

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Diplomová práce

VÝZNAM MODERNÍCH INFORMAČNÍCH KOMUNIKAČNÍCH TECHNOLOGIÍ

V ŽIVOTĚ AKTIVNÍCH SENIORŮ

Vedoucí práce: PhDr. Otakar Jíra

Autor práce: Bc. Iva Sedláková

Studijní obor: Vychovatelství – pedagogika volného času

Ročník: III.

2013

Prohlašuji, že svoji diplomovou 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 diplomové práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích 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

.....

Poděkování

Děkuji vedoucímu diplomové práce PhDr. Otakarovi Jírovi za ochotu, připomínky, cenné rady, lidský přístup a vstřícnou podporu ve vedení teoretické i praktické části práce.

Obsah

| | |
|--|-----------|
| ÚVOD | 6 |
| 1 VYMEZENÍ POJMU STÁŘÍ..... | 8 |
| 1.1 DEFINICE STÁŘÍ | 9 |
| 1.2 ETAPY STÁŘÍ | 10 |
| 1.3 STÁŘÍ JAKO STATUS | 11 |
| 1.4 POPULAČNÍ STÁRNUTÍ..... | 11 |
| 2 BIO-PSYCHO-SOCIÁLNÍ ASPEKTY STÁŘÍ..... | 14 |
| 2.1 STÁRNUTÍ ŽEN..... | 14 |
| 2.2 STÁRNUTÍ MUŽŮ | 14 |
| 2.3 BIOLOGIE STÁRNUTÍ | 15 |
| 2.4 PSYCHOLOGIE STÁRNUTÍ..... | 16 |
| 2.4.1 <i>Změny ve vnímání</i> | 17 |
| 2.4.2 <i>Paměťové kompetence a učení</i> | 17 |
| 2.4.3 <i>Intelektové funkce</i> | 18 |
| 2.4.4 <i>Citové prožívání</i> | 19 |
| 2.5 KONSTRUKT SOCIÁLNÍHO STÁŘÍ..... | 20 |
| 2.6 VĚK A MOUDROST | 22 |
| 2.7 ÚSPĚŠNÉ STÁRNUTÍ..... | 23 |
| 3 INFORMAČNÍ KOMUNIKAČNÍ TECHNOLOGIE..... | 27 |
| 3.1 INFORMACE, INFORMAČNÍ SPOLEČNOST | 27 |
| 3.2 VÝZNAM INFORMAČNÍCH KOMUNIKAČNÍCH TECHNOLOGIÍ..... | 28 |
| 3.3 SENIOR V INFORMAČNÍ SPOLEČNOSTI..... | 30 |
| 3.4 VÝZNAM ICT PRO SENIORY | 31 |
| 3.5 INFORMAČNÍ A POČÍTAČOVÁ GRAMOTNOST | 32 |
| 3.5.1 <i>ICT prostředky nejvíce využívané seniory</i> | 34 |
| 3.5.2 <i>Trendy v oblasti technologií pro seniory</i> | 38 |
| 4 ANDRAGOGIKA A GERONTOPELAGOGIKA | 40 |
| 4.1 RODINA A MEZIGENERAČNÍ UČENÍ | 43 |
| 5 VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH | 47 |
| 5.1 VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH JAKO ETAPA CELOŽIVOTNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ | 47 |
| 5.2 VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH JAKO SOUČÁST VZDĚLÁVACÍ SOUSTAVY..... | 48 |
| 5.3 VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH JAKO VZDĚLÁVACÍ PROCES | 49 |
| 5.4 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ..... | 50 |

| | | |
|----------|---|------------|
| 5.4.1 | <i>Funkce vzdělávání v postproduktivním věku</i> | 51 |
| 5.4.2 | <i>Význam vzdělávání v postproduktivním věku a aktivní senior</i> | 53 |
| 5.4.3 | <i>Vzdělávací programy v oblasti ICT orientované na seniory</i> | 53 |
| 5.4.3.1 | Akademie třetího věku | 54 |
| 5.4.3.2 | Kurzy pořádané neziskovými organizacemi a nadacemi | 54 |
| 5.4.3.3 | Univerzita třetího věku | 55 |
| 6 | EMPIRICKÁ ČÁST | 61 |
| 6.1 | CÍLE VÝZKUMU | 61 |
| 6.2 | STANOVENÍ HYPOTÉZ..... | 61 |
| 6.3 | METODIKA VÝZKUMU | 62 |
| 6.4 | VÝZKUMNÝ VZOREK..... | 62 |
| 6.5 | METODIKA SBĚRU DAT | 63 |
| 6.6 | VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKU..... | 64 |
| 6.7 | VYHODNOCENÍ HYPOTÉZ | 82 |
| 7 | DISKUSE | 85 |
| | ZÁVĚR | 86 |
| | SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ | 87 |
| | SEZNAM ZKRATEK | 91 |
| | SEZNAM PŘÍLOH | 92 |
| | ABSTRAKT | 102 |
| | ABSTRACT | 103 |

Úvod

Společenské změny mají vliv na postoje jednotlivých generací. Přetvářejí a mění životní, sociální podmínky, možnosti či styly. Pro některé generace znamenají vývojové trendy výzvu, ale způsobují i zásadní sociální převrat. Tím může být např. změna nebo ztráta zaměstnání, známého společenského prostředí, jiný standard bydlení, přestěhování. Současné společenské změny mají často dopad na, deficit v oblasti ekonomických, právních a sociálních jistot všech generací.

Ve své diplomové práci se zabývám společenským fenoménem velice rychlých změn ve vývoji informačních komunikačních technologií. Nároky jsou kladeny na všechny věkové kategorie, ale vzhledem k věku a ekonomickým možnostem nejhůře přijímá seznamování s novými technologickými prostředky stárnoucí populace. Součástí této oblasti je proto i celoživotní vzdělávání, které je nedílnou součástí udržení kroku s vývojovými změnami a schopností přizpůsobit se současnému stavu. Trávení volného času seniory po splnění svých celoživotních pracovních povinností se týká i této problematiky.

Cílem práce je posoudit význam informačních komunikačních technologií (dále jen ICT) pro skupinu aktivních seniorů, zjistit jaké informační prostředky používají, v jaké míře a jaký vliv má používání ICT na kvalitu jejich života a zda je možné je využít jako komunikační prostředek. Senioři se v běžném životě s informačními a komunikačními technologiemi mohou setkat kdekoliv, ať už např. při obsluze mobilního telefonu, při placení v obchodech, zakoupení jízdenky hromadné dopravy, v informačních centrech, na úřadech atd. Součástí práce je výzkumné šetření, na jehož základě ze souboru sebraných dat analyzuji a zhodnotím význam ICT pro seniory, s cílem identifikovat klíčové ICT kompetence.

V této práci jsem se zaměřila na seniory, tj. osoby, které umí ovládat počítač nebo se s médiem seznamují, používají internet a jiné ICT. U této specificky se rozvíjející skupiny seniorů mne zajímají hlavně faktory, které ovlivňují jejich rozhodnutí, motivy, které je vedly k překonání digitální propasti a jaký význam mají ICT pro jejich aktivní život. Zajímat mne bude používání například osobního počítače či mobilního telefonu. Všechna důležitá média mají společného jmenovatele a tím je možnost propojení na internet.

Teoretická část práce se věnuje oblastem, které nelze opomenout z důvodu rozšíření znalostí a přiblížení problematiky. První a druhá kapitola řeší fakt, že nelze postihnout význam ICT pro seniory bez podání širšího pohledu cílové seniorské skupiny, která je nejvíce diferencovanou skupinou z fyziologického pohledu, fyzických možností, zdravotního stavu, vzdělání, nebo např. životních zkušeností. Třetí kapitola pojednává o rodině a mezigeneračním učení, čtvrtá se zabývá možnostmi a formami celoživotního vzdělávání pro seniory. Pátá kapitola je zaměřena na hlavní komunikační technologie a trendy, které se v této specifické oblasti těší zájmu vývoje. Empirická část vystihuje průběh a způsob výzkumu, který je charakterizován kvantitativní metodou ve formě internetového dotazníku, který je aplikován na vzorku respondentů využívajících pravidelně ICT. Závěrečná část je zakončena vyhodnocením stanovených hypotéz a diskusí, která sumarizuje výsledky práce.

Zatímco mladá generace má v naprosté většině kladný vztah k využívání ICT, s přibývajícím věkem se u seniorů setkáváme s více negativním postojem. Při dynamickém technologickém rozvoji se mohou u seniorů vyskytovat problémy každodenního života (mimo zdravotních apod.), které jim přináší nepoužívání ICT. Výzkumy o digitální propasti ukazují, že znalosti seniorů z této oblasti neodpovídají úrovni běžných uživatelů, což by mohl být i jeden z důvodů sociálního vyloučení.

Základními prameny, ze kterých diplomová práce vychází, jsou knihy z oboru psychologie, pedagogiky, sociologické zdroje, encyklopedická data, moje profesní praxe a informace získané uskutečněným výzkumem. Získané poznatky budu využívat při přípravě produkčních a dramaturgických projektů, které seniory zapojí do společenského a kulturního života ve městě, dovolí vytvářet takové formy propagačních možností, které senioři preferují v souvislosti s ovládním moderních komunikačních technologií a poskytne této generaci další potencionální nabídku trávení volného času ve společenské atmosféře a v interakci s druhými. Práce se může stát zdrojem informací pro všechny instituce, které potřebují komunikovat s cílovou skupinou aktivních seniorů.

1 Vymezení pojmu stáří

Antičtí autoři do svých myšlenek, básní a aforismů ukládali své názory na stárnutí a stáří. Platon vyzdvihuje stáří, protože vede člověka k lepší životní harmonii, k opatrnosti a prohlubuje jeho moudrost. Starý člověk již dokáže s větším přehledem hodnotit kvality života, dovede ho lépe prožít, má zralý úsudek. Sokrates se naopak obává prodloužení života, neboť má strach, že bude muset zaplatit daň stáří, oslepne, ohluchne, nebude schopen se učit a bude rychle zapomínat. Cicero upozorňuje na to, že starý člověk musí prohloubit svou sebekontrolu, aby nezkresleně vnímal změny, které ho ve stáří čekají, jak v jeho individualitě, tak v okolí společnosti. Seneca říká: „Stáří je nevyléčitelná nemoc.“ Ve středověku byly myšlenky o stáří hodnotou odloženou na okraji zájmu společnosti. Stáří se přijímalo záporně. To byl důvod, proč v té době převládal strach ze stárnutí. Obecně se stáří označuje jako pozdní fáze ontogeneze v přirozeném vývoji člověka.¹

K této problematice Rabušic poznamenává, že tak jako neexistuje definice toho, co je hranicí lidského věku, tak nelze tvrdit, že existuje zcela typický znak, který by označil daného jedince za seniora. Nicméně nejčastějším atributem definujícím seniora je jeho biologický věk. Ani různé národní i mezinárodní organizace a dokumenty se často neshodují v určení věkové hranice, od které je jedinec považován za seniora. Nejčastěji je ale uváděno 60 až 65 let. Je třeba si uvědomit, že hranice stáří je ustavována účelově pro administrativní potřeby sociálního státu. Je sociálním konstruktem stejně jako celé pojetí věkové struktury společnosti. Každý člověk stárne již od okamžiku narození a vnímání hranice stáří ve společnosti se značně liší.²

Například Sak, Kolesárová-Saková na základě výsledků svého výzkumu hovoří o třech „věcech“ určujících podle české populace hranici seniorského věku: První a nejčastěji uváděný je věk 60 let, druhá věková hranice je 65 let a třetí je 70 let.³

Vohralíková, Rabušic potvrzují, že s prodlužující se nadějí na dožití v průmyslově vyspělé části světa se prodlužuje i období stáří jedince, které může zahrnovat různé životní fáze, z nichž je obecně ta, představující závislého a nemocného jedince, poměrně krátká. Stáří jako období nemoci, nemohoucnosti, závislosti a pasivity platí

¹ Srov. BAŠTĚCKÝ, J., KÜMPEL, Q., VOJTĚCHOVSKÝ, M. a kol. *Gerontopsychiatrie*, s.19.

² Srov. RABUŠIC, L. *Stárnutí populace jako pohroma nebo jako sociální výzva?*, s. 5.

³ Srov. SAK, P., KOLESÁROVÁ-SAKOVÁ, K. *Zpráva z výzkumu: Názory a postoje české populace k seniorům*, s. 13.

v české společnosti pro 5% jedinců starších 60 let. Pouze těchto 5% je závislých na intenzivní pomoci druhých či jsou odkázáni na ústav, zatímco společnost má tendenci vztahovat jejich situaci na celou skupinu seniorů.⁴

1.1 Definice stáří

Všichni jsme obklopeni živou i neživou přírodou. Plynutí času způsobuje její změny. Proces stárnutí je tohoto toku součástí. Každý by si nakonec měl uvědomit, že to je proces nezadržitelný a týká se každého z nás. Hayflick uvádí: „Stárnutí je fatální nutnost, která se nikomu z nás nemůže vyhnout.“⁵

Podle Viewegha jsou nepřesnosti v jednotlivých definicích způsobeny subjektivně rozdílnou variabilitou projevů procesu stáří, ale také růzností těchto projevů u téhož jedince (např. nesoulad mezi projevy psychickými a fyzickými), dále sociokulturními aspekty hodnocení stáří (odlišná kritéria evaluace stáří z hlediska historického, sociálního kulturního či geografického) a v neposlední řadě také prodlužujícím se věkem. Sám autor uvádí, že stáří je souhrnem pochodů, především biofyzilogických, probíhajících v čase. Nevratnost těchto procesů, způsobuje nakonec zánik organismu - smrt. Dále představuje dělení stárnutí na stránku biologickou, psychologickou a sociální, přičemž stáří je výsledný stav, který vzniká procesem stárnutí.⁶

Podle Prchlíka je stárnutí plynulý, pozvolný, přirozený, zákonitý fyziologický proces, ve kterém dochází ke změnám v organismu i v psychice člověka. Prchlík charakterizuje lidi jako různé, navzájem se lišící a s odlišným průběhem stárnutí.⁷

Haškovcová naopak tvrdí, že stáří samo o sobě je takové, jaké je, ale interpretace toho, co to je stáří a jaké je to být starý, je různá a může být i protichůdná, a to nejen historicky, ale i aktuálně. Dokonce i v průběhu života se týž člověk dívá na stáří různou optikou, rozdílně je přijímá a hodnotí.⁸

Podle Mühlpachra je stáří obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných

⁴ Srov. VOHRALÍKOVÁ, L. RABUŠIC, L. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*, s. 54.

⁵ HAYFLICK, L. *Jak a proč stárneme*, s. 28.

⁶ Srov. VIEWEGH, J. *Psychologie stáří*, s. 14.

⁷ Srov. PRCHLÍK, M. *Úvod do normální psychologické gerontologie*, s. 4, cit. u JAROŠOVÁ, D. *Péče o seniory*, s. 8.

⁸ Srov. HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*, s. 59.

involučních procesů, které jsou modifikovány dalšími faktory a to především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami.⁹

S úslovím „dlouhé mládí, krátké stáří“ se setkalo již jistě mnoho lidí. Draaisma vyjadřuje náš věk v otáčkách fyziologických hodin. Snad proto byly dny prožívané v dětství tak dlouhé (např. si sama vzpomínám na nekonečně dlouhý Štědrý den) a čas ve stáří utíká nezadržitelným tempem. Nevědomě vnímáme čas hodin na pozadí fyziologického času, tak jako plyne řeka nížinou, ke které Draaisma průběh života přirovnává: „Na začátku svého života běží člověk ještě křepce po břehu, rychleji než proud. Kolem polední hodiny je již jeho tempo o něco pomalejší a běží stejně rychle jako řeka. K večeru, když se unaví, se zrychlí proud a on se začne zpoždovat. Nakonec se zastaví a lehne si na břeh řeky, která pokračuje ve svém toku stejným neměnným tempem, jakým proudila již po celý den“.¹⁰

Umění stárnout se zakládá na hledání vlastního motivu života. Toto hledání nezačíná až odchodem do penze, ale cvičit se můžeme celý život. Nežijeme přece proto, abychom zůstávali mladí, nýbrž abychom stárli.¹¹

1.2 Etapy stáří

Ve vývoji člověka je stáří přirozenou životní etapou, která má svá specifika. Jedná se o fázi dovršení života jedince. Společnost, ve které žijeme, se vyvíjí a rovněž stáří zaznamenává mnoho změn. Existence stáří zpětně ovlivňuje společnost a podává o ní sdělení. Stáří lze vnímat pouze v souvislosti se všemi prožitými etapami života. To, jak jedinec prožije a projde všemi životními stádii, ovlivňuje kvalitu jeho stáří.

Na gerontologickém kongresu v Meranu v roce 1957 bylo přijato stanovení hranic stáří. Závěrečné prohlášení obsahovalo sdělení, že jde pouze o schematické rozdělení, které nevystihuje zcela fyziologický věk. První období bylo označeno jako věk kritický - presenilní. Jedná se o období mezi 45. až 60. rokem života. Vyznačuje se přelomem mezi plným existenčním bytím a počínajícím přehodnocováním. Druhé období je již stárnutí. Jedná se o dobu mezi 60. až 70. rokem. Z jednoho pohledu ji charakterizuje pozvolné opouštění fyzické výkonnosti, z druhého vrcholí životní zkušenosti, rozvážnost a vyzrálé názory. Třetí etapou je věk od sedmdesátky výše, který můžeme

⁹ Srov. MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*, s. 18.

¹⁰ DRAAISMA, D. *Proč život ubíhá rychleji, když stárneme*, s. 241.

¹¹ Srov. GRÜN, A. *Život je teď*, s. 11.

označovat jako - stařecký. Tento výraz není ve společnosti vnímán ani trochu lichotivě. Ve mně samotné rovněž neodráží kladné představy a emoce. A nelíbil se ani takové autoritě, jakou byl v 11. století představitel východní arabské filozofie, lékař, přírodovědec, básník a politik Avicena. Navrhoval výraz „člověk vyššího věku“.¹²

Presenium, se dá považovat za bilanční období každého jedince. Člověk se ohlíží zpět, má za sebou již nějaké vykonané dílo, s radostí pozoruje, co s sebou přináší, jaké nese plody a prožívá radost z dosaženého cíle. Čerpá ze životních pamětí a zkušeností. Postupně připravuje půdu pro nově přichozí do uvolněné pozice. Období příprav na odchod ze zaměstnání je dovršeno. Nastává vytyčování nových cílů, využívání získaných znalostí a čerpání nových vědomostí pro volný čas v rámci nové organizace dne.

1.3 Stáří jako status

Stáří historicky bylo, a je tomu tak stále, vždy významnou a vyčleňovanou etapou životního cyklu v každé společnosti. Ti, kdo byli pojmenováni jako „staří“, získali speciální postavení, od něhož se odvíjela také speciální pravidla pro výkon kompetentní specifické role. V různých kulturách se na stáří nahlíželo odlišně a rozdílně bylo také společnostmi ceněno. Postoje ke stáří, jako i k jiným věkovým kategoriím, jsou dány především sociálně, jsou výsledkem vidění prostřednictvím kulturního prizmatu.

Rabušic podotýká i přesto, že se věkové normy chování v současných vyspělých společnostech podstatně rozvolňují a stávají se méně závazné, je jasné, že stáří je a bude i nadále významotvornou kategorií. Co si však pravděpodobně demografický a společenský vývoj vynutí, bude jeho nová definice. Především z hlediska toho, kdy stáří začíná a co vlastně znamená.¹³

1.4 Populační stárnutí

Dnes představují lidé staršího věku nejrychleji rostoucí populační skupinu. Na stále se zrychlující tempo stárnutí poukazují demografické studie uskutečňované ve světě. Tento problém má na svědomí vyspělé porodnictví a zdravotní péče, které zvyšují perspektivu dožití se vyššího věku.

¹² Srov. BURKOVÁ, J. *Úvahy o stáří: Přechod do důchodu a stáří*, Dostupné na: <http://www.senio.cz/index.php?w=art&id=982&rub=8&s>.

¹³ Srov. RABUŠIC, L. *Česká společnost stárne*, s. 142.

Kalache, Bareto, Keller vyslovují domněnku, že mezi jeden z mýtů o stáří a stárnutí patří, že většina starých lidí žije v průmyslově vyspělých zemích. Zatímco podíl seniorů je větší v průmyslově vyspělých zemích, jejich absolutní počty jsou vyšší v rozvojových zemích: Téměř z 580 milionů seniorů žije 355 milionů (tzn. více než 60 %) v méně rozvinutých zemích. Nárůst počtu starších lidí zde bude mít daleko rychlejší vývoj. Stárnutí populace je někdy považováno za tichou revoluci, jejíž dopad se bude týkat všech aspektů společnosti.¹⁴ Tento trend je již nyní patrný nejen po celém světě, ale i v České republice. Zdravotní, sociální, penzijní a další systémy musí doznat velkých změn, které si jev stárnoucí populace žádá. Specializované studie OSN dokládají a hovoří v jasných číslech. Od roku 2050 budou Zemi obývat dvě miliardy lidí starších šedesáti let, které vytvoří celou jednu pětinu světové populace. Demografická předpověď v českých zemích do roku 2030 předpokládá vzestup počtu seniorů minimálně o 50%! S tím souvisí i prodloužení střední délky života až o 4 roky u obou pohlaví. Je pravděpodobné, že v budoucnosti se tato věková hranice bude ještě dále zvyšovat. Nelze tedy řešení této problematiky neustále odkládat, ale hledat a vytyčit směry, jak efektivně integrovat starší generaci do společnosti.

Podle prognózy zpracované Přírodovědeckou fakultou Univerzity Karlovy bude naděje dožití při narození v roce 2050 činit pro muže 82 let a pro ženy 86,7 let (oproti 73, 4 let pro muže a 79,7 let pro ženy v roce 2003).¹⁵

Ministerstvo práce a sociálních věcí ve své publikaci Kvalita života ve stáří uvádí, že 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 se 101 718 v roce 2006) a téměř tři miliony osob starších 65 let (31,3 %). Předpokládá se, že v období let 2000 až 2050 se v hospodářsky vyspělých zemích zvýší podíl lidí ve věku 80 a více let třikrát, avšak počet stoletých a starších 15,5 krát. Úhrnná plodnost v první polovině roku 2007 činila 1,4 živě narozených dětí na jednu ženu v reprodukčním věku a překonala tak hranici 1,3 považovanou za velmi nízkou úroveň. Plodnost však stále zůstává na nízké, v dlouhodobém pohledu prostou reprodukci populace nezajišťující úrovni.¹⁶

¹⁴ Srov. JOHNSON, M. L., *The Cambridge handbook of age and ageing*, s. 30-46.

¹⁵ Srov. BURCIN, B.; KUČERA, T. *Prognóza populačního vývoje České republiky na období 2003 – 2006*, Dostupné na: <http://www.mpsv.cz/files/clanky/2237/srovnani-demografie.pdf>.

¹⁶ Srov. MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, *Kvalita života ve stáří: Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*, s. 9.

Mohlo by se zdát, že tato skutečnost se blíží svou závažností k negativnímu demografickému vývoji. Ale jak nabádá Rabušic, neměli bychom populační stárnutí chápat či prezentovat jako zásadní problém, ale spíše bychom k němu měli přistupovat v duchu zprávy vydané Organizací spojených národů (1991) jako k největší společenské výzvě 21. století, na kterou je již nyní třeba se připravovat v oblastech ekonomiky, politiky, sociologie, psychologie, medicíny a v dalších složkách společnosti. Jisté je, že nároky a charakter budoucích seniorů se budou od těch současných v mnohém lišit od seniorů, na které jsme byli často zvyklí, a že stárání jako specifická etapa v životní dráze jedince bude nabývat na významu.¹⁷

¹⁷ Srov. RABUŠIC, L. *Stárnutí populace jako pohroma nebo jako sociální výzva?*, s. 14.

2 Bio-psycho-sociální aspekty stáří

2.1 Stárnutí žen

Pravidla, podle kterých by stárla obě pohlaví, samozřejmě neexistují. Ale specifika tu jsou. Pro ženy znamená biologické stárnutí příchod ukončení plodnosti. Svou roli hraje jistě osamostatnění dospělých dětí a jejich vylétnutí do světa. Velkým významem je idealizace krásy, deklarované médii. I po všech těch letech strávených v partnerském soužití se může vztah dostat do krize a muži si nacházejí mladší ženy. Péče o staré rodiče je také většinou starostí žen. Ženy, pro které je důležité to, jak vypadají, záleží jim na svém zevnějšku, jak je přijímá společnost, stárnutí většinou těžce přijímají. Proces stárnutí jim bere touhu, líbit se ostatním. Přicházející strach ze stárnutí je signálem k zamyšlení nad opravdovými hodnotami. Pokud lidé přijímají člověka podle toho jaký je a ne podle toho jak vypadá, znamená to nalezení té pravé hodnoty. Když si člověk uvědomí své duševno a že je sám sebou, pak obavy ze stárnutí jsou zcela nicotné.

Zajímavé je, že ženám dělá starosti hlavně první fáze stárnutí. Pokud se svým stářím ztotožní, téměř okamžitě dokážou zareagovat a podnítit v sobě rozvoj stávajících nebo vznik nových hodnot. Svou roli sehrávají situace starších žen, ve kterých se nacházejí. Liší se od sebe tím, zda žena zůstala svobodná, je nebo byla vdaná, bezdětná, měla děti, je vdova nebo žije osamoceně. Odchod mužů k mladším ženám může stárnoucí ženu zlomit a žena se přes to nedokáže přenést. Nastupují výčitky a výčet všeho, o co v životě přišla. Pokud žena najde svou identitu, začne se o sebe zajímat a začne žít svůj život, může i díky strastem života vnitřně růst. Stává se moudrou ženou, ať je již v partnerském svazku nebo sama.¹⁸

2.2 Stárnutí mužů

U mužů probíhá stárnutí trochu jiným způsobem. Prožívají situace často pod tlakem a musí prokazovat své hodnoty, jsou nepostradatelní. Když nastoupí fáze stárnutí, zvyšují na sebe nároky. Jsou aktivnější, neklidnější, více pracují, aby všem dokázali, že se jich tato fáze ještě netýká. Neklid je často známkou úzkosti ze ztráty potřebnosti.

¹⁸ Srov. GRÜN, A. *Život je teď*, s. 61.

U jiných mužů to může být obava z prázdnoty, která nastoupí ihned po odchodu do důchodu.

Také muži se musí naučit najít v sobě jiné hodnoty, a to zralost a moudrost stáří. Také se více trápí změnou zevnějšku a poklesem tělesných sil. Těžko se vyrovnávají se svými omezeními, které jim brání v uskutečňování činností, na které byli zvyklí. Nemoc si nechtějí přiznávat nebo naopak nemoc je středem veškeré pozornosti. Z toho vyplývají deprese, muži nevidí ve svém životě smysl a cíl. Muži, kteří spojují svou hodnotu se sexuální potencí, kteří si neuvědomí, že stáří je o jiných kvalitách, mnohdy zůstanou „stát“ a dál se už nerozvíjejí. Pokud opustí muže v důchodu žena, je pro něj obtížné starat se sám o sebe. Jsou však tací, kteří se odhodlají ke změně. Zastanou nakonec dobře všechny funkce a vydávají se na životní cestu. Čtou knihy, vaří, studují, hospodaří... Některý muž nevydrží sám bez ženy a hledá promptně novou. Ale zkušenosti praví, že je třeba projít smutkem nad rozpadem partnerství a pak ve svém nitru objevit nové možnosti a schopnosti.¹⁹

2.3 Biologie stárnutí

Nejedná se o pouhé plynutí času, ale je průkazným jevem biologických a psychických dějů. Starého člověka nelze nepoznat. Dokážeme v rozmezí určit jaký je jeho chronologický věk. Musíme si ale přiznat, že subjektivní posouzení podle vizáže může být často velice zavádějící a věk vyjádřený číslovkou nemusí být vždy ve shodě s biologickým stářím. Občas se setkáme s výrazem obdivu nad tím, že někdo vypadá na svůj věk mladě nebo i naopak. Znamená to vlastně přiznání, že biologické stárnutí se projevuje u každého jedince jinak, má různé tempo. Vývojové jevy se u nás dějí v čase, ale od okamžiku narození ne u každého totožně a stejnou měrou.

Hayflick vyslovuje potřebu míry, jež by nám umožnila určovat biologický věk nezávisle na chronologickém tak, aby se biologické změny mohly hodnotit v závislosti na přibývajícím věku. Znalost biologického věku by znamenala významnější přínos než znalost věku chronologického. Bohužel metodu, jak jej měřit, neznáme.²⁰

Příznačně se biologické stárnutí projevuje poklesem tělesné hmotnosti a výšky, které pokračuje v průběhu celého stáří. Dochází ke změnám tělesných proporcí, snížení hmotnosti celého kosterního systému, vnitřních orgánů spolu s evidentním úbytkem

¹⁹ Srov. GRÜN, A. *Život je teď*, s. 61.

²⁰ Srov. HAYFLICK, L. *Jak a proč stárneme*, s. 28-30.

váhy muskulatury. Zmenšuje se svalová kapacita a koordinace neuromuskulárního aparátu, čímž dochází k postupnému snižování motorických dovedností jedince. Čížková definuje úbytek funkcí i u vnitřních orgánů. Srdce má snížené výkonnostní maximum, tzn., že při vyšší zátěži se u něho projevují známky funkční nedostatečnosti. V důsledku funkčních změn jsou postiženy stárnutím i plíce. Činnost plic se výrazně zhoršuje u kuřáků. Největší selhání plic hrozí ležícím seniorům. V průběhu stáří dochází k morfologickým a funkčním změnám nervového systému. Postupně ubývá počet neuronů, ve kterých probíhají biochemické změny. Orgán, který stárne pomaleji, než ostatní orgány, je mozek.²¹

Jak uvádí Čížková dále, dochází k degeneraci také u žláz s vnitřní sekrecí. Hypofunkce endokrinních žláz má vliv na změny chování člověka, např. ospalost, změny v intelektové oblasti, ztráta vitality apod. Způsobuje i řídnutí vlasového porostu, osteoporózu kostí, lámání nehtů atd. Jednou z prvních známek stárnutí jsou změny na kůži. Přibývá vrásek, objevují se vějířky kolem očí, rýhy kolem úst, váčky pod očima apod. Ve vysokém věku vznikají pigmentace na nekrytých částech těla. Obecným projevem stárnutí je šedivění a vypadávání vlasů, zpomalení růstu nehtů. Dochází ke změnám v obličeji, protože je nejvíce vystaven povětrnostním vlivům a změny jsou tak nejpatrnější: vráscitost, suchost, pigmentace. Postupně se zvětšuje špička nosu, ztenčuje horní ret a prodlužuje ušní boltec. Život starého člověka však velmi negativně ovlivňuje postupně se zhoršující vnímání. Příčinou jsou především změny ve smyslových orgánech.²²

2.4 Psychologie stárnutí

Průvodním jevem psychického stárnutí je pokles duševních funkcí. Tento proces probíhá v souvislosti s biologickou transformací. Dochází k řadě změn ve vnímání, celkovém duševním zpomalení, retardaci motorických vlastností psychických dějů (paměť, emotivní prožívání, myšlení, motivační faktory ...). Psychické procesy ve stárnutí ovlivňují faktory sociální, což znamená změnu a ztrátu některých sociálních rolí, sociální pozici, vznik nových závislostí, změna sociálního prostředí, omezení kontaktů apod. Tyto transformace se mohou také nazývat vnějšími a vnitřními

²¹ Srov. ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*, s. 132.

