

Komunitní knihovny jako podpora aktivního stárnutí z pohledu seniorů

Bc. Renata Krajčová

Diplomová práce
2018



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2017/2018

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: Bc. Renata Krajčová

Osobní číslo: H160291

Studijní program: N7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika

Forma studia: kombinovaná

Téma práce: Komunitní knihovny jako podpora aktivního stárnutí z pohledu seniorů

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti aktivního stárnutí, definování role komunitních knihoven při zkvalitňování života ve stáří a životního stylu seniorů.

Příprava metodiky empirické části, stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníků.

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:

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. ISBN 978-80-7419-152-7.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. Volný čas seniorů. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5535-9.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3604-4.

RABUŠICOVÁ, Milada (ed.) a Ladislav RABUŠIC (ed.). Učíme se po celý život: o vzdělávání dospělých v České republice. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2.

TOŠNEROVÁ, Tamara. Jak si vychutnat seniorská léta. Brno: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2104-7.

Vedoucí diplomové práce:

doc. PhDr. Mgr. Jaroslav Balvín, CSc.

Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce:

1. prosince 2017

Termín odevzdání diplomové práce:

20. dubna 2018

Ve Zlíně dne 1. prosince 2017


doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.

děkanka




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 ¹⁾;
- беру на ве́доміі, же дипломová 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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ 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 ³⁾ 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 11.2.2013

Miloslav Hájek

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

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

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

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

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

(3) *Do práva autorského také nezahrnuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-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). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat náhrady chybného projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

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

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

ABSTRAKT

Předkládaná diplomová práce se zabývá problematikou aktivního stárnutí a popisuje roli komunitních knihoven v souvislosti s aktivním stárnutím. Teoretická část vymezuje obecné pojmy týkající se aktivního stárnutí, stárnoucí populace a je orientována na strategické dokumenty. Dále se zaměřuje na charakteristiku komunitních knihoven a volnočasových aktivit pro seniory. Praktická část zkoumá postoje seniorů k roli komunitních knihoven při podpoře aktivního stárnutí ve Zlínském kraji. V závěru práce jsou prezentovány výsledky a doporučení pro praxi, které vyplynuly z kvantitativně orientovaného výzkumu prováděného prostřednictvím dotazníkového šetření.

Klíčová slova: aktivní stárnutí, demografické stárnutí, komunitní knihovny, senioři, stáří, stárnutí, celoživotní vzdělávání, volnočasové aktivity, stárnoucí populace, kvalita života, ageismus, dobrovolnictví

ABSTRACT

Submitted thesis deals with the issue of active ageing and describes the role of community libraries in the context of active ageing. The theoretical part of the thesis defines the general concepts related to active ageing, ageing population and is focused on strategic documents. It also focuses on the characteristics of community libraries and leisure activities for seniors. The practical part examines the attitudes of seniors towards the role of community libraries in promoting active ageing in Zlín region. In conclusion, there are presented the results and recommendations for practice, which resulted from the quantitatively oriented research carried out through a questionnaire survey.

Keywords: active ageing, demographic ageing, community libraries, seniors, old age, ageing, lifelong learning, leisure activities, ageing population, quality of life, ageism, volunteering

Moje poděkování patří panu doc. PhDr. Mgr. Jaroslavu Balvínovi, CSc. za odbornou pomoc při vedení diplomové práce a za veškeré poskytnuté konzultace.

Dále bych ráda poděkovala své rodině, přátelům a spolupracovníkům za trpělivost a podporu, kterou mi poskytovali během celého studia.

Motto: Stárnout dospěle, s důstojným nadhledem a úsměvem.

Ika Sytá

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

OBSAH

ÚVOD.....	9
I TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM A POJMŮM.....	12
1.1 O STAVU VÝZKUMU ZVOLENÉHO TÉMATU V LITERATUŘE	12
1.2 VZTAH ZVOLENÉHO TÉMATU K SOCIÁLNÍ PEDAGOGICE.....	14
1.3 ZÁKLADNÍ POJMY POUŽITÉ V DIPLOMOVÉ PRÁCI	15
2 KONTEXTUÁLNÍ RÁMEC AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ.....	19
2.1 STÁRNOUCÍ POPULACE	19
2.2 AKTIVNÍ STÁRNUTÍ A JEHO UKOTVENÍ VE STRATEGICKÝCH DOKUMENTECH	30
2.3 POJETÍ AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ	34
3 KOMUNITNÍ KNIHOVNY A VOLNÝ ČAS SENIORŮ.....	38
3.1 KOMUNITNÍ KNIHOVNY A JEJICH ROLE	38
3.2 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY SENIORŮ V KOMUNITNÍCH KNIHOVNÁCH	41
II PRAKTICKÁ ČÁST	44
4 PŘÍPRAVNÁ ČÁST VÝZKUMU	45
4.1 VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU	45
4.2 METODA A PRŮBĚH VÝZKUMU	45
4.3 STANOVENÍ CÍLŮ VÝZKUMU, VÝZKUMNÝCH OTÁZEK A HYPOTÉZ.....	47
5 REALIZACE VÝZKUMU	51
5.1 ANALÝZA VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	51
5.2 VERIFIKACE HYPOTÉZ	67
6 HODNOTÍCÍ ČÁST VÝZKUMU	71
6.1 SHRNUÍ A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU.....	71
6.2 DISKUSE	74
6.3 DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	76
ZÁVĚR	78
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	80
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	85
SEZNAM OBRÁZKŮ	86
SEZNAM TABULEK.....	87
SEZNAM PŘÍLOH.....	88

ÚVOD

Česko stárne. Stáří a stárnutí je takzvaným vinobraním života, ale zároveň také obrovským protivníkem každého člověka. Stárnutí populace se stává určitým fenoménem, kterým se v posledních letech začínají zabývat odborní pracovníci, politici a také široká veřejnost. Jak má vlastně vypadat důstojné a aktivní stáří? Tato otázka proniká stále častěji do různých odborných diskusí v médiích, v tisku a na sociálních sítích. Politici na rozdíl od minulosti stále častěji přicházejí s novými programy, které jsou zaměřeny na seniory a jejich aktivity a měly by jim pomáhat naplňovat skutečné potřeby stáří. Nejhorší je pocit staršího člověka, že už není k ničemu potřebný a užitečný a je odstaven na okraj společnosti. Určitým způsobem vlastně jen tak dožívá svůj život. Starší lidé mají stále větší snahu se zapojovat do občanských aktivit a nemůžeme o nich mluvit jen jako o konzumentech péče. Měli by se věnovat zdravému životnímu stylu a starat se sami o sebe. V popředí zájmu by však měly být vzdělávací aktivity a zájmová činnost. Vzdělávání seniorů je nedílnou součástí celoživotního vzdělávání a mělo by působit jako kompenzační mechanismus při adaptaci na změnu životního cyklu. Při vzdělávání seniorů je potřeba dbát nejen na certifikaci, ale neodmyslitelnými pojmy jsou zde dostupnost, motivace a uspokojování potřeb. Ideálním místem pro veškeré aktivity seniorů jsou komunitní knihovny, které aktivně vstupují do života místních komunit a napomáhají tak jejich rozvoji. Nemělo by se také nikdy zapomínat na to, že je velmi důležité, aby senioři měli možnost předávat své nabyté zkušenosti mladší generaci. Pro starého člověka je možnost předávání zkušeností a spolurozhodování o vlastním osudu jednoznačně velkou potřebou. Na základě svých životních poznatků mohou mít senioři vliv na vývoj naší společnosti. K lepšímu vývoji mohou přispívat nejen v nejužším kruhu své rodiny, ale i v širokém sociálním okolí a dokonce i v politice. Být starším člověkem přece neznamena být horším. Zdá se, že v naší současné společnosti se tato skutečnost potvrzuje tím, že se objevuje stále otevřenější přístup ke stáří a diskriminace na základě věku ustupuje do pozadí. Je kladen velký důraz na toleranci mezi starší a mladší generací a na vytváření pozitivních postojů v mezigeneračních vztazích.

V teoretické části diplomové práce je naším cílem na základě zpracované odborné literatury předložit podrobnější charakteristiku procesu stárnutí a aktivního stárnutí a popsat roli komunitních knihoven v souvislosti s aktivním stárnutím. První kapitola uvádí informace o stavu výzkumu zvoleného tématu v literatuře a dalších informačních zdrojích, zabývá se vztahem zvolené tematiky práce k sociální pedagogice a vysvětluje klíčové pojmy použité

v diplomové práci. Druhá kapitola seznamuje z obecného hlediska s pojmy, které souvisejí se stářím, stárnutím, aktivním stárnutím a stárnoucí populací. Poukazuje na demografický vývoj stárnoucí populace v celosvětovém měřítku a v ČR. Dále jsou zde uvedeny základní legislativní dokumenty, které se týkají aktivního stárnutí. S aktivním procesem stárnutí úzce souvisí podpora a pomoc veřejných institucí, kterými jsou ve velké míře právě komunitní knihovny, této problematice se věnujeme ve třetí kapitole práce.

