

# Vliv sociálního prostředí na duchovní život seniorů

Bc. Miroslava Žaludková

---

Diplomová práce  
2016-2017



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2016/2017

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Miroslava Žaludková**  
Osobní číslo: **H140579**  
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Vliv sociálního prostředí na duchovní život seniorů**

Zásady pro vypracování:

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury.**

**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti sociálního prostředí, kvality života seniorů a jejich spirituality.**

**Příprava metodiky výzkumné části.**

**Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovorů.**

**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**

**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.**

---

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

- BÖHM, Erwin. Psychobiografický model péče podle Böhma. Praha: Mladá fronta, 2015. ISBN 978-80-204-3197-4.  
DUCCIO, Demetrio. Zabawa na tle zycia. Kraków: Drukarnia, 1999. ISBN 83-88030-27-2.  
FROMM, Erich. Umění být. Praha: Naše vojsko, 1994. ISBN 80-206-0225-9.  
ŠVARŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.  
VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří. Praha: Karolinum, 2007. ISBN: 978-80-246-1318-5.

Vedoucí diplomové práce:

doc. PhDr. Mgr. Jaroslav Balvín, CSc.

Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce:

22. listopadu 2016

Termín odevzdání diplomové práce:

20. dubna 2017

Ve Zlíně dne 22. listopadu 2016

  
doc. Ing. Anežka Lengalová, Ph.D.  
děkanka

L.S.

  
Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## 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 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.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně ..... 3. dubna 2017

.....  
Kahudkova

<sup>1)</sup> zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů

(2) *Dizertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlášení 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 výtisk, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Plátní, žs odevzdaním 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 nezahrnuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, uděje-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). *Odpráve-li autor takového díla udělil svolení bez věcného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybnějiého projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 nstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licencí, 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 přihlédnou k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Cílem práce je zjistit, jak ovlivňuje sociální prostředí duchovní život seniorů. V teoretické části diplomové práce se seznámíme s odbornou literaturou, která se touto problematikou zabývá. V další kapitole se zaměříme na sociální prostředí z pohledu teorií. V poslední kapitole teoretické práce se seznámíme s teoriemi zaměřenými na kvalitu života. Podkladem pro empirickou část práce jsou strukturované rozhovory obsahující biografii seniorů. Pokušíme se zjistit, které aspekty sociálního prostředí ovlivňují jejich život v návaznosti na kvalitu duchovního života.

Klíčová slova: senior, sociální prostředí, kvalita života, biografie, smysl života.

## **ABSTRACT**

The aim of this thesis is to find out how social environment affects the spiritual dimension of life of elders. In the theoretical part of this master thesis we introduce relevant scholarly literature from the field. In the next chapter we discuss social environment from a theoretical point of view. The last theoretical chapter of the thesis is where we introduce theories focused on quality of life. Structured interviews containing biography of the elders forms the basis for the empirical part of the thesis. We focus on finding out which aspects of social environment affect them in the area of spiritual life.

Keywords: elder, social environment, quality of life, biography, meaning of life.

Děkuji doc. PhDr. Mgr. Jaroslavu Balvínovi, CSc. vedoucímu mé diplomové práce za odborné vedení, trpělivost a cenné rady. Poděkování patří mé rodině a přátelům za jejich pochopení a podporu. Seniorům děkuji za jejich ochotu a otevřenost.

Motto: „Dbejme, aby stáří nedělalo vrásky na duši, když je dělá na tváři.“

Michel de Montaigne

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

# OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>12</b>
<b>1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM A POJMŮM.....</b>	<b>13</b>
1.1 STAV ZKOUMANÉHO TÉMATU V DOMÁCÍ LITERATUŘE .....	13
1.2 STAV ZKOUMANÉHO TÉMATU V ZAHRANIČNÍ LITERATUŘE.....	14
1.3 TEORIE PRÁCE S BIBLIOGRAFIÍ V CIZOJAZYČNÉ LITERATUŘE.....	15
1.4 SOCIÁLNĚ PEDAGOGICKÝ ROZMĚR .....	15
1.5 ZÁKLADNÍ POJMY .....	16
<b>2 SENIOR A SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ.....</b>	<b>19</b>
2.1 RODINNÉ PROSTŘEDÍ SENIORA.....	19
2.2 PRACOVNÍ PROSTŘEDÍ SENIORA.....	20
2.3 SPOLEČENSKÉ PROSTŘEDÍ SENIORA .....	20
2.3.1 Společenské prostředí seniora v pobytovém zařízení .....	21
<b>3 KVALITA ŽIVOTA.....</b>	<b>23</b>
3.1 KVALITA DUCHOVNÍHO ŽIVOTA .....	24
3.1.1 Svědomí.....	24
3.1.2 Vůle .....	25
<b>4 BÖHMŮV PSYCHOBIOGRAFICKÝ MODEL PÉČE.....</b>	<b>26</b>
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>27</b>
<b>5 VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....</b>	<b>28</b>
5.1 METODOLOGIE .....	28
5.2 BIOGRAFICKÝ DESING VE VÝZKUMNÉM ŠETŘENÍ .....	28
<b>6 BIOGRAFIE PANA ANTONÍNA .....</b>	<b>30</b>
6.1 VYUŽITÍ KNIHY ŽIVOTA U PANA ANTONÍNA .....	32
6.2 KATEGORIE .....	33
6.3 SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT V DĚTSTVÍ PANA ANTONÍNA.....	34
6.4 SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT V MLÁDÍ PANA ANTONÍNA.....	35
6.5 SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT V DOSPĚLOSTI PANA ANTONÍNA.....	36
6.6 SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT VE STÁŘÍ PANA ANTONÍNA.....	37
<b>7 BIOGRAFIE PANA FRANTIŠKA .....</b>	<b>38</b>



7.1	VYUŽITÍ KNIHY ŽIVOTA PANA FRANTIŠKA .....	40
7.2	SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT V DĚTSTVÍ PANA FRANTIŠKA.....	41
7.3	SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT V MLÁDÍ PANA FRANTIŠKA.....	43
7.4	SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT V DOSPĚLOSTI PANA FRANTIŠKA.....	44
7.5	SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ OVLIVŇUJÍCÍ DUCHOVNÍ ŽIVOT VE STÁŘÍ PANA FRANTIŠKA.....	45
<b>8</b>	<b>VYHODNOCENÍ DAT.....</b>	<b>46</b>
8.1	VÝSLEDKY VÝZKUMU .....	46
8.2	DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	48
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>51</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>53</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>55</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>56</b>

## ÚVOD

Život je dar, nehmatatelný, nedá se uchopit, to co dostáváme na počátku naší existence. Procházíme jím a tvoříme si jej obklopeni podněty z našeho sociálního prostředí, které je spojeno s kulturou země, kraje, města, do kterého se narodíme, ve kterém žijeme, vyrůstáme a pracujeme. *V sociálním prostředí se uplatňují sociální normy, které se mohou týkat rodiny, skupiny vrstevníků, organizace, případně celé společnosti.* (Fehr, Fischbacher, 2004). Tyto sociální normy jsou důležité pro fungování společnosti a my lidé jsme účastníky společnosti a její normy nás v menší či větší míře ovlivňují po celý náš život. V mládí vnímáme svět prostřednictvím nových poznatků, vjemů a událostí, které se nám v životě odehrávají a jsou zpravidla určující pro náš další směr a vývoj ve sféře osobní i profesní. V tomto období nemáme mnoho životních zkušeností, abychom mohli srovnávat a čerpat návod či inspiraci pro náš život z toho, co jsme si „odžili“. Během našeho života se naše postoje mění a získáváme mnoho životních zkušeností, na jejichž základech si můžeme myslet, vnímat jestli náš život má smysl.

Žijeme v moderní době, v době dostatku a blahobytu, v době úžasných technických vynálezů, prostě v době, ve které by měl být člověk šťastný. Je tomu skutečně tak? Nebo se nám to štěstí, zejména u druhých, jen tak jeví. Cítíme to štěstí i vnitřně v sobě samém? Dojde-li k naplnění našeho smyslu života v našem produktivním životě, budeme ho hledat i v době, kdy jsme produktivní život opustili a zůstali jsme na tak zvaném odpočinku? Jde s námi jednou nabytý smysl pro co žít po celý život nebo se ztrácí a je nahrazován novými pocity štěstí? Pokud se ohlédneme za naším životem a zrekapitulujeme ho, naplní nás to štěstím či nespokojeností? A co v nás vyvolá touhu jít za něčím novým, nebo už se nesnažit a vše nechat tak jak je? Jaký má náš život smysl? Dokážeme žít, pokud náš život nemá smysl? A co určuje smysl našeho života? Jaké faktory ovlivňují náš hodnotový systém pro klíčování smyslu života? Tyto a mnohé další podobné otázky si stále častěji kladou lidé ve svém životě, ale jsou i předmětem zkoumání odborníků z různých vědeckých oborů.

V životě procházíme postupnými proměnami, s přibývajícím věkem dochází i k změnám sociálních rolí. Jednou z nevyraznějších životních a zlomových změn je odchod do důchodu. Senior ztrácí v mnoha případech svou profesní roli a snaží se realizovat ve svém novém světě podle svých možností finančních, fyzických i duchovních. Je na něm, co zvolí jako náplň svého života, mnoho faktorů jej může omezovat nebo naopak povzbuzovat. Které

to z pohledu jeho duchovního života mohou být? *Duchovní hodnoty směřují člověka k přesažení jeho individuality. Nezbytnou podmínkou pro to, aby člověk žil, prožíval a jednal s pocitem smysluplnosti, je mít něco, pro co stojí za to žít* (Kubátová, 2010).

V naší práci se seznámíme s teoriemi, které se týkají sociálního prostředí, kvality života a biografie (knihy života). V průzkumu se zaměříme na zpracování biografie seniorů, jejím prostřednictvím se pokusíme zachytit krok za krokem život konkrétních seniorů a lépe popsat vliv jejich sociálního prostředí, ve kterém se po celý svůj život pohybovali.

Snažili jsme se zachytit, jak senioři vnímají svůj příběh života. Co mohlo ovlivnit v rámci působení sociálního prostředí jejich vnitřní duchovní život. Za tímto účelem jsme si vybrali dva respondenty v seniorském věku. Oba vybraní aktéři výzkumu jsou v aktivním odpočinku. Pokusíme se zjistit, prostřednictvím knihy života, jak sociální prostředí mohlo ovlivnit během jejich cesty životem jejich individuality v rámci duchovního života. Jestli se úspěšně naplnil smysl jejich života, to něco, za co jim stojí žít.

## I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM A POJMŮM

V každé vědě jsou významné publikace, které nám poskytují důležité informace k rozšíření našich znalostí a vědomostí. V sociální pedagogice je to zvláště důležité pro profesionalizaci a růst odborníků. Poznatky v této oblasti jsou ovlivněny aktuálními změnami ze sociálního prostředí, které se mění na základě vývoje konkrétní společnosti, jejích potřeb a priorit. V následující kapitole se seznámíme s některými publikacemi, které je možné uplatnit v návaznosti na téma práce.

### 1.1 Stav zkoumaného tématu v domácí literatuře

Na obsahu knihy UMĚNÍ ŽÍT A STÁRNOUT se podílel kolektiv autorů pod vedením Josefa Wolfa. Je zaměřena na oblast lidského života, a to na proces stárnutí a samotné stáří. Smyslem knihy je poskytnout základní informace z oblasti gerontologie. Předkládá návod, jak prožít stáří v klidu, pohodě a harmonii. Problematika gerontologie je popsána postupně, jak se jí zabývají obory sociologie, psychologie, přes biologii, antropologii, pedagogiku, ekologii, estetiku a také zdravotnictví. V knize se objevuje citát z Vševýchovy J. A. Komenského: „*Celý lidský život je školou*“. Stárnutí je popsáno i z historického hlediska, následuje pohled na stáří ve společnosti, dále na stáří a rodinu, stáří a práci. Samostatně byla v knize zpracována problematika biologie stárnutí. Pro naši práci byly důležité kapitoly o postavení starého člověka v jeho sociálním prostředí a také kapitola o výchově ke stáří a stárnutí.

PSYCHOLOGIE POCITŮ ŠTĚSTÍ je kniha známého a uznávaného psychologa profesora Jaro Křivohlavého, která se zabývá kladnými emociálními zážitky, jež charakterizují náš emociální stav. Kniha vychází z řady výsledků empirických experimentálních prací, které se touto problematikou zabývaly. V úvodu knihy se autor zabývá základními okruhy týkajícími se pocitu štěstí a popisuje situace, kdy se člověk s těmito pocity setkává nejčastěji. Naznačuje také, do které oblasti psychologie bychom měli pocity štěstí zařazovat a jak pracovat s emocemi a city, které ve svém kladném vyjádření pocitu štěstí evokují.

V samotné knize se autor zabývá psychologií v určitých oblastech sociálního prostředí, například vztahem mezi prací a našimi pocity štěstí. Zabývá se otázkami vztahů mezi lidmi, otázkami připoutání, přátelstvím apod. Velmi zajímavou částí je kapitola o vlivu věku na pocit životního štěstí. V další kapitole pak rozpracovává pojmy chápání smysluplnosti života nebo angažovanost člověka. V jedné z podkapitol se kniha zabývá štěstím jako zážitkem o

dobře, účelně a smysluplně prožitém životě. V poslední kapitole se zabývá filosofickým pohledem na problematiku štěstí. Závěr knihy pak věnuje otázkám aplikace zjištěných poznatků do běžného života člověka.

Knihy pod názvem ŠTĚSTÍ TROCHU JINAK od autorky Evy Adamové je zaměřena na téma „kvality života“. Autorka sama uvádí, že samotný pojem je velmi nejasný a jeho kontroverznost spočívá zejména v tom, že neexistuje nějaká definice tohoto pojmu, která by byla všeobecně přijímaná. Stejně tak neexistuje ani jednoznačné stanovení toho, co kvalita života obsahuje a co ji z individuálního hlediska člověka tvoří. Všeobecně se uznává, že štěstí je to, co činí kvalitu života pro člověka smysluplným životem. Na pojem štěstí autorka nahlíží z pohledu románových hrdinů nejznámějších děl světové literatury a tím se vypravila za poznáním člověka jako sebe samotného, ale i druhých.

Ve své knize autorka vymezila okruhy vztahů, ve kterých se štěstí vyskytuje ve velké míře, zejména pokud se týká lásky a přátelství nebo vztahů mezi dvěma generacemi, ale i vztahy člověka ke společnosti v tom širším pojetí, oblast radostí všedního života, pýchy člověka a jeho samolibosti, ale i oblast peněz a přepychu. Tímto autorka ukazuje, že oblast vztahů je natolik významná a natolik rozsáhlá, že se jim nevyhnula ani literární tvorba a že jsou naopak obsahem těch nejvýznamnějších světových děl.

