života, a tím zlepšit přechod a adaptaci na změněný způsob života v senii. Může také přinést nový pohled na řešení nových životních situací a omezení, která s sebou stárnoucí člověk nese, a vyhnout se tak jeho patologickým projevům. Z celkového hlediska může senior získat vhled a schopnost samostatně se rozhodovat o tom, jak řešit různé výzvy života v séru.

Základem všech vzdělávacích aktivit u seniorů je poznání, které je jedinec schopen se učit a vytvářet i v období stárnutí a stáří, i když učení v tomto období je velmi specifické. V této době již nejde o zvyšování kvalifikace a zvyšování sociálního zabezpečení.

Vzdělávání v séru je volitelné se zcela svobodnou volbou cílení na obsah. Pro seniory je vhodné zaměřit se na vzdělávání v problematice přípravy na stárnutí. I toto období má velmi důležitý význam a vzdělání by mělo mít důležitý význam pro zlepšení motorických funkcí.

3 MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V DOMOVECH PRO SENIORY

Možnosti vzdělávání seniorů v domovech pro seniory, jsou formou formální či informální. Jejich funkce jsou pedagogicko-preventivní a s tím jsou i uzpůsobeny tyto vzdělávací programy, které se zaměřují na zdravé stárnutí a na prevenci předčasného stárnutí člověka a pokouší se ukázat seniorům nový směr. Mohou probíhat například v klubovnách důchodců, vzdělávacích místnostech či tělocvičnách. Další možným vzděláváním je přítomnost specializované osoby na určitý druh vzdělávání, a to přímo v domovech pro seniory. Jsou zde poskytovány specificky orientované vzdělávací programy ve formě aktivačních, adaptačních, rehabilitačních nebo terapeutických programů a vzdělávání pro uživatele služeb. Mezi informální vzdělávání seniorů v domovech pro seniory patří bezesporu i tak zvané exkurze s možností naučit se něco nového, popřípadě si obnovit již ztracené vzpomínky.

Poznávací a vzdělávací zájezdy pro seniory jsou dalším druhem informálního vzdělávání které patří k velmi oblíbeným vzdělávacím programům a zanechává na seniorech největší vzdělávací dojem. Cílem je poskytnout vzdělávání pro seniory, aby mohli najít nový životní směr ve vyšším věku. Možnostmi vzdělávání seniorů se zabývá také již zmiňovaná geragogie. Mezi formální vzdělávání seniorů patří akademie třetího věku, které jsou také označovány jako druhý životní program ve stáří. Špatenková (2015). U3V neboli University třetího věku nabízejí svým respondentům cykly přednášek a účast na normálních studijních programech školy další možností je A3V Akademie třetího věku jde o krátkodobé, nebo jednorázové akce.

První univerzita třetího věku v České republice byla založena v Olomouci v roce 1986 při Univerzitě Palackého v Olomouci Lékařské fakulty za spoluúčasti Českého červeného kříže.

V České republice se vliv na kvalitu života seniorů chápe jako cíl prvořadý i proto jsou přítomny další možnosti vzdělávání pro seniory jako kluby důchodců, seniorská centra. Kluby třetího věku jsou dobrovolná seskupení starších občanů s cílem společného trávení volného času. Kluby mohou mít různé odborné zaměření, jejich častou aktivitou jsou i jednorázové vzdělávací akce dle momentálně převažujícího zájmu.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 CÍL PRÁCE

Cílem šetření bylo identifikovat možnosti vzdělávání ve vybraných domovech seniorů, a dopad vzdělávání na fyzické a psychické změny. Za tímto účelem jsou formulovány následující výzkumné otázky.

1. Jaké možnosti vzdělávání jsou klientům v domově seniorů k dispozici a zdali je vzdělávání součástí individuálního plánu rozvoje (výzkumná otázka č.7,8,9 a 10)
2. Jakým způsobem ovlivnilo vzdělávání vaše psychické a fyzické změny (výzkumná otázka č.11)
3. Jde v domově pro seniory dostatek vzdělávacích programů (otázka č.5,6)
4. Jak senioři hodnotí vzdělávání v pobytovém zařízení, kde žijí (výzkumná otázka č.12,13,14,15 a 16)

