

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Zdravotně sociální fakulta

Stáří jako sociální událost

bakalářská práce

Mgr. Petra Zimmelová, Ph.D.

Vedoucí práce

Ludmila Pavlišová

Autor práce

2012

Abstrakt

Stáří jako sociální událost

Stáří je přirozeným obdobím života. Toto období přináší moudrost, nadhled a pocit naplnění, ale zároveň dochází ke změnám tělesným, psychickým a sociálním. Radikální změnou v tomto období je odchod do důchodu. Jak vlastně tyto změny ovlivňují život seniorů? Někteří jedinci na tuto změnu nejsou připraveni a neví si rady, jak se mají se stářím vyrovnat. A proto je velmi důležitý proces přípravy a adaptace na důchod. Postoje většinové populace k seniorům jsou kromě jiných faktorů ovlivňovány i působením médií, jež tvoří ve společnosti klíčové činitele podílející se na sociální konstrukci reality a na socializaci všech generací. Stárnutí obyvatelstva má dopad nejen na mezigenerační vztahy, ale také na subjektivní prožívání stáří. Seniorskou problematiku nelze redukovat na problematiku důchodové reformy, ale bude se muset zabývat postavením seniora ve společnosti, uznáním přínosu seniorů, otázkami výchovy a vzdělávání, mediální prezentací seniorské problematiky, přizpůsobením služeb potřebám seniorů, seniorské módě, dopravě, prostředí...

Cílem mé bakalářské práce bylo seznámit se s konkrétními důsledky odchodu do penze (vyrovnání se s odchodem do penze, pozitiva a negativa penze, zdravotní stav a plány seniorů do budoucna). Při své práci jsem respektovala osobnost každého jedince a jeho postoj k životu. Mým výzkumným cílem bylo zjistit, zda senioři vnímají pensionování jako sociální událost, ve smyslu změny sociálního postavení. Dílčím cílem bylo charakterizovat faktory, které nejvíce ovlivňují vnímání stáří. Myslím, že cíle byly naplněny a respondenti vnímali pensionování jako sociální událost ve smyslu změny sociálního postavení.

Pro výzkum této problematiky byla zvolena kvalitativní forma šetření metodou narativního rozhovoru a ankety. Výzkumným vzorkem jsou senioři starší šedesáti pěti let, kteří jsou v penzi a žijí v regionu Tábořsko.

Z výsledku mé práce vyplývá, že příprava jedince na proces přípravy a adaptace na důchod je důležitá. Aby došlo k postupné změně stylu života je důležitá přechodná

fáze mezi zaměstnáním a důchodem. U seniorů je potřeba orientace a učení s novou situací se vyrovnat. S odchodem do důchodu se seniorům zhoršuje i ekonomická situace. Jejich konzumní úroveň má i svůj sociální význam a senioři tím demonstrují svůj status. Senioři vnímají negativně sociální postavení ve společnosti a odchod do důchodu vnímají jako sociální událost. Vyhlášení uvedeného Evropského roku je proto považováno za užitečný krok v procesu vyrovnávání se s důsledky demografických změn v České republice.

Téma týkající se seniorů je v dnešní době velmi aktuální, protože s demografickým vývojem stále stoupá počet seniorů jak v České republice, tak i v celé Evropě. Společnost upozorňuje na nevhodné chování mladší generace vůči seniorům. A proto věřím, že moje práce poslouží k vytvoření ucelenějšího obrazu o seniui z pohledu seniorů.

Klíčová slova: stáří, periodizace stáří, pensionování, pozitiva a negativa penze

Abstract

Old age as a social event

The Old Age is a natural period of life. This period brings wisdom, insight, sense of fulfillment, but physical, mental and social changes occur at the same time. A retirement is a fundamental change in this period. How do these changes actually affect the senior life? Some individuals are not ready for these changes and they do not know what to do, how to cope with their Old Age. And therefore it is a very important thing not to underestimate the retirement preparation process. Attitudes of the majority population to the seniors are among others influenced also by the media which constitute key factors in the society involved in a social construction of the reality and in a socialization of all generations. The population ageing has an impact not only to intergenerational relationships but also to a subjective experience of the Old Age. The senior issues cannot be only reduced to the issue of the pension reform but there will be necessary to deal with the status of a senior in the society, the recognition of a senior contribution, questions of the their upbringing and education, a media presentation of the senior issues, an adaptation of services to the needs of the seniors, to the senior fashion, transportation, environment...

The aim of my bachelor thesis was to acquaint with particular consequences of the retirement (coping with the retirement, positive and negative aspects of a pension, a health state and plans of seniors for the future). In the course of my work I respected a personality of each person and his or her attitude to the life. My research aim was to find out whether seniors perceive their retirement as a social event in the meaning of a change in their social status. The partial aim was to characterize factors that most influence the perception of the Old Age. I think that the aims were met.

I chose a qualitative form of the research using a narrative dialogue method and an inquiry. The research sample consisted of seniors older than sixty five years who are retired and live in the region of Tábör.

Results of my thesis show that the retirement preparation and adaption process is very important. In order to get to a gradual change of the lifestyle, a transitional phase between the unemployment and the retirement is necessary. Seniors need to familiarize with a new situation and how to cope with it. The senior economic situation is getting worse with the retirement as well. It is obvious that senior living standard has got its own social significance and that indicates, in a certain way, their social status. The results of the conducted research show that seniors perceive their position in the society negatively and they consider their retirement as a social event with a meaning of a change in their social status. A declaration of the above mentioned European Year for Active Ageing and Intergenerational Solidarity is therefore considered to be a useful step in the process of the coping with consequences of demographic changes in the Czech Republic.

The theme concerning seniors is currently very timely, because with the demographic development the number of seniors is still increasing not only in the Czech Republic but also in the whole Europe. The society warns about an inappropriate behavior of younger generation towards seniors. Therefore I believe that my thesis will serve to a creation of a more comprehensive picture of the Old Age from the perspective of the seniors.

Key words: Old Age, Old Age periodization, retirement, positive and negative aspects of the retirement

Prohlášení

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

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

V Českých Budějovicích dne

.....

Ludmila Pavlišová

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala Mgr. Petře Zimmelové, Ph.D za odborné vedení, připomínky a rady při tvorbě mé bakalářské práce. Dále bych ráda poděkovala respondentům, kteří mi ochotně poskytli svůj čas a rozhovory pro výzkumnou část mé práce.

Obsah

ÚVOD.....	11
I. TEORETICKÁ ČÁST	12
1. Současný stav	12
1.1 Senior v české společnosti	12
1.1.1 Demografický vývoj	12
1.1.2 Programy aktivního stárnutí.....	13
1.2 Stárnutí, stáří	14
1.2.1 Vymezení stárnutí a stáří	14
1.2.2 Charakteristika stáří	14
1.2.3 Vědní obory- stáří	15
1.2.4 Dělení stáří.....	15
1.3 Změny vyvolané stárnutím.....	16
1.3.1 Tělesné změny	16
1.3.2 Psychické změny.....	17
1.3.3 Biologické změny	17
1.3.4 Sociální změny.....	17
1.3.5 Emocionální změny	18
1.4 Společnost a stáří.....	18
1.4.1 Pohled společnosti na stáří.....	18
1.4.2 Stáří v médiích	18
1.4.3 Fenomén stáří.....	19
1.4.4 Stáří jako sociální událost	20
1.5 Pensionování	20
1.5.1 Odchod do důchodu	20
1.5.2 Proces přípravy a adaptace	21
1.5.3 První fáze je příprava na důchod	21
1.5.4 Fáze bezprostřední reakce na změnu	21

1.5.5	Fáze deziluze a postupného přizpůsobování nové životní situaci	22
1.5.6	Fáze adaptace na životní styl důchodce	22
1.6	Adaptace seniora na důchod.....	23
1.6.1	Potřeba stimulace	23
1.6.2	Potřeba orientace a adaptace	23
1.6.3	Potřeba aktivit	23
1.6.4	Potřeba sociálního kontaktu.....	24
1.6.5	Potřeba citové jistoty a bezpečí	24
1.6.6	Potřeba seberealizace	24
1.6.7	Změna sebepojetí jako reakce na odchod do důchodu	25
1.7	Rizika seniorské populace.....	25
1.7.1	Sociální izolace	25
1.7.2	Ageismus	25
1.7.3	Ekonomické omezení.....	26
1.7.4	Příjmy a výdaje seniorů	26
1.7.5	Nemoc manželského partnera	27
1.7.6	Úmrtí partnera	27
1.7.7	Změna bydlení	27
1.7.8	Zhoršení zdravotního stavu.....	27
1.8	Pozitiva pensionování	28
1.8.1	Volnočasové aktivity	28
1.8.2	Možnost vzdělávání	29
II.	EMPIRICKÁ ČÁST	30
2.	Cíl práce a výzkumné otázky	30
2.1	Cíl práce	30
2.2	Výzkumné otázky.....	30
3.	Metodika.....	31
3.1	Použitá metodika.....	31
3.2	Charakteristika výzkumného souboru.....	31
4.	Výsledky.....	32

4.1	Narativní rozhovor č. 1	32
4.2	Narativní rozhovor č. 2	35
4.3	Narativní rozhovor č. 3	39
4.4	Narativní rozhovor č. 4	43
4.5	Narativní rozhovor č. 5	48
4.6	Narativní rozhovor č. 6	52
5.	Diskuze	56
6.	Závěr.....	61
7.	Seznam použitých zdrojů	63
8.	Klíčová slova	67
9.	Přílohy.....	68

ÚVOD

Stárnutí a stáří provází lidstvo prakticky po celou dobu jeho existence. Vnímání stárnutí a stáří je významným fenoménem života moderní společnosti. V souladu s aktuálními demografickými trendy se stává stále diskutovanější. Odborné zdroje upozorňují na nutnost zvýšení zájmu na problematiku stáří, jak na individuum, tak na celou populaci. Společnost by se měla připravit na demografické změny ve smyslu změny věkové struktury. Stárnutí populace je celosvětovým problémem a je třeba tento problém akceptovat a také mu přizpůsobit další vývoj moderní společnosti, protože každý člověk má právo na kvalitní život.

Ve své bakalářské práci se budu zabývat tématem, které je v dnešní době velmi aktuální. Proč je stáří sociální událost. Postoje lidí ke kvalitě stáří jsou různé. Někdo stářím opovrhne, jiní ho ctí, ale převážná část společnosti se ho bojí.

Téma této práce jsem si vybrala, protože jsem vystudovala střední zdravotnickou školu a po skončení jsem pracovala na jednotce dlouhodobě ležících, kde jsem byla v kontaktu se seniory. Již 13 let pracuji jako sociální pracovník v terénní pečovatelské službě. Docházím do rodin a každodenně se seniory prožívám nejen radosti, ale i jejich starosti a trápení. Svou prací bych chtěla poukázat na problematiku stáří a na faktory, které nejvíce ovlivňují vnímání stáří. Česká společnost by měla brát seniory jako důležitou minoritu ve společnosti, která má zkušenosti a také určitou moudrost. Senioři chtějí stárnout důstojně a pokud možno aktivně.

Cílem mé práce je zjistit zda senioři vnímají pensionování jako sociální událost, ve smyslu změny sociální postavení. Také by mě zajímalo, co vnímají senioři jako pozitiva a negativa pensionování. Ve své práci jsem chtěla zjistit, které faktory nejvíce ovlivňují vnímání stáří.

Informace, které jsem získala v mé bakalářské práci můžou sloužit k vytvoření ucelenějšího obrazu o seniu z pohledu seniorů a zlepšení celkového postoje naší společnosti k seniorům, aby odchod do důchodu nebyl seniory vnímán jako sociální událost ve smyslu změny sociálního postavení.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Současný stav

1.1 Senior v české společnosti

V naší společnosti stále přibývá hlasů, že senioři žijí na úkor mladé generace. Toto tvrzení není pravdivé a je zároveň škodlivé a lživé. O seniorech se často píše hanlivě a tím dochází ke zvětšování propasti mezi mladými a seniory (35). Mladá generace zastává názor, že jejich životní úroveň je nižší, protože musí přispívat na seniory. Senioři jsou ekonomickou zátěží a zdrojem problémů, které odčerpávají finanční prostředky celé společnosti (2).

Každý člověk stárne, toto tvrzení je všeobecně známé a je jedinou spravedlivou jistotou, kterou máme. Dnešní ekonomicky produktivní generace by měla vědět, jak se chovat k seniorům, ale ve skutečnosti jedná, jako by neexistovali. Konflikt pak ještě zesiluje politická, společenská a kulturní scéna. Politici řeší problematiku seniorů výhradně přes penzijní reformu, a proto společnost vnímá seniory jako ekonomickou zátěž. Každá společnost si vytvářela vlastní pojetí stáří a od toho se odvíjelo sebepojetí seniorů (7).

1.1.1 Demografický vývoj

Demografický vývoj v České republice zaznamenává prodlužování střední délky života a pokles úmrtnosti i porodnosti. Zajišťování obyvatelstva ve stáří je problémem složitým a do budoucna stále náročnějším. Stárnutí obyvatelstva ovlivňuje prakticky všechny sféry ekonomiky (14).

Naše populace je čím dál starší a změny probíhají rychleji. Poroste důležitost starších lidí a jejich přínos ve prospěch ekonomik a komunit, ale také jejich požadavků jako spotřebitelů a očekávání jako občanů (20). Součástí demografické revoluce je

stárnutí populací. Ve společnosti přibývá seniorů relativně poklesem natality, absolutně prodlužováním střední délky života a prodlužováním života ve stáří (13).

1.1.2 Programy aktivního stárnutí

Důležitým krokem ke zlepšení situace seniorů v **České republice je zahájení Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012**. Jde o velmi důležitý materiál, který je zaměřen na témata zaměstnávání starších osob, celoživotního učení, rozvoje dobrovolnictví starších osob a seniorů, posilování mezigeneračního dialogu, zdravého stárnutí a zlepšení kvality života seniorů (21).

Podpora mezigenerační solidarity a soudržnosti by měla být součástí všech opatření přijímaných v reakci na stárnutí populace, a proto Vláda ČR přijala **Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012**. Tento program vychází z předpokladu, že ke zvýšení kvality života ve stáří a k úspěšnému řešení výzev spojených s demografickým stárnutím je nezbytné zaměřit se na následující strategické oblasti a priority:

- Aktivní stárnutí
- Prostředí a komunita vstřícná ke stáří
- Zlepšení zdraví a zdravotní péče ve stáří
- Podpora rodiny a pečovateli
- Podpora participace na životě společnosti a ochrana lidských práv (20)

Program navazuje na **Národní program přípravy na stárnutí na období let 2003 až 2007** a dokumenty a doporučení OSN a dalších mezinárodních organizací, zejména na **Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí** (OSN, Madrid 2002) a **Zásady OSN pro starší osoby** (22).

Jsou organizace, mezi které patří například Diakonie ČCE, která přichází s pokračováním dlouhodobé kampaně věnované problematice diskriminace a znevýhodnění starších občanů ve společnosti. Cílem kampaně je důsledná změna

pohledu veřejnosti na seniory. Kampaň zdůrazňuje, že stáří a stárnutí má svoji kvalitu a cenu a upozorňuje na fakt, že senioři jsou ve společnosti přehlíženi a podhodnoceni. Zaměření kampaně se nese v duchu jejího titulu. Chceme otevřít seniorům ... mysl lidí, přístup institucí i jednotlivců, veřejné prostory, zkrátka společnost (3).