Autorka ukazuje, že v literatuře najdeme celou škálu základních povahových a charakterových typů. Nejen přemíra citů, pocitů, vznětů a z toho vyplývající vášně, radost, zoufalství, láska nebo nenávisť, ale jsou zde popsány i různé lidské situace a konflikty.

## 1.2 Stav zkoumaného tématu v zahraniční literatuře

Tony Buzan je anglický autor, který uvedl ve známost myšlenkové mapy. Ve své autorské publikaci pod názvem SÍLA DUCHOVNÍ INTELIGENCE se zabývá povahou spirituality a ukazuje, jak může člověk tuto duchovní spiritualitu pěstovat. Kniha nám umožní nalézat dávno zapomenuté vlastnosti z dětství, jako je nadšení, veselá mysl, energie a vytrvalost, které nás postupně opouštěly, když začaly ubývat životní síly. Autor také ukazuje, jak pěstovat vnitřní klid, jak lépe zvládat stres. Velmi pozitivní a přínosné v této knize je fakt, že autor používá jako příklady skutečné příběhy skutečných lidí, jako byla například princezna Diana, kosmonautka Valentina Těreškovová a další známé osobnosti. Zajímavé jsou kapitoly, které se zabývají životními vizemi a cíli a také obsahují návod, jak prozkoumat hodnoty důležité pro člověka.

Autor Erich FROMM napsal knihu MÍT NEBO BÝT, zaměřenou na otázky bytí. Pochopení a láska jsou podle Fromma charakteristické rysy orientace k bytí. Dnešní doba posiluje individuální narcismus a neschopnost rozumět druhým a milovat druhé. Nová, moderní společnost, takto člověka směřuje k realizaci v oblasti mít jako vlastnit. Čím víc člověk má, tím víc touží po dalších věcech a shromažďování majetku. Toto jednání prospívá ekonomice a ekonomika produkuje zisky a ze zisků se opět znovu nakupuje a shromažďuje. Člověk na prvním místě preferuje mít, ale už nemá čas se zamýšlet nad svým být. Na otázku, zdali je člověk šťastný, si odpovídá: měl bych být, když mám všechno, velký perfektně vybavený dům, bazén, horskou chatu, auta, dovolenou v zahraničí apod. A ti trochu upřímnější dodávají, asi jsem šťastný, ale něco mi chybí. Kniha nám může sloužit jako průvodce k tvůrčímu sebeuvědomění při zamyšlení nad tím, zda mít či být.

### 1.3 Teorie práce s bibliografií v cizojazyčné literatuře

Kniha ZABAWA NA TLE ŻYCIA je původní publikace italského autora Duccio Demetria, který je profesorem a jedním z nejvýznamnějších představitelů andragogiky v Itálii. Základním pojmem, provázejícím celou knihu, je rekonstrukce vzpomínek. Autor popisuje, jak je každý schopen si vzpomínky vybavit a pracovat s nimi za účelem své vlastní aktivizace. Vyzdvihuje význam autobiografie, jejím prostřednictvím máme možnost jemně uchopit vzpomínky a být archeologem svého života. Duchovní život je individuálně úzce spjat se vzpomínkami, které naplňují život seniorů. Propojují jejich minulost ze současností. Příjemná vzpomínka, pokud je vyvolána, může být pro seniory pozitivním obohacením jejich života. Kniha obsahuje dvě části: hru a ve druhé části jsou popsány postupy ke třiceti hrám rozdělených do tří celků pod názvy: vyvolání obrazů z minulosti, vzpomínka a skládání střípků minulosti. Kniha byla vydána v polském jazyce.

### 1.4 Sociálně pedagogický rozměr

Práce se seniory je převážně zaměřená na motivování seniorů k činnosti a aktivitě. Jde o činnost, která motivuje seniora k aktivitě v rámci fyzické nebo duchovní činnosti. Významný vliv má v této oblasti učení. Sociální prostředí dostává sociálně pedagogický rozměr, případně sociálně andragogický rozměr, podle toho, zdali se vzdělání realizuje jako absolvování základního, středního, případně vysokoškolského vzdělávání, anebo pak

v rámci celoživotního vzdělávání, jako je zdokonalování ve své profesi, případně při realizaci svých volnočasových aktivit. Pro seniory jsou významné možnosti učení v rámci celoživotního vzdělávání nebo při realizaci volnočasových aktivit. Vzhledem k možným omezením seniora je důležité mít znalosti z oblasti sociologie, pedagogiky a psychologie. Tady se nám otevírá velký prostor pro implementaci empatie, mezigenerační inteligence a odborných znalostí, které jsme uvedli výše.

*„Chce-li se kdokoliv s kýmkoliv ze zúčastněných dorozumět, musí obraz druhého vzít v úvahu, musí ho pochopit ze vnitř, jako součást vnitřního světa druhého – což vůbec neznamená, že se s ním musí ztotožnit.“* (Kopřiva, 2006, 30-31).

V naší práci se zabýváme působením sociálního prostředí, které obklopuje člověka po celý jeho život. Senior má mnoho zkušeností, zážitků pozitivních či negativních, které ho formovaly. Podle nich jedná při setkávání s ostatními lidmi ve společnosti, a to jak ve své rodině, tak při zařizování běžných záležitostí ve svém životě. Proto je důležité umět se vcítit a pochopit jeho možnosti, které jsou často omezeny biologickým stárnutím. *„Výraz „biologický věk“ poukazuje na objektivní stav fyzického vývoje či degenerace. Obecně je tento pojem užíván poměrně volně k vyjádření celkového stavu lidského organismu“.* (Hamilton, 1999, s. 22) Vzhledem k omezením, která nastupují během života seniora, je důležité znát jeho individuální omezení a umět na ně reagovat v komparaci s jeho možnostmi. To nám poslouží k tomu, abychom dokázali konkrétně zacílit na jeho potřeby při realizaci v sociální práci k jeho plné spokojenosti.

Duchovní život je v rámci sociálně pedagogického rozměru stejně neuchopitelný a různorodý, jako je vnitřní působení energie v rámci jednoho jediného člověka. I zde dbáme na individualitu seniora a jsme mu spíše partnerem a pomocníkem. V této oblasti shledáváme, že je podstatné umět se seniory komunikovat v jejich duchu.

## 1.5 Základní pojmy

**Senior** je všeobecné označení pro jedince, který ukončil svou profesní kariéru a jeho věk dosahuje hranice pro výplatu dávek starobního důchodu. *S pojmem senior velmi úzce souvisí dva další pojmy a to stárnutí a stáří, které si jsou velmi podobné, ale nelze je vzájemně zaměňovat. Stárnutí je proces, jehož důsledkem je různý stupeň stáří. Jedná se tedy o onto-*



*genetický vývojové etapy v životě člověka, které navazují na předcházející životní fáze. Stárnutí je závěrečnou fází lidského vývoje a proto je nutné jej posuzovat jako neoddělitelnou součást celoživotní proměny člověka. Zákonitosti, příčiny, mechanismy a projevy stárnutí zkoumá věda nazývaná se gerontologie. (Zavázalová 2001, str. 7)*

**Duchovní život:** význam tohoto označení je poměrně diskutabilní, existují autoři, kteří je označují za záležitost duchovní v rámci víry. Dále ho můžeme vnímat, a to bude pro naši práci směrodatné, jako smysl života. Co nás naplňuje v rámci našich přání, zážitků a cesta k pocitům štěstí.

**Sociální prostředí** je vše, co člověka obklopuje v rámci vztahů, při realizaci činností ve společnosti, při uplatňování jeho dovedností, znalostí a činností v rámci skupiny lidí, a to jak v oblasti blízké rodiny, tak vnějšího sociálního prostředí.

**Kohorta:** v souvislosti se seniory je označení pro generační skupinu, která si je věkově blízká, tedy jejich věk je shodný, případně se pohybuje v rozpětí deseti let.

**Status** chápeme jako označení plynoucí ze sociálního nebo profesního zařazení. Jako příklad uvádíme oslovení: pane doktore. Toto oslovení zůstává i pokud člověk nevykonává svou aktivní praxi.

**Sociální role** se v našem životě mění v závislosti na činnosti nebo na vztazích, v kterých se pohybujeme. Pro seniora to mohou být slovní označení, jako babička, děda, klient, pacient, zákazník.

**Smysl života** je pro každého jedince individuální podle priorit, které jsou pro něj důležité a určující pro jeho život. Značný vliv má na náš smysl života sociální okolí, které nás obklopuje od útlého dětství.

**Vzpomínky** jsou významnou a objemnou náplní života seniorů. Vzhledem k tomu, že většina z nich už nepracuje a mají dostatek volného času, mohou vzpomínat, co se jim v životě odehrálo a hodnotit svůj život. Pokud jsou vzpomínky příjemné, mohou být impulzem pro navození pocitu štěstí.

**Biografie** je podle řeckého bio tedy život a grafie psát. Jde o metodu zachycování života člověka formou psaní. Popisuje konkrétní události ze života člověka, které ho potkaly od narození po současný věkový stav. Biografii lze psát volným způsobem, nebo podle předem rozdělených období, která mohou být seřazena chronologicky za sebou.

*Štěstí používáme v různých podobách. Například jako vnější projev určité události (například výhra v loterii, úspěšnost u zkoušky apod.) Méně často je, ale používán tento pojem jako „blaženost“, to je vnitřní pocit, který zažíváme dlouhodobě, například jsem v manželství šťastný, mám štěstí, že mám takovou práci apod. Pojem „blaženost“ se používá velmi málo. Pojem štěstí je subjektivní, protože každý jedinec pod ním vidí něco jiného. Například, kdo onemocní, tak štěstím mu bude zdraví, kdo je chudý, tak štěstím mu bude bohatství, a kdo je nezdělaný, tak štěstím mu bude dosažení vzdělání. Obě polohy štěstí v nás vyvolávají pocity spokojenosti a úspěšnosti. U seniorů se setkáváme s oběma podobami, jak s krátkodobým štěstím, tak i s pocitem šťastného života. (Synek 2011, s. 24-26)*

**Motiv:** prostředek k cíli, proč něco děláme, učíme se a zkoušíme. Sami si ho určujeme podle individuálních priorit, které jsou pro nás důležité. Motiv je vnitřní chování člověka, je to pohnutka, je to příčina, proč se člověk chová tak, jak se chová.

## 2 SENIOR A SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ

Sociální prostředí je součástí života seniora, stejně jako on je součástí sociálního prostředí. Člověk je sociální tvor a v sociálním prostředí se pohybuje od narození do své smrti. V diplomové práci se zabýváme vlivem sociálního prostředí na kvalitu duchovního života seniorů. Sám název na nás může působit dojmem, že jde o sociální prostředí, ve kterém se senioři aktuálně nachází a pohybují. V této práci máme ale na mysli celý život člověka, a tudíž všechna sociální prostředí, kterými člověk ve svém životě prošel včetně toho, ve kterém se momentálně nachází. Stále častěji se v této souvislosti hovoří o „Knize života“ člověka, která se začne psát okamžikem jeho narození a je uzavřena okamžikem jeho smrti. Pro život člověka hrají významnou roli různé zážitky, kterými si člověk prošel, a to jak těmi pozitivními, tak i těmi traumatizujícími. Člověk je ve své podstatě tvor společenský, tedy tvor, který nemůže žít bez sociálního prostředí. To odpovídá i tomu, že se člověk od svého narození pohybuje v různých sociálních prostředích, která si mnohdy vybírá sám, ale stává se jejich součástí i proti své vůli. Do primární rodiny se narodí, tu si vybrat nemůže, ale může si již vybrat a formovat sekundární rodinu, může si vybrat i určité pracovní prostředí. Vzhledem k tomu je opodstatněné pohlížet na sociální prostředí života seniora od jeho narození. *„Výzkumy provedené ve velkých skupinách osob vedou k závěrům, že dospělý člověk čerpá uspokojení hlavně ve třech životních sférách: v rodinném, pracovním a společenském životě“*. (Wolf, 362, s. 167) Tyto tři základní sociální prostředí trvají v rámci života člověka nejdéle.

### 2.1 Rodinné prostředí seniora

Každého člověka formuje sociální prostředí, ve kterém se po celý svůj život nacházel. Prvním takovým prostředím je rodina, ve které člověk vyrůstá a dospívá. Sociální návyky, které dítě získává prostřednictvím vzoru svých rodičů, jsou jedny z nejdůležitějších, budou se prolínat jeho životem i v dospělosti a stáří. Během života člověk zakládá svoji rodinu, ve které vychovává své děti. Postupně děti opouští rodinné hnízdo a senior zůstává se svým životním partnerem sám. Senior je pro mnohé rodiny pokladem, zvláště tam, kde je rozvinutá komunikace v rodině a její účastníci spolu sdílejí životní události. V tomto prostředí jedinec zažívá radost, smutek, štěstí i neštěstí z neúspěchu. Dostává se mu zpětné vazby od jeho blízkých osob, i když komunikace s individualitami jako jsou senioři je specifická, je pro něj tato návaznost velmi obohacující. *„Potřeba sociálního kontaktu a citové vazby má rovněž velký význam, někdy může být dost intenzivní, starší senioři jsou hodně závislí na vztazích s nejbližšími lidmi, důležitý je příslušnost k nějaké skupině, především rodině“*. (Vágnerová,

2007, s. 413) Senioři jsou ohroženi uzavřením své osoby před světem, právě tím, že mají více času, než ve svém produktivním věku. Tato situace může nastat, pokud senior nemá spojení se sociálním prostředím, kterého je rodina součástí. V posledních letech přibývá seniorů, kteří zůstávají sami bez své blízké rodiny. K těmto situacím dochází v případech, kdy se děti seniorů odstěhovaly, nebo cestují za prací a jsou zaneprázdněny a nemají dostatek možností věnovat se svým rodičům, případně dochází k úmrtí partnera a druhý partner zůstává sám. Jednou z možností, jak naplnit samotu, kterou senior může pociťovat, je realizovat se v pracovním životě.

## 2.2 Pracovní prostředí seniora

V tomto prostředí se člověk naučil podávat pracovní výkony zaměřené na jeho profesi, tady pociťoval, co je to mít úspěch, a poznal dobrý pocit z dobře odvedené práce. Také poznal pocity zklamání, kdy se mu práce nedařila, a nemuselo to být právě jeho přičiněním. Bylo to prostředí, které mu umožnilo se realizovat v pracovní činnosti za účelem získávání finančních prostředků a u některých lidí to byl prostor pro uskutečňování jejich plánů a snů, pokud je práce naplňovala a bavila. V seniorském věku se stává, že mnoho seniorů o toto prostředí poskytující mnoho sociálních kontaktů přichází odchodem do důchodu. Naše současná společnost je naprogramována tak, že protěžovaný kult mládí je neúprosně nastaven na stále mladší a mladší věk. Vzhledem k tomu je pro seniora, který má chuť a energii realizovat se ve společnosti a ještě by se chtěl uplatnit v pracovním prostředí, velmi obtížné najít vhodnou práci. Existují ovšem výjimky, a to v oblastech, které nepožadují fyzické výkony a práce zde není lukrativně placena. Jde o oblasti školství, sociální práce, lékařství, administrativu a další. Společnost vysílá jasné signály, že seniory v pracovním procesu nepotřebuje. Toto můžeme vnímat jako obecné měřítko většinové společnosti. V každém případě je pro seniora náročné naplnit čas, který trávil v práci, jiným způsobem. Zde dochází k tomu, že si senior začíná upevňovat vztahy a více se časově věnovat vztahům v rámci společenského prostředí.