V praktické části diplomové práce jsme se zaměřili na zkoumání vybrané problematiky z pohledu seniorů žijících ve Zlínském kraji. Stanovili jsme si hlavní cíl, dílčí cíle a výzkumné otázky, které vedly ke zjištění postojů seniorů ke komunitním knihovnám. Pro náš výzkumný problém jsme zvolili kvantitativní typ výzkumu. Výzkumné dotazníkové šetření proběhlo v posledních dvou měsících roku 2017 v komunitních knihovnách Zlínského kraje. Výstupem výzkumného šetření je shrnutí výsledků a doporučení pro praxi. Smyslem práce je nasměrování prostřednictvím nových poznatků zainteresované pracovníky ve veřejných knihovnách a lektory k inovacím a zlepšením. Zjištěné informace mohou využít při plánování a přípravě vzdělávacích, zájmových akcí a veškerých volnočasových aktivit pro seniory. Z tohoto důvodu byl výzkum záměrně prováděn s omezením na Zlínský kraj. Za významné považujeme to, že dosud nebyl výzkum podobného typu v komunitních knihovnách realizován.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM A POJMŮM

V úvodní kapitole diplomové práce se zabýváme hodnocením nalezených literárních zdrojů, které souvisí se zvoleným tématem diplomové práce a dále vztahem vybraného tématu k sociální pedagogice. Vysvětlujeme vybrané klíčové pojmy, které jsme použili v předkládané práci.

1.1 O stavu výzkumu zvoleného tématu v literatuře

V této podkapitole uvádíme přehled klíčových literárních zdrojů, které byly přínosným informačním materiálem pro zpracování teoretické a praktické části diplomové práce.

České a slovenské zdroje

V následujícím textu uvádíme nejvíce využitě informační zdroje, které jsou publikované v českém nebo slovenském jazyce.

Vztah vybraného tématu diplomové práce a sociální pedagogiky jsme objasnili mimo jiné prostřednictvím publikace Zlatice Bakošové s názvem „*Sociálna pedagogika ako životná pomoc*“ (2008), ve které autorka vymezuje předmět sociální pedagogiky a veškeré přístupy k sociální pedagogice.

Nejvíce využitou publikací v teoretické části práce byla kniha „*Problémy mobility stárnoucí populace*“ (Schmeidler a kol., 2009), která se zabývá stářím, stárnutím, demografickými a sociálními změnami v souvislosti se stárnoucí populací. Publikace „*Lidské potřeby ve stáří*“ (Příbyl, 2015) popisuje problematiku stáří a stárnutí a je určena všem, kteří jsou v každodenním kontaktu se seniory. Informace o aktivitě seniorů a aktivním stárnutí jsme čerpali z knihy „*Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*“ (Hasmanová Marhánková, 2013). Slovensky psaná publikace „*Vnímanie staroby a starnutia optikou súčasnej spoločnosti*“ (Baková a kol., 2015) nám poskytla ucelený pohled na stárnoucí populaci v souvislosti s tím, jak je vnímána v současné moderní společnosti.

Za klíčový informační zdroj pro zpracování kapitoly, která charakterizuje komunitní knihovny a jejich roli považujeme dva metodické materiály „*Komunitní knihovna a senioři*“ (Gajdušková a kol., 2008) a „*Senioři v komunitní knihovně*“ (Gajdušková a kol., 2012). Třetím zdrojem je metodická příručka vydaná pro práci knihoven se seniory „*Rovný přístup: knihovna přátelská k seniorům*“ (Mazurová a Houšková, 2016).

Zásadní informace pro zpracování výzkumné části práce jsme čerpali z knihy Miroslava Chrásky *„Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu“* (2007) a z knihy Petera Gavory *„Úvod do pedagogického výzkumu“* (2010). Obě publikace přináší základy kvantitativně orientovaného výzkumu v pedagogice, objasňují podstatu výzkumu a analyzují jeho jednotlivé fáze.

Zahraniční zdroje

Pro naši práci jsme zvolili knihu přeloženou z anglického originálu od kanadské psycholožky Marie-Paule Dessaint s názvem *„Nezačínáme stárnout: jak žít co možná nejdéle příjemně, samostatně a důstojně“* (1999). Dalším zahraničním zdrojem byla kniha *„Sociologie“* (Giddens, 1999), která definuje sociologická témata a termíny. Tato kniha je již po dlouhá léta nejuznávanější učebnicí ve svém oboru. Kniha britského profesora vývojové psychologie Ian Stuarda-Hamiltona *„Psychologie stárnutí“* (1999) uvádí přehled psychologických poznatků o psychologických aspektech života. Autor knihy *„Umění stárnout“* (2009) Anthony Grün zná o stárnutí, stáří a lidské psychice a lidských osudech hodně. Ve své práci nabízí své vlastní myšlenky a návody ke zvládnutí různých životních situací, ale čerpá také ze spirituality otců pouště stejně jako z tradice západního mnišství nebo poznatků hlubinné psychologie. Posledním použitým zahraničním zdrojem je kniha *„Životní cyklus rozšířený a dokončený: doplněné vydání o devátém stupni vývoje od Joan M. Eriksonové“* (1999) autora Erika H. Eriksona. Koncept osmi vývojových stádií Eriksona je nedílnou součástí vývojové psychologie a jeho žena Joan Erikson rozšířila v této knize osm stádií o deváté, závěrečné stádium.

Cizojazyčné zdroje

Jako cizojazyčný zdroj pro teoretickou část diplomové práce jsme zvolili německy psanou knihu *„Das Methusalem-Komplott“* (2004) autora Franka Schirrmachera. Ve svém díle seznamuje s názory odborníků týkajících se stárnutí a zdůrazňuje, že prodlužování věku se stává skutečností. Na jedné straně nemilosrdně odkrývá evoluční teorie, podle níž by člověk starší 65 let vlastně už neměl žít, na straně druhé předkládá fakta o schopnostech a duševní výkonnosti sedmdesátiletých a osmdesátiletých seniorů. Hlavním tématem knihy je výzva, aby se lidé vzepřeli proti biologickému a kulturnímu teroru, který oslavuje mládí, decimuje stáří a vyvolává věkový rasismus. Úkolem současných i budoucích seniorů je zbavit se strachu ze stáří, rozlomit pouta konvencí a zachovat si sebevědomí a důstojnost.

Dalším zdrojem je odborný článek autora Alana Walkera „*A strategy for active ageing!*“ (2002), který popisuje vznik koncepce aktivního stárnutí a principů. Zabývá se strategií aktivního stárnutí a poukazuje na možnost realizace konceptu v různých fázích životního cyklu. Druhým zdrojem je vědecká publikace, „*Active Ageing A Policy Framework*“ (2002), kterou vydala Světová zdravotnická organizace. Tato publikace hovoří o aktivním stárnutí jako o triumfu a výzvě. Popisuje faktory aktivního stárnutí, politickou odezvu a zdůvodňuje jeho koncepci. Posledním cizojazyčným materiálem, ze kterého jsme čerpali informace je článek „*Community Critical: Australian Public Libraries Serving Seniors*“ (Bundy, 2005). Autor se zde zabývá výzkumem, který se týká komunitních knihoven a jejich poskytování služeb a zázemí starším občanům.

1.2 Vztah zvoleného tématu k sociální pedagogice

Podle Bakošové (2008, s. 59) by měla sociální pedagogika plnit svoje poslání jednak ke společnosti, ale také k jednotlivcům. Měla by se využívat při utváření politiky výchovy a vzdělávání, sociální a zdravotnické politiky a také při tvorbě právních předpisů. Měla by zasahovat do všech oblastí života člověka.

