

# Komunikace seniorů s novými technologiemi

Bc. Lenka Řičánková

---

Diplomová práce  
2013



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

  
INSTITUT  
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Institut mezioborových studií Brno  
akademický rok: 2011/2012

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Lenka ŘIČÁNKOVÁ**  
Osobní číslo: **H118539**  
Studijní program: **N 7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Komunikace seniorů s novými technologiemi**

### Zásady pro vypracování:

Zadané a zvolené téma bude zpracováno podle pokynů obsažených v materiálu IMS "Metodika psaní odborného textu a výzkum v sociálních vědách" (IMS 2009). Případně podle dalších materiálů, z nichž některé jsou obsaženy v literatuře připojené k tomuto studijnímu textu. Zejména bude dbáno na dodržování zásad publikační etiky a pravidel společenskovedního výzkumu. Průběžné výsledky práce budou pravidelně konzultovány s vedoucím diplomové práce.

S vědomím těchto zásad a pravidel a po konzultaci s vedoucím práce bude práce zaměřena:

- na charakteristiku pojmů senior a nové technologie;
- na vztah seniorů k novým technologiím;
- možnosti sociální pedagogiky v pomoci seniorům pro zkvalitnění života.

Součástí práce bude průzkum vztahu seniorů k novým technologiím.



Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

Gavora, P. Úvod do pedagogického výzkumu. Brno: Paido, 2000.

Kalvach, Z., Zadák, Z., Jiráček, R. et al. Geriatrie a gerontologie. Praha: Grada, 2007.

Klevetová, D., Dlabalová, I. Motivační prvky při práci se seniory. Praha: Grada, 2008.

McQual, D. Úvod do teorie masové komunikace. Praha: Portál, 2002.

Mühlpachr, P. Andragogika. Brno: IMS, 2010.

Mühlpachr, P. Gerontopedagogika. Brno: IMS, 2009.

Radvan, E., Vavřík, M. Metodika psaní odborného textu a výzkum v sociálních vědách. Brno: IMS, 2009.

Další literatura bude obsažena v Projektu diplomové práce a průběžně doplňována během práce na tomto textu.

Vedoucí diplomové práce:

**PhDr. Mgr. Zdeněk Šigut, Ph.D.**

Skupina managementu a ekonomiky

Datum zadání diplomové práce:

**30. listopadu 2011**

Termín odevzdání diplomové práce:

**31. března 2013**

V Brně dne 30. listopadu 2011

  
prof. PhDr. Pavel Mühlpachr, Ph.D.  
vedoucí ústavu



  
PhDr. Milošlav Jůzfi, Ph.D.  
vedoucí katedry

## PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

LEŇKA ŽICÁNKOVÁ

Jméno, příjmení studenta

V Brně 2. 11. 2012

Žicánková

Podpis

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

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

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

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

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

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

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

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

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

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

## **ABSTRAKT**

Téma této diplomové práce pojednává o komunikaci seniorů s novými technologiemi. Teoretická část nabízí informace o současné společnosti a předpokládaném demografickém vývoji v České republice. Dále je zde charakteristika některých základních pojmů, jako například senioři, stáří, kvalita života, celoživotní vzdělávání a nové technologie. Rovněž se zde zabývám podporou seniorů ze strany státu a mezinárodních organizací. V praktické části jsou vyhodnocena data z vlastního výzkumného šetření, jehož cílem bylo zjistit, jak jsou senioři schopni komunikovat s novými technologiemi.

Klíčová slova:

Senioři, stáří, kvalita života, celoživotní vzdělávání, Univerzita třetího věku, nové technologie, počítač, mobilní telefon, platební karta.

## **ABSTRACT**

The theme of this thesis deals with the communication of the seniors with the new technologies. The theoretical part offers information about contemporary society and about the supposed demographic progress of population in Czech Republic. There is also characterization some basis terms, as for example seniors, old age, quality of life, lifelong learning and new technologies. I deal also with support seniors by state administration and international organizations. In the practical part are collected and interpreted dates from my own researchig investigation of seniors' abilities to communication with the new technologies.

Keywords:

Seniors, old age, quality of life, lifelong learning, Universities of third age, new technologies, computer, mobil phone, credit card.

Děkuji panu PhDr. Mgr. Zdeňkovi Šigutovi, Ph.D., MPH za odborné vedení a velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytl při zpracování mé diplomové práce.

Rovněž bych chtěla poděkovat celé své rodině za morální podporu a pomoc, kterou mi při zpracování mé diplomové práce poskytla, a které si nesmírně vážím.

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

## OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>8</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>10</b>
<b>1 SPOLEČNOST A JEJÍ POSTOJ KE STÁŘÍ .....</b>	<b>11</b>
1.1 SOUČASNÁ SPOLEČNOST .....	11
1.2 POSTOJ SPOLEČNOSTI KE STÁŘÍ .....	12
1.3 DEMOGRAFICKÝ VÝVOJ SPOLEČNOSTI.....	13
<b>2 STÁŘÍ – CHARAKTERISTIKA PROBLÉMU.....</b>	<b>16</b>
2.1 STÁŘÍ .....	16
2.2 ZMĚNY VE STÁŘÍ .....	20
2.3 ADAPTACE NA STÁŘÍ.....	23
2.4 KVALITA ŽIVOTA SENIORA .....	25
<b>3 NOVÉ TECHNOLOGIE V ŽIVOTĚ SENIORŮ .....</b>	<b>28</b>
3.1 UČENÍ SENIORŮ A JEJICH PAMĚŤ .....	28
3.2 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU .....	31
3.3 PRÁCE SENIORŮ S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI.....	33
3.4 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ GRAMOTNOST SENIORŮ PŘI PRÁCI S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI .....	35
<b>4 NÁRODNÍ A SVĚTOVÁ POLITIKA V OBLASTI KOMUNIKACE     SENIRŮ S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI.....</b>	<b>36</b>
4.1 PODPORA ZE STRANY STÁTU .....	36
4.2 MEZINÁRODNÍ ORGANIZACE A PROGRAMY .....	39
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>42</b>
<b>5 VÝZKUM KOMUNIKACE SENIORŮ S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI.....</b>	<b>43</b>
5.1 STANOVENÍ CÍLE VÝZKUMU A HYPOTÉZ .....	43
5.2 METODIKA VÝZKUMU, VÝBĚR METOD ZPRACOVÁNÍ .....	44
5.3 PROVEDENÍ SBĚRU DAT, JEJICH ZPRACOVÁNÍ, ANALÝZA, INTERPRETACE A VYUŽITÍ VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKU A DALŠÍCH METOD V PRAXI .....	45
5.4 NÁVRH ŘEŠENÍ ZJIŠTĚNÝCH NEDOSTATKŮ.....	63
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>64</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>66</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>70</b>
<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>71</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>72</b>

## ÚVOD

Pro svoji diplomovou práci jsem si vybrala téma „Komunikace seniorů s novými technologiemi“ a to z několika důvodů. Jedním z nich je skutečnost, že v mém soukromém i pracovním okolí se vyskytuje řada seniorů a člověk si začne více všimnout rozdílů mezi nimi, a to jak fyzických a psychických, tak také ve schopnosti učit se nové věci, novým věcem porozumět a schopnosti zapojit se do společnosti. Dalším důvodem je pohled mladé generace na stárnutí, seniory a stáří jako takové. Současná společnost upřednostňuje mládí, krásu, vitalitu a perspektivu, což se odráží nejen v médiích, ale také v zaměstnanosti, kdy většina zaměstnavatelů dává přednost mladší generaci před „padesátníky“. Rovněž stárnutí populace a předpokládaný demografický vývoj v České republice, a nejen v ní, je jedním z důvodů, proč jsem si toto téma vybrala. Domnívám se, že je nejvyšší čas, abychom se všichni začali zamýšlet nejen nad sebou samými, ale nad vývojem celé společnosti, neboť jde o náš budoucí život a život našich dětí. Každý z nás by si měl uvědomit, že čas běží a stáří se pomalu, ale jistě přibližuje. Měli bychom si uvědomit, že je potřeba se na stáří připravit, abychom si i v seniorském věku zachovali určitou kvalitu života, byli pokud možno vitální a aktivní, orientovaní a co nejdéle prospěšní svým blízkým i celé společnosti.

Domnívám se, že nadešla doba, kdy o této problematice je potřeba mluvit více a hlasitěji, aby se dostala do podvědomí všech, včetně mladé generace a dětí. Je potřeba, aby se mladí i děti naučili se staršími spoluobčany komunikovat, respektovat jejich měnící se zvyky a názory v závislosti na věku a pomohli jim orientovat se ve světě plných změn a novinek. Tuto mezigenerační komunikaci je potřeba začlenit rovněž do podnikatelské sféry a to tak, aby služby nabízené podnikatelskými subjekty respektovaly a odrážely požadavky a nároky seniorské populace.

Diplomová práce je rozdělena na dvě části, část teoretickou a část praktickou. Teoretická část obsahuje čtyři kapitoly, které se dále dělí na podkapitoly. V této části diplomové práce jsem se zaměřila na charakteristiku současné společnosti a předpokládaný demografický vývoj, na charakteristiku problému stáří, učení seniorů a možnosti jejich vzdělávání na Univerzitách třetího věku. Jedna z kapitol se zabývá národní a světovou politikou v oblasti stáří, stárnutí a komunikace seniorů s novými technologiemi.



Praktická část obsahuje výsledky výzkumu, který byl prováděn formou dotazníku v městě Brně. Snažila jsem se zjistit, jak senioři komunikují s novými technologiemi jako je počítač, internet, mobilní telefon a platební karta. Zjištěné údaje jsou zpracovány v přehledných tabulkách, které jsem doplnila slovním komentářem.

Při psaní diplomové práce jsem využila nejen obsahovou analýzu dostupných materiálů, ale také mnoho zajímavých informací získaných při studiu na Institutu mezioborových studií v Brně.

Problematika týkající se seniorů, samotného stáří a budoucího vývoje společnosti je, dle mého názoru, velmi široká a zároveň velmi závažná. V této oblasti vidím místo pro uplatnění oboru sociální pedagogiky.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 SPOLEČNOST A JEJÍ POSTOJ KE STÁŘÍ

## 1.1 Současná společnost

Naše společnost prochází neustálými změnami. Jednou ze změn současné doby je i nárůst podílu starých lidí – seniorů na celkovém počtu obyvatel naší země. Stárne každý člověk, ale vzhledem k poklesu porodnosti, snížení kojenecké úmrtnosti a zkvalitnění zdravotní péče, kdy dokážeme léčit spoustu, dříve nevléčitelných nemocí, dochází k prodloužení lidského života a lidstvo výrazně stárne jako celek. Dnešní společnost klade velký důraz na ekonomické postavení člověka, které je spojeno s výkonem jedince a kvalitou odvedené práce, to se však s přibývajícím věkem mění. Stárnoucí člověk se stává pomalejším jak fyzicky, tak i v myšlení a rozhodování, hůře mění své stereotypy, je méně adaptabilní a flexibilní. S tím souvisí i fakt, že starší lidé častěji trpí závažnými nemocemi, psychickými potížemi a stávají se dříve či později pacienti ambulantních či lůžkových zařízení.

Další významnou změnou naší společnosti je její propojenost díky informačním technologiím. Jsme společností globalizovanou a postmoderní, která využívá na každém kroku nové technologie. Nové technologie, především výpočetní a telekomunikační, se stávají součástí našeho každodenního života a vstupují skoro do všech oblastí lidské činnosti. Nové technologie ovlivňují dnes život každého jedince už od útlého dětství a tím ovlivňují i celou společnost. Dochází k prohlubování rozdílů ve znalostech a dovednostech v užívání nových technologií mezi jednotlivci i sociálními skupinami. To samé se dá říci i v rámci celosvětového pohledu. Obyvatelé různých zemí mají různý přístup k novým technologiím, čímž se prohlubují rozdíly i mezi jednotlivými státy.

V současné době se výrazně zvyšuje průměrný věk populace nejen ve vyspělých zemích světa, ale tento trend je patrný také u nás. Naše společnost by proto měla hledat a také hledá východiska, která by umožnila, aby i lidé ve vyšším věku mohli být aktivní, žili smysluplně a důstojně, zajímali se o své okolí a prožívali své radosti ve zdraví.

Je všeobecně známo, že každý člověk je jiný. Také stárnutí a stáří se projevuje u každého člověka jinak a kromě genetických předpokladů úzce souvisí se zvoleným životním stylem, tedy udržováním své fyzické zdatnosti, stravovacími návyky a psychickými projevy k sobě i svému okolí, kvalitou sociálního prostředí. Člověk,

který pečuje o své fyzické i psychické zdraví, má větší šanci na kvalitní život i ve vyšším věku.

## 1.2 Postoj společnosti ke stáří

Stáří je společenský problém již od pradávna. V historii bývalo občas akceptováno, uctíváno i oslavováno pro výjimečnost a moudrost. Častěji však bylo odmítáno pro tzv. „ujídání ze společného talíře“ - bylo synonymem chudoby, bídy a smutku.

Postoj současné společnosti ke stáří se dá charakterizovat spíše jako negativní. Stáří je pro většinu společnosti chápáno jako období, kdy člověk již nemá pro společnost ekonomickou hodnotu, dochází k jeho chátrání, zvyšuje se jeho nemocnost a stává se závislým na zdravotní i sociální pomoci druhých lidí.

Stáří vyžaduje od společnosti jistou míru empatie a prosociálnosti, ale to v současné, konzumní společnosti není moderní a není ani vštěpováno dětem. Ve společnosti se mění žebříčky hodnot, což značně ovlivňuje postoje a chování mladších generací. Mění se velikost a charakter rodiny, úroveň vzdělání, kulturní úroveň, ekonomické nároky a pohled na prosociálnost. Staří lidé bývají často označováni za senilní, staromódní a rigidní ve svém chování a myšlení. Negativní představy a předsudky vůči starším lidem mohou vyústit ke generačním konfliktům nebo věkovou diskriminací, tzv. ageismus. Termín ageismus označuje společenský předsudek vůči stáří.

Uvedme si alespoň některé faktory, které se mohou podílet na ageismu:

- demografický trend – stárnutí populace,
- stratifikace (rozvrstvení) podle věku,
- hodnoty založené na principech individualismu a nezávislosti,
- obecná devalvace tradic,
- sociální změny v postindustriální informační společnosti,

- vývoj nových technologií, které vyžadují rychlé změny a odbornou způsobilost,
- vliv masmédií,
- domněnka a víra o neúčinnosti stáří, atd. <sup>1</sup>

Všichni by však měli mít na paměti, že stáří jednou dostihne i je a jaký vzor budeme dnes dávat my našim dětem, tak se jednou naše děti budou chovat k nám. Je proto důležité, aby se současná společnost naučila starší lidi chápat, respektovat je, pomáhat jim a tyto principy předávala mladším generacím.

### 1.3 Demografický vývoj společnosti

Demografie je nauka o obyvatelstvu – jeho počtu, struktuře, reprodukci, růstu, rozmístění. Demografie nám tedy poskytuje zajímavé informace, které ukazují na závažnost problematiky stáří, stárnutí populace a s tím související potřeby, zabezpečení péče o staré občany.