4.1 Charakteristika výzkumného souboru

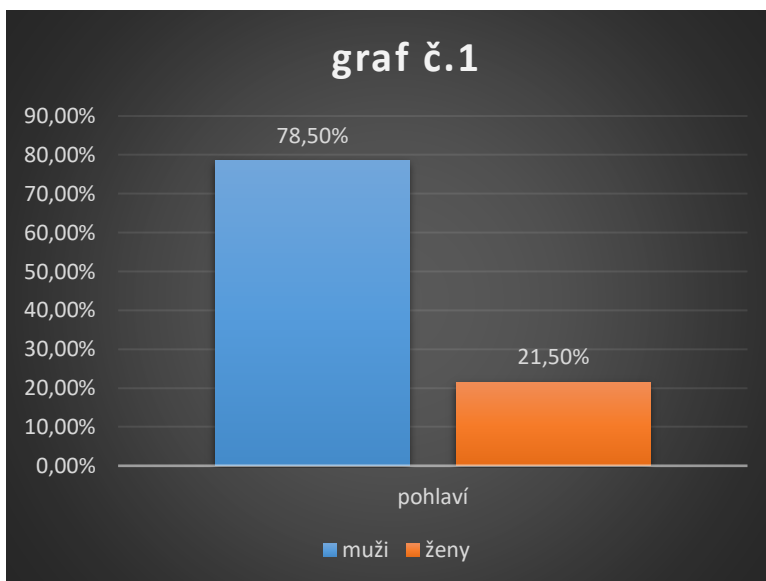
Pro určení výzkumného vzorku jsem nejprve definoval základní soubor. Zvolil jsem tzv. kritériální vzorkování, výběr všech případů splňující daná kritéria. Důvodem pro tento postup byla snaha o vytvoření co nejvíce homogenní skupiny. V Domovech pro seniory je 150 respondentů, 93 z nich s dotazníkem souhlasilo. Ty tedy tvoří základní soubor. V průběhu realizace šetření jsem byl v kontaktu s ženami i muži. Jako výzkumný vzorek označujeme 3 domovy ve kterých šetření probíhalo (Senior Otrokovice má budovy A, B, C). Kvantitativní šetření mezi samotnými klienty, probíhalo od 11.10.2021 - 20.11.2021. S přihlédnutím k pokročilejšímu věku klientů se navíc jako vhodnější jevil osobní kontakt. Délka vyplnění dotazníku se pohybovala okolo 13 minut. Pro vyhodnocení dotazníku jsem použil statické vyhodnocení dat. Všechny 93 respondentů bylo s touto skutečností seznámeno a taktéž bylo avizováno, že jsou dotazníky anonymní. Osobně jsem předal informovaný souhlas účastníka výzkumu. V souladu s etickými zásadami výzkumu byly jména všech anonymizována.

4.2 Metoda sběru dat

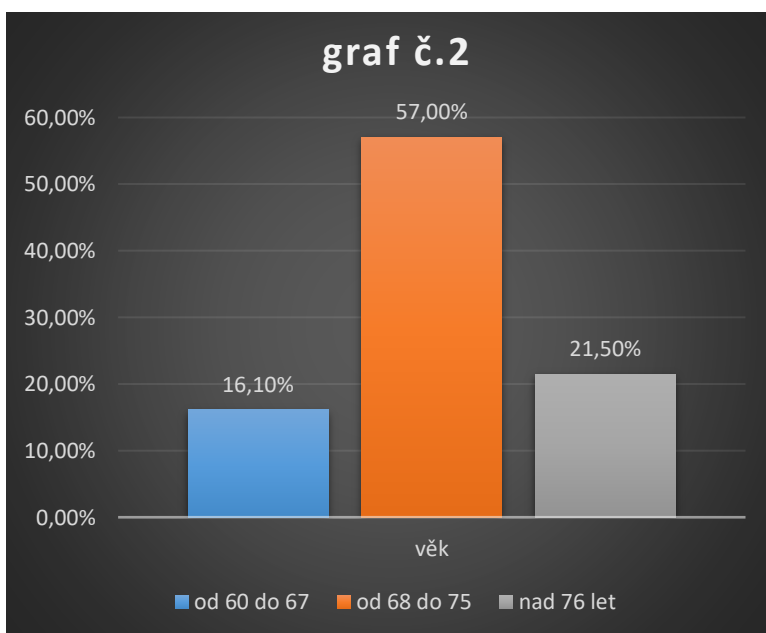
Pro tvorbu šetření jsem zvolil kvantitativní přístup. Mezi jeho výhody patří např. že umožňuje jejich rychlou analýzu ve zkoumání dané problematiky, což bylo vzhledem ke snaze blíže proniknout do možností vzdělání klientů v domově seniorů zapotřebí. Samotný dotazník (viz příloha) tvoří 16 otázek. Otázky se týkají obecných informací o domově, klientech a vzdělávání a jeho možnostech. Po vyhodnocení mi umožnily sestavit stručnou charakteristiku vzdělání seniorů. Pozornost jsem zaměřil také na faktory týkající se samotných klientů a vzdělávacích programů.

5 VÝSLEDKY VÝZKUMU

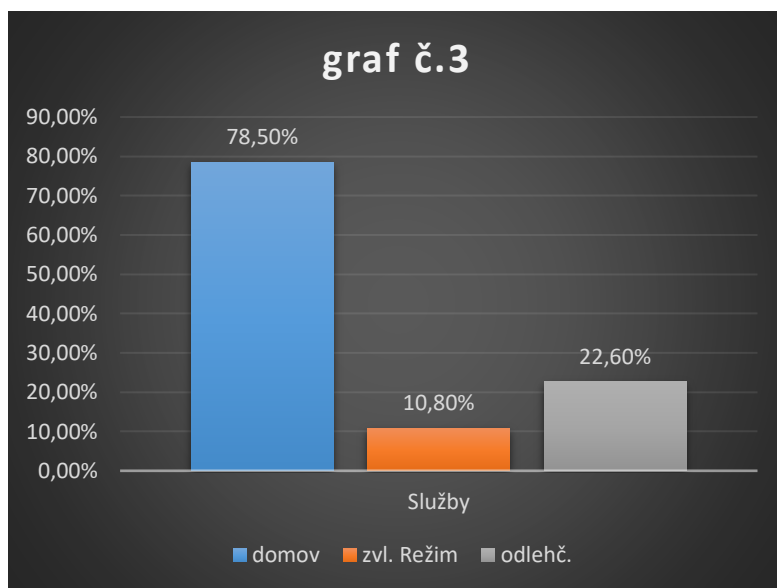
Dotazníkové otázky pro respondenty 1 a 2 byly zaměřeny na získání identifikačních údajů souvisejících s pohlavím respondentů (viz graf č.1) a jejich věkovým složením (viz graf č.2).