Koncem 90. let 20. století byly shrnuty tyto směry sociální pedagogiky:

- sociální pedagogika, která se zabývá zkoumáním vztahů prostředí a výchovy;
- sociální pedagogika, která se věnuje výchově a právním nárokům na výchovu;
- sociální pedagogika, která považuje výchovu za pomoc všem věkovým kategoriím;
- sociální pedagogika, která se zabývá odchylkami sociálního chování. (Bakošová, 2008, s. 20)

Sociální pedagogika může být chápána podle Schillinga jako pomoc všem věkovým kategoriím při vzdělávání, výchově a také při celoživotním vzdělávání. Novějším pojmenování pro sociální pedagogiku je termín pozitivní pedagogika, ve kterém se jedná *o vývoj, prohloubení a zlepšení toho, co je známé, a přitom korigování toho ostatního*. Sociální pedagogika tak disponuje velmi širokým polem působnosti a stává se koncepcí životní pomoci jedinci. Tato pomoc se zaměřuje na děti, mládež a dospělé z různých typů prostředí. (Bakošová in Procházka, 2012, s. 62).

Jak uvádí Balvín (2011, s. 37), velmi důležitá je kontinuita společenského života, ve které navazují jedinci na předchozí generace. Tato skutečnost je významná pro profesionální pracovníky v pomáhajících profesích, ale také pro andragogické přístupy k dospělým.

Podle Balvína (2011, s. 32) již Sokrates se snažil překlenout při svém učení vyhraněný problém při výchově mladých a starých. V oslovovaných viděl určitou jednotlivou osobu a zároveň celek jako shrnutí velkého množství učení. A právě tím se vylučují hranice mezi mládím a stářím. *Prolínání mládí a stáří, a dokonce dětství, mládí a stáří je tak neoddělitelnou součástí lidského života, takže ostré hranice nepřicházejí v úvahu.* Každý andragog by měl v tomto smyslu disponovat vědami pedagogickými a naopak každý pedagog by měl mít osvojeny znalosti o dospělosti.

Se vzrůstajícími sociálními změnami zaznamenala koncepce kulturní práce a kulturní edukace v posledních desetiletích velký rozvoj a výrazné změny. Pozornost této oblasti věnují především pedagogové volného času. Otázkou pedagogického působení v kulturních institucích se speciálně zabývá kulturní pedagogika. Tato pedagogická disciplína představuje širokou oblast, která souvisí se vzdělávacími činnostmi v oblasti kultury a kulturních zařízení. Právě knihovny patří k jedněm z typických kulturních zařízení. Tyto instituce slouží k výchově a vzdělávání, ale vedle své vzdělávací funkce plní své specifické funkce jako zařízení, která mají odpovědnost za zachování, tvorbu, prezentaci a zachování kulturních hodnot. (Němec a kol, 2002, s. 50–51)

1.3 Základní pojmy použité v diplomové práci

Ageismus je nová forma systematické stereotypizace a diskriminace osob kvůli jejich vyššímu věku. Typické znakem ageismu je, že potencionální obětí může být každý člověk, protože stárne od svého narození. (Schmeidler a kol., 2009, s. 28)

Aktivní stárnutí je snaha jednotlivce o zajištění dobré kvality života. Kvalita života je reprezentována individuálním životním standardem, ale také je úzce spjata s prostředím, ve kterém jednotlivé osoby žijí. Tento termín byl přijat Světovou zdravotnickou organizací koncem devadesátých let 20. Století. Termín zahrnuje nezávislost, účast na životě společnosti, důstojnost, péči a seberealizaci. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 23)

Veteška (2016, s. 77-79) charakterizuje **andragogiku** jako nauku, která se zabývá procesy a souvislostmi vzdělávání a učení dospělých. Jejím objektem je dospělý jedinec a předmětem je komplexní edukační realita dospělých. Je to vědní disciplína, která se podstatně liší od pedagogiky.

Celoživotní vzdělávání nebo **učení** je chápáno jako celkové poslání, které zahrnuje široké spektrum formálních a neformálních vzdělávacích zařízení nebo prostředí. Vyžaduje

celostní přístup k výuce. Odehrává se na různých místech a mělo by být dostupné jednotlivcům i společenským skupinám. Cílem celoživotního vzdělávání je učit se vědět, jednat, žít s ostatními a učit se být. (Riedlová, 2013, s. 6)

Pojem **demografické stárnutí** znamená určitý proces, při kterém se mění věková struktura obyvatel. Zvyšuje se podíl osob starších než 60 let a snižuje se podíl osob mladších než 15 let. Starší věková skupina narůstá rychleji, než populace jako celek. (Demografie.info.cz, 2004-2014)

Gerontagogika je aplikovaná andragogice disciplína, která je zaměřena na výchovné a vzdělávací činnosti dospělých a především seniorů. Tato disciplína je chápána ve smyslu výchovy, vzdělávání ke stáří, učení se stárnout a především k aktivizaci a vzdělávání ve starším věku. (Veteška, 2016, s. 94)

Gerontologie je obecný název pro nauku, která se zabývá stářím a stárnutím, a to z pohledu biologického, demografického, sociálního a z velkého množství dalších hledisek. (Holmerová, Jurašková a Zikmundová, 2003, s. 43)

V odborné literatuře se uvádí, že existuje asi tři sta definic, které vymezují pojem stárnutí. Žádná z nich však není považována za absolutně platnou a definitivní. Autoři, kteří se zabývají problematikou stárnutí, se shodují v tom, že **stáří** (senium) je konečná etapa života (vývojové období) a **stárnutí** (senescence) je nevyhnutelný fyziologický proces, kterému se žádný živý člověk nemůže vyhnout. Je to proces komplexní, dynamický a nevratný. (Příbyl, 2015, s. 9)

Dobrovolnictví v současné společnosti zahrnuje činnost nadací, charitativních organizací, diakonií, občanských sdružení a veřejně prospěšných společností. Ty zakládají veškerou svoji práci na dobrovolnících. **Dobrovolníci** jsou odvážní lidé, kteří poskytují svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch jiných lidí nebo společnosti bez nároku na finanční odměny. Práci dobrovolníka může vykonávat každý dospělý jednatel bez ohledu na jeho věk. Jsou to lidé s humanistickou orientací, sociálně integrovaní a většinou se angažují i v jiných aktivitách. Dodávají lidem sílu a naději v překonávání jejich slabostí. Odměnou za jejich činnost je vědomí, že jejich pomoc má opravdový smysl (Kraus, 2008, s. 187-188)

Komunitní knihovna je oficiálně uznávaným termínem pro veřejné, městské nebo obecní knihovny. Tyto knihovny aktivně napomáhají rozvoji komunity v místě svého sídla

a propojují tak tradiční knihovny a informační služby s činnostmi komunitních center. (Součková, 2015, s. 1)

Komunitní práce je chápána jako jedna z forem sociální práce, která má v celém světě tradici více než sto let. Jedná se v širším slova smyslu o organizování sociálních činností způsobem, který zajišťuje lidem přístup k aktivitám. **Komunitou** se rozumí skupina lidí, kteří bydlí v geograficky definované oblasti a existují mezi nimi vzájemné sociální vazby. Komunita je výsledkem cíleného úsilí a hledání sdílených významů, které mohou být podstatou pro další aktivity. (Šťastná, 2016, s. 8-9)

Podle Světové zdravotnické organizace je **kvalita života** definována jako jedincova percepce jeho pozice v životě v souvislosti s jeho kulturou, systémem hodnot a ve vztahu k jeho cílům, očekáváním, normám a obavám. Jde o velmi široký koncept, který je ovlivněn fyzickým zdravím člověka, psychickým stavem, osobním vyznáním, sociálními vztahy a vztahem k hlavním oblastem jeho životního prostředí. (Vaňurová a Mühlbacher in Sayoud Solárová, 2010, s. 50)

Mezigenerační solidaritu je možné charakterizovat jako soudržnost nebo sociální solidaritu, která je jedním z nejvýznamnějších humanisticky orientovaných civilizačních a kulturně-sociálních aspektů. (Veteška, 2016, s. 29)

Za seniora je považována osoba, která dosáhla důchodového věku. Pojem **senior** vychází z pojmenování celého věkového období staroby (sénia). Pro označení seniorského věkového období se rovněž používá termín postproduktivní věk nebo postaktivní věk. Pojem důchodce vyvolává určitý sociální status a tím je odkázanost existence jedince na důchod, který je formou finančního příjmu. Slova starší, starý nebo staří je doporučeno používat s termínem člověk nebo lidé. (Baková a kol., 2015, s. 72)

Solidarita je z etymologického hlediska odvozeným pojmem od slova solidum, které se používalo ve starém Římě k označování společného závazku dlužníků ručících každý za všechny. Tento pojem je možno vyložit jako porozumění jednotlivcům nebo celku, jako vědomí příslušnosti k určitému celku a soudržnost s celkem a jednotlivcem. V širokém pojetí se dá na solidaritu pohlížet jako na příslušnost jednotlivce k rodu, národu, etniku nebo zájmovému sdružení. (Tomeš a Šámalová, 2017, s. 10)