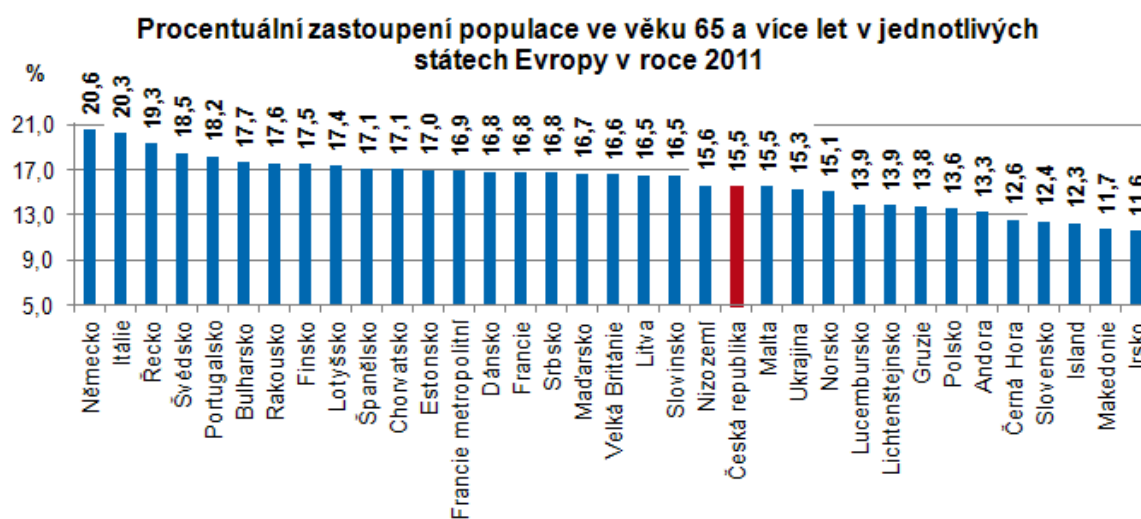
I když si to většina společnosti ještě neuvědomuje, prožíváme v současné době období plné změn a to i změn demografických. To s sebou přináší i potřebu změny fungování společnosti, její ekonomiky a pohledu na potřeby a zájmy starších lidí – seniorů. Ve vyspělých zemích světa se střední délka života lidí prodlužuje především díky zlepšujícím se životním podmínkám a pokroku v medicíně, tím však současně dochází ke stárnutí společnosti.

Demografické stárnutí společnosti postihuje od poloviny 20. století téměř všechny země světa a stává se tak jedním z celosvětových problémů (viz obr. 1).<sup>2</sup> Stárnutí světové populace a její dopady na ekonomickou a sociální sféru lze považovat za jeden z dominantních problémů celého lidstva.

---

<sup>1</sup> TOŠNEROVÁ, T. Ageismus. Průvodce stereotypy a mýty o stáří. 1. vydání. Praha: Ústav lékařské etiky 3. LF UK a FNKV Praha, 2002, 41-42 s. ISBN 80-238-9506-0

<sup>2</sup> <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori>



Obr. 1. Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v jednotlivých státech Evropy v roce 2011. Zdroj: <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori>

Z dostupných demografických studií vyplývá, že průměrný lidský věk stoupá a lze předpokládat, že podíl obyvatel starších 65 let bude kolem roku 2050 ve vyspělých evropských státech dosahovat 30%. O zvyšujícím se počtu starších lidí, seniorů, se hovoří především v souvislosti se sociálním zabezpečením, důchodovým systémem a zdravotní péčí. Někteří senioři nad 65 let jsou stále ve výborné fyzické i psychické kondici a mohou se tak i nadále aktivně podílet na dění ve společnosti, pro některé je však typická velká nemocnost. Rovněž stojí za zmínku, že v celosvětovém měřítku se ženy dožívají vyššího věku než muži.

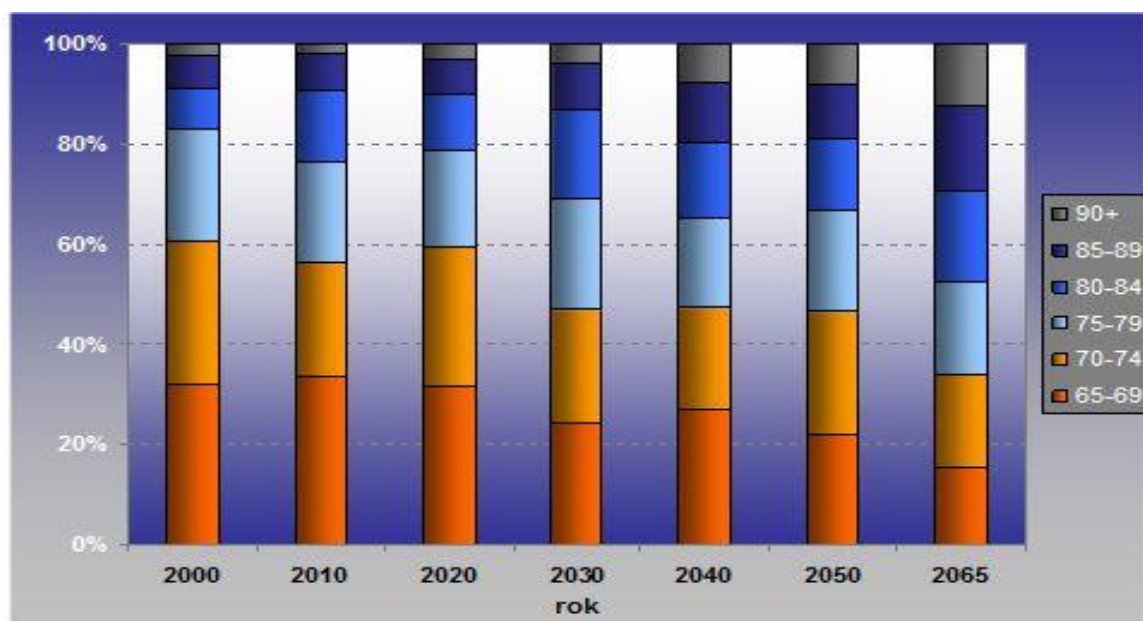
Podle projekce Českého statistického úřadu bude počet osob starších 65 let v České republice do roku 2065 značně přibývat. Naproti tomu se bude snižovat počet dětí do 14 let a rovněž se sníží zastoupení osob ve věkové skupině 15-64 let. Počet obyvatel ve věku nad 65 let by se měl, dle předpovědí, až zdvojnásobit (viz tab. 1).<sup>3</sup>

<sup>3</sup> [http://www.demografie.info/?cz\\_prognozy=](http://www.demografie.info/?cz_prognozy=)

Věk	2000	2010	2015	2020	2025	2035	2045	2055	2065
0-14	16,4	14,2	15,1	15,6	14,9	13,0	13,3	13,9	13,2
15-64	69,8	70,6	67,2	64,4	63,4	62,5	57,0	53,7	54,6
65+	13,8	15,2	17,7	20,1	21,7	24,5	29,6	32,4	32,2

Tab. 1. Vývoj složení obyvatelstva ČR podle hlavních věkových skupin mezi lety 2000-2065, vybrané roky (v %). Zdroj: ČSÚ

Rovněž v rámci skupiny seniorů, tedy 65+, se předpokládají výrazné změny ve věkové struktuře. Předpokládá se snížení počtu seniorů ve věkové relaci 65-74 let a mělo by dojít k rapidnímu nárůstu především ve skupině seniorů 80+ (viz obr. 2).<sup>4</sup>



Obr. 2. Věková struktura skupiny seniorů (ve věku 65 a více let) ve vybraných letech, reálný a projektovaný stav (v %). Zdroj: ČSÚ

<sup>4</sup> [http://www.demografie.info/?cz\\_proгноzy=](http://www.demografie.info/?cz_proгноzy=)

## 2 STÁŘÍ – CHARAKTERISTIKA PROBLÉMU

*„A tak každou hodinou zrajeme a zrajeme, až posléze každou hodinou chřadneme a chřadneme, a tím náš příběh končí.“*

(William Shakespeare, Jak se vám líbí)

Stárnutí je proces, ke kterému dochází již od početí. Naše buňky od okamžiku svého vzniku stárnou a změny, ke kterým dochází během celého života, se projevují na úrovni tělesné, psychické, funkční i biochemické. Stárnutí je však proces individuální. Ve společnosti můžeme najít „staré mladé“, ale také „mladé staré“. Někteří mladí lidé vypadají a chovají se už ve třiceti jako by jim bylo šedesát a naopak, někteří senioři se i v sedmdesáti snaží být aktivní, vitální a vypadat skvěle.

Stáří není nemoc, je to část lidského života, na kterou bychom se měli připravovat již od mládí a snažit se ji důstojně prožít.

### 2.1 Stáří

*„K poznání o sobě se člověk musí dopracovat úsilím, poznatky a věkem.“*

(Kant, filozofické pojednání Kritika soudnosti)

Řada psychologů konstatuje, že člověk je tak starý, jak staře myslí. I lidové rčení praví, "člověk je tak starý, jak se cítí". Lze říci, že stáří je především projevem duševního a tělesného stavu a ne počtu let dle kalendáře.

*„Život jedince se skládá z jednotlivých vývojových stadií. Každé stadium je charakterizováno určitými strukturálními a funkčními znaky a změnami ve vztahu mezi organismem a přírodním či sociálním prostředím. Soubor takových specifických charakteristik zpravidla od sebe odlišuje jednotlivá vývojová stadia, např. období*



*nitroděložního života, údobí kojenecké, dětské, dospělosti a také stáří. Stáří je tedy poslední ontogenetickou vývojovou etapou. Souvisí se všemi předcházejícími fázemi, každá z nich vtiskla stáří svou pečeť, zanechala tu stopy.*<sup>5</sup>

Erikson uvádí osm etap života

1. Kojenec a první dětství - do 18 měsíců.
2. Rané (druhé) dětství – od 18 měsíců do 3 let.
3. Předškolní věk - od 3 do 6 let.
4. Školní věk – od 6 do 12 let.
5. Dospívání – od 12 do 17-25 let.
6. Mladý dospělý - od 17-25 let do 40-45 let.
7. Zralý dospělý – od 40-45 let do 60-65 let.
8. Stáří od 60-65 let.

Stáří by nemělo být spojováno jen s koncem života, i když končí smrtí. Stárnutí a stáří je vždy problémem nejen individuálním, ale i celospolečenským. Staří lidé žijí ve společnosti, jsou její součástí a musí být v ní a především sní integrováni.

Mühlpachr uvádí, že *„stárnutí je kontinuální proces, součást celoživotního vývoje organismu. Jeho průběh je pro každý živočišný druh specificky určen rámcovou genetickou informací, která se však uplatňuje s výraznou interindividuální i intraindividuální variabilitou. Stárnutí je proto individuální a asynchronní – i jednotlivé systémy a funkce organismu stárnou nerovnoměrně.*<sup>6</sup>

Stáří jednotlivce je přirozenou vývojovou etapou lidského života a nelze jej přijímat pasivně jako osud. Stáří nemusí znamenat ztrátu smyslu dalšího života, je potřeba i nadále rozvíjet fyzické a duševní aktivity.

---

<sup>5</sup> PACOVSKÝ, V. O stárnutí a stáří. Praha: Avicenum, 190, 29 s. ISBN 80-201-0076-8

<sup>6</sup> MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika, Brno: IMS, 2009, 23 s.

*„V roce 1800 byl za starého běžně označován člověk čtyřicetiletý, v roce 1890 byl jako kmet vnímán padesátník. V současných průmyslově vyspělých zemích je zpravidla dolní hranice stáří udávána věkem 65 let. Zájem dnešní gerontologie se soustřeďuje spíše až na věk od 75 let.“<sup>7</sup>*

Termín gerontologie pochází z řeckého slova *geron*, *gerontos* = starý člověk, stařec a slova *logos* = nauka. Gerontologie je věda o stárnutí a stáří. Zkoumá příčiny, zákonitosti, mechanismy a projevy stárnutí. Využívá poznatků a metod z různých vědních oborů, je to tedy věda integrovaná, interdisciplinární a komplexní.

V literatuře se můžeme setkat s pojmy kalendářní (chronologické) stáří, biologické stáří a sociální stáří. Kalendářní stáří je dáno dnem narození. Biologické stáří označuje míru involučních změn každého jedince, který můžeme částečně sami ovlivnit způsobem života. Zaměřuje se a hodnotí stav jedince, jeho výkonnost a stav, neboli opotřebovanost orgánů. Sociální stáří se zaměřuje na změnu sociálních rolí, životního stylu, potřeb a společenského zapojení.

*„Problematika stáří je vždycky komplexní. Má současně tvář biologickou (somatickou), psychologickou i sociální. Jednostranný a izolovaný pohled na stáří vede k neúčinnému řešení a starým lidem jen málo pomáhá.“<sup>8</sup>*

*„V současné době je podle měřítek Světové zdravotnické organizace (WHO) definován starý člověk jako člověk starší 60 let. Od tohoto věku jsou stanoveny následující kategorie:*

1. *Třetí věk - 60-74 let.*
2. *Čtvrtý věk – 75-89 let.*
3. *Vysoký věk – 90-99 let.*
4. *Staletí – více než 100 let.“<sup>9</sup>*

---

<sup>7</sup> VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie dětství, dospělost, stáří. 1. vydání, Praha: Portál, 2000, ISBN 80-7178-308-0

<sup>8</sup> PACOVSKÝ, V. O stárnutí a stáří. Praha: Avicenum, 190, 11 s. ISBN 80-201-0076-8

<sup>9</sup> LA VEJEZ, Biblioteca de Salud, ze španělského originálu přeložila Lucie Kubešová. Zdraví pro třetí věk. Dobřejojvice: Rebo Productions CZ, spol. s r.o., 2006, 7s. ISBN 80-7234-536-2

Kalvach, stejně jako Mühlpachr, uvádí stále častěji uplatňované členění:

- 65 – 74 mladí senioři (adaptace na penzionování, seberealizace, aktivity),
- 75 – 84 staří senioři (změna funkční zdatnosti, atypický průběh chorob, medicínská problematika)
- 85 a více velmi staří senioři (soběstačnost a zabezpečení)<sup>10</sup>

Člověk může chápat stáří jako nutné zlo, ke kterému dospěje většina z nás. I když chceme stáří ctít, může mnohé dráždit svojí pomalostí, neschopností, nebo zevnějškem. Stáří jiných lidí, především rodičů a prarodičů, nám tak trochu ukazuje naši vlastní perspektivu, se kterou se však nechceme ztotožnit. Nechceme si připustit, že i my se jednou dostaneme do situace, kdy budeme pomalí, neschopní, prostě jiní, než bychom si sami přáli.

Starým lidem, seniorům, by měla vždy na prvním místě pomoci vlastní rodina. Rodina a rodinní příslušníci poskytují seniorům především bydlení, ekonomickou podporu, pomáhá jim čelit různě závažným nemocem a hlavně by měla být pro ně citovou a sociální oporou.

Člověk, který měl v dětství dobrý vztah se svými rodiči a pomáhal jim pečovat o jejich rodiče, své prarodiče, se pak dokáže většinou lépe vcítit, pochopit a i pomoci ve stavu nemoci, stáří, nemohoucnosti a neschopnosti. Příklad chování, který dávají rodiče svým dětem, tak významně ovlivňuje model chování, jaký mohou rodiče očekávat od svých dětí ve stáří.

V minulosti nebyla žádnou vzácností trojgenerační rodina. Tři generace žily pohromadě na jedné adrese a nebyl tedy až tak velký problém, aby členové této rodiny o sebe navzájem v případě potřeby pečovali. V současné době již nejsou výjimkou ani čtyřgenerační rodiny, ale každá generace většinou bydlí sama a v případě potřeby zvýšené péče o některého člena nastává problém, jak o něj pečovat, jak se o něj postarat. Často je velmi obtížné skloubit zaměstnání, péči o vlastní, nukleární, rodinu a o další členy, když každý bydlí na jiné adrese a v bytech, kde také není většinou příliš prostoru.

---

<sup>10</sup> MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika, Brno: IMS, 2009, 21 s.

