



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

KATEDRA PEDAGOGIKY A PSYCHOLOGIE

**POSTAVENÍ SENIORŮ V SOUČASNÉ
SPOLEČNOSTI JEJICH VLASTNÍMA OČIMA**
(Bakalářská práce)

Autor práce: Dana Syrovátková, Sociální pedagogika

Vedoucí práce: Mgr. Miroslav Procházka, Ph.D.

České Budějovice, 2015



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

UNIVERSITY OF SOUTH BOHEMIA

FACULTY OF EDUCATION

DEPARTMENT OF EDUCATION AND PSYCHOLOGY

**STATUS OF OLDER PEOPLE IN THE
CONTEMPORARY SOCIETY THROUGH
THEIR OWN EYES**

(Graduation Theses)

Author: Dana Syrovátková

Supervisor: Mgr. Miroslav Procházka, Ph.D.

České Budějovice, 2015

PROHLÁŠENÍ

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

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě archivovaných Pedagogickou 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.

Datum.....

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji Mgr. Miroslavu Procházkovi, PhD. za odborné vedení diplomové práce a poskytování cenných rad. Děkuji všem osloveným informatům, že byli ochotni vyprávět o svých životech a podělit se o své soukromí. Velký dík patří mé rodině za podporu, které se mi od nich dostalo.

ABSTRAKT

V teoretické části se autorka práce zaměřuje na vymezení pojmu stáří a jeho projevy, poukazuje na tělesné a psychické změny. Uvádí některé aspekty života seniorů, dává návod, jak se připravit na stáří. Udává okolnosti, které mají vliv na kvalitu života. Autorka zmiňuje ageismus a jeho zdroje. Popisuje změnu postavení v historickém a společenském kontextu. Při vypracování teoretické části autorka čerpala z odborné literatury a článků dostupných na odborných internetových stránkách. V praktické části autorka vypracovala kazuistiky. Jako metodu zvolila rozhovor. Zjišťovala, jakým způsobem senioři vnímají přechod do důchodu, kvalitu svého života a jaké mají obavy v kontextu svého stárnutí. Oslovení senioři pohovořili o svých životech a na základě jejich osobní historie autorka vyvodila závěry.

Klíčová slova: stárnutí, senior, změny ve stáří, ageismus, kvalita života, sociální postavení

ABSTRACT

In the theoretical part, the author focuses on defining the idea of old age and its manifestations, points to the physical and psychological changes. The author features some aspects of senior's life, gives instructions on how to prepare for old age. She indicates circumstances which affect the quality of life. The author mentions ageism and its resources, describes the position change in the historical and social contexts. When developing the theoretical part, the author drew from literature and scholarly articles available on the Internet. The practical part is composed of case studies where conversation was the method of choice. Author examined how older people perceive transition to retirement, the quality of their lives and what their concerns are in the context of their own aging. Addressed seniors talked about their lives. The author drew conclusions based on the senior's personal histories.

Keywords: aging, senior, changes in the old age, ageism, quality of life, social status

Obsah

PROHLÁŠENÍ.....	3
PODĚKOVÁNÍ	4
ABSTRAKT	5
ABSTRACT.....	6
ÚVOD.....	8
TEORETICKÁ ČÁST	10
1 VYMEZENÍ POJMU STÁŘÍ.....	10
1.1 Biologické stáří	10
1.2 Sociální stáří.....	10
1.3 Kalendářní stáří	11
2 ZMĚNY VE STÁŘÍ	12
2.1 Tělesné změny.....	12
2.2 Psychické změny	12
2.2.1 Změny poznávacích procesů.....	13
2.2.2 Změny regulačních procesů	14
2.2.3 Změny osobnosti ve stáří	15
3 VYBRANÉ ASPEKTY KVALITY ŽIVOTA SENIORŮ	16
3.1 Příprava na stáří.....	17
3.2 Pojetí kvality života.....	18
3.3 Ageismus a jeho zdroje	19
4 POSTAVENÍ SENIORA V RODINĚ A SPOLEČNOSTI V HISTORICKÉM KONTEXTU.....	22
PRAKTICKÁ ČÁST	25
5 Metodologická východiska kvalitativního výzkumu.....	25
6 Cíle a zaměření výzkumu	27
6.1 Kazuistika č. 1	28
6.2 Kazuistika č. 2	33
6.3 Kazuistika č. 3	37
6.4 Kazuistika č. 4.....	38
7 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU	41
ZÁVĚR	43
8 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	45

ÚVOD

Stáří je velmi relativní pojem, existují lidé, kteří jsou ve dvaceti svými názory a postoji považováni za staré a jsou šedesátníci, kteří svou chutí žít, něco nového vidět a něco nového zažít strčí o desítky let mladší lidi do kapsy.

Současná společnost má tendenci odsouvat otázku stárnutí a stáří na vedlejší kolej. Svůj boom zažívá estetická a plastická chirurgie, lidé se ženou za krásnou a mladistvou vizáží, snaží se popírat aktuální věk. Média na nás chrlí informace o tom, jak dobře vypadat, jak se stravovat, abychom zmírnili následky stárnutí, každou chvíli je v módě jiný druh sportu, který zaručuje štíhlost a vitalitu. Společnost nechce o stáří mluvit, vidět ho ani se jím zabývat. Je vnímáno negativně a o pozitivěch se nehovoří již vůbec.

Současná společnost je orientovaná na výkon, sílu, rychlost. S rozvojem medicíny, díky novým technologiím, kvalitnější stravě a lepším životním podmínkám dochází k prodloužení průměrného věku, kterého se lidé dožívají. V souvislosti s tím je potřeba si uvědomit, že dochází k nárůstu počtu lidí v seniorském věku. Naše společnost však na tento fakt dostatečně rychle nereaguje. Ocítáme se v období, kdy dochází k rozpadu tradičního pojetí rodiny, vazby se rozměňují, mladí preferují takový způsob života, který je pro starší těžko pochopitelný. Soužití ve vícegeneračních domácnostech se stává ojedinělým jevem.

V případě, že rodinné vztahy nejsou na dobré úrovni, dostávají se senioři často do sociální izolace, jejich jediným spojením se světem jsou pracovníci sociálních služeb, popřípadě zdravotní sestry, poskytující domácí zdravotní péči. Sociální služby se pro některé stávají nedostupnými z finančních důvodů. Po zaplacení nutných poplatků za bydlení a energie musí počítat s penězi na léky a na ostatní jim zbývá málo prostředků. Pokud se ještě přidají zdravotní problémy, jejich situace je neutěšitelná a mnohdy končí v domovech pro seniory. Tento fakt někteří špatně snášejí a prostředí se pro ně stává pouze místem, kde nepříliš šťastně dožívají svůj život. Problémem při péči o staré rodiče bývá i značná vzdálenostní bariéra. Děti se při osamostatňování často stěhují za práci do vzdálených měst, což ztěžuje péči o staré a nemohoucí rodiče. Na

druhé straně jsou senioři, kteří jsou v dobré kondici, mají dostatek sil a prostředků na své zájmy, cestují, studují, věnují se vnoučatům a svůj věk si nepřipouští.

Ve své bakalářské práci se zaměřuji na poslední fázi lidského života – seniorské období. Ve skrytu duše se všichni toužíme dožít vysokého věku, vidět vyrůstat děti a vnoučata. Toho dosáhneme jen tak, že opustíme produktivní věk a rozšíříme řady této sociální vrstvy. A přes všechny obtíže, které s sebou seniorský věk nese, jsme rádi za každý dožitý rok v relativním zdraví a soběstačnosti.

V teoretické části se zabývám rozdělením vymezením pojmů stáří a senior, popisu biologického, sociálního a kalendářního stáří. Všímám si tělesných a psychických změn v tomto období. Dále se zabývám vybranými aspekty, které ovlivňují kvalitu života, zmiňuji ageismus a jeho zdroje, zabývám se souvislostí mezi věkem a pocitem štěstí a životní spokojenosti. Nastiňuji postavení seniora v rodině a společnosti v historickém kontextu.

V praktické části se zaměřuji na kvalitativní výzkum. Vypracovala jsem kazuistiky osob v seniorském věku a jako metodu jsem zvolila rozhovor. Zaměřila se na jejich životní příběh, zajímali mě důležité milníky jejich osobní historie, vliv společnosti na jejich osobní život. Ptala jsem se na jejich vlastní pohled na současnou společnost, co má ovlivňuje jejich spokojenost. Po vyhodnocení všech kazuistik jsem došla k závěru, že pro seniory je důležité partnerské soužití, aktivní sociální vazby, rodinné vztahy a dobrý zdravotní stav. Jsem si vědoma, že jde o první pokus výzkumu a závěry nebude možno vždy zobecnit.

TEORETICKÁ ČÁST

1 VYMEZENÍ POJMU STÁŘÍ

Stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory a je spojeno s řadou významných změn sociálních. (Mühlpachr, Bargel, 2011, str.13).

1.1 Biologické stáří

Jako biologické stáří označujeme změny v organismu, pokles funkčnosti orgánů, svalový úbytek, úbytek výkonnosti, změny vnějšího vzhledu, typické pro seniory (shrbenost, styl chůze, vrásky, ochablost svalů). Biologické stáří nelze přirovnat ke kalendářnímu věku, protože každý jedinec stárne jinak rychle a stárnutí je závislé na mnoha vnějších a vnitřních faktorech.

Mühlpachr a Bargel (2011, str. 14) porovnávají gerontologický a epidemiologický přístup. Podle epidemiologického přístupu dochází ke stárnutí a smrti nahodile, umřít přirozeně na stáří de facto nelze. Smrt přichází jako nehoda. Pokud jsou nastoleny příznivé podmínky pro život, věková hranice, které se člověk dožije, může být značně vysoká. Oproti tomu gerontologický přístup vnímá proces stárnutí a umírání jako něco, co má svá pravidla, děje se podle určitého scénáře, oba děje mají genetické podklady. Předpokládá, že smrt stářím existuje a přes veškerou snahu při utváření optimálních podmínek pro život nelze smrt navždy oddálit, pokud však nedojde k zásahu do genetických dispozic.

1.2 Sociální stáří

Sociální stáří je vázáno na dosahování určitých sociálních rolí a na jejich postupný posun.

- *První věk* je obdobím dětství a mládí. Jedinec nepracuje, připravuje se na životní dráhu, studuje, osvojuje si znalosti a dovednosti pro svou pracovní dráhu,
- *Druhý věk* je vázán na pracovní aktivitu, založení rodiny, kariérní růst,

- *Třetí věk* je tzv. postproduktivní období, kdy člověk přestává aktivně pracovat, odchází do důchodu, je to období poklesu aktivity,
- *Čtvrtý věk* bývá označován jako období závislosti, což však není úplně správné označení, protože i ve vyšším věku jsou lidé samostatní a nejsou odkázáni na druhé.

1.3 Kalendářní stáří

Kalendářní stáří určuje věk pouze podle času, nebere v potaz individualitu jednotlivce, jeho predispozice ke stárnutí ani vnější prostředí, které se na stárnutí podílí. Haškovcová (2010, str. 20-21) se přiklání k periodizaci stáří podle Světové zdravotnické organizace (WHO) do 3 období

- *60 – 74 roků*: vyšší věk nebo rané stáří,
- *75 – 89 roků*: senium, vlastní stáří,
- *90 a více roků*: dlouhověkost (Mühlpachr, Bargel, 2011).

V dnešní době je začátek stáří většinou považován věk 65 let a o vlastním stáří se hovoří od věku 75 let. Z kontextu demografického vývoje a zlepšování funkčního stavu ve stáří vychází i současné orientační členění stáří

- 65 -74 let: mladí senioři (problematika penzionování, volného času, aktivit, seberealizace),
- 75 – 84 let: staří senioři (problematiky adaptace, tolerance zátěže, specifického stonání, osamělosti),
- 85 a více let: velmi staří senioři (problematika soběstačnosti a zabezpečení) (Kalvach, 2004, str. 47)

2 ZMĚNY VE STÁŘÍ

Stáří s sebou přináší celou řadu psychických a fyzických změn. Tyto změny jsou považovány za součást stárnutí. Stáří samo o sobě nemoc není, nicméně změny v organismu a jeho opotřebení vyvolávají různé druhy onemocnění.