## 2.3 Společenské prostředí seniora

Toto prostředí nás provází od období, kdy jsme takzvaně opustili mamčinu náruč, začali jsme navazovat přátelské vztahy v rámci školky, školy, případně zaměstnání. Některé z těchto vztahů nám přetrvávají do období, kdy se staneme seniory. *„Otázka vlivu přítomného a minulého okolí na duševní dění a chování má u člověka podstatnou stránku: značnou úlohu v něm zaujímá působení prostředí specificky lidského.* (Balcar, 1991, s. 51)

Nové navazování kontaktů v sociálním prostředí je seniorům umožněno v rámci absolvování koníčků a zájmů. Sféra vzdělávání je pro seniory možností, kde mohou zdokonalit a upevnit své vědomosti a dále uplatnit své znalosti v rámci studia třetího věku.

Společenské prostředí je pro seniory významné z důvodu potřeby integrity. Potřeba někam patřit je důležitá pro každého člověka, právě proto, že člověk je tvor společenský. Pocit spokojenosti získáme, pokud se nám něco daří a také když víme, že na nás někdo myslí. Pokud máme možnost svůj život sdílet s lidmi, kteří nám jsou blízcí, a to jak v rodině, tak ve společnosti, bývá naše integrita naplněna. „*Dosavadní průzkumy potvrzují, že lepší předpoklady k úspěšnému stárnutí mají lidé, kteří jsou vcelku zdraví, mají poměrně dobrý životní standard, dostatek sociálních kontaktů a alespoň jednoho blízkého člověka.* (Wolf, 1982 s. 172

Velká část života člověka je podmíněna odpovědností za rodinu, za vykonanou práci a další oblasti, které se ho bezprostředně týkají. Tato odpovědnost se však postupně čím dál více zmenšuje a senior se může více věnovat svým potřebám a přáním, které si během svého produktivního života nemohl z nějakých důvodů splnit. Přestože v seniorském věku ubývají fyzické síly a duševní stav se mění, může si senior přizpůsobit výběr činností podle toho, co mu tělo i duše umožňuje.

### 2.3.1 Společenské prostředí seniora v pobytovém zařízení

V životě seniorů se vyskytuje jedna ze specifických oblastí ve společenském prostředí, a to je v rámci pobytového zařízení. Tato zařízení jsou určena pro seniory, kteří mají zdravotní omezení, nebo jsou sociálně znevýhodněni. V pobytových zařízeních pro seniory existuje společenské prostředí, které má svoje specifika. Je zde uplatněn řád a pravidla, která jsou v možné míře přizpůsobena klientům. Možnou mírou myslíme, že do některých zařízení si klient nemůže přivést svůj nábytek, či je v zařízení nedostatečná kapacita pro to, aby klient mohl bydlet v pokoji dle svého přání sám. Tyto faktory mohou negativně ovlivňovat duševní rozpoložení klienta, protože není v prostředí, na které je zvyklý a může mít pocit institucionalizace a ne domova. Velkým pozitivem je, že v zařízeních jsou přítomni zdravotní, sociální a rehabilitační pracovníci, kteří vykonávají povinnosti související s jejich obory a ulehčují tak seniorům život. Je důležité zdůraznit, že tato zařízení nahrazují domov, nemohou ho však v plném smyslu naplnit. Pro seniory, stejně jako pro každého člověka, je důležitá svoboda a soběstačnost. Vzhledem k ubývajícím kognitivním a fyzickým funkcím je důležité, aby každá pomoc seniorovi byla poskytována v souladu s integritou klienta a jeho přáními, jež jsou v rámci pobytového zařízení aplikovatelné.

V rodinném, pracovním a společenském prostředí se neustále člověk setkává s novými poznatky, s novými skutečnostmi, s novými věcmi a jevy, které ovlivňují jeho duši a nějakým způsobem formují jeho duchovní život.

### 3 KVALITA ŽIVOTA

Stáří je biologický jev, který potká každého, kdo se ho dožije. Lidé vnímají svá omezení, která jim postupně přichází do života a nelze je přehlížet. Stáří přichází postupně, jeho nástup je u každého jedince individuální, nedá se paušalizovat. Život seniora je v mnoha případech omezen z pohledu fyzických výkonů, jeho tělo je podrobena biologickému stárnutí, a jak se říká, „žádný strom neroste do nebe“. A v této oblasti to platí dvojnásob. Signalizují, že člověk už není schopen podávat fyzické výkony stejné jako v produktivním životě. O to více zaměstnává senior svou mysl a rekapituluje smysl svého života. „*Smysl života chápe, stejně jako V. E. Frankl, jako specifický smysl, jako smysl, který může člověk objevovat a naplňovat, anebo nikoli, a to v konkrétních, jedinečných situacích, událostech, zážitcích a činech svého každodenního života*“. (Kubátová, 2010, s. 126). Při rekapitulaci se soustředí na své vzpomínky, které jsou klíčovými prostředky pro vyhodnocování duchovního života seniora.

Podle českého psychologa Karla Balcara (Kubátová, 2010) má kvalita života tři dimenze. Jde o dimenzi zdraví, dimenzi duševní a dimenzi duchovní. Všechny tři dimenze jsou na sobě závislé a doplňují se, jak zjistil K. Balcar ve svém výzkumu, který provedl na vzorku 350 studentů vysokých škol.

Dimenze zdraví je myšlena jako fyzická zdatnost a fyzická harmonie. Za její znak bylo zvoleno zdraví.

Dimenze duševní jako prožitková, která se podle Balcara „*chápe jako štěstí, přičemž štěstí je definováno jako prožitá slast a uplatňovaná moc*“ (Kubátová, 2010, s. 127). Za znak této dimenze byla zvolena citová pohoda.

Dimenze duchovní je chápána jako existenciální a za její znak byl zvolen životní smysl.

Tyto tři dimenze jsou obsahem života seniora stejně jako u každého člověka v jakémkoliv věku. V seniorském věku se člověk stále více zabývá myšlenkou, jaký to má smysl tu být. Také hodnotí život prostřednictvím smyslu v pozitivní či negativní rovině podle odžitých zážitků a zkušeností, ale také podle naplnění svých životních cílů. Při rekapitulaci svého úspěšného smyslu života může senior konstatovat, že jeho život k něčemu byl, a to se zpětně projevuje na jeho naladění, postavení k životu a pozitivní náladě. Naopak při nenaplnění smyslu života může senior upadat do deprese, být stále více a více nemocen a mít pocit, že je na světě bez pádného důvodu a pro nikoho.

*Pokud je oslabeno svědomí a vůle, které jsou základem duchovní dimenze kvality života, zůstává pouze dimenze duševní a tělesná. Z toho odvozuje, že člověk své jednání vede pouze touhou po moci či pocitu štěstí, což může vést k různým formám závislosti. (Kubátová, 2010, s. 127)*

### **3.1 Kvalita duchovního života**

*„Duchovní kvalita života (míra životního smyslu) je nejvíce ze všech porovnávaných kvalit založena na svobodné volbě postoje a odpovědného jednání vzhledem k příznivým i k nepříznivým okolnostem člověka.“ (Balcar, 2005, s. 258-260)*

Kvalita jako kategorie u člověka pochází jednoznačně ze smyslového vnímání, a toto vnímání je nutně podmíněno samotným člověkem a také okolnostmi, za kterých tuto kvalitu vnímá. *Kdykoliv totiž mluvíme o člověka a řekne se, že to, oč jde, je člověk nebo živočich, praví se tím, co je to, a označuje se podstata, kdykoliv se však vykládá o bílé barvě a řekne se, že to, o čem se vykládá, je bílé nebo barva, praví se tím, co je to, a naznačuje se kvalita. Podobně pak také, běží-li o loketnou vlastnost a řekne se, že to, oč běží, je velikost lokte, poví se tím, co je to, a označuje se kvantita. (Aristotelés 1975, strana 32)*

Tak je to i s kategorií „kvality života“, kdy je rozhodující to, jak člověk tuto kvalitu života vnímá a také za jakých okolností k takovému vnímání došlo. Nelze zaměňovat kvalitu života za jeho kvantitu. Určitě nebude platit, že několik menších štěstí dá dohromady velké štěstí, tak jak se to má u pojmu kvantita. V naší práci budeme pracovat vedle kvality života také s pojmem kvality duchovního života.

#### **3.1.1 Svědomí**

*„Širší pojetí svědomí jako reflexe jednání a úmyslu před po jejich uskutečnění a lze to chápat i jako dobré svědomí, když se jedinec vyhne uskutečnění zlého, a špatné svědomí, když zlé učiní a potom toho lituje“ (Nakonečný, 2013, s. 524)*

Podle Fromma (1947) uveřejněno (Nakonečný 2013 s. 576) dělíme svědomí následujícím způsobem:

- 1. Jako na reakci na zlý čin, přičemž je autoritární svědomí spojeno se superegem a to má kořeny v požadavcích rodičů při výchově dítěte aplikovaných v příkazech a zákazech, tato fascinace autoritou může trvat celý život*



2. *Hlas pravého já. Je to vyvinutý vztah k hodnotám založený na zkušenostech a je součástí sebepojetí a sebehodnocení*

### **3.1.2 Vůle**

E. Webb uvádí (1915), uveřejněno (Nakonečný, 2013 s. 592), že *vůle je vlastnost osobnosti vyjadřující schopnost kontroly a potlačování nevhodného chování, ale i úsilí překonávat překážky při plnění vytyčených a vzdálených cílů*. V našem prostředí to můžeme pojmenovat tahem na branku, kdy se jedinec soustředí na dokončení nějaké činnosti vedené vhodnou motivací ke konkrétnímu cíli.

## 4 BÖHMŮV PSYCHOBIOGRAFICKÝ MODEL PÉČE

Erwin Böhm je rakouský profesor, uznávaný vědec, autor psychobiografického modelu péče i autor nových terminologií v gerontologii. Na jeho teorii, založené na poznatcích z přímé praxe a skloubené s poznatky teorií z psychologie Sigmunda Freuda a Erika Eriksona, funguje přes 100 domů pro seniory v celé Evropě.

*Böhm tvrdí, že co je normální pro člověka, je zapsáno vždy v jeho knize života a vše, co za život poznal a prožil, ovlivňuje jeho princip normality, který může být diametrálně odlišný od principu normality osoby pečující.* (Procházková, 2014, s. 43)

V našem průzkumu budeme pracovat se součástí psychobiografického modelu péče. Vzhledem k tomu, že oba senioři, kteří se budou účastnit, našeho zkoumání, jsou soběstační a ani jeden z nich nežije v domově pro seniory nebo jiném pobytovém zařízení, postačí nám pro náš záměr výzkumného šetření biografický list, který je chronologicky seřazen do následujících kategorií:

1. **Dětství:** tato kategorie obsahuje dvacet témat nebo otázek formulovaných na vývoj v dětství.
2. **Mládí:** obsahem kategorie je deset témat, která jsou zaměřena na získávání vzpomínek v průběhu mládí.
3. **Dospělost:** tato kategorie zahrnuje patnáct témat období produktivního života.
4. **Stáří:** poslední kategorie je zaměřena na seniorský věk a události, děje a vzpomínky v něm uskutečněné.

Na základě těchto kategorií vypracujeme otázky pro strukturovaný rozhovor, sestavíme knihu života. Prostřednictvím těchto nástrojů budeme mapovat život seniorů. Tak získáme podrobný a průřezový přehled do jejich sociálního prostředí, ve kterém se pohybovali a pohybují a pokusíme se zjistit pomocí kvalitativního průzkumu a jeho metod, jak ovlivňuje sociální prostředí duchovní život seniorů v návaznostech na jejich prožitky během jejich celého života.

## II. PRAKTICKÁ ČÁST

## 5 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Cílem našeho výzkumu je, zda dokážeme za použití biografie (knihy života) a vyprávění seniorů o jejich životě zjistit, jak sociální prostředí seniorů, ve kterém se během života pohybovali, ovlivňovalo jejich vnitřní, duchovní život.

Vo1 Pokud se ohlédnete za vaším životem a zrekapitulujete ho, naplní vás to štěstím či nespokojeností?

Vo2 Dojde-li u seniorů k naplnění jejich smyslu života v jejich produktivním životě, budou ho hledat i v době, kdy produktivní život opustili a zůstali na tak zvaném odpočinku?

Vo3 Pomohla Vám při vybavování vzpomínek z vašeho života kniha vašeho života?

V našem praktickém výzkumu se budeme zabývat mapováním života konkrétních seniorů, budeme zkoumat, jak jejich individuální životní cesty ovlivnilo sociální prostředí, ve kterém se pohybovali. Pomocí získaných informací se pokusíme interpretovat, jak je ovlivnily v jejich duchovním životě události, které jsou spojeny s vývojem našich účastníků výzkumu.

### 5.1 Metodologie

V naší práci jsme přistupovali k volbě metodologie výzkumu z pohledu individualit respondentů, z tohoto důvodu byl zvolen pro realizaci výzkumu kvalitativní výzkum, který je podle našeho názoru vhodným prostředkem ke zpracování dat týkajících se našeho výzkumného problému. Budeme zkoumat životy seniorů, a to každý individuálně. Vzhledem k tomu, že potřebujeme zmapovat celý život seniorů od narození po současnou dobu a potřebujeme se ponořit do hloubky zkoumaného tématu, zvolili jsme biografický desing. Prostřednictvím opakovaných rozhovorů v návaznosti na vypracování knihy života, otevřeným a axiálním kódováním se pokusíme zjistit, jaké má sociální prostředí vliv na duchovní život seniorů.

### 5.2 Biografický desing ve výzkumném šetření

Senioři, které jsme oslovili pro náš výzkum, nás znali již z dřívějšího období, prostřednictvím našeho působení v neziskové organizaci, která se zabývá sociální prací pro seniory. To je pro náš výzkum výhodou z hlediska důvěry, kterou jsme si se seniory vybudovali. Výzkumný vzorek pro náš výzkum jsme vybrali záměrným výběrem. Hlavními aktéry našeho výzkumu jsou dva senioři, muži. Tito senioři jsou soběstační a bydlí v současné době ve

stejně lokalitě, a to ve Zlínské kraji. Jsou již na aktivním odpočinku. Narodili se přibližně ve stejném období. Pan Antonín v roce 1947 a pan František v roce 1942.

Senioři byli seznámeni s formou získávání informací pro náš výzkum. Podrobně jsme každému zvláště vysvětlili náplň a obsah našeho zkoumání. Senioři měli zájem zůstat v anonymitě. Toto jejich přání respektujeme, proto veškerá konkrétní data, která by je mohla blíže identifikovat a jsou spojená s jejich osobami, nebudeme zveřejňovat.