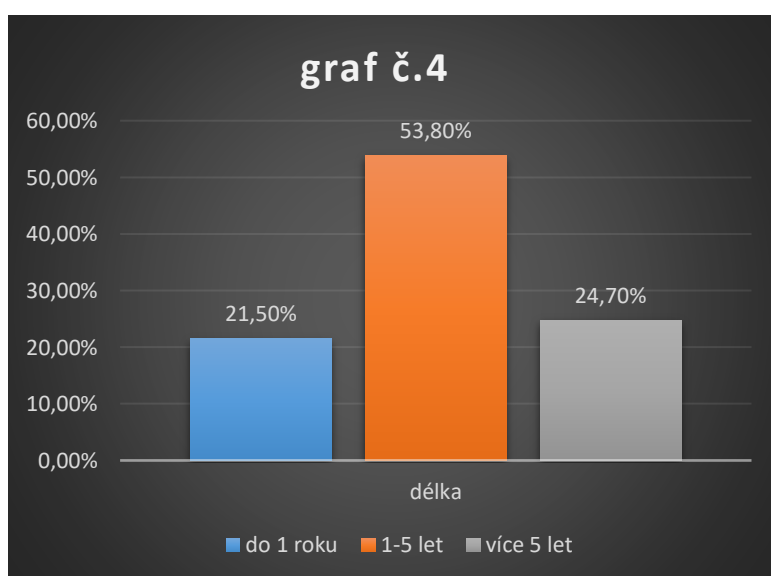
Z celkového počtu respondentů představovali muži 73 respondentů a ženy 20 respondentů, jednoznačně vyplívá že muži převažovali. Věkovou skupinu s nejvyšším počtem reprezentovali respondenti ve věku od 68 do 75 let, což znamenalo 57 %.



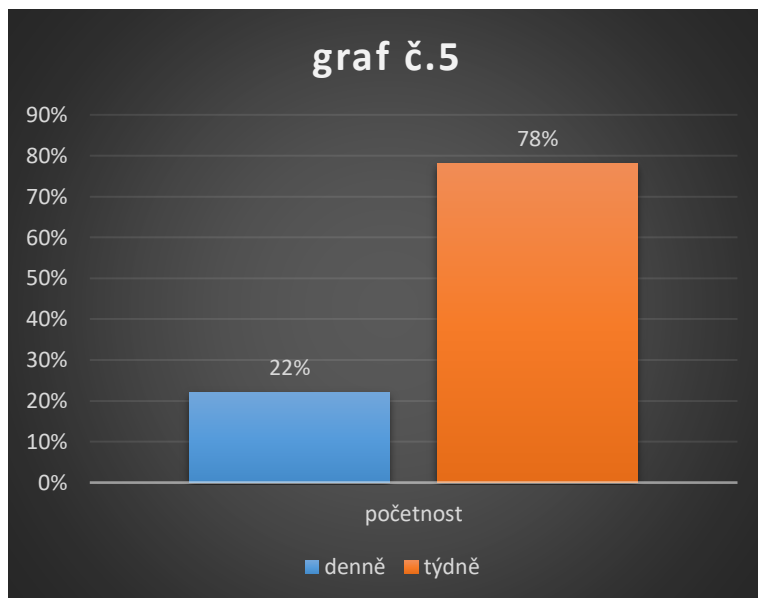
Otázka č.3. Jaké pobytové služby v Domově pro seniory užíváte. 62 respondentů uvedlo, že užívají domov pro seniory 21 uvedlo domov se zvl. režimem a 10 využívá odlehčovací službu (viz graf č.3).



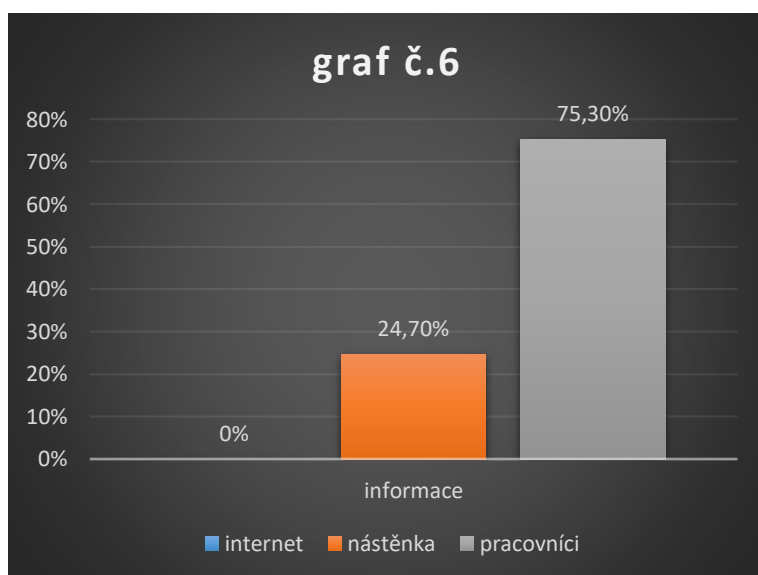
Otázka č.4. Jak dlouho žijete v domově pro seniory. Z dotazníků vyplynulo že nejvíce respondentů žije v domově pro seniory v rozmezí 1-5 let a to 50 do 1 roku jsou nejčastěji uživatelé odlehčovací služby a to 20 respondentů a více jak 5 let uvedlo 23 respondentů (viz graf č.4).