2.1 Tělesné změny

Tělesné změny v průběhu stárnutí jsou výsledkem kombinace genetických dispozic a vlivu vnějšího prostředí. Vzhledem k tomu, že díky genetickým základům jsme každý jiný, i proces stárnutí, jeho začátek a průběh probíhá u každého jedince jinak. Každý má v sobě zakódovány tzv. genetické hodiny, které proces stárnutí regulují (Vágnerová, 2000, str. 448).

Životní styl každého z nás se podepíše na stavu organismu ve stáří. Výživa, pohyb, životní tempo, životní prostředí, zaměstnání – to vše je souhrn životních podmínek, které se projeví právě v tomto období.

Viditelné tělesné změny ve stáří, jako je shrbená postava, vrásky, šedivé vlasy apod. ovlivňují nejen vzhled, ale i sociální status (Vágnerová, 2000, str. 449). Někteří senioři se i přes změnu vnějšího vzezření snaží o svoji vizáž pečovat, dbají na svůj účes, navštěvují pedikúru, manikúru, chodí čistě a přiměřeně věku oblékání, muži se pravidelně holi. To vše jim umožňuje zachovat si lidskou důstojnost i v době, kdy tělo už neslouží podle jejich představ a objevují se zdravotní nesnáze.

2.2 Psychické změny

Ruku v ruce s tělesnými změnami probíhají i změny v psychice. Dá se říct, že pokud se senior snaží udržet fyzicky v co nejlepší kondici, má to vliv i na psychické funkce. Některé psychické funkce jsou způsobeny samotným procesem stárnutí a dají se považovat za normální. Na jejich změnu však může mít vliv i nějaká psychická nemoc, což se v jejím počátku velmi špatně diagnostikuje a často se průvodní projevy považují za výsledek stárnutí.

2.2.1 Změny poznávacích procesů

Změny dané stárnutím se projevují v oblasti těch procesů, které slouží k zaznamenávání, ukládání a využívání informací.

Ve stáří dochází ke změně aktivační úrovně. Člověk zpomaluje životní styl, stává se celkově těžkopádný a nerozhodný. Seniorům trvá delší dobu, než se rozhodnou, mají tendenci zvažovat věci z více úhlů, což také přispívá k prodloužení reakční doby. Staří lidé bývají unavitelnější, což se rovněž projevuje zpomalením.

Obtížnost orientace v prostředí je dána zhoršováním smyslového vnímání, především sluchového a zrakového. Zejména ztráta sluchu vyvolává nejistotu. Člověk se stává podezřivým, má pocit, že si o něm všichni povídají za jeho zády, proto se stahuje do sociální izolace a cítí se osamělý. Při používání kompenzačních pomůcek sluchu (sluchátek) může docházet k přecitlivělosti na sluchové podněty, protože společně se zesilováním mluveného slova dochází k zesilování též různých ruchů z okolí.

S přibývajícím věkem ubývá paměťových kompetencí a učení se stává obtížnější. Hlavní oblastí paměti, která je ve stáří nejvíce postižená, je paměť krátkodobá. Zatímco seniorovi dělá problém si vybavit, co měl v poledne k obědu, tak šaty, které si oblékl k prvnímu svatému přijímání, dokáže popsat do detailů. Díky tomu, že v paměti má uložené staré vzpomínky, často tvrdohlavě lpí na tom, co dříve měl a čeho dosáhl, aniž by to na jeho současné postavení mělo vliv (Langmeier, 1998, str. 185).

Vysoce individuální záležitostí jsou změny intelektových schopností. Ovlivňují je biologické, sociální i psychické faktory. Dědičné dispozice mají vliv jak na rozvoj intelektových schopností, tak na jejich pozdější postupný úpadek.

Dosažené vzdělání a výška inteligence ovlivňuje i řadu dalších věcí. Obecně platí, že lidé s vyšší inteligencí volí jiný životní styl než ostatní. Tento životní styl později přispívá k pomalejšímu úbytku intelektových funkcí. Ukazuje se, že lidé, kteří mají více životních zkušeností, jsou pro stáří lépe připraveni. Většinu situací již zažili, proto se lépe adaptují na nové. Naopak lidé, kteří žili na zážitky chudým životem,

mohou být daleko častěji zaskočeni neznámými situacemi a jejich adaptace je obtížná. Jednají v linii naučených reakcí, dávají přednost rutině a stereotypu.

Odrazem zpracování změn, které stáří přináší a celkovou vyrovnanost osobnosti lze vidět na postoji jedinců. Jde buď o realistický postoj, kdy jedinec přijme fakt úbytku fyzických a psychických funkcí, adaptuje se na něj. U nepřiměřeného postoje jde o popírání reality, rezignaci a zvýšený pesimismus. Slezáčková ve svém článku uvádí koncepci úspěšného stárnutí, kterou na počátku 90. let představili M. Baltesová a P. Baltes. Důležitou složkou této přípravy je dobrý zdravotní stav, dostatečné finanční rezervy, aktivita a produktivita v zaměstnání. Dalšími složkami jsou zvládání běžných všedních povinností, nezávislost na okolí, dobré sociální vztahy, optimismus a smysluplné trávení volného času. To vše přináší starším lidem pocit jistoty a ukotvení (<http://zpravodaj.feminismus.cz/cz/clanek/s-pripravou-na-spokojene-stari-muzeme-zacit-jiz-dnes>).

2.2.2 Změny regulačních procesů

Oslabení většiny biologických a psychických regulačních funkcí je jedním ze základních projevů stárnutí. Patří mezi ně změny emočního prožívání a emoční reaktivity. V důsledku citové lability dochází k ovlivňování i ostatních psychických funkcí jako je pozornost nebo paměť.

Dochází ke změně v oblasti volných procesů. Ve stáří mají lidé sklon k nerozhodnosti, trvají na zažitých postupech. Člověk se stává tvrdohlavějším, prosazení svého postoje vnímá jako prosazení sebe sama, zachování vlastní hodnoty a sebeúcty.

Ve stáří dochází k poklesu potřeby změny a ochoty změnu přijmout, senioři se více zaměřují na potřeby vlastní. Změny postihují následující potřeby:

- Snížení potřeby stimulace: vyšší stimulace staré lidi dráždí, je jim nepříjemná, chtějí mít klid.
- Snížení potřeby učení: staří lidé mají pocit, že mladým a jejich světu nerozumí, tíhnou k věcem, které jim jsou důvěrně známé z jejich mládí, vyhledávají

vrstevníky, kteří vyrostli ve stejné době, mají stejné vzpomínky, zkušenost, normy a postoje.

- Zvýšení potřeby citové jistoty a bezpečí: pod hrozbou reálného nebezpečí nemoci či ztráty životního partnera se u seniorů zvyšuje i potřeba citové jistoty a bezpečí.
- Ohrožení potřeby seberealizace: odchod do důchodu přináší životní období, kdy si senior musí najít novou oblast seberealizace, objevit oblast, do které by mohl vložit svůj životní elán, oprášit záliby z mládí, najít nové hobby.
- Silná potřeba otevřené budoucnosti a naděje: ve stáří člověk hledá způsob, jak po sobě zanechat nějakou stopu, svoje naděje přenáší do dětí popř. vnoučat. Musí se vyrovnat s hrozbou smrti, pozitivně hledět do budoucnosti a těšit se z přítomnosti.

2.2.3 Změny osobnosti ve stáří

V důsledku stárnutí dochází ke změnám v rovině osobnostní. Když člověk nastoupí do důchodu, přestane být součástí širšího kolektivu, nepodléhá tak časté společenské kontrole, dochází k poklesu autoregulace. Tyto změny se projeví v chování jedince. Introvert se může dostat až do absolutní sociální izolace bez potřeby stýkat se s ostatními, extrovert naopak může mít snahu svými projevy chování na sebe upozorňovat, neustále komunikovat a být středem dění.

3 VYBRANÉ ASPEKTY KVALITY ŽIVOTA SENIORŮ

To, jak se člověk dokáže vyrovnat s přicházejícím stářím, ovlivňuje celá řada faktorů. Vliv má osobnost jedince, sociální vazby, způsob trávení volného času, emoční ladění, schopnost adaptace na změny. Langmeier (1998, str. 189) uvádí pět strategií vyrovnání se s vlastním stářím.

- Konstruktivní strategie: tito lidé umí stárnout s elegancí, jsou pozitivní, rozvíjí své zájmy, stáří berou jako přirozený proces, mají zdravé sebevědomí, dokážou být prospěšní svému okolí, nejsou agresivní. I přestože se jim nevyhnuly životní karamboly, mají za sebou šťastné dětství a dospělost, vyrovnané manželství a rodičovství.
- Strategie závislosti: tento typ strategie zahrnuje jistou pasivitu, přenechávání zodpovědnosti na ostatní, ať už na mladší, nebo v případě mužů na partnerce, což evokuje zkušenost z dětství, kdy vše zařizovala matka.
- Strategie obranná: senior odmítá přijmout své stáří, vyvíjí až nepřiměřenou aktivitu, která má odvést myšlenky na stáří.
- Strategie hostility: strategie nenávisti vůči ostatním, snaha svádět své neúspěchy na ostatní, obzvláště na mladou generaci, tito lidé si neustále na něco stěžují a něco kritizují, jsou podezřívaví.
- Strategie sebenenávisti: tito senioři obrací nenávist vůči sobě samým. Svůj dosavadní život vnímají jako promarněný, nevidí žádnou perspektivu, nechtějí žít dál a smrt vnímají jako vysvobození.

Vágnerová (2000, str. 455) uvádí adaptivní strategii podle Baltesové a Baltese. Ta zahrnuje:

- Selekcii – nutnost zhodnotit vlastní schopnosti a možnosti a podle toho vybrat věci, na které jedinec stačí, přehodnotit své cíle a způsoby jejich dosažení.
- Optimalizaci – nalezení možností, jak co nejefektivněji využít stávající schopnosti.
- Kompenzaci – dovednost vyvážit ztracené schopnosti těmi zachovanými.

3.1 Příprava na stáří

Co se praktické přípravy na stáří jako takové týče, rozlišuje Haškovcová přípravu dlouhodobou, střednědobou a krátkodobou (2010, str. 175-178).

Dlouhodobá příprava na stáří zahrnuje výchovu od raného věku, vedení dětí a mládeže k úctě ke starším občanům. Pokud v mládí nemáme o starých lidech dobré mínění, jak potom můžeme pozitivně smýšlet o sobě samých při dosažení seniorského věku? Důležité jsou i rodinné vztahy, budování kladných vazeb mezi prarodiči a vnoučaty, vedení k ochotě pomoci starším v případě nenadálé životní či zdravotní nesnáze. Další oblastí, která výrazně ovlivní stáří, je problematika výživy, osvojení si pravidel racionální stravy, dodržování pitného režimu, upřednostňování lehkých jídel, zeleniny a ovoce před častou konzumací fastfoodových a nezdravých pokrmů. Rodiče by též měli své děti vést k aktivnímu způsobu trávení volného času, nabídnou dítěti různé pohybové aktivity, aby si našlo tu svou, které se bude moci věnovat po celý život.

Střednědobá příprava spadá do období zhruba 10 let před nástupem do důchodu. Člověk by měl počítat s tím, že jednou přijde doba, kdy opustí svou pracovní pozici a stane se důchodcem. Měl by se zamyslet nad svými tužbami, potřebami a zálibami a pomalu hledat oblast, kam se vydá, až opustí své dosavadní zaměstnání. Jinak řečeno, měl by si najít nový životní program. Člověk by měl hledat náplň druhého životního programu, který přichází po prvním životním ekonomicky aktivním programu. Ten kromě budování pozitivních rodinných vztahů zahrnuje též péči o tělesnou schránku, jejíž dobrý stav je předpokladem pro samostatnost a nezávislost na okolí.