## 2.2 ZMĚNY VE STÁŘÍ

*„Ve stáří dochází k proměně většiny kognitivních funkcí, i když jejich zhoršení nebývá rovnoměrné. Typickým signálem stárnutí je zpomalení psychických funkcí, snižování kvality percepce, zhoršování pozornosti a paměti. V průběhu stárnutí dochází i k nerovnoměrnému úbytku rozumových schopností, největší pokles je zřejmý v oblasti fluidní inteligence, zatímco naučené funkce přetrvávají déle. Změny kognitivních funkcí nejsou jenom biologicky podmíněné, ale mohou je ovlivnit i psychosociální faktory.“<sup>11</sup>*

*„Vyzrálé, jasné stáří má své typické vnější poznávací znaky. Nelze je zakrýt a nelze je ani přehlédnout. Odborně vyzrálým stárím (sénium) rozumíme kategorii tzv. pokročilého neboli stařeckého věku, tj. 75-89 let. Lidé této věkové kategorie zpravidla již vykazují snížení fyzických a psychických sil. Jejich zevnějšek prodělal řadu změn a stáří se stalo čitelné ve tváři, v gestech, v chůzi. Ani psychika nebyla ušetřena involučního procesu. Starý člověk nás nevnímá ostře, mluvíme pro jeho potřeby příliš tiše, příliš nezřetelně, příliš rychle. Nerozumí mnohému z toho, co říkáme a děláme, a my mladší nemáme zase mnoho chuti porozumět jeho zestárlému světu. Typicky vyhlížející stařec nám nahání strach: takhle budeme, dožijeme-li se toho, vypadat jednou všichni.“<sup>12</sup>*

Jak již bylo zmíněno, ve stáří dochází k mnoha změnám a to v oblasti

- biologické (tělesné),
- psychické,
- sociální.

Proces stárnutí organismu zasahuje téměř každou buňku našeho těla. Studium těchto změn se zabývá řada oborů jak biologie, tak i lékařství. Tyto změny souvisí nejen s vnějším prostředím, ale jsou z velké části podmíněny také geneticky. Genetika vůbec hraje podstatnou roli v celkovém vývoji člověka. Již od početí ovlivňuje průběh života a ve stáří, kdy se začínají nejvíce projevovat zdravotní problémy je genetická výbava důležitým prvkem. Nejen že může být předpokladem určitých onemocnění, ale také ovlivňuje, jak bude konkrétní jedinec s onemocněním bojovat.

---

<sup>11</sup> VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie II. 1. vydání, Praha: Karolinum, 2007, 333 s. ISBN 978-80-246-1318-5

<sup>12</sup> HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Panorama, 1990. 21 s. ISBN 80-7038-158-2

Člověk je na vrcholu svých sil přibližně kolem 30. roku svého života. „*Je třeba si uvědomit, že úpadek funkcí nezačíná ve stáří, ale již v rané dospělosti, neboť většina tělesných soustav vykazuje po třicátém roce věku každoročně úbytek funkce přibližně o 0,8 až 1 procento.*“<sup>13</sup> S přibývajícím věkem dochází k postupnému snižování aktivity skoro všech orgánů, jejich stárnutí. K základním biologickým, tělesným, změnám, ke kterým dochází v důsledku stárnutí, můžeme řadit změnu osobního vzhledu, ztrátu síly a životní energie. Biologické stárnutí se projevuje u každého jedince individuálně a je z velké části ovlivněno genetickými dispozicemi a dosavadním životním stylem. Biologické stárnutí se projevuje nejvíce na kůži, kdy dochází k atrofii kůže, neboli svrštění. Dalším projevem jsou různá onemocnění. Z nejčastějších onemocnění jmenujme například krátkozrakost, nedoslýchavost, změny chrupu, šedivění vlasů a vousů, vypadávání vlasů, diabetes, změny v endokrinním systému, úbytek kostní hmoty a s tím zvýšené riziko zlomenin, kardiovaskulární onemocnění – hypertenze, arterioskleróza, ischemická choroba srdeční, horší pohyblivost, revmatismus, poruchy imunity, častější respirační a infekční onemocnění, Alzheimerova choroba a demence, Parkinsonova choroba a v neposlední řadě rakovina.

Ke změnám v psychické oblasti dochází rovněž důsledkem biologických a psychosociálních vlivů. Biologické změny stárnutí ovlivňují celý organismus včetně mozku. Tím dochází k atrofii mozkové tkáně, zmenšování neuronů a ke změně funkcí mozku. Mezi změny v psychické oblasti patří např. percepční změny, psychomotorické zpomalení a změny v rozumových schopnostech. To se často projevuje poruchami spánku, horší pamětí, změnou doby reakce, horší rozhodovatelností, zhoršením adaptačních schopností, změnou emocionality, kdy klesá intenzita a množství emočních prožitků a v neposlední řadě celkovou pomalostí. Ke změnám dochází rovněž v oblasti emočního prožívání a emoční reaktivity. Může docházet především k citové labilitě, k horšímu ovládnutí svých emocí, úzkostem až depresím. Tyto emoční výkyvy pak mohou ovlivňovat i další psychické pochody a vést ke tvrdohlavosti, pocitům podrážděnosti, nepohody a stresu. Nejčastějšími psychickými poruchami u seniorů jsou deprese, poruchy chování a adaptace, demence.

---

<sup>13</sup> STUART-HAMILTON, I. Psychologie stárnutí. 1. vydání, Praha: Portál, 1999. 23 s. ISBN 80-7178-274-2

*„Vliv psychiky na celkový proces stárnutí je nesporný. V určitém slova smyslu je často významnější než působení sociálních a zdravotních faktorů stárnutí.“<sup>14</sup>*

Změny v sociální oblasti se týkají sociální role člověka, jeho sociálních kontaktů a také ekonomické situace. Odchod do důchodu znamená ztrátu sociální role kolegy a spolupracovníka a také většinou ztrátu kontaktů s bývalými kolegy. S tím souvisí většinou i změna životního stylu a ekonomické situace seniora. Senior pokud je odkázán pouze na příjem přiznaného důchodu má pak většinou omezené možnosti kulturního a společenského vyžití. Tím se může prohlubovat jeho omezení sociálního kontaktu a izolovanost.

Dle Vágnerové mohou riziko samoty a izolace starých lidí ovlivňovat především tyto faktory:

*„1. Sociální situace – ve stáří se zvyšuje pravděpodobnost ztráty partnera a ovdovělý člověk žije často sám.*

*2. Fyzický stav – možnosti sociálního kontaktu limituje snížená hybnost, smyslové postižení (zraku a sluchu), ale i jakákoliv závažnější nemoc.*

*3. Psychický stav – úbytek kompetencí, deprese, změny osobnosti. Demence ztěžují nebo zcela eliminují jakýkoliv přijatelný sociální kontakt.“<sup>15</sup>*

U většiny starých lidí se vinou izolace a osamění zhoršují jejich vtahy k ostatním a vytrácejí se sociální dovednosti. Nemají dostatek příležitostí k tomu, aby si mohli tyto dovednosti upevňovat. Rozvine-li se ještě nějaké psychiatrické onemocnění, může u těchto jedinců dále dojít např. k uzavřenosti, paranoi (chorobné podezíravosti), úzkosti, strachu ze selhání, depresím, pocitům vlastní neschopnosti, ztrátě sebeúcty a sebedůvěry, apod.

Biologické, psychologické i sociální stárnutí je provázané a na sobě vzájemně závislé. Změny fyzického stavu organismu mohou mít vliv na psychologické funkce.

---

<sup>14</sup> HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Panorama, 1990. 142 s. ISBN 80-7038-158-2

<sup>15</sup> VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie dětství, dospělost, stáří. 1. vydání, Praha: Portál, 2000, 461 s. ISBN 80-7178-308-0

V současné době jsou, dle statistik a Světové zdravotnické organizace, největším nebezpečím pro nás kardiovaskulární nemoci, především Ischemická choroba srdeční, duševní onemocnění, deprese, cévní mozkové nemoci, rakovina, osteoartróza a následky konzumace alkoholu. Nejčastěji se umírá na nemoci srdce a cév, rakovinu a následky úrazů.

Mezi faktory ovlivňující proces stárnutí příznivě patří především klidný spánek, správná životospráva a zdravá výživa, přiměřená fyzická aktivita a přiměřené společenské zapojení. Mezi negativní faktory pak patří především nesprávná životospráva, stres, nedostatek fyzické aktivity, obezita, osamocení, zvýšená konzumace alkoholu a kouření.

## 2.3 ADAPTACE NA STÁŘÍ

Každý stárnoucí člověk a následně i senior se musí neustále vyrovnávat se změnami, které v životě přicházejí a ovlivňují jeho další život. Je velmi důležité, jaký postoj člověk zaujme a jak se dokáže vyrovnat s tím, že již nezvládá vše tak, jako tomu bylo dříve.

K těmto změnám patří především:

- změna v organismu – pokles zdraví a tělesných sil,
- změna v seberealizaci – odchod do důchodu, úmrtí partnera, apod.,
- změna v sociálním začlenění – přijmutí nové sociální role a začlenění se do své věkové skupiny.

Akt odchodu do důchodu může mít pro seniora specifický význam a může ovlivnit jeho psychické potřeby, mezi které především patří:

- potřeba adaptace – vyrovnání se s novou životní situací a hledání nového smyslu života,
- potřeba aktivity – udržení aktivní činnosti, která dává seniorovi smysl života,
- potřeba stimulace – nový denní režim se může stát stereotypem a může vyvolávat pocit zbytečnosti a neužitečnosti,

- potřeba jistoty a bezpečí – senior potřebuje někam patřit a být pozitivně přijímán zejména rodinou a přáteli,
- potřeba sociálního kontaktu – aby nedošlo k sociální izolaci,
- potřeba seberealizace – pocit užitečnosti může seniorovi dát smysl dalšího života,
- potřeba otevřené budoucnosti a naděje – zachování soběstačnosti a sebeúcty.<sup>16</sup>

Velký vliv na zachování duševní i tělesné činnosti ve stáří mají nejen genetické předpoklady, ale již bylo zmíněno výše, také životospráva a stravovací návyky, pohybová aktivita, společenské zapojení, zkrátka zvolený životní styl.

*„Snižování množství pohybu je jedním z průvodních jevů současného životního stylu ve všech věkových kategoriích. Důsledkem bývá pokles fyzické i duševní výkonnosti a velmi často i zhoršený zdravotní stav a vyšší výskyt civilizačních onemocnění. Pravidelné pohybové aktivity mohou vytvářet nejlevnější komplexní zásah. Pohyb je jedním z rozhodujících faktorů, které mohou u člověka působit jako prevence obtíží v oblasti zdravotní i prožitkové. Pohybovými aktivitami lze pak vysoce efektivně motivačně působit na životní postoj starších, často osaměle žijících lidí. Prodloužení střední délky života můžeme považovat za jeden z největších úspěchů 20. století.“<sup>17</sup>*

Účast starých, a nejen starých, lidí na skupinových aktivitách pomáhá vytvářet v lidech přesvědčení, že někam patří a že jsou součástí přátelského společenství. Práce ve skupině může pozitivně ovlivnit např. vzájemnou podporou lidí stejného věku, zvýšení sebevědomí, výměnu poznatků, zážitků a zkušeností, umožní uvědomit si, že i ostatní lidé mají podobné potíže, dá nám příležitost sdílet naše potíže s někým spřízněným, možnost naučit se novým sociálním dovednostem a tyto dále procvičovat a zlepšovat apod.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie dětství, dospělost, stáří. 1. vydání, Praha: Portál, 2000, 344-347 s. ISBN 80-7178-308-0

<sup>17</sup> ŠTILEC, M. Program aktivního stylu života pro seniory. Praha: Portál, 2004, 12-13 s. ISBN 80-7178-920-8

<sup>18</sup> WALSH, D. Skupinové hry a činnosti pro seniory. Praha: Portál, 2005, 20 s. ISBN 80-7178-970-4



## 2.4 KVALITA ŽIVOTA SENIORA

„WHO definuje kvalitu života jako jedincovu percepci jeho pozice v životě v kontextu své kultury a hodnotového systému a ve vztahu k jeho cílům, očekáváním, normám a obavám. Jedná se o velice široký koncept, multifaktoriálně ovlivněný jedincovým fyzickým zdravím, psychickým stavem, osobním vyznáním, sociálními vztahy a vztahem ke klíčovým oblastem jeho životního prostředí.“<sup>19</sup>

Valným shromážděním OSN (rezoluce 46/91) ze dne 16. prosince 1991 byly přijaty Zásady OSN pro seniory. Následně byly vyzývány jednotlivé vlády, aby tyto zásady včlenily do svých národních programů. Mezi hlavní myšlenky zásad patří:

- *Nezávislost* – senioři by měli mít přístup k odpovídající stravě, vodě, bydlení, oděvu a zdravotní péči na základě zajištění příjmu, podpory rodiny a společnosti. Mají mít příležitost k zajištění si vlastního příjmu a sami si rozhodovat o odchodu do důchodu. Žít v bezpečném prostředí, které je přizpůsobitelné jejich schopnostem a preferencím, co nejdéle žít ve svém domově. Měli by mít přístup k odpovídajícím vzdělávacím a výcvikovým programům.
- *Zařazení do společnosti* - senioři by měli zůstat zařazení do společnosti tím, že se budou aktivně podílet na formulování a realizaci politik a budou své schopnosti předávat mladším generacím.
- *Péče* – senioři by měli mít přístup ke zdravotní péči, která by jim pomohla udržet nebo nabýt optimální úroveň zdraví, mít užitek z rodinné péče a péče a ochrany společnosti. Měli by mít přístup k sociálním a právním službám, požívat lidských práv a základních svobod, což zahrnuje také respektování jejich důstojnosti, víry, potřeb, soukromí a práv.
- *Seberealizace* – senioři by měli mít možnost rozvíjet své schopnosti a mít přístup ke vzdělávacím, kulturním, duchovním a rekreačním zdrojům společnosti.

---

<sup>19</sup> VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. Kvalita života: teoretická a metodologická východiska. 1. vydání, Brno: Masarykova univerzita, 2005, 11 s.

- *Důstojnost* – se seniory by mělo být zacházeno důstojně bez ohledu na jejich věk, pohlaví, rasovou nebo etnickou příslušnost, postižení a bez hodnocení jejich ekonomického přínosu.<sup>20</sup>

Vzhledem k demografické situaci, kdy starých lidí neustále přibývá a je předpoklad stále stárnoucí populace, měla by se společnost otázkou kvality života seniorů vážně zabývat. Každý z nás má bezpochyby určitou představu o kvalitě života a tom, jak by chtěl žít ve stáří. Je otázkou, jestli jsou naše představy reálné.

Senior potřebuje k důstojnému životu přiměřené zdraví, určité finanční a materiální zabezpečení a především místo, kde je a cítí se doma, kde jej mají rádi, váží si ho a poskytují mu bezpečí.

Kvalitu života starých lidí ovlivňuje celá řada činitelů, např. věk, fyzická i psychická výkonnost, osobnost člověka, životní styl, životní úroveň, zdravotní stav a stupeň soběstačnosti, ekonomická situace, sociální situace a v neposlední řadě i možnost ekonomické aktivity v důchodovém věku. S tím nepochybně souvisí i možnost celoživotního vzdělávání. Je proto nezbytné vytvářet takové podmínky, aby lidé nejen cítili potřebu vzdělávat se i v seniorském věku, ale aby měli také možnost účastnit se různých vzdělávacích aktivit, zdokonalovat a rozšiřovat si tím své znalosti a dovednosti a cítit se plnohodnotnými občany, které společnost ještě potřebuje.

Kvalitou života seniorů se zabývají všechny vyspělé země, a proto byl rok 2012 vyhlášen Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity. Také v rámci České republiky se vláda snaží o zvyšování kvality života seniorů v rámci jednotlivých Národních programů přípravy na stárnutí. Mezi hlavní cíle patří zvyšování ekonomické aktivity seniorů, rozšiřování celoživotního vzdělávání, rozvoj mezigeneračního dialogu -výměna zkušeností mezi seniory a mladší generací, vyloučení věkové

---

<sup>20</sup> <http://www.mpsv.cz/cs/1111> [cit. 2013-01-27]

diskriminace, zlepšení zdraví a péče o seniory, programy k udržení nezávislého života seniorů, zmenšení rozdílů mezi městem a venkovem atd.