²² Srov. Tamtéž, s. 133.

změnami. Vyvolávají vyšší nároky na adaptační vlastnosti stárnoucího člověka, přičemž přizpůsobivost starých lidí výrazně klesá.

Někteří mladí lidé jsou duševně strnulí. Tomu jsou opakem staří lidé, ze kterých srší nadšení a elán. Jsou vnitřně mladí. Není to nic jiného než postoj člověka. Projevuje se určitě v pohotovosti, bdělosti, vitalitě, otevřenosti a vnitřní pružnosti.

2.4.1 Změny ve vnímání

Činnost centrálních mozkových procesů, změny ve smyslových orgánech a v nervové aktivitě jsou příčinou zhoršené percepce. Omezenější vnímání ovlivňuje a ohrožuje kvalitu života stárnoucích lidí. Důkazem je vyšší úrazovost, redukce činností, nejistota a zpomalené reagování.

Čížková pojmenovává korekční prostředky, které mohou výrazně snižovat negativní změny ve vnímání (brýle, naslouchadla), modifikace poměrového prostředí (silnější osvětlení, zvýraznění kontrastů, odstranění nebo omezení hlukového prostředí apod.) a modifikace chování (výběr jiných činností, omezování činností, obezřetnost při vykonávání činností).²³

2.4.2 Paměťové kompetence a učení

Paměťové kompetence a učení procházejí postupným oslabováním. Paměť je postižena při vybavování a ukládání, problém působí uchovávání nově nabytých informací a se zpracováním látky. Negativně se projevuje explicitní paměť (paměť pro události typu co, komu a kde). Příkladem může být například sdělování informací určitým lidem nebo braní léků, kdy starý člověk neví, zda je uskutečnil). Kvalitnější zůstává sémantická paměť, tzv. významová, která je založena na všeobecném vědění a může být kompenzačně využita například pro učení.²⁴

²³ Srov. ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*, s. 137.

²⁴ Experti z University College London provedli výzkum sedmi tisíc britských státních zaměstnanců ve věku mezi 45 a 70 let. Obsahem byly slovní a písemné testy. Účast podstoupilo pět tisíc mužů a dva tisíce žen a to třikrát během období let 1997 až 2007. Desetiminutové testy zkoumaly úroveň paměti, slovní zásoby a chápání. Zhoršování paměti a mozkové aktivity u nejstarších účastníků testu byly očekávané, překvapivé však byly výsledky u těch nejmladších. I ti totiž vykazovali známky úbytku duševních sil. U lidí v kategorii 45 – 49 let výzkumníci zaznamenali pokles mentálních schopností o 3,6 procenta. Úpadek postihoval všechny sledované disciplíny, kromě slovní zásoby. S narůstajícím věkem pak destruktivní procesy v mozku výrazně akcelerují. U mužů mezi 65 až 70 lety je to o 9,6 procenta, ženy dopadly o něco lépe, když se jejich mozkové schopnosti zhoršily o 7,4 procenta. Efektivní léčba musí začít co nejdříve. Vědci se domnívají, že jedincům, kterým mozky začínají chřádnout nejdříve, hrozí vyšší pravděpodobnost rozvinutí demence v pozdějším věku. Podle studie totiž demenci předchází slábnutí

Vágnerová podotýká, že pokud je paměť trénovaná, jsou její funkce daleko méně ohroženy a mohou být uchovány v dobré kondici po delší dobu. Snáze se vytrácí schopnost, která není pravidelně používána. Ukázalo se, že paměť hůře funguje u lidí s nižším vzděláním a z toho vyplývajícími životními stereotypy, například s tendencí k rezignaci, intelektuální nečinnosti a celkovému nezájmu o cokoliv. Snížení paměťových funkcí je podmíněno genetickými dispozicemi a současným zdravím, na souhrnu znalostí a postoji k mentální aktivitě. Snáze upadá aktivita, která pozbyla používání.²⁵

Optimistickou nadějí do budoucna na nás působí pozitivní psychologie Křivohlavého, která nás seznamuje se zjištěním, že přestože některé mozkové buňky zanikají, i v tomto věku se rodí nové buňky a mozková spojení. To je příčinou toho, že je možné se naučit novým vědomostem i ve stáří.²⁶

Staří lidé mají tendenci obracet se k již prožitému, vzpomínám na minulost, které nesou momenty příkrášlení. Každý z nás se setkává s vyprávěním příběhů a historek, které pocházejí z autora doby plné sil a které dotýčný, aniž by to uvědomoval, reprízuje již po několikáté. Zde je zjevná absence dovednosti opravovat vlastní chyby.

2.4.3 Intelektové funkce

Změny jsou podmíněny biologickými i psychosociálními faktory:

- dědičné dispozice,
- dosažené vzdělání,
- způsob života,
- osobnostní vlastnosti, ovlivňující trvalost schopností.

Sociální a biologické faktory nelze hodnotit izolovaně. Vytváří spolu interakci. Obecně je známo, že lidé s vyššími mentálními schopnostmi se také intelektuálním aktivitám věnují. Jejich kompetence tak zůstávají v dobré kondici a dále se mohou rozvíjet. Jedinci, kteří v této oblasti pociťují handicap, volí jiný způsob života, který většinou stávající schopnosti neudrhuje. Stárnoucí lidé mají schopnost v minulosti osvojené

duševní kondice po dobu 20 až 30 let. Profesorka Archana Singhová-Manouxová z francouzského Centra pro výzkum v epidemiologii a zdraví populace uvádí, že prevence je možná. Jsou jí zdravý životní styl, zdravotní návyky a fyzická aktivita, které mají vliv na úroveň poznávacích schopností mozku. Výzkum v této oblasti je podle ní důležitý proto, že počty seniorů na planetě exponenciálně stoupají. Dostupné na: www.novinky.cz/veda-skoly/255540-mozek-prestava-stihat-uz-ve-45-letech-ukazala-studie.html

²⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: Dospělost stáří*, s. 322.

²⁶ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, s. 13.

vědomosti a postupy uvažování i dále používat. Pro starého člověka je obtížné chápat nové děje a situace, s čímž souvisí porozumění přijímaných informací, problémy v učebním procesu a přizpůsobivost všemu novému. Zaujímá negativní postoj k možným změnám, přestože se může jednat o všeobecně platnou pozitivní záležitost. Často se objevuje předčasná rezignace před novou zkušeností.

Konzervatismus a stereotyp představují jistou oporu, běžné situace jsou tak pro ně zvládnutelné, předvídatelné a bez úzkostných stavů a strachu. Senioři se dříve v životě bez nových situací obešli, tak je nyní považují za zbytečné. Stereotypy, rutinní procesy a postoje utužují rigidním chováním, které se nám může zdát jako moralizování. Považují za důležité dodržování a respektování přísného řádu, což je pro ně jasné a srozumitelné.

Přesto však mají starší lidé zvláštní schopnosti. Uvažují, rozvážněji a klidněji. Jejich charakter je pevnější a na základě dlouholetých zkušeností mají propracovaný dobrý názor a úsudek. A tak mnohdy starý člověk dokáže víc než mladý, protože využije těchto schopností. K situacím života přistupuje s moudrostí.²⁷

2.4.4 . Citové prožívání

Imunita nervové tkáně slábně a tím se zmenšuje rezistence vůči zátěžovým okolnostem. Objevuje se citová labilita a těžší zvládnání emočních stavů. Deprese a úzkostné stavy jsou pravděpodobnější. Negativní prožívání přináší ztrátu sociálních vztahů, což přímo působí na mentální i fyzické funkce. Starý člověk má možnost vyrovnat ztrátu pracovní aktivity získáním osobní svobody a využít volný čas organizací vlastního života.

Podle Čížkové se ve stáří se mohou projevat změny v osobnosti, sklonech a vlastnostech, které dokázal jedinec ve středním věku tlumit či projevat přijatelným způsobem. Například šetrnost se mění v lakotu, nedůvěřivost v izolaci, pomalost v pasivitu, energičnost ve výbušnost apod. Experimentálně prokazatelný rys starých osob je egocentrismus. Tento jev lze vysvětlit celkovou výraznější introvertností gerontů způsobenou úbytkem společenských a intelektuálních podnětů. Ve stáří se projevuje, jaké hodnoty člověk uznával v dospělosti, jak úspěšně či neúspěšně probíhala jeho celoživotní socializace, jak zvládl krize v průběhu svého života.²⁸

²⁷ Srov. GRÜN, A. *Život je teď*, s. 47.

²⁸ Srov. ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*, s. 139.

2.5 Konstrukt sociálního stáří

Obecně se připouští, že stárnutí je souhrnným procesem, v němž se prolínají tři typy vývoje stárnutí: psychologické, biologické a sociální. Stáří je kategorií velice nesourodou. Když si uvědomíme, že délka života se prodlužuje, vystávají v lidské společnosti historicky poprvé ještě neprožitá skutečnosti. Ve společenství „starých“ se začínají prolínat životy více věkových kohort, stejnověkových populací, s podstatně odlišnými životními prožitky, souhrny znalostí a životními zvyklostmi. Stáří je odbornou veřejností i laiky pojímáno jako sociální problém. Jaké k tomu vedou důvody? Realita je sociálním konstruktem, tzn., že člověk sociálně označený jako starý, pak starým skutečně je a může vypadat sebelépe a přitom se cítit mladistvě a svěže. Současná moderní společnost nahlíží na existenci role spojené s pojmem „starý člověk“ poměrně rigidně. Drží se stále tradic a historicky daného rituálu, že starý člověk opustí pracovní svět a odejde na zasloužený odpočinek, tedy do penzijního důchodu.

Jde vlastně o ztrátu obsahu hrané role. Po odchodu do důchodu se s naprostou jistotou zcela mění postavení ve společnosti, sociální status. Dochází k transformaci interpersonálních rolí a sociálních potřeb, životního stylu či ekonomického zabezpečení. Pravidlem to není, ale může sem dokonce patřit například ztráta životního plánu a společenské vážnosti, osamocení, snížení životní úrovně, hrozící deficit soběstačnosti či uvědoměle nucená změna ze zaměstnance na seniora takřka ze dne na den. Tyto nové parametry se nutně promítají do očekávaného chování každého jedince. Stáří je doba, kdy se z tvůrce nových hodnot stává divák pozorovatel, u kterého postupně klesá zájem o dění kolem sebe.

Rabušic si o vyřazování starých lidí z pracovních pozic myslí, že přispívá k vytváření pohledu na staré lidi jako na lidi slabé, neužitečné a závislé, s tendencí vylučovat je ze společenského dění a v podstatě od nich nic neočekávat.²⁹ Zároveň a ve shodě s mnoha jinými autory dále upozorňuje, že nová kohorta důchodců po roce 2010 bude kohortou mohutnou co do své velikosti, bude energická, sebevědomá a vzdělaná, bude mít zcela konkrétní představy o tom, jak aktivně trávit léta svého seniorského života. Co se změní v životě člověka, když odchází do penze?³⁰

Tento dotaz nám pomůže kvalifikovat tabulka Křivohlavého, která nabízí porovnání stavu před odchodem z pracovní kariéry a po odchodu na penzijní odpočinek.

²⁹ Srov. RABUŠIC, L. *Česká společnost stárne*. s. 146.

³⁰ Srov. Tamtéž, s. 171.

Odráží změny interaktivních vztahů, chování, komunikace a společenského statutu v těchto dvou rozdílných obdobích života:³¹

| Před důchodem | Po odchodu do důchodu |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| Stálý nedostatek času | Dostatek i nadbytek volného času |
| Náplň času stanovuje někdo jiný | Činnost si stanovuji já sám |
| Nemám čas pro sebe | Mám dost času pro sebe |
| Umění fungovat | Umění žít |
| Spěch | Uvolnění |
| Stres a distres | Eustres (příjemné vnitřní napětí) |
| Zážitky | Klid |
| Úspěch | Osobnostní dozrávání |
| Horizontála života | Vertikála života |
| Absolutní sebe-vydávání | Jít do sebe |
| Připoutání k zaměstnání | Odpoutání od práce |
| Ponoření se do práce | Ponoření do sebe |
| Seberealizace | Sebepoznávání |
| Zájem získat a mít | Zájem někým být |
| Duševní strádání | Duševní naplňování |
| Vnitřní chudoba | Vnitřní obohacování |
| Vnější bohatství | Vnitřní bohatství |
| Hektické události | Klidnější plynutí času |
| Vnitřní nepokoj | Ustalování vnitřního pokoje |
| Stálý běh a shon | Uvolnění |
| Úzkost a strach, jak to dopadne | Klidné očekávání |
| Hyperaktivita | klid |

³¹ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, s. 23.

2.6 Věk a moudrost

Stárnutí a moudrost jsou v propojení. S moudrostí na svět nepřicházíme. Malé dítě přece nemůže být moudré. Fenomén moudrost se začíná projevovat, až když máme kus prožitého života za sebou. To znamená, že nám život přinesl radosti, ale i strasti, utrpení a bolest. Právě v těchto bolestných situacích se moudrost rodí. Nedomnívejme se ale, že automaticky každý starý člověk je moudrý.

Křivohlavý poznamenává, že ve velké většině publikovaných prací, v nichž jsou laiky uváděni „moudří lidé“, je věk předkládán jako důležitý faktor. V některých pracích je spodní limitní hranice uváděna šedesát let. Při průzkumu respondenti uváděli příklad moudrého člověka většinou toho, kdo byl starší, nežli jsou oni sami. Téměř ve všech zveřejňovaných průzkumech a v pojetí široké veřejnosti, u dotazovaných mužů, ale i žen, je moudrým člověkem muž. Psychologové upozorňují, že svou roli zde sehrává zřejmě klasické pojetí rodiny a profesionální rozdělení rolí mužů a žen v rodině a ve společnosti.³²

Trojice psychologů Montgomery, Barber a McKee uskutečnila důkladný rozhovor, kterého se zúčastnilo šest starších moudrých lidí. Položená otázka zjišťovala, jakým způsobem a v jaké oblasti jim vzor moudrého člověka pomáhal v jejich životě. Vyšlo najevo, že vzory na obdivovatele působí v šesti směrech.

Směry – oblasti:

Vedení – ukázání situace, v níž si nevěděli rady, v jiném pojetí a rozšíření pohledu na situaci, v níž se nacházeli.

Vhled do komplikované situace – při pocitu chaosu jim vzor naznačil určitou strukturu a tak pomohl problém zvládnout.

Znalosti – v těžko řešitelných situacích, poskytl vzor dotazovaným potřebné znalosti, které pomohly záležitosti vyřešit.

Zkušenost – moudrého pomohla nalézt dotazovaným způsob použití obecné, teoretické poznání ve velice konkrétní situaci.

Morální principy – moudří lidé byli charakterizováni určitým souborem snah a úsilí. V životě jim o něco šlo, co bylo pro ně hodnotné a důležité. O to v životě bojovali.

³² Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie moudrosti a dobrého života*, s. 25.

Tento postup byl motivací dotazovaným v jejich vlastním orientaci a uspořádání vlastní životní cesty.

Soucitění a laskavost – příkladem byl respekt vzoru k druhým lidem, vcítění se do situace druhého člověka a laskavost, které vnášel do osobního styku.³³

Křivohlavý dále zdůrazňuje, že představa o tom, kdo je moudrý, co je moudré a co není, zastává v našem životě funkci filtru. Filtry máme v sobě a v průběhu života je získáváme od druhých lidí, s nimiž žijeme v určité kultuře a kontaktu. Představy o moudrosti nás motivují, vedou při rozhodování, pomáhají obracet se s žádostí o radu, pobízejí pomáhat a obracet se k druhým lidem. Tak je zajištěn koloběh toho, co se zrodilo z kultury, se opět do kultury vrací a obohacuje ji. A to znamená mnoho.³⁴

Moudrost se projevuje nejzřetelněji v existenciálních situacích, překážkách a také při neřešitelných problémech. V těchto vyhrocených stavech uděluje moudrost člověku nadhled – schopnost vidět komplikovaný děj z vyššího hlediska, z jiného zorného úhlu včetně souvislostí, které jinak doposud nevnímal.³⁵ Cesta k moudrosti se uskutečňuje jedině osobní zkušeností. Do silných stránek moudrosti patří tvořivost, zvědavost, otevřená mysl – kritické myšlení, milování učení, perspektivní nadhled.

Křivohlavý uvádí, že v pokusech U. Kunzmann a P. B. Baltese vyšlo najevo, že staří lidé jsou právě ti, kterým zřejmě na základě životní praxe, profesionální angažovanosti, zájmu o sociální dění a osobní zralosti, byly naměřeny nejvyšší hodnoty moudrosti.³⁶

2.7 Úspěšné stárnutí

Beneš je zastáncem názoru, že to, jak jedinec prožije své stáří, je ovlivněno tím, jak zvládl vývoj své předchozí životní etapy. Pokud jedinec předchozí životní fáze prožil aktivně a kvalitně, tak i v jeho stáří by měl lépe vyrovnávat s nároky života. Čím lépe zvládneme jednu etapu našeho života, tím lepší bude etapa následující.³⁷

Šerák klade důraz na celkovou přípravu na stáří. I když lidé nemyslí celý život na to, jaké to bude, až půjdou do důchodu, před důchodovým věkem by se měli seznamovat s tím, co je bude čekat. Jedná se o zdravotní hlediska, měli by se snažit

³³ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie moudrosti a dobrého života*, s. 27.

³⁴ Srov. Tamtéž, s. 30.

³⁵ Srov. Tamtéž, s. 32.

³⁶ Srov. Tamtéž, s. 44.

³⁷ Srov. BENEŠ, M. *Úvod do andragogiky*, s. 45.

minimalizovat důsledky fyziologických změn, měli by usilovat o zdravý životní styl, dále se zabývat aspekty sociálními, kdy se celý život změní, jelikož většina lidí přestává pracovat, je důležité hledat možnosti, jakým způsobem budou trávit volný čas, kterého bude dostatek, své opodstatnění jistě mají i mimopracovní kontakty. Neměli by zapomínat ani na aspekty ekonomické. Většině lidí se s odchodem do důchodu změní příjem a nebudou si moci dovolit tolik, co si mohli koupit v době ekonomického zajištění. Je nutné, aby na finanční stránku věci nezapomínali a měli aspoň nějakou rezervu pro náhlé případy.³⁸

Co je tedy důležité pro úspěšné a bezproblémové stárnutí? Je to hlavně způsob, jakým využijí svůj volný čas, kterého najednou bude velké množství a pro většinu seniorů z časového hlediska prioritní.

Grün vystihuje zásadní atribut, že staří lidé už nemají tolik povinností z vnějšího prostředí. Ráno nemusí vstávat a pozvolna se mohou připravovat na to, jak prožijí den. Někteří senioři si ale opakující se rytmy dne natolik osvojili, že je udržují i nadále. Kdo svému dni nedá žádnou organizaci, prožije den jako druhý, nudně a jednotvárně. Naopak lidé s rytmem života mají naplněné dny očekáváním. Těší na každodenní maličkosti, kterým vyhradil určitou dobu ve svém dni. Nežijí pod tlakem, a tak si mohou plně žít pole svého tempa.³⁹ V této době je čas věnovat se koníčkům a zálibám, na které nebyl v pracovním nasazení čas. Je to jedna z možností, jak se lépe vyrovnat s odchodem ze zaměstnání. Podstatné je mít cíl, motivaci, pro co žít, prostě náplň volného času. Na druhé straně se setkáme s případy, ve kterých hraje hlavní roli pocit prázdnoty, nepotřebnosti, osamocení a ztráty motivace k jakékoliv aktivitě. Stárnutí je možné naplnit činnostmi, které seniora baví. To je základ úspěchu.

Zdařile stárnout, znamená žít autenticky, stát se vzorem. Vzory jsou důležité hlavně pro mladší generaci. Starý člověk však také potřebuje vzory. Nejvíce je potřebuje v době, kdy se pouští do něčeho nového, co ještě nezná, a tak potřebuje přijmout vzor, u kterého vidí, jak se to dělá. Tyto ideály mu staví před sebe hodnotu stáří. Snad proto starší lidé rádi pročítají biografie. V každém případě chtějí vědět, jak se jiným celý život vydařil. Zvláště se pak zajímají o poslední léta života knižních hrdinů a o to, jak se vypořádali se svým stářím a přípravou na smrt.⁴⁰

³⁸ Srov. ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*, s. 192.

³⁹ Srov. GRÜN, A. *Život je teď*, s. 16.

⁴⁰ Srov. Tamtéž, s. 39.

Důležitým faktorem ovlivňujícím aktivní životní styl je partnerské soužití. Lidé žijící v manželství (s partnerem) jsou více zapojeni jak v párových aktivitách tak i v ostatních. Za kvalitní trávení volného času považujeme navštěvování knihoven nebo čítáren. Zde senioři nalézají zájmové knihy, publikace a časopisy, které korespondují s jejich zálibami. Sledování televizních programů nepodporuje aktivitu ve vlastním slova smyslu, ale vybírání a sledování speciálních pořadů zaměřených na určitou tematiku můžeme považovat za prospěšnou duševní aktivitu.

Aktivního trávení volného času se může týkat třeba sběratelství všeho druhu, jako např. sbírání pohlednic, známek, kamenů, starožitností apod. Dále se týká chovatelství, pěstitelství, ale také ručních prací nebo výtvarné činnosti. Aktivní senior vyhledává společenské kontakty, navštěvuje kulturní či sportovní akce, využívá nabídky poznávacích zájezdů. Senioři mají intenzivní zájem o kulturu. Můžete se s nimi častokrát setkat na koncertech, v muzeích, v divadlech, na výstavách či jiných akcích.

Klub seniorů je dobrou příležitostí jak se zapojit do společenského života. Určitá skupina spolu tráví čas, těší se na setkávání, aktivně se zapojuje, komunikuje apod.

Aktivní senior vyhledává společenské interakce mimo svůj domov na pravidelných setkáních s přáteli a známými v kavárně, čajovně nebo restauraci. Velkou oblibu u seniorů, pokud to zdraví dovolí, mají i taneční zábavy nebo sportovní aktivity, kde se opět mezi sebou setkávají. V další řadě je zahrádkářské hobby, chalupaření či chataření, které jsou na aktivní trávení volného času náročnější. A zde musím ještě zmínit návštěvy vzdělávacích a zájmových kurzů nebo studium studijních oborů na Univerzitách třetího věku nebo jiných vzdělávacích akcích apod.

Oproti tomu pasivním trávením volného času je téměř nepřetržité sledování televize, kdy senior někdy ani neví, co se na obrazovce děje. Stejně je to i s posloucháním rádia nebo rozhlasu, což může mnohdy sloužit jako kulisa při nějaké činnosti, které se senior věnuje. Pokud senior ztratí zájem o společenské dění, nemá ve své blízkosti přátele pro společné aktivní trávení volného času, stává se pasivním seniorem. Podobně lze nahlížet i na seniora, který jen pasivně přijímá rodinné či přátelské návštěvy bez jiných společenských aktivit. Rezignace na své dřívější aktivity např. péče o domácí zvířata a rostliny, to vše vede seniora k osamělosti a pasivitě.

Podle Pacovského i ve stáří lidé potřebují program. Musí ovšem vycházet z reálných možností. Když se seniorů ptáme na představy o jejich budoucnosti, jsou

obvykle zaskočení. Je to chyba podmíněná mýtem, že už mají všechno za sebou a nic před sebou. Výstižné je heslo ROSA⁴¹. Opravdovou rosou na stáří je:

- racionální postoj k vlastnímu stáří
- orientace na budoucnost (těšení se na něco)
- sociální kontakty
- aktivita - jakákoliv, přiměřená.

Jsou různé možnosti psychických, fyzických i kulturních aktivit. Jejich volba je výrazně ovlivněna také tím, co člověk dříve dělal a co z toho stále ještě dělat může. Plný činnostní režim má být celý denní režim a řešení běžných denních záležitostí. Recept na aktivitu je dobrým geriatrickem, lékem kladně ovlivňujícím stáří. Je pouze na každém jedinci, jakou zásobu vlastních možností si utvoří a které z nich uvede do praxe.

⁴¹ Pacovský, V. *Rosa pro stáří nebo „zasloužený odpočinek?“* Dostupné na: http://www.zdravodina.cz/zr/04_99/zr499_7.htm .

3 Informační komunikační technologie

3.1 Informace, informační společnost

V ekonomickém povědomí společnosti je kladen největší důraz na informace, které často mají větší strategický vliv než peníze. Proto se objevil termín informační společnost. Přestože je pojem „informace“ je klíčovým pojmem informační vědy i informační společnosti, neexistuje univerzální definice, která by tento termín jednoznačně popsala a vymezila. Kořeny slova „informace“ v latině. Podstatné jméno informatio značilo „obrys“ nebo „tvar“ a sloveso informare, znamená „utvářet podobu“ či „formovat.“⁴²

V nejobecnějším pojetí se informace chápe jako: „údaj o reálném prostředí, o jeho stavu a procesech v něm probíhajících. Informace snižuje nebo odstraňuje neurčitost systému (např. příjemce informace); množství informace je dáno rozdílem mezi stavem neurčitosti systému (entropie), kterou měl systém před přijetím informace a stavem neurčitosti, která se přijetím informace odstranila.“⁴³

Informační společnost je společnost založená na integraci informačních a komunikačních technologií do všech oblastí společenského života v takové míře, že zásadně mění společenské vztahy a procesy. Nárůst informačních zdrojů a komunikačních toků vzrůstá do té míry, že ho nelze zvládat dosavadními informačními a komunikačními technologiemi.⁴⁴ Vše co „informační exploze“ v dohledné době způsobí, přinese zatížení a mimořádné požadavky na obratnost jak pracovat s informacemi. S progresem v této oblasti ICT se společnost nevyhne vícenásobnému generování počtu informací. Dochází tak k uzavřenému koloběhu. Nejen senioři budou mít obtíže s přizpůsobením se tomuto tempu. Často se interpretuje termín „digitální propast“ jako malá přizpůsobivost zaměstnaných pracovníků generace 50 plus. Lidé předdůchodového věku často odcházejí do předčasného důchodu z obavy, že nebudou stačit vysokým nárokům na ICT znalosti.

⁴² RYLIČ, J. *Informace, informační věda a informační společnost*, Dostupné na: http://www.media-net.cz/clanky/informace_veda_spolecnost.php.

⁴³ WIKIPEDIE: *Informace*. Dostupné na: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Informace>.

⁴⁴ JONÁK, Z. *Pojetí vzdělávací oblasti ICT v RVP ZV*, Dostupné na: <http://clanky.rvp.cz/clanek/o/z/40/POJETI-VZDELAVACI-OBLASTI-ICT-V-RVP-ZV.html/>.

Informační společnost s sebou přináší nejen nové příležitosti v podobě vyšší ekonomické prosperity a participace občanů na životě ve společnosti, ale také hrozbu rozdělení obyvatel na ty občany, kteří umí ovládat ICT a na ty, kteří je využívat neumějí, a nemohou se proto plnohodnotně začlenit do informační společnosti. K implementaci ICT do společnosti dochází ve věkových, vzdělanostních a sociálních skupinách odlišným tempem a v jiné kvalitě. Celková digitalizace životního stylu skupin mládeže nejvíce propojených s počítačovými aktivitami a s aktivitami na internetu vede i ke změnám v kulturních aktivitách. Tyto dva procesy vedou ke generační propasti mezi mladou a starou generací. To však neznamená, že v generaci seniorů nedochází ke sbližování s novými informačními a komunikačními technologiemi. V roce 2005 využívalo osobní počítač více seniorů než v polovině devadesátých let věková skupina mladé generace, která využívala počítač nejvíce z celé populace. Komputerizace společnosti znamená také nové možnosti pro seniory. Počítač a internet jsou nástavbou mozku a komunikace a potlačují význam lidského těla a jeho pohybu. Místo „atomů se pohybují bity“. U části seniorů stárnutí znamená úbytek fyzických sil při vrcholících intelektuálních a tvůrčích schopnostech. Obtíže při fyzickém pohybu seniory vytlačují z profesního života a ze společnosti. Internet a počítač tyto handicap do značné míry eliminují a do popředí se dostávají jejich systémové přednosti. Komputerizace a informatizace společnosti znamenají redefinici společenské generace seniorů. V tomto ohledu má e-work pro generaci seniorů velký význam.