Naší metodou pro získání dat je rozhovor. Vzhledem k tomu, že jde o seniory a mají za sebou spoustu zkušeností a zážitků ze svého života, vybrali jsme rozhovor strukturovaný. Rozhovor budeme řadit chronologicky dle životních období, počínaje dětstvím a konče stářím. Otázky jsou otevřené a při jejich pokládání se nebudeme snažit korigovat odpovědi, pokud si dotazovaní vybaví události spontánně a mimo časovou posloupnost.

Rozhovory byly realizovány u každého seniora individuálně v jejich přirozeném domácím prostředí a jsou rozvrženy do několika schůzek. Časový průběh schůzek jsme rozplánovali v průběhu jednoho roku a předpokládali jsme, že budeme flexibilně reagovat na případné vzniklé situace z nedostatku časových možností či jiných překážek, které se mohly během výzkumu objevit.

## 6 BIOGRAFIE PANA ANTONÍNA

Senior Antonín se narodil v městečku na Moravě v roce 1947 jako třetí dítě. Jeho sourozenci o jedenáct let starší, chlapec a děvče, byli dvojčata. Oba sourozenci byli prohlášeni za mrtvé, údajně zahynuli v koncentračním táboře. Otec pracoval jako voják z povolání, holič a personalista. Matka vykonávala práci dělnice a po válce zůstala jako žena v domácnosti.

### Dětství

Narodil se doma a vyrůstal na vesnici, kde žil do svých patnácti let. Bydleli v rodinném domku, který v té době jeho otec přestavoval, a během přestavby obývali jednu místnost. Na začátku přestavby to bylo téměř zbořeniště. Ve volném čase bylo zakázáno kouřit a pít, jinak bylo povoleno vše. Výchova nebyla žádná, samovýchova, regulovaná strachem výprasku od otce, držel se při zemi, nikdy nenastala. Jak sám uvádí: „*Byl jsem vůdčí osobnost a dareba*“. Rád vyřezával figurky ze dřeva, řezal a měřil desky, také pomáhal při míchání malty a zdění. Zajímal se o pěstování rostlin na zahrádce a také o vaření. Jeho oblíbenou činností bylo vysvětlovat spolužákům látku do školy. Spolu s kamarády si užívali kouzla venkovských zahrad, zvláště těch, kde bylo co sklídit. Také rádi pomáhali v obchodě, odměnou za vykonanou práci jim byl dvacetník. Jeho tetičky byly cukrářky, často jim pomáhal při umývání šlehačů, a zdobiček i vybavení cukrárny, odměnou byly pro něj zákusky, které se neprodaly. Mezi domácí povinnosti patřilo nošení vody, sekání dřeva a péče o králíky a prasátko, kterým dával vodu a krmivo. Po splnění povinností mohl jít teprve ven. Škola ho bavila, měl samé jedničky a občas z chování dvojku nebo trojku. Na druhém stupni byli první ročník, který měl devátou třídu. Mezi koníčky, které ho provázely dětstvím, patřilo čtení knih, výroba modelů, rukodělné práce, sport-fotbal, lyžování, hokej, hudba-kytara, klavír, trubka, bohužel nebyly peníze na nástroje, tak si nástroje půjčoval. K negativním vzpomínkám řadí nedostatek rodičovské lásky, pohlazení a objetí.

Své dětství hodnotí jako dobré, pohodové a pěkné. Mezi příjemné vzpomínky řadí vánoce a těšení na dárky, vůni vanilky, pečiva, tetiččiny šmetrdolky a pohodu při rodinném povídání.

### Mládí

V patnácti pod vlivem rozhodnutí svého otce nastoupil na vyšší vojenské dělostřelecké učiliště. Studium ukončil předčasně, jak sám prohlásil, v *důsledku své umanutosti jsem ukončil studium*. Chtěl být horníkem, jeho motivací bylo naštvat otce, protože si myslel, *že to dělají jen blbci*. Bez souhlasu rodičů nemohl být v patnácti letech horníkem. Nástup do učení na soustružníka kovů považoval za trest. Vyučil se a šel si splnit sen do Ostravy. Kopat uhlí. Tam byl do vojny i po vojně. V období mládí se cítil absolutně svobodný. Doma pomáhal v domácnosti, vození vody v bečkách na dvoukoláku, nošení dřeva a uhlí. Pomoc při opravě domu, lozil na střechu. Pomáhal se zahradou a s chováním zvířat (slepice, kačeny, husy, králíci, prasátko, koza). Za idoly a vzory považoval válečné hrdiny jako kapitána Dabače (zběhl od nacistické armády k partyzánům), Maresjeva (omrzly mu nohy a znovu se na protězy postavil), oblíbenou měl knihu Vlčí díry. Z běžného života vnímal za vzory pana ředitele školy, faráře, představeného kostela, který ho přivedl k duchovnu a hrával s nimi fotbal. Byl aktivní v kultuře, hrál v divadelním spolku a ve sportu, hrál fotbal.

Z vykonané práce hodnotí, že opakovaná práce bez efektu a bez výsledku, že ho nebavila. Práce na šachtě ho bavila, efekt byl hned vidět a také adrenalin práce spojené s nebezpečím.

Mládí hodnotí jako pěkné mládí, pěkné vzpomínky, nestěžuje si a dodává k tomu, že to vše dělal díky sobě.

### **Dospělost**

Součástí jeho vzdělávání bylo studium Speciální policejní školy, škola byla dvouletá. Byl vyhozen v důsledku neuposlechnutí příkazu při zkoušce ze střelecké přípravy. Poté absolvoval Nástupní policejní školu, ta trvala jeden rok. Pak v Praze dvouletá důstojnická škola - a na to navazující studium střední ekonomické civilní, to trvalo čtyři roky. Poté studium práva na Karlově univerzitě, to bylo šest let, po skončení studium na Vysoké škole ekonomické, to probíhalo čtyři roky, poté studium psychologie na Karlově univerzitě také čtyři roky a souběžně vědecké aspirantury při studiu na obou školách, získané tituly: JUDr., Ing., PhDr., CSc.

Práce byla prioritou (vyšetřovatel násilné trestné činnosti v rámci federace).

V roce 1972 uzavřel sňatek. Za naplnění životního cíle považuje založení rodiny, chtěl mít svoje děti a cítil potřebu mít své zázemí a mít se kam vracet.

Manželství spojuje s povinností postarat se o rodinu a vychovávat děti. Má dvě děti, dceru a syna. Sám příchod potomků a jejich přítomnost ve svém životě označuje za radost ze života,

rád si s nimi hrál a učil je. Důležité také bylo jejich zdraví. Vzhledem k pracovní vyčerpání se i ty pracovní vztahy měnily v kamarádké. Skutečných přátel měl minimum v důsledku práce a nedostatku času na podobné vztahy, těch ostatních kamarádů měl mnoho. Přátelství hodnotí víc než kamarádství. Vztah k věcem označuje, jako žádný není vlastnický typ, spíše uživatelský typ. Ve volném čase se věnoval rodině, sportu s dětmi, turistice, četbě knih a výrobě modelů. Za životní negativum považuje hloupost lidí a problémy v manželství způsobené pracovním vyčerpáním. Věří sám v sebe, ve své schopnosti a schopnosti jiných lidí. Z kultury rád navštěvoval divadelní představení, koncerty vážné hudby, jeho velkým koníčkem byla četba knih. Za minus v dospělosti považuje ztrátu svobody v důsledku práce a manželství. Období dospělosti hodnotí jako velmi pestré. Je pyšný na to, že se dokázal postarat o rodinu, vychoval své děti ke svobodě, vystudoval a byl úspěšný v práci.

### Stáří

Po čtyřiceti letech práce odešel do starobní penze. Pracuje dál a bude pracovat, dokud to půjde. Odchod do penze nikdy citově neprožíval, byla to pro něj formální záležitost. Neztratil povinnosti, ztráta povinností byla nahrazena jinými povinnostmi. Mezi nové úkoly a povinnosti zahrnuje spolupodílení se na výchově vnuků. Odejít ze světa čestně a v klidu a v pohodě. Najít vztah založený na respektu k úctě a lásce. Být šťastný, spokojený a spokojené dělat i ve vztahu ke svému okolí. K novým rolím radí učení se a poznávání nových věcí a oborů, kterým se nemohl v životě věnovat. Obsahem životního bilancování je úspěšnost, vrací se mu ze života to, co do něj vložil zejména v oblasti vzdělání. Svobodný život, prožitý úspěšně ve stoje a ne vkleče. Za zvláštnosti v současnosti označuje zborcení vztahu a čekání na nový, další vzdělávání. Do zvláštností stáří pak zařazuje možnost výběru práce, která ho baví a věnovat jí tolik času, kolik chce. Výchova vnuků bez svazující odpovědnosti. Nejšťastnější období svého života specifikuje jako *celý můj život, zejména děti, vnuci a úspěchy v práci*. Zvláště obtížné období označuje: *vydržet v manželství a studium při práci*. Do budoucna hodnotí, že všechno má před sebou. K odchodu a loučení ho napadají slova:

*„Každý odchod a každé loučení je smutný, pokud je definitivní. Radost přináší okamžik pocitu dalšího shledání a opět loučení, prostě koloběh života.“*

### 6.1 Využití knihy života u pana Antonína

Další schůzka proběhla s panem Antonínem na konci prosince. Vzhledem k jeho vyčerpání v zaměstnání a naší vyčerpání se nám schůzka dříve nepodařila domluvit. Sešli jsme se



v knihovně Františka Bartoše ve Zlíně. Pozdravili jsme se a předali mu knihu života, sestavenou s našich rozhovorů z předcházejících setkání. Poděkoval a posadil se. Namátkou otevřel knihu a začal v ní číst. Mezi jeho rty občas prosvítaly zuby, když se usmíval při čtení. Knihu zavřel a požádal nás, zda si ji může doma v klidu přečíst. Souhlasili jsme a ujistili jsme ho, že kniha je už jeho. Také jsme požádali pana Antonína, aby si knihu života vzal na další setkání. Schůzka byla domluvena na měsíc leden.

Lednové setkání proběhlo v domáckém prostředí pana Antonín. Měl už přichystanou na stole knihu života. Zapnuli jsme diktafon a zeptali jsme se, zda si vzpomněl na nějaké další zážitky, které se mu při minulých setkáních nevybavily. Překvapil nás svou odpovědí. „*To víte, že ano, dokonce jsem si je sepsal.*“ Otevřeli jsme knihu života a postupně jsme procházeli oblastí jeho života a povídali si o otázkách, které si zaznamenal a chtěl k nim doplnit údaje, které se mu při čtení knihy vybavily. V závěru setkání jsme mu poděkovali za jeho ochotu, přístup a čas, který do našeho setkávání vložil. Podotkl: „*To já děkuji vám, některé události bych si bez našeho povídání, nevybavil.*“ Rozloučili jsme se a ubezpečili jsme pana Antonína, že mu rozšíření jeho knihy života o nové informace předáme, jakmile bude přepis dokončen.

Doplňené informace jsme zaznamenali a přepsali je k stávajícím datům, které jsme získali v předešlých rozhovorech. Po přepsání získaných dat se nám podařilo rozšířit vědomosti o vzpomínky zejména v oblasti dětství a dospělosti a o další události, které měly pro pana Antonína v jeho životě význam.

## 6.2 Kategorie

Pro podrobné zmapování vlivů sociálního prostředí během života seniorů na jejich duchovní život jsme postupovali chronologicky podle životních období. Životní cestu každého jedince jsme rozdělili do čtyř kategorií životních období: na **dětství, mládí, dospělost a stáří**. O nich se domníváme, že podstatně ovlivňují život člověka v jeho seniorském věku. Na ně

navazují subkategorie zaměřené na sociální prostředí a to na primární rodinu, školu, partu a zábavu. Počet a názvy subkategorií se v průběhu životních období mění. Ubývají nebo přibývají nové, zejména subkategorie sekundární, rodina, zaměstnání nebo vzdělávání.

### 6.3 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život v dětství pana Antonína

Tato subkategorie zachycuje situace a zážitky, prožitky jedince získané v jeho dětství. V rámci primární rodiny má důležitý podíl vliv ze strany rodičů, ke kterým se vztahují kódy D 18, D28, D12, D22, D21, D20, D13. V prostředí primární rodiny určují rodiče pravidla výchovy a to, jakým směrem se bude jejich dítě rozvíjet. Pro dítě je to první prostředí socializace. V tomto směru jsou významné možnosti rodiny, a to jak ekonomické, tak podpora ze strany ostatních členů rodiny, dědečků a babiček. Důležitá je také přítomnost ostatních členů rodiny, zvláště sourozenců, kteří jsou v každodenním kontaktu s dítětem.

Škola je prostředím, ve kterém získáváme postoj ke vzdělávání, řadíme k nim kódy D2, D4, D5, D6, D15, D16, D17, D19.

Parta je společenství vrstevníků a řadí se k důležitým faktorům ovlivnění duchovního života dítěte, zejména v případech, kdy je dítě v rámci primární rodiny jedináček. K tomu přiřazujeme kódy D3, D8, D9.

Subkategorii zábava jsme zvolili pro činnosti související s volnočasovými aktivitami. Patří sem kódy D24, D25, D93, D94.

<b>PRIMÁRNÍ RODINA</b>	D1 jedináček, ztráta D7 tvořivost D10 pracovitost D11 stanovení vyšších cílů D18 respekt k otci, poslušnost D12 plnění povinností D26 radost D28 absence rodičovských doteků D92 šetrnost, trpělivost
------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>ŠKOLA</b>	D2 zvědavost D4 kreativita D5 ochota vysvětlovat D6 zaujetí pro školu D15 nepřehlédnutelnost D16 pozitivní vztah k novým vědomostem D17 fabulátor D19 rozhodnost
<b>PARTA</b>	D3 vedení lidí, autorita D8 týmový hráč D9 ochota pomoci
<b>ZÁBAVA</b>	D24 zvědavost D25 tvořivost D93 odhodlanost

Tabulka č. 1 dětství pana Antonína

#### 6.4 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život v mládí pana Antonína

V mládí se objevuje touha po osamostatnění.