Otázka č.5. Jak často v tomto zařízení využíváte vzdělávací programy. Ze vzorku 93 respondentů 78 % uvedlo, že se vzdělávacích programů účastní vícekrát týdně a 22 % uvedlo že se jich účastní denně (viz graf č.5).

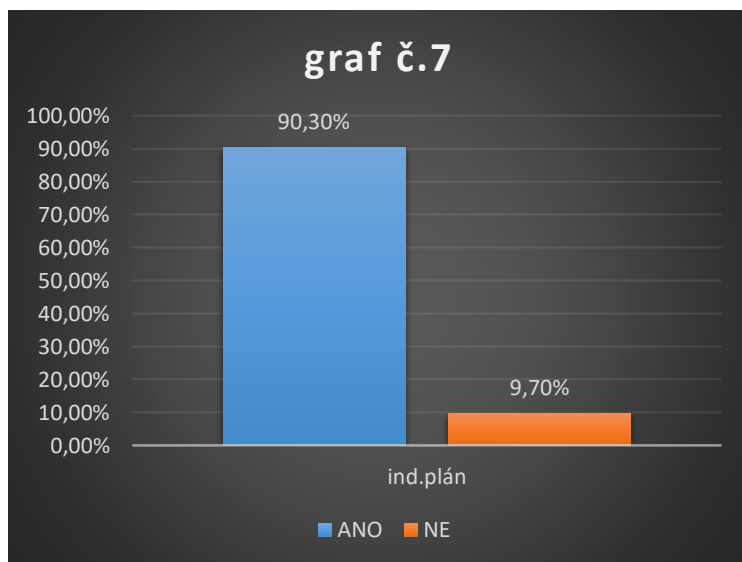


Otázka č.6. Jak se dozvídáte o nabídce poskytovaných vzdělávacích programech. Nejčastěji byla odpověď, že informaci dostávají osobně od pracovníků a to v 70 případech, ale 23 respondentů uvedlo z nástěnky 0 respondentu z internetu (viz graf č.6).

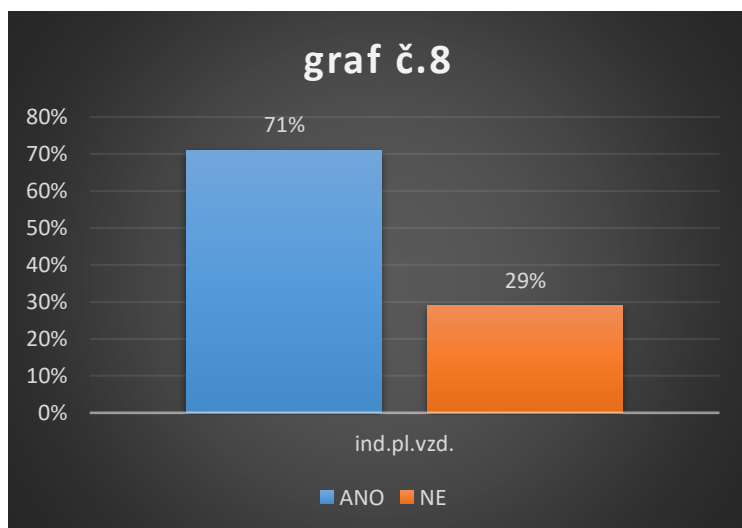


Otázka č.7. Využíváte nějakou formu vzdělávacích programů. Nejčastější odpovědi bylo že ANO což uvedlo 93 z 93 respondentů.

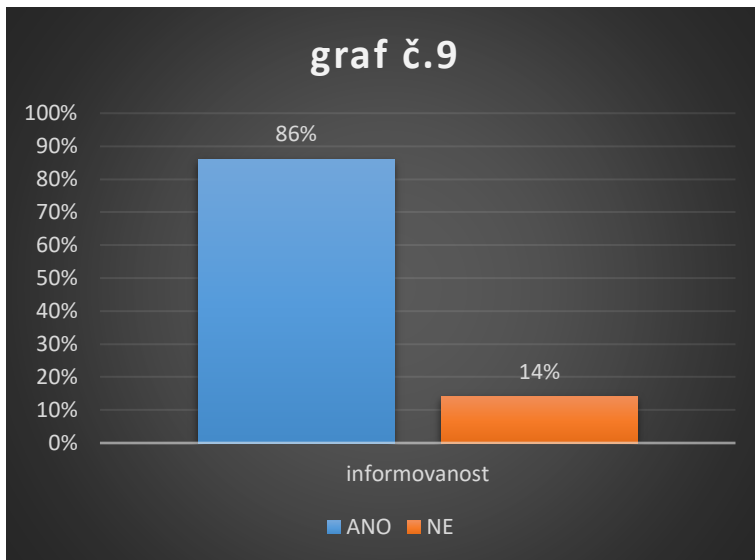
Otázka č.8. Máte stanovený individuální plán rozvoje. Nejčastější odpovědí bylo že ano a to 84 respondentů ostatní si nebyli úplně jisti, ale uvedli spíše že ne (viz graf č.7).