1.2 Stárnutí, stáří

1.2.1 Vymezení stárnutí a stáří

Stárnutí začíná v momentě narození. Je to individuální proces, který je podmíněný nejen danou genetickou výbavou, ale také různými životními podmínkami, vlivy prostředí, odlišným zdravotním stavem i životním stylem (23). Jedná se o přirozený proces, kdy dochází k úbytku fyzických a psychických schopností. Příčinou je genetické opotřebování a poruchy schopnosti dělení buněk (4).

1.2.2 Charakteristika stáří

Stáří je konečná časová etapa života, která se odlišuje od předchozích životních etap. Není chorobou, je však spojeno se zvýšeným výskytem nemocí a zdravotních potíží, které se vyskytují mnohočetně, ve vzájemné kombinaci a se sklonem k chronicitě (10). Dochází ke strukturálním změnám, které vznikají v průběhu stárnutí a staří. Nastávají změny v somatické, psychické, sociální a duchovní oblasti (6).

Staří přináší nové zkušenosti, se kterými se musí každý člověk nějakým způsobem vyrovnat. Je na každém jedinci, jak tento vývojový úkol zvládne. Rané stáří nepřináší nápadnější omezení. V tomto období můžou senioři žít mnohem svobodněji než dřív, protože nejsou zatěžováni povinnostmi. Právě stáří je označováno jako období po 75. roce života. V této fázi je starý člověk ohrožen zvýšeným rizikem vzniku a kumulace různých zátěžových situací, které kladou značné nároky na adaptaci. Pro některé seniory mohou být tyto zátěžové situace někdy subjektivně těžko zvládnutelné (15).

1.2.3 Vědní obory- stáří

Stárnutím a stářím se zabývá řada oborů a vědních disciplín. Mezi nejdůležitější můžeme zařadit gerontologii a geriatrii. Gerontologie není samostatná vědní disciplína, nýbrž multidisciplinární souhrn poznatků, který zkoumá stárnutí a stáří jednotlivce (28).

Gerontologie se dělí do tří proudů:

Gerontologie experimentální se zabývá otázkami proč, a jak živé organizmy stárnou.

Gerontologie sociální zkoumá společenské faktory stárnutí a následky tohoto jevu. Současně si všímá i společenských a sociálních faktorů, které procesy stárnutí ovlivňují.

Gerontologie klinická se zabývá zvláštnostmi zdravotního stavu a chorob ve stáří.

Geriatric je lékařský obor, který se zabývá zvláštnostmi chorob ve stáří a specifickými aspekty léčby starých lidí (10).

1.2.4 Dělení stáří

Podle měřítek světové zdravotnické organizace (WHO) je definován starý člověk jako člověk starší šedesát let. Od tohoto věku jsou stanoveny následující kategorie:

Třetí věk: 60 – 74 let

Čtvrtý věk: 75 – 89 let

Vysoký věk: 90 – 99 let

Staletí: více než 100 let (33)

V dnešní době se pro druhou polovinu lidského života nejčastěji používá následující členění:

Vyšší věk nebo rané stáří: 60 – 74 let

Stařecký věk neboli sénium, vlastní stáří: 75 – 89 let

Dlouhověkost: 90 let a výše

Odborníci mají celou řadu důvodů, o které opírají své více či méně originální členění lidského života. Protože se zvyšuje věková hranice pro odchod do penze, tak se i posunuje věkové pásmo, které označuje období stáří.

Stáří se může rozdělit ještě na věková pásma:

Mladí senioři: 65 – 74 let

Staří senioři: 75 – 84 let

Velmi staří senioři, dlouho věcí: 85 a více (7)

Chronologický věk vyjadřujeme časem, který uplynul od narození jedince jako věk v letech. Chronologický věk nemůže být pokládán za spolehlivý ukazatel životního stavu konkrétního jedince, ale může naznačovat stav průměrného člověka (15). Význam má spíše sociální, právní než biologický.

Biologický věk odpovídá skutečnému funkčnímu stavu jedince, nemusí být totožný s věkem kalendářním. Znalost biologického věku dává lepší informace o skutečném stavu stárnutí (12).

1.3 Změny vyvolané stárnutím

Rytmus stárnutí se liší jak mezi jedinci, tak mezi orgány a soustavami v témže organismu, jednak dochází ke změnám morfologickým a ke změnám funkčním (33).

1.3.1 Tělesné změny

S věkem se snižuje činnost téměř všech orgánů, přesto je většina funkcí zachována a postačuje do konce života, protože funkční kapacita téměř všech orgánů přesahuje délku života organismů. Z důvodu tělesného složení dochází k úbytkům svalové hmoty a to má za následek snížení síly a fyzického výkonu. Na rozdíl od úbytků svalové tkáně dochází k nárůstu tukové hmoty a změnám jejího rozložení, tuk se ukládá v oblasti trupu. Snižuje se kvalita kostní hmoty, zvyšuje se riziko zlomenin a rozvíjí se osteoporóza. Orgány zmenšují svou velikost a hmotnost. Zrak a sluch snižují svou funkci jako první.(6)

1.3.2 Psychické změny

Změny prožívání, uvažování a chování starších lidí mohou být pouhým projevem stárnutí. Proces stárnutí má za následek různé strukturální i funkční změny mozku, které se projeví i v psychické oblasti. Jedinec je mnohem méně adaptabilní a v důsledku toho trvá na svých návycích a stereotypech, bývá přecitlivělý a málo empatický.(10) Dochází i ke změně charakteru a osobnosti. Osobnost se nemění, pouze s výjimkou patologických stavů, které pozdějším věku mohou nastat. Senioři mají problémy se přizpůsobovat a často se objevuje nebo zhoršuje strach z nových událostí a situací. Dochází k proměně většiny kognitivních funkcí, i když jejich zhoršení nebývá rovnoměrné. Typickým signálem stárnutí je zpomalení psychických funkcí, snižování kvality percepce, zhoršování pozornosti a paměti (26).

1.3.3 Biologické změny

Biologické stáří je označení konkrétní míry involučních změn, obvykle těsně propojených se změnami způsobenými těmi chorobami, které se vyskytují s vysokou frekvencí převážně ve vyšším věku (6).

1.3.4 Sociální změny

Senioři jsou mnohem méně adaptabilní a v důsledku toho trvá na svých návycích a stereotypech, bývají přecitlivělí a málo empatictí. Často žijí ve vzpomínkách a hodnotí uplynulý život (31).

V tomto období dochází ke kombinaci několika sociálních změn či splněním určitého kritéria - nejčastěji penzionování, v němž vzniká nárok na odchod do starobního důchodu. Sociální stáří je dáno změnou jak životního způsobu, tak i ekonomického zajištění. V tomto smyslu je stáří chápáno jako sociální událost (13)

1.3.5 Emocionální změny

V průběhu raného stáří dochází k celkovému zklidnění emočního prožívání a frekvence některých emocí, ale postupně může narůstat citová dráždivost. Narůstá citová labilita a snižuje se odolnost k zátěži, což se může projevat obtížemi ve zvládání takových situací. Ve stáří se zhoršuje zdravotní stav a s tím souvisí úbytek různých činností, jehož uvědomění navozuje nepříjemné emoce, především pocit nejistoty a obavy z budoucnosti. Zvyšuje se riziko mnoha osobně výrazných ztrát a s tím související zvýšení četnosti stresů a deprivčních vlivů (33).

1.4 Společnost a stáří

1.4.1 Pohled společnosti na stáří

Současná společnost ke stáří a starým lidem se chová negativně, odmítavě a podceňujícím způsobem. Dle současné společnosti je stáří chápáno jako období, kdy může senior pouze chátrat a v nejlepším případě si zachová část toho, co získal dříve. Zkušenosti a znalosti ztrácejí svůj význam a z pohledu společnosti není takový člověk přínosný (9). Současná společnost klade důraz na mladistvý vzhled, výkon a staré lidi znevýhodňuje. Mladší generace nesdílí sounáležitost se starými lidmi a chápou je jako příslušníky jiné, podřadné skupiny, se kterou je nic nespojuje. Staří lidé jsou chápáni jako přítěž společnosti, která mnoho požaduje, ale nic nepřináší. Laická veřejnost reálný smysl stáří přehlíží a bagatelizuje (32).

1.4.2 Stáří v médiích

Nepochybně nejvlivnějším médiem současnosti je televize. Mediální obraz seniorů je zpravidla negativní. Musíme konstatovat, že o seniorech se hovoří výhradně v souvislosti s potřebou důchodové reformy. Senioři se mohou radovat, že mají přiznaný starobní důchod, ale mladší generace se dozvídají, že budou muset pracovat

déle a výše starobního důchodu bude pravděpodobně nízká. Senioři pociťují, že jsou dnešním ekonomicky činným občanům na obtíž, ale obávají se také o důchodovou budoucnost svých dětí a vnuků. Tyto negativní prezentace v médiích přispívají k vysoké dezinformovanosti populace. Nevraživost mladší generace vůči penzistům bývá neskrývána. Mezi další faktory, které se podílejí na celkovém negativním postoji ke stáří jsou informace o dlouhodobě nemocných a umírajících seniorech, kteří stojí naše zdravotnictví mnoho financí. Je pravda, že ve vysokém věku se logicky umírá častěji, ale už se nemluví o lidech, kteří umírají v mladších věkových kategoriích a náklady na jejich péči jsou také vysoké. Diskuze o reformě důchodového systému a finanční náročnosti zdravotní péče poskytované seniorům bude určitě pokračovat, ale právě proto by měly být v rámci objektivitu a vyváženosti mediálně prezentovány i argumenty, jež by zdůraznily zásluhy dnešních seniorů a odpovědnost společnosti (7).

1.4.3 Fenomén stáří

Každý stárne, i ten, který si myslí, že se ho stáří netýká. Ale pomalu a jistě se blíží k obávané hranici, kdy začíná oficiálně stáří. V dnešní moderní době člověk nechce vidět ani slyšet, že jednou bude starý. Nechce být starý fakticky, ale ani o tomto období nechce mluvit. Je to obranný postoj, který nechce se problematikou stáří zabývat (25).

Společenský přístup ke stáří má dva aspekty:

První jsou potřeby a zájmy stále zvyšujícího se počtu seniorů, u kterých je třeba zabezpečit kvalitu a smyslu plnost jejich života.

Druhým jsou sociální ekonomické důsledky, stárnoucí populace. Tyto skutečnosti vyžadují vytvoření nových přístupů, nových struktur i nového vzdělání pro oblast stáří, jejíž nedílnou součástí je důsledné týmové pojetí. Společenské opatření vůči seniorům by měla být komplexní, individuálně cílená a vycházející spotřeb a přání seniorů (29).

1.4.4 Stáří jako sociální událost

Pokud je sociální riziko předmětem zájmu státu nebo některého veřejnoprávního systému, hovoříme o sociální události. V současnosti je stáří řazeno do šesti základních skupin sociálních událostí. Sociální událost může být předvídatelná, nepředvídatelná, odvrátitelná a neodvrátitelná. Stáří je předvídatelná a neodvrátitelná událost. Rizikem je, že se ho člověk nemusí dožít (13).

1.5 Pensionování

1.5.1 Odchod do důchodu

Odchodem do důchodu dochází ke ztrátě sociální prestiže a potvrzení zvýšené závislosti staršího člověka na společnosti a jiných lidech. Senioři ztrácí svou nejdůležitější roli dospělosti. Dochází ke ztrátě sociálního statusu a omezení privilegia a společenské prestiže (23). Důchod je signálem přechodu ze středního věku do stáří a je potvrzením ztráty výkonnosti a s ní související společenské užitečnosti. Neexistuje zákonem jednoznačně daná doba vzniku nároku na důchod a ani lidé se v názoru na věkovou hranici v odchodu do důchodu neshodují. Skupinu seniorů v důchodu lze považovat za určitou sociální minoritu, která je majoritní společností chápána jako nevýznamná, neproduktivní a méně užitečná. Senioři jsou ekonomicky závislí na společnosti a mají omezené možnosti do jejího dění nějak zasahovat (9). Dochází k parciální eliminaci starších lidí ze společnosti a jejich vyloučení z aktivní účasti na společenském dění. Člověk v důchodu symbolicky odchází ze společnosti do svého soukromí. Po odchodu do důchodu se mění nejen role, ale v závislosti na tom i hodnoty a postoje. Toto období může být chápáno jako doba, která nemá jasně vymezený obsah a obecně platný smysl. Senior pro společnost splnil jeden vývojový úkol, a když už ho společnost nepotřebuje, má právo rozhodovat o svém soukromém životě podle svého přání. Odchod do důchodu může mít různý osobní význam, může ovlivnit strukturu

potřeb, styl života a některé složky osobnosti. Adaptace na život důchodce trvá určitou dobu a probíhá v několika fázích (30).

1.5.2 Proces přípravy a adaptace

Proces přípravy a adaptace na důchod ovlivňují různé faktory:

- Zda k němu došlo ve standardním období
- Zda člověk odešel dobrovolně
- Zda má dostatek finančních prostředků
- Zdraví a přijatelné sociální zázemí

Adaptace na odchod do důchodu trvá určitou dobu a probíhá v několika fázích (31).

1.5.3 První fáze je příprava na důchod

Příprava na důchod má funkci anticipující adaptace, umožňující seniorům zvažovat výhody různých možností daných novou pozicí. Plánování a příprava na důchod je velmi důležitá, protože lidé, kteří se na důchod připravovali nejméně dva roky předem, zvládli přechod do nové životní fáze lépe a celkově jsou spokojenější. Odchod do důchodu bývá spojen s ambivalentními pocity. Senioři se těší, že se zbaví nepříjemných povinností a na klid, na možnost věnovat se různým, osobně významným činnostem. Ale na druhé straně vědí, že odchodem i leccos ztratí. Sociální pozici, mnohé kontakty, pocit přínosu pro společnost, pocit pozitivní seberealizace a sebeúcty vyplývající z jejich práce (30).

1.5.4 Fáze bezprostřední reakce na změnu

Senioři se nacházejí ve fázi přechodu, kdy opouští dosavadní styl života a nový si ještě nevytvořili. Únik od každodenních pracovních povinností může být spojený s pocitem uspokojení, dobré nálady až euforie, plánů plných energie, leckdy ne zcela

realistických. Mohou se objevit pocity nejistoty a obav z budoucnosti a ztráty jistot. Po odchodu do důchodu si někteří lidé uchovávají staré zvyklosti, přestože už nemají žádný smysl. Naopak jiní senioři mohou chápat důchod jako dobu nekonečné dovolené, volnosti a činností na něž dříve neměli čas, nebo nedělali téměř nic (31).

1.5.5 Fáze deziluze a postupného přizpůsobování nové životní situaci

Po prvních emočních reakcích může přijít rozčarování, s nímž senioři nepočítali. Senioři začínají pociťovat prázdnotu a nudu, chybí jim pravidelná činnost. Dochází ke zklamání u seniorů, kteří se na důchod těšili a začali si užívat svých koníčků a odpočinků. Cílem nemůže být jen zajištění trvalé osobní pohody, ale musí být nějaké povinnosti, které by udržovaly seniory na přijatelné úrovni. V tom to období lidé zkoušejí různé varianty a hledají nový životní stereotyp, který by je uspokojil. Některá skupina seniorů si najde méně náročné zaměstnání, které jim umožní plynulejší přechod na nový styl života. Toto řešení lze chápat jako přesun do fáze smlouvání, kdy dochází k odkladu definitivního řešení. Pokud si senioři nenajdou program, dochází k pocitu prázdnoty a to může vést k syndromu čtyř stěn. Senioři se uzavírají doma a aktivně nehledají nový životní program. V průběhu jednoho či dvou let se většina seniorů přizpůsobí nové situaci a začne využívat možnosti větší kontroly vlastního života (1).