<b>PRIMÁRNÍ RODINA</b>	M29 touha po osamostatnění M33 ochota
<b>ŠKOLA</b>	M30 cílevědomost M31 nesnášení drilu
<b>ZAMĚSTNÁNÍ</b>	M29 cílevědomost, prosazení M37 nespokojenost

	M38 spokojenost M92 motivace
<b>ZÁBAVA</b>	M34 obdiv k hrdinům M35 zájem sportovat M36 ochota hrát divadlo

Tabulka č. 2 mládí pana Antonína

### 6.5 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život v dospělosti pana Antonína

<b>SEKUNDÁRNÍ RODINA</b>	T42 zájem založit rodinu T43 předání genů T44 potřeba rodinného zázemí T49 zájem o děti, vzdělávání T50 starost o děti, zabezpečení T53 nedostatek času T58 hrdost T51 prolínání pracovního a osobního života
<b>ZAMĚSTNÁNÍ</b>	T41 cílevědomost T47 koncentrace na kariéru T60 úspěšnost
<b>ŠKOLA</b>	T59 cílevědomost T47 stanovení si priorit
<b>PŘÁTELSTVÍ</b>	T46 potřeba přátelství

Tabulka č. 3 dospělost pana Antonína

## 6.6 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život ve stáří pana Antonína

<b>SEKUNDÁRNÍ</b>  <b>RODINA</b>	S65 přijetí nové role  S71 smutek  S72 očekávání  S79 užívání si role prarodiče  S80 štěstí  S81 obtížnost
<b>ZAMĚSTNÁNÍ</b>	S61 potřebnost  S62 smysl pro věčnost  S64 přizpůsobivost  S74 časová nezávislost  S75 možnost výběru práce  S80 spokojenost
<b>VZDĚLÁVÁNÍ</b>	S70 touha po nových poznacích  S73 touha po vzdělání  S77 reciprocita v návaznosti na vzdělání  S84 tah na branku

**Tabulka č. 4 stáří pana Antonína**

## 7 BIOGRAFIE PANA FRANTIŠKA

### Dětství

Pan František se narodil v roce 1942 doma ve vesnici na Moravě, kde strávil celé své dětství. Bydleli v obecním. Byl to lágr po Němcích, kde bydlelo šest dalších rodin. Otec byl vyučený sklenář a matka byla v domácnosti. Narodil se jako osmé dítě a měl devět sourozenců. Sestra Božena umřela v roce 1941 na záškrť. Nemusel se starat o sourozence, ale jeho starší sourozenci ano. Bavilo ho lašovat po zahradách. Byl zručný, sekal dřevo a rád hrál fotbal s koženým balónem, který pokud se napil vodou, když přšelo nebo spadl do kaluže, byl moc těžký a nedalo se s ním hrát. Měl oblíbené kamarády Petra, Karla a Bohuše. Rád si pochutnával na domácích koláčích a pupácích (z bramborového těsta upečené buchty zalité mlékem a posypané mákem). Mezi jeho oblíbené vůně patřila v dětství vůně lesa, borovic. Rád si vybavuje oblíbený obraz rybníků a kaskád, kam chodívali s otcem, který se o rybníky staral. Mezi oblíbené činnosti řadí válčení, horní konec dědiny válčí proti dolnímu konci dědiny. Na podzim si dělali kuličky ze slíny (hlína), které balili na paličky a házeli je po protivnících. Mezi povinnostmi, které zpravidla vykonával v domácnosti, patřilo nošení vody, dřeva, uhlí, šišky z lesa, klásky pro slépký, ostrlíz (sběr zbytků po úrodě, co zůstalo na polích). Pomáhal při stavbě domu, nosil cihly, pumpoval vodu na stavbu a oklepával cihly. Do školy šel o rok později, psali do sešitů grafitovou tužkou a skřípajícím perem. Aktovku měl poděděnou po sourozencích. Paní učitelku měli jednu od první až do osmé třídy. Školu má zakončenou vysvědčením a závěrečnou zkouškou. „*Mohl tenkrát vyjít ze školy v patnácti letech, i když byl třeba v šesté třídě.*“ Paní učitelka byla dle jeho názoru průměrně přísná, bylo jí asi čtyřicet, rozdávala facky, pravítkem přes ruku, ředitel dával štulcem do čela. Ukončení školní docházky proběhlo v roce 1958. Ve volném čase neměl povoleno nic, zakázáno bylo hrát fotbal, aby neničil obuv a neroztrhal si oblečení. Jeho matka neměla čas být hodná, neřešilo se, zda něco udělal nebo neudělal, pokud se objevil nějaký problém, dostal od matky řemenem a od otce facky. „*My jsme jenom čekali, kdy si nás otec zavolá a pak nás vyfackoval.*“ Rád sportoval a hrál fotbal. K příjemným vzpomínkám řadí stěhování do nového domu, který si svépomocí postavili. Mezi nepříjemné zážitky nošení vody, nosili ji asi ze vzdálenosti půl kilometru v hrncích spolu se svým bratrem a ještě měl každý v ruce kyblík. Všeobecně hodnotí své dětství jako přiměřené své době.

### Mládí

V roce 1958 se měl jít učit stolařem, ale protože rodiče byli pracovně zaneprázdnění, nemohli s ním jet k přijímacím pohovorům, tak nastoupil ve skladě a pracoval tam dva roky. Po reorganizaci se rozhodl odejít na doporučení kamaráda do města, kde měl jak práci v továrně, tak i sociální jistoty (ubytování) spojené s vykonávanou prací dělníka. Absolvoval tříměsíční zaškolovací kurz. Odchod z domova považuje za své svobodné rozhodnutí, Dále pomáhal ve chvílích volna při opravě domu i při stavbách domů svých příbuzných. Sám sebe hodnotí jako samorost (člověk bez vzorů). Radost z práce nepovažuje za radost, pokládá ji za povinnost, do práce se mu těžko vstávalo. V továrně to nebylo o radosti, lidé si tam, „šlapali po krku“. Bylo důležité odvést kvalitní práci a také hlídat odvedenou práci pracovníka před sebou. Když byl plnoletý, nechodil na zábavy, jen na fotbal a pak si dal v hospodě jednu sodovku.

### **Dospělost**

Do povinností a pracovních úkolů dospělosti zahrnuje: „závod za korunama, abych uživil rodinu, abych fungoval a existoval“. V roce 1970 se oženil, na svatbě měli šedesát lidí. Manželství označuje za počátek počítání peněz a přemítání o tom, co můžeš koupit, co nemůžeš. Má jednu dceru a dva syny. Vychování dětí a starání se o ně zahrnuje do povinností v manželství. Pořád stejné. Mezi ostatní vztahy zahrnuje vztahy z výkonu vojenské služby (1961-1963), která trvala dva roky. Dostal se do posádky k hranicím a měli na starost ostrahu státní hranice. Ve službě se při pochůzkách ve dvou, jak sám přiznává, báli. Byl zařazením psovod, střelec. Přátelství udržoval v rámci pracovních vztahů, které byly v té době dobré, byl spokojený. Chodili na pivo, na fotbal a na hokej. Měl kladný vztah k věcem. „Šetřil jsem to, oprašoval, i když mi nepatřily, když se něco, koupilo, muselo to vydržet sto roků.“ Ve volném čase se staral o děti a rád spal. V zaměstnání se mu stal úraz, selhalo bezpečnostní zařízení u lisu stélek a lis mu zachytil prsty pravé ruky. Hrozila mu amputace. Díky své vůli, pravidelnému cvičení, imunitě a modlitbám pane bože, se uzdravil. Životní negativa: „Nastartoval jsem se tak a pokud chci žít do stovky, tak to tak musím brát.“ V roce 1987 získal řidičský průkaz, rád jezdí vozem. Motorku řídil od svých dvaceti dvou do dvaceti osmi let. Poté, co se oženil, motorku prodal. Jezdil s ní často na návštěvy do své rodné vesnice, pokud bylo hezké počasí. Mezi jeho oblíbené činnosti patřila návštěva letního i krytého kina, společenské hry (ping pong, karty, kulečnick), rád si popovídal s kamarády při dobrém víně. Pomáhal stavět dceři dům. Jako ztrátu v dospělosti označuje úmrtí otce v roce 1967, bylo mu šedesát let. Dospělost hodnotí jako období šetření, na dovolené byl s rodinou dvakrát.

## Stáří

Do starobního důchodu měl jít v roce 2002, pracoval o rok a dva měsíce déle. Mezi ztrátu povinností zahrnuje vstávání v brzkých ranních hodinách, konečně si může, dopřát spánku kolik potřebuje. Novými úkoly a povinnostmi se stala péče o rodinného příslušníka. Senioru, která žije na Slovensku, pomáhal jí při drobných opravách a také při péči o její osobu. Vzhledem k velké vzdálenosti a časové náročnosti při péči o ni nebyla jiná možnost, než ji umístit v domově pro seniory, kde ji pravidelně navštěvoval spolu s manželkou. Společně se starali také o formální záležitosti, které bylo nutné zařídit. Také se staral o dům na Slovensku, natíral okna, upevnil toaletu. Staral se o psy. Nové plány, které má, jsou „*do stovky žít, následovat mamku, zatancovat si, zajuchat, jak v mládí tak i ve stáří*“. Bilancuje: „*všechno se podařilo, něco se nepodařilo, nohy by mohly šlapat lépe, měl jsem méně běhat, abych mohl ted' chodit*“. Za nejšťastnější období svého života považuje, když se oženil a založil rodinu, je to pro něj smysl života. Zvláštnosti současnosti jsou podle něj špatný režim, myslí jen na sebe, a špatné uzeniny, jsou méně kvalitní. Nové role v jeho životě jsou: pacient, údržbář, sponzor lékařů. Zvláštnostmi ve stáří pro něj je vracení se do mládí. Dostatek času na spánek, zábavu a dostatek jídla. Bylo pro něj nejtěžší zajistit bydlení pro svou rodinu. Loučení je pro něj běžná životní etapa. Chce dožít ve zdraví do konce života a doufá, že mu zůstane důchod.

### 7.1 Využití knihy života pana Františka

Schůzka s panem Františkem se konala počátkem listopadu v jeho domácím prostředí, kde rád povídal při našich rozhovorech, které proběhly za účelem sepsání jeho knihy života. Pozdravili jsme se a pan František se posadil do svého oblíbeného křesla, kde rád odpočívá. Předali jsme mu knihu. Usmál se a zeptal se, co to je. Připomněli jsme mu, že jde o knihu, kterou napsal jeho život. Zachytili jsme do ní povídání, které jsme do současné doby s ním zrealizovali. Pozorně nás poslouchal, vzal si knihu a začel se do prvních řádek. Pak překvapeně vzhlédl a říká: „*to je hezké, ale já jsem žádnou knihu nenapsal*.“ Na tuto otázku jsme mu odpověděli, že napsal, jen my jsme jeho život zhmotnili pomocí textu a zakomponovali v souvislostech do jeho životního příběhu, tak jak nám vyprávěl. Usmál se a dál pokračoval v prohlížení své knihy. Upozornili jsme ho, že kniha je už jeho a že by nás potěšilo, pokud by se s námi setkal ještě při další schůzce, až si knihu přečte. Pan František souhlasil a podotkl, že se těší na další setkání.



Následující schůzka měla proběhnout v měsíci prosinci, ale vzhledem k zdravotní indispozici pana Františka a také nás, jsme se domluvili na schůzce během měsíce ledna.

Na koci ledna jsme navštívili pana Františka v předem stanoveném dni a čase. Už nás očekával a s úsměvem nás vítal. Posadili jsme se v jeho obývacím pokoji do pohodlných křesel. Zeptali jsme se, jak se mu kniha líbila. Vypadal mile, až překvapeně, rozjasnila se mu tvář a povídá: „*Moc, dal jsem ji přečíst i manželce a dětem a velmi je to zpracování zajímavé.*“ Vyprávěl nám, jak za ním přišel syn a po přečtení jeho knihy s ním dlouze povídal o věcech a událostech, které neznal a dověděl se je prostřednictvím knihy svého otce. Sám pan Antonín vyjádřil, že má pocit, že po přečtení knihy jsou si se synem bližší a jejich vztah se více upevnil. To byla skvělá zpětná vazba do života pana Františka a také pro nás a náš výzkum. Zaznamenali jsme, že kniha nejenže zachycuje životní příběhy a sociální prostředí seniorů, ale může sloužit také jako komunikační nástroj v rodině. Její význam tedy neslouží jen pro seniora, ale působí jako prostředek pro budování mezigeneračních vztahů v rodině pana Františka.

## 7.2 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život v dětství pana Františka

PRIMÁRNÍ RODINA	D1 vazba D2 nedostatek soukromí D3osmé dítě z deseti D4 ne péče o sourozence D5 výchova sourozenci D8 zručnost D11 požitkář D13 péče o rybníky – otec D16 smysl pro povinnost D17 pracovitost
-----------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	D18 šikovnost D26 nesvoboda D27 omezování D28 nedostatek D29 nespravedlnost D30 nedostatek rodičovské lásky D31 fyzické tresty D32 kolektivní tresty D33 normální pocit-obraz doby D34 neformálnost v oblékání D35 normativy D37 stěhování D38 dosažení společného cíle D39 vytrvalost D40 spolupráce D 42 nezájem ze strany rodičů
ŠKOLA	D19 odklad D20 vliv pedagoga D21 hodnocení pedagoga D22 fyzické tresty učitelka D23 fyzické tresty ředitel
PARTA	D6 zvědavost D7 přizpůsobivost situaci D9 nadání D12 láska k přírodě

	D14 porušení pravidel, zážitek D15 soupeření D16 týmový hráč
ZÁBAVA	D36 sportovec

Tabulka č. 5 Dětství pan František

### 7.3 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život v mládí pana Františka

PRIMÁRNÍ RODINA	<a href="#">M42 zklamání</a> M46 osamostatnění M47 rozhodnutí M48 vytížení M49 smysl pro povinnost
ŠKOLA	M41 výběr povolání <a href="#">M42 zklamání</a>
ZAMĚSTNÁNÍ	M43 nové prostředí M44 zprostředkovaná informace M45 jistota M46 osamostatnění M51 existenční nutnost M52 absence M53 rivalita M54 důslednost M55 kontrola
ZÁBAVA, RELAXACE	M56 nedostatek M57 šetření

Tabulka č. 6 Mládí pan František

#### 7.4 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život v dospělosti pana Františka

SEKUNDÁRNÍ RODINA	T58 závazek T59 hospodárnost až šetřivost T60 starost T71 dobíjení energie T72 péče o potomky <b>T76 spojení s integritou</b> <b>T77 ztráta</b>
PRIMÁRNÍ RODINA	<b>T77 ztráta</b> <b>T76 spojení s integritou</b> T78 motivace
ZAMĚSTNÁNÍ	T 61 kolegalita T63 spokojenost T64 odpovědnost T70 tah na branku
RELAXACE, PŘÁTELE	T65 recipocita T66 prožívání T62 sounáležitost T74 zábava T75 bavič, společník

Tabulka č. 7 dospělost pan František

**7.5 Sociální prostředí ovlivňující duchovní život ve stáří pana Františka**

SEKUNDÁRNÍ RODINA	T81 ztráta svobody T82 obětavost T83šikovnost
PRIMÁRNÍ RODINA	T84 vzor
RELAXACE, PÉČE	T80 úleva T85 nové plány T86 nutnost T87 institucionalizace T88 realizace T90 úbytek zdraví

**Tabulka č. 8 stáří pan František**

## 8 VYHODNOCENÍ DAT

Z rozhovorů, které jsme zaznamenali prostřednictvím diktafonu, jsme získali velké množství dat. Ze zvukového záznamu jsme rozhovory přepsali do textové podoby. Pro analyzování získaných dat jsme použili otevřené kódování. S textem jsme pracovali tímto způsobem. Postupně jsme pročítali text, potrhávali propiskou slova a slovní spojení, které jsou pro náš výzkum důležité. Takto označené útvary jsou označeny čísly. Označení čísly nám slouží k lepšímu vyhledávání při analyzování textu. Tomuto označení nazýváme kódy, použili jsme pro ně označení pořadovým číslem.