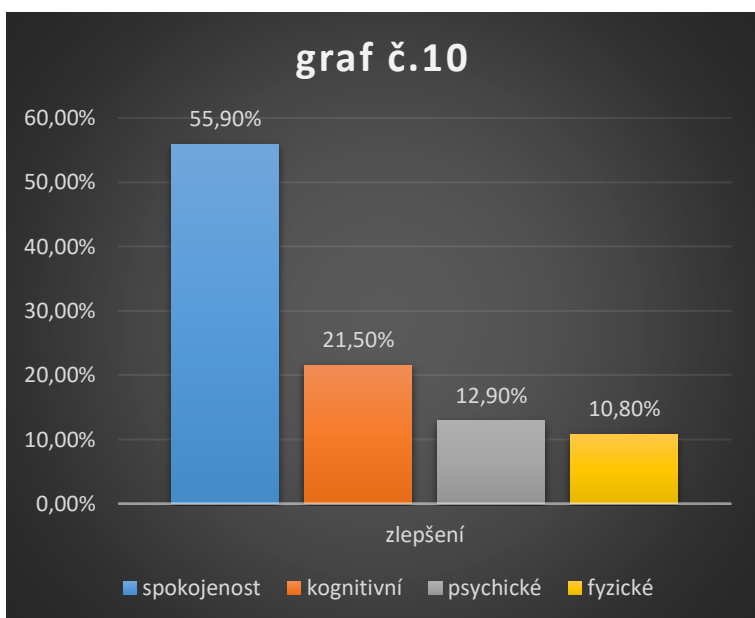
Otázka č.9. Pokud máte stanovený individuální plán rozvoje je součástí nějaký vzdělávací program. U 66 respondentů byl součástí a přesně věděli na jaký vzdělávací program se zaměřují. Ostatní tj. 27 respondentů vyslovilo buď ne nebo si nebyli úplně jisti (viz graf č.8).



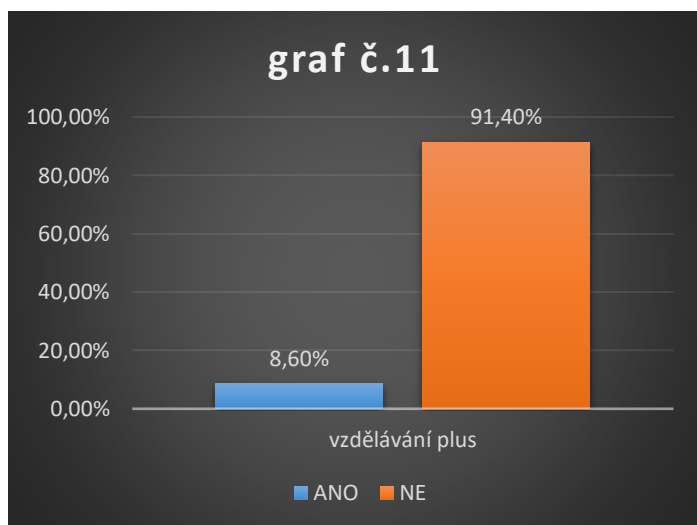
Otázka č.10. Myslíte si, že jste dostatečně informován/a o možnostech vzdělávání. Z 93 respondentů odpovědělo 80 respondentů kladně a 13 respondentů se přiklání k tomu, že by mohla být informovanost lepší (viz graf č.9).



Otázka č.11. Projevují se u klientů, kteří se pravidelně zúčastňují vzdělávacích programů, zejména fyzické a psychické změny, nebo můžeme pozorovat i některé další. Z dotazníků 52 respondentů použilo výrok, že jsou díky vzdělávání spokojenější, veselejší a vzdělávání je v mnoha případech uspokojuje, jelikož si nepřipadají zbyteční. U 20 respondentů pak bylo zmíněno zlepšení či udržování kognitivních funkcí a 12 zazněla odpověď týkající se pozitivních psychických změn obecně. 10 odpovědí respondentů směřovaly také ke zlepšení v oblasti fyzického stavu a motoriky, navíc pak k vytváření nových přátelství a smysluplnému naplnění volného času (viz graf č.10).



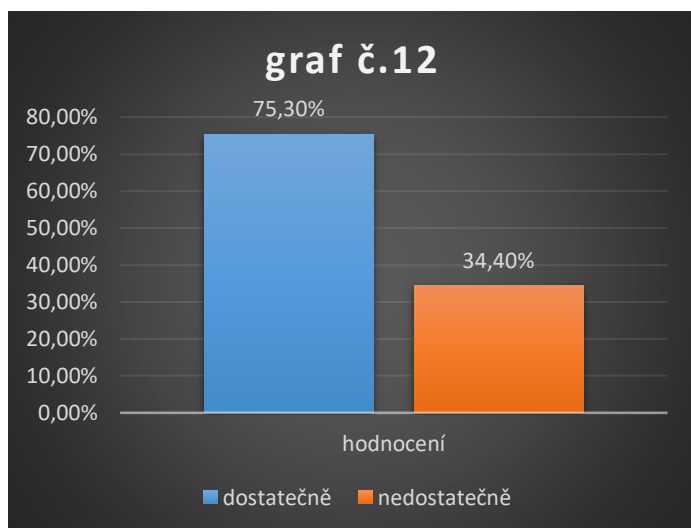
Otázka č.12. Z dotazovaných respondentů by pouze 8 uvítalo nový druh vzdělávání, a to cizího jazyka u ostatních byla odpověď negativní. Většina byla ujistěna a spokojena se vzděláváním tak jak je nastaveno k jejich schopnostem (viz graf č.11).



Otázka č.13. Jak již vyplynulo z otázky č.12 uvítali by respondenti výuku cizího jazyka, a to nejlépe formou osobní učitelky která by docházela do domova pro seniory.