3.2 Význam informačních komunikačních technologií

Informační a komunikační technologie (ICT) mají zásadní význam nejen pro elementární fungování celé společnosti, zajištění trvale udržitelného rozvoje a ekonomické prosperity, bezpečnosti, ale i v osobním životě každého člověka. Využívání informačních komunikačních technologií v osobním životě jde napříč všemi generacemi počínaje předškoláky a seniory konče. Tak, jak postupně zaujímaly své místo na pracovištích a v našich domácnostech: stolní počítač, internet, mobilní telefon, notebook, smartphone, tablet, smart televize, začal růst počet uživatelů, kteří ICT využívají nejen v pracovním procesu, ale i doma pro své hobby, zábavu a volný čas. Zejména rozvoj internetových technologií přinesl inovativní podnikatelské příležitosti, komunikační možnosti a volnočasové aktivity. Internetové služby patří mezi

nejdynamičtěji rostoucí segment v 21. století. Moderní ICT změny jak dostupnost, tak i způsob a možnosti práce s informacemi a zejména řízení společnosti. Využívání ICT mění způsob výroby a distribuce zboží, informačních a kulturních produktů. Mění ekonomické činnosti jako je obchod a marketing. Schopnost používat ICT patří mezi základní požadavky. Mít zřízenou emailovou adresu je u většiny pracujících ve vyspělých zemích je stejná samozřejmost, jako vlastnit mobilní telefon. Podle Mezinárodní telekomunikační unie (ITU) počátkem roku 2011 bylo k internetu připojeno 2,08 miliardy lidí, tedy zhruba třetina obyvatel planety. V roce 2009 to bylo 1,86 miliardy uživatelů a v roce 2005 jen 1,04 miliardy. Období digitální revoluce často charakterizované jako změna analogového záznamu na digitální, změna tištěných informací na elektronické s sebou přineslo i významnou změnu civilizované společnosti, která svým významem přesahuje předchozí průmyslovou revoluci. Vlády vyspělých zemí si uvědomují význam transformace výrobních ekonomik na znalostní ekonomiky podporované moderními ICT. Znalostní ekonomika klade vysoké nároky na znalosti ICT. Každý člověk ve vyspělé společnosti je vystaven technologickým změnám, které se dějí exponenciálně. Mladá generace změny vítá a uspokojivě se v nich orientuje. Mladí často preferují komunikaci pomocí ICT místo osobního setkání. V posledních letech jsou publikovány studie o závislosti na internetu a o dalších nebezpečích, které přicházejí s používáním ICT. Individuálně jsou ohroženy zejména děti a senioři. Využívání ICT tak v sobě skrývá některé významné hrozby pro celou naši globální civilizaci, která nikdy v minulosti nebyla tak potenciálně ohrožena rizikem nestability globální ekonomiky. Největší skrytou hrozbou nemusí být ztráta soukromí, zneužívání osobních dat, počítačovou kriminalitou, ale pozorovatelným nárůstem složitosti a rigoróznosti administrativních procesů, realizovaných prostřednictvím ICT. Tento fenomén znevýhodňuje běžné občany, zejména seniory, kteří nepřijímají změny dostatečně flexibilně. Pro starší generaci přináší procesní změny vyvolané využíváním ICT náročnější životní situace spojené se změnou způsobu života. Proto vlády podporují vzdělávání svých občanů v oblasti využívání ICT. V České republice to byl například „Národní program počítačové gramotnosti“ realizovaný tehdejším Ministerstvem informatiky v letech 2003 až 2006. Cílem tohoto programu bylo umožnit všem občanům doma, v práci, i ve škole připojení k internetu, rozšířit digitální gramotnost a zajistit volný a otevřený přístup všem občanům k ICT. Roli zrušeného Ministerstva informatiky v roce 2007 převzala „Rada vlády pro konkurenceschopnost a informační společnost“, která je odborným poradním orgánem vlády pro oblast informační

společnosti. Rada poskytuje vládě vstupy pro její rozhodování v koncepčních otázkách budování a rozvoje e-governmentu a informační společnosti.

3.3 Senior v informační společnosti

Znalostní nerovnosti ve společnosti se značně prohlubují, zejména u seniorů staršího věku. Nejčastějším důvodem je nezájem a nechuť osvojovat si nové dovednosti, jsou to obavy ze selhání, zdravotní důvody a nakonec skutečně nízká motivace k používání ICT. Můžeme konstatovat, že senioři ve městech mají mnohem lepší přístup ke vzdělání v oblasti ICT než jejich vrstevníci na vesnici, kteří jako sociální skupina jsou více odkázáni na svou rodinu a sousedy. Senioři ve městě mají mnohem více dostupných příležitostí zachytit rozvoj a nové informace v této oblasti. Naproti tomu lidé, kteří jsou zvyklí běžně užívat ICT, se musí učit užívat nově přichozí technologie ovládat a jsou schopni získávat nové informace a lépe s nimi i pracovat. Proto lidé užívající ICT a pracující s informacemi se budou dále rozvíjet a získávat nové poznatky a tímto způsobem se bude existující informační propast ještě více prohlubovat.

Aktuálně žijeme v informační společnosti a chováme se podle jejích pravidel. Libovolná informace je dostupná téměř vždy komukoliv z nás na jakémkoliv místě, pokud má ovšem dost peněz a vyskytuje se v oblasti, kde jsou tyto služby poskytovány. Ostatní jsou z tohoto okruhu nechtěně vyloučeni. Důvod, proč zde zmiňuji informační propast a její důsledky, je ten, že právě pro cílovou skupinu mojí práce, seniory, je informační propast největší hrozbou. Zvyšující se používání ICT je patrné v našem každodenním životě. Na základě výsledků sčítání obyvatelstva v roce 2010 je zřejmé, že přístup k internetu má dnes už velké procento obyvatelstva.

Podle posledních průzkumů senioři jsou nejrychleji rostoucí skupinou uživatelů Internetu a na internetu tráví čím dál tím více svého času. Dnešní senioři většinou vyrůstali v prostředí bez techniky, v práci s ICT již nepřišli do styku a design a uživatelské rozhraní současných ICT a Internetu je neoslovuje, nedokážou se mu přizpůsobit a ztotožnit se s ním. Neboť senioři nemusí ICT využívat z důvodu profesních zájmů, často k nim ani nenajdou cestu. To je výzva pro projektanty a vývojáře, aby v blízké budoucnosti své produkty přizpůsobovali specifickým potřebám seniorů. S evropskou koncepcí e-inkluzí by se měly rozdíly v dostupnosti a přístupu k ICT a Internetu postupně zmenšovat, záleží na té které zemi, jak účinně svou politiku v tomto směru aplikuje.

Informace vypovídají o aktuálním stavu dané problematiky. I na podporu lokálního působení je vhodné zjistit, jaké možnosti mají aktivní senioři v oblasti využití ICT. Lze jimi cíleně oslovovat a zaujmout? Využívají senioři této možnosti? Projeví se to v jejich aktivitě? Jakou mají motivaci, přemáhají ostych, strach? Chtějí překonávat digitální propast? Jaký význam mají ICT pro jejich aktivní život? Tyto otázky jsou aktuální pro současnou dobu, dobu ICT.

3.4 Význam ICT pro seniory

ICT nabízí široké spektrum možností pro vedení vzájemné komunikace, sdílení a získávání informací a ekonomické podnikání. Do penze v současnosti (2012) odchází uživatelé internetu, pro které byla práce s internetem v jejich zaměstnání samozřejmostí. Je jen otázkou času, kdy se i mezi seniory stane internet něčím přirozeným, pokud tomu tak již není. Dá se očekávat, že tento trend se bude dále prohlubovat. Až do 90 let minulého století byl využíván telefon, fax, televize a rádio. V současnosti je umožněna prostřednictvím internetu okamžitá komunikace s okolním světem. Zejména v možnosti komunikovat spatřují senioři pro sebe největší význam. Nezanedbatelná je možnost úspory finančních prostředků realizací nákupů na internetu. Aktivní senior vyhledává aktuální informace na internetu, které potřebuje k běžným aktivitám svého každodenního života. Hledání odpovědi na otázku jaký význam mají ICT pro seniory, pro jejich kvalitu života, položilo základ k některým úvahám. Lze se domnívat, že na seniora na vesnici, který žije v mezigeneračním soužití, dopadají důsledky digitální propasti méně, než na seniora ve městě. Informační propast má dva rozměry: „teritoriální“ a „sociální“. Teritoriální rozměr je výsledkem rozdílů úrovně nabídky a poptávky po zboží a službách nabízených informační společností. „Sociální“ rozměr vznikne tam, kde je poptávka brzděná vysokými cenami, nízkými příjmy, nedostatkem počítačové gramotnosti a nástroji informačních systémů, které se problematicky používají. Problémy s dostupností ovlivňují spíše seniory na vesnici, zejména ty sociálně slabší, kteří si prostředky informačních technologií nemohou dovolit nejčastěji z finančních důvodů. Někteří senioři nejsou doposud srozuměni s úlohou, kterou ICT mají v naší společnosti a jaký pozitivní přínos by jim přinesly. Obávají se důsledků, které přináší ICT v oblasti kriminality nebo ochrany soukromí. Schopnost pracovat s informačními technologiemi je v současné době nejžádanější komoditou na trhu práce. Senior již zpravidla pracovat nemusí. Pokud pracuje, nebude se ucházet o pracovní

místo, kde je nutná počítačová gramotnost, když se celý svůj produktivní život bez ní obešel. Proto se často vytvoří počítačově „negramotná“ skupina seniorů, která se navzájem udržuje v názoru, že ICT ve svém životě nepotřebují. Často jediným argumentem je finanční úspora například při odhlášení pevné telefonní linky a zahájení používání mobilního telefonu. Tito senioři nejsou schopni nebo nemohou akceptovat rozšiřování působení informačních technologií do téměř všech oblastí běžného života, snaží se udržet svůj život ve svém navyklém rytmu a žádné novinky nepřichází do úvahy. Strach z nového a neschopnost reagovat aktivně na změny okolí, to jsou, vyjma finanční otázky, nejpalčivější problémy, které brání rozšiřování počtu informačně gramotných seniorů. Paradoxně oproti názorům těchto lidí informační technologie a internet pomáhají v každodenním životě a usnadňují složité lidské situace, jako jsou například nákupy spotřebního zboží, hledání jízdních řádů, platební styk nebo realizace koníčků. Především internet je velkým přínosem pro komunikaci a přenos informací. V praxi to znamená, že senior, který má přístup k internetu může snáze získat nejen různé ekonomické výhody, ale zejména je více zorientován v současné rychle se měnící době. Přístup k internetu je však náročný na finanční náklady. Může si ho dovolit senior, který je na určité socioekonomické úrovni. Osoby s horším přístupem k ICT jsou omezeni v komunikaci s ostatními lidmi. Vynakládají více peněz za výrobky a služby, jelikož nemají přehled o levnějších a kvalitnějších alternativách, tráví více času komunikací s úřady a firmami.

3.5 Informační a počítačová gramotnost

„Digitální nástroje posilují ty schopnosti člověka, jimiž se liší od ostatních živých tvorů: schopnost myslet, vyjadřovat myšlenky, spolupracovat navzájem.“⁴⁵

Pojmy informační a počítačová gramotnost je nyní již nedílnou součástí terminologie v oblasti vzdělávání. Jak je patrné z názvu, pojem vychází z vymezení gramotnosti obecně. Obsah termínu se kryje s pojmenováními vytvořenými v jiných oblastech. Počítačová gramotnost úzce souvisí s informační gramotností. Podle české terminologické databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV) je počítačová gramotnost „schopnost a dovednost jednotlivce efektivně využívat informační

⁴⁵ GATES, B. *Byznys rychlostí myšlenky*, s. 316.

a komunikační technologie.“⁴⁶ Pro informační gramotnost je nezbytné zvládnout počítačovou gramotnost. Informačně a počítačově gramotný je schopen orientovat se v informacích za použití počítače a umí tyto získané informace efektivně zpracovat a využít. Především jde o základní přehled v oblasti hardwaru, terminologie, znalosti textového a tabulkového editoru, grafiky a internetu. Příbuzný koncept tak například definovalo UNESCO jako funkční gramotnost, v odborných dokumentech je často používáno pojmů internetová, mediální, digitální, gramotnost atd.

„K dosažení informační gramotnosti musí být jedinec schopen rozeznat, kdy potřebuje informace a následně tyto informace vyhledat, vyhodnotit a efektivně využít. K tomu, aby občané byli informačně gramotní, je třeba, aby školy a univerzity uznaly koncepci informační gramotnosti a zařadily ji do svých studijních programů a aby se ujaly vedoucí role ve snaze vzdělávat své studenty tak, aby byli schopni využít veškerých příležitostí, které jim informační společnost nabízí. Informačně gramotní lidé se naučili jak se učit. Vědí, jak se učit, protože vědí, jak jsou znalosti uspořádány, jak je možné informace vyhledat a využít je tak, aby se z nich mohli učit i ostatní. Jsou to lidé připravení pro celoživotní vzdělávání, protože mohou vždy najít informace potřebné k určitému rozhodnutí či k vyřešení daného úkolu.“⁴⁷ Oxbrow ve svém článku *Information literacy - The final key to an information society* zdůrazňuje, že zvyšování informační gramotnosti je nezbytným předpokladem k tomu, abychom byli schopni využívat všech výhod a možností, jež informační společnost nabízí. Jak je patrné z názvu článku, považuje informační gramotnost za klíč k informační společnosti.⁴⁸

Podpora rozvoje počítačové gramotnosti se uplatňuje v národním i mezinárodním měřítku. V Evropě můžeme připomenout například projekt ECDL, který vznikl jako reakce na problémy s prudkým rozvojem informačních technologií. Bylo třeba definovat pojem počítačová gramotnost a stanovit objektivní minimum znalostí pro efektivní využití ICT. Nejčastěji užívaným terminologickým souslovím je výraz: počítačová gramotnost (computer literacy). Jde o pojem čteně požívaný v různých dokumentech a programech, které se zabývají problematikou ICT a informační společnosti. Pokud se uvádí do stejné roviny počítačová gramotnost a informační gramotnost, tak takové srovnání neakceptuje M. Dombrovská, která ve svém příspěvku

⁴⁶ SLÁMOVÁ, H. *I. gramotnost*, Dostupné na: <http://www.joomla.slamow.com/sikp/prednasky/17-sikp-kapitola-ix-i-gramotnost.html>.

⁴⁷ LANDOVÁ H., DOMBROVSKÁ M., TICHÁ L. *Informační gramotnost - teorie a praxe v ČR*, Dostupné na: <http://knihovna.nkp.cz/NKKR0401/0401007.html>.

⁴⁸ OXBROW, N. *Information literacy – The final key to an information society*, s. 359-360.

na konferenci Inforum 2002, formuluje schéma tipů gramotnosti. Schematicky lze obsah výše uvedených gramotností vyjádřit následovně:

- Funkční gramotnost = gramotnost literární + dokumentová + numerická + jazyková
- Informační gramotnost = gramotnost funkční + počítačová/internetová.⁴⁹

Obecně lze uvést, že počítačovou gramotností se chápou kompetence k ovládnutí a využívání osobního počítače. Z předložených definic je zřejmé, že internetová gramotnost (network / Internet literacy) a počítačová gramotnost se překrývá. Pro potřeby této práce bude využita právě tato obecná rovina. V obsahu práce se mohou vyskytovat oba pojmy - počítačová gramotnost a informační gramotnost i v závislosti na citovaném zdroji.

3.5.1 ICT prostředky nejvíce využívané seniory

Současná generace seniorů je velice specifická. Její specifčnost byla utvářena historickými a společenskými událostmi, kterými procházela, s nimiž se musela vyrovnávat, nebývalým množstvím inovací, jež se za jejího života ve společnosti uplatňovaly. Jedná se o poslední generaci gramotné (tištěné) kultury, první generací, kterou od mládí provázelo stále se vyvíjející televizní vysílání, i první generací, jež ve stáří používá počítač a internet, využívá jeho možnosti k nahrazení handicapů a proniká do kyberprostoru pro informace a zábavu.⁵⁰

Internet - změna, která ovlivnila všechny sféry lidského života. Internetové technologie mění od základu světovou ekonomiku, šetří čas při sběru dat, vytváří trh, poskytují služby, mohou být nápomocny, využity a využívány v jakékoliv oblasti lidského konání. V průběhu 20. století se s neuvěřitelnou rychlostí začaly jakékoliv vzdálenosti zkracovat nebo dokonce eliminovat, díky vědeckotechnickému pokroku. Například: dnes nám televizní vysílání přináší reportáže z celého světa, zatímco my jsme doma, u obrazovky. Pokud si ale my budeme chtít zjistit jakoukoliv informaci, např. jaký program bude prezentovat Vídeňská státní opera příští týden, pak nám k tomu poslouží nepřekonatelné médium - internet. Nejvíce používanou službou internetu je elektronická pošta.

Původně armádní a později univerzitní projekt přerostl v grandiózní jev: na světě existují statisíce počítačů, které jsou navzájem trvale propojeny datovými linkami

⁴⁹ Srov. DOMBROVSKÁ, M. *Informační gramotnost: Funkční gramotnost v informační společnosti*. In Inforum 2002, Dostupné na: <http://www.inforum.cz/inforum2002/prednaska37.htm>.

⁵⁰ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, s. 113.

a působí jako poskytovatelé dat 24 hodin denně pro každého, kdo je schopen se k této síti také připojit. Tato síť se nazývá web (dříve se používal termín World Wide Web nebo WWW, česky se neujal název „pavučina“).⁵¹

Objektivně nové technologie svým způsobem mění kvalitu života v pozitivním významu, nejvíce právě generaci seniorů a řada seniorů je si toho vědoma. Zatímco před komputizací společnosti mnoho seniorů nebylo omezeno ve svých společenských možnostech intelektuální výkonnosti, ale sníženou pohyblivostí, v současnosti se společností místo seniorů pohybují výsledky jejich intelektuálních aktivit po síti v podobě bitů. I když pochopitelně v české společnosti nejméně využívá nové technologie a nejméně je počítačově gramotná stará generace, její počítačové kompetence a disponibilita novými technologiemi již dosáhla významného stupně, stále stoupá a má reálný význam. Nejen životní styl mladé generace, ale i životní styl význačné části staré generace je digitalizací významně ovlivněn. Lze říci, že v této oblasti čeští senioři a česká společnost nezaostávají za ostatní Evropou a český senior v tomto smyslu představuje standardního Evropana.⁵²

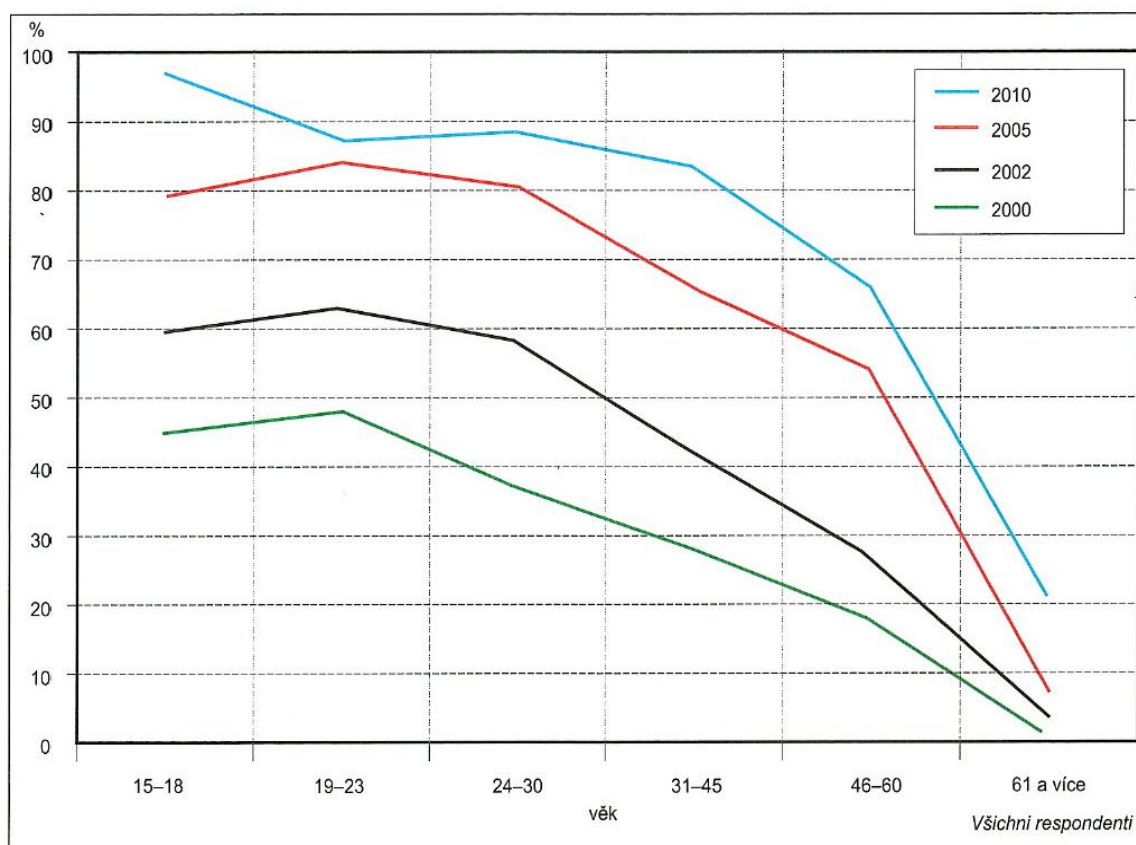
Podle P. Saka se internetu oprávněně říká síť sítí, protože v rámci nejdemokratičtější „polis“ - obce uživatelů internetu existuje velice složitá struktura, takže vedle sdělovaných banalit internet obsahuje např. pro civilizaci nejvýznamnější vědecká sdělení šířená v ad hoc sítích špičkových vědců zabývajících se daným tématem. Na počátku standardní komunikační události byla komunikace prostřednictvím všech smyslů. Vkládání médií mezi sdělovatele a příjemce vedlo k redukci formy sdělení na písemnou, audio a vizuální podobu a po delším vývoji médií dochází ke zpětnému pohybu a forma sdělení integruje jednotlivé formy do multimediálního sdělení. Médiem je vše, co přenáší myšlenku či informaci od sdělovatele. Svým způsobem je tedy médiem i jazyk. Ve vlastním významu však za médium pokládáme prostředek, který je mezi sdělovatelem a příjemcem a umožňuje, zprostředkovává jejich komunikaci v jednom směru či obousměrně. Současná média znamenají kvalitativní posun všech prvků komunikační události, umožňují výměnu obrovského množství dat v multimediálním formátu online či naopak jejich trvalé podržení v čase, předání jednomu či neomezenému počtu příjemců atd. Každá proměna média znamenala posun ve vývoji společnosti a člověka, a zákonitě se tak rozsáhlá

⁵¹ HLAVENKA, J.; SAMŠUK, P.; ROUBAL, P. *První kroky s počítačem*, s. 103.

⁵² SAK, P., KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, s. 127.

proměna média a navýšení jeho možností promítne do vývoje společnosti a člověka. Průvodním problémem a nechtěným produktem elektronické komunikace je zahlcení nejrůznějších diskusí agresivními a primitivními výlevy frustrovaných a zakomplexovaných uživatelů internetu. Tento proud komunikace snižuje efektivitu a možnosti, které elektronická komunikace pro společnost představuje.⁵³

Převratným objevem v oblasti elektronické komunikace je bezesporu emailová pošta. Pro seniory je to rovněž prostředek, který k přenosu informací využívají. Následující graf prezentují Sak a Kolesárová v knize Sociologie stáří a seniorů, kde svým výzkumem potvrzují, jak se vyvíjí komputelizace společnosti.⁵⁴



Graf 38 Využívání e-mailu: ČR (pramen: Výzkum 2. Seniori v stárnoucí české společnosti; Výzkum 5/2005. Komputerizace společnosti, vzdělávání a životní styl; Výzkum 3/2002. Osobní počítač a internet v české populaci; Výzkum 2/2000. Osobní počítač a internet v české populaci)

⁵³ SAK, P., SAKOVÁ, K., *Jak internet mění společnost*, Dostupné na: <http://www.lupa.cz/clanky/zpusob-vyuzivani-osobniho-pocitace-a-internetu/>.

⁵⁴ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, s. 119.

Osobní počítač je již tedy neodmyslitelnou součástí komunikačních technologií. Pod pojmem počítač si mnoho lidí představí buď notebook, nebo osobní počítač - PC (Personal Computer). Počítač je elektronické zařízení, které zpracovává data pomocí předem vytvořeného programu a zpravidla je ovládán uživatelem. V současnosti jsou počítače využívány téměř ve všech oborech lidské činnosti.⁵⁵

V nejširším slova smyslu by se počítač mohl přirovnat k jistému posilovači lidského mozku. Záleží na tom, jaké v počítači spustíte programy, co takové programy umí a co vám umožní: psát a upravovat texty vč. obrázků a grafických doplňků, vytvářet tabulky (výkazy a přehledy), zpracovávat obrázky, kreslit je, pracovat s hudbou, se zvukem, videem, získávat informace o čemkoliv a odkudkoliv prostřednictvím internetu či komunikovat s celým světem.⁵⁶

Elektronická komunikace se může stát spolehlivým nástrojem, jak být ve spojení, v kontaktu. Vnímáme, že osobní kontakt je pro nás podstatný a zejména pak pro seniory.

Mobilní telefon (hovorově mobil) je elektronické zařízení fungující jako normální telefon, ale s možností použití ve velkém prostoru. Mobilní telefony umožňují spojení s pevnou telefonní sítí přímo volbou telefonního čísla na vestavěné klávesnici.⁵⁷

Mobilní telefony pro seniory jsou trendem posledních let a většina výrobců mobilních telefonů má ve své nabídce. Moderní "chytré" telefony nejsou svoji konstrukcí a složitými funkcemi pro seniory příliš vhodné. Problémem jsou příliš malá tlačítka nebo složité ovládání dotykových mobilních telefonů pomocí virtuálních tlačítek. Zásadním a nejhlavnějším rozdílem mezi klasickým mobilním telefonem a mobilním telefonem pro seniory jsou:

- velká, dobře čitelná tlačítka
- jednoduchá a srozumitelná struktura menu
- některé modely obsahují SOS tlačítko, které v případě potřeby přivolá pomoc
- telefon neobsahuje žádné zbytečné/matoucí funkce
- díky robustnosti a absenci některých funkcí nebo i barevného displeje snesou telefony pro seniory hrubší zacházení oproti klasickým mobilním telefonům.⁵⁸

⁵⁵ WIKIPEDIE, *Počítač*, Dostupné na: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Po%C4%8D%C3%ADta%C4%8D>.

⁵⁶ Srov. LAPÁČEK, J. *Počítač pro seniory*, s. 11-12.

⁵⁷ WIKIPEDIE, *Mobilní telefon*, Dostupné na: http://cs.wikipedia.org/wiki/Mobiln%C3%AD_telefon.

⁵⁸ TELEFON PRO SENIORY, *Mobilní telefony pro seniory a nenáročný uživatel*. Dostupné na: <http://www.telefonproseniory.cz/>.

Senioři chtějí hlavně volat (90 %) a posílat SMS (69 %). Veškeré další funkce je spíše obtěžují. Vyplývá to z průzkumu mezi 235 návštěvníky školení „Jak na mobil“. Ty ve všech krajských městech pořádala společnost emporia Telecom, světový lídr v segmentu snadno ovladatelných telefonů. Senioři od telefonu požadují za klíčové především snadné ovládání (65 %). Následuje velký displej (41 %), velká tlačítka (38 %) a dlouhá výdrž baterie (36 %). Každý pátý senior svůj telefon využívá také jako fotoaparát. Nejméně využívanou funkcí je internet (7 %). Složitějším funkcím jsou více nakloněni muži než ženy. Příslušníci starší generace telefon nejčastěji používají na povídání se svou rodinou (8 z 10) a s přáteli (6 z 10). V nouzových situacích mobil využívá takřka třetina respondentů – tento podíl výrazně roste s věkem. Každý šestý senior svůj telefon používá také pro pracovní účely. Průzkum Senioři a mobilní telefon proběhl v květnu a červnu 2012 na vzorku 235 účastníků seminářů „Jak na mobil“ ve věku 57 - 91 let. Průměrný věk respondentů byl 75 let. V průzkumu byly rovnoměrně zastoupeny všechny regiony ČR.⁵⁹

3.5.2 Trendy v oblasti technologií pro seniory

Gerontotechnologie – pojetí techniky pro udržení a integraci seniorů do společnosti vstupuje do popředí jako nový fenomén. Zvyšovat kvalitu života seniorů totiž neznamená jen poskytnout odpovídající zdravotní a sociální péči, ale také jim umožnit žít v prostředí, které je bezpečné a přizpůsobitelné jejich osobním preferencím a měnícím se schopnostem. Gerontotechnologie jsou tedy technologie, které podporují samostatnost a soběstačnost seniorské populace, nejen v ústavní a institucionální péči, ale především v jejich domovech, v prostředí, ve kterém celý život žijí. Urbanistika a pohyb na volném prostranství pojatá z pohledu potřeb seniorů neomezují život pouze do vyhrazených míst. Přizpůsobené bydlení dovolí dál používat domov a domácnost i při měnících se schopnostech. Komunikační technologie pomohou zůstat dále v kontaktu se společností, případně řešit krizové momenty seniorů. Kompenzační pomůcky a šetrné materiály ulehčují každodenní život a rozvoj technologií vychází vstříc téměř všem požadavkům seniorů. Chytrá technika je schopná ohlídat případná opomenutí a eliminuje možnost poranění či vzniku škod. A konečně, přizpůsobovat dopravu růstu seniorské populace a zjednodušit cestování by mělo být samozřejmým

⁵⁹ EMPORIA, *Čeští senioři od mobilu vyžadují snadné ovládání*, Dostupné na: <http://www.emporia.cz/content/novinky/268etsenio345iodmobiluvyadujsnadnovldn-138?details>.

zájmem celé společnosti. Výsledkem tedy jsou či budou výrobky a služby, které jsou jasně zaměřeny na nový segment zákazníků, v tomto případě seniorů. Kde je poptávka, tam je i nabídka a v poslední době je tomu i naopak. Gerontotechnologie budou mít za následek rozvoj části ekonomik tzv. „stříbrné ekonomiky - SILVER EKONOMY“. Dá se také předpokládat, že stárnoucí populace bude zvyšovat své nároky, jak kvalitativní, tak kvantitativní na vše, co je spojeno s jejich každodenním životem. Senioři budou díky svému počtu výrazně ovlivňovat chod společnosti. Také se bude zvyšovat objem financí, který bude této věkové skupině přináležet. Mohli bychom říci, že rok 2025 až 2050 je vzdálenou hudbou budoucnosti. Ale v určité míře startují popsane jevy již dnes.⁶⁰

Pro oblast volného času:

- možnosti vzdělávání, univerzity třetího věku
- nová média, kultura a zábava pro seniory
- cestování, sport.

V oblasti komunikačních technologií bude stále zásadní:

- řešení krizových situací seniorů (centrální pulty a podobné systémy)
- monitoring zdravotního stavu
- eliminace oslabování zraku a sluchu.⁶¹

V oblasti internetu stále platí komunikace prostřednictvím emailové pošty, skype včetně použití kamery, vyhledávání informací. Sociální sítě již zdaleka nejsou pouze doménou mladistvých, ale senioři se v systému již také registrují. Jsou tak stále generačně i mezigeneračně „nablízku“ své rodině, přátelům, vyměňují si zkušenosti, fotografie, rady, nápady. K volnočasovým aktivitám (hobby, zájmy, hry) je stále nejkomfortnější možností vyhledat si mnoho informací přes internet, sebevzdělávat se, seznamovat se, diskutovat, vyhledávat akce. Senioři mohou využívat on-line hry např. hrát šachy, získávat prospěšné informace o jízdách řádech, otevíracích dobách, kulturních přehledech, recepty, zprávy z domova i ze zahraničí, kontakty na lékaře apod. Rovněž je možnost studovat z domova on-line kurzy. Další možností internetu, která může seniorům usnadnit život, je nakupování v internetových obchodech, především pohodlné pro ty, kteří jsou handicapovaní.

⁶⁰ Srov. HERCÍK, P. *Silver economy*, Dostupné na: http://www.mpsv.cz/files/clanky/3483/17_Hercik.pdf.

⁶¹ Srov. Tamtéž.