Úspěšné, nebo také **zdravé stárnutí**, je nadnárodní koncept, který respektuje stáří jako přirozené období života člověka. Nabádá seniory k aktivnímu a zdravému způsobu života s velkou mírou osobní spokojenosti. (Haškovcová, 2012, s. 168)

Volnočasové aktivity jsou veškeré společenské, kulturní a sportovní aktivity, kterým se lidé věnují ve svém volném čase. Všichni, kteří se zajímají o seniory, by se měli dobře orientovat o tom, kde a jaké volnočasové aktivity jsou v dané lokalitě k dispozici a nabízet je aktivně i ostýchavým seniorům. (Haškovcová, 2012, s. 170)

2 KONTEXTUÁLNÍ RÁMEC AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

Ve druhé kapitole diplomové práce uvádíme podrobnou charakteristiku procesu stárnutí a vymezujeme další pojmy související se stárnoucí populací. Rozsáhle se zaměřujeme na pojetí aktivního stárnutí a předkládáme jeho ukotvení ve strategických dokumentech. Zaměřujeme se zde na demografické hledisko a historické souvislosti stárnutí populace, na postoje k seniorům ve společnosti, genderové aspekty stárnutí, smysl a kvalitu života ve stáří, teorii úspěšného aktivního stárnutí, zdravý životní styl, potřeby seniorů, solidaritu se stárnoucími občany, problémy a změny související se stářím a stárnutím.

2.1 Stárnoucí populace

Stáří je součástí vývojových etap lidského života, ve které se klade důraz na zachování pohybových schopností a neustálý psychosociální rozvoj osobnosti člověka. Stáří neznamena konec života. Prodlužování lidského života a vzájemné soužití s ostatními generacemi přináší nové možnosti k vytváření nového modelu osobního růstu, ve kterém je život předkládán jako nepřetržitý celek od narození až do smrti. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 11)

Sociální kategorií stáří, stárnutí a seniory jako věkovou sociální skupinou se zabývá vědní disciplína, která se nazývá sociální **gerontologie**, neboli gerontosociologie. Její rozvoj začal asi před půl stoletím, ale kořeny sahají hlouběji do minulosti. Pomalé rozvíjení jejích teorií je přičítáno pomalému odloučení od strukturního funkcionalismu. Gerontologie začala teprve nedávno přijímat nové perspektivy (teorii směny, fenomenologii, symbolický interakcionismus, sociální konstruktivismus, teorii konfliktu a feministické teorie), které jinde v sociologii expandovaly již od konce šedesátých let minulého století. (Sýkorová, 2007, s. 30)

Stárnutí je velkou výsadou, která povoluje zpětnou vazbu k dlouhému životu a ten může být oživen v retrospektivě. Se stárnutím tato retrospektiva zahrnuje projevy a chování, které se stávají reálnými a přítomnými. Stárnutí lidí má obecný potenciál ve smyslu gerontransendence. Je to posun do meta pohledu, od materialistické a racionální vize k vizi kosmičtější a transcendentnější. Obvykle je doprovázen stoupající životní spokojeností. Znamená to, že starší člověk něco překonává, přesahuje a gerontransendence je považována za konečné stadium v procesu vedoucímu ke zrání a moudrosti. (Erikson, 1999, s. 117-122)

Demografický vývoj

Poprvé v historii zažívá lidstvo fenomén, který byl nazván stárnutí populace. Z demografického hlediska je to určitý proces, v jehož průběhu se mění věková struktura obyvatel tak, že roste podíl osob starších než 60-65 let a snižuje se podíl osob mladších než 15 let. Populace bývá označována jako mladá, středního věku nebo stárnoucí, tento fakt je závislý na věkové struktuře a vzájemných proporcích mezi hlavními věkovými skupinami: 0-14, 15-59, 60+. (Rabušic, 1995, s. 6-7)

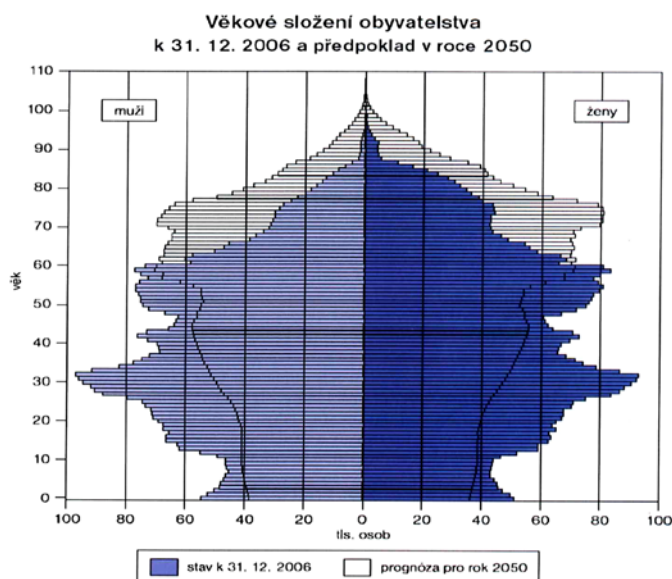
Stáří a stárnutí je spojeno s lidstvem od počátků jeho historie. Bylo vnímáno lidmi vždy pod vlivem určité úrovně dané historické epochy a v souvislosti s kulturními, náboženskými a sociálně-ekonomickými aspekty. V průběhu historie se měnil pohled na starého člověka a také doba dožití. V období antiky se lidé dožívali průměrného věku 25 let, Evropský průměr až do 16. století byl stejný. V první čtvrtině 18. století se průměr zvýšil na 30 let a v 19. století na 40 let. V roce 1940 dosáhl věk dožití na hranici 50 let. Tyto údaje byly ovlivněny velkou úmrtností kojenců a dětí, válkami, epidemiemi a hladomorem. (Veteška, 2016, s. 20-22)

Změny z pohledu sociografického jsou považovány za výzvu pro celou sjednocenou Evropu v současnosti i v budoucnosti. Dramaticky klesá porodnost a roste podíl seniorů hlavně v prosperujících městech také v Česku. Přispívají k tomu ekonomické změny, které jsou zesíleny globalizací a sociální transformací. Tyto skutečnosti ovlivňují chod a funkci společnosti a také množství příležitostí k využívání schopností jedince i skupin. Věková struktura každé společnosti je ovlivněna třemi faktory – porodností, úmrtností a migrací obyvatelstva. Pětina populace Evropské unie překročila věkovou hranici 65 let, a je předpoklad, že v roce 2050 to bude více než polovina. Vyšší procento starých lidí je u starších členů EU. V nově přistupujících zemích roste pozvolna, protože země východní a střední Evropy se rodí zatím hodně dětí a zdravotnictví a systém zdravotního pojištění není na tak dobré úrovni. Tyto země se budou postupně přizpůsobovat a trend stárnutí se bude zrychlovat. Do Česka proudí imigranti z Ukrajiny, Slovenska, Polska a Vietnamu, čímž narůstá populace a snižuje se demografický věk. Jediným státem se starou populací je Turecko a naopak relativně mladou populaci má Irsko. V EU je demograficky nejmladší Slovensko a Kypr. Kromě stárnutí populace se Evropa musí vyrovnat s výzvou snižování populace vůči okolnímu světu. Před lety žilo na území EU 15% populace, nyní je to 7% a v roce 2050 to bude jen 4-5%. (Schmeidler a kol., 2009, s. 6-18)

Ve vyspělých státech je proces demografické revoluce skončen již pár desítek let. Od poloviny šedesátých let jsou pozorovány významné změny v demografickém chování, které jsou nazývány jako druhý demografický přechod. V naší republice se začaly projevovat procesy, které jsou s druhým přechodem spojeny začátkem 90. let 20. století. Za změny je považováno mimo jiné odkládání rodičovství až do vyššího věku, větší podíl dětí narozených mimo manželství a nízká úroveň plodnosti. Trvale jsou zlepšovány poměry úmrtnosti a tím se zintenzivňuje demografické stárnutí. (Svobodová, 2010, s. 6)

Podle nejnovějších údajů z roku 2016 směřoval vývoj české populace k vyššímu počtu živě narozených dětí, a sňatků a menšímu počtu úmrtí. Počet obyvatel se zvýšil o 25 tisíc na celkový počet 10,578 milionů. Přibýlo především obyvatel, kteří jsou starší než 65 let. Proces stárnutí pokračuje i přes nárůst narozených dětí, který začal v roce 2008. Zvyšuje se seniorská složka populace, věkový průměr na konci roku 2016 byl 42, let. (Křesťanová, Kurkin a Němečková, 2017, s. 187)