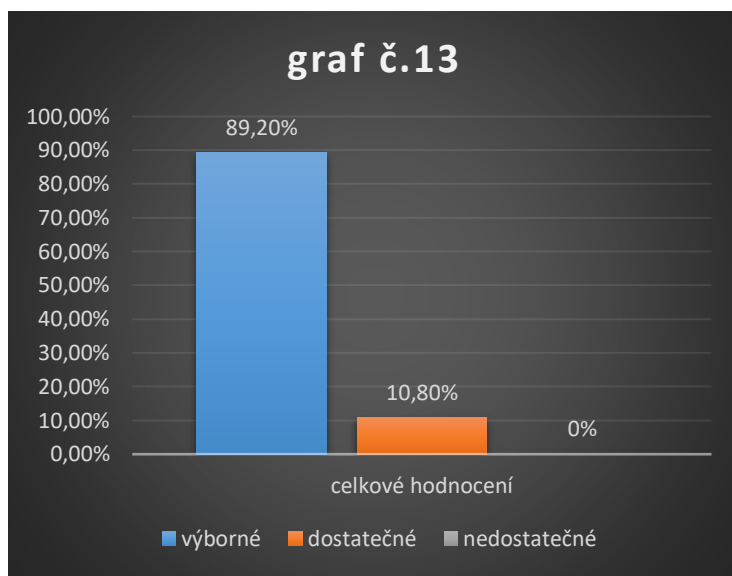
Otázka č.14. Jak senioři hodnotí služby a vzdělávání v pobytovém zařízení, kde žijí.

Sedmdesát respondentů hodnotí služby jako dostatečné, dvacet tři respondentů by uvítalo více poznávacích a vzdělávacích zájezdů pro seniory. Vzhledem k vysokému věku by musely aktivity být uzpůsobeny jak délkou, tak náročností.



Otázka č.15. Jak celkově hodnotíte poskytované vzdělávání v zařízení.

Ve všech zkoumaných domech pro seniory bylo vzdělávání až špičkově zařízeno a s ohledem na klienty také uzpůsobeno. Respondenti byli až na drobnosti velmi spokojeni a vzdělávání jim zcela vyhovovalo tomu také odpovídalo hodnocení kdy 83 respondentů uvedlo vynikající hodnocení a pouze 10 dostatečné. Žádný z respondentů nevedl negativní hodnocení.



Otázka č.16. Doporučil/a byste vzdělávání v zařízení další osobě. Na tuto odpověď všichni respondenti odpověděli kladně. Vzhledem k předchozím výsledkům se není čemu divit, že u otázky č.16 všichni respondenti uvedli že jsou velmi spokojeni.

5.1 Shrnutí

Výzkumné šetření přiblížilo vzdělávání v domovech pro seniory v každodenní praxi. Odhalilo možný podíl vzdělávání na hladším průběhu adaptace a celkové kvalitě života klientů. Po vyhodnocení dotazníků byly výsledky interpretovány pracovním, pro které byly inspirací k dalšímu zlepšování. V některých domovech tak může dojít k rozšíření nabídky činností nebo např. propracovanějšímu systému, jak se dozvědět různé názory klientů. Z výzkumu vyplynulo, že pro seniory je důležité mít v kontextu vzdělávání určitý řád, na nějž se mohou spolehnout. Otázky směřovaly také k dalším možnostem vzdělávání. Mezi nejnavštěvovanější vzdělávací programy se řadí poznávací a vzdělávací zájezdy pro seniory, programy zaměřené na tělesnou a pohybovou aktivitu seniorů. Tento zájem můžeme do jisté míry přisuzovat tomu, že se jedná o generaci, která byla zvyklá se hýbat. Z šetření je dále patrné, že pracovníci domovů jsou otevření zpětné vazbě a novým nápadům klientů. Ti se mnohdy na tvorbě vzdělávacích programů sami aktivně podílejí.

Všichni respondenti se shodli na tom, že je důležité, aby byla účast na vzdělávání dobrovolná. Klienty ke vzdělávání nelze v žádném případě nutit. Vzdělávání pak může spolu s vlídným přístupem a pochopením hrát velmi důležitou roli v procesu adaptace nově příchozích seniorů. Podstata pravidelných činností však tkví především v tom, že klienti jsou díky nim spokojenější, soběstačnější a lze u nich pozorovat pozitivní fyzické a psychické změny. Z tohoto důvodu jsou neodmyslitelnou součástí života v pobytových zařízeních. U jedné z otázek jsem záměrně uvedl informování přes internet, z kterého vyplynulo že nynější generace seniorů není sžita s výpočetními technologiemi jako mladší dospělá generace, která do těchto tajů již pronikla či je nucena okolnostmi do nich proniknout. Z dotazníku jsem ověřil, že získané poznatky jsou ve velké míře v souladu s výsledky již provedených výzkumů.

ZÁVĚR

Příprava vzdělávacích programů a systematická příprava hrají důležitou roli v životě seniorů. V dnešní době je mnoho činností, které si senioři můžou vybrat a které chtějí vykonávat. Každá s těchto činností zlepšuje a zkvalitňuje život v pokročilém věku a udržuje seniora ve fyzické a duševní kondici. Zároveň je důležitým cílem vytvořit podmínky pro lepší a důstojnější život.