1.5.6 Fáze adaptace na životní styl důchodce

Senior si vytvoří nový stereotyp k udržení k dlouhodobější životní spokojenosti. Dochází postupně k zafixování nového životního programu. Styl seniorů je ovlivněn zdravotním i ekonomickým omezením a určitou sociální izolací v rámci rodiny a sousedství. Pokud senioři mají dostatek sil, mohou si zvolit i relativně náročný a dlouhodobý styl. Senioři prožívají čas odlišným způsobem. Senior má v důchodu dostatek, někdy až nadbytek volného času. S přibývajícím věkem se pojem přítomnosti stále více rozšiřuje (15).

1.6 Adaptace seniora na důchod

Adaptace na život seniora trvá určitou dobu a probíhá v několika fázích (30).

1.6.1 Potřeba stimulace

Odchodem do důchodu bývá narušena stálá struktura denního režimu a nový denní režim může být chudý na podněty. Senior má mnoho volného času a může s ním naložit, jak chce. Pokud to nedokáže, může docházet k pocitu zbytečnosti a ztrátě životního smyslu. Senior si sám určuje míru stimulace, která je pro něj přijatelná a může se proto cítit v lepší pohodě (17).

1.6.2 Potřeba orientace a adaptace

Senioři se musejí s touto situací vyrovnat a najít jiný způsob života, který pro ně bude dostupný a zvládnutelný a zároveň přinese částečné uspokojení. V tomto období se více zaměřují na rodinu, která by jim mohla nějak prospět. Po odchodu do důchodu se mění postoj k činnostem a situacím, jejichž význam byl jiný, než býval dříve. Svět seniorů se zmenšil a z této perspektivy se mnohé nevýznamné události mohou jevit jako důležité. Po určité době mohou vyhasínat i některé pracovní návyky. V důsledku toho narůstá riziko stagnace osobnosti (30).

1.6.3 Potřeba aktivity

Práce naplňuje potřebu smysluplné aktivity. V důchodovém věku je nezbytné udržet určitou úroveň činností. U seniorů je patrná větší unavitelnost, úbytek tělesných sil a sklon k pohodlnosti. Společnost od starších lidí už nic nevyžaduje a neočekává a snahu o nějakou činnost odmítá či zesměšňuje. Starší lidé zůstávají aktivní ve své domácnosti, na zahradě a při obstarávání domácích zvířat (1).

1.6.4 Potřeba sociálního kontaktu

Člověk, který je v důchodu, se obvykle stýká s menší skupinou lidí než dříve. Často se stýká jenom s členy rodiny s přáteli (pokud je má) a s lidmi ze sousedství. Odchodem do důchodu se zvyšuje riziko sociální izolace a to zejména u lidí, kteří žijí osaměle (5).

1.6.5 Potřeba citové jistoty a bezpečí

Role seniora je jednoznačně rolí starého člověka a proto posiluje různé obavy, spojené s představou negativních důsledků pokračujícího stárnutí. Dochází ke ztrátě profesní role a tím se zvýší i nejistota staršího člověka, protože jeho pozice ve společnosti je omezená. Senior musí být někým akceptován a někam patřit. Tuto potřebu nejvíce nahrazuje rodina a přátelé. U starších lidí se obvykle zhoršuje ekonomická situace a tento fakt vyvolává strach z budoucích výdajů. Senior musí více šetřit a musí se některých požitků vzdát. Navíc mohou stoupat různé výdaje, které jsou pro stáří typické. Například náklady na dietní potraviny, léky, pomoc v domácnosti. Senioři v důchodu mohou silně prožívat zhoršení své pozice (27).

1.6.6 Potřeba seberealizace

Profesní role je jednou z významných možností seberealizace. Senior, který ztratil profesní roli, se může cítit zbytečný a méněcenný. Tato ztráta může fungovat jako osobní znehodnocení, které může vést k bezvýznamnosti a druhořadosti. Senior je postaven do situace, ve které musí hledat nový způsob seberealizace a sebe potvrzení. Může to být spojeno s nutností změn postojů a hierarchie hodnot (30).

1.6.7 Změna sebepojetí jako reakce na odchod do důchodu

Odchod do důchodu je vymezený životní přechod, který je významnou součástí procesu vývoje a je provázen sociálně psychologickými změnami osobnosti. Změna postoje je ve výkonově zaměřené společnosti dost těžká. Odchodem do důchodu mají senioři pochybnosti o svých kvalitách a dokonce se mohou cítit vyřazení a méněcenní. Reakce na odchod do důchodu má pro každého jednotlivce různý osobní význam a může ovlivnit jak strukturu potřeb, tak i styl života (31).

1.7 Rizika seniorské populace

Existuje řada rizik, problémů a nesnází, které jsou chápány jako vysoce ohrožující pro seniorskou populaci naší společnosti. Mezi nejvýznamnější rizika patří:

1.7.1 Sociální izolace

Senioři odchodem do důchodu symbolicky odcházejí ze společenského dění do svého soukromí a v krajním případě až do izolace (32). Začínající senioři opustili jak práci, tak spolupracovníky a známé. Došlo k přerušení řady důležitých sociálních vazeb, z nichž jen některé budou reálně udrženy. Začínající penzisté se ocitají ve značné sociální izolaci. Odborníci mluví o sociálním bankrotu (7).

1.7.2 Ageismus

Věkovou diskriminací rozumíme podceňování, omítání, a v krajním případě až odpor ke starým lidem. V důsledku takového postoje dochází k diskriminaci pouze na základě stáří (34). Senioři se stávají méně významnou součástí majoritní společnosti. Příčiny takto negativního postoje mohou být podmíněné biologicky i sociálně. Tímto způsobem se projevuje změna v oblasti obecně uznávaných hodnot, rozpad rodinných

vazeb a z nich vyplývajících tradičních rolí. Senioři bývají často vnímáni jako přítěž společnosti, skupina, která mnoho vyžaduje, ale nic nepřináší (27).

1.7.3 Ekonomické omezení

Senioři mají tendenci šetřit, protože po odchodu do důchodu mají omezené finanční prostředky. Důchod bývá spojen s poklesem životní úrovně. Dnešní senioři jsou odkázáni na důchod většinou proto, že neměli možnost si vlastními silami zajistit dodatečný příjem pro stáří a to je třeba brát v úvahu při tvorbě sociální politiky (14).

1.7.4 Příjmy a výdaje seniorů

Současná ekonomická situace důchodců je ovlivněna několika specifickými faktory. Dnešní senioři jsou odkázáni převážně na pobíraný důchod, a to zcela v souladu s prosazovanou ideologií minulého režimu, podle které je důchod zasloužený odpočinek, během něhož se stát o důchodce kompletně postará a vrátí mu to, co si za celý život našetřil. Pod vlivem tohoto přesvědčení se lidé o svou důchodovou budoucnost příliš nezajímali a také míra jejich úspor nebyla nijak velká (2).

U současných generací seniorů tak nelze spoléhat na to, že nedostatečnost důchodů pro zajištění životní úrovně by byla významně korigována jinými příjmovými zdroji nebo rodinným zázemím jedince. Současní důchodci většinou neměli možnost zabezpečit si vlastními silami dodatečný příjem pro stáří a toto je třeba brát v úvahu při tvorbě sociální politiky. Navíc s přibývajícím věkem se vyhlídky na zlepšení příjmové situace nezlepší, spíše naopak. Jestliže dnes senioři vyjadřují výraznou nespokojenost se svou ekonomickou situací, pak do budoucna se v důsledku stoupající životní úrovně současné populace v produktivním věku očekává i nárůst nároků na životní úroveň budoucích seniorů (9).

1.7.5 Nemoc manželského partnera

Představuje náročnou životní situaci a bývá prožívána jako vlastní ohrožení. Senior se bojí ztráty partnera, jeho nemohoucnosti a i změny stylu života, která může nastat. Péče o nemocného partnera je jak fyzicky, tak psychicky příliš náročná. Pečující partner se dostává do role výlučného pečovatele. Pečovatelé mohou být izolováni, frustrováni a mohou prožívat různé negativní emoce (26).

1.7.6 Úmrtí partnera

Ztráta celoživotního partnera je u seniorů hůře snášena, protože lidé na ni nebývají připraveni. Ztráta celoživotního partnera je téměř nenahraditelná a ovlivňuje všechny složky života seniorů. Smrt partnera vede ke ztrátě smyslu života, zhoršení ekonomické situace. Zbortí se perspektiva společné budoucnosti a společných plánů. U seniorů dochází ke ztrátě motivace, protože nemají pro koho něco dělat (24).

1.7.7 Změna bydlení

Jak člověk stárne, tak stárne i byt a prostor se odchodem dětí a partnera zvětšuje. Ekonomická zátěž nájemného a inkasních poplatků může být podnětem k výměně bytu. Důvodem k přestěhování bývá také nesoběstačnost seniora (5).

1.7.8 Zhoršení zdravotního stavu

Dochází k úbytku, jak tělesných tak psychických kompetencí, což vede k postupné ztrátě soběstačnosti a s ní související autonomie. Senioři se často obávají více ztráty soběstačnosti než smrti (12).

1.8 Pozitiva pensionování

Odchod do důchodu značná část populace chápe jako pozitivní změnu, protože umožňuje věnovat se činnostem, které jsou pro ně důležité a přináší jim pocit uspokojení. Stabilitu spokojenosti lze chápat jako signál osobní vyrovnanosti a přijetí vlastního stáří. Životní styl seniorů je ovlivňován nejen zdravotními, ale také ekonomickými omezeními. Významným zdrojem životní spokojenosti je vytvoření náhradního programu, který bude seniory naplňovat a uspokojovat (30).

Do náhradního programu pro seniory můžeme zařadit volnočasové aktivity, vzdělávání v rámci univerzit třetího věku, kurzy informatiky - obsluhy počítačů pro seniory (26).

1.8.1 Volnočasové aktivity

Odchodem do důchodu se lidé zbaví svých pracovních povinností a získají více volného času, který mohou využít k realizaci svých zájmů a koníčků, na něž neměli čas. Trávení volného času můžeme také chápat jako alternativu k pracovní činnosti. Někteří senioři tráví volný čas spolu s rodinou či partnerem a jiní si jej vyhražují pro sebe. Volnočasové aktivity seniorů jsou důležité k prevenci sociálního vyloučení, pocitů samoty a potřeby péče ze strany státu. Senioři se mohou věnovat podobným aktivitám jako mladší ročníky, ale je třeba uzpůsobit obsah volnočasových aktivit zdravotnímu stavu, fyzické kondici a duševnímu rozpoložení seniorů (29).

Do volnočasových aktivit můžeme zařadit:

- umění - divadlo, film, literatura, hudba
- pohybové aktivity, procházky
- výtvarné a keramické dílny (návštěvy muzeí a galerií)
- vzdělávání, přednášky a besedy na vybrané téma
- ruční a rukodělné práce
- pěstování rostlin a zahrádkaření, chovatelství (1).

1.8.2 Možnost vzdělávání

Myšlenkou iniciátorů univerzity třetího věku bylo vytvořit druhý životní program pro seniory, které neuspokojovaly jejich koníčky, ale chtěli se dále vzdělávat. Univerzita třetího věku se pro seniory stala místem pravidelného společného setkávání. Ke studiu se hlásili senioři, kteří se chtěli vzdělávat a hlavně senioři které vzdělávání naplňuje. Senioři při studiu mají méně času na své osobní problémy a chuti navštěvovat lékaře. Tento program jim nedovolí lenivět a myslet na obtíže. Aktivita a společný zájem jim umožňuje stávající problémy eliminovat (7).

II. EMPIRICKÁ ČÁST

2. Cíl práce a výzkumné otázky

2.1 Cíl práce

Cílem bakalářské práce je zjistit, jestli senioři považují stáří za sociální událost ve smyslu změny sociálního postavení.

Dílčím cílem bakalářské práce je charakterizovat faktory, které nejvíce ovlivňují vnímání stáří (zdravotní stav, osamělost, zbytečnost, závislost na druhých, ekonomickou závislost a ovdovění).

2.2 Výzkumné otázky

Při sestavování výzkumných otázek jsem vycházela z poznatků Hendla, který popisuje, že výzkumné otázky jsou určitým souborem mnoha otázek, na které se chce výzkumník zaměřit (8).

Co vnímají senioři jako pozitiva nebo negativa pensionování?

Jak vnímají postoj dnešní společnosti k seniorům?

Jak vnímají senioři odchod do důchodu?

3. Metodika

3.1 Použitá metodika

Všechny informace byly získávány metodou kvalitativního výzkumu prostřednictvím ankety a techniky narativního rozhovoru. Langová uvádí, že výzkum životního příběhu nabízí široký prostor pro objevování životních zkušeností, prožitků i identity člověka, a dává nám tak šanci přiblížit se k jeho jedinečnosti (16). Jak uvádí Hendl v případě narativního rozhovoru určujeme předmět vyprávění a zároveň hledáme subjekt, u něhož je jistota, že bude schopen vyprávět (8). Narativní rozhovor byl doplněn výzkumnými otázkami.

3.2 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumný soubor tvořilo 6 náhodně vybraných seniorů, kteří museli splnit podmínku dosaženého věku 65 let. Respondenti museli být z táborského regionu a být v penzi. Z celkového počtu respondentů byli 3 muži a 3 ženy. Rozhovory byly anonymní, přepsány v plném znění se zachováním hovorového jazyka. Při výběru respondentů pro rozhovory bylo využito postupů zakotvené teorie.

3.3 Proces sběru dat

Respondenty jsem vyzvala, aby vyprávěli o sobě, a poté jsem je požádala, aby řekli, co je v životě důležitého potkalo a zároveň jak jim to ovlivnilo život. Během rozhovorů byly použity otázky, které se týkaly odchodu do důchodu, ekonomické situace a pozitiv a negativ spojených s odchodem do penze.

4. Výsledky

4.1 Narativní rozhovor č. 1

Dobrý den, děkuji Vám, za Váš čas a i ochotu při sdělování Vašich informací. Tyto informace budou využity pro účely mé bakalářské práce. Vaše jméno a osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Než se pustíme do vyprávění, tak bych Vám chtěla říci, že pokud Vám bude nějaké téma nepříjemné, tak o něm nemusíte mluvit.

Mohla byste o sobě říci pár slov?

Popis osoby respondenta

Ludmila, 66 let, bydlí na vesnici

„Bydlím na vesnici v rodinném domku s manželem. Mám dvě děti, ale s námi nebydlí. Vyučila jsem se na středním odborném učilišti jako soustružnice. Nejdříve jsem pracovala v továrně Kovošvit a po mateřské jsem nastoupila do továrny Brisk, kde jsem pracovala 30let. Do důchodu už jsem se nemohla dočkat. Byla jsem jako vojáci, kteří odchází do civilu. Počítala jsem každý den, ale když ten den přišel, bylo to dost divné. Najednou mně přišlo divné, že už nebudu muset každý den brzo vstávat a nebudu muset pracovat. S manželem jsme šli do důchodu nastejno. Měla jsem strach, jak budeme spolu snášet náš společný život. Protože jsme byli oba v zaměstnání, tak jsme spolu netrávili tolik času. S manželem bydlíme v rodinném domku a tam se vždy nějaká práce najde. Manžel se stará o dům a zvířata a já o chod domácnosti.“

Omezuje Vás, že bydlíte na vesnici?

„Momentálně tuto situaci nemusím řešit, protože s manželem zatím ještě jezdíme k lékaři a na nákupy autem. Autobusovou dopravu využívám jenom málo. Až manžel nebude moci řídit, tak budeme závislí na pomoc druhých a budeme muset tuto situaci

řešit. U nás na vesnici není obchod s potravinami, a proto na nákupy musíme jezdit do města. To mě asi trochu omezuje, kdybych bydlela ve městě, tak by to bylo lepší.“

Co Vám důchod vzal, popřípadě dal?