Krátkodobá příprava na stáří se týká především praktických věcí běžného života. Důležitým bodem ke zvážení je lokalita, ve které senior stráví zbytek života. Je nutné popřemýšlet, zda nebude výhodné přestěhovat se do blízkosti dospělých dětí, o dostupnosti zdravotní péče v daném místě, stejně jako množství obchodů pro zajištění běžného chodu domácnosti (potraviny, drogerie, lékárna). Staří lidé mají problémy s přestěhováním se jinam, mají k bydlišti citový vztah a všudypřítomné vzpomínky. Též stojí za zvážení úpravy bytu, např. nahrazení vany sprchovým koutem, výměna nábytku za vhodnější apod. Je dobré zmodernizovat domácí přístroje, nenechávat vše na poslední chvíli. Od věci není ani tvorba finanční rezervy, kterou by v případě nutnosti mohl senior využít. V současné době jsou na trhu různé finanční produkty ve formě investic, penzijních pojištění a jiných forem spoření.

3.2 Pojetí kvality života

Dvořáčková (2012, str. 58) uvádí vymezení podstaty kvality života jedince podle WHO. Podstatu kvality života jedince se odvíjí od jeho postavení v životě v souvislostech s očekáváním, zájmy a požadavky. Jedná se o soubor somatického zdraví, psychického zdraví, sociálních vazeb, samostatnosti a to vše v souvislosti s okolním prostředím. Významnou roli v hodnocení kvality života představuje především subjektivní hodnocení vlastního postavení.

Z psychologického pohledu je kvalita života chápána jako „osobní pohoda“. Ta vyplývá z citových reakcí jedince na kvalitu uspokojování potřeb v různých oblastech života. Pohoda je z velké části ovlivněna i osobností člověka, protože způsob zvládání zátěže, vyrovnávání se se změnami, reakce na nenadálé situace jsou odrazem osobnosti.

Ze sociologického pohledu jde v případě kvality života o dosažený sociální status, o sociální role, o vzdělání, o dosažený majetek, životní styl.

Na životní styl má vliv mnoho faktorů. Lidské hodnoty ovlivňují jednání a chování jedince, přizpůsobuje jim svůj životní styl. Jsou ovlivněny primární rodinou, výchovou i individuálním zpracováním životních zkušeností.

Dvořáčková (2012, str. 64) rozdělila hodnoty:

- Individualistické – sebeurčení, úspěch, moc nebo touha po štěstí.
- Kolektivistické – spravedlnost, benevolence.

Z dalšího pohledu rozdělila hodnoty na:

- Liberální – svoboda, autonomie, nezávislost, touha po změně.
- Konzervativní – bezpečí, dodržování tradic, disciplinovanost.

Pokud bychom sledovali souvislost kvality života a životního smyslu, docházíme k následujícím informacím. Hybnou silou, která nutí člověka najít smysl života, je jeho svědomí. Mít pro co žít je základní podmínkou smysluplnosti člověka. Cíle mohou být krátkodobého charakteru, jako např. plánování drobných prací v horizontu několika dnů či týdnů až po dlouhodobější, např. co nasázet zjara na zahrádce. Spokojenost s dosažením cíle má souvislost se způsobem, jakým tohoto cíle dosáhne, stejně tak jako

s možnostmi dosažení vlastních priorit. Na sklonku života vede sebepoznání a sebeurčení k vyrovnání se s vlastním životem, ke zklidnění a celkovému přijetí sebe sama.

Za zajímavost stojí uvést i vliv věku na pocit štěstí a životní spokojenost. Z mnoha studií, které zkoumaly souvislost mezi věkem a štěstím vyplývá, že za životní spokojeností stojí vyrovnané mezilidské vztahy. Opačný vliv mají osamělost a opuštěnost.

Křivohlavý (2013, str. 54-55) ve své knize zmiňuje chicagskou studii CHASRS, která zkoumala, co ovlivňuje míru štěstí populace ve věku padesát až šedesát osm let. Ze studie vyplynulo, že míra štěstí a životní spokojenosti má určitý vztah k těmto osobnostním charakteristikám:

- K emocionální labilitě.
- K odolnosti vůči výkyvům nálad.
- K celkové příjemnosti prostředí.
- Ke svědomitosti práce jak vlastní, tak druhých lidí.

Negativně na pocit štěstí působí:

- Počet negativních životních událostí.
- Počet chronických stresorů.
- Peněžní a finanční stresory.
- Stresory pramenící ze vztahů mezi lidmi.
- Stresory pramenící z manželského soužití.
- Stresory pramenící ze života v domovech seniorů.
- Stresory, k nimž dochází v práci.
- Stresory pramenící z rodinného života (např. konflikty s dětmi).
- Zdravotní těžkosti.

Zajímavým výsledkem této studie bylo i to, že pocit životní spokojenosti ani tak nesouvisí s kvantitou sociálních kontaktů, jako spíše s jejich kvalitou.

3.3 Ageismus a jeho zdroje

Ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovaná skrze proces systematické,

symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité kohortě/generaci (Vidovičová, 2008, str. 113).

Přestože teorie ageismu je poměrně mladá (poprvé byl tento pojem použit v roce 1968 v Americe), je mnoho autorů, kteří se tímto problémem zabývají. Ageismus je chápán mnoha přístupy odlišně. Vidovičová (2008, str. 112-116) srovnává různé pohledy. Podle ní se Butler domnívá, že díky ageismu se mladí lidé vnímají jako někdo jiný, neztotožňují se se staršími lidmi, nechtějí se zabývat otázkami nemoci a smrti, protože je děsí a nechtějí o nich přemýšlet. Autorka dále uvádí, že Bugentalová a Hehmanová hovoří o benevolentním ageismu, který vykresluje staré lidi jako příjemnější a milejší osoby než ty mladší, ale zároveň závislejší na okolí. To může vzbuzovat potřebu poskytování neadekvátní pomoci. Benevolentní ageismus se vyskytuje tam, kdy se senioři jeví jako umírnění, neagresivní a poddajní. Naproti tomu existuje ageismus negativní (hostilní), a to v případě, že senioři vystupují asertivně a na okolí mohou působit až agresivně. Autorka zmiňuje Thomsona, který chápe ageismus jako negativistický postoj vůči lidem výhradně vyššího věku. Organizace Age Concern vidí ageismus jako věkovou diskriminaci, která může postihovat jak osoby mladé, tak osoby středního nebo seniorského věku.

Pokorná (2008, str. 72) uvádí následující klasifikaci ageismu podle zdrojů předsudků a stereotypů, které mají vliv na další chování:

- Individuální – jde o názory a chování jednotlivců.
- Mezosociální – jednání a chování sociálních skupin, firem, pečovatelských institucí.
- Makrosociální – otázky legislativních úprav.

Mezi individuální zdroje ageismu spadají především strach ze smrti, omezení psychických a fyzických schopností nebo frustrace a agrese, zaměřená vůči vytipovaným skupinám. Významnou roli při vzniku ageismu jsou stereotypy provázející stáří. Pokud se senior vnímá jako někdo, kdo ztrácí síly a schopnosti, jeho výkonnost bude mít klesající tendenci a takto ho bude vnímat i okolí. Stereotypy provázející stáří mohou mít jak negativní podobu (stáří jako nemoc, chudoba, senilita, zbytečnost, přítěž), tak podobu pozitivní (moudrost stáří, svoboda, vliv ve společnosti). Jde o přenos individuálních charakteristik jednotlivců na celou kategorii seniorů. Další oblastí

spadající do individuálních zdrojů ageismu je kultura. Každá společnost má určitý hodnotový systém, různě prezentuje obraz seniorů v médiích, vykresluje je v umění a literatuře.

Mezosociální faktory při vzniku ageismu vyplývají ze stále rostoucího počtu seniorů. Silné poválečné ročníky vstupují do seniorského věku. Díky mnoha faktorům, jako je kvalitní strava, dostupná a stále se zlepšující zdravotní péče, důraz na zdravý životní styl, vedení seniorů k aktivnímu způsobu trávení volného času, se zvyšuje průměrný věk seniorů a jejich skupina se stává početnější. Tudíž jsou více vidět, vznikají větší nároky na jejich péči, více „zatěžují“ sociální systém země a ostatními skupinami jsou vnímáni negativně. Objevuje se mezigenerační konflikt. Starší lidé mají snahu dělat věci po zaběhnuté linii, nastupující generace chce postupovat po svém, využívat moderní technologie, zkoušet nové věci. V době, kdy vývoj technologií uhání mílovými kroky, může starší generace ztrácet kontakt s novými vynálezy, přestane „rozumět“ okolnímu světu a uchýlovat se k ověřeným postupům. To se mladší generaci nelíbí a střet je na světě. K mezigeneračním konfliktům dochází i na poli hodnotovém. Nové společenské zřízení nutí mladší generace k dravosti, z pohledu seniorů jim chybí úcta ke stáří, ke zkušenostem, které senioři nasbírali v průběhu svého života a nenacházejí společné morální základy, na kterých by se bezpodmínečně shodli. Vidovićová (2008, str. 130) uvádí myšlenku Kalishe, že nejmladší a nejstarší generace mohou být významnými spojenci. Jejich spojenectví plyne z postavení ve společnosti (většinou stojí mimo většinový proud), jsou ekonomicky závislí a ohroženi sociální chudobou.

V souvislosti se zvyšujícím se počtem seniorů a potřebou péče o ně se rozrůstá i počet zdravotnického a sociálního personálu, který se o ně stará. Senioři potřebují individuální přístup, který zahrnuje prevenci, diagnostiku, léčbu i rehabilitaci a probíhá dlouhodobě (Hudáková, Majerníková, 2013, str. 24). Významnou složkou péče o seniory se stávají agentury, zajišťující domácí ošetrovatelskou a sociální péči. Umožňují tak seniorům déle žít v domácím prostředí, které jim vyhovuje více, než umístění v domovech pro seniory a dalších sociálních zařízeních. Od 1.1 2007 vstoupil v platnost Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách (zdroj MPSV). Mimo jiné zákon určuje, co spadá do sociálních služeb a do sociální prevence, upravuje podmínky pro nárok na sociální dávku „příspěvek na péči“ a upravuje vztah mezi poskytovatelem sociálních služeb a klientem, který těchto služeb využije.

4 POSTAVENÍ SENIORA V RODINĚ A SPOLEČNOSTI V HISTORICKÉM KONTEXTU

Postavení seniorů v rodině se postupem času měnilo v důsledku společenských a především ekonomických vztahů ve společnosti. Haškovcová (2010, str. 53 -59) popisuje tradiční evropskou rodinu. V tradiční evropské rodině žilo pospolu několik generací, které společně pracovaly v rodinných podnicích. Zejména v zemědělské oblasti bylo nutné zapojení všech členů domácnosti do obdělávání půdy, chovu dobytka a sklizni úrody. Senior byl respektován díky svým zkušenostem. Pomáhal podle toho, jak mu stačily síly. Postupně přecházel od fyzicky náročných prací k jednodušším, od práce na poli k výpomoci na dvorku až po pasení skotu, koz a hus. Tato možnost angažovat se na chodu rodiny mu dávala pocit důležitosti a potřebnosti. Zemědělská rodina stála převážně na pragmatických základech. Často vyzdvihovalý systém tzv. výměnků nebyl ve skutečnosti až tak automatický a výhodný. Senioři se často jistili smlouvou o výměnku, která byla dokonce právně vymahatelná. Společné soužití několika generací mělo i výchovnou funkci. Mladá generace se bezděčně učila od svých rodičů, jak pečovat o seniory, přebírala vzorce chování a morální postoje.