Sestavili jsme kategorie podle životních období dětství, mládí, dospělost, stáří. Nadepsali jsme čtyři čisté stránky papíru podle kategorií. K takto vzniklým kategoriím jsme přiřadili kódy s nimi související a přepsali je na papír. Znovu jsme procházeli text a zamýšleli se nad významem jednotlivých kódů k tématu a přiřazovali jsme k nim krátké slovní vyjádření. Takto jsme použili pro náš výzkum axiální kódování pro určení konkrétního hlubšího významu pro náš výzkum. Získané slovní vyjádření jsme přepsali ke konkrétním číselným kódům. Poté jsme stanovili subkategorie související se sociálním životem seniorů (primární rodina, škola, parta, zábava). Přiřadili jsme, ke každé podkategorii barvu. Podle barev subkategorií jsme označili barevně získané data. Znovu jsme pročítali text a označovali barevně podle subkategorií slovní vyjádření. Opět jsme nadepsali další čtyři papíry podle kategorií. Poté následovalo přepsání a seřazení podle subkategorií kódů a slov, které podle barev k sobě patří. Takto zpracovaná data jsme přepsali do tabulek a uvádíme je v naší diplomové práci.

### 8.1 Výsledky výzkumu

Cílem našeho výzkumu bylo, zdali je možné zjistit za použití biografie (kniha života), zda sociální prostředí konkrétních seniorů během jejich života ovlivnilo jejich vnitřní, duchovní život.

Výzkumem jsme zjistili, že biografie (kniha života) seniorů, provedená pro každého seniora zvlášť, přinesla dostatek informací, abychom mohli dojít k subjektivnímu vyhodnocení a zachycení podstatných událostí v jejich životě, které ovlivnily jejich duchovní život.

**Vo1 Pokud se ohlédnete za vaším životem a zrekapitulujete ho, naplní vás to štěstím či nespokojeností?**

Odpověď pana Antonína na námi položenou otázku byla:

*„Ve svém seniorském věku, se neustále otáčím do své minulosti a mám tendenci všechno, čím jsem si prošel a co jsem zažil, hodnotit. Musím konstatovat, že v celém souhrnu dosavadního života mě tento můj život naplňuje pocitem štěstí a spokojenosti.“*

Pan František na vyslovenou otázku odpověděl:

*„Jak myslíte, zrekapitulujete?“* Myslíme tím, že si promítnete váš život a vyhodnotíte takový, jaký byl, zda ve vás vyvolává pocit štěstí nebo nespokojenost? *„Tak to myslíte, asi štěstí, co jsem si přál, to se mi splnilo, něco sice ne, ale dohromady, štěstí, určitě štěstí víc.“*

**Vo2 Dojde-li u seniorů k naplnění jejich smyslu života v jejich produktivním životě, budou ho hledat i v době, kdy produktivní život opustili a zůstali na tak zvaném odpočinku?**

Pan Antonín považoval za *„naplnění životního cíle založit rodinu, chtěl mít svoje děti a cítil potřebu mít své zázemí, kam se vrátet.“* Svůj cíl mít rodinu si v produktivním životě splnil a zázemí si během života také vybudoval. Žije plnohodnotný život, který mu dává smysl a realizuje se dále v práci, učí se a poznává nové věci a obory, kterým se v životě nemohl v životě věnovat. Má v plánu, *„být spokojený a šťastný a šťastné a spokojené dělat i své okolí“*.

*„Když jsem se ženil a založil jsem rodinu, považuji to za smysl života.“* Odpověď pana Františka nám vypovídá, že hlavní smysl jeho života byl naplněn v období jeho dospělosti, kdy svou rodinu založil. Dál ve svém životě oplývá aktivitou a zajímá se o dění kolem sebe a snaží se být nápomocný tam, kde mu jeho zdraví a možnosti dovolí. Užívá si života a jeho tvrzení na otázku Co bylo, bylo, odpovídá: *„Ještě nic teprve jsem začal“*.

**Vo3 Pomohla Vám při vybavování vzpomínek z vašeho života kniha vašeho života?**

Pan Anonín se k tomu vyjádřil: *„Jakákoliv vzpomínka, ať už v ústní nebo písemné podobě, evokuje řetězec událostí, které z nějakých důvodů zůstaly v paměti zasunuty, tímto řetězením se vybavují nejenom drobnosti ze života, ale někdy také podstatné okolnosti. Moje kniha*

*života mi vybavila vzpomínky, ke kterým bych se dostal při jiných impulzech. Vybavily se mi nejen drobnosti, ale i podstatné věci, které zůstaly z nějakých důvodů zasunuty.“*

Pan František na otázku odpověděl: *„Bylo to, hm, nikdy jsem se nad svým celým životem nezamýšlel. Libilo se mi, jak se mi při těch rozhovorech vybavovaly zážitky, které jsem předtím asi už zapomněl.“*

## **8.2 Doporučení pro praxi**

Z výzkumu nám vyplynulo, že námi oslovení senioři měli zájem a chuť mluvit o svém životě a svých pocitech. A to nejen aktuálních, ale také těch, které někde ve svých útrobách schoval čas. Obsahem našeho průzkumu jsou vzpomínky, data založená na subjektivním vnímání konkrétních jedinců. Jsou pro jejich životy podstatné, jak ukázal výzkum, přestože jde o události, které se odehrály v minulosti, jsou důležité pro jejich současný duchovní život. A i my se v rámci péče o seniory stáváme součástí jejich životů. Při péči o seniory, a to jak v denních stacionářích, pobytových domech se sociální a zdravotnickou péčí i v terénní péči v domácnostech seniorů, je individuální přístup ke klientovi jednou ze základních dovedností, kterou by měl pracovník pomáhajících profesí skvěle zvládat. Profesionál, který bude v přístupu k seniorovi úspěšný, má možnosti aktivovat ho díky důvěře, které se mu od seniora dostane. Má prostor ho povzbudit v situacích, které jsou pro něj dost náročné. A může to být nástup nemoci, ztráta životního partnera, ztráta dětí či vnuků, kteří byli součástí a naplní jeho života. V rámci naší odbornosti je z výzkumu vyplývající, že seniory je důležité chápat i v kontextu jejich životů. A v tom vidíme prostor pro práci při aktivizaci seniorů, nejen v době, kdy jim do života přichází omezení z pohledu biologického stárnutí v rámci jejich paměti nebo omezení plynoucí z fyzického opotřebení. V situaci, kdy je senior schopen zformulovat myšlenky, popsat a zachytit příběhy a události ve svém životě, je významné tyto informace přenést a zdokumentovat. Jsou cenným zdrojem informací při individuální péči, kterou ve své teorii navazující na praxi dále rozpracoval její autor Erich Böhm ve svém psychobiografickém modelu péče. Velký prostor pro aplikaci a provádění biografických záznamů spatřujeme také v rodinách či při volnočasových aktivitách pro seniory a jejich rodiny či blízké. Ukázal nám to příběh pana Františka. Po tom co si jeho syn přečetl jeho knihu



života, má pocit, že se jejich vztah upevnil a že se sblížili. Dalo by se říct, že kniha života přispěla k aktivizaci jeho duchovního života.

## **DISKUSE**

V publikacích, které jsme uvedli v první kapitole a v seznamu literatury a o které jsme se opírali při tvorbě teoretické části, jsou rozebírány pohledy na stáří a stárnutí z různých hledisek. Názory odborníků se mohou stát a stávají se předmětem mnoha diskusí, z nichž i ta naše může vycházet. Podstatou našeho příspěvku do diskuse je srovnání teorie a jejího praktického využití. Zjistili jsme, při realizaci praktické části ve formě rozhovorů se seniory, že nejdůležitější metodou je dialog se staršími lidmi, který odkrývá nejenom jejich vlastní intimní přístup k životu v jeho jednotlivostech i jako celku, ale především je vyprovokuje k zamýšlení nad smyslem jejich celého života.

Toto zaměření a vedení seniorů k jejich moudrému zobecňujícímu pohledu na svět a jejich místo v něm nejvíce rozpracovali dva zahraniční specialisté, o jejichž práce se opíráme nejvíce: italský andragog Duccio Demetrio a rakouský psycholog Erwin Böhm. Jejich teoretický i praktický přínos pro seniory a zvýšení kvality jejich života je velmi významný. Z jejich prací jsme vybrali pro náš výzkum biografickou metodu, která při práci se seniory jim umožňuje hloubkově se zamyslet nejenom nad jednotlivostmi jejich prožitého života, ale i nad jeho celým smyslem. To má velký význam pro posílení důstojnosti člověka i v jeho stáří, a nejenom zaměření na prosté pasivní udržování života seniorů při jejich úbytku sil, taktak to také prosazoval Erwin Böhm.

Tento psycholog a pracovník se seniory realizoval v domovech seniorů biografické listy, které pomohly mnoha seniorům nalézt a nalézat uspokojení s vlastním životem, s jeho pozitivy i negativy vcelku. Naší diplomovou prací jsme se skromně pokusili do diskuse o metodách práce se seniory vnést náš vlastní přínos. A tím je metoda použití tzv. *knihy života*, kterou jsme „napsali“ ve spolupráci se dvěma seniory.

Rozdíl oproti výše zmiňovaným odborníkům, Demetriovi a Böhmovi, je v tom, že naše rozhovory jsme realizovali s lidmi, kteří nebyli ještě v domovech seniorů a trávili svoje stáří ještě aktivně doma. Domníváme se, že i tato metoda má svůj význam, neboť umožňuje seniorům zamyslet se nad celkem svého života, pokud jsou ještě v určité relativně dobré kondici. Tak mohou knihy života přinést výsledky nejenom pro samotné vnitřní životy seniorů a jejich blízkých, ale mohou se stát zdrojem i pro další zájemce, i mladších věkových kategorií, jako koncentrovaná lidská moudrost, která je přenosná a může inspirovat i mladší lidi, kteří jsou často v zajetí konzumního přístupu k životu a neuvažují zatím o životě a jeho smyslu vcelku. Může to být i přínosem k tomu, aby se lidé začali orientovat již v raném období svých životů spíše na filozofii „BÝT“, než „MÍT“.

Myslíme si, že smysl našeho příspěvku do diskuse je právě v této myšlence, a také v uspokojení konkrétních lidí, se kterými jsme vedli rozhovory, že se mohli zamyslet nad svými životy a zjistit, proč zde na tomto světě vlastně žili a BYLI. A v tom se podle našeho soudu naplňuje i smysl naší diplomové práce, zaměřená na vliv sociálního prostředí na kvalitu duchovního života seniorů.

## ZÁVĚR

Dar je život. Vkládáme do něj to, co dokážeme ovlivnit a také spoustu podnětů, které sami ovlivnit nemůžeme. Přicházejí ze sociálního prostředí, které nás obklopuje. Pokusili jsme se obsáhnout náplň života pana Antonína i pana Františka, od jejich narození po současnost. Byla to zodpovědná a náročná úloha, přistupovali jsme k ní s respektem a vážili jsme kroky, které jsme podnikali v našem výzkumu. Rádi jsme si se seniory povídali o jejich životech a zaznamenávali fakta, která pro ně byla důležitá. Podařilo se nám nashromáždit mnoho informací, které jsme se snažili roztřídit a poskládat tak, aby nám ukázaly odpovědi na naše otázky. Odpovědi se nám dostalo. Oba naši senioři, pan Antonín i pan František, měli smysl života a smysl života mají i v současné době. V jejich očích jsme viděli nadšení a spokojenost, když mluvili o kapitolách svého života, ve kterých byli úspěšní. A nejen to, jejich životní vzpomínky byly zaznamenány a jejich život měl smysl i pro náš výzkum, který nám umožnili. Za jejich otevřenost jim patří velký dík a také za to, že nám dovolili nahlédnout do oblasti, která byla jen jich samotných. Dnes můžeme konstatovat, že pokud bychom pracovali na podobné práci, snažili bychom se ještě konkrétněji rozplést souvislosti jednotlivých oblastí života. V tom je také východisko naší práce pro další rozvíjení tématu i inspirace pro praxi jiných pracovníků, kteří tuto metodu budou chtít používat.

Naše společnost je v současné době zaměřena na podmanivou sílu mládí, které je plné energie, rychlých a pohotových reakcí, značné přizpůsobivosti a výrazu dokonalosti. Stáří naše společnost nevnímá jako nositele zkušeností nebo myšlenkového bohatství, je spíše odsouváno do mediálních oblastí v rámci náplně reklam, na preparáty spojené s farmakologickou péčí o tělo. Naše práce byla záměrně vybrána proto, aby ukázala, jak sociální prostředí, ve kterém žili a žijí naši senioři, je ovlivňuje. A také, jak ono svým aktivním životem toto prostředí ovlivnili a vnesli do něj svůj vlastní životní vklad. To souvisí s naplněním a smyslem života člověka.