„Odchodem do důchodu se mně přetrhali vazby s pracovním kolektivem. Začátek byl pro mě dost obtížný. Jak člověk ztratí kontakt s těmi lidmi, tak padne na člověka taková samota, která je velice nepříjemná. I když jsem byla s manželem doma, tak jsem ze začátku měla divné pocity. Ale na druhé straně odchodem do důchodu jsem získala více času na svoji rodinu a vnuky. Také mám více času na své aktivity.“

Jaké aktivity máte na mysli?

„S manželem jsme členy Svazu zahrádkářů, který každý rok pořádá výstavu květin. Mám moc ráda květiny, to je moje radost. Každý rok se aktivně této akce účastníme. Velice mě tato činnost naplňuje a jsem ráda, že můj zdravotní stav mě to zatím dovoluje. Mezi mé další aktivity patří vycházky do přírody, kde se snažím nasbírat dostatek sil a energie. Každou neděli se scházíme s partou přátel v naší hospůdce, kde probíráme, co je nového u nás a ve světě. Vždy na jaře jezdíme do termálních lázní. Velice se nám tam líbí a hlavně to prospívá našemu tělu. Je to už takový rituál, letos jsme tam byli už po desáté. Také ráda luštím křížovky a sudoku. Aspoň trochu zaměstnávám mozek.“

Jak pohlížíte na dnešní společnost?

„Dnešní společnost pohlíží na seniory jako na přítěž, která jim bere peníze. Ale oni si neuvědomují, že budou jednou taky staří a budou taky v této pozici. Celkově bych řekla, že v dnešní společnosti upadla morálka, zmizela soudržnost a tolerance. Za mého mládí jsme byli vedeni k úctě a toleranci ke starým lidem. Společnost celkově zaujímá špatné postavení k seniorům a dává špatný příklad mladým lidem. Rodiny tráví spolu málo času, nescházejí se u společného jídla a málo spolu komunikují. Celkově je tato doba uspěchaná až hektická. V dnešní společnosti nejsou uctívány hodnoty starší generace a to si myslím, že je špatné.“

Jaká je vaše ekonomická situace?

„Celkově se mi zdá, že výše důchodů je přijatelná vzhledem k dnešní ekonomické situaci, ale zdůrazňuji, že velice záleží na tom, zdali žije důchodce sám nebo s partnerem. Zatím tuto situaci nemusím řešit, ale kdybych zůstala sama, tak bych si asi nemohla dovolit zůstat v našem rodinném domě. Musela bych asi přemýšlet o jiné variantě.“

Jak Vám slouží zdraví?

„Asi jako každý starší člověk i já mám zdravotní problémy. Musím užívat dost léků a mám obavy, abych na léky měla dost finančních prostředků. Do budoucna bych byla ráda, kdyby můj zdravotní stav zůstal aspoň na stejné úrovni, ale moc tomu nevěřím. Nechtěla bych být závislá na pomoci druhých.“

Jak byste celkově zhodnotila Vaši nynější situaci a co ještě čekáte od života?

„Jsem spokojená, člověk nesmí být náročný. Hlavně, aby byla celá rodina zdravá, a to ostatní už není tak důležité. Člověk nesmí být smutný a musí mít radost i z maličkostí. Je potřeba se nedostávat do stresů a finančních problémů. Ještě bych se chtěla jednou s manželem podívat k moři. Pokud nám to zdraví dovolí, tak by to bylo příští rok. Zase to nesmíme dlouho odkládat. Mám dva vnuky a od těch bych se chtěla dočkat ještě pravnoučat, ale ještě budou dlouho studovat.“

Tabulka 1 - Shrnutí důležitých informací - Rozhovor 1 - zobecnění

Liminalita	<ul style="list-style-type: none">- zdravotní problémy- 8 let užívá penzi- žije s manželem v rodinném domě
Stigma	<ul style="list-style-type: none">- obavy ze závislosti na druhých- sociální izolace- obavy ze ztráty partnera- úbytek síly a energie

Jaká pozitiva respondentce přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - společný život s manželem - více času na vnoučata - více času na své aktivity - nezávislost
Jaká negativa respondentce přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - obtížné vyrovnávání se s odchodem do penze - ztráta kontaktů - nízký ekonomický příjem - obava o dostatek financí na léky - organizace velkého množství volného času
Vnímá respondentka penzi jako sociální událost?	<ul style="list-style-type: none"> - Ano - změna identity, předtím soustružnice a nyní senior - konec jednoho a začátek nového období - hledání nového životního naplnění
Jak vnímá respondentka postoj české populace k seniorům?	<ul style="list-style-type: none"> - nejsou uctívány hodnoty starší generace - není úcta a tolerance ke stáří - senior je přítěž dnešní společnosti
Plány do budoucna?	<ul style="list-style-type: none"> - dovolená u moře - dočkat se pravnoučat - návštěva termálních lázní

4.2 Narativní rozhovor č. 2

Dobrý den, děkuji Vám, za Váš čas a i ochotu při sdělování Vašich informací. Tyto informace budou využity pro účely mé bakalářské práce. Vaše jméno a osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Než se pustíme do vyprávění, tak

bych Vám chtěla říci, pokud Vám bude nějaké téma nepříjemné, tak o něm nemusíte mluvit.

Mohl byste o sobě říci pár slov?

Popis osoby respondenta

Václav, 66 let, bydlí ve městě

„Bydlím v okrajové části Plané nad Lužnicí v poměrně zchátralém rodinném domku. Žijeme tady s manželkou už padesát let. Máme s manželkou tři děti, ale v domě s námi nikdo nebydlí. Vystudoval jsem České vysoké učení technické v Praze, obor sítě elektronických komunikací. Po studiu jsem nastoupil ke správě komunikací, kde jsem pracoval do svých 63 let. Po roce 1989 se změnila situace a já jsem si nechal udělat živnostenský list a začal jsem pracovat jako technický konzultant. Odchod do důchodu byl pro mě dost skličující, protože svoji práci jsem měl moc rád. Nedokázal jsem si představit, jak budu sedět doma a nic nedělat. Po roce, co jsem byl v penzi, moje manželka prodělala mozkovou příhodu a zůstala od pasu dolů ochrnutá. A najednou mně nezbyval žádný čas. Musel jsem se starat o chod domácnosti a manželku.“

Omezuje Vás, že bydlíte ve městě?

„Bydlíme v okrajové části města, kde není obchod a na autobus je to dost daleko. Ale zatím mohu jezdit autem, tak nejsem na ničem závislý. Pokud něco potřebuji nakoupit, tak mně to zajistí děti nebo pečovatelská služba, která dochází k manželce.“

Co Vám důchod vzal, popřípadě dal?

"Do důchodu jsem se moc netěšil, protože moje práce byla i zároveň můj koníček. Nedokázal jsem si představit, až ten den přijde a já budu sedět doma a nebudu muset nic dělat. Před odchodem do důchodu jsem si nechal vystavit živnostenský list a začal jsem pracovat jako technický konzultant. Možná že bych pracoval ještě dnes, kdybych se nemusel starat o svoji nemocnou manželku, která prodělala mozkovou

mrtvici a je upoutaná na lůžku. Odchod do penze mi dal více času se věnovat svým aktivitám a hlavně svým vnoučatům.“

Jaké aktivity máte na mysli?

„Každý rok jezdím do Mariánských Lázní, kde se setkávám se svými kolegy ze studia. Vždy řešíme politickou a ekonomickou situaci. Jsem rád, že jsem schopen se těchto srazů účastnit. Stále se ještě rád učím, a proto každý týden s partou kolegů docházím na hodinu anglického jazyka. Jinak mám rád práci na zahradě. Asi nejraději se věnuji pěstování zeleniny a ovoce pro svoje děti.

Od té doby, co manželka onemocněla, už nejsem tolik časově nezávislý a nemůžu si ve volném čase určovat, co budu dělat bez předchozího plánu, kdo se o manželku postará, protože ji nemůžu nechat doma samotnou. Pokud chci někam odjet na delší dobu, tak musím zajistit manželce péči. Vždy jsme s manželkou rádi cestovali a na důchod jsme si plánovali, jak projedeme celou republiku, ale stav manželky nám to neumožňuje. Ve svém volném čase hojně využívám internet jako zdroj informací. Je to úžasná věc a hlavně co potřebuji, to tam najdu. Mám ho doma už pět let, a když není nic v televizi tak sedím u internetu.

Jak pohlížíte na dnešní společnost?

„Myslím, že mladí lidé v dnešní společnosti to nemají moc jednoduché. Jsou na ně kladeny vysoké nároky jak v zaměstnání, tak i v celé společnosti. Hodnota stáří nic pro dnešní společnost neznamena. Já se snažím svým dětem a vnoučatům zachovat rodokmen našich předků, na kterém pracuji už dva roky. Celý život jsem vedl své děti k úctě ke stáří a hodnotám, které nám zůstaly po našich předcích. Tato společnost je podle mého názoru příliš uchvátaná až hektická.“

Jaká je vaše ekonomická situace?

„S výší důchodu moc spokojený nejsem, protože péče o manželku je velice ekonomicky náročná. S manželkou bydlíme v rodinném domě, kde jsou vysoké náklady na údržbu a vytápění.“

Jak Vám slouží zdraví?

„Jako každý starší člověk i já mám zdravotní problémy. Mám léčenou hypertenzi a srdeční arytmiie. Do budoucna bych byl rád, kdyby zůstal můj zdravotní stav aspoň na stejné úrovni, abych byl schopný se starat o svou nemocnou manželku. Nechtěl bych být závislí na pomoci druhých.“

Jak byste celkově zhodnotil Vaši nynější situaci a co ještě čekáte od života?

„I přes všechny starosti, které mám, tak jsem neztratil zájem o své koníčky a neizoloval se od okolního světa. Jsou to právě moje koníčky, které mi pomáhají vyplout z častého pocitu bezmoci a načerpat novou energii, kterou tolik potřebuji při péči o svou manželku.“

Plány do budoucna se týkají především renovace našeho domu, které chystá moje dcera. Rád bych spolu s manželkou dožil, až to bude vše předěláno. Nic jiného si zatím nechci plánovat, protože neví, jak se bude situace nadále vyvíjet. „Těžko si můžu něco plánovat, rozhodně se chci starat o svoji manželku jako doposud.“

Tabulka 2 - Shrnutí důležitých informací - Rozhovor 2 - zobecnění

Liminalita	<ul style="list-style-type: none">- žije ve městě v rodinném domku- starost o manželku a chod domácnosti- obtížné vyrovnávání se s odchodem do penze- biologické a fyzické změny- ztráta kontaktů- nízký ekonomický příjem
Stigma	<ul style="list-style-type: none">- zvládat péči o manželku (pokud to nebude zvládat, manželka bude muset do ústavní péče)- bezmocnost- závislost na pomoci od druhých

Jaká pozitiva respondentovi přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - společný život s manželkou - rodina a vnoučata - volnočasové aktivity (zahradu, internet) - vytoužený klid a pohoda
Jaká negativa respondentovi přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - obtížné vyrovnávání se s odchodem do penze - vynucený odchod - nedostatek pracovních příležitostí
Vnímá respondent penzi jako sociální událost?	<ul style="list-style-type: none"> - Ano, začátek nové etapy života - nízká prestiž - ztráta pracovní role
Jak vnímá respondent postoj české populace k seniorům?	<ul style="list-style-type: none"> - „Já se snažím vést své děti k úctě ke stáří a hodnotám, které nám zůstaly po našich předcích.“ - vyčlenění na okraj společnosti
Plány do budoucna?	<ul style="list-style-type: none"> - renovace domu - zdokonalit se v anglickém jazyce - být zdravotně v pořádku, aby mohl pečovat o manželku - účastnit se setkávání s kolegy

4.3 Narativní rozhovor č. 3

Dobrý den, děkuji Vám za Váš čas a i ochotu při sdělování Vašich informací. Tyto informace budou využity pro účely mé bakalářské práce. Vaše jméno a osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Než se pustíme do vyprávění, tak bych Vám chtěla říci, pokud Vám bude nějaké téma nepříjemné, tak o něm nemusíte mluvit.

Mohla byste o sobě říci pár slov?

Popis osoby respondenta

Marie, 80 let, bydlí ve městě

„Bydlím v Táboře v panelovém domě. Vystudovala jsem Rodinou školu pro ženskou povolání. Po ukončení jsem začala pracovat v mateřské škole. Po narození dcery jsem se nemohla vrátit do mého původního zaměstnání, protože už tam nebylo místo. Pak mně manžel našel místo na Vodních stavbách, kde jsem pracovala na pozici administrativní pracovnice až do důchodu. Mám jednu dceru, která bydlí v Českých Budějovicích. Každý den si telefonujeme, jinak mě navštěvují jednou za měsíc. Vdovou jsem už dvacet let.“

Co Vám důchod vzal, popřípadě dal?

„Odešla jsem do důchodu o dva roky později. Práce mě velmi bavila, ale měla jsem vážně nemocnou maminku, o kterou jsem se musela starat. Protože jsem neopouštěla pracovní proces úplně dobrovolně, tak jsem tento přechod vnímala jako velkou změnu. Pro člověka je to velký zlom v životě, protože najednou nemusíte vstávat, nemusíte nikam pospíchat a jste pánem svého času. O maminku jsem se nějaký čas starala, ale pak už jsem neměla sílu se o ni starat a tak jsem musela najít jiné řešení. A najednou jsem měla zase dost času sama na sebe na svoje aktivity, na které jsem měla málo času. Vidím výhodu důchodu právě ve větších časových možnostech. Mohu často cestovat za svojí dcerou a nyní hodně cestuji se svojí kamarádkou.“

Jaké aktivity máte na mysli?

„Zpočátku jsem byla rozhodnutá vychutnávat si chvilky volna a věnovat se sama sobě. Vytvořila jsem si určitý režim dne. Mám dlouholetou kamarádku, s kterou jsem začala navštěvovat divadla, koncerty vážné hudby. Ráda bych navštěvovala kulturní akce častěji, ale je to pro mě finančně náročné. Také jsem se začala opět věnovat ručním pracím. Mojí velkou vášní vždy bylo cestování. Ale nejdříve jsem neměla dost času a pak jsem pečovala o svoji maminku. A nyní mně dělá společníci moje dlouholetá

kamarádka, která je také sama. Další milá aktivita na mě ještě čeká. Moje vnučka čeká miminko, na které se všichni moc těšíme. Pokud bude vnučka potřebovat, tak se prababičkovských povinností určitě nezřeknu. Každý den se snažím jít aspoň chvíli ven, ale teď už mě to tak nejde. Snažím se procházet okolo našeho panelového domu. Mám nařizeno od svého lékaře, že musím každý den chodit. Tak se snažím, abych neměla zdravotní problémy s dolními končetinami.“

Omezuje Vás, že bydlíte ve městě?

„I když bydlím ve městě, obchod s potravinami mám docela daleko, ale zatím jsem soběstačná. K lékaři to mám dvě stanice autobusem od domova. Pokud je dobré počasí, tak to zatím zvládám. Ale letos v zimě jsem potřebovala k paní doktorce a nebyla jsem schopná se tam autobusem dostat. Paní doktorka byla velice laskavá a přijela ke mně domů.“

Jak Vám slouží zdraví?