Odhaduje se, že v roce 2050 bude asi jedna třetina obyvatel České republiky starší než 65 let. Obyvatel nad 85 let bude více než půl milionu. **Demografické stárnutí české populace** sebou přinese kromě nároků na systém veřejné a sociální politiky také předpoklad, že nebude z praktického hlediska existovat věková diskriminace. Stárnutí populace sebou přinese kromě nutné zásadní změny v oblasti veřejné politiky také potřebu uvažování o rozdílných dimenzích života lidí. (Černá, 2017, s. 5)



Obrázek 1 Strom života k 31. 12. 2006 a projekce roku 2050 dle ČSÚ (Zdroj: Problémy mobility stárnoucí populace, 2009, s. 11)

Objevují se teorie, že starší generace ztratí zdroje smyslu života, ale udrží si určitou moc. Svou nadvládu si budou udržovat díky svým důchodům a nabytým zkušenostem. Ekonomové odhadují, že se početní relace posunou ve prospěch stárnoucí populace na dvacátá léta 21. století. V prognózách se například uvádí, že v Německu nastane po roce 2023 gerontokratický systém, ve kterých budou senioři rozhodovat o mladých. Určitému vykořisťování mladých bude bránit pouze strach odchodu ze země nebo nezištné postoje a chování vůči vlastním dětem. (Schirmmacher, 2004, s. 105)

Podle Rabušice (1995, s. 151-152) rapidně klesají počty žijících mužů nad 60 let věku. Tato tak zvaná **feminizace stáří** ukazuje, že ženy představují většinu starší populace téměř ve všech zemích světa. Feminizace sebou přináší vdovství a osamělost žen a větší pravděpodobnost života v chudobě. Na rozdíl od mužů žijí starší ženy převážně samy v domácnostech. Je to způsobeno vyšší úmrtností mužů ve starším věku a také tím, že muži častěji uzavírají další sňatky převážně s mladšími ženami. Zvyšují tak pravděpodobnost, že svoji manželku nepřežijí a nebudou žít osaměle.

Postoje ke stáří a stárnutí

V současné společnosti je upřednostňován kult mládí a krásy. Stáří bývá spojováno s různými obavami, se strachem a s životními nejistotami, které mohou vést až ke gerontofobii. Stáří je většinou chápáno jako konečné období života, ve kterém člověk pouze chřadne. Systém hodnot v naší společnosti, který je zaměřen na výkony a aktivitu mladých lidí, většinou nepomýšlí na starší lidi. (Vágnerová, 2000, s. 444)

Moderní doba se vyznačuje technickým pokrokem a přesyceností informacemi, což určitým způsobem narušuje lidskou sounáležitost. Lidé se méně setkávají v důsledku používání moderních komunikačních prostředků a senioři tak přicházejí o potřebu předávání informací mladší generaci. Průzkumy dokazují, že senioři často ztrácejí sebedůvěru a cítí se osamoceni. Některé kampaně nabádají k tomu, že naše společnost nepotřebuje rady starších. Objevil se také nový pojem **ageismus**. Mimo věkovou diskriminaci zahrnuje také veškeré negativní představy o stáří. Stáří je zde považováno za nemoc, senioři nemají čím přispět společnosti a jsou všichni bez rozdílu stejní. Vývoj člověka se rozdělil podle věkových kategorií, každá kategorie má zde nějakou roli. Jednotlivé kategorie si nedokážou porozumět a nejčastěji se tento jev odráží na seniorech. Soudobí senioři jsou velmi vnitřně heterogenní skupinou. Stárnutí prožívají pod vlivem minulosti a současné doby a je velmi individuální. (Kleťetová a Dlabalová, 2008, s. 13-14)

Ageismus se stal po rasismu a sexismu dalším hlavním tématem v diskusích o rovnosti práv a příležitostí. Zahraniční studie dokazují, že negativní sebehodnocení seniorů jako jeden z důsledků ageismu může zkracovat naděje na jejich dožití. Má také vliv na fungování různých společenských sfér, včetně sociální politiky. Tento pojem vytvořil na konci šedesátých let dvacátého století americký gerontolog Roberta N. Butler toho z důvodu, aby popsal stereotypy a mýty, které se týkají stáří a předsudků vůči starší generaci, které podle jeho názoru lze do určité míry nalézt v každém z nás. (Schmeidler a kol. 2009, s. 28)

Zpráva z výzkumu „Názory a postoje české populace k seniorům“ uvádí, že zhruba polovina populace vidí seniory v souvislosti s pojmy stáří, staří lidé a starci. Dalším ze znaků, které vytváří identitu seniora, je podle cca 40% populace ekonomická role, člověk nepracuje a pobírá důchod. Pouze 7% populace se přiklání k rodinné roli a 6% ke zdravotnímu stavu. Poslední výraznou charakteristikou seniorů (podíl 7%) je to, že disponují velkým objemem času a jeho náplní. Pouze 2 % populace určuje identitu seniorů podle zkušeností, moudrosti, nadhledu, zodpovědnosti a podobně. Typickou identitou seniora je teda člověk pobírající důchod ve věku vyšším než 60 let, který má zpravidla vnoučata a hrozí mu potenciální zdravotní problémy. (Sak a Kolesárová, 2008, s. 16)

Povinná a dobrovolná solidarita se stárnoucími lidmi

Aktuálnost solidarity v evropském pojetí je dána současnou sociální politikou vlády, která narušuje principy dobrovolné i povinné solidarity. Politika se svými systémově nevyváženými zásahy má vliv na část populaci z hlediska hrozby sociálního vyloučení. Neexistuje jedna obecná podoba lidské solidarity, není ani univerzální nebo konstantní solidarita. Všechny civilizace a jejich sociální systémy mají svoje tradice a doktríny solidarity. Vyvíjí si svoje nástroje a způsoby její realizace, které co nejlépe odpovídají potřebám společnosti v dané době. Cíle a nástroje solidarity jsou vždy určovány konkrétním sociálním prostorem a sociálním časem. Z historického hlediska se vyvinula dvě paradigmaty solidarity – dobrovolná a povinná. Dobrovolná solidarita je většinou spontánní a účelová, bývá v ní zahrnuta pomoc druhým, humanitární pomoc lidem v nouzi, dobrovolnictví a filantropie. Povinná solidarita se liší tím, že vychází z přirozené lidské potřeby bránit se kolektivně. Je to produkt evropské civilizace ve fázi vývoje a je definována a organizována prostřednictvím státu. Obsahuje všechny formy sociálního pojištění a zaopatření, sociální péče a služeb. Její rozsah je vymezen kodifikovanými

sociálními právy jedinců, které jsou definovány ústavou a mezinárodními úmluvami. (Tomeš a Šámalová, 2017, s. 9-10)

Zdravotní a socioekonomická situace seniorů

V průběhu procesu stárnutí dochází ke změně osobnosti. Tato změna může být chápána buď z pozitivní stránky ve smyslu moudrosti, nebo z negativní stránky ve vztahu k rostoucí introverzi, úzkostem, depresím a neschopnosti přizpůsobovat se změnám. Přestože však jsou v souvislosti se stárnutím asociovány hlavně změny involuční, s věkem neklesají a nemizí veškeré dovednosti a funkce, které člověk získává během svého života. Z obecného hlediska se snižuje vitalita a ubývá energie. Zpomaluje se psychomotorické tempo a funkční senzomotorické koordinace. Typickými změnami jsou poruchy paměti. Naopak se nemění například funkce dlouhodobé paměti, profesní paměti. Zvyšuje se také zájem o všeobecnou informovanost a celkový přehled. Narůstá také smysl pro detaily. Od určitého věku se vyskytují potíže s požadavky běžného dne. Jedná se donášku těžkého nákupu, o potřebu doprovodu k lékaři a podobné potřeby, čímž se zvyšuje závislost, která se zvyšuje v případě nemoci. Celkově se snižuje soběstačnost včetně psychické. Seniori trpí zvýšenou únavou, poruchami spánku a jsou více rozmrzelí. Uvažují často o smyslu života obecně i o vlastním, což je spojováno se smutkem. Často prožívají obavy ze samoty buď opravdové, nebo potenciální. Zhoršují se motorické dovednosti, což bývá příčinou zhoršeného sebehodnocení a frustrace. Inteligence a tvůrčí schopnosti mohou být zachovány až do pozdějšího věku, především se to týká lidí, kteří tyto schopnosti využívali po celý život. Větší důraz je kladen na psychické potřeby jako je seberealizace a sounáležitost, které se mohou vytrácet z života odchodem do důchodu, přestěhováním, ztrátou manžela nebo manželky, odchodem potomků z domova a hledáním nového programu pro život. (Schmeidler, 2009, s. 41-42)

Sak a Kolesárová (2008, s. 136-137) uvádí, že podle výzkumu dochází u populace k rapidnímu zhoršování zdravotního stavu až od 70 let věku. Zhruba polovina seniorů v této věkové kategorii potřebuje pravidelnou lékařskou péči s odlišnou mírou. Vzhledem k stálému nárůstu druhého placení tak zvaná spoluúčast přestává dostačovat při realizované péči první placení (celoživotně placená zdravotní péče). Tento vysoký nárůst vede k tomu, že zdravotní péče bude pro starší generaci za hranicemi jejich možností.