Vláda České republiky v rámci Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2008-2012 vyzvala také hejtmany, primátory města Prahy, Brna, Ostravy, Plzně a představitele místních samospráv k zapojení se do realizace cílů a opatření. Kancelář strategie města Brna spolu s Kanceláří Brno-Zdravé město Magistrátu města Brna v lednu 2012 proto iniciovaly vytvoření Plánu aktivního stárnutí ve městě Brně. Cílem je nejen zlepšení podmínek pro zdravé a aktivní stárnutí, ale také upozornit na problematiku stárnutí veřejnost a politické reprezentace města. „*Smyslem Plánu je vytvořit podmínky pro to, aby senioři mohli žít aktivní a nezávislý život.*“<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Profil aktivního stárnutí. <http://www.regionalnirozvoj.cz> [cit. 2013-01-24]

### 3 NOVÉ TECHNOLOGIE V ŽIVOTĚ SENIORŮ

Nové technologie zasahují do života každého jedince společnosti. Ovlivňují možnosti a způsoby komunikace mezi lidmi, jejich zábavu, vzdělávání i ekonomiku a tím dochází k ovlivňování také sociálního a kulturního prostředí, v němž jedinec žije. Nové technologie zprostředkovávají výměnu informací díky masové komunikaci neuvěřitelnou rychlostí, což ovlivňuje chování lidí, jejich názory a postoje i pohled na celou společnost, na celý svět. Nové technologie a nutnost jejich využívání v každodenním životě může starší jedince značně handicapovat, zvláště pokud jim neporozumí a nenaučí se s nimi správně pracovat. Tito lidé se tak mohou dostat do určité sociální izolace.

Nové technologie mohou mít pro seniory své výhody i nevýhody. Možnost více komunikovat prostřednictvím telefonu nebo počítače je zcela jistě pro seniory přínosem, zvláště pokud bydlí rodinní příslušníci v jiné destinaci – vzdáleném městě, jiném státě nebo dokonce na jiném kontinentu. Úskalím v práci s touto technologií však může pro seniory být minimalizace těchto zařízení. Přístroje bývají často příliš malé a seniorům se špatně ovládají, špatně na ně vidí, tlačítka jsou příliš malá, blízko u sebe apod.

Nové technologie vyžadují schopnost člověka učit se a naučit se s nimi pracovat, porozumět jim a využívat je ve svůj prospěch.

#### 3.1 UČENÍ SENIORŮ A JEJICH PAMĚŤ

*„Udržet co nejdéle svěžest mysli a těla se daří, když žijeme prostě v souladu s řádem bytí, neznásilňujeme svou přirozenost a nesnažíme se hrát si na někoho, kým nejsme. Dá se říci, že člověk je relativně mladý, dokud je schopen se učit, snášet nové odlišné názory, získávat nové zkušenost a nechat se jimi ovlivnit“<sup>22</sup>*

---

<sup>22</sup> ŠTILEC, M. Program aktivního stylu života pro seniory. Praha: Portál, 2004, 12 s. ISBN 80-7178-920-8

*„Generace starších není na odpočinku. Spolu s druhými a pro druhé se učí, objevuje, inovuje tak, aby nepředstavovala jenom objekt pro pomoc, ale také zdroje, které lze rozvinout ve službě druhým.“<sup>23</sup>*

Lidská činnost stále častěji využívá nové a rychle měnící se poznatky vědeckého a technologického rozvoje. Je proto nezbytné, aby i starší generace uměly s těmito poznatky a prostředky pracovat. Z toho vyplývá i nutnost nabídky celoživotního vzdělávání, kdy i starší generace, senioři, se mohou aktivně vzdělávat a seznamovat se s novými trendy, poznatky a technologiemi.

Celoživotní vzdělávání lze charakterizovat jako veškeré vzdělávání, které je realizované během celého života člověka, tedy od nejútlejšího dětství až po poslední fázi života. Dle Wikipedie je za celoživotní vzdělávání považován kontinuální proces získávání a rozvoje vědomostí, intelektových schopností a praktických dovedností. Může být realizováno organizovanou formou, individuální zájmovou činností i bezděčně. Součástí jsou všechny stupně vzdělávání včetně vzdělávání seniorů.<sup>24</sup>

Vzděláváním a výchovou ve stáří a ke stáří se zabývá vědní obor gerontagogika nebo také gerontopedagogika, která je součástí andragogiky, vědy o výchově a vzdělávání dospělých. *„Gerontopedagogika v širším slova smyslu je prezentována jako teoreticko empirická disciplína zabezpečující komplexní péči, pomoc a podporu seniorům při uspokojování jejich potřeb (mezi něž patří i ony vzdělávací potřeby) v nemedicínské dimenzi, ale paralelně s ní. Lze ji chápat jako multioborovou disciplínu, ve které se prolínají poznatky především ze sociální práce, lékařství, psychologie, sociologie, andragogiky a práva.“<sup>25</sup>*

V současné, postmoderní, době využívající stále více nové technologie a při stárnoucí populaci se celoživotní vzdělávání již jeví jako nutnost. Vzdělávání může pro seniory znamenat také novou životní perspektivu. Efektivní učení seniorů z velké části

---

<sup>23</sup> MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika. 1. vydání, Brno: Masarykova univerzita, 2004, 179 s.

<sup>24</sup> [http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní\\_vzdělávání](http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní_vzdělávání) [cit. 2013-02-02]

<sup>25</sup> MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika, Brno: IMS, 2009, 11 s.

závisí na nich samotných, na jejich zdravotním stavu, motivaci a snaze naučit se něco nového. Senior potřebuje ve srovnání s mladými lidmi přibližně čtyřnásobnou dobu k naučení určitého úkolu, během učení udělají přibližně čtyřnásobný počet chyb a k naučení potřebují opakovat přibližně dvaapůlkrát více.

Na zachování paměťových funkcí se podílí:

- genetické předpoklady,
- aktuální zdravotní stav,
- vzdělání,
- míra užívání paměti,
- postoj k duševní činnosti,
- zkušenosti.

Nemělo by se ani zapomínat na životní zkušenosti a hodnoty, které jsou senioři schopni předávat mladším generacím. Na tento mezigenerační dialog se však musí obě skupiny, jak senioři, tak mladší generace, řádně připravit a k tomu mohou pomoci například různé vzdělávací instituce, neziskové organizace nebo místní samospráva. Zde se pak mohou senioři a mladší generace navzájem potkávat, vyměňovat si své zkušenosti, poznatky a mohou se tak navzájem pozitivně ovlivňovat.

Senioři mohou navštěvovat různé zájmové kroužky a přednášky, které jsou připravovány a organizovány různými veřejnými a neziskovými organizacemi, seniorskými kluby, domovy pro seniory, knihovnami, v rámci obce například obecními úřady. Rovněž se mohou účastnit výuky na Univerzitách třetího věku, Akademiích třetího věku nebo Lidových univerzit.

### 3.2 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU

Univerzity třetího věku jsou oficiálně uznané instituce, které nabízí seniorům vzdělávání na vysokoškolské úrovni. První univerzita třetího věku byla založena v roce 1973 ve Francii, na Univerzitě společenských věd v Toulouse. První univerzita třetího věku u nás vznikla v roce 1986 v Olomouci z iniciativy Československé gerontologické společnosti a Československého červeného kříže. V roce 1987 byla založena Univerzita třetího věku v Praze, na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. V roce 1993 bylo několika dobrovolníky zabývajících se problematikou vzděláváním seniorů založeno neziskové sdružení zájemců o vzdělávání seniorů na univerzitní úrovni, Asociace Univerzit Třetího Věku (AU3V). Vzdělávání seniorů patří mezi prestižní úkoly moderních univerzit a univerzity i vyspělé státy si to plně uvědomují. Asociace Univerzit Třetího věku má dva hlavní úkoly – zabezpečit informovanost svých členů a navazovat mezinárodní kontakty s evropskými organizacemi, především s organizací AIUTA (Internation Association of the Universities of the Third Age), EFOS (European Federation of Older Students) a evropské informační síť pro U3V, vedené univerzitou v Ulmu.<sup>26</sup> AU3V má v současné době 31 aktivních členů a sídlem je Centrum VUT v Brně. V České republice mohou senioři navštěvovat například následující Univerzity třetího věku:

- Vysoké učení technické v Brně
- Masarykova univerzita v Brně
- Mendlova zemědělská a lesnická univerzita v Brně
- Veterinární a farmaceutická univerzita Brno
- Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
- Univerzita Karlova v Praze
- České vysoké učení technické v Praze
- Česká zemědělská univerzita v Praze
- Vysoká škola chemicko-technologická v Praze
- Vysoká škola ekonomická v Praze
- Univerzita Palackého v Olomouci
- Ostravská univerzita

---

<sup>26</sup> <http://au3v.vutbr.cz>

- Technická univerzita Ostrava – Vysoká škola báňská
- Slezská univerzita v Opavě
- Vysoká škola polytechnická Jihlava
- Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
- Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem
- Západočeská univerzita v Chebu
- Univerzita Hradec Králové
- Univerzita Pardubice
- Technická univerzita v Liberci
- Západočeská univerzita v Chebu
- Vysoká škola v Plzni
- Ústav celoživotního vzdělávání ZČU

Vzdělávání na Univerzitách třetího věku má charakter neprofesního, zájmového studia. Jde spíše o osobnostní rozvoj seniora a je součástí systému celoživotního vzdělávání. Studium trvá dva až tři roky. Účastníci vzdělávání U3V mají sice statut posluchačů univerzity, ale ve smyslu zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a všech navazujících a doplňujících zákonů a ustanovení nejsou studenty. O absolvování studia vydává vysoká škola jeho absolventům osvědčení. Zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách také stanovuje, že *„programy celoživotního vzdělávání se musí řídit jak zájmem potenciálních účastníků, tak i poptávkou ze strany státu (ministerstva, úřady práce aj.), který tyto aktivity prostřednictvím Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky finančně dotuje“* (§ 18 odst. 3).<sup>27</sup>

Jedním z cílů Univerzit třetího věku je využít duševní sílu seniora, jeho zájmu o studium a aktivně jej zapojit do procesu výuky, celoživotního vzdělávání. Tímto způsobem pomoci seniorům v hledání nového, vhodného způsobu začlenění do společnosti a pozvednout jejich sebevědomí. Univerzity třetího věku tak mohou některým seniorům naplňovat volný čas a dát jim nový program života, mohou se stát součástí aktivního a smysluplného života seniora. Někteří si díky Univerzitám třetího věku mohou splnit také svůj dávný sen a studovat, jelikož v mládí nemohli, z jakýchkoli důvodů. Dalším cílem

---

<sup>27</sup> Zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách



je snaha o vytvoření podmínek pro setkávání seniorů jak mezi sebou navzájem, tak s mladšími generacemi, aby nedocházelo ke společenské segregaci. Můžeme zde hovořit o snaze vytvořit mezigenerační dialog, vytvořit vhodné mezigenerační klima a také o určité prevenci sociálního napětí mezi starší a mladší generací. Při studiu si senioři zvyšují své znalosti, procvičují si paměť a méně si všímají obtíží, které jim stáří přináší, lépe překonávají různé zdravotní i jiné problémy.

Vzdělávací aktivity na Univerzitách Třetího Věku jsou rozmanité. V nabídkách můžeme nalézt ucelené vzdělávací programy, jazykové konverzační kurzy, aktivity na podporu fyzické a psychické kondice, programy rozvíjející individuálně řízené učení v seniorském věku a rovněž kurzy inovační povahy s edukací v oblasti nových technologií – práci s počítačem, počítačovými programy, digitálními fotoaparáty apod.

### **3.3 PRÁCE SENIORŮ S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI**

Ve vyspělých zemích se nové, moderní technologie dostávají do popředí zájmu. Rozvoj výpočetní a komunikační techniky ovlivňuje rozvoj ekonomiky a tím významně ovlivňuje rozvoj celé společnosti. Nové technologie se stávají neodmyslitelnou součástí každodenního života stále většího počtu lidí, seniory nevyjímaje. Nové technologie se dnes využívají téměř na každém kroku, v zaměstnání, na úřadech, v obchodech, peněžnictví i v domácnostech.

Domácnosti jsou dnes již běžně vybaveny domácími spotřebiči s digitálním zobrazením. Jedná se především o kuchyňské spotřebiče, jako jsou automatické pračky, myčky na nádobí, mikrovlnné trouby, domácí pekárny, sporáky i roboty. V oblasti komunikace jsou to především moderní telefony s displejem, mobilní telefony, počítače, tablety, notebooky, radiové a televizní přijímače, satelity, CD-přehrávače, digitální fotoaparáty, GPS a další.

Na úřadech, poštách a bankách se senior běžně setkává s vyvolávacím zařízením. V obchodech se setkává s platebními terminály nebo samoobslužnými pokladnami. Dále to mohou být různé automaty, v obchodě především automaty na vrácení láhví a na ulicích

prodejní automaty na nápoje, potraviny, jízdenky. V neposlední řadě se jedná o bankomaty a snaha zavést tzv. S-karty.

K tomu, aby mohli senioři využívat všechny vymoženosti moderní doby, potřebují určité kompetence, tj. znalosti a dovednosti. Osvojit si znalosti ovládání základních domácích spotřebičů, vyvolávacích zařízení nebo automatů není pro mnohé ještě tak složité. Stačí krátké vysvětlení nebo ukázka. Horší však může být pro seniory práce s technologiemi, které vyžadují širší a hlubší znalosti. To se týká především práce s počítačem a internetem, která vyžaduje tzv. počítačovou nebo někdy také označovanou jako digitální kompetenci. Základním předpokladem je bezpochyby dostupnost počítače nebo internetového připojení. Digitální kompetence zahrnují takové schopnosti, jako například vyhledávání, shromažďování a zpracování informací, jejich vyhodnocování, vzájemné propojení a využívání ke zvýšení kvality svého života, změně životního stylu a většího zapojení do společnosti. Další vymožeností moderní doby, která může seniora vyvést z určité sociální izolace je mobilní telefon. Ten lze v dnešní době používat jako multifunkční přístroj. Může sloužit nejen ke komunikaci prostřednictvím telefonování, ale také k psaní textových zpráv a komunikaci prostřednictvím internetu. Mobilním telefonem lze zasílat obrazové zprávy, pořizovat fotografie a videozáznamy, využívat další specifické funkce jako je například budík, kalkulačka, poznámkový blok atd. I k manipulaci s mobilním telefonem je zapotřebí mít určité znalosti a schopnosti. Základní ovládání nedělá většinou seniorům problémy, ale k širšímu využití starší generací již většinou nedochází vzhledem k miniaturizaci přístroje a různým zdravotním handicapům uživatelů v seniorském věku. Právě pro takto handicapované seniory jsou určeny mobilní telefony s velkými klávesami a hlasitým zvukem. Nové modely mobilních telefonů určených pro seniory jsou vybaveny tlačítkem „SOS“ pro přivolání pomoci např. rodinného příslušníka nebo záchranné zdravotnické služby.

### 3.4 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ GRAMOTNOST SENIORŮ PŘI PRÁCI S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI

Mezi základní faktory ovlivňující gramotnost seniorů při práci s novými technologiemi patří především: věk, pohlaví a dosažené vzdělání.

Tyto faktory nejvíce ovlivňují míru znalostí při práci s moderními technologiemi. Čím je senior starší, tím hůře si většinou osvojuje nové poznatky. To je dáno mimo jiné i skutečností, že nové technologie se začaly masivněji rozvíjet v České republice až od 90. let 20. století a v té době byla většina dnešních 75+ seniorů již v důchodovém věku. Muži mají k novým technologiím ve větší míře pozitivnější vztah než ženy, což souvisí zcela jistě s faktem, že muži mají k technice jako takové blíže než ženy. Dříve muži také dosahovali vyššího vzdělání než ženy, což bylo dáno sociálním postavením žen.

Dalšími podstatnými faktory, které ovlivňují gramotnost seniorů při práci s novými technologiemi, jsou:

- zdravotní stav – onemocnění, která jsou ve vyšším věku běžná, jako je nedoslýchavost, špatné vidění, zhoršená motorika, může seniory značně handicapovat v práci a přístupu k novým technologiím,
- ekonomická stránka – senioři si většinou vzhledem ke své finanční situaci nemohou dovolit ekonomicky náročné technologie – počítač, připojení internetu, digitální fotoaparát apod.,
- sociální faktory – rozdíl mezi městem a venkovem, kde je rozdílný přístup k internetovému připojení a možnosti účastnit se vzdělávacích akcí nebo programů; rovněž při časté interakci s mladší generací se senior může naučit s novými technologiemi pracovat dříve a lépe než když je sociálně izolován.