4 Andragogika a gerontopedagogika

Od roku 1990 se na území bývalého Československa vytváří nová koncepce andragogiky, která rozvíjí různé podněty uvedených pojetí a shrnuje je pod označení integrální andragogika. Na univerzitě Palackého v Olomouci byla zpracována Vladimírem Jochmannem tato širší koncepce andragogiky, která zahrnuje vzdělávání dospělých, personální management, sociální i kulturní práci. Jochmann vycházel z koncepce výchovy založené na sociologii, je také silně ovlivněna ideami antropologické pedagogiky a snaží se odrážet civilizační trendy přelomu tisíciletí a postavení člověka v nich. Integrální andragogika zahrnuje širokou oblast vzdělávání dospělých, oblast edukace, oblast péče a funkcionálního působení.

Otázka andragogiky jako vědní disciplíny se začala řešit až v sedmdesátých letech dvacátého století a to pouze v některých zemích. Od této doby se andragogice stále nepodařilo zdůvodnit vlastní existenci jakožto vědy, tak aby mohla být uznána vědami ostatními. Základní legitimizační problémy andragogiky:

- Pochybnost o odlišnosti vzdělávání dospělých a vzdělávání mládeže
- Nevole aplikovat pojem výchovy na dospělého jedince, jsou zastávány názory, že dospělý je již nevychovatelný
- Diskuse, zda je andragogika teorií, ideologií nebo souhrnem pokynů pro praxi vzdělávání dospělých
- Spory ohledně vymezení náplně andragogiky, zda používat úzké či širší pojetí.⁶²

Palán se odkazuje na Jochmanna a ztotožňuje se s tezí, že andragogika není pouze vědou o vzdělávání dospělých. Zahrnuje širokou oblast vzdělávání dospělých - školské, podnikové, mimoškolské. Ještě širší oblast edukace - politickou a občanskou výchovu, podnikovou výchovu, kulturní výchovu, propagaci a reklamu, prevenci a výchovnou práci v oblasti sociálně patologických jevů a další. Stejně širokou oblast péče - kulturní a kulturně výchovnou práci, podnikovou péči o lidi (personální management), sociální práci a sociální péči, sociální péči o nemocné, gerontologii (interdisciplinární vědní obor, zabývající se problémy stáří), poradenství různého druhu, volný čas, zábavu, rekreaci, seberealizaci. Rovněž je zde zahrnuto i funkcionální působení - masové komunikační prostředky, působení prostředí, sociální ekologie, bydlení atd.⁶³

⁶² WIKIPEDIE, *Andragogika*, Dostupné na: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Andragogika>.

⁶³ Srov. PALÁN, Z. *Úvod do studia personalistiky: Základy andragogiky*, s. 61.

Pro představu Palán vysvětluje, že každá vědní disciplína musí mít zcela ujasněny pojmy. Stejný pojem ale může mít v různých vědách různý obsah. Každá disciplína má své pojmy základní s jednotným významem a jednoznačným chápáním, protože jsou základem dalších teorií, vědních konstrukcí a myšlenkových pochodů. Nejzákladnější pojmy nutné pro andragogiku s jednoznačným chápáním jsou:

- dospělý
- výchova
- vzdělání
- péče.⁶⁴

Andragogika jako aplikovaná věda vychází ze slovního výrazu „pedagogika.“ Zahrnuje tedy všechny hlavní oblasti života člověka, které jsou značně ohroženy změnami. Prusáková na tomto základě dělí andragogiku na:

- profesní andragogiku - zaměřenou na další odborné vzdělávání dospělých,
- kulturní andragogiku - zaměřenou na volnočasové aktivity,
- sociální andragogiku - zaměřenou na oblast sociální práce, sociální péče.

Dále autorka podotýká, že takovéto chápání pak umožní zachytit životní zvraty každého jedince v plné šíři, nalézá prostředky, metody, formy jak se s nimi vypořádat, jak pomoci dospělému člověku, aby jeho průběh socializace a enkulturace probíhal zdárně a příznivě. Autorka dále podotýká, že je třeba hned od počátku upozornit, že nejde jen o nový termín, přejmenování pedagogiky dospělých na andragogiku, ale o novou koncepci, kterou si vyžádala společenská praxe, větší potřeba specifického řešení problémů dospělého člověka v kontextu naléhavých potřeb celoživotního vzdělávání. Chápání andragogiky jako otevřeného systému jistě přispěje k dotváření jejího systému uvnitř i navenek, a to hlavně ve vztahu k pedagogice, se kterou spoluvytváří systém vědy o výchově.⁶⁵

Gerontopedagogika je speciálně zaměřená teoreticko-empirická disciplína pedagogiky, která vychází z disciplinárních hledisek gerontologie a využívá poznatků gerontopsychologie. Řeší otázky úspěšného zvládnutí procesu stárnutí používáním individuálně přizpůsobených pedagogických programových plánů, orientovaných na výchovu a vzdělávání seniorů.

⁶⁴ Srov. PALÁN, Z. *Úvod do studia personalistiky: Základy andragogiky*, s. 8.

⁶⁵ Srov. PRUSÁKOVÁ, V. *Andragogika-súčasný stav a perspektívy vývoja na Slovensku*, In *Pedagogická revue*, s.101-109.

Prusáková zdůrazňuje, že v posledním desetiletí vzrůstá zájem teoretiků o problematiku vzdělávání dospělých. Souběžně s tím nastává i bezprostřední proces rozvoje a diferenciacie vědeckých disciplín věnujících se jeho teorii. Geragogika (gerontagogika) je vlastně stále ještě v procesu svého utváření, přesto se otázky výchovy a vzdělávání dospělých staly součástí řešení.⁶⁶

Základ názvu oboru gerontagogika vychází ze spojení řeckého geront (základem je gerón - stařec) a agóge - vedení. V anglickém pojmosloví se používá název Elderly Education.

Livečka se o disciplíně rovněž vyjadřuje jako o novém pedagogickém oboru, který se stále terminologicky i obsahově vyvíjí. Je integrální součástí gerontopedagogiky a andragogiky jako vědy o výchově a vzdělávání. Cílovou skupinou jsou osoby důchodového věku, které již nepracují a z různých důvodů se vzdělávají. Patří sem rovněž osoby, které se připravují na aktivní život v důchodu a jsou ještě v produktivním věku. Gerontagogika zkoumá problémy týkající se hlavně schopnosti starších lidí učit se a využívá vhodné formy při vzdělávání.⁶⁷

V situaci, kdy jsou sociální nutností procesy celoživotního vzdělávání a učení, patří vzdělávání seniorů mezi nezbytné instituce.

Faktory, které podmiňovaly, charakterizovaly a ovlivňovaly utváření předmětu gerontagogiky:

- potřeba hledat odpovědi na požadavky specifické výchovné praxe
- skutečnost, že se edukací a výchovou seniorů zabývali a realizovali nadšenci z různých vědních oborů
- samotná praxe edukace seniorů se nejdříve musela rozvinout do takové míry, aby sama vyvolala potřebu systémového zkoumání, aby vznikl společenský tlak na podporu odborného přístupu.

Sénium se postupně dostává do povědomí vzdělavatelů. Diferenciační proces edukace ve vědách musel dospět do rozdělení podle věkových období. Vznikla potřeba shromáždit množství poznatků, které by se mohly stát základem pro novou vědní disciplínu. Z generačního hlediska je možné předmět geragogika rozdělit na tři okruhy:

- vlastní seniorská edukace

⁶⁶ Srov. PRUSÁKOVÁ, V. *Andragogika-súčasný stav a perspektívy vývoja na Slovensku*, In *Pedagogická revue*, s.102.

⁶⁷ Srov. LIVEČKA, E. *Úvod do gerontopedagogiky*, s. 233.

- preseniorská edukace - příprava na stáří
- proseniorská edukace - se širokým transgeneračním záběrem a podporou mezigeneračního porozumění.

Specializační aspekty gerontagogiky zahrnují:

- kulturně osvětovou edukaci (zájmové vzdělávání, kulturně umělecká, osvětová činnost, hobby, kroužky, sportovně rekreační, společenské aktivity apod.)
- sociálně zaměřené programy pro seniory, rodiny se seniory, dobrovolníky i profesionální sociální pracovníky
- profesně orientované edukační aktivity pro seniory.

Při vzdělávání seniorů plní výchova a vzdělávání následující funkce:

- všeobecně vzdělávací
- kulturně - umělecké
- poradenské
- zdravotní
- právní a jiné poradenství

Jedná se tedy o funkce preventivní, rehabilitační, adaptační, relaxační, mezigeneračního působení a kultivační.⁶⁸

4.1 Rodina a mezigenerační učení

Mezigenerační vzdělávání považuje vztahy mezi mladou a starší generací za stejně podstatné pro obě věkové skupiny i pro celou společnost. Podporuje prospěšnou výměnu zkušeností, aby se využilo specifických zkušeností každé generace, a podporuje vytváření vztahů mezi generacemi.⁶⁹

Mezigenerační vzdělávání přináší změny ve vztazích mezi mladší a starší generací. V současné době slábnou kontakty mezi mladšími a staršími lidmi, mezigenerační solidarita. Zkušenosti a schopnosti seniorů by se tak mohly časem vytratit. Učení v rodině se nachází ve zcela jiné pozici než ostatní formy učení a zaujímá významnou úlohu. Vytváří důležité citové vazby, je dlouhodobé, souvislé a nepřetržité a vytváří podmínky pro učení i v dalších oborech. Učení v rodině probíhá mezi všemi jejími

⁶⁸ RODINA FINANCE, *Vzdělávání seniorů*, Dostupné na: <http://www.rodina-finance.cz/seniori.207/vzdelavani-senioru.20407.html>.

⁶⁹ Srov. RADVÁKOVÁ, V. *Mezigenerační vzdělávání*, Dostupné na: <http://www.vsporadenstvi.cz/cs/node/114>.

členy, a to na dvou úrovních vertikálně - mezi generacemi a horizontálně - v rámci stejné generace.⁷⁰

Mezigenerační učení znamená získávání zkušeností, dovedností, vytváření postojů a hodnot při běžných denních činnostech všech členů různých generací v rodině. K činnostem patří např. společné vaření, procházky, práce na zahradě, návštěvy kulturních akcí, společné stolování apod. Učení má interkomunikační charakter, probíhá vědomě i nevědomě. Může být záměrné a nezáměrné, verbálně kognitivní nebo také senzomotorické.

Mezigenerační učení je oblast, která ještě není předmětem většího zájmu vědců a výzkumů. Vzhledem k tomu, že se vazby mezi generacemi postupně vytrácejí, zasloužila by tato oblast odpovědné bádání.

Při trávení společného času dvou generací, dochází na základě učení k oboustrannému vyměňování poznatků. Prarodiče ovlivňují hlavně jazykové, kulturní znalosti a předávání rodinných tradic. Vnouchata naopak předávají prarodičům znalosti z oblasti cizích jazyků a dovednosti s informačními a komunikačními technologiemi nebo s nimi také sdílí vědomosti ze školního vzdělávání. Vzájemná informovanost se týká oblasti sociální, politické a aktuálních informací, novinek.

Kulturu rodiny prezentují učení, přátelská atmosféra, otevřená komunikace a velká míra soudržnosti, která pozitivně ovlivňuje učení v rodině. Všechny tyto aspekty zdůraznil Břicháček v rysech zdravé fungující rodiny, kterou charakterizuje vysokým stupněm soudržnosti a spoluprací v rodině mezi všemi členy navzájem, v poskytování a přijímání vzájemné sociální opory v širším sociálním zázemí (solidarity), v jasné a otevřené komunikaci a ve vzájemném respektu.⁷¹

Rodinná atmosféra se vzájemně propojuje se soudržností. Oblasti, které se spolupodílí na vytváření rodinného klimatu, jsou ze sféry vztahové, hodnotové a systémové. Oblast vztahová je vymezená množstvím a intenzitou vztahů, projevováním emocí a konflikty. Hodnotová oblast rodiny je vymezená výkony a hodnotami rodiny, které rodina uznává a které v jedinci pěstuje. Systémová oblast se vztahuje na organizaci a řízení rodiny. Soudržnost vyjadřuje, jak rodina drží při sobě,

⁷⁰ Srov. RABUŠICOVÁ, M.; KAMANOVÁ, L.; PEVNÁ, K. *Učení v rodině v mezigeneračním pohledu*. In *Pedagogická orientace*, s. 92 – 111.

⁷¹ Srov. BŘICHÁČEK, V. *Zdraví jako biosociální jev*, s. 27 - 31.

expresivita udává, jak otevřeně se členové rodiny projevují v citové oblasti, a konfliktnost vyjadřuje míru konfliktního chování v rodině.⁷²

Podle Střelce rodinná soudržnost chrání rodinu před vnějšími i vnitřními nepříznivými vlivy a zajišťuje její stabilitu. Vnitřní stabilita rodiny tvoří základnu emocionální atmosféry rodinného prostředí a umožňuje přirozený rozvoj všech dimenzí rodinného života včetně podmínek pro vzájemné učení⁷³

Pro mezigenerační učení je zásadní komunikace. Dovoluje generační propojování u společných činností, zájmů a témat hovoru, kdy starší učí a vzdělávají mladší generace a naopak starší se učí od mladších. Mezigenerační komunikace přispívá k porozumění mezi generacemi, může vést k překonávání generačních stereotypů a je důležitá pro kvalitu života.⁷⁴

Učení v rodině probíhá neustále, aniž by členové rodiny cokoliv pozorovali. Je to naprosto přirozený proces. Vzájemně se ovlivňují věkové protipóly, které jsou obsaženy ve dvou i třech generacích. Rodina se stárnoucími lidmi mění své vztahy. Stárnoucí lidé se postupně stávají čím dál více závisými na prostřední generaci (svých dětech). Podle Vágnerové je zde významné poskytování mezigenerační solidarity, kterou si dříve poskytovali vzájemně, a nyní směřuje především od mladších ke starším. Tato mezigenerační solidarita zahrnuje především emoční vazbu s citovou oporou (empatické projevy, porozumění, láska, náklonnost), kognitivní podporu (dávání rad a informací) a reálnou výpomoc. Přes zvýšenou závislost starší generace na mladší, zde ale stále funguje vzájemné ovlivňování, předávání informací, zkušeností a emoční podpory.⁷⁵

Mezigenerační učení v rodině tak souvisí s věkem členů rodiny, s jejich zráním a osamostatňováním, ale také se vzájemnými vztahy v jednotlivých obdobích života a s tématy, která jsou v daných obdobích pro rodinu důležitá.⁷⁶

Funkce obou generací popisuje P. Sak a konstatuje, že jsou komplementární, vzájemně se doplňující. Vychýlení společenské pozice v obou generacích má pro společnost negativní dopady. Stará generace má společensky konzervovat ověřené jistoty, má být nositelem různosti zkušeností a udržovat ve společnosti rozmanitost

⁷² Srov. JEŽEK, S. *Možnosti konceptualizace školního klimatu*. In JEŽEK, S.(ed.) *Psychosociální klima školy*, s. 2-31.

⁷³ Srov. STŘELEK, S. *Rodina a výchova dětí školního věku*, s. 157-164.

⁷⁴ Srov. JIRÁSKOVÁ, V. *Ageismus a kvalita života*. In JIRÁSKOVÁ, V. a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*, 19-36.

⁷⁵ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: Dospělost a stáří*. s. 386.

⁷⁶ RABUŠICOVÁ, M., KLUSÁČKOVÁ, M., KAMANOVÁ, L. *Mezigenerační učení v rámci programů neformálního vzdělávání pro děti, rodiče a prarodiče*, s. 131 – 153.

ve vidění reality. Svým přístupem by měla být ve stálé tenzi ke snaze mladé generace problémy, jevy a skutečnost zjednodušovat do černobílé podoby. Přístup staré generace k inovacím musí být zákonitě zkoumavější, váhavější, protože zásobárna jejich zkušeností, s kterými inovace poměruje, je daleko větší. Inovace u staré generace vstupují do hotových poznatkových, hodnotových a postojových struktur. Mládež k inovacím přistupuje v rámci své primární socializace. Je přirozenou potřebou a funkcí mladého člověka a mladé generace prahnout po novém, po inovacích všeho druhu a začleňovat je do struktur svého myšlení a chování. Právě tato její potřeba a společenská vlastnost je motorem pohybu společnosti a předpokladem rozšířené společenské reprodukce. Naopak stará generace hlídá, aby tlak na změnu nepřekročil u mladé generace únosnou míru, při němž by již hrozila destabilizace společenských subsystémů a celé společnosti až na hranici anomie.⁷⁷

⁷⁷ SAK, P. *Vztahy mezi generacemi; první část statě „Děti a mládež na počátku mediální a informační společnost“ publikované v čísle 5/2009 Česko-slovenské pediatrie*, Dostupné na: <http://blisty.cz/art/47414.html>.

5 Vzdělávání dospělých

Vzdělávání dospělých může být prezentováno jako:

- stádium celoživotního vzdělávání
- součást vzdělávací soustavy
- proces vzdělávání.

Vzděláváním dospělých se zabývá mnoho zemí po celém světě (např. Anglie, SRN, USA, Kanada). Edukace dospělých, jako vědní obor specializovaný na speciální problematiku, se nazývá vzdělávání dospělých (angl. Adult education, něm. Erwachsenenbildung). Cílená soustředěnost k tomuto fenoménu je datována od konce druhé světové války. Tlak na formování a vznik teorie oboru s požadavky na rozvoj praxe vzdělávání dospělých vyvolaly postupně narůstající potřebu nových organizačně administrativních opatření. K tomuto tématu se organizuje mnoho mezinárodních konferencí.

Základní pojem vymezuje Beneš tak, že vzdělávání dospělých je definováno jako komplexní soubor institucionálně organizovaných a individuálních vzdělávacích aktivit, které nahrazují, doplňují, inovují nebo jinak obohacují počáteční vzdělání dospělých osob a jež rozvíjejí znalosti a dovednosti, hodnotové postoje, zájmy i jiné osobní a sociální kvality, potřebné pro plnohodnotnou práci rodinný i mimopracovní život.⁷⁸

5.1 Vzdělávání dospělých jako etapa celoživotního vzdělávání

Rozdělení má své opodstatnění většinou ve třech rovinách:

- předškolní výchova
- školní vzdělávání
- vzdělávání dospělých.

Vzdělávání dospělých je systematickým pokračováním školního vzdělávání po vstupu do reálného života. Jedná se o nejdelší životní období člověka. V období dospělosti se ale lidé nemusí vzdělávat. Měli by však mít možnost své vzdělávací nároky uspokojit, pokud pocítí nesoulad mezi svými současnými znalostmi a tím, co by si přáli umět a vědět. Lidé v produktivním a postproduktivním věku se chtějí vzdělávat z různých příčin. Petřková nejčastěji uvádí tyto motivy:

⁷⁸ Srov. BENEŠ, M. *Úvod do andragogiky*, s. 7.

- profesní růst,
- společenský prospěch,
- vnější očekávání,
- společenské kontakty,
- únik/stimulace,
- poznávací potřeby a zájmy.⁷⁹

V České republice je preferováno především profesní vzdělávání, které zajišťuje vyšší kvalitu vykonávání oborového povolání a zvýšení možností zaměstnanosti jedince. V této oblasti je významná sféra rekvalifikačního vzdělávání. V poslední době se zvyšuje zájem o vzdělávání v postproduktivním věku (vzdělávání seniorů). Velké množství lidí se po odchodu do důchodu ještě těší z mnoha let života. Ke kvalitě této životní etapy náleží rovněž možnost vzdělávání. Osoby v seniorském věku tak mohou uspokojovat své zájmy a zároveň vhodně naplňovat svůj volný čas. Finanční zajištění vzdělávání dospělých je zabezpečeno z více zdrojů. Podílejí se v různých stupních stát, podnikatelská sféra a účastníci osobně.

5.2 Vzdělávání dospělých jako součást vzdělávací soustavy

Školský systém je součástí vzdělávací soustavy. Obsahuje vzdělávání dospělých. Soustavu chápeme jako systematicky a konkrétně propojený systém vzdělávacích institucí a aktivit. Školská soustava tuto zásadu aplikuje. V oblasti vzdělávání dospělých se ale jedná o obsáhlou nabídku samostatně izolovaných, bez vzájemného souladu nekoordinovaných vzdělávacích možností.

Bočková uvádí, že vzdělávací příležitosti pro dospělé osoby poskytují jednak instituce vzdělávání dospělých, které se na ně zaměřují, jako na svou hlavní činnost, jednak instituce zabývající se tímto vzděláváním v části své pracovní náplně. Problém způsobuje to, že přesná data o účasti dospělých v různých formách vzdělávání nejsou k dispozici, resp. Nejsou srovnatelná v důsledku rozdílných metodik evidence této činnosti. Do kategorie vzdělávání dospělých se někdy zahrnují všechny existující formy vzdělávání dospělých, tedy např. i krátkodobá školení v rámci podnikového vzdělávání, jindy se započítávají jen vzdělávací aktivity mimo podnikovou sféru apod.⁸⁰

⁷⁹ Srov. PETŘKOVÁ, A. *Psychologie učení a vzdělávání dospělých*. In *Pedagogická encyklopedie (ed.)*, s. 479.

⁸⁰ Srov. BOČKOVÁ, V. *Vzdělávání dospělých*. In *Pedagogická encyklopedie (ed.)*, s. 479.

5.3 Vzdělávání dospělých jako vzdělávací proces

Vzdělávání dospělých obsahuje přímo řízený nebo zprostředkovaný proces, který používá pojmy: vyučovací a výukový proces, výuka. Cílem výuky je dosažení změn ve znalostech, dovednostech, postojích nebo v pochopení určité oblasti problémů. Postup během výuky dospělých jedinců klade nároky na dodržování určitých požadavků:

- uložení srozumitelného a konkrétního úkolu
- strukturace učebních pramenů a jejich racionální uspořádání
- motivace výukové aktivity účastníků
- podpora vhodných metod a způsobů dospělých při učení
- plynulé poskytování informací o výsledcích vzdělávání
- kombinování teorie a praxe se zapojením zkušeností studujících, objevování možností aplikace získaných vědomostí
- vytváření pozitivního studijního klimatu zbaveného obav
- využití formativního vlivu výuky na studující.

Dospělým účastníkům studia mohou činit v procesu učení problémy nedostatečně zvládnuté způsoby učení. Tento nedostatek lze vhodně vyřešit přiměřeně zvolenými učebními metodami a upevnováním náležitých postupů dospělých při učení. Různorodé používání metod zajišťuje participační účast dospělých při výuce. Z toho vyplývá, že je prospěšné preferovat dialogické metody před monologickými, problematické před informativními, vlastním originálním provedením oproti předkládání ucelené soustavy vědomostí, výkladů apod. Výukový proces dospělých studentů může ovlivnit jejich zdravotní stav, nedostatečný sluch či poruchy zraku, měnící se vlastnosti paměti a myšlení, volními vlastnostmi. Dále jsou to jistě pochybnosti při prezentování učiva, strach z ponížení a ztráty důstojnosti. Je vhodné zdůraznit, že výukový proces není pokaždé pozitivně emocionálně akcentován v pojmání nových vědomostí. Dospělý jedinec má již zakotveny znalostní struktury, z nichž vyplývá utváření postojů, soudů, úsudků a s nimi související zájmy. Tyto včleněné struktury disponují nebývalou trvalostí, a pokud dochází k jejich atakování, je doprovázeno nepříjemným vnímáním. Dospělý člověk je schopen vyvinout proti neznámým poznatkům defenzivní reakce,

kteřé mu slouží jako obrana vůči intervenci do vlastních stereotypů, přizpůsobení svého vědomí.⁸¹

Používané metody a formy mají široký záběr. Uplatňují se přednáškové cykly, semináře, kurzy, konzultace, symposia, praxe, workshopy, mediální relace, konference, distanční, korespondenční, e-learningové studium apod. Je zde větší prostor pro využití netradičních metod a forem učení, mezi něž patří např. koučink, mentoring, týmová spolupráce, využívání nových informačních technologií, kooperativní myšlení. Začleněny jsou také metody na základě participace dospělých studujících, což jsou případové studie, inscenační metody, brainstorming, ekonomické hry, činnost na simulátorech, problémové a diskusní metody apod.

5.4 Vzdělávání seniorů

Vzdělávací proces je nabízenou možností a životní perspektivou pro starší lidi. Vzdělávání poskytuje seniorům životní podporu ve věděni, v rozvoji osobnostního růstu, v orientaci všech možných informací v etapě života, která se pokládala ve vzdělávací oblasti za deficitní.

Pokud si budeme myslet, že dětství a mládí je určena výchova a vzdělání člověka, tak tato idea dávno překonala sama sebe. Uskutečňovaná výchova i vzdělávání jsou dnes s naprostou samozřejmostí chápány jako celoživotní proces (edukace dospělých, tzn. gerontopedagogika). Jedním ze zcela nejpodstatnějších požadavků celoživotního vzdělávání je přesvědčení, aby příležitost k němu měli opravdu všichni.

„Cílem je vytvořit takové podmínky a vzdělávací příležitosti, aby lidé cítili potřebu vzdělávat se a zdokonalovat a také mohli a chtěli tuto potřebu uspokojit v průběhu celé své životní dráhy, tedy i v postproduktivním věku.“⁸²

Již Komenského „škola stáří“ poukazuje na moudré využívání výsledků lidské práce a dobré prožívání zbytku života. I přes tento náhled byly vzdělávací potřeby starších lidí dlouho opomíjeny. Tento stav částečně ovlivnila i věda o stárnutí a stáří (gerontologie), která dlouho formovala nepříznivý pohled na stáří, v němž prezentovala především různá omezení, ztráty, nemoci a pasivitu starších lidí. V šedesátých letech dvacátého století začalo docházet k rekvalifikaci úlohy stárnoucí populace. Západní Evropa

⁸¹ Srov. BOČKOVÁ, V. *Vzdělávání dospělých*. In *Pedagogická encyklopedie (ed.)*, s. 481.

⁸² MÜHLPACHER, P. *Vzdělávání seniorů*. In *Pedagogická encyklopedie (ed.)*, s. 483.

s nezadržitelným vědecko-technickým vývojem pojmenovala v oblasti vzdělávání dospělých novou cílovou skupinu. Tuto skupinu reprezentují lidé v postproduktivním věku.

Lidé této životní etapy jsou sociální skupinou, která se vyznačuje znakem diferencovanosti. Členové této skupiny jsou determinováni např. bývalou profesí, sociální rolí v mikroklimatu rodiny, finančními možnostmi, úrovní vzdělání, osobní zkušeností, zdravotním stavem, mentální výkonností, různorodými podmínkami učení, apod. Již z tohoto o výčtu je patrné, že pro takovouto skupinu postproduktivního věku je nutností hledat specifické vzdělávací formy.

5.4.1 Funkce vzdělávání v postproduktivním věku

Livečka předkládá čtyři funkce vzdělávání. Preventivní, anticipativní, rehabilitační a posilovací. Předpokladem preventivní funkce je plnění opatření v určitém předstihu. Lze tak seniorskou životní etapu kvalitněji prožít. Anticipační funkce zajišťuje připravenost související se změnou životního stylu při odchodu do penze. Udržování a regenerace fyzického a duševního potenciálu je smyslem rehabilitační funkce. Posilovací, stimulační nebo kultivační úloha podporuje aktivity seniorského věku, jejich kultivování, rozvoj zájmů a potřeb.⁸³

V souvislosti se vzděláváním je aktuální sociálně-psychologická úloha. Jejím úkolem je kladně ovlivňovat kvalitu života, ale zabývá se také předcházení napětí mezi dvěma generacemi - mladou a starší (ageismus). Cílem takovýchto vzdělávacích činností je setkávání, výměna souhrnu znalostí a komunikační platforma mezi oběma populacemi. Formulování cílů univerzity třetího věku se vyvíjelo a tříbil za jejího existenčního vývoje:

- přiblížit poznatky z vědních oborů starším spoluobčanům
- zvýšit vědomosti k jejich sebepoznání
- ulehčit cestu a orientaci ve stále složitějším měnícím se prostředí.

Mühlpachr upozorňuje, že vzdělávání má v průběhu dospělosti i v postproduktivním věku významný vliv na kvalitu života. Jak vyplývá z řady studií (např. Svensson, 1997; Pearce, 1991; Rolland, 1993), vzdělávací praxe je v postproduktivním věku udržovacím faktorem kvality života. Dochází ke zvýšené pohotovosti kognitivních

⁸³ Livečka, E. *Výchova ke stáří a ve stáří*, s. 293.

a intelektuálních funkcí, zvyšuje se sebedůvěra, upevňují se sociální pozice, je pozitivně ovlivněno duševní a fyzické zdraví. Vzdělávací aktivity jsou důležitou oporou seniorům, kteří ukončí pracovní poměr. Výsledkem je pak celková životní spokojenost.⁸⁴

Dnes již etablovaná činnost univerzit třetího věku aplikuje přístupy a úrovně s aspektem společenského děje, interkomunikací a potencionálním zvýšením komunikačních možností:

- výhradně nabídka náplně pro volný čas
- obvyklá populárně naučná a osvětová činnost
- diskusní forma seminářů
- profilově zaměřené cykly přednášek
- soubory přednášek implikující nové poznatky, ulehčující integraci seniorů do společenského prostředí, v oblasti nových technologií a složité otázky vývoje světa (ekologie, práce s PC, média, násilí, ...). Tento inovační přístup se dá vhodně kombinovat s kurzy zaměřenými na životní styl, kreativitu, komunikaci, asertivitu, životní adaptace, mezilidské vztahy, životosprávu ... Předpokladem je i to, že senioři získané poznatky využijí v rámci svých rodin a blízké společnosti.
- lekce specializované na oblast samosprávních činností (administrativa při zakládání klubů či center seniorů, hájení zájmů seniorů v různých oblastech – kriminality, násilí, dopravní bezpečnosti). Výchování senioři v sociologické metodice jsou významným přínosem v realizování výzkumných projektů.⁸⁵

Není výjimkou kombinování výuk s cizími jazyky, sportovními a relaxačními metodami atp.

⁸⁴ Srov. MÜHLPACHER, P. *Vzdělávání seniorů*. In *Pedagogická encyklopedie (ed)*, s. 485.

⁸⁵ Tamtéž, s. 485.