Dětství našich seniorů bylo naplněno každodenními povinnostmi, jako bylo nošení vody, sekání dřeva, péče o zvířectvo, protože to bylo zvykem a hlavně to bylo nutné pro přežití a zajištění životních potřeb jejich rodin. V jejich životech se to pak odrazilo při založení rodiny a výchově dětí tím, že se dokázali o ně postarat a vychovat je k samostatnosti a pracovitosti. Pomyslná nitka vzpomínek se proplétá i v našich životech. S přibývajícím věkem budeme i my mít možnost rekapitulovat své životy prostřednictvím vzpomínek. Budeme se k nim vracet stejně, jako se vraceli ve svých příbězích oslovení senioři pan Antonín a pan František a

i my jednou budeme moci napsat svou knihu života. V tomto směru je kniha života dvou našich seniorů, které jsme oslovili, inspirací a východiskem pro další rozvíjení metod práce se seniory. Je to kniha, která zachycuje a uchovává lidskou důstojnost, moudrost člověka a jeho vklad do historie lidského vývoje. V tomto směru považujeme i naši diplomovou práci za přínos, který má podle našeho soudu význam při hledání podstaty života člověka (nejenom v dnes prosazovaném kultu mládeže), a jeho naplnění, řečeno spolu s Komenským, „*od kolébky až do hrobu*“.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- ADAMOVIÁ, Eva. *O štěstí trochu jinak*. Praha: Mladá fronta, 1975, první vydání, 192 s. ISBN 23-034-75.
- BALCAR, Karel. *Úvod do studia psychologie osobnosti*. 2., opr. vyd. V Chrudimi: Mach, 1991. S. 217
- BALCAR, Karel. 2005. *Životní smysl a kvalita života*. In. TUČEK, M. A KOL. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, s. 253-261
- BERKA, Karel. *Bernard Bolzano*. Praha: Horizont, 1981, první vydání, s. 136. ISBN 40-024-81.
- BÖHM, Erwin. *Psychobiografický model péče podle Böhma*. Přeložila Petra SOCHOVÁ. Praha: Mladá fronta, 2015. Sestra (Mladá fronta). ISBN 978-80-204319-7-4.
- BUZAN, Tony. *Síla duchovní inteligence*. Praha: Columbus, 2002, vydání první, s. 141. ISBN: 80-7249-131-8.
- DEMETRIO, Duccio. *Zabawa na tle życia*. Kraków: Drukarnia, 1999. ISBN 83-880-3027-2.
- FROMM, Erich. *Umění být*. Praha: Naše vojsko, 1994, vydání první, s. 124. ISBN 80-206-0225-9.
- FULGHUM, Robert, *Kniha nejen o duši*. Praha: Práh, 1996, s. 198. ISBN 80-85809-42-7.
- KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese: [psychoterapeutické kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese]*. 5. vyd. Praha: Portál, 2006, s. 147. ISBN 80-7367-181-6.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie pocitů štěstí*. Praha: GRADA Publishing a.s. Praha 2013, vydání první, s. 136. ISBN 978-80-247-4436-0.
- KUBÁTOVÁ, Helena. *Sociologie životního způsobu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2456-0. s. 272.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Lexikon psychologie*. Praha: Vodnář, 2013, s. 658. ISBN 978-7439-056-2

PROCHÁZKOVÁ, Eva, 2014. *Práce s biografii a plány péče*. Praha: Mladá fronta. ISBN 978-80204-31868.

PLUTARCHOS. *Hovory o lidském štěstí*. Praha: Odeon, 1971, s. 235.

WOLF, Josef. *Umění žít a stárnout*. Praha: Svoboda, 1982, vydání první, s. 368. ISBN 25-124-82.

STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2. s. 319.

TOPIKY, Aristoteles, *Organon*. Praha: Academia 1975, vydání první, počet stran 304, ISBN: 509-21-826.

SYNEK, Stanislav. *Lidská přirozenost jako úkol člověka: filosofická interpretace Etiky Nikomachovy*. Praha: Togga ve spolupráci s Fakultou humanitních studií Univerzity Karlovy v Praze, 2011. Scholia (Togga). ISBN 978-80-87258-53-8.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5. S. 461.

ZAVÁZALOVÁ, Helena. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-246-0326-8.

## **SEZNAM TABULEK**

Tabulka č. 1 dětství pana Antonína

Tabulka č. 2 mládí pana Antonína

Tabulka č. 3 dospělost pana Antonína

Tabulka č. 4 stáří pana Antonína

Tabulka č. 5 dětství pana Františka

Tabulka č. 6 mládí pana Františka

Tabulka č. 7 dospělost pana Františka

Tabulka č. 8 stáří pana Františka

## **SEZNAM PŘÍLOH**

P1 Rešerše literatury

P2 Strukturovaný rozhovor se seniorkou



## PŘÍLOHA P I: REŠERŠE LITERATURY

**BERNARD BOLZANO**, Karel BERKA, vydavatelství Horizont Praha 1981, první vydání, počet stran 136, ISBN: 40-024-81

Tento významný matematik, logik, filosof a sociální myslitel působil na Karlově univerzitě v Praze v 19. století. Zabýval se kromě matematiky a logiky i filosofií. Své názory rozpracoval zejména v kapitole se stejnojmenným názvem *Filosofické názory*, které významně ovlivnily národní obrození a pro svoji osvětovou a publikační činnost a jeho přednášky byl pronásledován rakouskými úřady. V uvedené kapitole se Karel Berka zmiňuje o názorech Bernarda Bolzana na samotnou podstatu filosofie a zdůrazňoval, že jakmile člověk začne uvažovat o objektivních souvislostech mezi pravdami o sobě a mezi věcmi, začíná filosofovat. Začíná hledat souvislosti mezi problémy světa, mezi jednotlivými jevy a skutečnostmi. V kapitole je zdůrazněno vnitřní propojení mezi moudrostí a mravností, které nabývalo významu zejména v souvislosti s osvíceneckým rysem, který byl velmi důležitý v rámci reformního úsilí vedoucího k nápravě společnosti. Samotné osvícenectví ústy Bolzana pak preferovalo vzdělanost člověka, který se svým myšlením, přes vzdělanost dostává k osvobození a pochopení sebe sama v životě. V kapitole se autor zabývá také postojem Bolzana k duši člověka, kterou popisuje jako základní substanci, která je tím pádem nesmrtelná a je věčná.

**KNIHA NEJEN O DUŠI**, Robert FULGHUM, vydavatelství Práh Praha 1996, vydání první, počet stran 198, ISBN 80-85809-42-7.

Knih je sborníkem nejuznávanějších amerických autorů, kteří se zabývají psychikou člověka. Jedná se o více jak třicet původních úvah, které autoři pojímají nejen jako návod, jak by měl člověk kultivovat svou duši, ale nabízí i inspirující názory na postavení duše člověka v dnešním světě. Kniha v úvahách jednotlivých autorů poskytuje i návody, jak by měli lidé o svou duši pečovat. Pokud bych měla o každém autorovi napsat pár řádek o jeho příspěvku, překročila bych hranice rozsahu stanovené pro rešerše. Proto zmíním jen některé. Například Jean Bolenová je zastánkyní Jungovy analýzy a pracuje jako profesorka na University of California, která klade důraz na spiritualitu životního rozměru, přičemž bere v úvahu i dominující prvky vyskytující se u každého člověka odlišně, protože je formován odlišným sociálním prostředím, jako je rodina, škola, případně kulturní sféra, ve které se nachází. V knize popisuje tak zvané okno do duše, kdy a jak se jí dostává onoho náhledu do své duše. Další autor Sydney Banks je známý svými přednáškami po celém světě, ve kterých se zabývá

vědomím člověka, jeho spiritualitou a celou psychologií. Je znám svým pohledem na psychologii myšlení. Další z autorů John Gray je znám jako odborník v oblasti komunikace, odborník na mezilidské vztahy, vývoj osobnosti a soustřeďuje se zejména na vztahy mezi muži a ženami. Velmi cenné informace lze čerpat i od dalších světových autorů, kteří do tohoto sborníku přispěli.

**DIMENZE MYŠLENÍ**, Howard GARDNER, vydavatelství Portál s.r.o. Praha 1999, vydání první, počet stran 400, ISBN 80-7178-279-3

Teorie mnoha inteligencí inspirovala autora ke zpracování rozsáhlé knihy v oblasti vývojové psychologie, psychologie myšlení v souvislosti s reformou vzdělávání. Autor ukazuje, jak se vyvíjelo pojetí inteligence. Sám pak hodnotí různé výzkumy z oblasti psychologie, etnologie a dalších oborů a snaží se dokázat existenci nejméně sedmi relativně nezávislých druhů inteligence. Poukazuje na fakt, že ne všichni lidé mají stejnou míru jednotlivých druhů inteligence a na to, že tato míra inteligence, kterou člověk má v dospělosti, je formována již v jeho dětství. Autor popisuje přísně vědecké otázky velmi čtivou formou, kdy k porozumění přispívá i mnoho příkladů ze života výrazných a známých osobností. Pro mne osobně bylo přínosem seznámit se s názory na inteligenci, s biologickými základy inteligence a samotným popisem co to inteligence je. Zaujalo mne propojení této knihy na knihu Tonyho Buzana **SÍLA DUCHOVNÍ INTELIGENCE**.

**PALÁN, Zdeněk.** *Základy andragogiky*. Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2003, 199 s. ISBN 80-867-2303-8.

Palánova kniha je významným základem i souhrnem andragogické teorie, která dlouhodobě slouží nejen studentům andragogiky, ale i těm, kteří mají zájem o teorii výchovy a vzdělávání dospělých.

**MIHULOVÁ, Marie, SVOBODA, Milan.** *Polarita života – hledání vnitřní rovnováhy a harmonie*. 2. vydání Liberec: Santal, 2008, 200 s. ISBN 978-80-85965-61-2

Autoři nás zavádí na cestu, kde bychom měli vnímat svět v podobě dualismu. Chce to jen pozorně svět a život kolem nás sledovat. Jakmile si uvědomíme, že DUALISMUS je všude kolem nás, začneme přemýšlet, zda je také v nás samotných. Zjistíme, že je v našem těle i v naší duši. V těle i v duši sídlí POLARITA. Ve všem vně i v nás lze odhalit velký počet projevů, které jsou dimenzovány ve vzájemně protikladných pólech. V polarizovaném prostředí žije i člověk. Každý člověk má své sny, své životní touhy a k jejich naplnění vynakládá svou energii. Očekává naplnění hlavně svých osobních přání a ve svém životě vyhledává

zejména příjemné stránky žití. Připustíme-li principy polarity, pak musíme také, ač neradi, připustit i druhou stranu životních projevů. Je nutné si uvědomit, že jsme-li šťastní, pak existuje i protipól. A to, že můžeme být nešťastní a samozřejmě naopak. Jestliže si tuto skutečnost uvědomíme, jsme na nejlepší cestě dívat se na svět a život moudrými očima, jsme na nejlepší cestě vést daleko vyrovnanější život. Autoři pak na jednotlivých polaritách jako je například světlo a temnota, nebo oheň a voda, Jin a jang, pozitivní a negativní nás vedou k pochopení polarity minulosti a budoucnosti, nevědomosti a moudrosti, radosti a smutku až po polaritu mezi stářím a mládím.

**PLUTARCHOS. *Hovory o lidském štěstí***. Praha: Odeon nakladatelství krásné literatury, 1971, s. 235.

Tento významný řecký spisovatel, historik a filosof se zabýval otázkami etiky, morálkou a štěstím člověka. Knize pojednává o klidné mysli, kde uvádí, že jde o rozum, stálým návykem vycvičený k tomu, aby ihned zachycoval vznětovou a nerozumnou část duše, když často vybočuje z mezí, a nedovoloval, aby oplývala a dávala se unášet pryč od přítomné skutečnosti. Popisuje, že lidé rozumní mají pečovat před výbuchem vášní o zásady proti vášním napomáhajícím, aby – jsouce už dávno připraveny – tím spíše prospívaly. Uvádí, že stejně jako divokého a rozrušeného psa uklidní hlas, na nějž jsou zvyklí, tak i vášně naší duše uklidní hlas v nás, na který je naše duše zvyklá. Člověk by neměl podléhat vášním při jakémkoliv podnětu, ale měl by si vypěstovat odolnost vůči těmto vášním a umět je náležitě krotit. Uvádí, že člověk by měl být klidný, což popisuje v kapitole O potlačování hněvu. V závěru pak Plutarchos dává návod ke šťastnému žití v antice a dnes. Celá kniha je pojata jako dopis Plutarcha svému příteli Pacciovi.

## PŘÍLOHY P2 STRUKTUROVANÝ ROZHOVOR SE SENIORKOU

Rozhovor S1

Pohlaví: žena.

Místo narození: městečko na Slovensku.

Otec: vyučený stolař- tesař, závozník, příležitostné práce v hospodářství.

Matka: vyučená kuchařka-švadlena, dělnice ve výrobě.

*T: Dobrý den, jsem ráda, že jste si udělala čas.*

S1: Dobrý den, také Vás ráda vidím.

*T: Můžeme začít s otázkami o Vašem životě?*

S1: Jistě, ptejte se.

*T: Co mi můžete říct o Vašem dětství?*

S1: Narodila jsem se v porodnici, jako třetí dítě. Vyrůstala jsem s rodiči v malém městečku, na návštěvy jsem jezdila k babičce a dědečkovi z otcovy strany. Babička a děda žili na rakárně, děda dělal porybného. Děda měl vojenský mundúr. Také jsem jezdila na vesnici k babičce a dědovi z mamčiny strany na vesnici. Mamka odešla od taťky, když jsem byla v páté třídě a odstěhovala k rodičům na vesnici a vychovávala nás sama. Můj otec žil sám, neposílal peníze ani nás nenavštěvoval. Dělal různé závozníka, v lihovaru, dělníka, co bylo potřeba, spravoval přepravky na alkohol, dělal, co se naskytlo. Mamka pracovala jako kuchařka a švadlena, posléze jako dělnice v lihovaru a taky jako dělnice v pletářských závodech.

*T: Měla jste sourozence?*

S1: Ano, měla jsem tři sourozence. Druhá Maruška zemřela, narodila se doma, měla několik dní, dva nebo tři dny a zemřela, byla o rok starší, než já. Nejstarší byla moje sestra, byla o tři roky starší, a také jsem měla bratra, ten se narodil jako čtvrté dítě a byl o sedm let mladší.

*T: Musela jste se starat o sourozence?*

S1: Ano musela, protože nebyly paragrafy, hlavně o bratra. Mamka ráno odjela do práce, tak jsem ho vypravila a doprovodila do školky. Hlídala jsem ho nebo jsem ho vyzvedla ze školky.

*T: Jaké jste měla v dětství zvláštní vlastnosti?*

S1: Tak to bych řekla, že pečlivost a důslednost.

*T: V čem jste byla nadaná a zručná?*

R1: Ráda jsem se hýbala a tančila, pak šití, háčkování a zpívání. V mém dětství se hodně zpívalo, nebylo rádio, tak se zpívalo, a když bylo trápení, tak se zase zpívalo.

*T: Měla jste oblíbené dítě?*

S1: Ano, kamarádky tři, jedna z nich se v šestnácti zabila na kole.

*T: Jaké bylo vaše oblíbené jídlo nebo pití?*

S1: Mamka dělala dobroty na vánoce, čokoládu a domácí salonky, řízky s bramborem. Na pití to byla malinovka s bublinkami, byla to červená sodovka v patentní láhvi, tu jsem měla málo, nebyly na to peníze.

*T: A co vůně, měla jste nějaké oblíbené vůně?*

S1: Vůně zahrady a růže u babičky nebo doma taky pnoucí růže, lilie a pivoňky.

*T: Pamatuje se na oblíbenou píseň nebo hudbu z Vašeho dětství?*

S1: Hm, lidové písničky a dechovka.

*T: Když si vzpomenete na Vaše dětství, vybaví se Vám krajina domova nebo oblíbený obraz?*

S1: Příroda u nás doma, hory, lesy, než tam udělali cementárnu.

*T: Jaká byla Vaše oblíbená činnost, co jste ráda dělala?*

S1: To byly ruční práce a ráda jsem oblíkala panenky.

*T: Měla jste povinnosti?*

R1: Ano, hlídala jsem sourozence, umývala nádobí, uklízela, stlala, nosila jsem vodu, dřevo, uhlí a šišky z lesa. Husy jsem pásala, chodila jsem na zelené pro králíky, pampelišky listy a taky jsem vařila.