Změna nastala s příchodem průmyslové revoluce, kdy lidé z venkova začali odcházet za prací do měst, kam se soustředila manufakturní výroba. Práceschopní senioři měli nelehké postavení na trhu, protože náročná práce v továrních podmínkách nedávala mnoho prostoru pro proměnlivou produktivitu práce. Vyžadovala stoprocentní výkony, kterých senioři již nebyli schopni. Mladá generace nechtěla „pracovat na druhé“. Tento trend si vynutil vznik sociálního pojištění pro případ nemoci a stáří, období dnešního sociálního a důchodového zabezpečení.

Haškovcová (2010, str. 59 – 65) poukazuje na změny, ke kterým nastaly v období socialismu. V tomto období nastává změna v postavení seniorů ve společnosti. Do důchodu se odchází poměrně brzy. Většina poživatelů starobního důchodu je ve velmi dobré kondici. Vzhledem k tomu, že v této době bylo běžné uzavírat manželství a zakládat rodinu krátce po dosažení plnoletosti, prarodiče jsou mladí a schopní výpomoci svým dětem s péčí o vnoučata. Mateřská dovolená trvala krátce, děti byly umisťovány do jeslí a mateřských škol i před dovršením prvního roku života. To s sebou neslo časté nemoci, vyplývající z pobytu v kolektivu. Prarodiče na sebe brali roli ošetřovatelů a pečovatelů, ať už ve zmíněné době nemoci, tak v období prázdnin. Jejich pomoc byla

brána jako samozřejmost a od mladší generace vyžadována. Co se týče péče o seniory, rodiny se ji snažily zajistit samy, vlastními prostředky. Umístění rodičů do domova důchodců bylo považováno za morální selhání, ve většině případů se o ně staraly dcery nebo snachy. Tehdejší systém jim umožňoval návrat do pracovního procesu po ukončení péče.

Dle Haškovcové (2010, str 65 – 79) došlo po listopadu 1989 k uvolnění atmosféry ve společnosti, otevřely se nové možnosti jak na poli pracovním, tak v oblasti trávení volného času. Mnoho lidí se vrhlo na soukromé podnikání, kde realizovali svůj potenciál. Spousta z nich se svému povolání věnuje do vysokého věku nebo se podílí na podnikání svých dětí, kdy vypomáhají v rodinných firmách. Přestávají se výraznou měrou podílet na chodu domácností svých dětí, protože do důchodového věku vstupují později, v době, kdy péče o vnoučata již nemusí být tak intenzivní. Ekonomicky aktivní senioři pak často finančně přispívají svým dětem na umístění vnoučat do předškolních zařízení, aby alespoň částečně splatili dluh, který cítí v tomto směru vůči svým potomkům.

Nový životní styl s sebou nese i změny ve společném soužití několika generací. Mladí se osamostatňují a preferují vlastní bydlení. Vyhovuje to i seniorům, kteří se cítí soběstační a nezávislí. Problém nastává v případě, že senior onemocní a potřebuje pomoc. Vzdálenost bydliště rodičů a dětí je častou překážkou v realizaci samostatného bydlení seniorů do pozdního věku. Spousta jich je schopno žít ve svém původním bydlišti, dokud jsou soběstační, zvládají hygienu a každodenní úkony. Pokud jim jejich děti pomůžou s úklidem, nákupy a doprovodem do lékařských zařízení, doba umístění do institucionální péče se odsouvá do pozdějšího věku seniorů. Pokud však rodiče a děti dělí mnoho kilometrů, je tato péče téměř nemožná. Na řadu přichází placené sociální služby, nově vznikající domácí lékařské péče a další výpomoc v domácnosti. Problémem může být finanční zajištění těchto služeb, ale v současné době existuje systém sociálních dávek, který myslí i na tyto případy.

Do budoucna lze jen těžko odhadnout, jak se bude vyvíjet postavení seniorů ve společnosti a v rodinách. Potomci rozhodně nebudou zárukou toho, že se o své rodiče a prarodiče postarají. Hlavní břímě péče o staré lidi tak zřejmě převezmou státní i soukromé instituce, dojde k rozšíření nabídky placených sociálních služeb. Současná

střední generace by s tímto faktem měla počítat a vytvořit si dostatečné finanční rezervy na zajištění spokojeného stáří.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 Metodologická východiska kvalitativního výzkumu

Podle některých metodologů byl kvalitativní výzkum pouze doplňujícím prostředkem pro tradiční kvantitativní výzkumné metody. Postupem času získal kvalitativní výzkum své rovnocenné místo v oblasti sociálních věd. Hendl (2005, str.49) uvádí negativní definici metodologů Glasnera a Corbinové, kteří za kvalitativní výzkum považují každý, který k dosažení výsledků nepoužívá statistické metody. Pouhá nepřítomnost čísel však nestačí jiným autorům k definici kvalitativního výzkumu. Filozoficky vychází kvalitativní výzkum z fenomenologie. Ta zdůrazňuje subjektivní podněty jednání lidí a připouští existenci více realit.

Podstatou kvalitativního přístupu je pochopení subkultury, porozumění zkušenosti a průběhu interakcí. Jde o hlubší vhled do zkoumaného jevu. Kvalitativní výzkum většinou probíhá v delším časovém horizontu. Hlavním instrumentem pro získávání dat je výzkumník sám. Data vnikající prostřednictvím kvalitativního výzkumu jsou ve formě přepisů poznámek z pozorování a rozhovorů, fotografií, audio a videozáznamů rozhovorů, poznámek a dalších výstupů, které přibližují život zkoumaných lidí.

Při kvalitativním výzkumu jde o bližší vztah mezi zkoumajícím a zkoumaným subjektem, kdy zkoumající se snaží proniknout do světa zkoumaného a pochopit ho. Při kvalitativním výzkumu jde většinou o jednu osobu nebo o velmi malý okruh zkoumaných osob, při výzkumu nejde o zobecnění, ale o hlubší vniknutí a pochopení každého jednotlivého případu. Při kvalitativním výzkumu nedochází k zobecňování, ale jde o porozumění smyslu.

Hendl (2005, str. 103-143) uvádí základní přístupy kvalitativního výzkumu. Jako první zařadil případovou studii. Ta se zaměřuje na jeden konkrétní případ nebo velmi malý okruh případů. Pochopení jednotlivého případu nám dává šanci pochopit i další podobné případy. Takto lze i posoudit validitu výsledků. Základní otázka: charakteristika daného případu.

Druhým přístupem je etnografický přístup. Popisuje kulturu dané skupiny lidí tj. postoje, hodnoty, normy a jazyk. Mezi charakteristické znaky etnografického přístupu patří delší pobyt v terénu ve skupině, přizpůsobení výzkumu situaci a etnografický

záznam toho, co pozorovatel slyšel, viděl a zažil. Základní otázka: kulturní charakteristika skupiny osob.

Třetí přístup je zakotvená teorie, která navrhuje teorie pomocí získaných dat. Do středu pozornosti zakotvené teorie se dostává jednání jednotlivců v daném prostředí. Základní otázka: Jaká teorie může být odvozena pomocí analýzy sebraných dat o daném jevu.

Čtvrtým přístupem je fenomenologický výzkum, který zdůrazňuje porozumění vnímání zkušenosti jedinci. Sám výzkum většinou nezačíná formulací otázky, ta vzniká analýzou nasbíraných dat, kdy výzkumník ve snaze porozumět, vytváří otázky k danému jevu. Základní otázka: Jaký je význam a struktura prožívané zkušenosti.

Pátým výzkumem je biografický výzkum. Jde o druh případové studie, neboť vypovídá o historii života jednotlivce. Využívá k tomu vyprávění jedince, fotografické a video záznamy, deníky, zprávy z tisku apod. Základní otázka: vysvětlení podobnosti životních příběhu v historickém a sociologickém kontextu.

Šestým přístupem je zkoumání a analýza dokumentů jako jsou knihy, novinové články, projevy, deníky apod. Výhodou je rozmanitost dokumentů a nestrannost dat, která nejsou subjektivně ovlivňována faktory, které působí např. při rozhovoru.

Sedmý je historický výzkum, který se zaměřuje na analýzu historických událostí. Pojmenovává historické jevy, které daly vzniknout pozdějším situacím. Pomáhá lépe pochopit jednání a chování jednotlivců na základě znalosti jejich minulosti.

Osmým přístupem je akční výzkum. Na začátku akčního výzkumu se vyhledá v praxi určitý problém a formuluje se cíl změn. Dalším krokem je aktivní přístup k takovému výzkumu. Je nutno rychle reagovat na nové poznatky z praxe a hledat cesty k dosažení změny, která povede k optimalizaci situace.

Posledním uvedeným přístupem je kritický výzkum. Tento výzkum je blízký výzkumu akčnímu. Jeho cílovou skupinou jsou marginální komunity a jedinci utlačovaní. Kritický výzkum ukazuje možnosti, jak dosáhnout legitimních sociálních cílů.

6 Cíle a zaměření výzkumu

Postavení seniorů se v průběhu historie měnilo, stejně tak jako jejich vlastní nazírání na okolní svět. V minulosti byli senioři vnímáni jako morální a vědomostní pilíř. Tím, že více generační soužití bylo velmi častým jevem, ať už z důvodů ekonomických, hospodářských či z důvodu nedostatku bytů, byli senioři těmi, kteří určovali chod rodiny, měli hlavní slovo při společném hospodaření, velmi často zasahovali do soukromého života svých dětí, např. do sňatků. Postupem času dochází k osamostatňování jednotlivých generací, mladí odcházejí do měst za prací i za zábavou a své rodiče a prarodiče nechávají samotné. Chtějí rozhodovat o svých životech sami, nést za ně sami odpovědnost. Život se stává hektičtější, více orientovaný na výkon a rychlost, starší lidé začínají mít problémy nasazenému tempu stačit. A zatímco dříve by jim bylo umožněno pracovat na méně náročných pozicích, současné podmínky jim berou možnost realizace do vysokého věku. Bývá jim doporučen odchod do důchodu, mnohdy předčasného, nebo jim jsou nabídnuty takové podmínky, které nejsou schopni splnit a ze zaměstnání odchází na vlastní žádost.

Ve své praktické části bakalářské práce jsem se rozhodla zmapovat, jakým způsobem senioři vnímají přechod do důchodu a kvalitu svého života, jaké největší obavy vnímají v kontextu stárání a stárnutí. Jako metodu jsem zvolila rozhovor a materiál jsem využila k vytvoření kazuistiky. Informace pro praktickou část bakalářské práce jsem sbírala od prosince 2014 do února 2015, poté, co jsem dokončila teoretickou část. Všechny rozhovory jsem si zaznamenala na záznamové zařízení. Z rozhovorů jsem udělala písemný záznam, ze kterého jsem čerpala při tvorbě kazuistiky. Šlo o nestrukturované rozhovory, pouze jsem si určila rámcové body, o kterých jsem chtěla hovořit. Pro rozhovor jsem se rozhodla proto, že díky němu jsem se mohla dostat hlouběji do problému. Rozhovor dává prostor pro doplňující otázky. Ptala jsem se na dětství, dospívání, rodinný život, ekonomicky aktivní období, vstup do důchodu, jak snášeli přechod do seniorského věku. Na závěr jsem každého vyzvala, aby subjektivně zhodnotili své postavení ve společnosti i svůj osobní postoj k okolí.

Prvními informanty se stali manželé pan Miroslav a paní Marie. Na tuto dvojici jsem dostala tip od mého spolupracovníka, který byl jejich sousedem. Věděla jsem o jejich vyrovnaném manželském životě, což se v dnešní době stává vzácností. Rozhovor probíhal u nich doma v kuchyni. Paní Marie připravila malé pohoštění. Šlo o první

rozhovor, který jsem v rámci mé bakalářské práce prováděla. Byl velmi uvolněný, oba se zmínili, že rádi vzpomínají na svůj dosavadní život a rádi se se vzpomínkami podělí.