„Můj zdravotní stav odpovídá samozřejmě mému věku. Od 58 let mám cukrovku. Stále jsem na dietě a lécách. S cukrovkou souvisí i moje další zdravotní problémy. Mám velké problémy se zrakem a dolními končetinami. I když letos jsem měla problémy s palcem u nohy, tak jsem měla obavy, abych si nemusela píchat inzulin.“

Jak pohlížíte na dnešní společnost?

„Myslím, že dnešní společnost není zas tak špatná, jak někteří mí vrstevníci povídají. My jsme byli taky mladí a dělali jsme taky určité lumpárny. Ty senioři, kteří se pohoršují nad dnešní mládeží, asi zapomněli, jak se chovali oni, když byli mladí. Já mladé generaci moc fandím a taky jim i trochu závidím, že mají možnosti, které my jsme neměli. Jak se k sobě lidé chovají, asi také záleží na výchově, kterou dostanou od svých vzorů – rodičů. Někdy se člověk diví, že Vás dítě nepozdraví, ale když nezdraví maminka, proč by zdravil syn. Ale takových lidí je určitě v naší společnosti málo.“

Jaká je vaše ekonomická situace?

„Pokud je člověk skromný, může vyjít, ale průměrný důchod by mohl být vyšší. Jsem už dvacet let vdovou. Takže z jednoho důchodu když vše poplatím, tak mně toho moc nezbývá. Ale člověk si nemůže stěžovat, myslím, že jsou na tom někteří lidé daleko hůř. Větší péče by měla být věnován rodinám s malými dětmi. V dnešní společnosti se řeší senioři, ale na dnešní mladou generaci se podle mého názoru zapomíná. Základem naší společnosti jsou mladé rodiny s dětmi. Rodí se málo dětí, protože zabezpečit malé dítě je velice nákladné a dnešní mladá generace se také nechce moc uskromnit. Za mého mládí byl žebříček hodnot postaven úplně jinak. Dnešní společnost je posunuta spíše na konzumní život.“

Jak byste celkově zhodnotila Vaši nynější situaci a co ještě čekáte od života?

„Seniorům se nežije zase tak špatně, jak někteří říkají. Pokud můžu mluvit za sebe, tak jsem spokojená, i když se musím někdy dost omezovat. Sice mám naspořené nějaké peníze, ale ty bych chtěla investovat do cestování se svojí kamarádkou. Co můžete očekávat od života v tomto věku? Hlavně být čilá, soběstačná a stále mít chuť do aktivit, které mě baví a naplňují. Byla bych ráda, kdyby to ještě nějaký čas vydrželo jako doposud.“

Tabulka 3 - Shrnutí důležitých informací – Rozhovor 3 - zobecnění

Liminalita	<ul style="list-style-type: none">- život ve městě v panelovém domě- vdova už dvacet let- biologické a fyzické změny- nedobrovolný odchod do důchodu
Stigma	<ul style="list-style-type: none">- komplikace způsobené nemocí (diabetes mellitus)- ztráta soběstačnosti- závislost na pomoci druhých (v budoucnu potřeba ústavní péče)

Stigma	<ul style="list-style-type: none"> - osamělost - zbytečnost
Jaká pozitiva respondentce přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - větší časové možnosti - nemá pracovní povinnosti - nezávislost - volnočasové aktivity (divadlo, cestování, ruční práce)
Jaká negativa respondentce přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - obtížné vyrovnávání se s odchodem do penze - vynucený odchod
Vnímá respondentka penzi jako sociální událost?	<ul style="list-style-type: none"> - Ano - velká změna v životě - ztráta pracovní role
Jak vnímá respondentka postoj české populace k seniorům?	<ul style="list-style-type: none"> - Kladně. „<i>Já mladé generaci moc fandím a taky jim i trochu závidím, že mají možnosti, které my jsme neměli.</i>“
Plány do budoucna?	<ul style="list-style-type: none"> - cestování s kamarádkou - být soběstačná a stále čilá - nová role - prarodič

4.4 Narativní rozhovor č. 4

Dobrý den, děkuji Vám za Váš čas a i ochotu při sdělování Vašich informací. Tyto informace budou využity pro účely mé bakalářské práce. Vaše jméno a osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Než se pustíme do vyprávění, tak bych Vám chtěla říci, pokud Vám bude nějaké téma nepříjemné, tak o něm nemusíte mluvit.

Mohl byste o sobě říci pár slov?

Popis osoby respondenta

Jan, 72 let, bydlí ve městě

„Bydlím v Sezimově Ústí v rodinném domku u svého syna. Po ukončení školy jsem musel nastoupit do JZD, kde jsem pracoval až do důchodu. Ve svém zaměstnání jsem si našel i svoji manželku. Mám tři děti, ale se dvěma se vůbec nestýkám. Manželka mi zemřela před deseti lety. Po nějakém čase jsem si našel paní, se kterou jsem bydlel, ale pak začaly problémy s jejími dětmi, tak jsem se odstěhoval. S dcerou jsem bydlel asi pět let, ale neklapalo to. Měla zájem jen o můj důchod a neustále mně vyčítala, že chodím s dědkama na karty a pít. Až mě došla trpělivost a já se odstěhoval k synovi do Sezimova Ústí. S druhým synem se nestýkám, protože začal řešit svoje problémy alkoholem a s tím já nesouhlasím.“

Jak Vám slouží zdraví?

„Už to není jak dřív, ještě dvěma lety jsem chodil po kopcích, ale teď už na to nemám. Mám obavy, kdyby se mně něco stalo, kdo by mě tam našel. Dost mě trápí kolena a páteř, ale asi to bude mojí tloušťkou. Měl bych zhubnout, ale nemám moc velkou vůli. Taky mám vysoký tlak a pan doktor mi pořád domlouvá, ale já už nic neřeším. Jestli tady budu o nějaký čas déle nebo ne, to je mi jedno.“

Jaké aktivity máte na mysli?

„Když jsem byl mladý, tak jsme hodně cestovali, jezdili jsme vlakem, hlavně jsme lezli s dětmi po horách, taková turistika. Moc nás bavilo objevovat nová místa. Rád se ryju v zemi, ale moje kolena a páteř už mně to moc nedovolí. Syn má zahradu malou, ta na údržbu moc času nezabere, tak to ještě jakžtakž zvládám. Od mládí rád chytám ryby a to mě drží dodnes. U syna jsem si našel partu rybářů, s kterými si rád zachytám a popovídám. Vždy probíráme politickou situaci a pak se hádáme, kdo pravdu má a kdo ne. Ani nemusím nic chytit, ale jsem rád v přírodě na čerstvém vzduchu s partou svých

přátel, kteří mně rozumí. Pokud není práce na zahradě a ani se nedá chodit na ryby, tak rád čtu a sleduju televizi.“

Jaká je vaše ekonomická situace?

„Já si nestěžuju, protože bydlím u syna a ten se o mě moc dobře stará. Celou dobu jsem pracoval v zemědělství a tam moc velké příjmy nebyly. Takže i můj důchod není moc velký. Mám necelých deset tisíc, pokud bych měl bydlet někde v podnájmu, asi bych těžko vyžil. Syn má moc dobrou práci a nevyžaduje po mě žádné peníze. Pokud nějaké peníze ušetřím, tak je dám vnoučatům. Vzpomínám si, že moje matka za komunistů pobírala důchod ve výši 80 Kčs. Neumím si představit, že by, lidé v dnešní společnosti brali takové důchody. Jsem rád, že nejsem v takové situaci jako moje matka. Nedovedu si představit, že bych musel někde pracovat se svým zdravotním stavem. Podle mého názoru jsou důchody poměrně slušné a já jsem spokojený.“

Omezuje Vás, že bydlíte ve městě?

„Žádné omezení nemám. Pokud potřebuji k lékaři, tak syn mě tam odveze a nakupování také nemusím moc řešit. Obědy mám zajištěné od pečovatelské služby a večeri mě uvaří snacha. Když mám na něco chuť tak mám kousek od domu obchod, kam si zajdu. Spíš mně chybí příroda, protože syn bydlí přímo v centru města a tam moc zeleně není.“

Co Vám důchod vzal, popřípadě dal?

„Celý život jsem pracoval v JZD v rostlinné výrobě. Byli jsme dobrý kolektiv, ve kterém se moc dobře pracovalo. Jezdili jsme na zájezdy, dovolené a také na Zemi živitelku. Když se blížil den odchodu, tak mě bylo docela smutno. Nejdříve jsem se těšil, jak si budu užívat, ale najednou bylo docela dost času. Tak jsem se vrátil ke svým zálibám, na které jsem předtím neměl moc čas. Penze mi dala hodně volného času a hlavně jsem mohl trávit více času se svojí manželkou. Škoda, že manželka brzy po tom, co odešla do důchodu, onemocněla a trávila více času po nemocnicích, místo abychom

trávili čas spolu. S manželkou jsme si plánovali, že až budeme v důchodu, tak spolu budeme jezdit po místech, které jsme navštívili s dětmi.“

Jak byste celkově zhodnotil Vaši nynější situaci a co ještě čekáte od života?

„Co člověk si může přát. Jsem rád, že jsem se dožil 72 let a brzy mi bude 73. Ani jsem nedoufal, že se takového věku dožiju. Jsem celkem zdravý, až na kolena a záda. Ty občas dost bolí, ale zatím můžu chodit a nejsem zatím závislý na pomoci druhých. S penězi zatím tak vystačím a něco si dám stranou. Celý život jsem s manželkou cestoval po republice, ale do zahraničí jsem se nepodíval. Chtěl bych podniknout okružní cestu po Evropě, ale nevím, jestli jsem schopen to vydržet. Jako správný rybář bych chtěl chytit ještě nějaký pěkný úlovek. Celý život jsem žil pro svoji rodinu, pro kterou jsem chtěl vše nejlepší. Snažil jsem se vždy se všemi lidmi vycházet a být ke všem slušný. Nikdy jsem se špatně neměl, mám hodného syna, který se o mě stará a pár přátel, se kterými si mám vždy co říct. Byl bych rád, kdyby to ještě nějaký čas vydrželo.

Jak pohlížíte na dnešní společnost?

„Jsem moc rád, že jsem se této doby dožil. Škoda, že už jsem starý. Závidím mladým lidem, jaké mají možnosti. Můžou cestovat, podnikat a mají svobodu, kterou my jsme jako mladí neměli. Ale na druhou stranu to mají celkově horší. My jsme měli aspoň jistou práci a to dnešní společnost nezaručuje. Někteří moji vrstevníci nadávají na dnešní mládež, jak je nevychovaná, ale ať si vzpomenou sami na sebe. Mám rád mladé lidi, člověk aspoň trochu omládne, když s nimi tráví čas a nepřipadá si tak stár. Celkově jsem znechucen z politiků, jak naši společnost zadlužují a nás seniory úplně kašlou. Celý život jsem dřel a na stáří bych se chtěl mít dobře“.

Tabulka 4 - Shrnutí důležitých informací – Rozhovor 4 - zobecnění

Liminalita	<ul style="list-style-type: none">- žije ve městě v rodinném domku u syna- vdovec již deset let
-------------------	--

Liminalita	<ul style="list-style-type: none"> - biologické a fyzické změny (pohybové problémy) - smutný odchod do důchodu
Stigma	<ul style="list-style-type: none"> - komplikace způsobené nemocí - ztráta soběstačnosti - závislost na pomoci druhých - osamělost - zbytečnost
Jaká pozitiva respondentovi přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - větší časové možnosti - není pracovní povinnost - nezávislost - volnočasové aktivity (zahradá, rybaření)
Jaká negativa respondentovi přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - přetřhané vazby s kolektivem - změna identity
Vnímá respondent penzi jako sociální událost?	<ul style="list-style-type: none"> - Ano- velká změna v životě - ztráta pracovní role
Jak vnímá respondent postoj české populace k seniorům?	<ul style="list-style-type: none"> - Mladé lidi vnímá pozitivně. - „Závidím mladým lidem, jaké mají možnosti.“ - znechucen z přístupu politiků k seniorům
Plány do budoucna?	<ul style="list-style-type: none"> - sen - „Chtěl bych podniknout okružní cestu po Evropě, ale nevím, jestli jsem schopen to vydržet.“

4.5 Narativní rozhovor č. 5

Dobrý den, děkuji Vám za Váš čas a i ochotu při sdělování Vašich informací. Tyto informace budou využity pro účely mé bakalářské práce. Vaše jméno a osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Než se pustíme do vyprávění, tak bych Vám chtěla říci, pokud Vám bude nějaké téma nepříjemné, tak o něm nemusíte mluvit.

Mohl byste o sobě říci pár slov?

Popis osoby respondenta

František, 82 let, bydlí na vesnici

„Bydlím v malé vesnici asi 20 km od Tábora. Žiju společně v jedné domácnosti se svým synem a jeho rodinou. Už 15 let jsem vdovec a podruhé jsem se neoženil. Po ukončení školní docházky jsem nastoupil do JZD, kde jsem pracoval do svých 60 let. Mám celkem tři děti, s kterými se téměř denně vídám. Moji největší radosti jsou moje vnoučata a pravnoučata.“

Omezuje Vás, že bydlíte na vesnici?

„Bydlím v rodné vesnici, kde nemáme obchod ani lékaře. K lékaři to máme asi jednu hodinu cesty autem. Mám pohybové omezení, které mě omezuje vlastně ve všem. Ještě že syn má auto a je schopen mě k lékaři odvézt. Nerad bych k lékaři jezdil sanitkou, protože člověk je odkázán sám na sebe. Dřív jsem byl schopný dojet si k lékaři, na nákup a někdy i do divadla. Byl jsem dost společenský a rád jsem jezdil s manželkou do divadla a do kina. Ale teď, už mám problémy vydržet i cestu autem k lékaři. Ještě že mám tak hodné děti, které mně vše zařídí.“

Co Vám důchod vzal, popřípadě dal?

„S odchodem do penze jsem se vypořádal bez problémů. Celou dobu jsem pracoval v JZD, kde jsem byl dost pracovně vytížený. Když jsem odešel do důchodu, tak

jsem se začal věnovat více svým koníčkům. S manželkou jsme si plánovali, co vše uděláme a kam se všude podíváme. Odchod do důchodu mně připadal jako prodloužená dovolená. Přišlo mně, že mám méně času, než kdy jsem chodil do práce. Člověk musí brát věci tak, jak přicházejí a mít radost, že se toho dožije. Nikdy jsem nepatřil mezi lidi, kteří se těší do důchodu, ale když ten čas přišel, byla to příjemná změna.“

Jak Vám slouží zdraví?

„V roce 2010 jsem prodělal operaci obou kyčlí, kdy mi byly postupně oba kyčelní klouby nahrazeny endoprotézou. Před operací jsem měl velké bolesti a nemohl jsem chodit. Byla to hrůza. Ted' se cítím moc dobře a užívám si, že můžu zase bezbolestně chodit. Ještě mám problémy se srdíčkem a vysokým tlakem. Nesmím dělat žádnou fyzickou práci, protože pak mám bolest na hrudi, která je moc nepříjemná. Taky mně moc vadí, když je změna počasí, to špatně snáším. Ted' mi ještě ke všemu přibyly problémy s prostatou. Jeto dost špatné, protože hodně času strávím na záchodě a to mě obtěžuje hlavně v noci. Ale přes den si taky rád zdřímnu. Prostě člověk má určitý věk a ten sebou přináší i zdravotní problémy, se kterými musí člověk nějak vypořádat. Člověk si nesmí stěžovat a brát to, jak to je a aspoň se něčím zabavit, i když těch možností s mým zdravotním stavem moc není.“

Jaké koníčky máte na mysli?