5.4.2 Význam vzdělávání v postproduktivním věku a aktivní senior

Význam lze nalézt v nabízené životní perspektivě starým spoluobčanům. Jedná se o podporu lidem v této etapě života, o pocit integrace, potřebnosti a uplatnění ve společnosti, důstojnosti a osobního i společenského uspokojení. Oni sami a také za významné pomoci mladších generací se mohou stát aktivními seniory. Význam pojmu „aktivní senior“ tkví ve správné motivaci, zájmu a chtění starších spoluobčanů podílet se na současném dění ve společnosti. Svou aktivitou dávají najevo, že chtějí stačit společenskému vývoji, zvláště v takovém fenoménu doby, kterým je komunikačně technologický pokrok. Nechtějí ztratit kontakty v sociální síti mezi svými vrstevníky, ale hlavně provázanost napříč generacemi a tou je vlastní rodina. Aktivní senior se chodí vzdělávat na Univerzitu třetího věku, do klubů či sdružení, účastní se brigád, vrací se částečnou výpomocí na své původní pracoviště, stará se o svůj osobní rozvoj a rozvoj po pracovní stránce. Vzděláváním mají senioři možnost najít opět smysl života a obnovit ztracené jistoty. Pokud budeme vycházet z ideje, že dokud je člověk aktivní a otevřený světu kolem sebe, tak je radostný, úspěšný a pěstuje si tak co nejdéle dobrou psychickou i fyzickou kondici. Prospěšnou záležitostí je získávání nových přátel, společné výlety, provozování široké škály zájmů, nalezení společné platformy s mladou generací.

5.4.3 Vzdělávací programy v oblasti ICT orientované na seniory

V posledních letech je nabídka vzdělávacích programů ICT pro seniory široká četností, obsahem i lokací. ICT vzdělávací programy můžeme kategorizovat podle formy nebo podle typu pořádající organizace. Ve městech, kde působí univerzity třetího věku, nabídka často nepokryje poptávku, protože kvalitní ICT kurzy jsou pro seniory cenově dostupné. Nabídka dražších komerčních ICT kurzů pro seniory zůstává často nevyužita. Senioři si nejčastěji vybírají ICT kurzy, které jsou jim nabízeny zdarma. Jejich přínos pro samotné účastníky je ale sporný. Do kurzu jsou často zapsáni zájemci, kteří nevlastní počítač, nebo nejsou dostatečně motivováni k získání základní počítačové gramotnosti. Poznatky a dovednosti získané v krátkodobém kurzu (10 -15 výukových hodin) brzy zapomenou. Kvalita, metody a formy vzdělávacích programů v oblasti ICT jsou často rozdílné. Nejvyšší kvalitu seniorského vzdělávání garantují vysoké školy, které organizují pro seniory studijní obory a kurzy univerzity třetího věku.

Ale i pravidelné setkávání seniorů v komunitních školách, knihovnách a účast v počítačových kurzech pořádaných občanskými sdruženími, přináší seniorům rozvoj počítačové gramotnosti. Můžeme konstatovat, že pokud jsou senioři motivováni k získání základní počítačové gramotnosti, jistě v okolí svého bydliště cenově přijatelný ICT vzdělávací kurz naleznou. Ať už se jedná o vzdělávací program realizovaný vysokou školou nebo obcí či neziskovou organizací může být vhodným počátečním impulzem, aby senioři překročili digitální propast.

5.4.3.1 Akademie třetího věku

Akademie třetího věku (dále A3V) mají delší tradici než Univerzity třetího věku při VŠ. Uspokojují vzdělávací potřeby starších občanů bez podmínek dosaženého vzdělání, zejména v těch oblastech, kde nepůsobí U3V. Vyznačují se přístupností výkladu a přizpůsobováním obsahu místním potřebám a individuálním zájmům občanů v postproduktivním věku. Na rozdíl od U3V jsou A3V vždy více zaměřeny na komunitní život účastníků na jejich soudržnost a sociální potřeby. Studium na A3V není podmíněno dosažením určité úrovně vzdělání. Je určeno lidem, kteří dosáhli věkové hranice nároku na starobní důchod nebo se jí přiblížili. Účastníci neskládají žádné zkoušky.

Formami vzdělávání jsou jedno-semestrální i vícesemestrální cykly, ale také krátkodobé studijní kurzy. Dále jsou to např. exkurze nebo pohybově turistické kurzy, práce v zájmových kroužcích či tematické vycházky. Obsahové zaměření pojímá oblasti, jako jsou informační komunikační technologie medicínsko-gerontologická orientace, cizí jazyky, občansko-sociální vzdělávání, rekondiční cvičení, historie, literatura, umění, ekologie a další. Organizátorem A3V obvykle bývá nezisková organizace, domy kultury, Červený kříž, často ve spolupráci s městským úřadem.

5.4.3.2 Kurzy pořádané neziskovými organizacemi a nadacemi

Po uvolnění finančních zdrojů z Evropské unie se významně zvýšila nabídka projektů nabízející vzdělávací programy pro seniory. Kvalita těchto projektů a celkový přínos pro seniory je závislá na zkušenosti organizátora se vzděláváním seniorské generace. Projekty nezářídka připraveny profesionálními institucemi pro vytvoření grantové žádosti byly realizovány k malé spokojenosti vlastních účastníků.

Na seniorské vzdělávání, zejména počítačové kurzy věnují finanční prostředky i nadace. Od roku 2007 organizuje Nadačního fond manželů Livie a Václava Klausových projekt Senioři komunikují. V tomto projektu jsou počítačové kurzy realizovány zejména v malých obcích všech krajů České republiky. Zpřístupňují tak ICT vzdělání v obcích, kde senioři nemají jinou možnost ICT vzdělání. Počítačový kurz je organizován vybranými vzdělávacími organizacemi od dubna do listopadu. Trvá jeden týden v celkovém rozsahu 14 hodin. Nevýhodou je, že organizátor kurzů je zpravidla ze vzdáleného města. Účastníci po skončení kurzu nemají žádnou další potřebnou podporu. Často tak rychle ztrácejí získané vědomosti. Jedna z největších nadací Nadace Charty 77/Konto bariéry realizuje projekt Senzační senior (SENSEN), jehož cílem je pomoci iniciovat kluby aktivních seniorů, jejichž příslušníci se budou vzájemně podporovat ve vzdělávacích a volnočasových aktivitách.

Přibližně od roku 2000 roste i počet komunitních škol (KŠ). Do jejich vzdělávacích programů se senioři rovněž zapojují. Organizace komunitního vzdělávání zejména v menších městech je často jedinou vzdělávací příležitostí pro seniory. Ve školních lavicích zpravidla základních škol tak nezdědka vedle sebe usedají hned tři generace, aby se společně vzdělávali v oblasti ICT, cizích jazyků apod. Jedná se tak o nejryzejší mezigenerační vzdělávání, ve kterém jsou zapojeni lidé bez rozdílu věku a kde dochází k uspokojování sociálních, kulturních a vzdělávacích potřeb. Společnost lidí je komunita, která působí v určitém regionu, který je zároveň oblastí, ve které současně žijí. Podstatou komunitní školy je zapojování komunity v místě do vzdělávacího procesu. Takto nejlépe mohou vzájemně působit poznatky napříč generacemi a přinášet zlepšení kvality života.

5.4.3.3 Univerzita třetího věku

Univerzity třetího věku (U3V) organizují vysoké školy jako formu celoživotního vzdělávání podle § 60 odst. 1 zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách). Studium U3V se pokládá za nejnáročnější formu seniorského vzdělávání. U3V nabízí a poskytují seniorům možnost, aby se mohli vzdělávat na univerzitní úrovni v oborech, které zpravidla vycházejí z akreditovaných studijních programů dané vysoké školy. Účastníci U3V mají statut posluchače vysoké školy, nejsou studenty ve smyslu zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách. Kromě vzdělávacího cíle plní U3V pro starší lidi

také roli společenskou a významně přispívá ke zkvalitnění života seniorů. První univerzita třetího věku vznikla ve Francii v roce 1973 na Univerzitě společenských věd v Toulouse. Cílem bylo vytvoření vzdělávacích možností pro stárnoucí populaci, které by odpovídaly požadavkům a aspiracím aktivních seniorů. Organizování univerzit třetího věku se rychle šířilo dále do Evropy a poté i na další kontinenty.

V Čechách, resp. Československu, vznikly první U3V v roce 1986. Činnost U3V financuje MŠMT prostřednictvím občanského sdružení Asociace Univerzit Třetího Věku (AU3V). AU3V byla založena v roce 1993 a sdružuje více jak 40 fakult českých univerzit, které realizují vzdělávací aktivity na úrovni vysokoškolského vzdělávání s cílem vzdělávat seniory v oblasti technologií, vědy, historie, politiky, kultury apod. i uspokojovat jejich zájmové potřeby a nabízet jim volnočasové aktivity. Účastníkem U3V se může stát každý občan ČR, který dosáhl důchodového věku. Tato věková podmínka zpravidla neplatí pro držitele průkazu ZTP. U většiny kurzů je podmínkou pro přijetí středoškolské vzdělání s maturitou, které může být v individuálních případech prominuto. Studium pro seniory je organizováno po semestrech a je zpoplatněné. Poplatek za kurz se pohybuje od 100,- Kč do 800,- Kč za semestr. Výši poplatku stanovují pořádající fakulty. Úspěšní absolventi získají osvědčení.

Charakter vzdělávání je založen výlučně na osobnostním rozvoji. Nejedná se tedy o profesní přípravu, a proto zde nevzniká nárok na pracovní uplatnění. Kvalita výuky by měla vykazovat dodržování pedagogických a gerontopedagogických metod. Stále však lze najít rezervy v metodice vzdělávání seniorů. Univerzita třetího věku by měla usilovat o více než o interakci na přednáškách a následné testování znalostí účastníků.

Mühlpachr zdůrazňuje, že je třeba více se zabývat výběrem témat, přípravou pomůcek, tempem přednášky i zpětným vyhodnocením a pedagogickým auditem. I zde by mělo platit důsledné sledování vytyčeného cíle a využívání zpětné vazby. Právě metodika výuky by měla odlišovat univerzity třetího věku od vzdělávacích aktivit pro mladší jedince, včetně osob předčasně penzionovaných nebo v předdůchodovém věku, dlouhodobě nezaměstnaných. Programy organizované pro tuto mladší populaci jsou někdy označovány jako univerzita volného času.⁸⁶

Význam „obecných“ univerzit se potvrdil především ve skandinávských a německých zemích. Jejich obsahem je speciální forma vzdělávání. Zájemce o studium

⁸⁶ Srov. MÜHLPACHER, P. *Vzdělávání seniorů*. In *Pedagogická encyklopedie (ed)*, Praha:Portál, 2009, s. 484.

v preseniorském věku, vystuduje vzdělávací program současně s posluchači mladé generace. Kladně zde působí zejména oboustranné působení a kooperace dvou pokolení. Mladí lidé se seznamují s problematickými tématy pokročilého věku, starší posluchači se pak těší z toho, že jejich zóna porozumění a komunikace setrvává ve společnosti, která je přijímá a uznává. Takovýto vzdělávací styl podněcuje starší i mladé účastníky k objevování poznatků o zahraničí tak, aby je mohli uplatnit při vzdělávacích výletech a cestách. Mladí lidé takovéto zájezdy pořádají, tráví společně se seniory čas a současně jsou jejich doprovodem.

Vzdělávací formy se postupně rozšiřují, ve světě vznikají další, nové. Patří k nim univerzity mezigeneračního sblížení, univerzity volného času, apod. Evropská koncepce univerzit třetího věku nebyla přijata v Kanadě a USA. Zde je podstatným předmětem vzdělávání seniorů tzv. Elderhostel (studentský domov pro seniory), což je instituce založená na dobrovolné bázi, spolupracuje s vysokými školami a organizuje v letních měsících vzdělávací kurzy.

V průběhu přípravy ke své diplomové práci jsem navštěvovala dva měsíce seniory na Univerzitě třetího věku v Českých Budějovicích. Velice přínosné bylo mé zapojení mezi seniory, jakýkoliv kontakt se seniorem, neformální konverzace a pozorování seniorů při všech situacích. Současní aktivní senioři mají široké zájmy, více využívají digitální techniku (počítač, fotoaparát, kamera). Je pozorovatelný trend stále se zvyšující úrovně jejich počítačových znalostí a dovedností. Mnozí přesně vědí, co chtějí umět. Někteří jsou stále ekonomicky aktivní. Ti si pro svou práci nejčastěji pořizují nové notebooky s mobilním internetovým připojením. Pro většinu účastníků U3V je počítač prostředkem k snadnější realizaci jejich volnočasových aktivit, slouží pro komunikaci, vyhledávání a zpracování informací. Současní účastníci U3V jsou aktivnější a sebevědomější. Pro sebe volí spíše konzervativní ICT řešení a konzervativní jsou i v osvojování nových dovedností. Nejsou nakloněni rychlé obměně verzí počítačového SW nebo využíváním více různých aplikací pro podobné činnosti (např. různé internetové prohlížeče). Nové informace při výuce je potřeba častěji opakovat a dostatečně je procvičit. Vhodné je poskytnout učební text, tutoriál nebo videokurz na výukovém internetovém portálu. Pro plnění samostatných úkolů senioři vyžadují více času. Pokud je to možné, měly by se zadávat domácí úkoly (někdy je i účastníci sami vyžadují). Senioři často směřují jen ke konkrétnímu cíli bez potřeby objasnění dalších souvislostí (např. chtějí se naučit jen jednu konkrétní dovednost, jen jeden postup). Někdy mají problémy s eliminací irelevantních informací. Lektor by neměl odbíhat od

tématu a doplňující poznámky raději uvádět až na konci lekce. Jsou důvěřiví k radám svých dětí a vnoučat. Přebírají od nich vhodné i nevhodné návyky nebo nastavení svého počítače. Na rozdíl od generace svých vnoučat nejsou ochotni trávit u počítače více volného času, než je pro ně nezbytné. Často vnímají počítač jako „žrout času“. Mají dobrou motivaci k výuce a zájem o problematiku ICT, kterou vnímají v její polaritě. Dobře rozpoznávají obecné příležitosti a hrozby, které jim ICT nabízí.

Úroveň znalostí účastníků ve stejném kurzu je často velmi rozdílná. Účastníci nesprávně odhadují vlastní ICT znalosti v obou polaritách. Důsledkem je jejich neadekvátní volba stupně náročnosti ICT kurzu. (Někdy písemná anotace kurzu nestačí a musíme zájemci v konzultaci pomoci s výběrem kurzu). Při výuce se u účastníků mnohem více projevuje jejich individualita osobnosti. Největší překážkou v ICT vzdělávání seniorů není pouze jejich obava z možnosti ztráty dat nebo poškození počítače, ale vlastní názor, že si nové poznatky nedokážou osvojit. Při výuce nejvíce ocení učitele v roli průvodce a rádce, který jim usnadňuje orientaci v široké oblasti ICT a pomáhá jim individuálně osvojit si nové dovednosti překonáváním jejich „vlastních překážek“.

Vzdělávací potřeby účastníků U3V v oblasti ICT:

Potřeba naučit se základní obsluhu počítače se objevuje již výjimečně. Do kurzů základní obsluhy PC se účastníci hlásí spíše proto, aby si zopakovali, procvičili již získané dovednosti a propojili je s novými. Ekonomicky aktivní senioři, kteří potřebují být konkurenceschopní na trhu práce, mají zájem o rozšiřování a prohlubování svých ICT znalostí v kurzech pro pokročilé. Osvojují si efektivní internetovou komunikaci, pokročilou editaci textů, tvorbu tabulek, grafů a prezentací. Často se ještě stihnou přihlásit i do kurzů pro získání nových dovedností v zájmových oblastech. Největší zájem mají senioři o kurzy digitální fotografie, tvorbu www stránek, nebo o další služby a možnosti internetu.

Vzdělávací cíle ICT kurzů U3V:

Základním vzdělávacím cílem je získání a zvyšování počítačové gramotnosti seniorů. Naplňování tohoto cíle poskytuje seniorům obrovské šance na seberealizaci a společenské i individuální naplnění. Napomáhá adaptaci na životní situace ve vyšším věku (AU3V). Tento cíl musí být v ICT kurzech vždy rozpracován do konkrétních témat. V ideálním případě by mohl být počítačový kurz připraven pro určitou skupinu seniorů s identickými vzdělávacími potřebami. To se již děje v zájmové oblasti seniorů, například v kurzech úpravy digitální fotografie. Uspokojování zájmu a vzdělávacích

potřeb je dalším vzdělávacím cílem. Tento cíl naplňují zájmové a tvořivé ICT kurzy. Cílem tvořivých kurzů ICT je vést účastníky k vlastní tvořivé práci a individuálnímu rozvoji. Realizují se tak klíčové ICT kompetence seniorů.

Klíčové kompetence účastníků a kvalita lektora ICT na U3V:

Při přípravě jednotlivých ICT kurzů je potřeba definovat kompetence, jimž se mají účastníci naučit. Ty jsou v různých kurzech různé. Všemi kurzy však prostupují následující klíčové kompetence:

- kompetence dalšího sebevzdělávání za pomoci internetu a programů nápovědy tutoriálů, e-learningu a dalších výukových systémů
- kompetence samostatně řešit problémy a hledat odpovědi na své otázky
- kompetence komunikace prostřednictvím ICT
- kompetence transferu osvojených ICT znalostí na novou problematiku
- kompetence optimálního využívání ICT.

Sami senioři tyto kompetence vnímají jako potřebné pro zvyšování kvality svého života, seberealizaci, rozvoj a udržení sociálních kontaktů s rodinnými příslušníky, s přáteli, nebo zahraničními partnery v projektech U3V. Získání těchto kompetencí je podmíněno kvalitou lektora. Ten rovněž do velké míry určuje konkrétní další klíčové kompetence v ICT vzdělávání. Lektor musí být nejen odborníkem v oblasti ICT, ale zejména musí být vyškoleným profesionálem pro vzdělávání dospělých s dobrými znalostmi specifik seniorského vzdělávání. Starší lidé mají často problémy se zrakem a sluchem. Lektor musí psát velký text a mluvit pomalu, nahlas a zřetelně artikulovat. Lektor musí být vybaven trpělivostí, protože upevňování nových poznatků probíhá pomaleji. Senioři navíc spoléhají na svou životní zkušenost, která je v rychle se měnícím ICT prostředí obtížně využitelná. Lektor musí být vynikající pedagog, metodik, který je neustále v pohybu mezi účastníky a připraven jim individuálně pomoci překonat dílčí problém. Často stačí jedna malá chyba a celý postup „havaruje“, tzn. negativní zpevnění pocitů účastníka „to nedokážu“. Pokud má být ICT kurz pro seniory opravdu kvalitní, vyžaduje často náročnější přípravu i vlastní nasazení lektora při jeho vedení, než výuka denního studia na VŠ. Účastníci U3V v kurzech nejvíce oceňují lektorovo pedagogické schopnosti a hlavně individuální přístup.

Nabídka kurzů ICT na U3V:

V porovnání s jinými poskytovateli ICT seniorského vzdělávání U3V zpravidla nabízí ucelenou strukturovanou nabídku ICT kurzů, která je prezentována jako edukativní pilíř pro vzdělávání v jiných oborech. Pokud účastník U3V studuje například ekonomický obor, měl by mít odpovídající znalosti v Excelu, pokud studuje Virtuální univerzitu třetího věku, měl by mít takové počítačové dovednosti, aby mohl využívat prostředí LMS Moodle apod. Pro vytvoření strukturované nabídky kurzů ICT je potřeba zohlednit nejen základní kurikulum definované společenskou potřebou, analyzovat nejlepší praxi a zkušenosti vyučujících v programech U3V na partnerských univerzitách, ale vhodnou zpětnou vazbou analyzovat konkrétní ICT potřeby účastníků U3V. Nabídka kurzů ICT by měla být strukturovaná tak, aby zohlednila individuální rozdíly ve znalostech a dovednostech účastníků U3V (o kurz ICT může mít zájem začátečník nebo profesionální ekonom s desetiletou praxí na PC), aby obsah kurzů na sebe navazoval tematicky i potřebnou vstupní úroveň znalostí. LMS Moodle (Learning management system), ve kterém jsou připraveny jak studijní materiály, tak úkoly k domácímu procvičení. Jen okrajově lze přenést celý vzdělávací obsah z denního studia VŠ. Obsah vzdělávání je potřeba vždy přizpůsobit specifiku seniorů.

Virtuální univerzita třetího věku

Virtuální Univerzita třetího věku představuje novou moderní alternativu ke klasické prezenční přednáškové výuce U3V. Je založena na využití nových komunikačních technologií a internetu, má prvky distančního vzdělávání a e-learningu a je didakticky přizpůsobena charakteristickým specifikům cílové skupiny. Virtuální U3V (VU3V) je určena především pro vzdělávání seniorů v regionech, kteří se z různých důvodů nemohou zúčastňovat přednášek U3V prezenční formou v sídlech vysokých škol a univerzit (vzdálenost, zdravotní a časové důvody, finanční náročnost na dopravu apod.).

Dostupnost kdekoliv a kdykoliv je největší výhodou e-learningových kurzů. Vlastní forma výuky přirozeným způsobem rozvíjí počítačovou a především pak informační gramotnost seniorů. Alespoň základní znalost práce s počítačem je zárukou úspěšného absolvování studia. Studium vzdělávací skupiny organizuje garant konzultačního střediska. Výuku je možné realizovat kdekoliv, kde je dostupný internet - knihovny, školy, informační střediska, kluby a domovy seniorů a další.

6 Empirická část

6.1 Cíle výzkumu

Cílem výzkumu bylo zjistit na vzorku aktivních seniorů, jaké prostředky ICT, jak často a za jakým účelem nejčastěji využívají. Výzkum zjišťoval význam moderních informačních prostředků pro život respondentů s pohledu změny kvality jejich života a životního standardu. Výzkum si kladl za cíl ověřit hypotézu, že pro komunikaci s cílovou skupinou aktivních seniorů je možné a vhodné využívat internetové informační prostředky.

6.2 Stanovení hypotéz

Východiskem pro kvantitativní výzkum je výchozí hypotéza, z níž vyplývá výběr znaků (otázek). Nejprve jsem začala pracovat na tomto procesu stanovení hypotéz. Na základě zformulovaných cílů jsem si vymezila škálu hypotéz, které jsem chtěla ověřit. Zprvu jich bylo jedenáct. Postupně jsem ale došla k nutnému uspořádání, a to eliminovat počet hypotéz na pět základních, které se dotýkají jádra problematiky:

1. Pro aktivní seniory je používání ICT nezbytné.
2. ICT mají pro aktivní seniory největší význam pro komunikaci. Komunikaci věnují nejvíce času při práci s ICT.
3. Informační komunikační technologie mají různý význam pro jednotlivé věkové skupiny aktivních seniorů. S přibývajícím věkem význam ICT klesá.
4. Získávání nových znalostí a dovedností práce s ICT zvyšuje sebevědomí a společenskou prestiž aktivních seniorů.
5. Využívání ICT pozitivně ovlivňuje kvalitu života aktivních seniorů a orientaci ve společenských a ekonomických změnách.

Na tomto základě se vytvoří dotazník, který se předloží přiměřenému počtu vhodně vybraných respondentů. Na jejich počtu a výběru, ale i na návratnosti dotazníků pak závisí jednak reprezentativnost výsledků (tj. pravděpodobnost, že výsledek lze rozšířit na větší celek, např. občany celého města nebo státu), jednak možnost jemnější kategorizace výsledků (např. podle kombinací dvou a více znaků). Jednotlivé znaky mohou mít číselnou či měřitelnou povahu; sem patří například věk, tělesná výška, měsíční příjem atd., ale také kategoriální údaje jako např. pohlaví nebo jednoznačná

volba z daných možností. Neměřitelný znak je třeba převést na čísla obvykle škálováním (respondent udává např. svoji spokojenost s vládou ve stupnici 1 až 10). Jen v prvním případě jsou výsledky skutečně objektivní, kdežto ve druhém závisí jak na přesné formulaci otázky, tak i na chápavosti a schopnostech respondentů. Kvantitativní metody se nejlépe hodí ke zkoumání jednoduchých a měřitelných znaků, případně jejich kombinací, ve velkých a více méně homogenních populacích. U složitějších a neměřitelných znaků, které je třeba škálovat, jejich spolehlivost i srovnatelnost přirozeně klesá, zejména pokud nejsou otázky formulovány jednoznačně. Proto se dnes kvantitativní metody často kombinují s kvalitativními, jejichž výsledky nejsou reprezentativní, umožňují ale lepší porozumění skutečnému stavu věcí.⁸⁷

6.3 Metodika výzkumu

Vzhledem k záměru hlouběji proniknout do situace mezi seniorem a počítačem jsem zvolila kvantitativní výzkum. Kvantitativní výzkum je výzkum používající statistické metody k popisu společenských jevů. Redukuje realitu na měřitelné znaky, které jsou dále zpracovány a interpretovány. Zahrnuje velký počet respondentů (oproti kvalitativnímu výzkumu).⁸⁸

6.4 Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek tvořili účastníci Univerzity třetího věku Teologické fakulty JU, členové občanského sdružení Klub Aktiv a členové Klubu absolventů U3V při Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích

Město České Budějovice je metropolí Jihočeského kraje, k závěrečnému datu roku 2011 mělo 93 614 obyvatel. Okresní správa sociálního zabezpečení v Českých Budějovicích evidovala k 31. 12. 2011 celkem 29 277 starobních důchodů, tzn., že senioři, kteří pobírají starobní důchod, tvoří 31 % obyvatelstva města. Institucionální péče je na území města poskytována v Domově pro seniory Máj, Domově pro seniory Hvízdal, v Centru sociálních služeb Staroměstská a v soukromém subjektu Senior Dům. V prvních třech zařízeních žije celkem 430 klientů a pouze 44 z nich jsou aktivní

⁸⁷ Srov. WIKIPEDIE: *Kvantitativní výzkum*. Dostupné na: http://cs.wikipedia.org/wiki/Kvantitativn%C3%AD_v%C3%BDzkum.

⁸⁸ MEDIÁLNÍ SLOVNÍK: *Kvantitativní výzkum*. Dostupné na: <http://www.media guru.cz/medialni-slovník/kvantitativni-vyzkum/>.

senioři. V soukromém zařízení, které je svým pojetím zaměřeno na vytvoření podmínek pro bydlení s nabídkou služeb žije celkem 150 klientů z nichž 100 je aktivních. Aktivní senioři ze seniorských domovů jsou na území města reprezentováni cca 0,5% zastoupením.

Definovat pojem aktivní senior je obtížné. Aktivním seniorem rozumím seniora, který je zapojen do společenského dění, sám využívá to, co společnost pro něj připravuje nebo naopak participuje na přípravě společenských aktivit, dokáže si zajistit dovolenou a také ji tráví v tuzemsku či zahraničí, věnuje se sportu, částečně je ještě zainteresovaný v pracovním procesu, pěstuje koníčky, zajímají ho ICT apod.

Vzorek respondentů reprezentuje aktivní seniory, kteří mají s prací na PC a internetem různé zkušenosti, kteří se dostali k počítači v různé době a dělají na něm různé činnosti. Jejich věk je v rozmezí 60 až 80 a více let. Všichni se chtějí dobrovolně či z nutnosti věnovat studiu v různých počítačových kurzech zdokonalovat ve svých znalostech.

Výzkum byl proveden se 210 respondenty. Nejmladší respondent neměl ještě 60 let a nejstarší již dosáhl 81 let. Jejich dosažené vzdělání je v převážné většině středoškolské, dále také vysokoškolské a základní. Patrné je, že někteří byli zaměstnáni na pracovních pozicích, které vyžadovaly neustálé vzdělávání. Výzkum byl uskutečněn formou anonymního dotazníku po internetové síti.

6.5 Metodika sběru dat

V počátku jsem se zaobírala myšlenkami, jaký výzkum by byl adekvátní ke zvolenému tématu práce. Měla jsem představu trávit se seniory společný čas, být s nimi a přitom metodou neřízeného rozhovoru zjistit mnohé o problematice. Výzkumný vzorek, který jsem mohla oslovit je velice početný, proto jsem se přiklonila k názoru, že zcela odpovídající metodou bude forma kvantitativního výzkumu s použitím dotazníku. Se seniory jsem i přesto vedla rozhovory, navštěvovala jsem je a rozšiřovala si názory a znalosti a obzory v této problematice.

Vyšla jsem z hypotéz a formulovala otázky do dotazníku, kde jsem ponechala i tzv. ověřovací (duální) otázky. Znamená to, že jiným způsobem položená otázka dosáhne výsledku, který by měl být shodný nebo přibližný s výsledkem jiné položené otázky. Dotazníkové šetření probíhalo dvoufázově. V první linii jsem použila sestavený dotazník pro pilotní studii. Chtěla jsem si ověřit, zda jednotlivé otázky obsažené

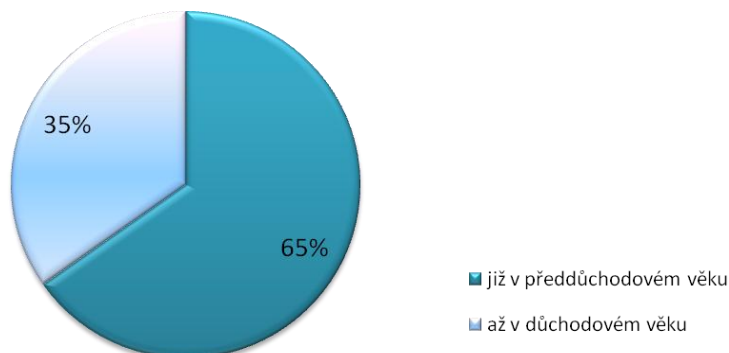
ve formuláři jsou správně formulované, vypovídající a funkční. Oslovila jsem 10 seniorů, kteří každý den využívají počítač a pracují s internetem. Osobním dopisem v emailové korespondenci jsem je požádala o vyplnění dotazníku. Potvrdily se tři nepřesnosti: položení otázky si vyžádalo přeformulovat a upřesnit zadání, zřetelně a logicky označit věkové rozmezí v odpovědní škále a rozšířit v další otázce možnosti odpovědí. Důležité rovněž bylo ověření terminologie (např. chytrý mobil, smart televize apod.). Zpětná vazba potvrdila, že použitá terminologie je adekvátní všem seniorským kategoriím. Po tomto pilotním ověřování jsem mohla přistoupit k zahájení dotazníkového šetření. Na základě emailového adresáře jsem oslovila 340 respondentů - absolventů U3V, počítačových kurzů a seniorů zapsaných v Akademickém klubu třetího věku Aktiv. Oslovený adresář zahrnoval všechny seniory, kteří studují, jsou členy klubu Aktiv, dochází na kurzy, přednášky, dále členové různých sdružení a spolků jsou např. svazy důchodců, Svaz žen, TJ Sokol, Svaz protifašistických bojovníků apod. Jsou zde zahrnuti všichni, kdo jsou v pravidelném kontaktu i nejsou v přímém kontaktu s Akademickým klubem třetího věku Aktiv. Online formulář byl založený v programu Google Drive Forms. Dobu na zpracování dotazníku jsem vymezila na deset dnů tak, aby se v časovém horizontu promítly výpovědi seniorů, kteří využívají internet o víkendu. Respondenti vyplňovali celkem dvacet devět strukturovaných uzavřených otázek se škálovými položkami a jednu otázku nestrukturovanou otevřenou vypovídající. Návratnost vyplněných internetových formulářů činila 61,7 % tj. 210 dotazníků. Dvacet devět otázek a odpovědi bylo vyhodnoceno programem Google Drive Forms do grafické podoby a jedna otázka (č. 25) byla vyhodnocena manuálně a rovněž převedena do grafické formy. Vyjádření byla sečtena a převedena do procentuálního vyjádření.