Druhým informantem byla seniorka, kterou jsem náhodně oslovila v místě mého pracoviště. Paní okamžitě souhlasila, neprojevila ani známku zaváhání, zda mi rozhovor poskytnou, či nikoliv. Hned mě upozornila, že její život byl velmi bohatý, že si budu muset udělat delší časovou rezervu na její vyprávění a smluvila si se mnou termín, kdy se sejdem. Rozhovor proběhl u ní doma v obývacím pokoji. Prostory měla zařízené moderně a vkusně, na závěr rozhovoru mě provedla domem.

Třetí informant byl senior, žijící v domově důchodců. Tip na něj jsem dostala od mého otce, který ho dříve vozil na fotbalové zápasy. Telefonicky jsem kontaktovala jeho dceru, která mi přislíbila, že se ho zeptá. Upozornila mě, že otcovi je 90 let a na některé věci si těžko vzpomíná. Domluvily jsme se, že ona ho zkontaktuje a druhý den navečer mi dala telefonní kontakt na svého otce s tím, že mě očekává. Zavolala jsem mu a on souhlasil s prvním navrhnutým termínem. Navštívila jsem ho v Domově pro seniory v Budiškovcích, kde obývá samostatnou místnost. Není velká, ale je vkusně barevně vymalovaná, má moderní nábytek a vejde se mu tam vše potřebné. Pán byl velmi dobře připravený, v bodech si vypsál všechna důležitá data. Během hovoru několikrát ztratil nit vyprávění, ale stačilo mu jen lehce napovědět, o čem jsme hovořili a on hned dokázal dokončit myšlenku, což je vzhledem k jeho věku obdivuhodné. Při odchodu byl dojat, bylo vidět, že ho moje návštěva potěšila, byť jsem byla cizí člověk.

Čtvrtým informantem se stala seniorka z vedlejší obce. Též jsem ji kontaktovala telefonicky. Přestože její hlas zněl z počátku váhavě, souhlasila s osobní schůzkou. Vyjádřila obavy, zda mi bude schopná říct, co budu potřebovat. Ujistila jsem ji, že všechno, co mi řekne o svém životě, bude dobře, že nemusí mít strach, že něco poplete. Rozhovor probíhal u ní doma v obývacím pokoji. Ten byl barevně vymalován, vybavený moderním nábytkem a elektronikou, všude bylo pečlivě uklizeno.

6.1 Kazuistika č. 1

Rozhovor probíhal v přátelském duchu, oba byli velmi otevření a vstřícní. Bylo vidět, že rádi vzpomínají na dětství a společně prožitý život, na mé otázky odpovídali upřímně.

Tento manželský pár žije v bývalé střediskové obci o cca 1000 obyvatelích v rodinném domku, který společnými silami opravili a zvelebili. V obci je obchod se základními potravinami a drogerií, pošta, jednou týdně dojíždí praktický lékař.

Paní Marie se narodila 19. 8. 1941 v Peči. Tatínek byl vyučený zedník, maminka byla bez vyučení. Je ze tří sourozenců, měla o 4 roky staršího bratra a o 9 let mladšího bratra. Před nástupem do mateřské školy byla doma s babičkou, která byla velmi hodná, na rozdíl od dědečka, kterého vnímala jako nerudného člověka. Mezi nejranější vzpomínky patří docházka do mateřské školy v místě bydliště. Vzpomněla si na paní učitelku Vaníčkovou, která byla mezi dětmi oblíbená a na paní učitelku Vlkovou, která byla povahou hodna svého jména. Poté navštěvovala národní školu v Peči, v poledne chodila domů na oběd a každý den se vracela zpět na odpolední vyučování. Po pěti letech nastoupila do měšťanské školy do nedalekých Dačic, kam jezdila s ostatními dětmi na kole a v zimě vlakem.

Mladšího bratra musela od jeho šesti měsíců hlídat, protože rodiče měli soukromé hospodářství, které obnášelo 6 hektarů půdy, 3 krávy, 2 voly na tahání nákladu a další drobný hospodářský dobytek. Díky tomu, že o mladšího bratra pečovala od jeho útlého věku, vypěstovala si k němu silný citový vztah. Vzpomínala, že moc sladkostí v dětství neměli, ale když dostala bonbon, podělila se o něj s bratrem. I ona musela pomáhat v rodinném hospodářství. Po příchodu domů měla seznam s úkoly, které musela udělat. Mezi pravidelné činnosti patřilo ježdění na krmení pro dobytek, pasení krav, v zimě řezala řezanku. I po vstupu do jednotného zemědělského družstva byla rodina z velké části hospodářsky soběstačná, pěstovali zeleninu, luštěniny, ovoce, měli slepice a zůstala jim i 1 kráva na mléko, ze kterého vyráběli máslo a tvaroh. V zimě se vyráběla košťata a jiné drobné nářadí do hospodářství. Rodina patřila mezi lépe ekonomicky postavené rodiny, protože tatínek byl hudebník a hrával na zábavách. Z počátku vydělal 40,- Kč a později 60,- Kč za noc minimálně dvakrát měsíčně, což byl pro rodinu „čistý“ příjem na přilepšenou. V té době šlo o poměrně velké peníze v porovnání s výdělkem v zemědělském družstvu, kde si vydělal za jednotky dvě stě až tři sta korun za měsíc. Na druhou stranu to znamenalo větší nárok na obstarání hospodářství, protože tatínkova ruka chyběla a o to více musely vypomáhat děti.

Protože rodiče během její školní docházky vstoupili do JZD, musel jeden z potomků jako nástupník jít pracovat do zemědělství. Protože v té době se zemědělství

nejevilo příliš perspektivně, většinou padla volba na dceru, u které byl předpoklad, že se vdá, odstěhuje a nebude muset v zemědělství pracovat. Ve svých 14 letech nastoupila do JZD a práci se jí jevila jako dřina – sázela brambory z plachty, rozhazovala hnůj z vleku za jízdy. Přes zimu byla doma a chodila se k tetě, která byla švadlena, učit šít. Na jaře chodila pracovat do lesa sázet stromy, kde byl výdělek lepší než v JZD. Díky tomu, že rodina byla na tehdejší poměry dobře situovaná, mohla si všechny vydělané peníze nechat a šetřit na věno. Na vesnici nebylo mnoho příležitostí našetřené peníze utratit. Lidé, poučení z roku 1953, kdy tzv. padly peníze, hotovost raději proměnili za konkrétní praktickou věc. Paní Marie měla štěstí a na výherní vkladní knížku vyhrála 5 000,- Kč a za výhru si koupila ložnici. Za další ušetřené peníze koupila nábytek do obývacího pokoje, gauč, pračku a ždímačku ještě před tím, než se vdala. V JZD pracovala do svých 21 let, než se vdala. Po svatbě se odstěhovala do Českého Rudolce do domku svého manžela. Začala pracovat v Dačicích v Otavanu jako švadlena. Po roce se jí narodil první syn, se kterým byla doma dva a půl roku. V roce 1966 získala místo v místní mateřské škole, což vnímala jako velkou výhodu, protože nemusela dojíždět. V roce 1969 se jí narodil druhý syn, se kterým byla doma pouze tři měsíce. Po třech měsících nastoupila zpět do práce. Ráno šla do mateřské školy zatopit, starší syn hlídal mladšího, po návratu vypravila staršího do školy a věnovala se domácnosti. V poledne mladšího nakrmila, uložila do postele a vracela se do zaměstnání, kde vykonávala pomocné práce. Protože nechtěla staršího syna úplně zatěžovat hlídáním mladšího sourozence, na podvečerní úklid brávala mladšího syna s sebou do práce.

Manžel Marie pan Miroslav se narodil 22. 6. 1936 v Lipnici. Je ze čtyř sourozenců (chlapců) měl o 2 roky staršího bratra, který však zemřel v šestinedělí z blíže neurčených důvodů, po dvou letech se narodil Miroslav, za 5 let se narodil mladší bratr a při narození nejmladšího bratra kvůli komplikovanému porodu v roce 1944 maminka i přes převoz do nemocnice umírá. Děti se ujímá tatínek a jeho rodiče, kteří však sami měli zdravotní potíže. Proto tlačili na tatínka, aby se znovu oženil a chlapcům přivedl novou maminku. Zhruba za dva roky se tatínek znovu oženil, šlo o svatbu předem domluvenou. Nastávající manželce bylo v době sňatku kolem 30 let, byla svobodná a bezdětná a proto se rodičům jevila jako ideální partnerka pro jejich syna a matka pro vnuky.

Rodina nebyla příliš dobře situována, měli pouze jednu krávu a záhumenku. Tatínek byl vyučený švec, což nebylo příliš lukrativní zaměstnání. Pokud bylo možno,

chodil vypomáhat do rybářství a nevlastní maminka byla v domácnosti. Miroslav však k nevlastní mamince nepřilnul, což částečně přičítá tomu, že prarodiče ho zrazovali od bližšího vztahu, připomínali mu, že to není maminka ale macecha, do poslední chvíle jí vykal. Na její obranu však připomíná, že ani ona nebyla v lehké situaci. Do třiceti let žila jen sama pro sebe, nemusela se o nikoho starat a se sňatkem jí přibýlo mnoho povinností, na které nebyla zvyklá. Navíc pravděpodobně trpěla migrénami, kdy i tři dny nebyla schopna cokoliv dělat a pouze ležela se zavázanou hlavou. Chválil ji jako dobrou kuchařku a pekařku. Po odsunu Němců získala rodina domek v nedalekém Českém Rudolci, u kterého byla i nějaká pole. Tím si rodina ekonomicky polepšila.

V poslední třídě měšťanské školy školu navštívil náborář horníků a Miroslav zatoužil stát se horníkem. Jeho otec se proti tomu ostře ohradil, byl vyloučen z komunistické strany, označen za zbohatlíka a toto rozhodnutí mělo vliv i na budoucnost jeho synů. Miroslav se dostal do učení na krmiče prasat a skotu. Poté získal práci v nedalekém Peníkově v nově postavené výkrmně prasat. Vzhledem k tomu, že mechanizace byla teprve v plenkách, byla tato práce namáhavá, všechno se vozilo na kotouči nebo nosilo v rukách.

Na vojenskou službu vzpomíná v dobrém, podle jeho vlastních slov, tak dobře se už nikdy neměl, jako ty dva roky na vojně. Domohla mu k tomu ševcovina, které se celý život snažil vyhnout. Jednou o poledním klidu přišel do ložnice nadřízený voják a ptal se, jestli tam není někdo, kdo umí opravit boty. Přestože jeho dovednosti nebyly úplně excelentní, na podrážení bot to stačilo a ze ševcoviny dokázal vytěžit maximum. Kromě volnějšího režimu si přivydělal a ušetřil hotovost na dobu v civilu.

Po návratu z vojny se na jedné zábavě seznámil s Marií. Ta doprovázela svého tatínka, který na zábavách hrával v kapele. Po čtyřech letech známosti se vzali a přestěhovali se do rodinného domku, který Miroslav koupil v obci Český Rudolec. Díky věnu Marie měli domek celkem dobře vybavený. Po svatbě nastoupil do zaměstnání do Osevy v Dačicích, kde se uskladovalo obilí. To bylo velmi fyzicky náročné a tam si zadělal na zdravotní problémy s páteří. Stále ho to táhlo k černému řemeslu, až dostal místo v továrně Praga Dačice, kde se vyráběly součástky na automobily. Tam pracoval dvacet let až do důchodu.