Demografické změny sebou přinášejí nově vzniklé problémy. Jedná se například o mobilitu starších lidí, kteří ve velké míře využívají jízdu automobilem. Nevyužívají tak

dostatečně energeticky úsporné způsoby mobility, kterými jsou chůze, jízda na kole, veřejné dopravní prostředky a služeb kombinujících více způsobů přepravy. Ovlivňuje to jejich nezávislý život, ale především osobní zdravotní stav každého jednotlivce, protože starší lidé omezují aktivní zdravý pohyb. (Schmeidler a kol, 2009, s. 9)

Fáze života ve stáří a různá pojetí stárnutí

V posledních letech se ukázalo, že stáří není jen záležitostí starých lidí, ale jedná se o celoživotní proces, což ukazuje celkové holistické, celoživotní a biodromální pojetí a psychologie života. Růst a zralost osobnosti včetně její integrace není ukončen odchodem do důchodu. S pomocí přípravy na důchod je nutno začít mnohem dříve, než při vstupu do důchodu. Zjistilo se také, že mozkové buňky u starších lidí odumírají, ale zároveň vznikají nová nervová spojení a rodí se nové buňky, což prokazuje tak zvaná dospělá neurogeneze. Člověk je tedy schopen učit se novým věcem. Bylo také potvrzeno, že lidé ve třetí fázi života jsou moudřejší nezávisle na inteligenci. V této fázi života se vyskytuje největší míra pocitu štěstí. Výzkumy prokázaly, že nejšťastněji se cítí lidé ve věku nad 70 let. (Křivohlavý, 2012, s. 13-15)

Křivohlavý (2012, s. 18) hovoří o čtyřech základních etapách lidského života. První fáze je mládí (0–30 let), druhou je střední věk neboli doba dospělosti (30–65 let), třetí fáze života je období života v důchodu (65–85 let). Tato fáze bývá v anglosaské literatuře ještě někdy rozdělena na dva úseky, což je mladší člověk staršího věku a starší člověk staršího věku. Poslední čtvrtá fáze přípravou na odchod ze života (85 let a více). Lidé, kteří se dožijí takového věku, jsou považováni za dlouhověké.

Proces stárnutí ovlivňuje mnoho faktorů, které se dělí na vnější a vnitřní. Vnější faktory jsou fyzikální, chemické a sociální. Mezi vnitřní faktory patří genetická výbava, tělesné nemoci, psychické poruchy a psychická výbava každého jedince. **Fyziologické stárnutí** bývá charakterizováno jako primární nebo zdravé stárnutí. Provází ho přirozené projevy odpovídající věku a vytváří se typický obraz, který se nazývá stařecký fenotyp. Jedná se o pokračující proces, který se zrychluje po dosažení 65 let věku. Následuje **patologické** (sekundární) stárnutí. To se vyznačuje zrychleným procesem stárnutí a je chápáno jako stárnutí chorobné. Stárnutí **terciární** je spojeno s umíráním a rychlým tělesným úpadkem. (Příbyl, 2015, s. 9-10)

Psychické známky stárnutí mohou být posuzovány podle měřítka biologického věku, popřípadě psychologického věku. Změny v období stáří jsou velmi složité. Věnuje se jim

vývojová psychologie a psychologie stáří a stárnutí, která bývá nazývána jako gerontopsychologie. Psychické stárnutí se projevuje mnoha způsoby. Časté jsou změny psychických funkcí, které jsou podmíněny strachem z osamělosti a opuštěnosti, a mají stoupající tendenci. Mění se také hodnoty zaměřené na duchovní oblasti člověka, osobnostní rysy a snižuje se schopnost adaptace. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 225-227)

Podle Haškovcové (1990, s. 94-95) se **psychologické aspekty stárnutí** staly předmětem odborného zájmu až ve 20. století. Dlouhou dobu byla pozornost věnována pouze nemocným starým lidem, kterým byla poskytována určitá sociální péče. V současné době je aktuálním problémem fyzická a psychická soběstačnost seniorů, a nastal výrazný růst výzkumů zaměřených na jejich psychiku.

Biologické stárnutí vysvětluje Stuart-Hamilton (1999, s. 22) jako poslední fázi vývoje člověka, které prožívá každý zdravý i nemocný jedinec. Pojem biologický věk znamená objektivní stav fyzického vývoje člověka nebo jeho degenerace. Z obecného hlediska vyjadřuje tento pojem celkový stav lidského organismu. Pro určení biologického věku jsou někdy používány specifitější pojmy jako anatomický, karpální nebo fyziologický věk. Anatomický věk vyjadřuje stav soustavy kostí nebo tělesné stavby člověka. Karpální věk ukazuje stav karpálních kůstek a fyziologický věk představuje stav fyziologických procesů organismu, což je například rychlost metabolismu.

Podle Příbyla (2015, s. 10-12) je **kalendářní stáří** určeno dosažením určitého věku a je považováno za sociální konstrukt. Je jasně vymežitelné a má velký význam například pro demografické a statistické účely. Obecně uznávanou podle Světové zdravotnické organizace je následující periodizace lidského věku: 60-74 let (stárnutí, rané stáří, senescence); 75-89 let (vlastní stáří, kmetství, senium) a 90 a více let (dlouhověkost, patriarchium). Vzhledem k tomu, že se zdravotní a funkční stav stárnoucí populace zlepšuje, přiklání se více autorů k následujícímu členění: mladí senioři ve věku 65-74 let (young-old); staří senioři ve věku 75-84 let (old-old) a velmi staří senioři ve věku 85 let a více (oldes-old, very old-old). V kontextu se **sociálním stářím** se hovoří o sociální periodizaci života člověka, která se podle produktivity a sociálních rolí člení do tak zvaných věků. První předproduktivní věk je období dětství a mládí, vzdělávání a přípravy na profesi. Druhý produktivní věk je již fází dospělosti. V této fázi je na vrcholu biologická, sociální a pracovní aktivita. Ve třetím postproduktivním věku dochází k poklesu produktivity a přechodu do penze. Čtvrtý věk je fází závislosti, což je spojováno se ztrátou soběstačnosti a tělesnou i duševní zchátralostí. Sociální stáří souvisí se změnou

životního stylu, mění se životní potřeby a sociální role, která je dána odchodem do důchodu. V souvislosti s uvedenými změnami se může u některých seniorů objevit handicap sociální integrace.

Obecně je za starého člověka považován člověk, který je tak označen většinou společnosti. Tato hranice se posouvá s prodlužováním života. Například v roce 1800 byl za starého pokládán člověk ve věku 40 let. V současnosti je v rozvinutějších zemích za spodní hranici považován věk 65 let. Z prováděných výzkumů vyplynulo, že chronologický věk nemusí být prvořadým kritériem pro vnímání seniorského věku. Populaci seniorů můžeme členit z hlediska funkční zdatnosti na elitní, zdatné, nezávislé, křehké, závislé, zcela závislé a umírající. (Příbyl, 2015, s. 14)

Smysl a kvalita života

Podle Giddense (1999, s. 57) představoval v tradiční společnosti přechod k nejvyššímu věku vrchol všeho, čeho mohl člověk v životě dosáhnout. Naopak je tomu v průmyslové společnosti. Po odchodu do důchodu, při bydlení v domácnosti bez dětí a bez ekonomické aktivity se těžko nalézá smysl života. Dřívější názor byl, že se mají lidé méně zajímat o svůj vnější prospěch a obracují se ke svým vnitřním zdrojům. V moderní společnosti, kde je hodně lidí fyzicky způsobilých i ve vyšším věku se klade důraz na orientaci navenek. Nový začátek mohou senioři nalézt ve třetím věku, kde může začínat nová fáze vzdělávání.