6.6 Vyhodnocení dotazníku

Dotazník obsahoval dvacet devět otázek, formou e-mailu bylo osloveno o vyplnění 340 seniorů, zpět se vrátil dotazník od 210 respondentů, což představuje 62% návratnost. Dotazník se na internetu vyplňoval kliknutím myši z nabízených odpovědí. Naváděcím systémem upozorňoval na nedostatečné vyplnění a logickou cestou převáděl na další strany. Po vyplnění se mohl senior rovnou podívat na grafické vyhodnocení, které se postupně měnilo s vyplňujícími respondenty.

Otázka č. 1

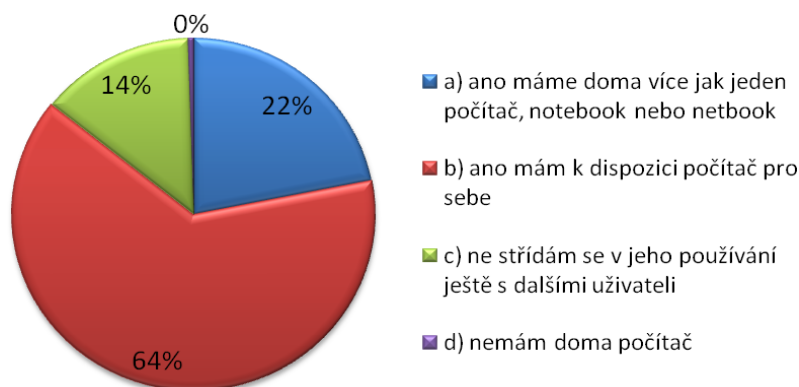
Kdy jste se začal (a) věnovat práci na počítači?



Respondentům byly nabídnuty dvě možnosti: v předdůchodovém a v důchodovém věku. Převládla výpověď 137 respondentů, která představovala 65 % odpovědí, a to: v předdůchodovém věku. Ostatních 35 % představovalo 73 odpovědí „až v důchodovém věku“. Lze říci, že většina seniorů již pracovala s počítačem ve své profesi. Z rozhovorů se seniory vyplynulo, že úkony uskutečňované na PC byly jednostranné, pouze nezbytné a nutné pro výkon práce. V další oblasti a možnostech práce na PC jim znalosti výpočetní techniky scházely.

Otázka č. 2

Máte k dispozici počítač jen pro sebe?

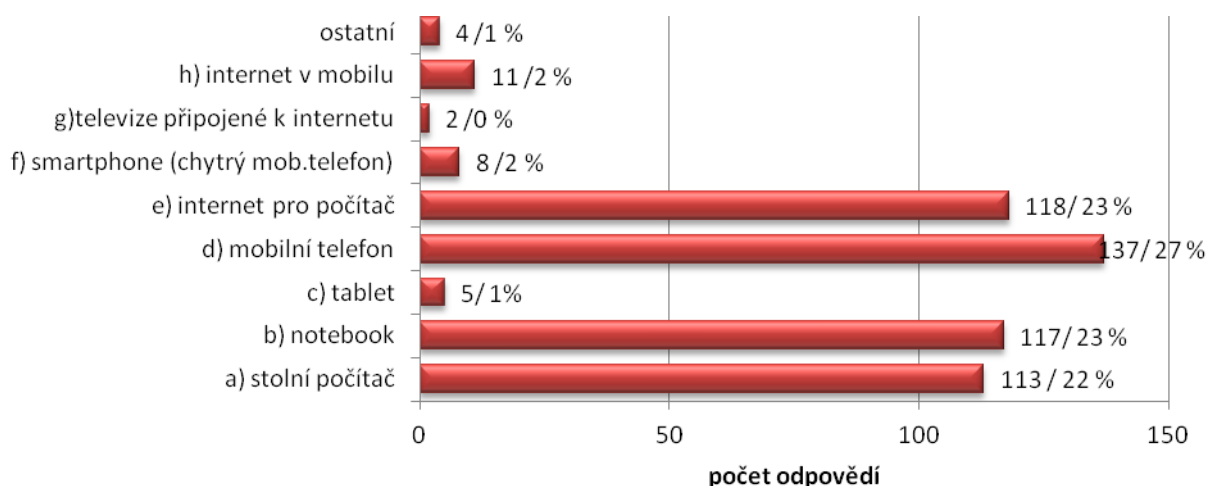


Touto otázkou bylo zjištěno, že více jak polovina respondentů, konkrétně 64 % má vlastní počítač (134 odpovědí), přičemž 22 % (46 odpovědí) tazatelů má dokonce k dispozici více jak jeden počítač. Je tedy patrné, že dnešní senioři mají poměrně snadný přístup k ICT. Škála odpovědí nabídla čtyři možnosti, přičemž pouze jeden

respondent odpověděl záporně. Pohovor potvrdil, že výpočetní techniku obdrží senioři většinou jako dárky od rodinných příslušníků nebo „dědí“ starší typy a verze PC.

Otázka č. 3

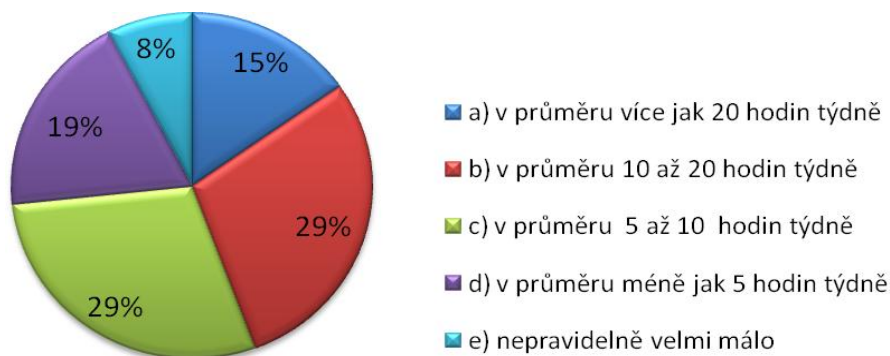
Vyberte službu nebo zařízení informačních technologií, které používáte:



Tato otázka nabídla volit více možností. Nejčastěji používanou technologií je mobilní telefon, (tj. 27 % - 137 odpovědí), dále pak shodně jsou internet pro počítač a notebook, o jedno procento méně pak užívání stolního počítače. Volba e) „internet pro počítač“ znamená internet připojený k počítači. Ne každý počítač je propojený s internetem, mohou to být různé dohledové a zabezpečovací systémy, PC pouze pro hry apod.

Otázka č. 4

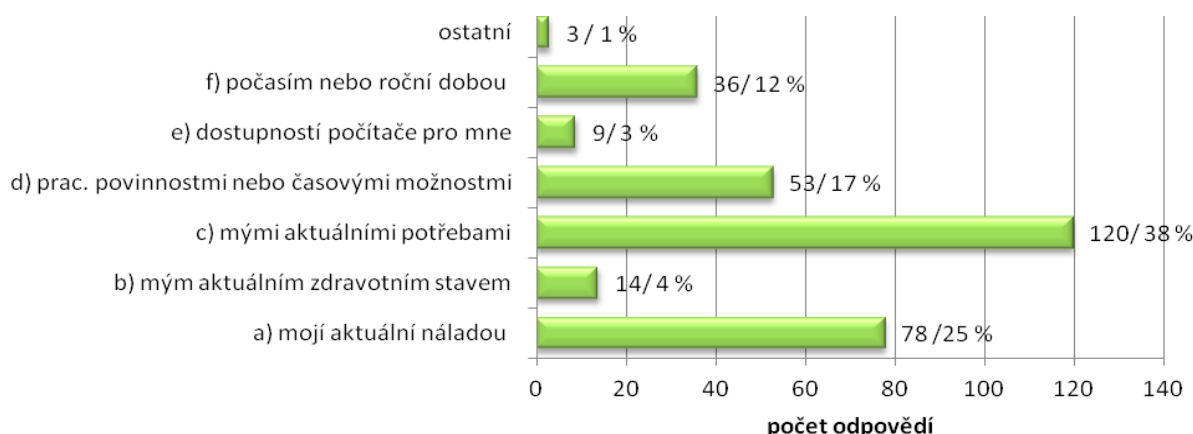
Jak dlouho pracujete na počítači (odhadněte, prosím, průměrnou dobu).



Nadpoloviční většina, 73 % respondentů, tráví u počítače minimálně 40 minut denně, přičemž 32 respondentů uvedlo, že tráví u PC dokonce více jak 20 hodin týdně. Ze zkušeností vedení Akademického klubu třetího věku Aktiv jsou senioři v anketách podobného typu zdrženlivější a zdráhají se uvést hodnoty vyšší, aby nevyvolávali pocit, že jsou na PC neúměrně dlouho. Není jim to příjemné.

Otázka č. 5

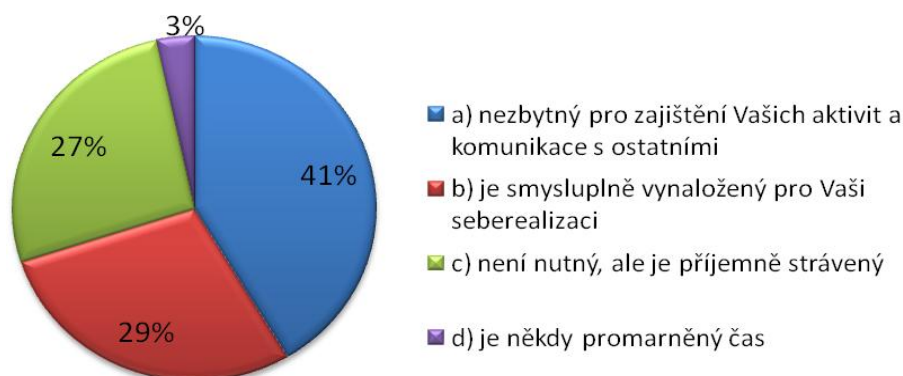
Doba, kterou trávíte u počítače je ovlivněna:



Tato otázka zjišťovala důvod, proč senioři tráví svůj čas u PC. Byla nabídnuta možnost zaškrtnout více možností. Možnost vyjádřit se ve volném poli s názvem: ostatní, nevyužil žádný respondent. Největší zastoupení měla odpověď „mými aktuálními potřebami“, což prezentuje 38 % odpovědí. Druhou možnost, kterou senioři volili, byla odpověď „mojí aktuální náladou“, a to ve 25 %. Vyplývá z toho, že pokud chce senior něco zjistit, vědět, podniknout, zapíná PC.

Otázka č. 6

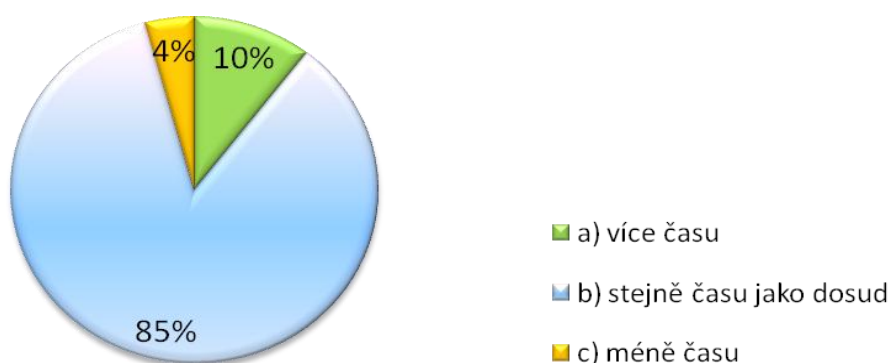
Čas, kdy pracujete na počítači je pro Vás:



Opět bylo nabídnuto volit více možností z nabídnuté škály. Při procentuelním součtu odpovědí a), b) a c) se ukázalo, že 97 % seniorů výzkumného vzorku vnímá čas na PC jako pozitivně strávený.

Otázka č. 7

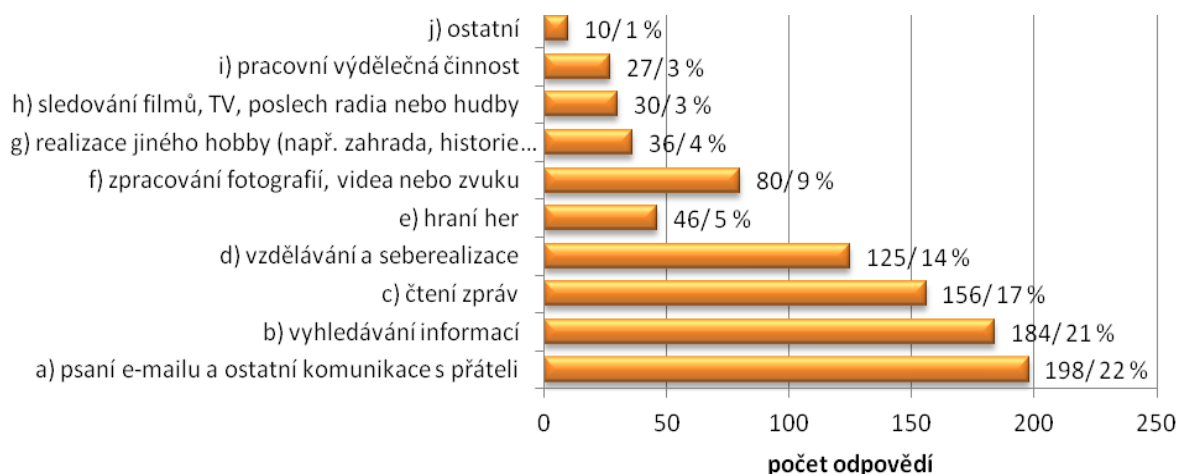
Práci s počítačem bych chtěl(a) věnovat:



Většina respondentů je spokojená se stráveným časem u PC a nechtěla by ho měnit. Pouze 10 % dotázaných by ráda věnovala na PC více času než doposud.

Otázka č. 8

Jaké jsou důvody Vaší práce na počítači?

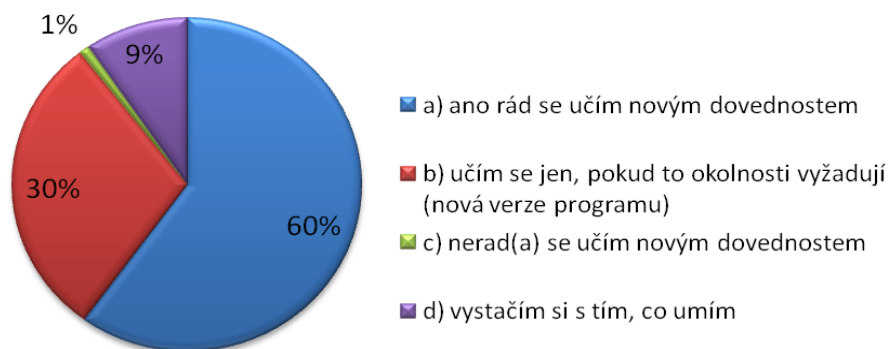


Z těchto odpovědí, je patrné, že senioři využívají PC především ke komunikaci (22 %), dále pak jeho prostřednictvím vyhledávají informace (21 %), zajímají se o zprávy (17 %) nebo se vzdělávají (14 %). Pouhá 3 % využívají ICT pro svou pracovní činnost, jsou to ti, kteří pokračují dále ve svých pracovních pozicích. Ostatních (21 % - e), f), g), h) se realizují v oblasti hobby. V nabídnuté škále bylo možno volit vícekrát. Možnost

vyjádřit se ve volném poli s názvem: ostatní, využilo 10 respondentů, ale jejich odpovědi nesouvisely se zadáním otázky.

Otázka č. 9

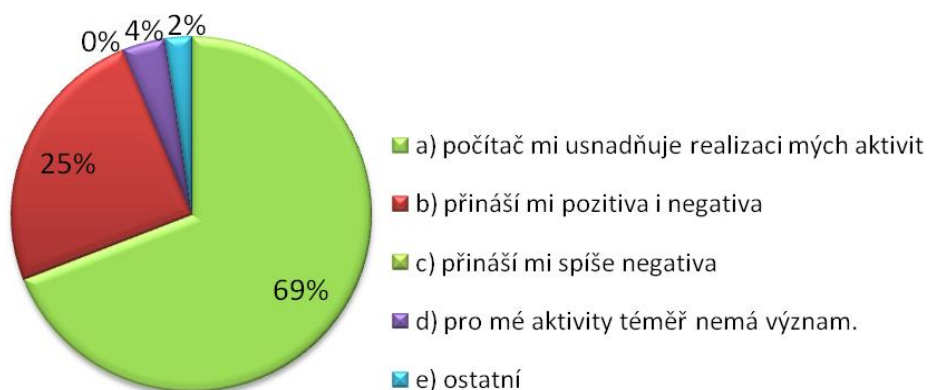
Máte chuť učit se na počítači novým dovednostem?



Nadpoloviční většina, 60 % dotazovaných, je ochotna učit se novým dovednostem při práci na PC, 30 % se učí jen, pokud to je nezbytné, 9% využívá pouze již nabytých znalostí a 1% nepovažuje za nutné dále své uživatelské znalosti na PC dále rozvíjet. Tato otázka byla cílená na zjištění aktivity a pasivity.

Otázka č. 10

Jaký význam má pro Vaše současné aktivity používání počítače?

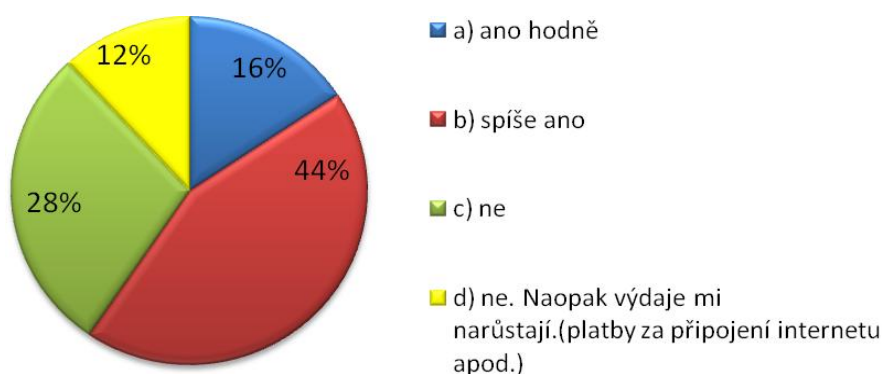


Celkem 145 odpovědí, což je 69 % dotazovaných, považuje PC jako prostředek, který jim usnadňuje realizaci osobních aktivit, 25% část respondentů si pak není jista, zda jim využívání PC přináší pozitiva nebo negativa. Možnost vyjádřit se ve volném poli s názvem: ostatní, využili 4 respondenti, jejichž odpovědi následují: a) pro odstranění

počítačové negramotnosti, b) pro písemný styk, ale i hovory na skype, c) pro spojení s přáteli i dětmi, d) pro komunikaci s vnučkou v zahraničí.

Otázka č. 11

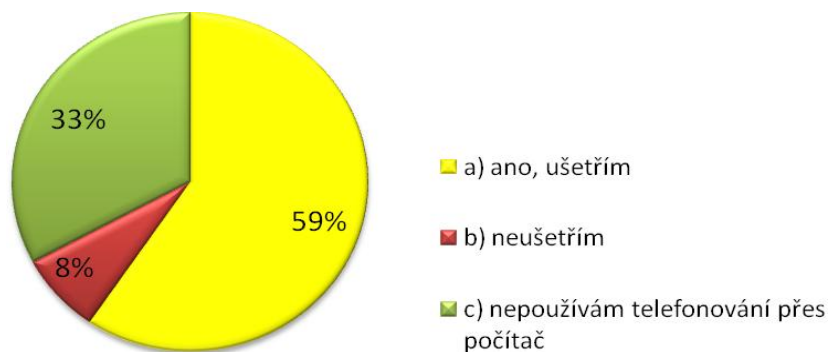
Pomáhá Vám používání moderních informačních prostředků šetřit Vaše finanční výdaje?



Ve 44% považují senioři svou odpověď „spíše ano“ PC jako nástroj a možnost šetření finančních prostředků, dokonce 16 % odpovídá „ano hodně“. Tato otázka ukazuje, jakou oblast spojenou s poplatky tato zájmová skupina využívá (skype, elektronické bankovníctví apod.). To znamená, že aktivní senioři využívají finančních výdajů nad klasický rámec činností (cestují, fotografují, mají různé zájmy), naučili se (mají vědomosti) využívat techniku k šetření finančních prostředků. Skupina respondentů, která ve 12 % a ve 28 % odpověděla, že jim výdaje spíše narůstají, se nenaučila s internetem šetřit (např. komunikace přes skype) není příliš aktivní a tyto seniory charakterizují pouze paušální výdaje. Tato otázka je kontrolní k otázce č. 9, kde se rovněž potvrdilo, že 60 % odpovídajících se rádo učí novým dovednostem – je aktivních.

Otázka č. 12

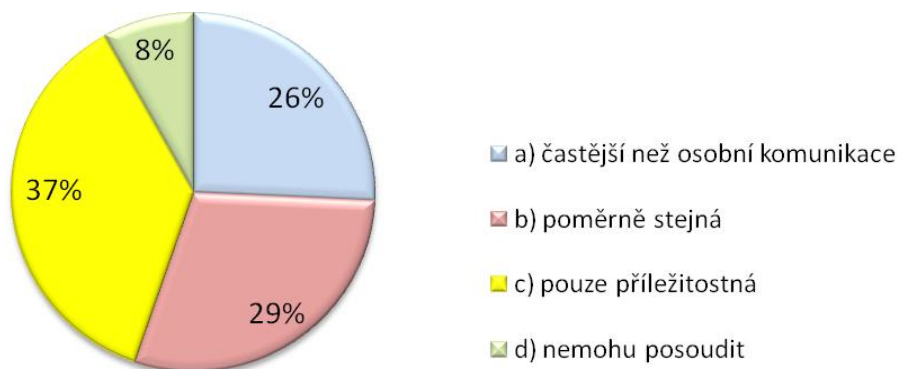
Pokud užíváte telefonování přes počítač (Skype), domníváte se, že tím ušetříte?



Z otázky č. 12 lze vyvodit, že šetření finančních výdajů senioři vnímají především v užívání skype, poněvadž procentuální odpovědi u této služby (59 %, což je 125 odpovědí) se shodují se součtem procentuálních odpovědí a) a b) ve výše uvedené otázce č. 11.

Otázka č. 13

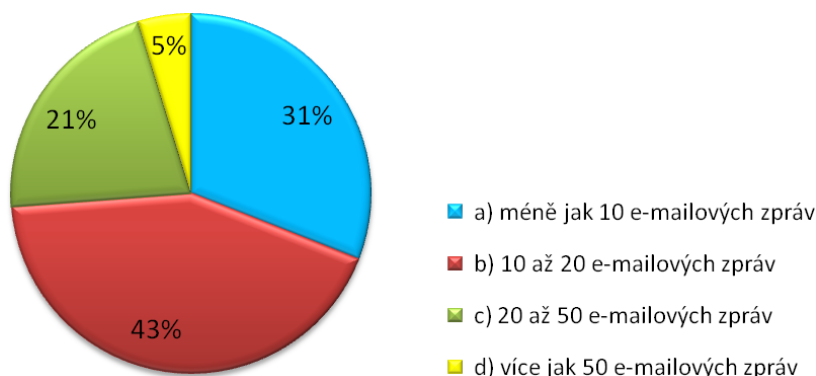
Počítačová komunikace (e-mail, skype, facebook, kruhy Google apod.) je pro Vás:



Otázka rozvíjí otázku č. 8, která specifikuje důvody práce na PC a ze které vyplývá, že senioři využívají počítač hlavně pro komunikaci. Přesto nemusí být komunikace předností, ale nutností (členové rodiny v zahraničí). Většina, 37 % respondentů, považuje počítačovou komunikaci za příležitostnou, zatímco 29 % respondentů komunikuje prostřednictvím PC stejně jako osobně. Následně hned 26 % seniorů již komunikuje přes PC častěji než v osobní rovině.

Otázka č. 14

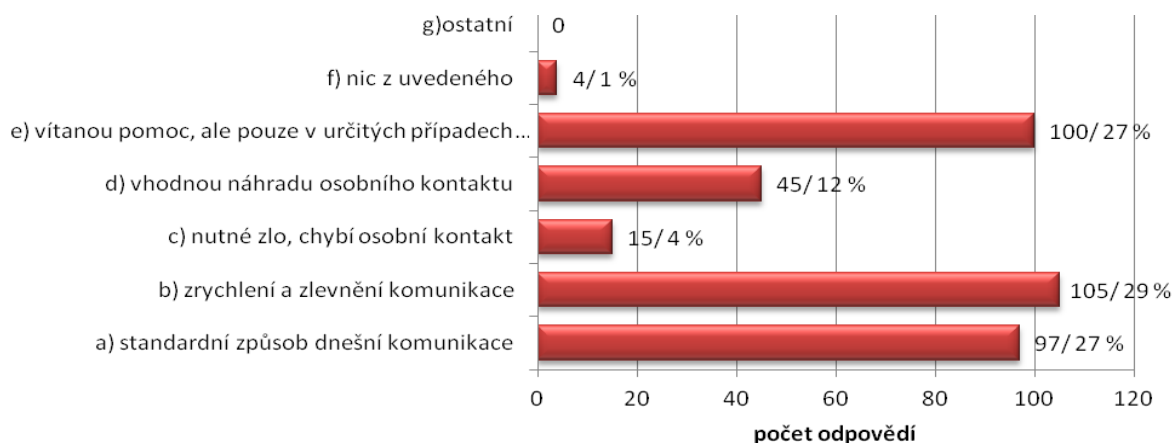
Za týden odešlete přátelům přibližně:



Další komunikační možností přes PC je emailová pošta. Svým přátelům odešle do dvaceti emailových zpráv týdně 64 % respondentů. Přes 20 % respondentů pak posílá týdně přes dvacet emailových zpráv. Zpráva, která zahrnuje v sobě invenci seniora, je dopis, který vytvoří a odešle, zpráva bez vlastního nasazení je pouhým přeposíláním různorodých zpráv, kterými je virtuální prostor přehlcen.

Otázka č. 15

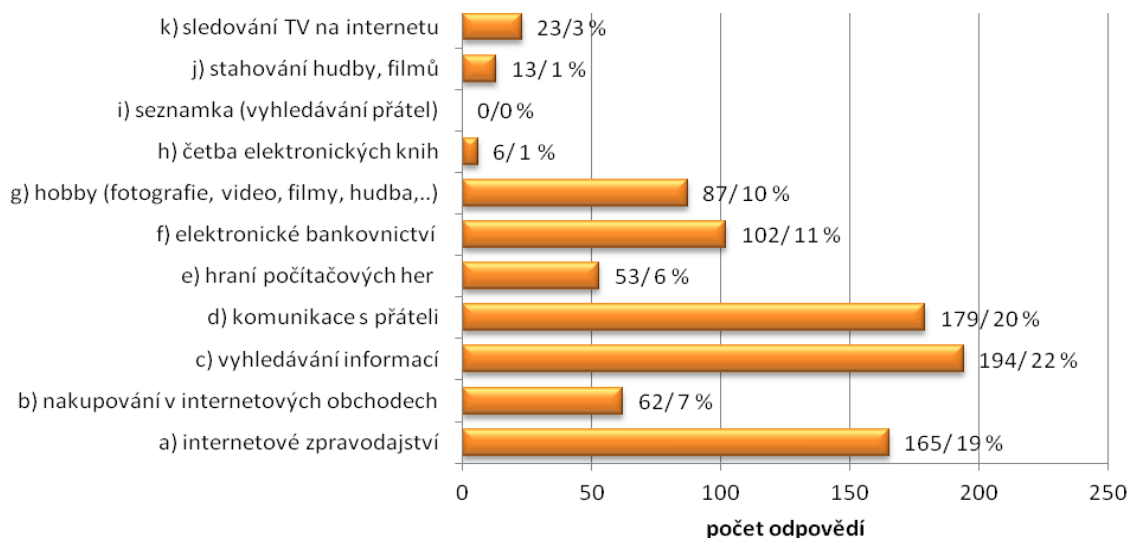
Komunikace přes počítač pro Vás představuje:



Senioři vyjádřili svou představu komunikace přes počítač ve zrychlení a zlevnění komunikace, a to ve 29 %, o 2 % méně pak shodně považují komunikaci za standardní způsob nebo vítanou pomoc, ale pouze v určitých případech komunikace. Jako náhradu osobního kontaktu považuje komunikaci přes PC 12 % dotazovaných a jako nutné zlo pouze 4 % respondentů. V odpovědní škále bylo možné vybrat i více odpovědí. Možnost vyjádřit se ve volném poli s názvem: ostatní, nevyužil žádný respondent.

Otázka č. 16

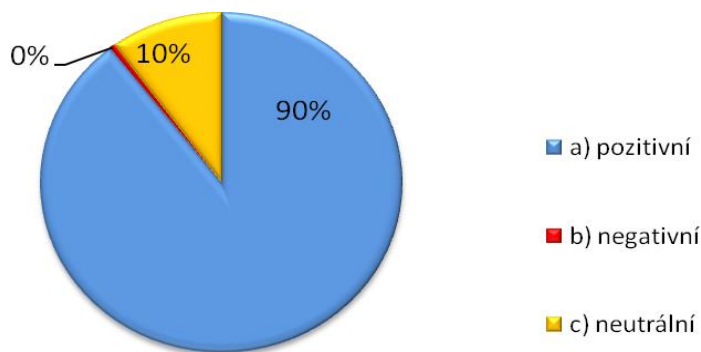
Jaké služby využíváte na internetu?



Respondenti měli opět možnost volit více odpovědí. Otázka druhů služeb ukazuje, že hlavními způsoby využívání služeb na internetu jsou zejména: vyhledávání informací (22 %), komunikace s přáteli (20 %) představuje v této otázce 179 odpovědí, což je dost podstatná výpověď toho, jaký význam mají ICT pro seniory. Internetové zpravodajství (19 %) se 165 odpověďmi a čtvrtou využitelnou službou v pořadí se ukázalo také internetové bankovníctví (11 %), které uvádí 102 respondentů. Dále se 10 % seberealizuje v hobby, 7 % si nakupuje v internetových obchodech, 6 % hraje hry na PC, 3% sledují internetovou televizi, 1 % si stahuje filmy a hudbu a čte elektronické knihy. Možnost vyjádřit se ve volném poli s názvem: ostatní, smysluplně využil 1 respondent, který uvedl, že se učí pracovat s počítačem a jeho programy.