V neposlední řadě to mohou být různé osobní důvody jako je nízká sebedůvěra, plachost, ostýchavost, uzavřenost, nedostatek času, rodinné problémy, nechť učít se něco nového, nezájem o společnost druhých lidí, apod.

## 4 NÁRODNÍ A SVĚTOVÁ POLITIKA V OBLASTI KOMUNIKACE SENIŘŮ S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI

Problémem stárnoucí společnosti se zabývá řada významných mezinárodních organizací již řadu let. Dokladem toho je přijetí několika rezolucí a prohlášení, které se zabývají postavením seniorů a zlepšováním kvality jejich života.

V České republice byla věnována pozornost seniorům již před rokem 1989, což potvrzují například dokumenty „Zásady péče o staré občany“ z roku 1977 a „Program přípravy na stáří v ČSSR do roku 1990“ z roku 1983. Od té doby vznikla celá řada dokumentů a projektů zabývajících se problematikou stárnutí populace v České republice.

### 4.1 PODPORA ZE STRANY STÁTU

V roce 2006 byla zřízena Rada vlády pro seniory a stárnutí populace jako poradní a iniciativní orgán vlády České republiky. Jejimi hlavními úkoly je zvyšování povědomí lidí o stárnutí a stáří a vytvoření vhodných informačních a komunikačních nástrojů za tímto účelem, podpora rodiny, zlepšování zdraví seniorů, ochrana seniorů před násilím a zneužíváním, zabránění věkové diskriminace, podpora podnikání všech osob, zvýšení zaměstnanosti starších občanů, podpora tvorby strategií zaměstnavatelů vůči starším zaměstnancům, rozvoj spolupráce mezi státní správou, sociálními partnery a neziskovými organizacemi.<sup>28</sup>

Rovněž dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR – Zdraví pro všechny v 21. století – „Zdraví 21“, má za cíl mimo jiné „Zdravé stárnutí“. Podle tohoto cíle by měli mít lidé nad 65 let možnost plně využít svůj zdravotní potenciál a aktivně se podílet na životě společnosti.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)

<sup>29</sup> Zdraví 21[online] [http://www.aplikace.msmt.cz/HTM/1046zdravi21cil1\\_9str1\\_56.htm](http://www.aplikace.msmt.cz/HTM/1046zdravi21cil1_9str1_56.htm) [cit. 2013-01-25]

Dne 9. ledna 2008 přijala vláda České republiky usnesením č. 8 „Národní program přípravy na stárnutí populace jako společenský program na období let 2008-2012“. Jedná se o dokument, který má stanovit cíle a opatření, které je potřeba přijmout v jednotlivých oblastech v souladu s demografickým stárnutím a sociálními změnami. Cílem této strategie je, aby jednotlivé politiky reagovaly adekvátně na změny související se stárnutím populace a na problémy a potřeby starších lidí. Mezi základní principy tohoto programu patří:

- celoživotní přístup – v oblasti zdraví, vzdělávání, zaměstnatelnosti, bydlení, hmotného zabezpečení nebo sociální participace,
- partnerství vlády a samosprávy – pro dosažení podmínek zdravého, důstojného a aktivního stáří,
- mezigenerační vztahy a soudržnost – předávání hodnot, kultury a zkušeností v rámci mezigeneračních vztahů, mezigenerační solidarita, odstranění věkových bariér,
- zvláštní pozornost věnovaná znevýhodněným a zranitelným skupinám,
- genderový přístup – zohlednění převažujícího počtu žen ve vyšších věkových kategoriích a specifik jejich potřeb,
- dialog s občanskou společností a sociálními partnery – rozvoj spolupráce s občanským sektorem a sociálními partnery,
- odpovědnost jednotlivce a společnosti – za kvalitu života ve stáří a aktivní zapojení,
- snižování sociálních a geografických rozdílů (ekvitní) – rozdíly mezi městem a venkovem, mezi jednotlivými regiony,
- politika podložená důkazy – vycházet z Programu výzkumu v oblasti stárnutí pro 21. století,
- důstojnost – zabránění protektivnímu přístupu a redukci potřeb starších lidí,
- informovanost a mainstreaming – zohlednění demografického stárnutí a potřeb starších lidí v činnosti různých subjektů.

Strategickými prioritami „Programu“ jsou:

- Aktivní stárnutí – zvýšení ekonomické aktivity a zaměstnanosti,
- Prostředí a komunita vstřícná ke stáří – mezigenerační kontakty, tvorba prostředí a rozvoj služeb,
- Zlepšení zdraví a zdravotní péče ve stáří,
- Podpora rodiny a pečovatelů – rodinná politika,
- Podpora participace na životě společnosti a ochrana lidských práv – zapojení seniora do života společnosti, pocit užitečnosti, smysluplného využití volného času, zajistit rovný přístup k novým informačním a komunikačním technologiím, zvýšení kvality služeb atd.<sup>30</sup>

Za plnění programu je odpovědná vláda, která každoročně předkládá zprávu o jeho plnění. Za účelem splnění daných úkolů spolupracuje vláda s odbornou veřejností, vzdělávacími institucemi, výzkumnými institucemi, neziskovými organizacemi, církví a dalšími partnery.

17. ledna 2012 se v rámci Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity konala konference v Praze, v Jednacím sále Valdštejnského paláce. Hlavním výstupem Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012 v České republice je příprava Národního programu přípravy na stárnutí na období 2013 až 2017.

---

<sup>30</sup> Národní program přípravy na stárnutí 2008-2012, 1. vydání, Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, ISBN 978-80-86878-65-2

## 4.2 MEZINÁRODNÍ ORGANIZACE A PROGRAMY

Významným přínosem v oblasti geriatry bylo založení evropské organizace EURAG (EURopaische ArbeitsGemeinschaft für altenselbsthilfe) v roce 1962 v Kasselu v Německu. Členské státy si daly za cíl především zprostředkovávat vzájemnou spolupráci a výměnu zkušeností v práci pro seniory a se seniory a tím zaměřit pozornost veřejnosti i vládních organizací k potřebám starších osob. EURAG má v současné době 35 členů včetně České republiky, kam byl v roce 2012 přenesen generální sekretariát. U příležitosti 50. výročí založení EURAGu byl rok 2012 vyhlášen Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity, který byl zaměřen na podporu práv stárnoucí populace. Cílem a mottem bylo vytvořit společnost bez rozdílu věku - „Ta společnost je dobrá, ve které jsou odpovědnosti, povinnosti i výhody stejné pro všechny.“

V roce 1973 vytvořila Světová zdravotnická organizace tzv. Expertní radu pro plánování a organizaci geriatrických služeb.

Valné shromáždění Organizace spojených národů v roce 1982 ve Vídni uspořádalo světovou konferenci o stárnutí, kde byly projednávány možné zdravotní, sociální i hospodářské důsledky rostoucího podílu stárnoucích osob ve společnosti. V roce 2002 se uskutečnilo 2. světové shromáždění o stárnutí v Madridu, kde generální tajemník OSN Kofi Annan poukázal na to, že stále více lidí má vyšší vzdělání, těší se plnému zdraví a dožívá se vyššího věku. Senioři tak mohou přispět společnosti více, než tomu bylo dosud, mohou být pro společnost užiteční a potřební a proto je potřeba změnit pohled současné společnosti na stáří a seniory. Kofi Annan zdůraznil, že je třeba podporovat aktivní stárnutí přijetím opatření v oblastech, mimo jiné v oblasti medicíny a celoživotního vzdělávání.<sup>31</sup>

V květnu 1998 se na 51. světovém zdravotnickém shromáždění členské státy Světové zdravotnické organizace usnesly na deklaraci, která formuluje základní politické principy v péči o zdraví ve společenských souvislostech a současně podporuje program Světové zdravotnické organizace „Zdraví pro všechny ve 21. století“. Jedním ze signatářů byla i Česká republika.

---

<sup>31</sup> <http://www.mpsv.cz/cs/1215> [cit. 2013-01-27]

Celoživotní učení je formulováno téměř současně třemi mezinárodními organizacemi – Evropskou unií v roce 1995 a 1997, UNESCO v roce 1996 a OECD v roce 1996 a 1998. Tyto koncepce celoživotního učení nejsou časově omezené na určitý věk, určité instituce a nabízí vzdělávání z různých zdrojů. V roce 1996 vznikly tři důležité mezinárodní dokumenty týkající se celoživotního vzdělávání:

- White paper on education and Training (Bílá kniha o vzdělávání). Jedná se o dokument Evropské Unie, který připravila komise pro výzkum, výchovu a vzdělávání společně s komisemi pro pracovní a sociální záležitosti, průmyslové záležitosti a komisí pro informace a telekomunikační technologie. Popisuje ekonomické a společenské faktory Evropské unie, které ovlivňují výchovu a vzdělávání.
- Learning: The treasure within (Učení: dosažitelný poklad). Jedná se o zprávu pro UNESCO, Mezinárodní komisi pro výchovu a vzdělávání v 21. století a navrhuje ustanovení celoživotního učení.
- Lifelong learning for all (Celoživotní učení pro všechny) je referát, založený na vědecké analýze dostupných faktů o současné situaci a předpokládaných potřebách v oblasti výchovy, učení a vzdělávání. Jde o dohodu ministrů výchovy OECD, ve které je zdůrazněna potřeba celoživotního vzdělávání.

Mezi hlavní evropské organizace se řadí především AIUTA (International Association of the Universities of the Third Age) a EFOS (European Federation of Older Students).

V rámci mezinárodního programu SOKRATES-GRUNDTVIG, jehož členem je také Asociace Univerzit Třetího Věku, si zúčastněné země vyměňují zkušenosti v oblasti celoživotního vzdělávání.

Důležitým dokumentem je „Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí 2002“, který se zabývá problematikou stárnutí světové populace a s tím spjatými problémy v oblasti kvality života seniorů a jejich potřebami. Jeden z jeho cílů se týká i nových technologií a nutnosti přijmout taková opatření, aby i senioři měli nejen přístup



k novým technologiím, ale aby byli schopni nové technologie ovládat, účastnit se technologických změn ve společnosti a dokázali se jim přizpůsobit.<sup>32</sup>

O tom, že problematikou informačních a komunikačních technologií a zároveň měnící se společností je potřeba se vážně zabývat svědčí i dokument „A European Information Society for growth and employment“, který byl přijat Evropskou komisí v roce 2008. Prioritami jsou:

- vytvořit široce přístupnou evropskou informační společnost,
- dokončit jednotný evropský informační prostor,
- posílit inovace a investice do výzkumu informačních a komunikačních technologií.<sup>33</sup>

K dosažení výše uvedených cílů je však zapotřebí, aby všichni občané včetně seniorů měli přístup k produktům a službám informační a komunikační techniky a aby byli schopni tyto technologie využívat ve svůj prospěch a prospěch celé společnosti.

---

<sup>32</sup> Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí 2002. [online] <http://www.mpsv.cz/files/clanky/1205/madrid.pdf>> [cit. 2013-01-25]

<sup>33</sup> A European Information Society for growth and employment. [online] Dostupné z [http://ec.europa.eu/information\\_society/eeurope/i2010/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/information_society/eeurope/i2010/index_en.htm)> [cit. 2013-01-12]

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 VÝZKUM KOMUNIKACE SENIORŮ S NOVÝMI TECHNOLOGIEMI

V této části své diplomové práce jsem se snažila využít znalostí a poznatků z části teoretické. Při výzkumu jsem se zaměřila na konkrétní skupinu respondentů a to seniory. Zajímalo mě, jak se s novými technologiemi seznamují, jak s nimi pracují a jestli jsou pro ně přínosem, nebo zda jim jsou spíše na obtíž.

### 5.1 STANOVENÍ CÍLE VÝZKUMU A HYPOTÉZ

Hlavním cílem mé diplomové práce bylo zjistit, jak jsou senioři v naší společnosti schopni komunikovat s novými technologiemi.

Pro svoji diplomovou práci jsem si stanovila i pět parciálních cílů. Jejich úkolem bylo zjistit:

1. jak senioři dokáží využívat nové technologie ve svůj prospěch;
2. jaké determinanty ovlivňují komunikaci seniorů s novými technologiemi;
3. jakým způsobem se senioři s novými technologiemi seznamují;
4. jak si senioři rozšiřují znalosti o těchto produktech;
5. zda oni sami vidí v práci s novými technologiemi přínos pro svůj život nebo jim jsou spíše na obtíž.

K dosažení stanoveného cíle jsem si vytvořila následující hypotézy:

H1 – Existuje závislost mezi věkem respondentů a používáním nových technologií – počítače, mobilního telefonu, internetu a platební karty.

H2 – Neexistuje závislost mezi pohlavím respondentů a používáním nových technologií – počítače, mobilního telefonu, internetu a platební karty.

H3 – Senioři se seznamují s novými technologiemi především prostřednictvím kontaktu s rodinnými příslušníky a blízkými osobami.

H4 – Většina seniorů má strach nové technologie používat.

## 5.2 METODIKA VÝZKUMU, VÝBĚR METOD ZPRACOVÁNÍ

Po důkladném zvážení všech možností metod výzkumu a analýze problému jsem použila kvantitativní metodu, a to strukturovaný, anonymní dotazník (příloha č. 1). Dotazníkovou metodu jsem zvolila vzhledem k velkému počtu respondentů, zajištění jejich anonymity, možnosti rychlého získání potřebných informací a jejich následnou analýzu. Vzhledem k věku respondentů jsem otázky formulovala jasně a srozumitelně. Správné pochopení otázek jsem si nejdříve ověřila na malé skupině osob, po té jsem vytiskla potřebný počet dotazníků.

Úvod dotazníku tvoří oslovení respondentů, krátké vysvětlení důvodu prováděného šetření, poděkování za vyplnění a poučení o způsobu vyplňování. Oslovení respondenti odpovídali na dotazník, který obsahoval 18 otázek. Některých respondentů se však všech 18 otázek netýkalo, a to v případě, že některý z produktů nových technologií nevlastní nebo nevyužívají. V dotazníku bylo 16 otázek uzavřených a 2 otázky polouzavřené. Na tyto 2 otázky mohli respondenti v případě kladné odpovědi připojit další, podrobnější informace.

Pro přehlednost je vyhodnocení dotazníku zpracováno v tabulkové formě. Každá otázka má výsledky výzkumu zpracované v tabulce a je připojen slovní komentář.

### 5.3 PROVEDENÍ SBĚRU DAT, JEJICH ZPRACOVÁNÍ, ANALÝZA, INTERPRETACE A VYUŽITÍ VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKU A DALŠÍCH METOD V PRAXI

Sběr dat jsem prováděla pomocí dotazníku, který je součástí této diplomové práce a lze jej nalézt v příloze.

Analytickou jednotkou byli pro mne senioři ve městě Brně. Oslovila jsem 130 seniorů ve věku nad 60 let věku, návratnost dotazníků byla 106 dotazníků, tj. 81,5%.

Snažila jsem se oslovit seniory v poměrném zastoupení dle demografického vývoje (muži/ženy). Seniory jsem vybírala náhodně na ulici ve středu města Brna a také v okrajových částech města Brna – Slatina, Modřice. Dále jsem navštívila čekárny praktických lékařů pro dospělé a domov důchodců. Oslovila jsem tedy seniory žijící jak ve vlastním sociálním prostředí, tak i seniory žijící v sociálním zařízení. Sběr dat probíhal v lednu a únoru 2013.

Oslovení senioři, respondenti, vyplňovali dotazník většinou samostatně. Některým osloveným seniorům, zvláště těm starším, jsem však pomáhala s vyplňováním dotazníku, především předčítáním otázek a křížkováním odpovědí. V případě nejasností měli všichni možnost se na cokoli zeptat. Součástí prováděného výzkumu bylo také mé pozorování a rozhovory.