Grün (2009, s. 12) uvádí, že podle C. G. Junga spočívá smysl života ve stáří v tom, že se člověk smíří s ubýváním fyzických a duševních sil, a začne se více věnovat svému nitru. Bohatství člověka se skrývá právě v jeho duši. Ve stáří by se měl člověk zahledět více sebe, aby tak našel poklad vzpomínek a svoje vnitřní bohatství. To se projevuje právě množstvím zkušeností a obrazů.

Stáří je vyvrcholením a konečnou fází individuálního života člověka, ale je také důsledkem společnosti, ve které žil a stále žije. Jako fenomén společnosti je zároveň jejím produktem a vypovídá o ní. Musí být chápáno v kontextu celého životního cyklu. Kvalita života ve stáří je ve velké míře ovlivněna způsobem prožívání dětství, mládí a dospělosti. Souvislost mezi stářím a společností není vymezena jen vlivem na jedince, ale také vlivem jedince na společnost. Kvalita života a obsah stáří působí na společnost. Prodlužování délky života je tedy významné nejen vzhledem k samotnému člověku, ale přináší velký potenciál zpětného vlivu na kvalitu společnosti a její změnu, která vede k tak proměně na dlouhodobou společnost. (Sak a Kolesárová, 2012, s. 11)

Stárnutí je přirozeným procesem a jsou v něm ohroženy určité faktory. Je to velmi dlouhý proces, ve kterém dochází k evoluci a k involuci. U každého jedince probíhá tento proces různým způsobem. K fyziologickým změnám dochází zpravidla kolem čtyřicátého roku, což je mnohem dříve, než se začnou objevovat příznaky stárnutí. Je potřeba začít jednat včas. Pokud člověk má povědomí o tom, které faktory jsou ohroženy, může nacházet včas vhodné prostředky k tomu, jak stárnutí alespoň zpomalit. Dále jak ho využít alespoň z té kladné stránky, zaměřit se na jeho nejlepší součásti a co nejvhodněji se mu přizpůsobit. Mezi starými lidmi tvoří elitu aktivní, vitální, zdraví, zvědaví jedinci, kteří jsou otevření novým věcem a experimentům. Jsou to lidé, kteří prožívají úspěšné stáří. Velký význam pro zpomalení, nebo prevenci nepříjemných jevů má pro člověka fyzické cvičení, ochrana před stykem s chemickými výrobky, pravidelnost spánku, strava bohatá na živiny s malým obsahem kalorií, posilování imunitního systému, udržování paměti, prožívání klidného života bez stresů, eliminace tělesné nadváhy, nekuřáctví, stimulace pěti lidských smyslů, ovlivňování zdraví prostřednictvím pozitivních duševních schopností. (Dessaint, 1999, s. 11-19).

Existuje řada užitečných nástrojů a pomůcek, které pomáhají ke zlepšování určitých aspektů života člověka. Je to například provádění bilance pro lepší sebepoznání. Bilance se týká vzhledu, zdravotního stavu, osobní realizace, vztahů s druhými lidmi, vztahu s partnery, zaměstnání, finanční situace, hmotného prostředí, spolubydlících, duchovního života, společenské prospěšnosti. Dalším nástrojem je stanovení zásadních cílů a tvorby plánu na jejich dosažení. Do plánu může být zahrnuto například zbavení se určitých návyků, osvojení nových návyků, věnování více času svým blízkým, třibení ducha a obohacení všeobecného vzdělání. Zajímavou pomůckou je hra s kartami na představy a kladné myšlenky, psaní deníku, nebo jen obyčejného zápisníku. Velmi důležité je vytvoření svého vnitřního útočiště, přičemž je napřed potřeba se zcela uvolnit, aby zeslábla vědomá, rozumová a kritická část podvědomí. Následuje volné působení představivosti a tvořivosti. V duševní rovině je třeba myslet na prostředky, kterými se procvičuje paměť a rozvíjí analytické a syntetické schopnosti. Pokud jde o tělesnou stránku, je potřeba myslet na to, že je při každé činnosti potřeba se uvolnit, okysličit organismus, rozvíjet pružnosti a motoriku. (Dessaint, 1999, s. 33-48)

Účelem smyslu života není dosáhnout vysokého věku samo o sobě. Cílem je udržovat schopnost zvládání úkonů a požadavků života samostatně, bez pomoci druhých osob.

Jedná se také o nezávislost na pomoci druhých v pracovní, společenské, zájmové oblasti. Je dobré mít dostatek sil a využít je k pomoci slabším, více postiženým a starším. Dalším cílem života je udržení kvality života, umět zvládat všechny povinnosti a mít radost ze všeho prožitého. Důležité je přenášení aktivně nasbíraných zkušeností na druhé a pomoc při řešení životních okolností ostatních jedinců. Dále také dávat příklad mladší generaci. Důraz je kladen na účast v profesním, společenském, rodinném a zájmovém životě podle svých možností a schopností. Ve stáří existuje dva hlavní způsoby životního cyklu. Jde o **pasivní způsob**, který se vyznačuje nečinností a pasivním přijímáním událostí. Tento způsob života upřednostňují zastánci klidného života bez stresů. Druhý typem je **aktivní způsob** životního stylu. Jeho vyznavači se snaží o dosažení společenské potřebnosti a užitečnosti. Zapojují se do profesního, zájmového, společenského, politického a klubového života. Toto zapojení musí probíhat aktivně s plnohodnotnou účastí, nejen jako pasivní pozorovatel na události, ale například jako pomocník při realizaci různých akcí. (Šramo, 2012, s. 68-69).

Aktivní důchodci

V současné době neznamena odchod do důchodu ponechání výdělečné činnosti. Důchodci nalézají většinou méně placenou práci a rozdíl jim vyrovnává vyplácení důchodových dávek. Moudré je také to, že přecházejí na částečné úvazky, které vyhovují lépe jejich fyzickým a duševním změnám. Nečinnost a ztráta sociální komunikace, která je spojena se zaměstnáním, urychluje proces stárnutí. Předpokladem aktivního stárnutí je péče o tělo i ducha. Senioři by neměli zanedbávat, podceňovat preventivní prohlídky a různá očkování. Každý senior, který má povědomí o své nemoci, nebo zdravotním postižení umí lépe se svou chorobou „komunikovat“. Také tím pádem dokáže omezit činnosti nebo zvyklosti, které by mohly nemoc zhoršovat. Prodlužují si tak svůj aktivní život. Doporučuje se denně ujít alespoň 3 kilometry a měnit trasy, aby senioři neztráceli přehled o dění v okolí. Důležité je sledování zpráv, aby neztráceli povědomí, čím společnost žije. Ve zralém věku je nutné dbát o svůj zevnějšek, což usnadňuje sociální komunikaci. Zanedbávání je výsledkem pohodlnosti, lenosti a urychluje samotu, a tím i stárnutí. Lidé v důchodu nesmí ztrácet sociální komunikaci. Mohou pracovat v občanských sdruženích nebo užívat aktivizující sociální služby, které cílevědomě naplňují volný čas a poskytují možnost sociálních kontaktů. V některých zemích se důchodci zaměstnávají v sociálních službách jako dobrovolníci za stravu a bydlení, což jim dává nový smysl života a naději, že

až budou oni potřebovat tuto pomoc, bude o ně podobně postaráno. **Dobrovolnictví** dává pocit užitečnosti a nový smysl života. Podmínky pro státem podporované dobrovolnictví v České republice upravuje zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě, ve znění pozdějších předpisů. Nevztahuje se na dobrovolné činnosti obecně. Některé povinnosti dobrovolníků jsou vymezeny v zákoně č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí v platném znění. V sociálních službách bylo dobrovolnictví legalizováno koncem roku 2007, kdy se dobrovolníci objevili po boku profesionálních pracovníků, jde o novelu zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. (Budinský a kol., 2013, s. 20-22)