*T: A co mi můžete říct o škole?*

S1: Do páté třídy jsme byli rozděleni na třídy a, b, c, d. Šla jsem do školy o rok později. Od šesté se to dělilo na sportovní, matematickou a všeobecnou třídu. Do páté jsme měli třídní a na druhém stupni jsme měli učitele na každý předmět zvlášť. Bavila mě lehká atletika, lidovky v kroji, to byl kroužek při škole. Mamka chystala kroje rukávce vycpané papírem,

sukně byly naskládané a naškrobené. Byli nás lískovkou na otevřenou dlaň, učitel po nás házel, co měl po ruce. Měla jsem aktovku od první třídy do páté jednu a pak druhou, měli jsme sešity. V družince jsme měli učitelku, učila nás francouzsky, německy a pak musela z politických důvodů odejít. Psala jsem půl roku růčku pero a pak pero plnicí. Blbá mamča blbá Marie, tak nadávala jedna učitelka, měli jsme ji na prvním stupni, na děti doktorů si nedovolila, ale na děti dělníků ano. Školu jsem ukončila vysvědčením s vyznamenáním.

*T: Jaké bylo Vaše další vzdělávání, studovala jste?*

S1: Nebyly peníze. Mamka byla sama a tak jsem se snažila pomoci a odešla jsem do továrny, abych mohla hned po zaučení vydělávat peníze.

*T: Co jste měla povoleno dělat ve volném čase?*

S1: Běhat venku, chodit za kamarádkami, chodit na výlety do lesa. Lákala mě voda, říčka za městečkem. Moc volného času nebylo, měla jsem povinnosti, do školy se chodilo i do odpoledne.

*T: A co jste měla jako dítě zakázáno?*

S1: Nesměla jsem zatápnět, pak dávat pozor na otevřený oheň a dát pozor na prsty při práci se sekyrou. Pokud jsem byla venku, tak jsem musela být do tmy doma.

*T: Jaká byla výchova ve Vašem dětství?*

S1: Ručně a stručně, hnala jsem housata, nezašprajcla jsem si vrátka a dvě housata zůstala pod vrátkama. Dostala jsem. Dostávala jsem rukou a od taty průtkem. Dostala jsem i polénkem a snažila jsem se zdrhnout a o to to bylo horší. City se nedávaly najevo, bylo to ke škodě, když se dávaly najevo city. Snažilo se děcka nelitovat, aby nebyly lítostivé, aby neplakaly ve škole. Děda s babičkou nás nebyli, málo. Mamka mě pochválila tak jednou dvakrát do roka.

*T: Můžete mi říct, co Vás napadne, pokud se máte vyjádřit, všeobecně o vašem dětství?*

S1: Tábory, když nic jiného, tak tábory vám dopřeju, říkala mamka. Jezdila jsem na tábory ráda. Dobré i špatné, nebylo to lehké, ledacos jsme si museli odříct, mamka se snažila ušít, uplést. Bylo takové přiměřené své době, bydleli jsme na vesnici, nemuseli jsme chodit po dědině, všichni nás znali.

*T: Jaké jste měla koníčky a zájmy?*

S1: Tanec hlavně lidové tance, ruční práce, háčkování, šití, zpívání, lehká atletika a hodně jsme běhali.

*T: Jaké jsou příjemné vzpomínky na Vaše dětství?*

S1: Když jsem dostala vysvědčení v šesté třídě, tak jsem byla pochválena a babička z tatkovy strany mi koupila kabát s kožešinkou a modré šaty.

*T: Máte i nějaké negativní vzpomínky na Vaše dětství?*

S1: Zůstali jsme sami, jen s mamkou, musela jsem se starat o bratra, nechtěl ráno vstávat.

*T: Co mi řeknete o Vaší volbě povolání?*

S1: Musela jsem jít vydělávat, doma byl jen mamčin příjem. Nastoupila jsem do tříměsíčního zaškolovacího kurzu v továrně, bylo mi šestnáct. Přijela jsem do města a přijeli tam Rusi. Bylo jich tu hodně, chodili jsme na závodní klub do školy, dveře jsme měli otevřené ven a venku stál ozbrojený Rus. Nad hlavami nám litaly helikoptéry. Hlíдалa nás vychovatelka, museli jsme chodit v řadě a jen na oběd do školy a na internát. Rusové měli i tanky. Vypadali mládí a vypadali někteří vylekaně. Věděla jsem o tom, že v továrně berou, chtěla jsem pomoci mamce. Starší sestra byla na vyučení na zahradnici, tak jsem odjela do města. Měla jsem na výběr i jiné město, ale tam jsem nešla, byla tam delší doba na zaučení. Rok bych tam chodila do školy a pak bych až mohla po roce vydělávat. Chtěla jsem mamce pomoci dřív, než za rok.

*T: Jaké bylo svobodné rozhodnutí ve Vašem mládí?*

S1: Chtěla jsem pomoci mamce, tak jsem odjela do města a začala jsem pracovat v továrně.

*T: Co si vybavíte pod slovem svoboda v mládí?*

S1: Mohla jsem se rozhodnout o tom, co si koupím, ale musela jsem zvažovat co si koupím. Volného času moc nebylo.

*T: Jaké povinnosti jste měla v mládí?*

S1: Pastovala se podlaha a čistily koberce. Chodila vychovatelka a kontrolovala, jak mám uklizené ve skříni. Bylo nás dvanáct na pokoji, měly jsme postele nad sebou a střídalo se spaní, kdo ležel nahoře a pak kdo dole.

*T: Měla jste v mládí idoly a vzory?*

S1: Karla Gotta, Petra Nováka, Marcela a Lajferovou.

*T: Co mi povíte o svém povolání?*

**S1:** Tři dny po zkoušce jsem se zaučovala a pak se musela plnit norma, byla to životní nutnost. Budiček hromadný klaksonem, hromadná snídaně, pořád byly davy, to mně vadilo a najednou byly všude davy. Lidé byli vedle sebe těsně na dílně. Byly ženské internáty a mužské internáty.

*T: Jaká byla vaše první láska?*

**S1:** Ve školce černovlasý modrooký kamarád. Byl na mě hodný, podal mě pyžamko, byl galantní.

*T: Co bylo, bylo ve vašem mládí?*

**S1:** Práce, zábavy moc nebylo, na internátě byla pořád nějaká činnost. Letní kino se mi líbilo.

*T: Jaké byly Vaše povinnosti a úkoly v dospělosti?*

**S1:** Starala jsem se o rodinu a vydělávala jsem peníze.

*T: Co Vás napadne při slově svatba?*

**S1:** Svazek dvou lidí. Odešla jsem z rodného místa. Nebyla jsem úplně rozhodnutá, ale přítel mě přesvědčil. Nebylo to jednoduché, být někde, kde nemáte zázemí, na to musíte mít povahu. Musíte v sobě něco přetvořit.

*T: Co pro Vás znamená manželství?*

**S1:** Je to určité stádium v životě. Založila jsem rodinu.

*T: A přátelství v dospělosti?*

**S1:** Tam už byly jen povinnosti, byla jsem uvázaná s dětmi, tak jen v poradně povídání o dětech, na prvním místě byla rodina.

*T: A děti, co vás při tom napadá?*

**S1:** Pokračování rodu, tím pádem mi přibýlo příjmení manžela. Nejdřív pozitivní těšíte se na dítě, přináší Vám to radost i odříkání, když chcete něco mít, musíte něco obětovat, měla jsem rodinu pryč, musela jsem se se vším vypořádat sama. Manžel se se mnou v péči o děti střídal, dělali jsme na střídavé směny.

*T: Úmrtí dítěte, říká Vám to něco?*



S1: Sourozenec mi zemřel, cítila jsem to v rodině. Byla jsem na pohřbu, tenkrát se nebraly nějaké ohledy na děti, jestli budou nebo nebudou na pohřbu. Pamatuju si jako dítě, že tetička spadla z žebříku a měla špatnou nohu, ale už tam měla hnis. Bylo to špatné, čekalo se, kdy umře. Chodili jsme se za ní modlit.

*T: Měl jste v dospělosti přátelské vztahy?*

S1: Většinou vznikaly v porodnici, ve školce, v jeslích, tam kam jsem chodila s dětmi. Taky v baráku a v práci. V práci jsme hráli mravence, vybírali jsme každý měsíc peníze a pak, když měl někdo z nás narozeniny nebo svátek, tak jsme mu za vybrané peníze koupili dárek. Jednou jsme koupili spolupracovníci kabát za dva tisíce. Měla manžela a on rád pil a bral jí peníze, tak jsme si tak pomáhali i těma dárky.

*T: Co vás napadá, když vám řeknu spojení vztah k věcem?*

S1: Že si něco pořídíte, šetříte určitou dobu, pak si s to můžete koupit. Nepadalo nám to shůry a to si pak jinak vážíte věci, než když to padá samo a ještě, když si na to manuálně vyděláváte, je to dalo by se říct jako obět'

*T: Když Vám řeknu volný čas v dospělosti, co Vás napadá?*

S1: Rodina, pořád rodina a věci s tím související.

*T: Co Vás napadá při slovech víra, politika, sport, kultura?*

S1: Procházky se psy, jezdilo se na chalupu určitou dobu, takže tam jsme jezdili, televizní kultura. Vnímáte politiku kolem sebe, můžete říct svůj názor a nic tím, ale nezměníte, musela jste vědět, co můžete říct a co nemůžete říct.

*T: Pojmenujete životní negativa v dospělosti?*

S1: Já to vnímám jako běh života, musíte se jimi prokousat, nějaké problémy, musí člověk bojovat, celý život člověk bojuje neustále.

*T: Jaké byly Vaše ztráty v dospělosti?*

S1: Přišla jsem o blízké členy rodiny, zemřel tat'ka, mamka a sestra, její manžel i její syn.

*T: Co bylo, bylo ve Vaší dospělosti?*

S1: Chodilo se po rodinných oslavách, chodili jsme pořád na svatby. Babička měla narozeniny, to se chodilo tam, tchýně se dožilo 106 roků.

Stáří

*T: Co ve Vás vyvolává odchod do penze?*

S1: Ukončení určité životní cesty, epochy, 43 let práce se uzavřelo a teď se bude odpočívat a čekat, co to přinese.

*T: Ztratila jste nějaké povinnosti?*

S1: Žádné povinnosti, kromě chození do práce, jsem neztratila. Chodím, nakupuju, chodím na procházky, starám se o domácnost, peru, žehlím, uklízím.

*T: Máte nějaké nové úkoly a povinnosti?*

S1: Udržet se v kondici, cvičit a hýbat se, nezakrňt.

*T: A nové plány, co si chcete splnit?*

S1: Odkládala jsem celý život, že si někam vyjedu k moři. Tak jsem si to slibovala, tento rok půjdu, pak další tento rok půjdu a vždycky mi do toho něco vlezlo a teď mi tam vlezli běženci a je tam nebezpečno, tak už k moři nepojedu. Pojedu ke kamarádce, kterou jsem třicet let neviděla. Víím, že bydlí v tom domě na kopci, jak bydlela. Třeba pojedu do lázní, nikdy jsem v žádných nebyla, nějak se zregenerovat.

*T: Objevily se ve Vašem životě nové role?*

S1: Babka, vnoučata rychle rostou.

*T: Životní bilancování, co to pro Vás znamená?*

S1: Já to vnímám jako běh života a že jsou fáze určité a že člověk je naplní. Prostě chodím a tahám nákupy, i když mě ruka bolí, tak funguju.

*T: Vnímáte v současnosti nějaké zvláštnosti?*

S1: Dělnická profese neznamená nic, manuální práce se degradovala na úplně nespodnější místo lidských hodnot. Demokracie, co to přineslo, výhody pro umělce, všecko se zdražovalo voda, energie a když jeden partner onemocní, tak už je problém s tím vyjít.

*T: Zaznamenala jste nějaké zvláštnosti související se stářím?*

S1: Už toho neuděláte tolik a tak rychle, jak, když Vám bylo třicet. Už tak nechvátám. Když umývám okna, tak dřív jsem to měla za čtyři hodiny hotové, dnes mi to trvá celý den.

*T: Které životní období bylo pro Vás nejšťastnější?*

S1: Zákonitě to bylo dětství a narození dětí, když jsem je učila mluvit, taky to přineslo problémy. Teď se nemáš na co těšit, ta budoucnost pro nás obyčejné lidi není slibná. Mám běžné denní radosti, vyrábím něco, něco si tvořím, těším se z maličkostí. Líbí se mi, když to venku kvete, starám se o květiny a doufám, že to venku nějaký člověk nevykope a neukradne.

*T: Co bylo v životě zvláště obtížné?*

S1: Uživít rodinu. Udržet si práci, ve 47 mě propustili jako nadbytečnou a hledejte si práci ve 47 letech. Prošla jsem třisměnný provoz, bylo dojíždění a byly ty noční směny. Brala jsem práci, abych měla peníze, aby bylo z čeho žít.

*T: Co ještě zůstává?*

S1: Několik let tu pobyt, užít si, co nám život přinese, dobré i zlé, protože takový je život a hlavně hýbat se, být soběstační.

*T: Co si představíte pod slovy odchod loučení?*

S1: To jsme rozloučili v práci myslím, že holky mi koupily kytku, chtěly, abych dělala dýl. Ať pracují mladí, nechcou pracovat a ještě bych jim tam zacláněla.

*T: A co bude dál?*

S1: Už jsem to tam řekla, aby se zajímal člověk o dění kolem sebe.

*T: Co si představíte, když Vám řeknu, že je Vám pět let?*

S1: Máti chovala králíky a z pak z jejich kůží nechala udělat vlnu a z ní mi pak upletla čepičku s babulkami. Hodně na nás šila, byla jsem ráda, že mám sukýnku s puntíčkama a jezdili jsme ke stařence. U staříčků byla nedotčená příroda, borové lesy, rybníky. Babička pekla chleba, s dědou jsme chodili na procházky a vozil mě tam na lodičce. Máti s tatškou za mnou na nedělu přijela. Tatka byl sportovec, hrával fotbal a plaval. Když se ještě netopilo v ložnici, tak jsem si dýchala pod duchnu, aby mi bylo teplo a jablíčka tam voněly na skříní, nebyly paragafy, tak mě hlídala bábinka. Bábinka dojila kozu a plakala, nepohodla se s dědou, přišla jsme za ní a řekla jsem jí: „Bábinko, neboj, kozička neducne,“ a pohladila jsem ji po vlasech. Sadili jsme semenáčky, hráz se musela kontrolovat a bobří a ondatry nesměly protrhat hráz.

*T: Co Vás napadá, když se řekne, co bylo, bylo?*

S1: Musíte si roztrdit to pozitivní od negativního, hlavně nebrat život moc vážně.

T: Děkuji Vám mnohokrát za Vaši ochotu a otevřenost s jakou jste se zúčastnila mého průzkumu a přeju Vám v dalším životě hodně zdraví, ať se splní vše, co si přejete.

S1: Také Vám děkuji, mějte se hezky.