Produktivní věk prožili v relativním klidu. Marie byla výborná hospodyně po své mamince, Miroslav měl díky svému koníčku (ševcovině) spoustu známých a

prostřednictvím těchto konexí dokázal i v době, kdy bylo všeho nedostatek, sehnat materiál na opravu a vybavení domu. Při práci v továrně však stále více trpěla páteř a přidaly se problémy se srdcem, které vyústily v operaci. Během ní mu byl voperován trojnásobný bypass. Po roční léčbě a stále přetrvávajících problémech mu byl dva roky před řádným starobním důchodem nabídnutý důchod invalidní. Ten po úvaze přijal. Do důchodu odcházel v podstatě rád, protože se mohl věnovat rehabilitacím, procházkám a rekonvalescenci. Uvědomoval si, že ještě není tak starý, aby byl nemožný se sám obsloužit a že je potřeba věnovat se sám sobě a zlepšit svůj zdravotní stav, jak nejvíce to půjde. I přesto však přišly další zdravotní problémy s páteří, doprovázené každodenní bolestí, má totální endoprotézy obou kyčlí, vyčištěné karpální tunely. Všechny tyto strasti snášel díky tomu, že věřil, že se to zlepší, že to bude lepší, optimismus mu velmi pomáhal. Měl i velkou podporu ve své manželce, která se mu snažila ulevit, nabádá ho, aby se šetřil, aby nedělal věci, které mu vadí. Sama je na tom zdravotně lépe a mnoho činností okolo jejich domácího hospodářství zastane sama. I přesto se Miroslav snaží zapojit se do domácích povinností, udržuje se v kondici každodenním cvičením.

Paní Marie odcházela do řádného starobního důchodu asi o jeden rok později. Bylo to v zimě, kdy se, dle svých slov, zabavila drobnými domácími pracemi. Na jaře však začala pociťovat určitý neklid z nečinnosti a brala by nějaké zaměstnání na zkrácený pracovní úvazek, chyběl jí styk s lidmi. Pomalu si však zvykla, začal jí vyhovovat nový denní rytmus, běžné pochůzky k lékaři, větší nákupy a podobně a nyní si v této situaci libuje. Jejich dva synové je pravidelně navštěvují, ať při tradičních poutích a posvíceních, tak při běžných setkáních v průběhu roku. Jejich dospělé vnučky přijíždí několikrát do roka strávit s nimi víkend.

Velmi si váží toho, že jsou dva, že si dokážou navzájem vyhovět a vyjít vstříc. Mají jeden v druhém oporu, pomohou si navzájem. Vyslovili přání, aby jim tento stav ještě několik let vydržel, věří, že další výrazné zdravotní problémy se jim budou vyhýbat, že Miroslav si své už vytrpěl. Na přímou otázku, jak se cítí ve společnosti, jak je vnímá jejich okolí, odpověděli, že ve vesnici, kde žijí celý život, nemají pocit, že by jim ostatní dávali najevo, že jsou staří. I přesto, že jsou jedni z nejstarších párů, stále se účastní společenských akcí, zapojují se aktivně dle svých možností do činnosti obce, Miroslav je stále členem dobrovolného hasičského sboru, Marie se každý měsíc schází s ostatními seniorkami na společném setkání. Díky tomu, že Marie pracovala v mateřské škole, stále se s manželem účastní jejich akcí. Při nákupech ve městě

potkávají známé, kteří se s nimi rádi zastaví, stále mají pocit, že jsou v centru dění, nestojí na okraji společnosti. Přispívá k tomu jejich družná povaha, jsou „upovídání“, nestydí se zapojit. Jezdí do lázní. Jejich pohled do budoucna je optimistický, váží si každého dne, uvědomují si, že mnoho jejich vrstevníků nemělo tolik štěstí, aby se dožili tak vysokého věku v relativně dobré kondici.

6.2 Kazuistika č. 2

Paní Františka se narodila 24. 2. 1942 ve Studené. Je z osmi sourozenců – 4 chlapci a 4 dívky, v současné době žijí už pouze ona a její 2 sestry. Původně se měla jmenovat Zdeňka, jak jí i všichni oslovovali. Při vstupu do národní školy zjistila na křestním listu, že její pravé jméno je Františka. Tak se jmenovala její sestra, která však v raném dětství zemřela. To paní Františce velmi vadilo a měla velké přání, aby ji rodiče nechali oficiálně přejmenovat. Rodiče jí tvrdili, že to není po zemřelé sestře, ale po kmotře a z finančních důvodů si přejmenování nemohou dovolit.

Rodina byla velmi chudá, žila v chudobinci ve Studené. V dětství a dospívání musela chodit do obchodu na dluh. Její sestra chodila žebrať po okolních vesnicích. V roce 1946 se přestěhovali do Liděřovic, kde zabrali domek po odsunutých Němcích. Dům však byl velmi vlhký a ona z nevyhovujícího prostředí onemocněla. V léčebně v Košumberku podstoupila operaci, při které jí byl odebrán kousek plíce. Tam pobývala do svých 17 let. Její rodiče však s operací nesouhlasili a zachránil ji její bratr, který zfalšoval podpis rodičů, aby operaci mohla podstoupit. Po návratu z léčebny se měla šetřit, ale otec jí stále vyčítal, že nepracuje a nepřispívá do společné rodinné kasy, přestože pobírala invalidní důchod ve výši 400 korun.

Po ukončení národní a měšťanské školy se chtěla vyučit krejčovou, ale ani k tomu nedošlo. První zaměstnání, do kterého nastoupila, bylo u lesů. Měsíčně si vydělala 400 až 500 korun, ale všechn výdělek musela odevzdávat do společné rodinné kasy a pokud chtěla jít za zábavou, musela rodiče požádat o peníze. Původně tatínek nepracoval, pobýval před obecním úřadem a čekal, jestli bude nějaká práce. Po přestěhování do Liděřovic získal místo nočního hlídače na statku v Českém Rudolci. Po odchodu ze statku vyráběl dřevěné bedničky ve Velkém Pěčíně. Protože byl otec stále nespokojený s tím, že nepracuje, navštívila svou lékařku, která ji doporučila pro zaměstnání v chráněné dílně, kde pracovala na pletacích strojích a vyráběla rukavice.

Tam pracovala asi tři roky. I přesto se jí nedařilo našetřit žádnou hotovost, všechny odevzdávala rodičům.

V osmnácti letech šla poprvé k muzice, kde se seznámila se svým prvním manželem Mirkem. Ten pocházel ze samoty u Ostojkovic. Na jeho popud si udělala autoškolou na motocykl, což však vnímala jako chybu, protože její přítel toho využíval a pokud spolu někam jeli, holdoval alkoholu. Františky rodiče se na její známost informovali na poště, kde byl zaměstnán, a zjistili, že jde o alkoholika. Proto s tím nesouhlasili a vyhnali ji z domu. Mirek Františku nastěhoval k sobě domů na samotu k rodičům. Po určitém čase zjistila, že je těhotná. Mirek svatbu odmítal. Po intervenci jeho rodičů se svatba konala.

Po narození syna se odstěhovali do domku do Starého Hobzí. Ze společně naspořených peněz si vybavili kuchyň a ložnici. Společné soužití však nebylo idylické. Mirek stále nadměrně užíval alkohol a Františky si nevšímal. Po narození prvního syna Bohouše ji ani v nemocnici nenavštívil. Poté, co se odstěhovali od jeho rodičů, ztratil Mirek už veškeré zábrany a celé dny po práci trávil po hospodách. Nepomáhaly žádné prosby. Domů se vrátit nemohla, s dítětem neměla kam odejít, a proto vše trpěla. S rodiči se nestýkala od doby, kdy odešla k Mirkovi, ale když křtili syna, její rodiče se to dozvěděli a Františky matka se přišla na vnuka podívat. Do kolébky mu nic nedala, což ji velmi mrzelo. Když byly synovi dva roky, přišla Františce nabídka práce na roznášení pošty, kterou přijala. Syna dávala na hlídání sousedkám, které byly řádovými sestrami ve výslužbě a pro syna se staly tetou. Františce rády vypomohly, protože znaly její rodinné poměry. Bohužel Mirek začal Františce brát služební peníze a ona žádala vedoucího pošty, aby ho přeřadil na jinou pracovní pozici, kde by neměl přístup k penězům. Vedoucí to Mirkovi řekl a on doma Františku fyzicky napadl. V této době přišla podruhé do jiného stavu. Pro Františku se situace zdála neúnosná a snažila se sama těhotenství zbavit, což se jí nepovedlo. Rozhodla se pro umělé přerušování těhotenství, ale tvář v tvář komisi se rozmyslela a dítě si nechala. Narodila se jí dcera. Ani po druhém porodu ji v nemocnici nenavštívil. Po narození dcery ji vzala na milost její matka a začaly se více stýkat.

Manželství ale bylo v troskách, Mirek stále pil alkohol, vodil si kamarády stejného ražení, jako byl on, doma se neobjevil i několik dní po sobě a když, tak byl pro rodinný život nepoužitelný. Vše vyvrcholilo domácí rvačkou, při které Mirek napadl Františku.

Syn Bohouš se postavil na stranu matky a otce uhodil baterkou. To ho rozčílilo, ale matka Bohouše kryla tělem, čímž ho ochránila. Františka si vyžádala ještě během manželství soudní příkaz na vyživování jejich dětí. Zvyšující se psychické napětí nakonec Františka neustála a rozhodla se pro dobrovolný odchod z života. Spolykala větší množství léků na nervy, které již nějakou dobu užívala. Přestože to manžel viděl, nezasáhl a odešel do hospody. Měla štěstí, protože sousedky jí zachránily život. Díky své profesi zdravotních sester měly odborné znalosti a dokázaly jí pomoci.

Po tomto incidentu požádala Františka o rozvod a na první stání byli v roce 1969 rozvedeni. Po rozvodu neměla kam jít, musela požádat rodiče, zda by se s dětmi alespoň na přechodnou dobu mohla nastěhovat k nim. Tatínek nakonec souhlasil. Františka však pracovala v sousedním městě, což jí s dojížděním zabralo téměř celý den. Přestože rodiče finančně podporovala, stále jí něco vyčítali. Hledala jiné bydlení, až dostala tip od své sestry v Cizkrajově. Nastěhovala se i s dětmi do domku k jedné paní, které po práci vypomáhala s hospodářstvím. Byt však nebyl vybavený a se svojí výplatou na půjčku nedosáhla. Měla štěstí, že jí vypomohla mzdová účetní, potvrdila jí výdělek 1300 Kč, díky čemuž jí peníze půjčili. Za tyto peníze koupila nábytek do pronajatého bytu.

Když pracovala v Jemnici v továrně, seznámila se s rozvedeným mužem panem Jaroslavem. Z prvu váhala, protože zvažovala budoucnost a finanční podmínky. Přesvědčil ji však svým dobrým chováním k jejím dětem a i na ni byl hodný. Domluvili se a Jaroslav se přistěhoval k Františce do nájemního bytu. Časem se domluvili, že budou shánět nové bydlení, chtěli nějaký domek. Jaroslav měl velký zájem o to, aby s ním Františka vstoupila do manželství. Ta se bránila, ale nakonec po sestřině přimluvě si Jaroslava vzala. Manželství s ním bylo šťastné. Přestože vztahy s rodiči neměla úplně ideální, nastěhovala si je nakonec k sobě do domku, aby se o ně mohla starat. Po smrti maminky si tatínek našel přítelkyni a od dcery se odstěhoval. Jeho přítelkyně s Františkou nevycházela dobře, a proto je Františka nenavštěvovala. Tatínek nakonec zemřel v zanedbaném bytě u své přítelkyně a na Františku zbylo vyřídit pohřeb. Přes všechny ústrky, které musela od rodičů snášet, se o ně do poslední chvíle postarala.

Svého prvního muže viděla až po mnoha letech na pohřbu jeho matky. On sám se jí však vyhnul. Na smuteční hostině však jejich dceři přiznal, že se k Františce špatně choval.

Po 15 letech manželství Jaroslav umírá. Františka to špatně nesla a celý rok tesknila. Nakonec se na to její kamarádka Anežka nemohla dívat a vytrhla ji z životní letargie. Chodily spolu na procházky, povídaly si a Františka se pomalu vracela do normálu. Dodnes jsou dobré přítelkyně a navzájem se navštěvují.