Otázka č. 17

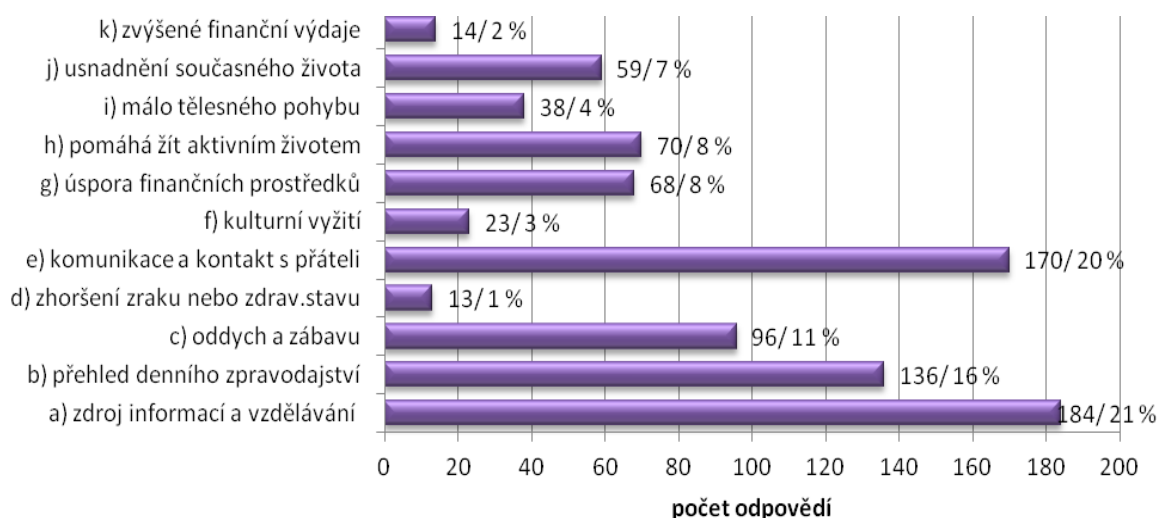
Přínos informačních technologií je pro Vás osobně:



Z celého výzkumného vzorku 210 respondentů se pouze 1 z nich se vyjádřil, že přínos informačních a komunikačních technologií vnímá negativně, 10 % zastává v oblasti přínosu názor neutrálního vnímání a 90 %, reprezentujících 188 odpovědí, považuje přínos za pozitivní.

Otázka č. 18

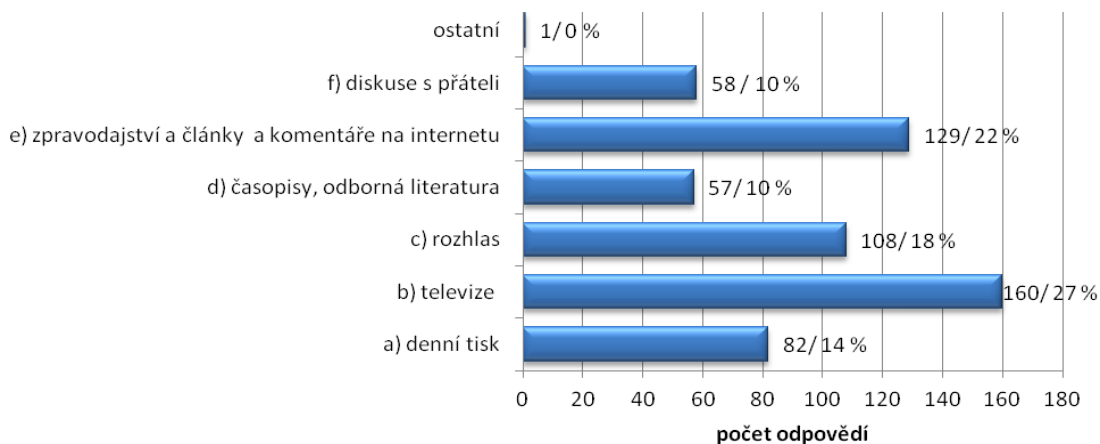
Označte prosím, co Vám práce s informačními technologiemi přináší:



Tato otázka opět dala možnost vybrat více možností z nabízené škály odpovědí. Přínos z práce s komunikačními technologiemi je patrný formou zdroje informací a vzdělání (21 %), což představuje 184 odpovědí z daného vzorku respondentů. Komunikace a kontakt s přáteli preferuje 20 % dotázaných, přehled denního zpravodajství zajímá 16 % respondentů a jako oddych a zábavu 11 % seniorů. Týká se to zejména online přenosů divadelních her, koncertů, oper, čtení elektronických knih, TV přes internet apod. (viz Otázka č. 18). Za přínos považuje úsporu finančních prostředků 8 % dotazovaných a stejné procento za pomoc žít aktivním životem. Další skupina respondentů (7 %) vnímá přínos ICT v usnadnění současného života, 4 % přinášející ICT málo tělesného pohybu. Na posledních pozicích grafu jsou vidět přínosy v oblasti kulturního vyžití (3 %), ve zvýšených finančních výdajích (2%) a zhoršení zraku nebo zdravotního stavu uvedlo 1 %, což prezentuje 13 odpovědí. Zde je patrné, že vyhledávání informací, vzdělávání, komunikace a přehled denního zpravodajství jsou nejfrekventovanějšími a nejdůležitějšími přínosy práce s ICT.

Otázka č. 19

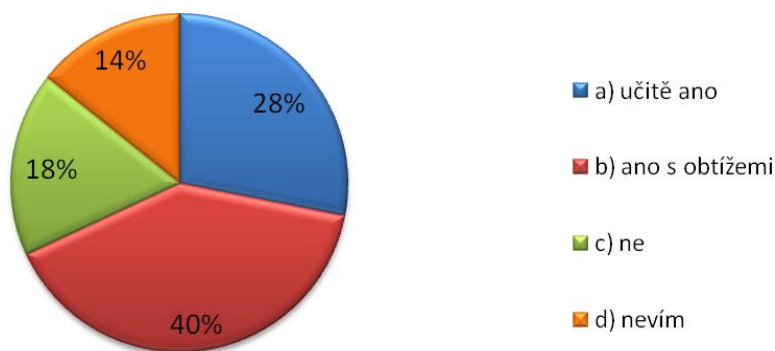
V orientaci v častých socioekonomických změnách mi nejvíce pomáhá:



Z grafu vyplývá, že nejvíce nosným médiem, které informuje, je televize, kterou volilo 27 % respondentů ve 160 odpovědích. Na další pozici se ve výpovědích umístilo zpravodajství na internetu (22 %, což prezentuje 129 odpovědí) a dále pak rozhlasové vysílání s 18 %, tj. 108 odpovědí. Možnost vyjádřit se ve volném poli s názvem: ostatní, zvolil jeden respondent, který uvedl, že mu v orientaci v socioekonomických změnách nejvíce pomáhá internet.

Otázka č. 20

Dokázal(a) byste žít spokojeně bez počítače a internetu?

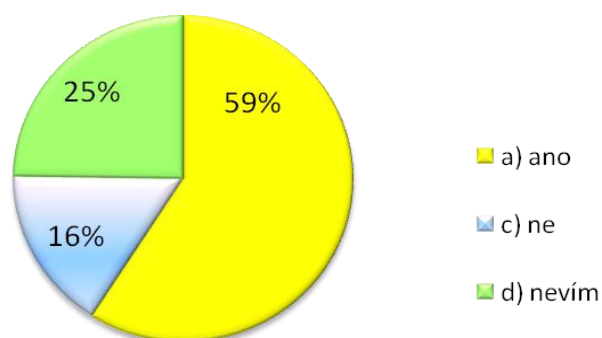


Tato otázka zjišťuje, nakolik se počítač stal součástí života aktivních seniorů. Pro 40 % dotazovaných (84 odpovědí), znamená, že by se bez počítače obešli, ale s obtížemi. Ve 28% by se určitě respondenti v životě obešli bez počítače (59 výpovědí). Neobešlo by se bez něj 18 % dotazovaných, tj. 37 odpovídajících seniorů. Volbu odpovědi c) „ne“, nedokázali by se bez počítače obejít, charakterizuje 13 výpověďmi věková

kategorie – 66 až 70 let. Rovněž tuto odpověď volili dva respondenti ve věkové kategorii 81 let a více. Rovněž větší procentuální zastoupení (14 %, tj. 30 odpovědí) neví. Takovouto odpověď volí většinou ti, kteří jsou začátečníky v kurzu, PC nevyužívají ještě tak, aby některé kladené otázky dokázali posoudit.

Otázka č. 21

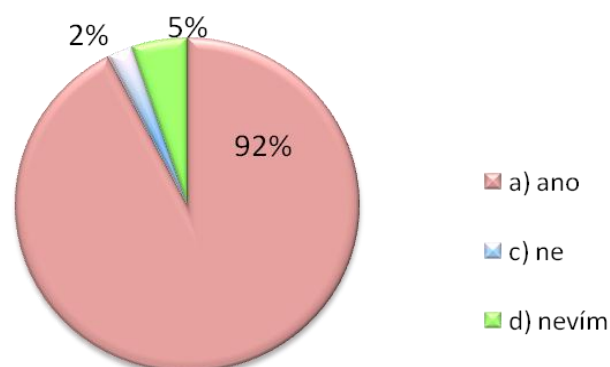
Domníváte se, že dobrá znalost informačních technologií může vést ke zvýšení společenské prestiže mezi přáteli?



Celkem 124 respondentů, které představuje 59 % odpovědí, se domnívá, že znalostí informačních a komunikačních technologií mohou ovlivnit svou společenskou prestiž mezi přáteli. Odpověď „ne“ zvolilo 34 seniorů, což znamená 16 % tázaných. Nevědělo 25 % seniorů. Důvodem je vlastní vnímání významu prestiže, která tkví u každého v jiných hodnotách. Posuzování PC aktivity probíhá u každého ve vlastním okolí a podle odlišných subjektivních kvalit.

Otázka č. 22

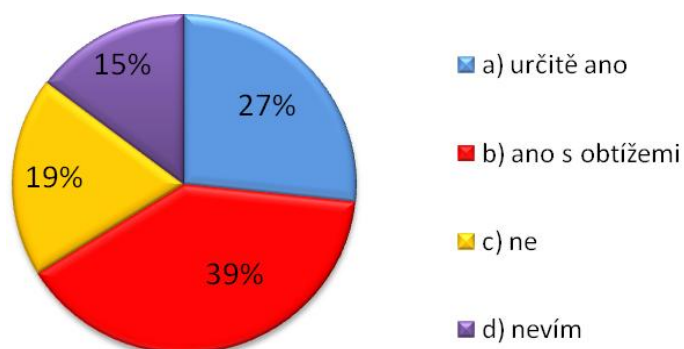
Je využívání informačních technologií pro Vás obohacím stávajícího života?



Tato otázka je jednoznačně volena většinou dotazovaných. Znamená to, že 194 respondentům (92%) přináší používání informačních a komunikačních technologií obohacení jejich životů. Pouze 5 % neví, zda ICT jejich život obohacuje a 2 % seniorů z celkového výzkumného vzorku sdělují, že ICT obohacením jejich života nejsou.

Otázka č. 23

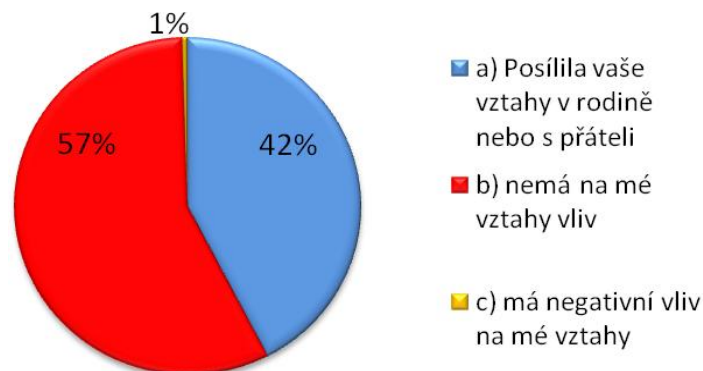
Jsou pro Vás informační technologie postradatelné?



Nepostradatelnými jsou technologie pro 19 % tázaných (tj. 40 odpovědí), 15 % neví (tj. 31 odpovědí) a ostatních 66 % dotazovaných (139 výpovědí) by se bez ICT obešli nebo s obtížemi, ale obešli. Otázka je ověřovací otázkou k otázce č. 20, kde se shoduje postradatelnost PC v životě seniorů ve 28 % a v této otázce 27 %.

Otázka č. 24

Domníváte se, že možnost počítačové komunikace:



Možnost počítačové komunikace v 57 % (120 odpovědí) nemá vliv na vztahy seniorů, ve 42 % posílila vztahy v rodinách a s přáteli, což můžeme považovat za velice dobrý

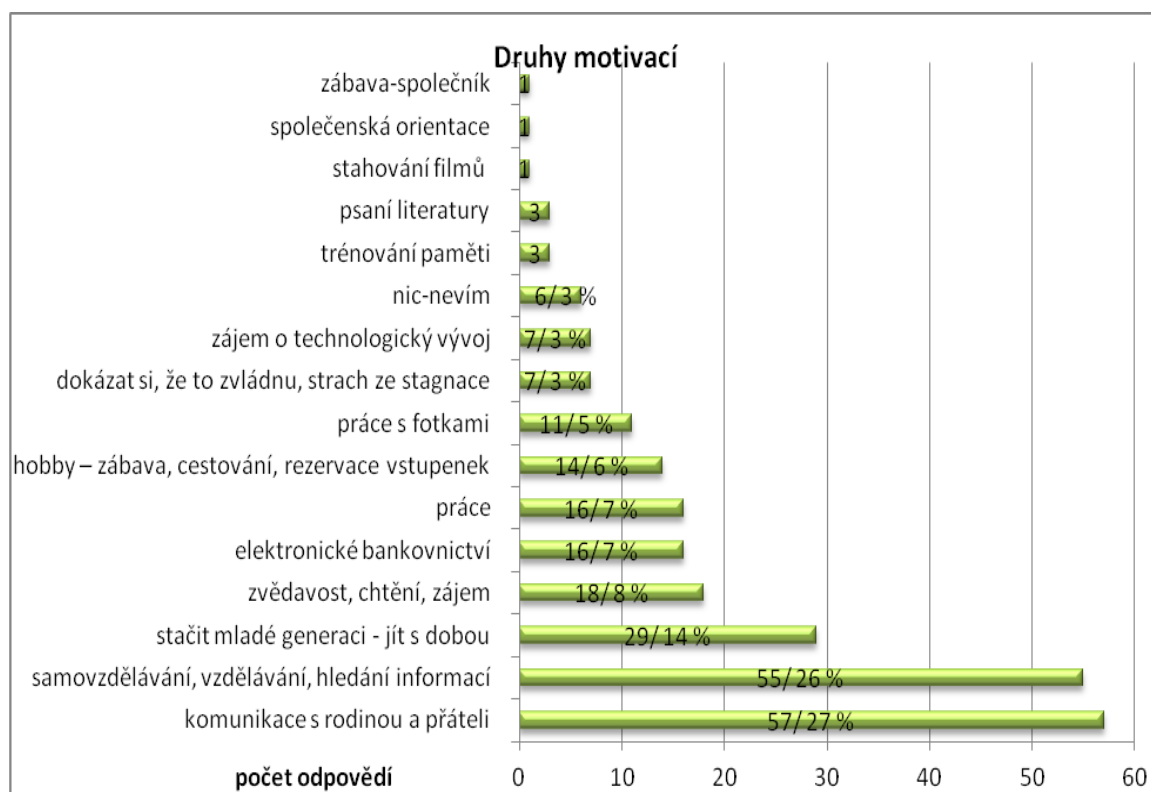
výsledek. Pouze jedna respondentka odpověděla, že používání počítače ke komunikaci má negativní vliv na její vztahy.

Otázka č. 25

Napište prosím, co Vás motivovalo ke zdokonalování se v oblasti informačních technologií?

Tato otázka zahrnovala ve svém obsahu predikci, že něco bylo motivem seniorů, co je přivedlo, ovlivnilo či donutilo začít nebo se zdokonalovat v oblasti informačních a komunikačních technologií. Z celkového počtu doručených odpovědí od výzkumného vzorku 210 respondentů jsem podle druhů motivací stanovila jednotlivé kategorie. Početní analýza odpovědí v každé kategorii vymezila pořadí motivací v následujícím grafické tabulce.

Počet odpovědí: stahování filmů 1, sebevzdělávání a vzdělávání - hledání informací 55, trénování paměti 3, práce 16, stačit mladé generaci - jít s dobou 29, psaní literatury 3, hobby – zábava – cestování - rezervace vstupenek 14, dokázat si, že to zvládnou - strach ze stagnace 7, zájem o technologický vývoj 7, elektronické bankovníctví 16, práce s fotkami 11, komunikace s rodinou a přáteli 57, společenská orientace 1, nic-nevím 6, zvědavost-chtění - zájem 18, zábava-společník 1.

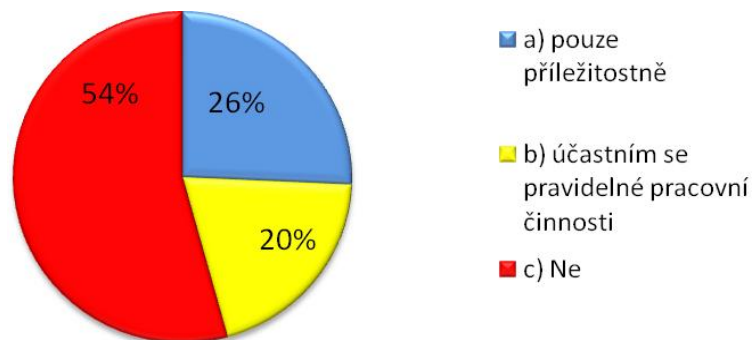


Zjištění, že senioři při používání ICT hlavně komunikují (57 odpovědí, tj. 27 %), bude v globálním měřítku velmi pravděpodobné. Ve svých výpovědích připouštějí, že je donutila většinou rodinná situace, děti a vnoučata studují v zahraničí a senior chce být s nimi v kontaktu. Volí hlavně skype, skype s kamerou, email. S přáteli využívá také sociální sítě. Ve svých aktivitách, při kterých pracují s lidmi, je internet důležitým dorozumívacím článkem. Častým rozhodujícím faktorem pro komunikaci, jsou úmrtí jednoho z partnerů, toho, který vše přes ICT zabezpečoval. Vzdělávání souvisí s komunikací a ICT jsou využívány k tomuto účelu téměř se stejnou intenzitou. Respondenti (55 odpovědí, tj. 26 %) uvádějí, že je pro ně snadná dosažitelnost informací, otevření nevídaných možností, mají osobní zájem, vzdělávají se kvůli zlepšování funkcí paměti, využívají na PC přípravy na výuku, psaní seminárních prací, doplnění vědomostí apod. Z výpovědí (29 odpovědí, tj. 14 %) je znát intenzivní pocit, že nechtějí zaostávat za mladou generací, dokázat si, že nový fenomén doby zvládnou a půjdou tzv. s dobou. Snaží se mezigenerační bariéru bortit, protože se stále považují za plnohodnotné členy celé společnosti. Zájem a chtění svědčí o aktivních seniorech (18 odpovědí, tj. 8 %). Možnosti pracovat přes technologie s bankovními institucemi a úřady využívá stále více seniorů (16 odpovědí, tj. 7 %). Pracovně činný senior (16 odpovědí, tj. 7 %) se s ICT střetává stále, zůstává v některých případech dále ve svém zaměstnání nebo vykonává přípravy, statistiky apod. Celkem 14 respondentů využívá komunikační technologie pro zábavu (6 %), organizují přes internet společné návštěvy divadel, výstav, výletů, rezervují si vstupenky, vyhledávají programy, které jsou v popředí jejich zájmové aktivity atd. Nemalá část (11 odpovědí, tj. 5 %) se věnuje fotografování a práci s programem, který fotografie upravuje a zpracovává, vyskytla se i výpověď o filmování a tvorbě filmů. Tato činnost nadchla mnoho seniorů, sdružují se, vyměňují si zkušenosti a jsou v neustálém kontaktu. Strach ze stagnace potvrdilo 7 odpovědí (3 %), což ale dokazuje, že pro určitou část seniorů jsou ICT stimulem a dokáží překonat seba sama. Ti, kteří odpověděli „ne-nevím“ (6 odpovědí, tj. necelá 3 %), mezi sebou teprve začínají objevovat komunikační technologie, jsou začátečníky a nejsou ještě schopni vysvětlit pozitiva, spíše negativa, protože ještě neprožili zpětnou vazbu. Trénovat a posilovat paměť chtějí 3 respondenti, je zde patrný strach ze ztráty paměti a tím i soběstačnosti. Ostatní odpovědi se týkaly vlastní literární tvorby, stahování filmů, internetu jako média, které informuje o celospolečenském dění a PC jako společník, se kterým se mohou např. hrát karty nebo hry. Všeobecně senioři

prodělávají s ICT růst, přínos a uspokojení. Tyto faktory ovlivňují sebemotivaci a senioři pracují na svém zdokonalování.

Otázka č. 26

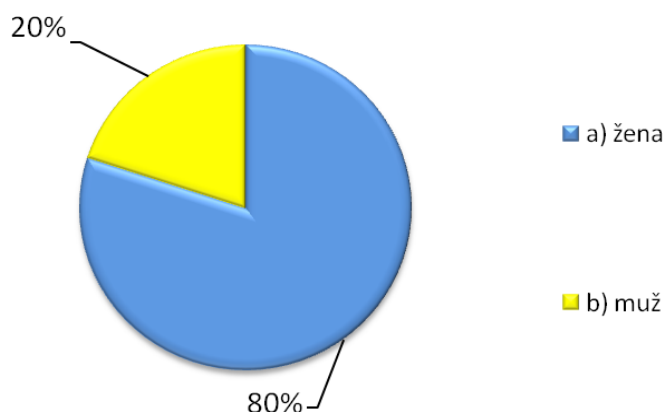
Zapojujete se ještě do pracovního procesu, třeba i brigádně?



Do pracovního procesu se pravidelnou činností v důchodovém věku stále ještě zapojuje 20 % dotazovaných (42 odpovědí), 26 % pouze příležitostně (54 odpovědí) a 54 % se do pracovního působení již nezapojuje (114 odpovědí). Otázka je ověřovací k otázce č. 20: pracujících seniorů je 20 % a 18 % by nedokázalo spokojeně žít bez internetu, vzhledem k tomu, že tato skupina je ještě pracovně činná.

Otázka č. 27

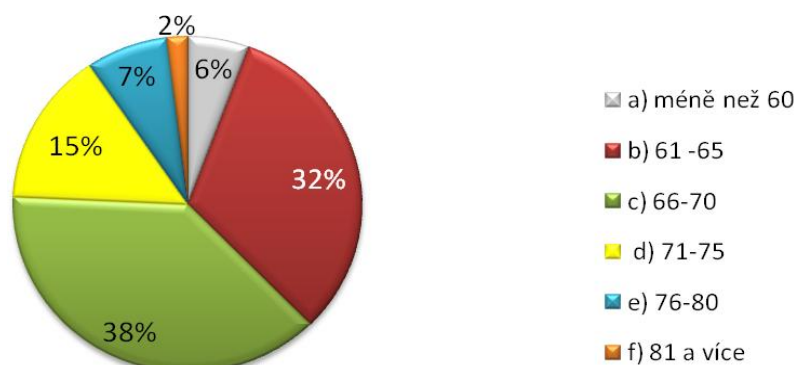
Uveďte, prosím, Vaše pohlaví.



Z 80% se tohoto projektu účastnily ženy. Vyplněný dotazník zaslalo 168 žen z 210 respondentů. Muži představují 20% účast se 42 vyplněnými dotazníky.

Otázka č. 28

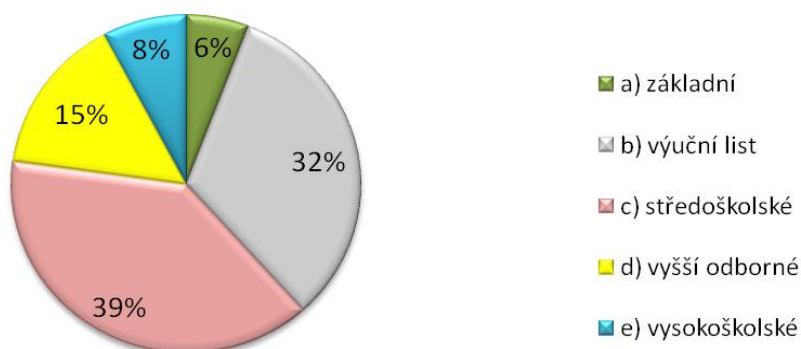
Uveďte, prosím, Váš věk.



Nejvíce zastoupenou věkovou kategorií byli respondenti ve věku 66 – 70 let (38%), následovalo věkové rozmezí 61 – 65 let (32%), v zastoupení 15% se zúčastnili projektu senioři mezi 71 – 75 lety. Věkovou kategorií od 76 – 80 let reprezentovalo 8%, tj. 16 seniorů a 2%, tj. 4 senioři, byli 81 a více let staří. Méně než 60 let (invalidé, předčasné důchody) zastupovala skupina 12 respondentů (6%).

Otázka č. 29

Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?



Nejpočetnější skupina byla zastoupena se středoškolským vzděláním, což představuje 50% tázaných (105 odpovědí). Vysokoškolské vzdělání má zastoupení ve 25% (53 odpovědí). Se základním vzděláním se účastnila 2%, 4 respondenti a učňovské a vyšší odborné vzdělání reprezentovalo 23% seniorů (48 odpovědí). Nejvíce je zastoupené středoškolské vzdělání (50%). V rozhovorech bylo patrné, že respondenti po odchodu do důchodu začali aktivně žít a v oblasti ICT si dorovnávali vzdělání.

Počet odpovědí za den:



Tabulka představuje křivku, která zobrazuje počet plnění dotazníků ihned po spuštění výzkumného šetření. Internetovou cestou bylo osloveno celkem 340 aktivních seniorů. Záměrně bylo zahájení naplánováno na den pracovního klidu přes nadcházející víkend. Předpokládalo se, že bude co nejvíce seniorů na internetu o víkendu, což se také potvrdilo. Během 24 hodin odpovědělo 105 respondentů (50 %) a dále křivka klesala až ke dni ukončení projektu, který byl po 10 dnech v celkovém počtu 210 vyplněných dotazníků ukončen.

6.7 Vyhodnocení hypotéz

1. Pro aktivní seniory je používání ICT nezbytné.

Na tuto hypotézu odpovídají otázky č. 2, ve které respondenti přiznávají, že z většiny vlastní počítač (investují do koupě, dostanou jako dárek nebo dědí). Dále otázka č. 6, kde senioři potvrzují, že čas strávený na PC je nezbytný pro zajištění jejich aktivit, otázka č. 7, ze které je patrné, že chtějí z 85% ICT věnovat stejný čas jako doposud, otázka č. 8, která objasňuje, že nejvíce komunikují a vzdělávají se, otázka č. 9, že se z 60% rádi učí novým dovednostem a otázka č. 4, která specifikuje průměrnou dobu strávenou na PC, což činí od 5 do 20 hodin týdně. V otázce č. 16 a č. 17 je evidence využívaných služeb na internetu a dále výpovědi o pozitivním přínosu ICT pro aktivní seniory z 90 %. Otázka č. 20 interpretuje, že by se obešli bez PC, ale s obtížemi, tzn., že je PC pro ně nezbytný. Duálně se tato otázka ověřuje s otázkou č. 23. Otázka č. 26 identifikuje ještě pracující seniory, pro něž je používání ICT rovněž nezbytné z důvodů, plnění pracovních povinností, vzdělávání se proto, aby byli ještě konkurenceschopní na trhu práce (potvrzeno 20% respondentů).

Hypotéza č. 1 se potvrdila.

2. ICT mají pro aktivní seniory největší význam pro komunikaci. Komunikaci věnují nejvíce času při práci s ICT.

Zda je touto nejvytíženější aktivitou komunikace objasňují odpovědi v otázce č. 12, kde 60 % respondentů považuje používání skype za ušetřené finanční prostředky, což znamená, že komunikuje a v otázce č. 14 potvrzují, že týdně v určitém objemu emailují. Zde je důležité vzít na vědomí, že se zde projevuje i hobby přeposílaných zpráv s přílohami, kdy senior nevytváří vlastní písemnou zprávu. Komunikaci přes PC využívá 20 až 27 % respondentů, což dokládají otázky č. 16 a 18. Vysvětlení podává otázka č. 6, kde se senioři vyjádřili ze 41 % (což je 87 odpovědí z 210 respondentů) že čas, ve kterém pracují na PC je pro ně nezbytný pro zajištění jejich aktivit a identifikace ve 29 % (což je 60 odpovědí) označuje strávený čas na PC smysluplně vynaloženým časem pro seberealizaci. Celkem 70 % aktivních seniorů se vyjádřilo pozitivně na trávení času na PC. Vzhledem k tomu, že nejvíce využívanou komunikační službou se jeví používání skype a posílání emailů, přičemž většina (70 %) považuje strávený čas na PC za pozitivní.

Hypotéza č. 2 se potvrdila.

3. Informační komunikační technologie mají různý význam pro jednotlivé věkové skupiny aktivních seniorů. S přibývajícím věkem význam ICT klesá.

Podle výpovědí v otevřené otázce č. 25 je zřejmé, že vícečetných aktivit přes ICT uplatňuje věkové kategorie seniorů méně než 60 až 75 let, což dokládá 81 výpovědí. Věková skupina seniorů od 66 – 70 let je nejaktivnější a používá více služeb a možností internetu. Od 70 let postupně tato tendence klesá. Vícečetnou aktivitu přes ICT popsali tři dotazovaní ve věku 76 – 80 let a pouze jeden respondent v kategorii 81 a více let. Otázka č. 28, která se dotazuje na věk respondentů, přesně reflektuje toto tvrzení.

Hypotéza č. 3 se potvrdila.

4. Získávání nových znalostí a dovedností práce s ICT zvyšuje sebevědomí a společenskou prestiž aktivních seniorů.

Výsledek této hypotézy je objasněn v otázce č. 21, kde 124 respondentů (59 %) odpovědělo, že znalost ICT může vést ke zvýšení společenské prestiže mezi přáteli, „ne“ odpovědělo pouze 16 % tazatelů, ostatní „nevím“.

Hypotéza č. 4 se potvrdila.

5. Využívání ICT pozitivně ovlivňuje kvalitu života aktivních seniorů a orientaci ve společenských a ekonomických změnách.