Při dotazníkovém šetření jsem pracovala se skupinou respondentů s následující charakteristikou:

#### **Základní data:**

Velikost souboru 106 seniorů

Ženy 58

Muži 48

Věkové rozpětí senioři - 60+

Vyhodnocení dotazníku jsem zpracovala formou přehledných tabulek a následné interpretace. Každá otázka dotazníku má svoji tabulku, která je rozdělena na údaje získané zvlášť od mužů, zvlášť od žen a jejich součet. Získaná a vyhodnocená data jsou jak v číselné, tak procentuální podobě, tedy v absolutní četnosti i relativní četnosti.

### Otázka č. 1: Pohlaví

Tab. 2. Pohlaví respondentů

Pohlaví	Muž %	Žena %	Celkem %
Počet	48 45,3	58 54,7	106 100

Dotazník vyplnilo celkem 106 (100%) respondentů. Z tohoto počtu bylo 48 mužů, tj. 45,3% a 58 žen, tj. 54,7%.

### Otázka č. 2: Kolik je Vám let?

Tab. 3. Věk respondentů.

Věk respondentů	Muž %	Žena %	Celkem %
60-65 let	14 13,2	16 15,1	30 28,3
66-70 let	19 17,9	20 18,9	39 36,8
71-75 let	9 8,5	13 12,3	22 20,8
76-80 let	4 3,8	6 5,6	10 9,4
81-85 let	1 0,9	2 1,9	3 2,8
86 a více let	1 0,9	1 0,9	2 1,8

Respondenti měli možnost výběru z 6 věkových skupin, do kterých se měli zařadit. Z výsledků v tabulce vyplývá, že nejvyšší zastoupení náhodně oslovených seniorů bylo ve věkové skupině 66-70 let, kdy se do této skupiny zařadilo 39 respondentů, což tvoří 36,8 % ze všech oslovených. Další významnou skupinu tvořili senioři ve věku 60-65 let, 30 respondentů, tj. 28,3%. Následovala skupina seniorů ve věku 76-80 let, v počtu 10 respondentů, tj. 9,4%. Věková skupina 81-85 let byla zastoupena 3 respondenty, tj. 2,8% a věková skupina 86 a více let byla zastoupena 2 respondenty, tj. 1,8%.

Z výše uvedené tabulky můžeme tedy vyvodit, že nejpočetnějšími skupinami náhodně oslovených respondentů v městě Brně byli senioři ve věku 60-70 let. Zároveň můžeme vysledovat, že v každé skupině převažují ženy. Ani v jedné skupině nepřevažuje muž. Toto zjištění plně odpovídá demografickému vývoji společnosti v České republice.

### Otázka č. 3: Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

Tab. 4. Vzdělání respondentů.

Vzdělání	Muž %	Žena %	Celkem %
základní	3 2,8	11 10,4	14 13,2
středoškolské bez maturity	11 10,3	23 21,7	34 32
středoškolské s maturitou	19 17,9	17 16	36 33,9
vysokoškolské	14 13,2	8 7,5	22 20,7

Ze zpracovaných údajů vyplývá, že největší zastoupení v šetření tvořili respondenti se středoškolským vzděláním s maturitou v počtu 36 seniorů, tj. 33,9%. Druhou nejpočetnější skupinou byli senioři se středoškolským vzděláním bez maturity v počtu 34 seniorů, tj. 32%. Třetí skupinu tvořili respondenti s vysokoškolským vzděláním v počtu 22 seniorů, tj. 20,7%. Nejméně početnou skupinou byli respondenti se základním vzděláním, 14 seniorů, tj. 13,2%. Zajímavý je zde rozdíl ve vzdělání respondentů dle

pohlaví. Oslovené ženy výrazně převažují ve vzdělání základním (11 žen/3 muži) a ve vzdělání středoškolském bez maturity (23 žen/11 mužů). Muži výrazně převažují ve vzdělání vysokoškolském (14 mužů/ 8 žen) a středoškolském s maturitou (19 mužů/17 žen). I toto zjištění však odpovídá historickému vývoji ve společnosti, kdy ženy měly horší přístup k vyššímu vzdělávání.

#### Otázka č. 4: Kde bydlíte?

Tab. 5. Bydlení respondentů.

Bydliště	Muž %	Žena %	Celkem %
byt	29 27,4	38 35,8	67 63,2
rodinný dům	12 11,3	14 13,2	26 24,5
domov důchodců/ dům s peč. službou	7 6,6	6 5,7	13 12,3

Z odpovědí respondentů vidíme, že 67 seniorů, tj. 63,2% bydlí v bytě, 26 seniorů, tj. 24,5% bydlí v rodinném domě a 13 seniorů, tj. 12,3% bydlí v domově důchodců nebo domě s pečovatelskou službou. Dá se říci, že toto rozdělení odpovídá místu šetření, tj. městu Brnu, kde samozřejmě nejrozšířenější možností bydlení je byt. Za zajímavý můžeme považovat údaj u mužů, kdy 7 z nich, tj. 6,6% uvedlo, že bydlí v domově důchodců nebo v domě s pečovatelskou službou, ačkoli v domově důchodců bylo mnou osloveno více žen než mužů.



**Otázka č. 5: S kým žijete?**

Tab. 6. Soužití.

<b>Soužití</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>sám</b>	<b>15</b> 14,1	<b>27</b> 25,5	<b>42</b> 39,6
<b>s manželkou/ manželem</b>	<b>28</b> 26,4	<b>24</b> 22,6	<b>52</b> 49,0
<b>s rodinou (manžel/ka, vnoučata)</b>	<b>5</b> 4,7	<b>7</b> 6,6	<b>12</b> 11,3

Z výsledků uvedených v tabulce je patrné, že nejvíce oslovených respondentů žije v páru, tedy s manželkou nebo manželem. Jedná se celkem o 52 seniorů, tj. 49%, přičemž větší zastoupení je u mužů a to v počtu 28 seniorů, tj. 26,4%, u žen v počtu 24 senierek, tj. 22,6%. Druhou velmi početnou skupinou jsou respondenti, kteří žijí sami, v celkovém počtu 42 seniorů, tj. 39,6%. Zde je zajímavý rozdíl mezi muži a ženami, kdy ženy převažují v počtu 27 senierek, tj. 25,5% nad muži v počtu 15 seniorů, tj. 14,1%. S početnější rodinou, tedy manželem/manželkou, dětmi a vnoučaty žije z oslovených 106 respondentů pouze 12 seniorů, tj. 11,3%. Což opět koresponduje se faktem, že v dnešní době je spíše vzácností dvou a více generační soužití.

**Otázka č. 6: Ekonomická aktivita**

Tab. 7. Ekonomická aktivita.

<b>Jste</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>v důchodu - doma</b>	<b>13</b> 12,3	<b>41</b> 38,6	<b>54</b> 50,9
<b>v důchodu - pracuji</b>	<b>16</b> 15,1	<b>12</b> 11,3	<b>28</b> 26,4
<b>zaměstnaný</b>	<b>19</b> 17,9	<b>5</b> 4,7	<b>24</b> 22,6

Celkem 54 respondentů, tj. 50,9%, tedy více než polovina oslovených seniorů, uvedlo, že v současné době je doma. Převážnou část této skupiny tvoří ženy, a to v počtu 41 seniorek, tj. 38,6%. Muži jsou v převaze ve skupině zaměstnaných (19 seniorů, tj. 17,9%) a pracujících důchodců (16 seniorů, tj. 15,1%). Zvláště ve skupině zaměstnaných je poměr mužů vůči ženám značný – 19 mužů (17,9%) a pouze 5 žen (4,7%).

### Otázka č. 7: Používáte počítač?

Tab. 8. Použití počítače.

<b>Použití počítače</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>ano, vlastním PC</b>	<b>16</b> 15,1	<b>7</b> 6,6	<b>23</b> 21,7
<b>ano, používám PC, ale nemám vlastní</b>	<b>23</b> 21,7	<b>17</b> 16,0	<b>40</b> 37,7
<b>ne, nepoužívám</b>	<b>9</b> 8,5	<b>34</b> 32,1	<b>43</b> 40,6
<b>ne, ale chtěl bych</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0

U této otázky převládla odpověď „ne, nepoužívám“ a to u 43 respondentů, tj. 40,6% oslovených. Z tohoto počtu 43 respondentů tvoří převážnou část ženy. Jedná se o 34 seniorek, tj. 32,1% a pouze 9 mužů (8,5%) odpovědělo, že počítač nepoužívá. Druhou nejpočetnější skupinu tvořili respondenti, kteří sice počítač používají, ale nevlastní jej. Takto odpovědělo celkem 40 respondentů (37,7%), z toho 23 mužů (21,7%) a 17 žen (16,0%). Celkem 23 respondentů (21,7%) odpovědělo, že počítač vlastní a používá. Jde o 16 mužů (15,1%) a pouze 7 žen (6,6%). Žádný z respondentů neoznačil odpověď, že počítač nepoužívá, ale chtěl by.

**Otázka č. 8: Pokud používáte počítač, uveďte, prosím, k čemu.**

*Tab. 9. Užití počítače.*

<b>Užití počítače</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>psaní textu</b>	<b>38</b> 60,3	<b>21</b> 33,3	<b>59</b> 93,6
<b>práce s různými programy</b>	<b>39</b> 61,9	<b>24</b> 38,1	<b>63</b> 100,0
<b>prohlížení fotografií</b>	<b>37</b> 58,7	<b>22</b> 34,9	<b>59</b> 93,6
<b>k práci</b>	<b>31</b> 49,2	<b>17</b> 27,00	<b>48</b> 76,2

Na otázku o způsobu užití počítače odpovídalo 63 respondentů, z toho 39 mužů (61,9%) a 24 žen (38,1%). Všichni tyto respondenti uvedli, že užívají počítač k práci s různými programy. K práci využívá počítač celkem 48 respondentů (76,2%), z toho 31 mužů (49,2%) a 17 žen (27,0%).

**Otázka č. 9: Používáte internet?**

*Tab. 10. Použití internetu.*

<b>Užití internetu</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>ano, denně</b>	<b>27</b> 42,9	<b>19</b> 30,1	<b>46</b> 73,0
<b>ano, občas</b>	<b>9</b> 14,3	<b>4</b> 6,3	<b>13</b> 20,6
<b>ne</b>	<b>3</b> 4,7	<b>1</b> 1,6	<b>4</b> 6,3

Z analýzy dat u této otázky jednoznačně převládla odpověď, že internet je užíván denně. Takto odpovědělo celkem 46 respondentů, tj. 73,0%, z toho 27 mužů (42,9%)

a 19 žen (30,1%). Občas užívá internet 13 respondentů (20,6%), z toho 9 mužů (14,3%) a 4 ženy (6,3%). Pouze 4 respondenti (6,3%), 3 muži (4,7%) a 1 žena (1,6%) neužívají internet vůbec.

**Otázka č. 10: Pokud používáte internet, uveďte, prosím, jak.**

*Tab. 11. Užití internetu.*

<b>Využití internetu</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>čtu a píši e-maily</b>	<b>36</b> 61,0	<b>23</b> 39,0	<b>59</b> 100,0
<b>vyhledávám a čtu nové informace</b>	<b>34</b> 57,6	<b>22</b> 37,3	<b>56</b> 94,9
<b>čtu a píši do diskuzí, chatuji</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0

Na tuto otázku odpovídalo pouze 59 respondentů (55,7%) z celkového počtu 106 oslovených respondentů, jelikož pouze 59 respondentů užívá internet. Skupinu 59 respondentů tvořilo 36 mužů (61,0%) a 23 žen (39,0 %). Z odpovědí vyplývá, že všichni odpovídající senioři využívají internet na čtení a psaní e-mailů. Mírně nižší část respondentů využívá internet také k vyhledávání a četbě nových informací a to v počtu 34 mužů (57,6%) a 22 žen (37,3%), tedy celkem 56 respondentů (94,9%). V mém šetření nikdo z dotázaných nevedl, že by psal do diskuzí nebo chatoval.

**Otázka č. 11: Vlastníte mobilní telefon?***Tab. 12. Vlastnictví mobilního telefonu.*

<b>Vlastnictví mobilního telefonu</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>ano</b>	<b>39</b> 36,8	<b>50</b> 47,2	<b>89</b> 84,0
<b>ne</b>	<b>9</b> 8,5	<b>8</b> 7,5	<b>17</b> 16,0

Jak je patrné z tabulky 89 respondentů (84%) vlastní mobilní telefon. Z tohoto počtu se jedná o 39 mužů (36,8%) a 50 žen (47,2%). Pouze 17 respondentů (16%) uvedlo, že nevlastní mobilní telefon, z toho, dle mého názoru překvapivě, 9 mužů (8,5%) a 8 žen (7,5%).

**Otázka č. 12: Jakým způsobem mobilní telefon využíváte?***Tab. 13. Využití mobilního telefonu.*

<b>Využití mobilního telefonu</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>pouze k příjmu hovoru</b>	<b>0</b> 0,0	<b>1</b> 1,1	<b>1</b> 1,1
<b>přijímám hovory a volám</b>	<b>39</b> 43,8	<b>49</b> 55,0	<b>88</b> 98,8
<b>pouze přijímám SMS</b>	<b>16</b> 18,0	<b>15</b> 16,8	<b>31</b> 34,8
<b>přijímám a posílám SMS</b>	<b>23</b> 25,8	<b>35</b> 39,30	<b>58</b> 65,1
<b>využívám i další funkce - budík ...</b>	<b>23</b> 25,8	<b>17</b> 19,1	<b>40</b> 44,9

Z dat uvedených v tabulce je patrné, že nejpočetnější skupinu tvoří respondenti, kteří přijímají hovory a také volají. Z 89 respondentů vlastníci mobilní telefon, takto odpovědělo 88 seniorů (98,8%), z toho 39 mužů (43,8%) a 49 žen (55,0%). Pouze 1 žena (1,1%) odpověděla, že užívá mobilní telefon pouze k příjmu hovorů. Na druhém místě využívají oslovení senioři mobilní telefon k přijímání a posílání SMS. Celkem takto odpovědělo 58 respondentů (65,1%), z toho 23 mužů (25,8%) a 35 žen (39,3%). 31 respondentů (34,8%) zakřížkovalo odpověď, že pouze přijímají SMS. Zde se jednalo o 16 mužů (18,0%) a 15 žen (16,8%).

Dle mého názoru lze považovat za zajímavé, že 40 respondentů (44,9%) využívá i další funkce mobilního telefonu, jako je například budík, kalendář, kalkulačka nebo zápisník. Kladnou odpověď zde uvedlo 23 mužů (25,8%) a 17 žen (19,1%).

### Otázka č. 13: Vlastníte platební kartu?

Tab. 14. Vlastnictví platební karty.

Vlastnictví platební karty	Muž %	Žena %	Celkem %
<b>ano a používám ji</b>	<b>29</b> 27,4	<b>27</b> 25,4	<b>56</b> 52,8
<b>ano, ale nepoužívám ji</b>	<b>8</b> 7,5	<b>16</b> 15,1	<b>24</b> 22,6
<b>ne</b>	<b>11</b> 10,4	<b>15</b> 14,1	<b>26</b> 24,5

Platební kartu vlastní a používá dle odpovědí z šetření více než polovina oslovených seniorů, tedy 56 respondentů (52,8%), 29 mužů (27,4%) a 27 žen (25,4%). Vlastní, ale nepoužívá platební kartu 24 respondentů (22,6%), z toho 8 mužů (7,5%) a 16 žen (15,1%). Platební kartu nevlastní 26 dotázaných (24,5%), 15 žen (14,1%) a 11 mužů (10,4%).

**Otázka č. 14: Jak využíváte platební kartu?***Tab. 15. Užití platební karty.*

Využití platební karty	Muž %	Žena %	Celkem %
vybírám z automatu	29 51,8	27 48,2	56 100,0
k platbě - v hotelu, v obchodě, restauraci ...	22 39,3	15 26,8	37 66,1

Na tuto otázku odpovídali pouze ti respondenti, kteří uvedli, že vlastní a využívají platební kartu, tedy 56 respondentů. Všechny 56 respondentů (100%) využívá platební kartu k výběru z automatu. Pouze 37 oslovených seniorů (66,1%) uvedlo, že kartu využívá také k platbě v obchodě, restauraci, hotelu a podobně. Četnější skupinu zde tvoří muži a to v počtu 22 (39,3%). Kladně odpovědělo 15 žen (26,8%).