Po čase ji kontaktovala bývalá kolegyně z práce a oznámila jí, že jí vyšel seznamovací inzerát. Paní Františka se v první chvíli rozčílila, ale pak jí to nedalo a inzerát si vyhledala. Zhruba po měsíci ji přišel dopis z redakce deníku a v něm tři nabídky k seznámení. Jednu nabídku si vybrala a zavolala na uvedené kontaktní číslo a smluvila si s panem Zdeňkem schůzku za vsí. Zrovna přšelo, Zdeněk ji pozval do auta, představil se a chtěl si popovídat. Protože ale silně přšelo a v autě nebylo slyšet slova, pozvala ho Františka domů. Tam se Zdeněk zdržel téměř do rána a pak jezdil každý den, byť jen na chvilku. Z počátku s jejich svazkem nesouhlasily Zdeňkovy děti, měly pocit, že je Františka chce připravit o majetek. Když se to Františka dozvěděla, chtěla vztah ukončit. Zdeněk však rázně zasáhl, odmítl argumenty svých dětí a za Františku se postavil. Díky tomu vztah trvá dodnes. Každý z nich žije ve svém domě, ale pravidelně se navštěvují, Františka tam tráví víkendy, stará se mu o domácnost, on jí na oplátku obstarává drobné domácí opravy.

V současné době bydlí v domku se synem a s jeho druhou ženou. S první snachou má však nadstandardní vztahy a stále se navštěvují. Velmi pěkně o ní hovoří. Nicméně ze strany první snachy pocítovala větší zájem, při odchodu do práce na ni zavolala nebo na chvilku zaběhla. Syn s druhou manželkou tak často nepřijdou, což ve svém věku hůře snáší.

Paní Františka je ve svém věku velmi aktivní. Jezdí hlídat pravnouče do vedlejšího města, v případě potřeby ho vyzvedává ze školky. Na dvorku má skalku, kterou tento rok plánuje přestavět a obnovit, protože předchozí rok ji kvůli zdravotním potížím se zády trochu zanedbávala. Chce si koupit novou obývací stěnu, vymalovat, koupit nový lustr do obývacího pokoje, vyměnit ústřední topení. Přítel má malé hospodářství, kde mu občas vypomáhá na poli.

Přechod do důchodu hodnotí jako příjemný. Její manžel v té době onemocněl a měla více času se mu věnovat. V současné době se cítí dobře, raduje se z každého dne. Finanční situaci hodnotí jako dobrou, doufá, že ještě dlouho si důchodu bude moci užít. Ze sourozenců jí zbyly už pouze dvě sestry. Jedna žije ve stejné vsi, ale s ním se

Františka příliš často nestýká. Nesouhlasí totiž s tím, že podporuje zahálčivý život svého syna, pak finančně nevychází a na její domluvu nebere zřetel. Každý rok ji navštěvuje druhá sestra, která žije v Praze, a na kterou se vždy těší. Nepocítuje žádné nepřátelství okolí, navštěvuje dvě přítelkyně ve vsi, ale nemá ráda pomluvy a vesnické intriky, takže ostatní si nepřipouští tolik k tělu.

6.3 Kazuistika č. 3

Pan Stanislav se narodil 23. 3. 1925 v Bílkově, kde prožil celý život. Pochází celkem z 6 sourozenců – 5 chlapců – on, Jindřich, Antonín, Ludvík a Ladislav a 1 sestra - Libuše. Pan Stanislav je druhý nejmladší. Rodiče byli soukromí hospodáři, měli tři a půl hektaru polí a nějaký dobytek. Oba sloužili ve Vídni a tam se poznali. Tatínek byl vyučený zedník a maminka byla kuchařka. Díky hospodářství měli obživu dostatek, dokázali si vypěstovat brambory a obilí na celý rok. Později otec pracoval jako zedník v Brně, kde si vydělal pěkné peníze.

Do obecní školy chodil v Bílkově a do Měšťanské školy v Dačicích. Po škole se vyučil zedníkem, ale toto povolání vykonával pouze krátce po vojně. Na vojně se seznámil se svou budoucí manželkou. Jako voják navštívil ples a tam se mu líbila slečna, kterou vyzval k tanci a už ji nepustil. Po tříleté známosti se konala svatba. Z manželství vzešly čtyři dcery – Dana, Bronislava, Oli a Stanislava. Manželství bylo šťastné, vždy se na všem domluvili, neměli žádné zásadní spory. Manželka mu zemřela ve 47 letech po těžké nemoci. Po smrti manželky se již neoženil, přestože si našel přítelkyně. Další životní tragédie ho potkala, když jeho nejmladší dceru Stanislavu při cestě ze zábavy srazilo auto a ona zemřela. Měla před maturitou a chtěla být lékařkou.

Jeho celoživotním zaměstnáním se stalo starostování v Bílkově, kde tuto funkci vykonával 35 let. Poté pracoval na Městském úřadě v Dačicích a do důchodu odcházel z místa tajemníka v Markvarci. Byl známý jako starosta stavitel. Za jeho kariéry se realizovalo mnoho projektů – prodejna, mateřská škola, vodovod, opravila se stará škola. Byl hlavním organizátorem akcí Z. Odchod do důchodu si odsunul o dva roky, kdy přesluhoval jako tajemník v Markvarci. Měl velmi dobré vztahy s ostatními občany a ještě po jeho odchodu z funkce ho zvali na společné akce a zabíječky.

Celý život prožil v rodinném domě v Bílkově, kde žil se svojí dcerou a její rodinou. Nakonec se rozhodl pro pobyt v domově pro seniory. Hlavním důvodem bylo, že dcera s manželem jsou zaměstnáni ve vedlejší městi, a on byl celý den v domku

sám a částečně ze zdravotních důvodů. V domově se mu líbí, pochvaluje si péči zdravotních sester. Obyvatelem domu seniorů je už pátým rokem. Finančně je samostatný, sám zaplatí pobyt v domově pro seniory, je nezávislý. Minulý rok upadl, narazil se, ale vše se mu podařilo rozcvičit tak, že se sám dokáže obsloužit. Je rád, že má pokoj jenom pro sebe, nechtěl by se nikomu přizpůsobovat.

Velmi chválí své vnučky, které studují nebo mají vystudovanou vysokou školu a sehnaly dobře placenou práci v Praze. Rodina ho pravidelně navštěvuje. K dceři, která žije v Horní Slatině, jezdí pravidelně na posvícení, navštěvuje i svůj rodný domek v Bílkově. Další dcera je vdaná na Slovensku a každý rok jezdí na návštěvu. Na Vánoce střídá pobyt v Horní Slatině a v Bílkově. Na policice má vystavené rodinné fotky, nad kterými rád vzpomíná. Největší obavy má ze zhoršení zdravotního stavu, kdy bude odkázán na pomoc ostatních. Stěžoval si na snižující se stavy ošetřujícího personálu v domově, že vše záleží na penězích. I přes svůj pokročilý věk se stále zajímá o okolní dění. Momentálně hrozí stěhování domova do jiného města, s čímž nesouhlasí a vyjadřuje svůj nesouhlas i v novinových článcích. Dal podnět ke zlepšení podmínek pracujícího personálu, aby se vybudovaly nájezdní plošiny místo schodů, aby se ulehčila jejich práce. V mládí mezi jeho koníčky patřil fotbal, kterému zachoval přízeň i v pokročilém věku. Jezdil do okolních vsí sledovat fotbalové zápasy. Dodnes sleduje fotbalovou ligu v televizi. Vzhledem k jeho věku je obdivuhodná jeho vitalita a zájem o dění okolního světa.

6.4 Kazuistika č. 4

Paní Květoslava se narodila 14. 11. 1944 v Rozseči. V roce se přestěhovali do Peče, kde rodiče zabrali dům po odsunutých Němcích. Paní Květoslava je z osmi sourozenců a je nejstarší, má 4 sestry – Jaroslavu, Martu, Marii a Ludmilu a 3 bratry – Zdeňka, Věroslava a Boleslava, jedna sestra již zemřela. Mezi nejstarším a nejmladším sourozencem je rozdíl 11 let.

Rodiče pracovali nejprve v zemědělství, později otec pracoval ve stavebním podniku v Dačicích. Oba byli bez vyučení. Rodina nebyla příliš dobře finančně situovaná, šli od výplaty k výplatě. Díky tomu, že žili na vesnici a měli slepice a záhumenku, na které si vypěstovali zeleninu a obilí na celý rok, netrpěli hladem. Též byli podporováni od rodičů matky, kteří žili v Rozseči, měli dobytek a podělili se s nimi.

Protože byla nejstarší, stala se chůvou pro ostatní sourozence. Dodnes ji všichni rádi navštěvují, cítí v ní oporu, působí v rodině jako tmelící prvek. Sama vzpomíná na prarodiče ze strany matky, u kterých trávila mnoho času. Dědeček na ni trpěl, koupil jí i šaty do tanečních.

Národní školu navštěvovala v Peči a 3 roky chodila do Měšťanské školy ve Slavonicích. Poté byla necelý rok doma, kdy vypomáhala v domácnosti a pomáhala mamince, která krmila v JZD dobytek. Mezi každodenní povinnosti patřila starost o mladší sourozence. Byla přijata do pracovního poměru do kanceláře JZD jako skladová účetní. Při práci si udělala pro zvýšení kvalifikace kurz. Část výdělku dávala do rodinného rozpočtu. V roce 1966 se vdala. Se svým budoucím manželem se potkala na hostině svých sousedů a tři roky spolu chodili. Vzpomněla si na své první rande, na které zaspala. V roce 1967 se jí narodila první dcera Ivana, v roce 1968 druhá dcera Jana a v roce 1972 syn Dušan. Po svatbě bydleli u Květoslaviných rodičů a opravovali dům v Liděřovicích, který koupil její budoucí manžel ještě před svatbou. Jako věno přinesla zařízení do ložnice. Měli nabídku bytu do bytového domu v Peči, ale její manžel byl proti, toužil po vlastním domě, byl zvyklý stále něco dělat a v bytovce by se cítil nevyužitý. Manželství je spokojené, vždy si s manželem vyšli vstříc, žádné zásadní spory nemuseli řešit. Shodli se na výchově dětí. Pokud došlo na nějaké neshody, vše si vyříkali a tak se atmosféra pročistila. Manžel pracoval u meliorací a dokázal rodinu dobře finančně zajistit.

Vzpomínala na dobu po svatbě, kdy v Liděřovicích byla dobrá parta, měla ráda společné akce na zvelebení obce, na zájezdy organizované Svazem žen, výlety pro děti. Chválila si vztahy mezi lidmi. Porovnávala současnou situaci a myslí si, že v dnešní době si lidé závidí, pomlouvají se. V práci se jí líbilo, zažila spousta legrace. Po mateřské pracovala v rostlinné výrobě a po určité době se vrátila na původní pracovní místo do kanceláře do Peče. Vlivem slučování podniků se přemístila do kanceláře v Cizkrajově, v Peči však byla spokojenější. V Cizkrajově pracovala až do odchodu do důchodu. Odchod do důchodu nesla hůře, ale pomáhalo jí, že ji navštěvovaly kolegyně z práce. Bylo to pro ni obtížné období i z toho důvodu, že její maminka onemocněla, zůstala ležet a ona se o ni starala. Díky tomu, že bydlí v rodinném domku se zahradou, od jara do podzimu má o zábavu postaráno. V důchodu poprvé vyrazila na zahraniční dovolenou k moři se sestrami a dcerou. Vyslovila přání letět na zahraniční dovolenou

letadlem. Ráda navštěvuje kulturní akce, divadla, koncerty, účastní se srazů důchodců pořádaných obcí.

Rodinné vztahy mají velmi dobré, jak se svými sourozenci, tak i s vlastními dětmi. Potkala ji rodinná tragédie, kdy zemřel její syn. Časem se s tím dokázala vyrovnat, obě dcery ji pravidelně navštěvují, stejně jako vnoučata.