„To víte, dřív jsem byl dost společenský a hodně jsem s manželkou jezdil po výletech. Po smrti manželky jsem ztratil smysl života a dlouho mně trvalo, než jsem si zvykl, že jsem sám. Občas se kouknu na televizi, ale když sleduji zprávy, jsem tak rozrušený, že nemůžu spát. Když je pěkné počasí, tak jdu na náves na lavičku, kde se scházím s přáteli na besedu. Zatím jsem schopen tam dojít. Člověk zavzpomíná na staré časy a hned se mu zlepší nálada. Někdy si přečtu noviny a taky nějakou knihu. Hodně času trávím se svými vnoučaty a pravnoučátky. Čas strávený s vnoučaty je pro mě moc přínosný, protože člověk s nimi omládne. Oni se pořád na něco vyptávají, třeba jaký byl jejich otec, když byl malý a taky je hodně zajímavá příroda. Jsem rád, že o mě stojí a

myslím, že je něco naučím. Tento čas s nimi mě moc naplňuje a mám i pak dobrou náladu.“

Jaká je vaše ekonomická situace?

„V dnešní době to nemá nikdo jednoduchý a asi každý v dnešní době musí počítat. Největší výdaje mám na lékách. Protože bydlím se synem, nemusím platit žádný nájem. Ale nechci u něj být zadarmo, tak mu nějakou korunu přispívám. Obědy mám zajištěné z jídelny JZD, které mně dováží až do domu. Večeře a snídaně mě dělá snacha. Když to všechno poplatím, tak toho moc nezbude. Ale nemám žádné starosti o živobytí a ani bydlení. Kdybych nebyl u syna, tak bych musel do domova důchodců, a tam bych musel taky vše platit. I když velký důchod nemám, tak s tím vystačím, ale na velké rozhazování to není.“

Jak byste celkově zhodnotil Vaši nynější situaci a co ještě čekáte od života?

„Ani jsem nečekal, že se dožiju takového věku. Moje zdravotní problémy mě neumožňují dělat, co bych chtěl, ale člověk musí být spokojen, s tím, jak to je. Nejvíce mně vadí, že člověk je závislý na pomoci druhých. Říkal jsem synovi, že bych měl jít do domova důchodců, abych jim nebyl na obtíž. Ale syn mě řekl, že dokud to bude zvládat, tak že budu bydlet u nich. Jsem rád, že jsme ho tak dobře vychovali. Co já už můžu čekat od života? V těchto letech už můžu jenom plánovat pohřeb. Chtěl bych být, tak jak jsem doposud, i když to není žádná výhra, ale nesmím si naříkat, protože jsou lidi, kteří jsou na tom hůř a jsou na světě rádi.“

Jak pohlížíte na dnešní společnost?

„Celkově jsem znechucen, jak se dnešní společnost žene za penězi. Dnešní společnost má jinak nastavený žebříček hodnot. Lidem chybí sounáležitost, pomoc a laskavost. Moje rodiče mě vedli k úctě ke stáří a k úctě k hodnotám. Dnešní generace nezažila válku a ani bídu. Když o tom vyprávím svým vnoučatům, co jsem všechno prožil, tak na mě koukají, jako když si vymýšlím. Ale člověk asi nesmí srovnávat tu dobu, ve které vyrostl a dnešní dobu. Už jsem starý a vnímám to jinak.“

Tabulka 5 - Shrnutí důležitých informací – Rozhovor 5 - zobecnění

<p>Liminalita</p>	<ul style="list-style-type: none"> - žiju u syna v rodinném domku na vesnici - vdovec patnáct let - biologické a fyzické změny (pohybové problémy, hypertenze, problémy s prostatou) - s odchodem do důchodu se vypořádal bez problémů
<p>Stigma</p>	<ul style="list-style-type: none"> - pohybové omezení (endoprotéza kyčelního kloubu) - závislost na pomoci druhých (do budoucna uvažuje o ústavní péči) - ztráta soběstačnosti - odkázán na pomoc od syna a snachy - velké výdaje na lécích
<p>Jaká pozitiva respondentovi přináší penze?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - více času na své koníčky - cestování s manželkou
<p>Jaká negativa respondentovi přináší penze?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nízký ekonomický příjem
<p>Vnímá respondent penzi jako sociální událost?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ne - „<i>Odchod do důchodu mně připadal jak prodloužená dovolená</i>“
<p>Jak vnímá respondent postoj české populace k seniorům?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - „<i>Tato společnost má jinak nastavený žebříček hodnot. V naší společnosti chybí sounáležitost, pomoc a laskavost.</i>“

Plány do budoucna?	<ul style="list-style-type: none"> - Co já už můžu čekat od života? - „V těchto letech už můžu jenom plánovat pohřeb.“
--------------------	--

4.6 Narativní rozhovor č. 6

Dobrý den, děkuji Vám za Váš čas a i ochotu při sdělování Vašich informací. Tyto informace budou využity pro účely mé bakalářské práce. Vaše jméno a osobní údaje nebudou nikde zveřejněny. Než se pustíme do vyprávění, tak bych Vám chtěla říci, pokud Vám bude nějaké téma nepříjemné, tak o něm nemusíte mluvit.

Mohla byste o sobě říci pár slov?

Popis osoby respondenta

Helena, 85 let, bydlí ve městě

„Bydlím ve městě v rodinném domku se svojí vnučkou. O manžela a syna jsem přišla před deseti lety při autonehodě. Vyučila jsem se švadlenou, ale šití jsem se věnovala do narození mého syna a pak už ne. Se synem jsem byla doma do svých 45 let. Byla jsem ženou v domácnosti, ale pak jsem si uvědomila, že bych neměla žádný důchod, tak jsem nastoupila do mateřské školky jako uklízečka. Do důchodu jsem šla v šedesáti letech. Odchod byl pro mě dost náročný, protože jsme byli moc dobrá parta. Po smrti manžela jsem zůstala v rodinném domku sama. Vnučka se vdala a neměla s manželem kde bydlet, tak jsem jí nabídla, jestli by nebydleli se mnou.“

Jak Vám slouží zdraví?

„V mém věku už má každý nějaký zdravotní problémy. Pohybové problémy zatím nemám. Občas mě bolí záda a kolena, ale v tomhle věku je to normální. Kdyby člověk nic nebolelo, tak by si připadal, že je mrtvý. Před deseti lety jsem začala mít problémy s tlakem a štítnou žlázou. S tlakem chodím na kontroly ke svému lékaři. A se štítnou

žlázou jezdím na kontroly do Prahy na Vinohrady. V tomto věku je pro mě dost náročné jezdit do Prahy, ale myslím, že letos tam pojedu naposledy a kontroly si domluvím ve svém bydlišti. Jinak na svůj věk jsem dost pohyblivá a ještě jsem schopná pracovat na své zahrádce.“

Omezuje Vás, že bydlíte ve městě?

„Nebydlím v centru, a tak to mám dost daleko jak k lékaři, tak i na nákup. Ale zatím nemám problémy s chůzí, tak to zvládám. A pokud bych nemohla, tak se mohu spolehnout na vnučku nebo snachu. Obě jsou pojízdné.“

Co Vám důchod vzal, popřípadě dal?

„Každý, kdo chodí do práce, neustále něco nestihá a říká si, že až půjde do penze, tak si to všechno vynahradí. Ale když se začal odchod do penze blížit, tak jsem měla zvláštní pocit. Najednou jsem si připadala stará a zbytečná. Odchodem do penze jsem přišla o pracovní kolektiv a o moje malé dětičky. Ten dětský hlásek mně chyběl moc dlouho. Ze začátku jsem chodila na kafičko skoro každý týden, ale děvčata neměla tolik času vysedávat se mnou u kafe. A tak jsem se rozhodla, že se začnu více věnovat svým zálibám. A ke všemu mě vnučka oznámila radostnou událost, že čeká miminko. Tak jsem začala žít očekáváním mého pravnoučátka. A už jsem neměla tolik času, abych se zamýšlela sama nad sebou.“

Jaké záliby máte na mysli?

„U našeho domu máme velkou zahradu, na které je od jara do podzimu dost práce. Ale když jsem chodila do práce, tak jsem neměla tolik času, abych se mohla často věnovat kytičkám a mým oblíbeným skalničkám. Až v důchodu jsem začala studovat odbornou literaturu a chodila jsem na odborné přednášky, které u nás pořádá klub dam, jehož jsem členem. A najednou se čas našel a já jsem s mojí vnučkou začala budovat skalku. Bylo to dost náročné, ale vnučka s manželem mně pomohli. Už se těším na jaro, až to začne všechno nakvítat. Čím jsem starší, tím radši vysedám na lavičce a

kochám se naší krásnou skalkou. Také jsem začala plést oblečky na naše miminko, které se narodí už za dva měsíce. Jednou v měsíci se scházím s partou s mateřské školky u nás v restauraci. Zavzpomínáme na staré časy, probereme politiku, rodinu a naše nejmilejší pravnoučátka. Co nám může v našem věku dělat radost - už jenom naše pravnoučátka.“

Jaká je vaše ekonomická situace?

„Protože jsem dlouho nepracovala, odpovídá tomu výše mého důchodu. S manželem jsme našetřili nějaké peníze, ale v dnešní době je všechno dost finančně náročné. Jsem ráda, že se mnou bydlí vnučka, která mně přispívá na topení a energii. Kdybych měla vše platit sama, tak bych musela odejít buď do pečováku a nebo do domova důchodců a to bych zatím nechtěla.“

Jak pohlížíte na dnešní společnost?

„Dnešní společnost je úplně jiná, než za mého mládí. Lidé nemají čas se zastavit a užívat si, jak je na světě krásně. Já ve svém věku už můžu jenom hodnotit a kritizovat. Je škoda, že tato společnost vnímá nás starší spíš na obtíž, než aby nás brala jako zkušené lidi, kteří už něco zažili a od kterých se může něco naučit. I když na druhé straně s mojí vnučkou mám moc dobrý vztah a dokážeme se vždy domluvit. Takže ne všichni jsou stejní.“

Jak byste celkově zhodnotila Vaši nynější situaci a co ještě čekáte od života?

„V tomhle věku se už moc plánovat nedá. Člověk musí být rád za každý den, kdy je tady a hlavně si ten zbytek života nekomplikovat a těšit se z maličkostí. Zatím jsem schopná se o sebe postarat. Velké nákupy mně zajistí vnučka a snacha. Obědy mám zajištěné od pečovatelské služby. Loni v létě jsem si podala žádost do pečovatelského domu, ale zatím se mně tam nechce. Pokud budu v pohodě jako teď, tak bych radši zůstala v baráčku. Momentálně se nejvíce těším, až se narodí miminko. Chtěla bych být aspoň trochu vnučce nápomocná. Jinak bych si ještě ráda užila naší zahrady a skalky, na kterou jsem moc pyšná.“

Tabulka 6 - Shrnutí důležitých informací – Rozhovor 6 - zobecnění

Liminalita	<ul style="list-style-type: none"> - žije s vnučkou v rodinném domku ve městě - vdova deset let - zdravotní problémy - odchod do penze doprovázen zvláštním pocitem
Stigma	<ul style="list-style-type: none"> - připadá si stará a zbytečná - závislost na pomoci (DPS, Domov důchodců) - ztráta soběstačnosti - odkázána na pomoc blízkých osob (vnučky a snachy)
Jaká pozitiva respondentce přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - ruční práce (pletení) - více času na své koníčky (zahrada, skalka) - Klub dam - přednášky, posezení
Jaká negativa respondentce přináší penze?	<ul style="list-style-type: none"> - nízký ekonomický příjem - přetřhané vazby s kolektivem
Vnímá respondentka penzi jako sociální událost?	Ano - odchod do důchodu jí připadal jako velký přelom v životě
Jak vnímá respondentka postoj české populace k seniorům?	<i>„Tato společnost vnímá nás starší spíš na obtíž, než aby nás brala jako zkušené lidi, kteří už něco zažili a od kterých se může něco naučit.“</i>
Plány do budoucna?	<ul style="list-style-type: none"> - užívat si dlouho zahrady a skalky - očekávané narození pravnoučátka

5. Diskuze

Česká společnost, ale i celá Evropa stárne. V České republice je v současné době jedna pětina populace starší 60 roků a v roce 2030 to bude celá jedna třetina populace. Z tohoto důvodu hrozí socioekonomický a generační kolaps celé společnosti. Seniorskou problematiku nelze redukovat pouze na otázku důchodů či ústavů (tak jak se u nás zatím zcela chybně děje). Patří sem zejména postavení seniorů ve společnosti, uznání jejich přínosu, otázky výchovy a vzdělávání, mediální prezentace seniorské problematiky, přizpůsobení služeb také potřebám seniorů, otázky seniorské módy, dopravy, prostředí... Společnost považuje stáří za etapu, která nic nepřináší. Z různých zpráv médií i z různých výroků (například politiků) by se mohlo zdát, že stáří přináší jen negativní věci: přicházejí zdravotní obtíže, ztráty blízkých, smyslové poruchy, člověk je pomalejší, ekonomicky závislý. O stáří se začalo v poslední době trochu více hovořit, ale nikoliv o stáří jako takovém, ale v souvislosti s důchodovou reformou hlavně o důchodech a důchodcích. Člověk a společnost by se měli více zabývat přípravou na stáří. Vždyť tato etapa našeho života je vyvrcholením všech našich zkušeností, zážitků, našeho úsilí a veškeré činnosti pro sebe i pro společnost. A právě v současné době, kdy je ekonomika založena na tržním mechanismu, je nezbytné zabývat se otázkou stáří a kvalitního prožití závěrečného období života každého člověka. Být starý totiž jistě není jednoduché. Nejen, že ve stáří člověku ubývá sil, člověk slábne, ale vedle tohoto ztrácí i své postavení v zaměstnání a někdy i ve svém nejbližším okolí, kterým je nejčastěji rodina. Starý člověk postupně ztrácí kontrolu nad svým životem a je potřeba vytvořit takové podmínky, aby neztratil to nejdůležitější, svoji důstojnost. Sociální postavení a životní úroveň každé lidské bytosti, tj. také seniorů, je determinováno majetkovými poměry, příjmy, zdravotním stavem, rodinnými vztahy, sociálními kontakty a v neposlední řadě též charakterem sociálního a zdravotního systému státu.

Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit, jestli vnímají senioři pensionování jako sociální událost ve smyslu změny sociálního postavení. Jak uvádí Vágnerová odchodem do důchodu dochází ke ztrátě profesní role a s tím i společenské prestiže (31). Navíc má

nová role pro seniory horší sociální status a omezenou účast na dění ve společnosti. Křivohlavý popisuje odchod do důchodu jako radikální změnu života, kdy do určité míry něco končí a něco nového začíná (15). Z výzkumné části mé práce je zřejmé, že pouze jeden respondent nevnímal odchod do penze jako sociální událost. Tento respondent měl pocit životní pohody a spokojenosti s vlastním životem a s odchodem do důchodu neváhal a těšil se na něj. Respondent odchod do důchodu popisoval jako „*prodlouženou dovolenou*.“ Dalších pět respondentů odchod do důchodu vnímalo jako změnu identity - ztrátu profesní role, nízkou prestiž ve společnosti a hledání nového životního naplnění. Vágnerová popisuje, že člověk v důchodu symbolicky odchází ze společnosti do svého soukromí, v krajním případě až do izolace (31). Zůstávají mu jen soukromé role, pro širší společnost se stává anonymním důchodcem, jehož minulé profesní uplatnění ztratilo oficiální význam. Snyder uvádí, že starší lidé mohou čelit sociální izolaci (25). Někteří mají pocit, že mají málo nebo žádnou sociální podporu, někteří nemají kontakt se svou rodinou, zatímco jiní mohou být fyzicky schopni komunikovat. Profesní role je důležitou součástí identity dospělého života a její ztráta i očekávání je akceptováno jako normální a legitimní a to se nutně projeví změnou hodnocení. Odchod do důchodu bývá spojován s poklesem sebeúcty a senioři se cítí být nevýznamní, neproduktivní a méně užiteční. Profesní role je důležitou složkou identity člověka a člověk musí hledat osobní rovnováhu a smysl zbývajících života v jiných oblastech.