**Otázka č. 15: Používáte ještě jiné nové technologie?***Tab. 16. Používání dalších nových technologií.*

Užití dalších nových technologií	Muž %	Žena %	Celkem %
ano	34 32,1	21 19,8	55 51,9
ne	14 13,2	37 34,9	51 48,1

Podle výsledků šetření používá další nové technologie 34 mužů (32,1%) a 21 žen (19,8%), celkem tedy 55 respondentů (51,9%), tj. nadpoloviční většina oslovených seniorů. Muži z dalších nových technologií většinou uváděli notebook, digitální fotoaparát, digitální kamera a GPS. Ženy, které používají ještě další nové technologie, uváděly pouze digitální fotoaparát a notebook. Záporně na tuto otázku odpovědělo celkem 51 respondentů (48,1%), 14 mužů (13,2%) a 37 žen (34,9 %). V tomto případě můžeme vidět velký rozdíl mezi mužskou a ženskou populací a jejich vztahem k novým technologiím.

**Otázka č. 16: Jak jste se naučil pracovat s mobilem, počítačem, internetem .....***Tab. 17. Jak se senior naučil pracovat s novými technologiemi.*

<b>Jak se naučil pracovat s PC, mobilem ...</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>sám</b>	<b>5</b> 5,6	<b>0</b> 0,0	<b>5</b> 5,6
<b>za pomoci dětí, vnoučat, přátel</b>	<b>9</b> 10,1	<b>36</b> 40,4	<b>45</b> 50,5
<b>v práci</b>	<b>20</b> 22,5	<b>12</b> 13,5	<b>32</b> 36,0
<b>návštěva odborných kurzů, přednášek ...</b>	<b>5</b> 5,6	<b>2</b> 2,2	<b>7</b> 7,8

Na tuto otázku odpovídalo z celkového počtu 106 respondentů pouze 89 seniorů (84%). 89 seniorů, dle výsledků šetření, totiž používá některé moderní technologie. Z výsledků uvedených v tabulce vidíme, že nejčastěji se senioři seznámili a naučili se pracovat s počítačem, mobilním telefonem nebo jinou moderní technologií za pomoci dětí, vnoučat nebo přátel. Z celkového počtu 89 se takto učilo 45 oslovených seniorů (50,5%), což je těsná nadpoloviční většina. Určitě stojí za povšimnutí, že drtivou většinu takto učících se jsou ženy a to v počtu 36 (40,4%). Muži zde představují pouze 10,1%, tj. 9 mužů. Druhým nejčastějším způsobem, jak se oslovení senioři seznámili s prací na nových technologiích je zaměstnání. Tímto způsobem se učilo celkem 32 respondentů (36,0%), z toho 20 mužů (22,5%) a 12 žen (13,5%). Odborné kurzy, přednášky a podobné akce navštívilo pouze 7 respondentů (7,8%), z toho 5 mužů (5,6%) a 2 ženy (2,2%). Žádná z žen se nenaučila používat nové technologie sama, mužů to zvládlo hned 5 (5,6%).



**Otázka č. 17: Rozšiřujete si své znalosti o možnostech využívání nových technologií?***Tab. 18. Rozšiřování si znalostí o nových technologiích.*

<b>Rozšiřování znalostí o využití nových technologií.</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>ano, sám si zjišťuji nové informace</b>	<b>31</b> 29,2	<b>25</b> 23,6	<b>56</b> 52,8
<b>ano, navštěvuji kurzy, školení ...</b>	<b>5</b> 4,7	<b>0</b> 0,0	<b>5</b> 4,7
<b>ne</b>	<b>12</b> 11,3	<b>33</b> 31,1	<b>45</b> 42,4
<b>ne, ale chtěl bych</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0
<b>využívám i další funkce - budík ...</b>	<b>23</b> 25,8	<b>17</b> 19,1	<b>40</b> 44,9

Z celkového počtu 106 respondentů odpovědělo 56 seniorů (52,8%), že si nové informace zjišťují sami. Je to velmi těsná nadpoloviční většina. Nové informace si samo zjišťuje 31 mužů (29,2%) a 25 žen (23,6%). Zápornou odpověď na tuto otázku volilo celkem 45 respondentů (42,4%). Převážnou část tvoří ženy, v počtu 33 (31,1%), muži jsou zastoupeni 12 (11,3%). Z těchto údajů lze vyvodit, že většina ženské populace sice nové technologie používá, ale již si nerozšiřuje svoje znalosti o těchto „vymoženostech moderní doby“ a veškerých možnostech jejich využití ve svůj prospěch. Žádná z žen rovněž neodpověděla, že by navštěvovala nějaké kurzy nebo školení, zatímco 5 mužů (4,7%) tak činí a rozšiřují si své vědomosti a znalosti v této oblasti. Žádný z respondentů, ani jeden muž nebo žena, kteří si své znalosti zatím nerozšiřují, neodpověděli, že by měli zájem o možnost rozšířit si své znalosti a dovednosti v oblasti komunikace s novými technologiemi.

**Otázka č. 18: Vidíte v práci s novými technologiemi přínos pro svůj život?***Tab. 19. Přínos pro život v práci s novými technologiemi.*

<b>Přínos nových technologií pro svůj život.</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>ano</b>	<b>37</b> 34,9	<b>42</b> 39,6	<b>79</b> 74,5
<b>ne</b>	<b>9</b> 8,5	<b>16</b> 15,1	<b>25</b> 23,6
<b>ne, jsou mi na obtíž</b>	<b>2</b> 1,9	<b>0</b> 0,0	<b>2</b> 0,0

Na poslední otázku, zda vidí respondenti v práci s novými technologiemi přínos pro svůj život, odpovědělo kladně 79 seniorů (74,5%). Z této skupiny seniorů je 37 mužů (34,9%) a 42 žen (39,6%). Přínos pro svůj život při používání nových technologií nevidí 9 mužů (8,5%) a 16 žen (15,1%), celkem tedy 25 respondentů (23,6%). Ze 106 oslovených respondentů 2 muži (1,9%) odpověděli, že v práci s novými technologiemi nevidí přínos pro svůj život a navíc jim je na obtíž.

V následujícím textu se pokusím srovnat výsledky šetření s hypotézami, které jsem si stanovila na začátku výzkumu.

**H1 – Existuje závislost mezi věkem respondentů a používáním nových technologií – počítače, mobilního telefonu, internetu a platební karty.**

V níže uvedených třech tabulkách jsou zpracovány výsledky výzkumu dle věku respondentů a používání základních nových technologií uvedených v dotazníkovém šetření, tj. počítače, mobilního telefonu a platební karty.

**Věk respondentů, kteří používají počítač.***Tab. 20. Věk respondentů používajících počítač.*

<b>Věk respondentů</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>60-65 let</b>	<b>14</b> 22,2	<b>13</b> 20,6	<b>27</b> 42,8
<b>66-70 let</b>	<b>17</b> 27,0	<b>7</b> 11,1	<b>24</b> 38,1
<b>71-75 let</b>	<b>5</b> 7,9	<b>2</b> 3,2	<b>7</b> 11,1
<b>76-80 let</b>	<b>3</b> 4,7	<b>2</b> 3,2	<b>5</b> 7,9
<b>81-85 let</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0
<b>86 a více let</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0

Z celkového počtu 63 respondentů, kteří odpověděli v dotazníku, že používají počítač, tvoří největší část ti respondenti, jejichž věkové rozmezí je 60-65 let. Respondentů tohoto věkového rozmezí (60-65 let) se výzkumu účastnilo celkem 30, z tohoto počtu 27 respondentů počítač používá a pouze 3 respondenti počítač nepoužívají. Druhou nejpočetnější skupinou byli respondenti ve druhé věkové skupině, tedy ve věku 66 -70 let. Zde z celkového počtu 39 odpovídajících respondentů, 24 používá počítač a 15 respondentů počítač nepoužívá. I v rámci samotné skupiny respondentů, kteří odpověděli, že počítač používají, se tato věková skupina umístila na druhém místě. Se zvyšujícím se věkem klesá počet respondentů užívajících počítač. Lze tedy říci, že existuje závislost mezi věkem respondentů a používáním počítače.

**Věk respondentů, kteří používají mobilní telefon.***Tab. 21. Věk respondentů používajících mobilní telefon.*

<b>Věk respondentů</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>60-65 let</b>	<b>14</b> 15,7	<b>16</b> 18,0	<b>30</b> 33,7
<b>66-70 let</b>	<b>17</b> 19,1	<b>17</b> 19,1	<b>34</b> 38,2
<b>71-75 let</b>	<b>4</b> 4,5	<b>11</b> 12,3	<b>15</b> 16,8
<b>76-80 let</b>	<b>3</b> 3,3	<b>4</b> 4,5	<b>7</b> 7,8
<b>81-85 let</b>	<b>1</b> 1,1	<b>1</b> 1,1	<b>2</b> 2,2
<b>86 a více let</b>	<b>0</b> 0,0	<b>1</b> 1,1	<b>1</b> 1,1

Na otázku č. 11, „Vlastníte mobilní telefon?“ odpovědělo kladně celkem 89 respondentů. Ve výše uvedené tabulce jsou zaznamenány kladné odpovědi dle jednotlivých věkových kategorií. Porovnáme-li tabulku č. 2 „Věk respondentů“ s tabulkou č. 21, „Věk respondentů používajících mobilní telefon“ zjistíme zajímavá a mnou předpokládaná fakta. Ve věkové kategorii 60-65 let všichni respondenti používají mobilní telefon. Ve věkové kategorii 66-70 let nepoužívá mobilní telefon 5 respondentů a ve věkové kategorii 71-75 let nepoužívá mobilní telefon 7 respondentů, počet respondentů nepoužívající mobilní telefon se tedy zvyšuje v závislosti na zvyšujícím se věku. Za povšimnutí stojí údaj u věkové skupiny 81-85 let, kde 2 respondenti ze 3 odpovídajících uvedli, že používají mobilní telefon. Rovněž ve věkové kategorii 86 a více let, kde odpovídali celkem 2 respondenti, uvedl 1 respondent a navíc žena, že mobilní telefon užívá. V těchto dvou věkových skupinách je tedy vysoké procento zastoupení respondentů užívajících mobilní telefon, jedná se však, dle mého názoru, o statistickou chybu, jelikož jsou v tomto výzkumu tyto věkové skupiny velmi málo zastoupeny.

**Věk respondentů, kteří používají platební kartu.***Tab. 22. Věk respondentů používajících platební kartu.*

<b>Věk respondentů</b>	<b>Muž</b> %	<b>Žena</b> %	<b>Celkem</b> %
<b>60-65 let</b>	<b>14</b> 25,0	<b>16</b> 28,6	<b>30</b> 53,6
<b>66-70 let</b>	<b>12</b> 21,4	<b>9</b> 16,1	<b>21</b> 37,5
<b>71-75 let</b>	<b>2</b> 3,6	<b>2</b> 3,6	<b>4</b> 7,2
<b>76-80 let</b>	<b>1</b> 1,7	<b>0</b> 0,0	<b>1</b> 1,7
<b>81-85 let</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0
<b>86 a více let</b>	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0	<b>0</b> 0,0

Ze 106 oslovených respondentů odpovědělo 80 respondentů, že vlastní platební kartu. Z těchto 80 respondentů vlastníků platební kartu, pouze 56 respondentů platební kartu nějak používá, ať pouze k výběru z automatu, nebo také k platbě v obchodě, v hotelu, v restauraci a podobně. V tomto případě všichni respondenti z věkové kategorie 60-65 let používají platební kartu, tedy 100 %. Ve věkové skupině 66-70 let používá z celkového počtu 39 respondentů platební kartu pouze 21 respondentů, tj. 53,8 % a ve věkové skupině 71- 75 let používají z celkového počtu 22 respondentů platební kartu jen 4 respondenti, což je 18,2 %. Nad 80 let žádný z respondentů neuvádí platební kartu. I zde je tedy možné říci, že existuje závislost mezi věkem respondentů a používáním platební karty.

Stejných výsledků bychom se dopracovali i při tabulkovém zpracování otázek č. 8, č. 9, č. 10, č. 12, č. 14 a č. 15.

Z výše uvedených skutečností lze tedy vyvodit, že existuje závislost mezi věkem respondentů a používáním nových technologií – počítače, mobilního telefonu, internetu a platební karty. Moje hypotéza H1 se tedy potvrdila.

**H2 – Neexistuje závislost mezi pohlavím respondentů a používáním nových technologií – počítače, mobilního telefonu, internetu a platební karty.**

Z odpovědí respondentů především na otázky č. 7, č. 8, č. 9, č. 10, č. 12, č. 13, č. 14, č. 15 a č. 17 jednoznačně vyplývá, že muži mají bližší vztah k novým technologiím a jejich využívání. Pouze u otázky č. 11 „Vlastníte mobilní telefon“ je vyšší procento kladných odpovědí u žen. Na tuto otázku odpovědělo ze 48 mužů kladně 39, tj. 81,3 %. Z 58 respondentek, odpovědělo kladně 50 žen, tj. 86 %.

Z výsledků lze tedy odvodit, že existuje závislost mezi pohlavím respondentů a používáním nových technologií – počítače, mobilního telefonu, internetu a platební karty. Moje hypotéza H2 se nepotvrdila.

**H3 – Senioři se seznamují s novými technologiemi především prostřednictvím kontaktu s rodinnými příslušníky a blízkými osobami.**

Otázka č. 16, „Jak jste se naučil pracovat s mobilem, počítačem, internetem .....?“ a následně zpracované výsledky odpovědí do tabulky č. 17 „Jak se senior naučil pracovat s novými technologiemi“ včetně komentáře jasně potvrzují, že se senioři, a hlavně ženy, seznamují s novými technologiemi především prostřednictvím kontaktu s rodinnými příslušníky (děti, vnoučata) nebo přáteli. Hypotéza H3 byla potvrzena.

**H4 – Většina seniorů má strach nové technologie používat.**

Na základě odpovědí respondentů jsem dospěla k názoru, že na tuto hypotézu neexistuje jednoznačná odpověď vzhledem ke skutečnosti, že za seniorské období se v současné době považuje věk od 60 let. Seniorské období tedy může zahrnovat velmi dlouhý časový úsek v životě člověka, který se u každého liší délkou a kvalitou. Je tedy velký rozdíl mezi seniorem, který má 60 let a který má 80 a více let. V tom spočívá také rozdíl, jak se k novým technologiím staví šedesátiletý senior a jak osmdesátiletý senior. Dnešní šedesátiletý senior, který se ve svém životě s novými technologiemi běžně setkává již dvě desítky let a naučil se s nimi pracovat ještě ve svém „mladém věku“, nemá v drtivé většině strach nové technologie používat a využívat ve svůj prospěch skoro se všemi možnostmi, které nabízejí. Senioři ve věkové kategorii 76 a více let, se však za svého aktivního působení v zaměstnání s novými technologiemi ještě vůbec nesetkávali nebo ve velmi

omezené míře. Tato skutečnost spolu s dalšími faktory stáří a stárnutí je příčinou toho, že senioři nad 76 let věku mají většinou strach nové technologie používat a s přibývajícím věkem je ani nepoužívají.

Na základě výsledků mého výzkumu, kde byli většinou zastoupeni senioři ve věku 60-75 let musím konstatovat, že se moje hypotéza H4 nepotvrdila. Senioři v této skupině sice nové technologie nemají strach používat, je však otázkou, jak intenzivně je využívají ve svůj prospěch a jak s přibývajícím věkem se jejich kompetence a případný strach budou vyvíjet.