Stále spřádá plány do budoucna. Chce přestavovat obývací pokoj, pořídit si krbová kamna a vybít celý dům. Díky optimistické povaze překonala nepřízeň osudu, neztrácí humor. Má tři vnoučata a vše s nimi aktivně prožívá, zná jejich partnery. Velmi si váží rodinné pohody, ví, že se na všechny může spolehnout. I ona sama je velkou oporou pro ostatní. Ona sama nepocituje žádný nepřátelský postoj okolí, který by měl souvislost s jejím věkem. Je spokojená a vůbec si nepřipouští, že se nachází v poslední životní etapě, stále věří, že ji ještě něco pěkného potká.

7 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU

Při hodnocení postavení seniorů ve společnosti se musíme zamyslet nad tím, co podmiňuje dobré postavení člověka ve společnosti obecně. Ukázalo se, že informanti charakterizovali své postavení pomocí následujících kategorií:

- fungující partnerský život (pokud žijí ve svazku)
- interakce s širším rodinným zázemím
- přiměřený zdravotní stav
- udržení společenských vaz a společenského života.

Ve dvou případech oslovených šlo o manželské páry a tento svazek je pro ně první. V jednom případě šlo o rozvedenou paní, která se podruhé vdala a po smrti svého manžela si našla přítele, se kterým se stýká dodnes, byť spolu trvale nežijí. V jednom případě přišel muž o svoji ženu ještě před dosažením seniorského věku. I on si našel postupně dvě přítelkyně, které však již nežijí a on je nyní sám. Je to i z důvodu vysokého věku. První manželský pár uvádí, že si velmi váží toho, že jsou dva. Cítí jeden ve druhém oporu, pomohou si navzájem. Druhá informantka i přes nevyvedené první manželství též nezanevřela na partnerské soužití a přestože s mužem nežije ve společné domácnosti, udržují blízké vztahy, ona se stará o jeho domácnost a on jí zase vypomůže s drobnými opravami bytu.

Ve všech případech senioři pěkně mluvili o svých rodinách, o dětech a vnoučatech. Udržují s nimi blízké vztahy, navštěvují se. Je pro ně důležité být součástí života svých dětí a vnoučat. Marii a Miroslava pravidelně děti navštěvují, též již dospělé vnučky za nimi jezdí na víkendy. Paní Františka žije v domě se synem, dcera žije ve vedlejším městě, kam Františka jezdí na návštěvy a ještě vypomáhá s péčí o pravnuka. Toho si obzvláště užívá, velmi ho chválí, jak je šikovný. Pan Stanislav má fotografie celé rodiny i svých bývalých přítelkyň vystavené na polici a dle svých slov nad nimi rád vzpomíná. Paní Květoslava je tmelícím prvkem celé rodiny. Schází se u ní nejen její děti a vnoučata, ale i sourozenci, se kterými má nadstandardně dobré vztahy. Ve dvou případech informanti prožili rodinnou tragédii, při které přišli vlivem tragických událostí o život jejich děti. Pan Stanislav uvedl, že není pro rodiče nic horšího, než se dívat do hrobu svého dítěte.

Pokud bychom se zaměřili na zdravotní stav jednotlivců, Miroslav měl a stále má velké zdravotní potíže. Je však se stavem dobře psychicky vyrovnán, věří, že žádné další zdravotní komplikace nenastanou a se současným stavem je smířený. Paní Marie, Františka a Květoslava svůj stav hodnotí dobře, nemají žádné větší subjektivní potíže a o těch, co mají, si myslí, že patří k věku. Pan Stanislav má lehké urologické potíže, ale péči o sebe zvládá bez pomoci a toho si cení. Ve třech případech uvedli, že doufají, že se jejich zdravotní stav nebude rapidně zhoršovat, v jednom případě šlo o obavy z toho, kdo se o něj postará, až nebude moci.

Všichni dotazovaní žijí aktivním životem. Neuzavírají se do samoty, jsou optimističtí. Účastní se společenských akcí, účastní se většiny akcí, které se dějí v jejich vesnici, všichni se rádi sejdou s ostatními seniory na setkání, pořádaných obecními úřady, v domově pro seniory pořádají každý měsíc pro své klienty zábavná odpoledne s živou hudbou, kam Stanislav rád zajde. Všimají si svého okolí, Stanislav přispěl svým nápadem k ulehčení práce zdravotního personálu, který pečuje o seniory v ústavním zařízení, kde sám žije.

Vstup do důchodu měl každý z nich jiný. Miroslav šel ze zdravotních důvodů, nabídka odejít do důchodu dřív mu přišla vhod, dostal příležitost zotavit se ze zdravotních potíží. Květoslava byla nucena odejít dříve z důvodu snižování pracovních míst. Přestože to pro ni bylo z počátku těžké, pomohl jí styk s bývalými kolegyněmi z práce. Také se musela starat o své nemocné rodiče, stejně jako se Františka starala o svého nemocného manžela. Ve dvou případech vstoupili dotázaní do důchodu později. Paní Marie to zprvu přivítala, později si přišla nevyužitá a uvažovala o nějakém zaměstnání na kratší pracovní úvazek. To však ve své vsi nenašla, ale se situací se dobře vyrovnala. Zavedla si nový životní rytmus, co dříve musela zvládat po práci, mohla nyní vykonávat přes den, měla více času a mohla se věnovat manželovi. Pan Stanislav odcházel z vedení obce a díky tomu, že s obyvateli vždy dobře vycházel a udržoval s nimi kontakt i v důchodu, neměl pocit osamělosti.

ZÁVĚR

V teoretické části se bakalářská práce zabývá vymezením pojmu stáří, rozdělení stáří na biologické, sociální a kalendářní. Uvádí tělesné a psychické změny organismu v důsledku stárnutí. Poukazuje na zodpovědnost každého jedince připravit se na stáří a dává návod, jak celou přípravu zvládnout. Rozebírá otázku kvality života z psychologického a sociologického pohledu, uvádí souvislost mezi kvalitou života a životním stylem a individuálními hodnotami jedince. Zabývá se problémem ageismu a jeho zdroji ve společnosti. Poslední teoretická kapitola je věnována společenskému postavení jedince v souvislosti s historickým kontextem.

Výsledkem praktické části je charakteristika postavení seniorů prostřednictvím oblastí života, které jsou pro ně důležité. První z oblastí, kterou zmínili všichni informanti, je fungující partnerský vztah. Pro většinu lidí je důležité mít spřízněnou duši, někoho, kdo mu rozumí, dokáže podpořit v těžkých životních okamžicích, s kým může sdílet nejen starosti, ale i radosti. Jde i o běžné a všední události. Jsou rádi, že mají někoho vedle sebe, rádi pocítují blízkost druhého. Přestože neočekávají, že se postará ten druhý o ně, sami nabízejí pomoc, ať se jedná o péči při zdravotní indispozici, drobné opravy v domácnosti, pomoc s domácími pracemi. Nejstarší z dotázaných informantů žije již sám, což přičítám věku. O manželku přišel ve středním věku a poté se nebránil dalším dvěma vztahům. Ty skončily úmrtím partnerek a nyní již bližší vztah s žádnou ženou nenavázal.

Druhou zmiňovanou oblastí je široké rodinné zázemí. Senioři potřebují pocítovat sounáležitost s ostatními členy rodiny (sourozenci, dětmi, vnoučaty). Radují se z jejich úspěchů, poskytují jim zázemí a na oplátku dostávají pozornost, kterou si za celoživotní péči zaslouží. Často fungují jako stmelující prvek širší rodiny, nikoho neodmítají. Rádi se pochlubí úspěchy svých potomků, mají radost z jejich dosažených pracovních pozic a studií. Myslím si, že jsou součástí široké rodiny díky tomu, že ke všem přistupují jako k rovnocenným partnerům, netrpí předsudky, projevují zájem a lásku. Jsou podporou, ale ne nadřazenými členy rodiny, kterým musí všichni ustupovat.

Třetí kategorií určující jejich postavení je přiměřený zdravotní stav. V tomto případě je velmi důležitá psychická pohoda a vnitřní naladění jednotlivců. Ke svým zdravotním problémům přistupují tak, že je vnímají jako součást života. Neptají se proč, jsou s nimi více méně smířeni a dělají vše pro to, aby jejich zdravotní stav byl

stabilizovaný a nedocházelo k jeho zhoršení. Věnují se zdravotním změnám, v případě potřeby vyhledají odbornou lékařskou pomoc, nejsou však úzkostlivě zaměřeni na své choroby. Naučili se žít se svými obtížemi, pečují o sebe, okolí jim vychází vstříc a snaží se jim ulevit v případě zdravotní indispozice. To je velmi důležité, cítit podporu blízkých, vědět, že se máte v případě nouze na koho obrátit. Okolím jim nedává najevo, že je to obtěžuje, naopak jsou připraveni pomoci.

Pátou kategorií je udržení společenských vazeb a společenského života. Všichni bez výjimky se účastní společenských akcí v jejich okolí. Stále udržují vazby, které vznikly ještě za ekonomicky aktivního života. Rádi vidí bývalé spolupracovníky. Co se přátelství týče, informanti uvedli, že bližší vztahy udržují se dvěma až třemi lidmi, popř. manželskými páry. Jsou to přátelství, která přetrvala roky, mají stabilní základy. Nepotřebují se vidět každý den, zmiňovali intervaly 14 dní až měsíc. Využívají příležitostí, kdy se mohou setkat s ostatními obyvateli svých obcí. Navštěvují setkání seniorů, účastní se vystoupení dětí z mateřských a základních škol, koncertů, divadel, zajdou do kina. Jsou rádi, když svými nápady přispějí ke zlepšení prostředí, ve kterém žijí. Díky tomu, že jim okolí naslouchá, mají stále pocit, že na jejich názorech záleží, že někoho zajímají a sami jsou potřební.

Tato bakalářská práce přináší vhled do finální fáze lidského života. Přesto nevyznívá nijak pesimisticky. Všichni oslovení senioři i přes svůj věk hledí optimisticky do budoucnosti, plánují si, co vše ještě udělají, stále zvelebují svá obydlí. Dávají nám návod, jak pečovat o sebe, svoje vztahy s rodinou i okolím. Ukazují, jak je důležité účastnit se společenského života, nestát na okraji společnosti. Jsou otevření, optimističtí. Toto jejich postavení ve společnosti odráží to, jak žili, jak dokázali komunikovat s okolím, jaké měli morální postoje a zásady. Na mladší generace nehledí s despektem, ale poskytují jim podporu. Tento závěr dává naději nám všem, že i my můžeme prožít radostné stáří, obklopeni svými nejbližšími. Je jen na nás, jakým způsobem strávíme podzim života, zda v poklidu, přátelství a lásce, nebo dožijeme v izolaci, věčně si stěžující na všechno a všechny.

8 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. ISBN 80-85931-79-6.

HAŠKOVCOVÁ H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-88-87-109-19-9.

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.

HUDÁKOVÁ, A., MAJERNÍKOVÁ, L. *Kvalita života seniorů v kontextu ošetrovatelství*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4772-9.

CHRÁSTKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

KALVACH, Z., ZADÁK, Z., JIRÁK, R., ZAVÁZALOVÁ, H., HOLMEROVÁ, I., WEBER, P. a kol *Geriatrické syndromy a geriatrický pacient*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2490-4.

KALVACH, Z. a kol *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie pocitů štěstí*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4436-0.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 1998. ISBN 80-7169-195-X.

MÜHLPACHR, P., BARGEL, M. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: Institut mezioborových studií, 2011. ISBN 978-80-87182-21-5.

POKORNÁ, A. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3271-8.

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

SÝKOROVÁ, D. *Autonomie ve stáří. Kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.

ŠRAMO, J. *Příprava na stáří*. Praha: Občanské sdružení Melius, 2011. ISBN 978-80-87638-00-2.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.

VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

<http://zpravodaj.feminismus.cz/cz/clanek/s-pripravou-na-spokojene-stari-muzeme-zacit-jiz-dnes>, vyhledáno 5. 10. 2014.