Téma, kterému jsem se věnovala v teoretické oblasti, ale chtěla bych se mu věnovat i v této části, je **proces vyrovnání se s odchodem do důchodu**. Jak uvádí Vágnerová, proces přípravy a adaptace na důchod ovlivňují různé faktory. Například zda byl odchod ve standardním období, zda byl dobrovolný nebo z vůle zaměstnavatele anebo ze zdravotních důvodů. Jsou jedinci, kteří se těší na klid, na možnosti věnovat se různým aktivitám a hlavně jsou rádi, že se zbaví pracovních povinností (30). Někteří jedinci však s odchodem do důchodu ztrácí sociální pozici, pocit přínosu pro společnost, mnohé kontakty, pocit pozitivní seberealizace a sebeúcty. Podle Vágnerové někteří senioři nejsou k odchodu do důchodu motivováni a snaží se udržet v zaměstnání co nejdéle nebo alespoň získat jiné pracovní místo (např. na část úvazku, v méně

významném postavení) (31). Bočková uvádí, že odchod do důchodu znamená i značný společenský handicap (1). Člověk opouští určité společenské postavení, snižují se jeho možnosti „*být užitečný*“. Projevuje se určitá tendence vylučovat seniory ze společenského života a v podstatě od nich již nic neočekávat. Na staré lidi se pohlíží jako na slabé, neužitečné a závislé. Odchod do důchodu je v mnoha případech traumatizující záležitostí, která bývá vyjadřována v literatuře termínem „**penzijní kolaps**“.

V souvislosti se zaměřením na otázku, **jak senioři vnímají pozitiva**, poukazuje Křivohlavý na situace, kdy máme zprvu času hodně, takže si až nevíme rady, co vlastně máme dělat. Dochází ke zvolnění životního tempa a celkovému uvolnění a důsledkem toho si můžeme svobodně žít a užívat důchodového věku. Dochází k změně životního stylu (15). To potvrzuje i skutečnost, že všichni respondenti z mého výzkumu se začali po odchodu do důchodu více věnovat svým volnočasovým aktivitám. Bočková říká, že volnočasové aktivity mohou u starších lidí výrazně napomoci v prevenci sociálního vyloučení a pocitů samoty (1). Ale nejvíce času chtěli respondenti věnovat rodinám, zejména vnukům a pravnukům, protože v tomto období se zvyšuje význam širší rodiny. Vágnerová poukazuje na to, že kontakt s potomky uspokojuje různé psychické potřeby starých lidí. Mezi tyto potřeby můžeme zařadit potřebu vazby na život mladších generací, potřebu vést svoje dospělé děti a vnuky bez ohledu na jejich věk, potřebu citové jistoty ve vztahu s vnuky a dětmi, potřebu podnětů a zážitků od dětí a vnuků (31). Mezi další pozitiva můžeme zařadit spokojenost v manželském soužití. Manželský vztah se stává významnějším sociálním zázemím, protože je zdrojem jistoty a bezpečí. Manželský partner je blízkým a stabilním společníkem, od něhož můžeme čekat podporu, porozumění a pomoc. Naopak senioři, kteří přišli o své partnery, jsou v pozici osamělých a sociálně izolovaných jedinců. Ztráta partnera je velkou zátěží pro seniora, jak po stránce citové a psychické, tak i ekonomické. Zhoršení ekonomické situace je zřetelné hlavně u žen, protože mají obvykle nižší důchody. Důsledkem ovdovění je zvýšený pocit ohrožení, prázdnoty, osamělosti a dochází ke ztrátě smyslu života. Ovdovělí senioři ztrácí motivaci, protože nemají pro koho žít. Ovdovění vede k opuštěnosti a zvýšení pocitu osobní bezvýznamnosti, jak popisuje Vágnerová (30).

Pouze dva respondenti, kteří se účastnili mého výzkumu, žijí se svými manželi. Čtyři respondenti jsou vdovy či vdovci.

Mezi **negativa pensionování** u oslovených respondentů patří nižší ekonomický příjem, ztráta kontaktů. Pokud člověk celý život pracoval, měl určitý příjem a ten byl hlavním zdrojem životní úrovně. Odchod do důchodu tedy znamená snížení úrovně, na kterou byli respondenti zvyklí. Špatenková poukazuje, že u seniorů dochází ke snížení materiálního standardu a stávají se závislími na sociálních příjmech (starobní důchod, sociální dávky) (27). Při výzkumu si všichni respondenti stěžovali na ekonomickou situaci. Senioři si většinou nemohou dopřávat to samé, jako když pracovali a zároveň musí počítat s výdaji, které jsou pro stáří typické. Jedná se například o náklady na léky, dietní potraviny, na chod domácnosti. Po odchodu do důchodu si lidé často stěžují také na ztrátu kontaktů se svými spolupracovníky. Vágnerová uvádí, že senioři se stýkají s mnohem menším počtem lidí než dříve a ztrácí pocit sounáležitosti s nějakou profesní skupinou (může jít i o vazbu na prostředí pracoviště). Z mého výzkumu vyplynulo, že čtyři respondenti si stěžují na ztrátu kontaktů s pracovním kolektivem. Často seniorům schází člověk, s nímž by sdíleli pracovní zkušenosti. Pokud je starý člověk pohybově omezen, bývá odkázán na informace od členů rodiny, sousedů a někteří senioři bývají odkázáni jen na informace z médií (31).

Prostřednictvím kvalitativního výzkumu jsem zjišťovala, jaké faktory ovlivňují stáří seniorů. Mezi tyto faktory bych zařadila zdravotní stav, osamělost, zbytečnost, závislost na druhých, ekonomickou závislost a ovdovění. Všichni respondenti mého výzkumu jsou už v takovém věku, že mají zdravotní problémy. Stárnutí přináší zhoršení tělesného i duševního stavu. Dochází ke změnám funkčním, morfologickým, které se týkají struktury tkání a orgánů. Úbytkem svalové hmoty dochází ke snížení síly a fyzického výkonu. Úbytek schopností bývá nejčastějším důvodem ke změně životního stylu. Senioři se dostávají do pozice závislých a nesoběstačných. A proto je čím dál více seniorů, kteří jsou nuceni změnit způsob života a dožít v ústavním zařízení. Staří lidé často také zůstávají osamělí a sociálně izolovaní, protože obvykle dožívají jako vdovy či vdovci. Pro všechny respondenty je velmi důležité, aby se mohli sami pohybovat a byli schopni se postarat o svoji osobu, aby si mohli osobně zařídit potřebné záležitosti,

aby byli ekonomicky nezávislí a integrování do rodiny a společnosti. Všech šest respondentů má obavy z konce života a také z umístění do ústavní péče.

Další důležitou oblastí, na kterou bych se chtěla zaměřit, je **vztah seniora a dnešní společnosti**. Haškovcová uvádí, že senioři jsou představováni nejen jako „*společenská přítěž*“ a „*překážka vývoje*“, ale také jako podivná skupina lidí, kteří se „*ztrácejí, toulají nebo jsou obětí loupeží*“ (7). Dnešní společnost nepocituje sounáležitost se starými lidmi, ale chápe je jako příslušníky podřadnější kategorie, s níž nemá nic společného. Podle Haškovcové stáří z tohoto pohledu nemá žádné hodnotné kompetence a v závislosti na tom ani přijatelný status. Senioři jsou chápáni jako přítěž společnosti, skupina, která moc žádá a nic nepřináší (7). Pět respondentů z mého výzkumu si stěžuje, že nejsou uctívány hodnoty starší generace a že společnost bere její příslušníky jako přítěž, která nic nepřináší a jenom bere. Jenom jedna respondentka říká: „*Já mladé generaci moc fandím a taky jim i trochu závidím, že mají možnosti, které my jsme neměli.*“ Všichni respondenti poukazují na to, že chybí úcta a tolerance ke stáří a že nejsou uctívány hodnoty, s nimiž bývá spojována starší generace, a že senior je brán jen jako přítěž dnešní společnosti.

Můj osobní názor na tuto problematiku je, že senioři vnímají pensionování jako sociální událost ve smyslu změny sociálního postavení a že život ve stáří není vůbec jednoduchý, protože přináší řadu situací, s nimiž se senior musí vypořádat. Každý člověk odchodem do penze uzavírá určitou část života a je důležité, jak je na tuto etapu připraven. Život odchodem do důchodu nekončí a každý by měl před odchodem do důchodu hledat jiná naplnění života, aby tuto etapu prožil ve spokojenosti a radosti. I když se starý člověk nachází v závěrečné etapě života, měl by neustále usilovat o to, aby svůj život prožil plnohodnotně. Jak říká Křivohlavý „**Žít lépe a kvalitněji i v letech, která našemu životu byla dána a přidána**“ (15).

6. Závěr

Všichni si budeme procházet obdobím stáří. Stáří je v dnešní společnosti chápáno jako období, kdy člověk pouze chátrá a v nejlepším případě si zachová část toho, co získal dříve. Zkušenosti a kompetence, které získal, ztrácejí svůj význam a takový člověk není pro společnost přínosný. Společnost od starých lidí většinou už nic pozitivního neočekává. Senioři se stávají méně významnou součástí majoritní společnosti a objevují se i tendence staré lidi izolovat, aby nepřekáželi a nezdržovali. Negativní postoj k seniorům mohou posilovat nevyjasněné obavy z vlastního stáří. Senioři mají nízký sociální status a jsou jim přisuzovány převážně negativní osobnostní vlastnosti a omezené kompetence. Stáří však přináší nové zkušenosti a je na každém jedinci, jak se s tím vyrovná. Stáří je typické změnou sociálních rolí. Mezi příčiny těchto změn patří například odchod do důchodu, ztráta partnera, ekonomická závislost, zhoršený zdravotní stav, nesoběstačnost. Radikální změnou v tomto období je odchod do důchodu. Odchodem do důchodu každý jedinec zakončuje dlouhou část života. Končí období aktivní účasti ve společnosti, v němž má každý jedinec institucionálně danou roli. Senioři jsou považováni za určitou sociální minoritu, která je ekonomicky závislá na společnosti a do dění ve společnosti by proto měla zasahovat pouze v omezené míře. Odchodem do důchodu senior zpravidla odchází ze společnosti do izolace. Pocity prázdnoty v životě spočívají v tom, že lidé si zvykli mít nějaký program a řídit se podle něj. Po odchodu do důchodu žádný závazný program není. A najednou si senioři musí vytvořit program sami. Někteří jedinci na tuto změnu nejsou připraveni a neví si rady, jak se mají se stářím vyrovnat. A proto je velmi důležitý proces přípravy a adaptace na důchod.

Z výsledků mé práce vyplývá, že proces přípravy a adaptace na důchod je velmi důležitý. Aby mohlo dojít k postupné změně stylu života, je nutná přechodná fáze mezi zaměstnáním a důchodem. Senioři se potřebují naučit se v nové situaci orientovat a vyrovnat se s ní. V tomto období se senioři obvykle zaměřují na rodinu, volnočasové aktivity a někteří si vrací ke vzdělávání. S odchodem do důchodu se seniorům zhoršuje i ekonomická situace. Nemohou si dovolit totéž, jako když pracovali a navíc stoupají

různé výdaje pro stáří typické. Životní úroveň seniorů má svůj sociální význam a vypovídá určitým způsobem o jejich statusu ve společnosti.

Dnešní společnost by měla brát seniory jako důležitou minoritu ve společnosti, která má zkušenosti a také určitou moudrost. Hlavním cílem dnešní společnosti by mělo být vytváření kladného vztahu mladší generace ke stáří, protože oni také zestárnou. Čeští senioři chtějí stárnout důstojně a pokud možno aktivně. Celá Evropa i Česká republika čelí důsledkům stárnutí populace, které se promítají do všech oblastí života společnosti. Rok 2012 byl vyhlášen **Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity** s důrazem na podporu vitality a důstojnosti všech osob. Vyhlášení uvedeného Evropského roku je proto považováno za užitečný krok v procesu vyrovnávání se s důsledky demografických změn v České republice (20).

Kvalitativním výzkumem byly splněny stanovené cíle. Výzkumné otázky a dílčí cíle byly zodpovězeny a proto nebylo nutné je v průběhu výzkumu měnit. Výzkumný vzorek tvořili senioři z regionu Tábořsko. Myslím že, problematika pohledu seniorů na pensionování jako sociální událost ve smyslu změny sociálního postavení byla zdokumentována ve smyslu vztahů bio-psycho-sociálních. Všichni respondenti mají můj velký obdiv při zvládání těžkých životních zkušeností, které musí řešit a někdy to pro ně není jednoduché.

Myslím si, že senioři vnímají negativně sociální postavení ve společnosti z důvodu pensionování. Ukazuje to na fakt, že senioři chtějí být důležití pro společnost. Senioři se domnívají, že je společnost vnímá jako přítěž, která je ekonomicky závislá a zbytečná. Vyspělost společnosti se však pozná právě podle toho, jaký způsob stárnutí svým seniorům umožní.

7. Seznam použitých zdrojů

- 1) BOČKOVÁ, Lenka, HASTRMANOVÁ, Šárka, HAVRDOVÁ, Egle. *50 + Aktivně: Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. 1. Vydání. Praha: Respekt institut, 2011, 95 s. ISBN 978-80-904153-2-4.
- 2) BOHÁČEK, Radim. *Průzkum zdraví, stárnutí a odchodu do důchodu v Evropě. Sociální služby: odborný časopis*. 1. vydání. Tábor: RUDI, 2011, roč. 13, č. 4. [32-33] ISSN 1803-7348. 10.
- 3) DIAKONIE ČCE, *Otevřeno seniorům* [ONLINE]. 2012 [cit. 2012-03-07]. Dostupné z: < <http://www.otevrenoseniorum.cz/> >
- 4) DIENSTBIER, Zdeněk. *Průvodce stárnutím aneb jak ho oddálit*. 1. vydání. Praha: Radix, 2012. 185 s. ISBN 978-80-86013-88-0.
- 5) GLOSOVÁ, Dagmar a kol. *Bydlení pro seniory*. 1. vydání. Brno: ERA, 2006. 179 s. ISBN 80-7366-057-1.
- 6) HANZLÍKOVÁ, Alžběta a kol. *Komunitní ošetřovatelství*. 1. vydání. Martin: Osveta, 2007. 271 s. ISBN 978-80-8063-257-1.
- 7) HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2. přeprac. vydání. Praha: Havlíček Brain team, 2010. 365 s. ISBN 9788087109199.
- 8) HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. 2. vydání. Praha: Portál, 2008. 408 s. ISBN 978-80-7367-485-4.
- 9) HUBINKOVÁ, Zuzana a kol. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*. 3. vydání. Praha: Grada Publishing, 2008. 280 s. ISBN 978-80-247-1593-3.