#### **5.4 NÁVRH ŘEŠENÍ ZJIŠTĚNÝCH NEDOSTATKŮ**

Na základě výsledků zjištěných dotazníkovým šetřením u seniorů v městě Brně se domnívám, že je potřeba zvýšit zájem všech lidí, o problematiku seniorů, stárnutí a stáří. Nejedná se pouze o zdravotní oblast, ale jedná se především o sociální problematiku a začleňování seniorů, jako právoplatných a plnohodnotných spoluobčanů, do společnosti. Bylo by potřeba rozšířit možnosti pro seniory, kde by mohli čerpat nové informace o rychle měnícím se světě kolem nás a to takovým způsobem, který by respektoval jejich specifické možnosti a potřeby. Dle mého názoru je také zapotřebí změnit myšlení dnešní mladé generace nejen ve vztahu k dnešním seniorům, ale ke stáří vůbec. Je zapotřebí, aby si mladí lidé uvědomili, že i oni jednou dospějí do seniorského věku a měli by vzít odpovědnost za kvalitu svého života v tomto období do svých rukou již dnes. Ke kladnému (prosociálnímu) přístupu k seniorům a problematice stáří, by dle mého názoru, měly být vedeny děti už od útlého věku, zejména pak na základních školách. A právě v těchto oblastech vidím prostor pro uplatnění sociální pedagogiky.

## ZÁVĚR

Cílem mé diplomové práce na téma „Komunikace seniorů s novými technologiemi“ bylo zjistit, jak senioři dokáží komunikovat s vymoženostmi moderní doby, jako je počítač, internet, mobilní telefon, platební karta atd.

V teoretické části jsem se zaměřila na popis problematiky týkající celé společnosti, jejího postoje k seniorům a demografického vývoje v České republice. Dále jsem se snažila objasnit základní pojmy týkající se seniorů – stárnutí, stáří, změny organismu související se stářím, kvalita života seniorů, učení seniorů a možnosti jejich vzdělávání, národní a mezinárodní politiku zaměřenou na seniory a kompetence seniorů při využívání moderních technologií.

Součástí diplomové práce je praktická část, ve které jsem popsala svůj výzkum týkající se komunikace seniorů s novými technologiemi. Sběr dat probíhal dotazníkovou metodou v městě Brně a zúčastnilo se jej 106 respondentů seniorského věku. Získaná data jsem zpracovala u každé otázky do přehledné tabulky, ve které jsou údaje uvedené v číselné i procentuální podobě. Následně jsem provedla analýzu údajů, jejich vyhodnocení a srovnání s hypotézami, které jsem si v úvodu výzkumu stanovila.

Současná, moderní společnost se vyznačuje především používáním nových, moderních komunikačních technologií. Prostřednictvím počítačů, internetu nebo mobilního telefonu mohou spolu komunikovat lidé z opačných konců světa ve stejný okamžik. Čas ani vzdálenost již nejsou překážkou. Informace jsou distribuovány v jeden okamžik do celého světa. Během několika minut ví o určité události, objevu nebo katastrofě doslova celý vyspělý svět. To s sebou přináší i potřebu umět tyto moderní komunikační technologie správně používat. Současně však dochází ke stárnutí populace a zvyšuje se počet seniorů, kteří mnohdy nejsou schopni vstřebávat tak obrovské množství informací a nejsou schopni reagovat na rychlý vývoj nových technologií nejen v oblasti komunikace. Zde je nutná připravenost celé společnosti na změny, které s technologickým rozvojem úzce souvisí. Zvyšují se nároky na každého jednotlivce a to v každém věku, seniorský věk nevyjímaje. Každý se musí umět přizpůsobit novým situacím, chce-li si udržet určitou kvalitu svého života a musí být schopen v moderní společnosti fungovat. Důležitou roli na tomto místě hraje celoživotní vzdělávání a Univerzity třetího věku, které nabízejí seniorům přístup k informacím o nových technologiích a možnost naučit se s těmito technologiemi pracovat. Současně fungují jako místo, kde dochází k navazování nových kontaktů nejen v rámci



uzavřených skupin, ale také mezi různými generacemi, čímž může být pozitivně ovlivňován přístup mladé generace k seniorům a také naopak, přístup seniorů k mladé generaci. Zároveň toto celoživotní vzdělávání může být jistou prevencí sociální izolace seniorů, která také může mít nepříznivé důsledky na duševní i fyzické zdraví.

Mezinárodní organizace i vlády jednotlivých vyspělých zemí si závažnost situace již uvědomují a proto podporují různé programy, projekty a organizace, které se snaží o zlepšení kvality života seniorů, zvýšení jejich informovanosti v oblasti práce s novými technologiemi, zvýšení možností zapojení do společnosti a tím také zajištění důstojných podmínek jejich života.

Je tedy tak trochu na každém z nás, jak se postavíme ke svému životu a jaké stáří si připravíme. Správnou životosprávou, dostatečnou pohybovou aktivitou, zájmem o dění ve společnosti a nových možnostech zdokonalování sebe sama můžeme ovlivnit náš seniorský život a kvalitu života v tomto období. Neměli bychom však zapomínat ani na dnešní seniory a snažit se jim všemožně pomoci, aby prožili svá seniorská léta v klidu, bez pocitu beznaděje a stresu.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

### Zákony

1. Zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách

### Knihy a monografie

2. BAKOŠOVÁ, Z. Sociální pedagogika jako životná pomoc. 3. vydání. Bratislava: Public promotion, s.r.o., 2008, 251 s. ISBN 978-80-969944-0-3
3. BENEŠ, M. Andragogika. 1. vydání, Praha: Grada Publishing, a.s., 2008, 136 s. ISBN 978-80-247-2580-2
4. ČORNANIČOVÁ, R. Edukácia seniorov – vznik, rozvoj, podněty pre geragogiku. 1. vydání. Bratislava: Vydavateľstvo UK Bratislava, 1998. 159 s. ISBN 80-223-1206-1
5. GAVORA, P. Úvod do pedagogického výzkumu. Brno: Paido, 2000, 261 s. ISBN 978-80-7315-185-0
6. HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník, 1. vydání. Praha: Portál, 2000, 774 s. ISBN 80-7178-303-X
7. HAYFLICK, L. Jak a proč stárneme. Z anglického originálu How and Why We Age. Praha: Columbus, 1997, 432 s. ISBN 80-7176-536-8
8. HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Panorama, 1990. 416 s. ISBN 80-7038-158-2
9. KALVACH, Z., ZADÁK, Z., JIRÁK, R. a kol. Geriatrie a gerontologie. 1. vydání, Praha: Grada Publishing, a.s., 2004, 864 s. ISBN 80-247-0548
10. KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I. Motivační prvky při práci se seniory. Praha: Grada Publishing, a.s., 2008, 168 s. ISBN-13: 978-80-247-2169-9
11. KOHOUTEK, R. Terminologický slovník pro sociální pedagogy, Brno: IMS, 2007
12. KŘIVOHLAVÝ, J. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie, Možnosti, které čekají. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011, 144 s. ISBN 978-80-247-3604-4

13. LA VEJEZ, Biblioteca de Salud, ze španělského originálu přeložila Lucie Kubešová. Zdraví pro třetí věk. Dobřejovice: Rebo Productions CZ, spol. s r.o., 2006, 270 s. ISBN 80-7234-536-2
14. MACHALOVÁ, M. Psychológia vo vzdelávaní dospelých. 2. vydání. Bratislava: Gerlach Print, 2006, 222 s. ISBN 80-89142-07-9
15. MÜHLPACHR, P. Andragogika. Brno: IMS, 2010
16. MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika. Brno: IMS, 2009, 203 s.
17. MÜHLPACHR, P. Gerontopedagogika. 1. vydání, Brno: Masarykova univerzita, 2004, 203 s. ISBN 80-210-3345-2
18. ŠTILEC, M. Program aktivního stylu života pro seniory. Praha: Portál, 2004, 135 s. ISBN 80-7178-920-8
19. PACOVSKÝ, V. O stárnutí a stáří. Praha: Avicenum, 1990, 136 s. ISBN 80-201-0076-8
20. POKORNÁ, A. Komunikace se seniory. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010, 160 s. ISBN 978-80-24-3271-8
21. RADVAN, E., Vavřík, M. Metodika psaní odborného textu a výzkum v sociálních vědách. Brno: IMS, 2009
22. STUART-HAMILTON, I. Psychologie stárnutí. 1. vydání, Praha: Portál, 1999. 339 s. ISBN 80-7178-274-2
23. ŠERÁK, M. Zájmové vzdělávání dospělých. Praha: Portál, 2009, 208 s. ISBN 978-807367-551-6
24. TOŠNEROVÁ, T. Ageismus. Průvodce stereotypy a mýty o stáří. 1. vydání. Praha: Ústav lékařské etiky 3. LF UK a FNKV Praha, 2002, 45 s. ISBN 80-38-506-0
25. TOŠNEROVÁ, T. Jak si vychutnat seniorská léta. Nechte se inspirovat konkrétními radami, tipy a zkušenostmi generace 50+. 1. vydání. Brno: Computer Press, a.s., 2009, 239 s. ISBN 978-80-251-2104-7
26. VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. Kvalita života: teoretická a metodologická východiska. 1. vydání, Brno: Masarykova univerzita, 2005, 143 s.

27. VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie dětství, dospělost, stáří. 1. vydání, Praha: Portál, 2000, 522 s. ISBN 80-7178-308-0
28. VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie II. 1. vydání, Praha: Karolinum, 2007, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5
29. VÁGNEROVÁ, M. Základy psychologie. 1. vydání, Praha: Karolinum, 2005, 356 s. ISBN 80-246-0841-3
30. WALSH, D. Skupinové hry a činnosti pro seniory. Praha: Portál, 2005, 203 s. ISBN 80-7178-970-4
31. VÁŽANSKÝ, M. Sociálněpedagogický pohled na kvalitu života starších osob. Sborník příspěvku z mezinárodní konference Sociální pedagogika ve střední Evropě, současný stav a perspektivy. Brno: IMS, 2009

#### Elektronické zdroje

32. Národní program přípravy na stárnutí 2008-2012, 1. vydání, Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 60 s. ISBN 978-80-86878-65-2. Dostupné na [www.mpsv.cz/cs/5045](http://www.mpsv.cz/cs/5045). [cit. 2013-02-02]
33. A European Information Society for growth and employment [online]. [cit. 2013-01-12]. Dostupné z: [http://ec.europa.eu/information\\_society/eeurope/](http://ec.europa.eu/information_society/eeurope/)
34. Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí 2002. [online]. [cit. 2013-01-25]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/files/clanky/1205/madrid.pdf>
35. Profil aktivního stárnutí. [online]. [cit. 2013-01-24]. Dostupné z: <http://www.regionalnirozvoj.cz/>
36. Zdraví 21. [online]. [cit. 2013-01-25]. Dostupné z: [http://www.aplikace.msmt.cz/HTM/1046zdravi21cil1\\_9str1\\_56.htm](http://www.aplikace.msmt.cz/HTM/1046zdravi21cil1_9str1_56.htm)
37. <http://au3v.vutbr.cz> [cit. 2013-01-27]
38. <http://www.mpsv.cz/cs/1215> [cit. 2013-01-27]
39. <http://www.mpsv.cz/cs/1111> [cit. 2013-01-27]
40. [http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní\\_vzdělávání](http://cs.wikipedia.org/wiki/Celoživotní_vzdělávání) [cit. 2013-02-02]

41. [http://www.demografie.info/?cz\\_prognozy=](http://www.demografie.info/?cz_prognozy=) [cit. 2013-01-27]

42. <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori> [cit. 2013-01-27]

## **SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obr. 1. Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v jednotlivých státech Evropy v roce 2011. ....	14
Obr. 2. Věková struktura skupiny seniorů (ve věku 65 a více let) ve vybraných letech, reálný a projektovaný stav (v %). ....	15

**SEZNAM TABULEK**

Tab. 1. Vývoj složení obyvatelstva ČR podle hlavních věkových skupin mezi lety 2000-2065, vybrané roky (v %)	15
Tab. 2. Pohlaví respondentů	46
Tab. 3. Věk respondentů	46
Tab. 4. Vzdělání respondentů	47
Tab. 5. Bydlení respondentů	48
Tab. 6. Soužití	49
Tab. 7. Ekonomická aktivita	49
Tab. 8. Použití počítače	50
Tab. 9. Užítí počítače	51
Tab. 10. Použití internetu	51
Tab. 11. Užítí internetu	52
Tab. 12. Vlastnictví mobilního telefonu	53
Tab. 13. Využití mobilního telefonu	53
Tab. 14. Vlastnictví platební karty	54
Tab. 15. Užítí platební karty	55
Tab. 16. Používání dalších nových technologií	55
Tab. 17. Jak se senior naučil pracovat s novými technologiemi	56
Tab. 18. Rozšiřování si znalostí o nových technologiích	57
Tab. 19. Přínos pro život v práci s novými technologiemi	58
Tab. 20. Věk respondentů používajících počítač	59
Tab. 21. Věk respondentů používajících mobilní telefon	60
Tab. 22. Věk respondentů používajících platební kartu	61

## SEZNAM PŘÍLOH

P I Dotazník



# PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Příloha č. 1

Dotazník

Dobrý den,

jmenuji se Lenka Řičánková a jsem studentkou 5. ročníku oboru Sociální pedagogika na IMS Brno. Ve své diplomové práci se zabývám komunikací seniorů s novými technologiemi. Chtěla bych Vás tímto požádat o pomoc a vyplnění tohoto dotazníku. Vaše odpovědi budou zpracovány anonymně a velmi Vám děkuji za Váš čas a pomoc.

Prosím, zakřížkujte jednu z odpovědí:

1. Jste  muž  žena

2. Kolik je Vám let?  
 60 – 65  66 – 70  
 71 – 75  76 – 80  
 81 – 85  86 a více

3. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?  
 základní  
 středoškolské bez maturity  
 středoškolské s maturitou  
 vysokoškolské

4. Kde bydlíte?  
 byt  
 rodinný dům  
 domov důchodců/ dům s pečovatelskou službou

5. S kým žijete?  
 sám  
 s manželkou/manželem  
 s rodinou (manželka/manžel, děti, vnoučata)

6. Jste:  
 v důchodu – doma  
 v důchodu, ale pracuji  
 zaměstnaný

7. Používáte počítač?  
 ano, vlastním počítač  
 ano, používám počítač, ale nemám vlastní  
 ne, nepoužívám  
 ne, ale chtěl bych

8. Pokud používáte počítač, uveďte prosím k čemu?  
 psaní textu  
 práce s různými programy a aplikacemi (Word, Excel, Internet ....)  
 prohlížení fotografií  
 k práci

**9. Používáte internet?**

- ano, denně  ano, občas  
 ne

**10. Pokud používáte internet, uveďte prosím, jak?**

- čtu a píši e-maily  
 vyhledávám a čtu nové informace  
 čtu a píši do diskuzí, chatuji

**11. Vlastníte mobilní telefon?**

- ano  ne

**12. Jakým způsobem mobilní telefon využíváte? (můžete uvést více variant)**

- pouze k příjmu hovoru  
 přijímám hovory a volám  
 pouze přijímám SMS  
 přijímám a posílám SMS  
 využívám i další funkce – budík, kalendář, zápisník, kalkulačka atd.

**13. Vlastníte platební kartu?**

- ano a používám ji  
 ano, ale nepoužívám ji  
 ne

**14. Jak využíváte platební kartu? (můžete uvést více variant)**

- vybírám z automatu  
 k platbě – v obchodě, hotelu, restauraci atd.

**15. Používáte ještě jiné nové technologie (tablet, MP3, .....)?**

- ano (jaké) .....  
 ne

**16. Jak jste se naučil pracovat s mobilem, počítačem, internetem .....?**

- sám  
 za pomoci dětí, vnoučat, přátel  
 v práci  
 navštívil jsem odborné kurzy, přednášky .....

**17. Rozšiřujete si své znalosti o možnostech využívání nových technologií?**

- ano, sám si zjišťuji nové informace  
 ano, navštěvuji odborné kurzy, školení, přednášky  
 ne  
 ne, ale chtěl bych

**18. Vidíte v práci s novými technologiemi přínos pro svůj život?**

- ano, .....  
.....  
 ne  
 ne, jsou mi na obtíž