Důležitým prvkem zdravého stárnutí je lepší a kvalitnější život a obecně odstranit stále se opakující chápání, že je stáří něco, co překáží, co je bráno a fixováno jako špatné, že člověka již čekají jen nemoci, bolest celého těla a nedůstojný život. Největší prioritou je vyhnout se nečinnému způsobu života i když se jedná o jeho poslední část, vždyť osamělost je v této době jeden z nejhorších pocitů, a dělat něco co by seniorovi přineslo do života pocit toho, že je potřebný je to, co je potřeba upřednostnit.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Cílem teoretické části je upozornit na problematiku stárnutí a stáří se zaměřením na proces stárnutí jedince a změny ve stáří, teoretická část také popisuje zdravé stárnutí, které se zaměřuje na přípravu na období stárnutí a stáří. Závěrečná kapitola teoretické části popisuje životní pojetí seniorů se zaměřením na jejich životní styl. Na základě těchto teoretických poznatků jsme si stanovili cíl výzkumu, kterým bylo zjistit, zda vzdělávání seniorů ovlivňuje zdravé stárnutí, se zaměřením na faktory, jako je osobní nezávislost a sociální vztahy.

V praktické části prezentuji výsledky tohoto průzkumu. Výsledky dat získaných od respondentů ukazuje, že více se vzdělávání věnují senioři od 68 do 75 let. Dále šetření prokázalo, že i v tomto věku může mít senior zájem o vzdělávání, a ještě zajímavější byl zájem o cizí jazyk. Dále bylo prokázáno že domov pro seniory do individuálního plánu rozvoje začleňuje vzdělávací programy o kterých klienti ví a konzultují je spolu.

Z průzkumu vyplynulo, že se dalšího vzdělávání účastnilo více mužů než žen. Respondenti nižšího věku se také více zajímají o vzdělání, což potvrdil i můj průzkum. Seniori nižšího věku mají zájem na dalším vzdělávání z jasných důvodů lepší mobility a větší chutě se ještě něco naučit. Průzkum se zaměřil na zvyšování samostatnosti a zlepšování sociálních vztahů po absolvování jakéhokoliv studia. Sledoval jsem osobní nezávislost pomocí faktorů, jako je rozhodovací schopnost, fyzická aktivita. Výsledky respondentů ukazují, že další vzdělávání tyto faktory zlepšilo. Sociální vztahy respondentů byly zkoumány pomocí faktorů, jako jsou osobní vztahy s ostatními, pocity spolu a trávení času s ostatními.

Stejně jako v předchozím případě respondenti uvedli, že se jejich sociální vztahy zlepšily po nebo během dalšího vzdělávání. Psychologickou a fyzickou pomoc může vyvolávat vzdělávání seniorů, vytvářet podmínky pro lepší kvalitu života v rámci svých vlastních možností. Vzdělání dává prostor pro reflexi člověka v období zdravotního stavu, fyzické a duševní zdatnosti, sociální situace a potřeby vzdělávání, stejně jako prostoru tohoto vzdělávání v životě seniora.

Diskuze

Jaké možnosti vzdělávání jsou klientům v domově seniorů k dispozici a zdali je vzdělávání součástí individuálního plánu rozvoje. Z odpovědí vyplynulo, že většina klientů se vzděláváním spokojeno pouze hrstka uvedla, že by měla zájem o sebe rozvoj v podobě vzdělávání v lingvistice konkrétně po rozhovoru o jazyk anglický, který by jim pomohl na internetu a rozvinul myšlení. Plán rozvoj je cíl, který má každý domov nastaven pro svého klienta, z důvodu toho, aby klienti nebyli sami, aby se necítili nepotřební a svůj život využívali naplno. Bylo zjištěno, že ve většině případů svůj individuální plán každý měl a staral se o jeho naplnění.

Jakým způsobem ovlivnilo vzdělávání vaše psychické a fyzické změny. U fyzických změn při diskusi vyplynulo, že vzdělávání ovlivnilo lepší energii, snížilo únavu, nepohodlí, zlepšilo lidský spánek.

U psychických změn snižuje negativní pocity, zlepšuje pozitivní pocity, lepší sebehodnocení, způsob myšlení, pozornost, učení, lepší pohyb, pracovní kapacita mozku, nastavení denního rozvrh, zlepšení osobní vztahů, větší lepší pocit svobody, bezpečnosti, sociální péče, přístup k informacím. Osobní přesvědčení a větší hodnotová orientace se zdála být součástí seberealizace ve vzdělávání. Je v domově pro seniory dostatek vzdělávacích programů. Dle vypsaných možností je opravdu vzdělávání v domovech pro seniory velmi pestré a dle rozhovorů i nadstandartní. Většina byla i velmi příjemně překvapena barvitostí a kvalitou navštěvovaných vzdělávacích programů.

Co se týče možností, které senioři mají, jsou tyto vyjmenovány v teoretické části. Důležitou otázkou v tomto výzkumu také bylo zjištění toho, jak se senioři hodnotí kvalitu vzdělávání, odkud mají informace o této možnosti. Zajímavým zjištěním bylo, že než z vývěsných tabulí se nejvíce informací dozívají od pracovníků. Zarážející bylo, že tabule a nástěnky mají na patrech a tam jsou všechny vzdělávací programy precizně vystaveny přesto jim čtení tabulí dělá problémy např. musí si zajít pro brýle nebo je text velmi malý. Většina seniorů studentů si informace o vzdělávání vždy našla, jelikož o vzdělávání mají zájem už z toho důvodu, že se setkávají nejen se svými vrstevníky. Senioři, kteří navštěvují vzdělávací programy bojují s nedoslýchavostí horším zrakem a pozorností. I s tímto ale vzdělávání počítá a přizpůsobuje se těmto problémům spojených se stářím. Jelikož se jedná o tři domovy tak vzdělávání probíhá v jednom z nich což je problém pro zbylé dva kdy senioři musí docházet. Studium je uzpůsobeno možnostem seniorů, takže problém s učivem nemají. Vztah seniorů ke studiu je hodnocen velice kladně a nejlepší výsledky jsou za pomoci návštěvy rodiny při vzdělávání. Z výsledků, které praktická část poskytla, cíle bakalářské práce byly naplněny.