- 10) KALVACH, Zdeněk, ZADÁK, Zdeněk, JIRÁK, Roman, ZAVÁZALOVÁ, Helena, HOLMEROVÁ, Iva, WEBER, Pavel, a kol. *Geriatrické syndromy a geriatrický pacient*. 1. vydání. Praha: Grada publishing, 2008. 336 s. ISBN 978-80-247-2490-4.
- 11) KELLER, Jan. *Úvod do sociologie*. 5. vydání. Praha: Sociologické nakladatelství, 2006. 396 s. ISBN 80-86429-50-4.
- 12) KELNEROVÁ, Jarmila, MATĚJKOVÁ, Eva. *Psychologie pro studenty zdravotnických oborů, 1. Díl 1*. Vydání. Praha: Grada Publishing, 2010. 184 s. ISBN 978-80-247-3270-1.
- 13) KOLDINSKÁ, Kristina. *Sociální právo*. 1. vydání. Praha: C. H. BECK, 2007. 176 s. ISBN 978-80-7179-620-6.
- 14) KREBS, Vojtěch a kol. *Sociální politika*. 5. přeprac. vydání. Praha: Wolters Kluwer ČR, 2010. 544 s. ISBN 978-80-7357-584-4.
- 15) KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: Možnosti, které čekají*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. 144 s. ISBN 978-80-247-3604-4.
- 16) LANGOVÁ, Tereza. *Narativní perspektiva: metodologická východiska narativního přístupu* [online]. 2008 [cit. 2012-04-11]. Dostupné z: <http://narativniperspektiva.blogspot.com/2008/04/metodologick-vchodiska-narativnho_11.html>.
- 17) MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. 328 s. ISBN 978-80-247-3148-3.

- 18) Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky: Příprava na stárnutí. *Národní program přípravy na stárnutí na období let 2003 až 2007* [ONLINE]. [cit. 2012-03-13]. Dostupné z: <<http://www.mpsv.cz/cs/2869>>.
- 19) Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky: Příprava na stárnutí. *Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 (Kvalita života ve stáří)* [ONLINE]. [cit. 2012-03-15]. Dostupné z: <<http://www.mpsv.cz/cs/5045>>.
- 20) Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky: Příprava na stárnutí. *Evropský rok aktivního stárnutí mezigenerační solidarity (2012) v České republice* [ONLINE]. [cit. 2012-03-26]. Dostupné z: <<http://www.mpsv.cz/cs/11696>>.
- 21) Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky: Příprava na stárnutí. *Příprava na stárnutí v České republice* [ONLINE]. [cit. 2012-02-01]. Dostupné z: <<http://www.mpsv.cz/cs/2856>>.
- 22) MUHLPACHER, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2004. 203 s. ISBN 80-210-3345-2.
- 23) ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2. vydání. Praha: Portál, 2004. 390 s. ISBN 80-736-124-7.
- 24) SCHIRRMACHER, Frank. *Das methusalem-komplement*. 1. aufl. München: Karl Blessing Verlag, 2004. 220 mit. ISBN 10-389-667-2258.
- 25) SNYDER C. R. LOPEZ, Shanes. (2002). *Handbook of positive psychology*. Issue.1. New York: Oxford University Press, 2002. 495 p. ISBN 978-1-55798-988-8.

- 26) SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: Kapitoly z gerontosociologie*. 1. vydání. Praha: SLON, 2007. 284 s. ISBN 978-80-86429-62-5.
- 27) ŠPATENKOVÁ, Naděžda a kol. *Krize: Psychologický a sociologický problém*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2004. 129 s. ISBN 80-247-0888-4.
- 28) Šťastní senioři. Úvodní strana: o nás [ONLINE].[cit. 2012-02-17]. Dostupné z: <http://www.stastniseniori.cz/o-nas.html>.
- 29) ŠTILER, Miroslav. *Program aktivního života pro seniory*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 136 s. ISBN 80-7178-920-8.
- 30) VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie 2: Dospělost a stáří*. 1. vydání. Praha: Univerzita Karlova, 2007. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.
- 31) VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří*. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0.
- 32) VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Ageismus, seriál o věkové diskriminaci v ČR, Sociální služby: odborný časopis*. 1. vydání. Tábor: RUDI, 2011, roč. 13, č. 4. [22-23] ISSN 1803-7348-10.
- 33) VIGUÉ, Jordi a kol. *Zdraví pro třetí věk*. 1. vydání. Čestlice: REBO, 2006. 276 s. ISBN 80-7234-536-2.
- 34) VODÁČKOVÁ, Daniela a kol. *Krizová intervence*. 1. vydání. Praha: Portál, 2002. 543 s. ISBN 80-7178-696-9.
- 35) VURM, Vladimír. *Problematika vztahů společnosti k seniorům*. Havlík, Josef. *Problematika generace 50 plus*. 1. vydání. České Budějovice: Vlastimil Johanus, 2010. 135 s. ISBN 978-80-7394-1.

8. Klíčová slova

Stárnutí

Periodizace stáří

Senior

Odchod do důchodu

Penzionování

Negativa a pozitiva penze

Volnočasové aktivity

9. Přílohy

Příloha 1: Evropský rok aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity (2012) v České republice



Rok 2012 je vyhlášen **Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity** (dále jen „EY 2012“), s důrazem na podporu vitality a důstojnosti všech osob.

Celkovým cílem EY 2012 je usnadnit vytvoření kultury aktivního stárnutí založené na společnosti vstřícné pro všechny věkové skupiny.

Mezi konkrétní cíle EY 2012 patří:

- a. zvýšit obecné povědomí o významu aktivního stárnutí a jeho různých aspektů a zajistit, aby mu bylo přiznáno významné postavení v politické agendě subjektů zúčastněných na všech úrovních, s cílem vyzdvihnout cenný přínos starších lidí pro společnost a hospodářství a více jej uznávat, podporovat aktivní stárnutí, solidaritu mezi generacemi a vitalitu a důstojnost všech lidí, více se snažit o mobilizaci potenciálu starších lidí bez ohledu na jejich původ a umožnit jim vést nezávislý život;
- b. podněcovat diskuzi, předávat si informace a rozvíjet vzájemnou výměnu zkušeností mezi jednotlivými členskými státy, jakož i zúčastněnými subjekty na všech úrovních s cílem podporovat politiku aktivního stárnutí, určit a šířit osvědčené postupy a podporovat spolupráci a součinnost v dané oblasti;
- c. nabídnout rámec pro závazky a konkrétní opatření, které umožní Unii, členským státům a zainteresovaným subjektům na všech úrovních, při výrazném zapojení občanské společnosti, sociálních partnerů a podniků a se zvláštním důrazem na podporu informačních strategií, aby prostřednictvím konkrétních činností vypracovaly inovativní řešení, politiky a dlouhodobé strategie, včetně komplexních strategií řízení zohledňujících věkovou strukturu v oblasti zaměstnanosti a práce, a sledovaly konkrétní cíle týkající se aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity;
- d. podporovat činnosti, které pomohou bojovat proti diskriminaci na základě věku, překonávat stereotypy související s věkem a odstranit bariéry, zejména pokud jde o zaměstnatelnost starších osob.

K dosažení cílů stanovených výše bude zapotřebí realizovat zejména následující činnosti či aktivity:

- a. konference, akce a iniciativy, s aktivním zapojením všech příslušných zúčastněných subjektů, s cílem podpořit diskuzi, zvyšovat povědomí a podněcovat závazky ke konkrétním cílům přispívajícím k udržitelným a trvalým dopadům;
- b. informační, propagační a vzdělávací kampaně využívající multimédia;
- c. výměnu informací, zkušeností a osvědčených postupů, a to mimo jiné prostřednictvím otevřené metody koordinace a sítě zúčastněných subjektů usilujících o dosažení cílů evropského roku;
- d. výzkum a šetření na úrovni Unie, celostátní nebo regionální úrovni a šíření výsledků s důrazem na hospodářský a sociální dopad podpory aktivního stárnutí a s ním spojených politik.

Více informací o Evropském roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012 naleznete na adrese: <http://active-ageing-2012.eu>.

Stejně jako jiné země i Česká republika čelí důsledkům stárnutí populace, které se promítají do všech oblastí života společnosti. Vyhlášení uvedeného Evropského roku je proto považováno za užitečný krok v procesu vyrovnávání se s důsledky demografických změn v České republice. Koordinací Evropského roku 2012 bylo v České republice pověřeno Ministerstvo práce a sociálních věcí. V případě Vašich dotazů se obraťte na Mgr. Lenku Bočkovou – email: lenka.bockova@mpsv.cz, tel.: 221 922 688.

Partnerem Evropského roku 2012 je Český rozhlas 2



Příloha 2: Příprava na stárnutí

Příprava na stárnutí v České republice

Sociální rozvoj, lepší životní a pracovní podmínky, pokroky v medicíně a prosazování sociálních práv vedou k tomu, že méně lidí dnes umírá předčasně v dětství nebo během pracovního života. Získané roky života jsou hodnotou samy o sobě. Více lidí má možnost prožít delší život než v minulosti a starší lidé tak tvoří významnější část populace než kdykoliv v minulosti. Stáří se stává přímou zkušeností většího počtu lidí. Současně máme méně dětí než v minulosti.

Stárnutí populace je nejcharakterističtější rysem demografického vývoje České republiky i dalších rozvinutých zemí Evropy. Tento demografický vývoj bude v dalších letech pokračovat. Přispěje k němu zestárnutí populačně silných poválečných ročníků a v dalším období zejména prodlužující se pravděpodobná doba dožití. Demograficky řečeno bude česká populace stárnout shora věkové pyramidy.

Podle střední varianty projekce demografického vývoje zpracované Českým statistickým úřadem by měli lidé starší 65 let v roce 2030 tvořit 22,8 % populace, v roce 2050 pak 31,3 %, což představuje přibližně 3 miliony osob. V roce 2007 tvořily osoby starší 65 let 14,6% obyvatel České republiky. Relativně nejrychleji se přitom bude zvyšovat počet osob nejstarších. Podle demografické prognózy zpracované Českým statistickým úřadem bude v roce 2050 žít v České republice přibližně půl milionu občanů ve věku 85 a více let (ve srovnání s 124.937 v roce 2007). Naděje dožití při narození bude v roce 2050 činit 78,9 let pro muže a 84,5 pro ženy¹⁾ (oproti 73,7 let pro muže a 79,9 let pro ženy v roce 2007). Úhrnná plodnost po značném poklesu v devadesátých letech 20. stol. pomalu stoupá. Demografické prognózy předpovídají další růst plodnosti, která v České republice v současnosti patří k nejnižším na světě. V roce 2007 úhrnná plodnost činila 1,44. Za úroveň plodnosti nezbytnou k přirozené obnově populace se přitom považuje plodnost 2,1. Mezi demografickými ukazateli však existují významné regionální a místní rozdíly odrážející různé faktory.

Přibývající počet starších lidí představuje v důsledku zvyšujícího se vzdělání a zlepšujícího se zdraví populace potenciál pro sociální a ekonomický rozvoj. Politika přípravy na stárnutí by měla reagovat na dvě základní výzvy: integrovat starší osoby do ekonomického a sociálního rozvoje a vytvořit věkově inkluzivní společnost. Důležité je přizpůsobit politiku zaměstnanosti, důchodovou politiku a další politiky a služby probíhajícím sociálním a demografickým změnám.

Mezi hlavní principy politiky přípravy na stárnutí z pohledu Ministerstva práce a sociálních věcí patří důraz na lidská práva, respektování genderového aspektu problematiky stárnutí, celoživotní přístup ke stárnutí a zdraví, důraz na rodinu a mezigenerační vztahy, tvorba opatření na výzkumem podložených poznatcích a relevantních statistických datech, zvláštní pozornost věnovaná menšinám (seniorům zdravotně postiženým, trpícím demencí, duševně nemocným, seniorům z etnických menšin atd.), respektování rozdílů mezi venkovem a městem.

Podmínky ve stáří nelze oddělit od předcházejících životních etap. Zdraví ve stáří je ve značné míře podmíněno životními podmínkami v dětství a sociální situací matek a rodin. Je proto důležité zaměřit se na situaci lidí, kteří jsou během života různým způsobem sociálně znevýhodněni. Podpora mezigenerační solidarity a soudržnosti by měla být součástí všech opatření přijímaných v reakci na stárnutí populace.

Vláda usnesením ze dne 9. ledna 2008 č. 8 přijala [Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012](#) (dále jen „Program“), strategický dokument, který stanovil cíle a opatření, která je třeba přijmout v konkrétních oblastech v kontextu demografického stárnutí a sociálních změn. Cílem je zajistit, aby dílčí politiky adekvátně reagovaly na tyto změny a na potřeby a problémy starších lidí. Program vychází z předpokladu, že ke zvýšení kvality života ve stáří a k úspěšnému řešení výzev spojených s demografickým stárnutím je nezbytné zaměřit se na následující prioritní témata: aktivní stárnutí, prostředí a komunita vstřícná ke stáří, zlepšení zdraví a zdravotní péče ve stáří, podpora rodiny a pečovatelů, podpora participace na životě společnosti a ochrana lidských práv. Program navazuje na [Národní program přípravy na](#)

stárnutí na období let 2003 až 2007 a dokumenty a doporučení OSN a dalších mezinárodních organizací, zejména na Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí (OSN, Madrid 2002) a Zásady OSN pro starší osoby (1991).

V březnu 2006 vláda České republiky a v návaznosti na první zprávu o plnění Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2003 až 2007 zřídila Radu vlády pro seniory a stárnutí populace jako svůj poradní a iniciativní orgán.

Prioritami Rady vlády pro seniory a stárnutí populace z pohledu Ministerstva práce a sociálních věcí jsou podpora podnikání všech osob, podpora tvorby strategií zaměstnavatelů vůči starším zaměstnancům a zvýšení jejich zaměstnanosti, podpora rodiny, zlepšování funkčního zdraví seniorů, zabránění diskriminaci na základě věku, ochrana seniorů v rizikových situacích (ochrana proti zneužívání a násilí), zvyšování povědomí lidí o stárnutí a stáří (vytvoření vhodných informačních a komunikačních nástrojů k tomuto účelu) a rozvoj spolupráce mezi státní správou, regionální a místní samosprávou, neziskovými organizacemi a sociálními partnery.

Jedna z nejzásadnějších otázek při přípravě společnosti na stárnutí a vytváření věkově inkluzivní společnosti je zabránění diskriminaci na základě věku a ageistickým stereotypům ve společnosti. Jednou z výzev je proto poukázat na potenciál, přínos a roli starších lidí v rodině, ekonomice a celé společnosti a dále je rozvíjet a podporovat.

Příloha 3: Šťastní senioři.cz



Vážené seniorky a senioři,

každý člověk chce prožít šťastný a spokojený život. Taky senioři touží prožívat krásný a naplněný podzim života, neboť mládí a stáří tvoří rub a líc jedné mince, jednoho lidského života. Seniorský věk je životní období, ve kterém již lidé nemusí pracovat a starat se o zajištění obživy své rodiny. Mohou však předávat své bohaté životní zkušenosti mladší generaci a podílet se na výchově vnoučat. Měli by si však každopádně zachovat veselou mysl. Ne nadarmo se tvrdí, že veselá mysl je půl zdraví. S veselou myslí se totiž mnohem lépe snášejí nejrůznější zdravotní neduhy, které sebou seniorský věk přináší.

Senioři by se měli věnovat svým zálibám, mohou studovat na univerzitách třetího věku, fotografovat, malovat, nebo jezdit na výlety třeba ve všední den, prostě vykonávat činnosti, které jim přinášejí radost. A právě pro radost seniorů byl založen tento internetový časopis. Časopis vede Petr Gola a v redakci působí taky Jiří Glet, oba zkušené publicisté, autoři několika knih. Najdete zde populárně – naučné články, zábavné články, zajímavé turistické cíle, a v neposlední řadě taky informace o pobytech

pro seniory a dalších službách pro seniory. Byli bychom rádi, kdyby se tento časopis stal nejenom oblíbeným časopisem pro seniory, ale taky zajímavým časopisem pro celou rodinu.

Vaše redakce

email: stastniseniori@centrum.cz