V otázce č. 8 je doloženo, že si senioři vyhledávají informace, to znamená, že se vzdělávají, sebevzdělávají a seberealizují, z toho vyplývá, že používáním ICT si zlepšují kvalitu života. Otázka č. 10 řeší vliv používání PC na aktivity seniorů, kde 69 % vidí používání pouze pozitivně a 25 % míní, že pozitiva i negativa, pro zbylých 6 % nemá používání ICT význam. Kvalita života je také o finančních prostředcích. Fakt, že jim ICT pomáhají šetřit finanční prostředky, se odrazil v otázce č. 11, kde odpověď ano a spíše ano použilo 60 % respondentů. Rozmanité používání služeb internetu a ICT jako takových je obohacením kvality života (otázky 18, 19). Používání ICT je obohacením stávajícího života v 92 %. Na tuto otázku č. 22 odpovědělo celkem 194 dotazovaných.

Hypotéza č. 5 se potvrdila.

7 Diskuse

Cílem diplomové práce bylo zjistit jaké možnosti má cílová skupina aktivních seniorů v oblasti využívání informačních a komunikačních technologií, zda je možné využít technologie pro informování této věkové kategorie a zpětně, jak a do jaké míry aplikují informace k projekci do společenského dění. a jaké možnosti jim otevírá jejich používání. Práci jsem si chtěla ověřit, zda lze komunikovat se zkoumanou cílovou skupinou – skupinou aktivních seniorů. Jednotlivé výstupy v empirické části práce legalizovaly podstatná zjištění. Práce potvrdila, že věková kategorie seniorů je schopna reagovat na současný vývoj v oblasti ICT, lze jim poskytovat a přenášet informace z této oblasti. Tato skupina obyvatel je natolik erudovaná, že dokáže informace zpracovávat a implantovat do svého života tak, aby jim byly ku prospěchu. Výsledky této práce (dílní cíle) jsou prakticky využitelné a aplikovatelné pro aktivity s touto seniorskou generací.

Jelikož vývoj ICT se rozvíjí značným tempem, chtěla bych zmínit a upozornit na souvislosti se současnými výzkumnými projekty odborného týmu Sak – Kolesárová, kteří se zabývají soudobou generací seniorů a využíváním ICT. Trendy uskutečněných výzkumů poukazují na další rozšiřování počítačové gramotnosti mezi seniory a dostupnost novými technologiemi. Rozhodně již nelze hovořit o tom, že stará generace je vyloučena za digitální překradou. Velký podíl seniorů počítač a internet začlenil do svého životního stylu. Využívá celou řadu možností, které internet poskytuje a překonala v tomto smyslu generační propast.⁸⁹

Před plánováním výzkumného projektu probíhalo pečlivé studium psychologické, vývojové a sociologické literatury, praxe přímo se seniory, konzultace ohledně metodických oddílů. Z realizace projektu plynou závěry pro komunikaci se seniory a pro vědomí toho, že senior má zájem a chce se účastnit formou dalšího vzdělávání s novými technologickými vymoženostmi.

⁸⁹ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, s. 125.

Závěr

Na základě této diplomové práce jsem došla k závěru, že senioři patří, a na platformě demografického vývoje budou ještě více náležet, do významné skupiny obyvatelstva.

Seniory nelze ignorovat, a proto je třeba dále interpretovat celé společnosti, že přestože již nejsou povinováni aktivním pracovním životem, jsou pro společnost potřebným využitelným potenciálem. Znalost ICT seniorům zvyšuje kvalitu života a zpětně jim udržuje aktivní paměťové a intelektové kompetence do pozdního stáří.

Mým osobním cílem bylo zjistit, jaký druh komunikace s touto věkovou kategorií budu moci uplatnit ve své profesi. Získané poznatky z této práce využiji při plánování aktivit pro seniory, jejich charakteru, výběru nebo propagování. Závěry diplomové práce lze použít k dalšímu zkoumání této problematiky. Na výsledky otevřeného výzkumu mohou navázat další zájemci, kteří nás na základě dalších podkladů více přiblíží k mezigeneračnímu porozumění.

Seznam použitých zdrojů

- BAŠTĚCKÝ, J., KÜMPEL, Q., VOJTĚCHOVSKÝ, M. a kol. *Gerontopsychiatrie*. Praha: Grada Avicenum, 1994. ISBN 80-7169-070-8.
- BENEŠ, M. *Úvod do andragogiky*. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-7184-542-6.
- BOČKOVÁ, V. *Vzdělávání dospělých*. In *Pedagogická encyklopedie (ed.)*. Praha: Portál, 2009, s. 479 - 481.
- BŘICHÁČEK, V. *Zdraví jako biosociální jev*. In DUNOVSKÝ, J. a kol. *Sociální pediatrie vybrané kapitoly*. Praha: Grada Publishing, 1999, Kap. 2, s. 27 – 31.
- BURCIN, B.; KUČERA, T. *Prognóza populačního vývoje České republiky na období 2003 – 2006* [online]. Praha, 2005 [cit. 2011-11-15] Dostupné na: <<http://www.mpsv.cz/files/clanky/2237/srovnani-demografie.pdf>>.
- BURKOVÁ, J. *Úvahy o stáří: Přejít do důchodu a stáří: Čtyřdílný cyklus zpracovaný pro pořad Rozhlasová akademie třetího věku* [online]. Praha: Rozhlasová akademie třetího věku, 2004 [cit. 2011-11-12] Dostupné na: <<http://www.senio.cz/index.php?w=art&id=982&rub=8&s>>.
- ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. ISBN 80-7067-953-0.
- DOMBROVSKÁ, M. *Informační gramotnost : funkční gramotnost* [online]. aktualizováno 22.05.2002 [cit. 2012-02-11] Dostupné na: <<http://www.inforum.cz/inforum2002/prednaska37.htm>>.
- DRAAISMA, D. *Proč život ubíhá rychleji, když stárneme*. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1806-9.
- EMPORIA: *Čeští senioři od mobilu vyžadují snadné ovládání*. [online]. [cit. 2013-01-19], Dostupné na <<http://www.emporia.cz/content/novinky/268etsenio345iodmobiluvyadujsnadnovldn-138?details>>.
- GATES, B. *Byznys rychlostí myšlenky, jak uspět v digitálním věku*. Praha: Management Press, 1999. ISBN 80-85943-97-2.
- GRÜN, A. *Život je teď*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-749-7.
- HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1989. ISBN 80-7038-158-2.
- HAYFLICK, L. *Jak a proč stárneme*. Praha: Knižní klub, 1997. ISBN 80-7176-536-8.
- HERCÍK, P. *Silver economy* [online]. [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <http://www.mpsv.cz/files/clanky/3483/17_Hercik.pdf>.

HLAVENKA, J.; SAMŠUK, P.; ROUBAL, P. *První kroky s počítačem*. 7.vyd. Praha: Computer Press, 1998. 103 s. ISBN 80-7226-403-6.

JEŽEK, S. *Možnosti konceptualizace školního klimatu*. In JEŽEK, S. (ed.) *Psychosociální klima školy I*. Brno: Masarykova univerzita, 2003, s. 2-31.

JIRÁSKOVÁ, V. *Ageismus a kvalita života*. In JIRÁSKOVÁ, V. a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. Praha: Eurolex Bohemia, 2005. s. 19-36.

JOHNSON, M. L., *The Cambridge handbook of age and ageing*. New York: Cambridge University Press, 2005. ISBN 0-521-53370-8.

JONÁK, Z. *Pojetí vzdělávací oblasti ICT v RVP ZV* [online]. Metodický portál RVP: 3.8. 2004 [cit. 2012-10-15] Dostupné na: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/o/z/40/POJETI-VZDELAVACI-OBLASTI-ICT-V-RVP-ZV.html>>.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie moudrosti a dobrého života*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2362-4.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3604-4.

LANDOVÁ H., DOMBROVSKÁ M., TICHÁ L. *Informační gramotnost - teorie a praxe v ČR* [online]. Národní knihovna ČR: 2004 [cit. 2012-02-11] Dostupné na: <<http://knihovna.nkp.cz/NKKR0401/0401007.html>>.

LAPÁČEK, J. *Počítač pro seniory*, Praha: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2506-9.

LIVEČKA, E. *Úvod do gerontopedagogiky*. Praha: SPN, 1979. ISBN neuvedeno.

MEDIÁLNÍ SLOVNÍK: *Kvantitativní výzkum* [online]. Media guru: 2013 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <<http://www.media guru.cz/medialni-slovník/kvantitativni-vyzkum/>>.

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. *Kvalita života ve stáří: Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. Praha: 2008. ISBN 978-8086878-65-2.

MÜHLPACHER, P. *Vzdělávání seniorů*. In *Pedagogická encyklopedie (ed)*. Praha:Portál, 2009, s. 483 - 485.

MÜHLPACHER, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 80-210-3345-2.

NOVINKY. CZ, *Možek přestává stíhat už ve 45 letech, ukázala studie* [online]. Londýn, Věda a školy: 7.1. 2012 [cit. 2012-11-15] Dostupné na: <<http://www.novinky.cz/veda-skoly/255540-mozek-prestava-stihat-uz-ve-45-letech-ukazala-studie.html>>.

OXBROW, N. 1998. Information literacy – The final key to an information society. *The Electronic Library*. 1998, vol. 16, issue 6, s. 359-360. ISSN 0264-0473.

PACOVSKÝ, V. *Rosa pro stáří nebo „zasloužený odpočinek?“* [online]. Zdravá rodina: 4/99 [cit. 2012-11-15] Dostupné na: <http://www.zdrava-rodina.cz/zr/04_99/zr499_7.htm>.

PALÁN, Z. *Úvod do studia personalistiky: Základy andragogiky*. Praha: Vysoká škola J.A. Komenského s.r.o., 2002. ISBN neuvedeno.

PETŘKOVÁ, A. *Psychologie učení a vzdělávání dospělých*. In *Pedagogická encyklopedie (ed.)*. Praha: Portál, 2009, s. 479.

PRCHLÍK, M. *Úvod do normální psychologické gerontologie: Psychologická problematika starých občanů*. 1. část. Praha: Výzkumný ústav sociálního zabezpečení, 1969. ISBN neuvedeno.

PRŮCHA, J. *Pedagogická encyklopedie (ed.)*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-546-2.

PRUSÁKOVÁ, V. *Andragogika-súčasný stav a perspektívy vývoja na Slovensku*. In *Pedagogická revue*, roč. 48, č.3 - 4, 1996, s. 101–109.

RABUŠIC, L. *Česká společnost stárne*. Brno: Georgetown, 1995. ISBN 80-210-1155-6.

RABUŠIC, L. *Stárnutí populace jako pohroma nebo jako sociální výzva?: Zamyšlení nad některými souvislostmi populačního stárnutí*. Praha: (s.n.), 2002. ISBN neuvedeno.

RABUŠICOVÁ, M., KLUSÁČKOVÁ, M., KAMANOVÁ, L. *Mezigenerační učení v rámci programů neformálního vzdělávání pro děti, rodiče a prarodiče*. In *Studia Pedagogica*, roč. 14, č. 2, 2009, s. 131 – 153.

RABUŠICOVÁ, M.; KAMANOVÁ, L.; PEVNÁ, K. *Učení v rodině v mezigeneračním pohledu*. In *Pedagogická orientace*, roč. 20, č. 4, 2010b, s. 92 – 111.

RADVÁKOVÁ, V. *Mezigenerační vzdělávání* [online]. 2009 [cit. 2012-01-12] Dostupné na: <<http://www.vsporadenstvi.cz/cs/node/114>>.

RODINA FINANCE: *Vzdělávání seniorů* [online]. Mediapol News: aktualizováno 27.8. 2010 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <<http://www.rodina-finance.cz/seniori.207/vzdelavani-senioru.20407.html>>.

RYLICH, J. *Informace, informační věda a informační společnost* [online] New media network: 2007 – 2008 [cit. 2012-10-15] Dostupné na: <http://www.media-net.cz/clanky/informace_veda_spolecnost.php>.

SAK, P. *Vztahy mezi generacemi, první část statě „Děti a mládež na počátku mediální a informační společnosti“ publikované v čísle 5/2009 Česko-slovenské pediatrie* [online]. Britské listy: 16.6. 2009 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <<http://blisty.cz/art/47414.html>>.

SAK, P., KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978- 80-247- 3850-5.

SAK, P., KOLESÁROVÁ-SAKOVÁ, K. *Zpráva z výzkumu: Názory a postoje české populace k seniorům*, Praha: ASOV, 2008. ISBN neuvedeno.

SAK, P., SAKOVÁ, K., *Jak internet mění společnost* [online]. Lupa.cz: 2007 [cit. 2012-02-11] Dostupné na: <<http://www.lupa.cz/clanky/zpusob-vyuzivani-osobniho-pocitace-a-internetu/>>.

SLÁMOVÁ, H. *I. gramotnost* [online]. SIKP: kap.9, 30.11.2009 [cit. 2012-02-11] Dostupné na: <<http://www.joomla.slamow.com/sikp/prednasky/17-sikp-kapitola-ix-i-gramotnost.html>>.

STŘELEČEK, S. *Rodina a výchova dětí školního věku*. In STŘELEČEK, S. et al. *Kapitoly z teorie a metodiky výchovy*. Brno: Paido, 1998, s. 157-164.

ŠERÁK, M. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

TELEFON PRO SENIORY: *Mobilní telefony pro seniory a nenáročné uživatele* [online]. 2012 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <<http://www.telefonproseniory.cz/>>. *v informační společnosti*. In *Inforum 2002* [online]. Praha: Albertina icome,

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II.: Dospělost stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5

VIEWEGH, J. *Psychologie stáří*. Brno: Ústav pro další vzdělávání středních zdravotnických pracovníků, 1972. ISBN neuvedeno.

VOHRALÍKOVÁ, L.; RABUŠIC, L. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Brno: VÚPSV, 2004. ISBN 80-2394-218-2.

WIKIPEDIE: *Andragogika* [online]. Otevřená encyklopedie: aktualizováno v březnu 2013 [cit. 2013-03-26] Dostupné na: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Andragogika>>.

WIKIPEDIE: *Informace* [online]. Otevřená encyklopedie: aktualizováno v březnu 2013 [cit. 2012-10-15] Dostupné na: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Informace>>.

WIKIPEDIE: *Kvantitativní výzkum* [online]. Otevřená encyklopedie: aktualizováno v březnu 2013 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Kvantitativn%C3%AD_v%C3%BDzkum>.

WIKIPEDIE: *Mobilní telefon* [online]. Otevřená encyklopedie: aktualizováno v březnu 2013 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Mobiln%C3%AD_telefon>.

WIKIPEDIE: *Počítač* [online]. Otevřená encyklopedie: aktualizováno v březnu 2013 [cit. 2013-01-19] Dostupné na: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Po%C4%8D%C3%ADta%C4%8D>>.

Seznam zkratek

| | |
|--------|--|
| A3V | Akademie Třetího věku |
| AU3V | Asociace Univerzit Třetího Věku, o.s. |
| EDCL | European Computer Driving Licence, certifikační koncept počítačové (digitální) gramotnosti, počítačových znalostí a dovedností |
| ICT | informační a komunikační technologie |
| ITU | Mezinárodní telekomunikační unie |
| KIV | Knihovnictví a informační vědy |
| KŠ | Komunitní škola |
| LMS | Learning management systém |
| MOODLE | je softwarový balík určený pro podporu prezenční i distanční výuky prostřednictvím online kurzů dostupných na WWW |
| MŠMT | Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy |
| PC | Personal komputer (osobní počítač) |
| SENSEN | Senzační senior (projekt) |
| TDKIV | Terminologické databáze knihovnictví a informační vědy |
| U3V | Univerzita Třetího věku |
| VŠ | Vysoká škola |
| VU3V | Virtuální Univerzita třetího věku |
| WWW | World Wide Web |

Seznam příloh

Příloha I. Dotazník pro respondenty seniorského věku

Příloha II. Fotodokumentace

Význam informačních technologií v životě aktivních seniorů

Vážené dámy, vážení pánové,

dovoluji si Vás požádat o spolupráci při mém výzkumu pro zpracování diplomové práce na téma: „Význam moderních informačních komunikačních technologií v životě aktivních seniorů.“

Předložený dotazník je anonymní, jeho vyplnění Vám nezabere více jak 7 minut.

V otázkách níže zvolte zaškrtnutím nevhodnější nabízenou odpověď nebo napište prosím Váš názor.

U některých otázek můžete vybrat více odpovědí. Vyplněný dotazník odešlete kliknutím na tlačítko "odeslat" na konci dotazníku.

Výsledky výzkumu bych ráda využila při organizaci a propagaci kulturních akcí pro seniory v Českých Budějovicích.

Děkuji Vám za spolupráci

Iva Sedláková

*Povinné pole

1. Kdy jste se začal (a) věnovat práci na počítači? *

- a) již v předdůchodovém věku
- b) až v důchodovém věku

2. Máte k dispozici počítač jen pro sebe? *

- a) ano máme doma více jak jeden počítač, notebook nebo netbook
- b) ano mám k dispozici počítač pro sebe
- c) ne střídám se v jeho používání ještě s dalšími uživateli
- d) nemám doma počítač

3. Vyberte službu nebo zařízení informačních technologií, které používáte: *

v případě potřeby vyberte více možností

- a) stolní počítač
- b) notebook
- c) tablet
- d) mobilní telefon
- e) internet pro počítač
- f) Smartphone (chytrý mobilní telefon s pokročilým operačním systémem)
- g) Smart television - Televize připojené k internetu (Chytrá televize)
- h) internet v mobilu
- Jiné:

4. Jak dlouho pracujete na počítači (odhadněte prosím průměrnou dobu) *

- a) v průměru více jak 20 hodin týdně
- b) v průměru 10 až 20 hodin týdně
- c) v průměru 5 až 10 hodin týdně
- d) v průměru méně jak 5 hodin týdně
- e) nepravidelně velmi málo

[Pokračovat »](#)

Význam informačních technologií v životě aktivních seniorů

*Povinné pole

strana 2

5. Doba, kterou strávíte u počítače je ovlivněna: *

vyberte více možností

- a) mojí aktuální náladou
- b) mým aktuálním zdravotním stavem
- c) mými aktuálními potřebami
- d) pracovními povinnostmi nebo časovými možnostmi
- e) dostupností počítače pro mne
- f) počasím nebo roční dobou
- Jiné:

6. Čas, kdy pracujete na počítači je pro Vás: *

- a) nezbytný pro zajištění Vašich aktivit a komunikace s ostatními
- b) je smysluplně vynaložený pro Vaši seberealizaci
- c) není nutný, ale je příjemně strávený
- d) je někdy promarněný čas

7. Práci s počítačem bych chtěl(a) věnovat: *

- a) více času
- b) stejně času jako dosud
- c) méně času

8. Jaké jsou důvody Vaší práce na počítači? *

vyberte více možností

- a) psaní e-mailu a ostatní komunikace s přáteli
- b) vyhledávání informací
- c) čtení zpráv
- d) vzdělávání a seberealizace
- e) hraní her
- f) zpracování fotografií, videa nebo zvuku
- g) realizace jiného hobby (například zahrada, historie apod.)
- i) sledování filmů, televize, poslech radia nebo hudby
- j) pracovní výdělečná činnost (např. účetnictví)
- Jiné:

« Zpět

Pokračovat »

Význam informačních technologií v životě aktivních seniorů

*Povinné pole

strana 3

9. Máte chuť učit se na počítači novým dovednostem ? *

- a) ano rád se učím novým dovednostem
- b) učím se jen, pokud to okolnosti vyžadují (nová verze programu)
- c) nerad(a) se učím novým dovednostem
- d) vystačím si s tím, co umím

10. Jaký význam má pro Vás současné aktivity používání počítače? *

- a) počítač mi usnadňuje realizaci mých aktivit
- b) přináší mi pozitiva i negativa
- c) přináší mi spíše negativa
- d) pro mé aktivity téměř nemá význam.
- Jiné:

11. Pomáhá Vám používání moderních informačních prostředků šetřit Vaše finanční výdaje? *

- a) ano hodně
- b) spíše ano
- c) ne
- d) ne. Naopak výdaje mi narůstají.(platby za připojení internetu apod.)

12. Pokud užíváte telefonování přes počítač (Skype), domníváte se, že tím ušetříte? *

- a) ano, ušetřím
- b) neušetřím
- c) nepoužívám telefonování přes počítač

[« Zpět](#)

[Pokračovat »](#)

Význam informačních technologií v životě aktivních seniorů

*Povinné pole

strana 4

13. Počítačová komunikace (e-mail, skype, facebook, kruhy google apod.) je pro Vás: *

- a) častější než osobní komunikace
- b) poměrně stejná
- c) pouze příležitostná
- d) nemohu posoudit

14. Za týden odešlete přátelům přibližně: *

- a) méně jak 10 e-mailových zpráv
- b) 10 až 20 e-mailových zpráv
- c) 20 až 50 e-mailových zpráv
- d) více jak 50 e-mailových zpráv

15. Komunikace přes počítač pro Vás představuje: *

vyberte více možností

- a) standardní způsob dnešní komunikace
- b) zrychlení a zlevnění komunikace
- c) nutné zlo, chybí osobní kontakt
- d) vhodnou náhradu osobního kontaktu
- e) vítanou pomoc, ale pouze v určitých případech komunikace
- f) nic z uvedeného
- Jiné:

16. Jaké služby využíváte na internetu? *

vyberte více možností

- a) internetové zpravodajství
- b) nakupování v internetových obchodech, (last minute)
- c) vyhledávání informací
- d) komunikace s přáteli
- e) hraní počítačových her
- f) elektronické bankovníctví
- g) realizace hobby (fotografie, video, filmy, hudba, apod.)
- i) četba elektronických knih
- j) Seznamka (vyhledávání přátel)
- k) stahování filmů a hudby
- l) sledování internetové televize
- Jiné:

« Zpět

Pokračovat »

Význam informačních technologií v životě aktivních seniorů

*Povinné pole

strana 5

17. Přínos informačních technologií je pro Vás osobně: *

- a) pozitivní
- b) negativní
- c) neutrální

18. Označte prosím, co Vám práce s informačními technologiemi přináší: *

vyberte více možností

- a) zdroj informací a vzdělávání
- b) přehled denního zpravodajství
- c) oddych a zábavu
- d) zhoršení zraku nebo zdravotního stavu
- e) komunikace a kontakt s přáteli
- f) kulturní vyžití
- g) úspora finančních prostředků
- h) pomáhá žít aktivním životem
- i) málo tělesného pohybu
- j) usnadnění současného života
- k) zvýšené finanční výdaje

19. V orientaci v častých společenskoeekonomických změnách mi nejvíce pomáhá: *

vyberte více možností

- a) denní tisk
- b) televize
- c) rozhlas
- d) časopisy, odborná literatura
- e) zpravodajství a články a komentáře na internetu
- f) diskuse s přáteli
- Jiné:

20. Dokázal(a) byste žít spokojeně bez počítače a internetu? *

- a) učitě ano
- b) ano s obtížemi
- c) ne
- d) nevím

Internetový dotazník strana č. 5

21. Domníváte se, že dobrá znalost informačních technologií může vést ke zvýšení společenské prestiže mezi přáteli? *

vyberte více možností

- a) ano
- c) ne
- d) nevím

22. Je využívání informačních technologií pro Vás obohacením stávajícího života? *

- a) ano
- c) ne
- d) nevím

23. Jsou pro Vás informační technologie postradatelné? *

- a) určitě ano
- b) ano s obtížemi
- c) ne
- d) nevím

24. Domníváte se, že možnost počítačové komunikace: *

- a) Posílila vaše vztahy v rodině nebo s přáteli
- b) nemá na mé vztahy vliv
- c) má negativní vliv na mé vztahy

25. Napište prosím, co Vás motivovalo ke zdokonalování se v oblasti informačních technologií? *

26. Zapojujete se ještě do pracovního procesu, třeba i brigádně? *

- a) pouze příležitostně
- b) účastním se pravidelné pracovní činnosti
- c) NE

[« Zpět](#)

[Pokračovat »](#)

Význam informačních technologií v životě aktivních seniorů

*Povinné pole

strana 6

27. Uveďte prosím Vaše pohlaví *

žena

muž

28. Uveďte prosím Váš věk *

a) méně než 60

b) 61 -65

c) 66-70

d) 71-75

e) 76-80

f) 81 a více

29. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání? *

a) základní

b) výuční list

c) středoškolské

d) vyšší odborné

e) vysokoškolské

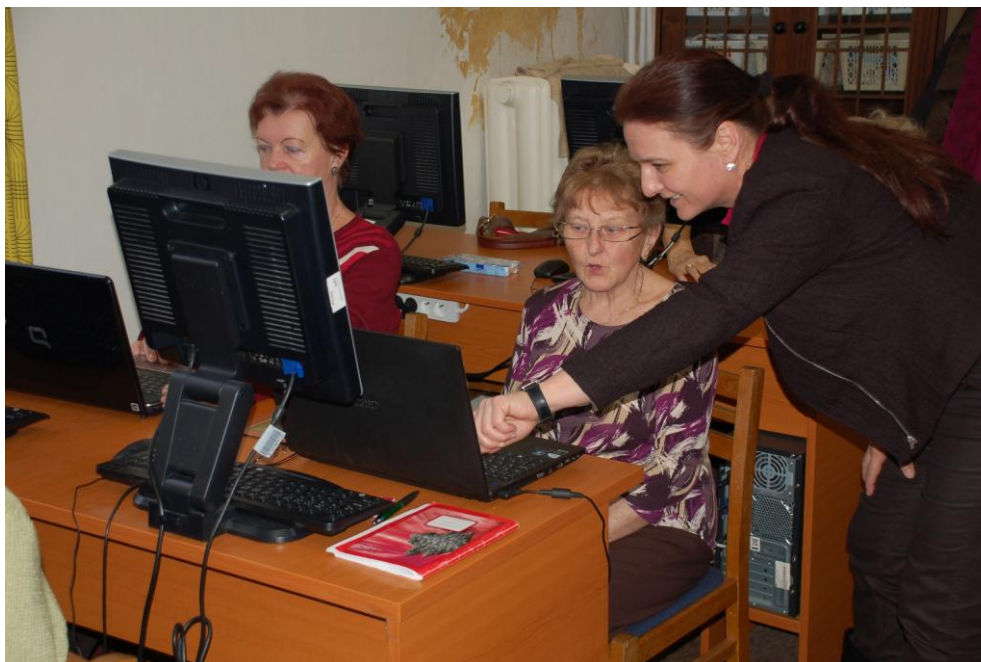
[« Zpět](#)

[Odeslat](#)

Příloha II. Fotodokumentace



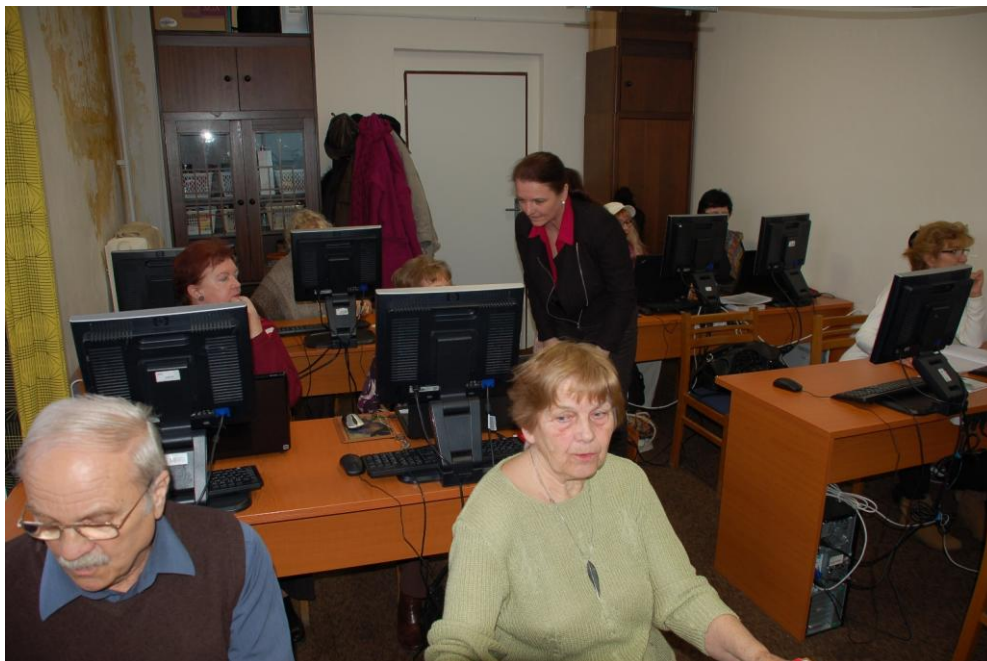
S účastníky počítačového kurzu Akademického klubu třetího věku Aktiv



Internetové hledání



Vysvětlování výsledků závěru výzkumného projektu



Nad dotazy seniorů

Abstrakt

Sedláková, I. *Význam moderních informačních komunikačních technologií v životě aktivních seniorů*. České Budějovice 2013. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce O. Jíra.

Klíčová slova: informační a komunikační technologie, informační společnost, počítačová gramotnost, senior, stáří, stárnutí, populace, učení, vzdělávání, Univerzita třetího věku, Akademie třetího věku, kurzy, kluby, České Budějovice

Diplomová práce se zabývá významem moderních informačních komunikačních technologií (ICT) v životě aktivních seniorů. Teoretická část diplomové práce pojednává biologická, psychologická a sociální témata stárnutí jako základní vymezení současného pojetí problematiky stáří. Zabývá se informační a počítačovou gramotností, metodami a formami vzdělávání seniorů s ohledem na získání znalostí a dovedností v oblasti používání moderních komunikačních prostředků.

V praktické části práce je interpretován kvantitativní výzkum, jehož cílem bylo zjistit význam ICT pro aktivní seniory, četnost a míru využívání technologických prostředků. V závěru práce jsou výsledky výzkumu diskutovány, v jaké míře ovlivňují kvalitu života aktivních seniorů a jako možné formy komunikace pro informování seniorů o kulturních událostech a jejich aktivizaci ve společenském životě.

Abstract

The importance of information communication technologies in the lives of active seniors.

Key words: information and communication technologies, information society, computer literacy, senior, old age, aging, population, leasing, education, University of the Third Age, Academy of the Third Age, courses, clubs, České Budějovice

The thesis deals with the importance of modern information communication technologies (ICT) in the lives of active seniors. The theoretical part of the thesis deals with biological, psychological and social topics of aging as the basic demarcation of the present conception of the old age issue. It follows up the information and computer literacy, the methods and forms of the education of seniors considering the acquisition of knowledge and skills within using modern means of communication.

In the practical part of the thesis the quantitative research has been interpreted, the goal of which was to find out the importance of ICT for active seniors, the frequency and the rate of using means of technology. At the end of the thesis there are the results of the research discussed how they influence the quality of life of active seniors and as possible forms of communication for informing seniors about cultural events and their acquisition in social life.