Problém zjišťuji v osvětě ke vzdělávání seniorů a možnosti implementace do širšího povědomí. Rozvíjející se mladá vědní disciplína geragogika je jedna z nejlepších cest osvěty k vzdělávání seniorů. Po diskusi s vedoucími pracovníky byl zjištěn problém financování těchto vzdělávacích programů a toho, kdo je bude financovat, jak nalákat možné investory to už je ale na další průzkum.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. ADAMEC, P. A KOL. Univerzita třetího věku 1990-2010. Brno: Masarykova univerzita, 2010. s. 59. ISBN 978-80-210-5156-0.
2. BOČKOVÁ, V. Celoživotní vzdělávání – výzva nebo povinnost? Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. 56 s. ISBN 80-244-0155-X.
3. DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.
4. GRUBEROVÁ, B. Gerontologie. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 1998. 86 s. ISBN 80-7040-286-5.
5. HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2010. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.
6. HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, 2013. Volnočasové aktivity pro seniory. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4697-5.
7. KLEVETOVÁ, Dana, 2017. Motivační prvky při práci se seniory. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0102-3
8. KOTÁSEK, Jiří a kol., 2001. Národní program rozvoje vzdělávání v České republice: Bílá kniha. Praha: Tauris. ISBN 978-80-211-0372-6.
9. KRAUS, Blahoslav, 2008. Základy sociální pedagogiky. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.
10. LANGER, Tomáš, 2016. Moderní lektor: průvodce úspěšného vzdělavatele dospělých. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0093-4.
11. MATOUŠEK, Oldřich a kol., 2001. Základy sociální práce. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0211-0.
12. NAKONEČNÝ, M. Motivace lidského chování. Praha: Academia, 1996. 270 s. ISBN 80-200-0592-7.
13. ONDRÁKOVÁ, Jana a kol., 2012. Vzdělávání seniorů a jeho specifika. Červený Kostelec: Pavel Mervart. ISBN 978-80-7465-038-3.
14. PACOVSKÝ, V., HEŘMANOVÁ, H.: *Gerontologie*, Praha: Avicenum, 1981. 298 s.
15. ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ, 2015. Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8.
16. ŠEMBEROVÁ, J., BLÁHA, J. Vzdělávání seniorů na vysokých školách v České republice 2004. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 2004. 133 s. ISBN 80-7040-746-8.

SEZNAM GRAFŮ

Graf č.1.....	31
Graf č.2.....	31
Graf č.3.....	32
Graf č.4.....	32
Graf č.5.....	33
Graf č.6.....	33
Graf č.7.....	34
Graf č.8.....	34
Graf č.9.....	35
Graf č.10.....	35
Graf č.11.....	36
Graf č.12.....	36
Graf č.13.....	37

PŘÍLOHA: NÁZEV PŘÍLOHY

Příloha č.1 Dotazník

Vážení uživatelé sociální služby, chtěl bych vás touto cestou požádat o vyplnění tohoto dotazníku pro potřeby mé bakalářské práce. Dotazník je anonymní a slouží pouze pro potřebu bakalářské práce. Předem děkuji za Váš čas a ochotu.

Marek Gabrhelík

Vyplňte prosím údaje o své osobě:

1. Uved'te prosím vaše pohlaví?

MUŽ ŽENA

2. Uved'te prosím váš věk?

60-67 let 68-75 let 75 a více let.

3. Jaké pobytové služby v Domově pro seniory užíváte?

Domov pro seniory, Odlehčovací služba, Domov se zvl. režimem.

4. Pokud v domově pro seniory žijete, jak dlouho?

Méně než 1 rok, 1-5 let, 5 let a více?

5. Jak často v tomto zařízení využíváte vzdělávací programy?

1x týdně, denně,

6. Jak se dozvídáte o nabídce poskytovaných vzdělávacích

Z internetu, z interní nástěnky, osobně od pracovníků,

7. Využíváte nějakou formu vzdělávacích programů?

ANO NE

8. Máte stanovený individuální plán rozvoje?

ANO NE

9. Pokud máte stanoven individuální plán rozvoje (osobní cíl), je součástí vzdělávací program?

ANO NE

10. Myslíte si, že jste dostatečně informován/a o možnostech vzdělávání?

ANO NE

11. Jste přesvědčen/na, že vzdělávání ovlivnilo vaše psychické a fyzické změny?

ANO NE

12. Uvítal/a byste nějakou formu dalšího vzdělávání?

ANO NE

13. Pokud ANO, jakou konkrétní formu dalšího vzdělávání byste uvítal/a?

_____ .

14. Jak hodnotíte rozmanitost poskytovaných vzdělávacích forem v zařízení?

dostatečně, nedostatečně,

15. Jak celkově hodnotíte poskytované vzdělávání v zařízení?

Výborné, dostačující, nedostačující,

16. Doporučil/a byste vzdělávání v zařízení další osobě?

ANO, NE