2.2 Aktivní stárnutí a jeho ukotvení ve strategických dokumentech

Naše společnost nebyla na rychlý nárůst počtu osob, které dosahují vyššího věku než 60 let připravena, přestože demografové na tuto skutečnost s předstihem poukazovali. Ve stejné situaci se ocitly všechny evropské a světové státy. Jako první upozornila na tento problém argentinská delegace na zasedání OSN v roce 1976, přednesla zde návrh rezoluce, který byl schválen. OSN svolala dvě světová shromáždění. První proběhlo ve Vídni v roce 1982 a výstupem bylo přijetí Vídeňského mezinárodního akčního plánu stárnutí. V roce 1991 vydala OSN Zásady OSN pro seniory a vyhlásila v roce 1999 Mezinárodní rok seniorů. Na druhém shromáždění v Madridu v roce 2002 byla schválena nová strategie, která byla nazvána jako „Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí“. Ve stejném roce byla svolána Ministerská konference o stárnutí v Berlíně. Tato konference přijala „Regionální implementační strategie k Madridskému mezinárodnímu akčnímu plánu pro problematiku stárnutí“. Evropská hospodářská komise OSN svolává také jednou za pět let kontrolní ministerská shromáždění. V roce 2012 se začaly aktivizovat mezinárodní nestátní organizace. International Federation on Ageing připravila podklady pro konferenci ve Vídni. Došlo na ní k závěrům, že státy se musí věnovat otázkám aktivního stáří. Rok 2012 byl Evropskou unií vyhlášen za „Rok aktivního stáří“. S vyšším věkem přibývají nemocní a zdravotně postižení občané. Na tyto problémy upozornila již v devadesátých letech Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj a věnuje se jim i Evropská unie, která předložila studii s názvem „Report on long term care for older people“. (Budinský a kol., 2013, s. 22-28)

Za mimořádnou aktivitu na celosvětové úrovni lze považovat program Světové zdravotnické organizace z roku 1991 „Zdraví pro všechny do roku 2000“, který pokračuje

programem „Zdraví pro všechny v 21. století“. Zdraví senioři jsou nabádáni k tomu, aby pečovali o svoji co nejdelší soběstačnost. K tomu by měl posloužit jako pomocník Program zdravého stárnutí. Pro Evropu byl zkoncipován projekt Stárnout zdravě, pro Českou republiku je znám pod názvem Stárnout zdravě v České republice. (Haškovcová, 2012, s. 21-23)

Je potřeba pamatovat i na nesoběstačné a nemocné seniory. Vzhledem ke stále stoupajícím počtům seniorů s Alzheimerovou chorobou a dalších forem demence je nutné zajištění dostupné a kvalitní péče. Tuto skutečnost zaštiťuje francouzský Plan Alzheimer. Českou variantou je Národní akční plán pro Alzheimerovu nemoc a další obdobná onemocnění na léta 2016 až 2019. (Mzcr.cz, 2010)

V České republice je koordinátorem politiky přípravy na stárnutí Ministerstvo práce a sociálních věcí. Prostřednictvím Usnesení vlády České republiky ze dne 30. března 2015 č. 218 o Národním akčním plánu, který podporuje pozitivní stárnutí v období let 2013 a 2017 byla schválena aktualizace strategického dokumentu nazvaného Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017. Tato verze byla aktualizována ke dni 31. 12. 2014. Navazuje na předchozí strategické dokumenty. Poslední verze navazuje na předcházející strategické dokumenty nazvané „Národní program přípravy na stárnutí“, které byly schváleny na období let 2003 až 2007, a následně na období let 2008 až 2012. Dále také na dokumenty OSN a dalších mezinárodních organizací. Základem Národního akčního plánu je myšlenka zajištění dodržování a ochrany lidských práv seniorů. Hlavním záměrem je celkový přístup k řešení problematiky stárnoucí populace, dále spolupráce a propojování strategií různých oborů působnosti, které se týkají přístupů ke stárnutí a tvorby společných priorit u všech přijatých opatření. (Mpsv.cz, 2009)

Mimo přijatého Národního akčního plánu v České republice byl také na Slovensku v návaznosti na rok 2012 v roce 2013 přijat „Národní program aktivního stárnutí na roky 2014-2020. Obsahem obou dokumentů jsou následující oblasti řešení:

- ochrana lidských práv a práv seniorů,
- prevence proti zneužívání seniorů a proti špatnému zacházení se seniory,
- podpora a dobrovolnictví,
- celoživotní vzdělávání,
- zaměstnávání seniorů,
- kvalita života ve stáří,

- přizpůsobení informačních technologií pro potřeby seniorů. (Veteška, 2016, s. 25-23)

Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017

Základním rámcem Národního akčního plánu je zabezpečení dodržování a ochrany lidských práv seniorů. Senioři jsou v pokročilém věku velmi zranitelní, proto jim musí být zajištěno právo na respekt, na důstojné zacházení a podmínky v jakémkoliv prostředí, právo na důstojný život a také na participaci ve společnosti. Všechna opatření dokumentu směřují k tomu, aby starší pracovníci a senioři mohli zcela využívat politických a občanských práv, ale také aby měli možnost naplňování sociálních, kulturních a ostatních práv. Pro účelné využití potenciálu zvyšujícího se počtu seniorů je nutné se zaměřit na dvě základní oblasti – **zdraví a celoživotní učení**. Z těchto oblastí se odvíjí účast seniorů na trhu práce, podílení seniorů na rozvoji občanské společnosti (formou dobrovolnictví nebo v rámci rodiny) a podpora mezigeneračních dialogů. S rostoucím demografickým stárnutím se senioři stávají více heterogenní skupinou, především se zřetelem na jejich funkční zdatnost a soběstačnost. Nedá se předpokládat, že všichni senioři mohou být aktivní na trhu práce a v rámci občanské společnosti či rodiny. Avšak zajištění důstojné a odpovídající péče proto patří k povinnostem každé společnosti. Plnění opatření Národního akčního plánu je průběžně monitorováno a na základě podkladů od jednotlivých rezortů se každoročně vyhotovuje „Zpráva o plnění Národního akčního plánu podporujícího pozitivní stárnutí“, která se předkládá ke schválení vládě (dle usnesení vlády České republiky ze dne 13. února 2013 č. 108). Cílem je vytvoření nového mechanismu pro hodnocení a navržení souboru měřitelných indikátorů, které mohou přispět k efektivnějšímu plánování nezbytných opatření v oblasti politiky přípravy na stárnutí. Opatření, která naplňují cíle Národního akčního plánu, jsou v současnosti zabezpečována v rámci schválených rozpočtů. V dalším programovém období 2014 – 2020 je předpokladem možnost financování z národních dotačních programů, z fondů Evropské unie nebo z jiných projektů spolufinancovaných z veřejných rozpočtů (např. Program švýcarsko-české spolupráce, Norské fondy). Na prosazování politiky přípravy na stárnutí a naplňování úkolů Národního akčního plánu bude nutné zvýšit rozpočty kapitol rezortů, které zodpovídají za plnění úkolů v oblasti přípravy na stárnutí. V sousedních státech existují na rozdíl od České republiky na příslušných ministerstvech samostatná oddělení, která se věnují politice aktivního stárnutí. Pokud bude chtít Česká republika udržet krok s Evropou, potřebuje vybudovat odpovídající správní strukturu včetně jejího personálního

a finančního zajištění. (Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017, 2014, s. 3-5)

Priority Národního akčního plánu:

- realizace politiky přípravy na stárnutí v České republice;
- zajištění a ochrana lidských práv starších osob (vize: seniorům je zajištěno plné požívání všech jejich práv a ochrana před projevy špatného zacházení a diskriminace na základě věku);
- celoživotní učení (vize: celoživotní učení jako přirozená a funkční součást společnosti);
- zaměstnávání starších pracovníků a seniorů (vize: senioři jako zkušení, vysoce odborní a vyzrálí pracovníci na trhu práce při flexibilních podmínkách pro jejich postupný přechod z pracovní aktivity do starobního důchodu);
- dobrovolnictví a mezigenerační spolupráce (vize: senioři jako nedílná, aktivní a samozřejmá součást naší společnosti);
- kvalitní prostředí pro život seniorů (vize: kvalitní a bezpečné prostředí s odpovídající infrastrukturou, dostatečnou nabídkou bydlení a občanské vybavenosti, umožňující aktivní zapojení seniorů do komunitního života);
- zdravé stárnutí (vize: zdravý životní styl a prevence nemoci jako základní předpoklad pro zvýšení kvality a prodloužení aktivního života ve stáří);
- péče o seniory s omezenou soběstačností (vize: široká nabídka provázaných sociálně-zdravotních služeb včetně zapojení pečovatelů, která bude reagovat na specifické potřeby seniorů s omezenou soběstačností. (Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017, 2014, s. 6-38)



Obrázek 2 Stárnutí populace - výzvy i potenciál pro společnost (Zdroj: Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017, s. 6)

2.3 Pojetí aktivního stárnutí

Světová zdravotnická organizace (World Health Organization) ve svém konceptu z roku 2002 definuje aktivní stárnutí ve velmi širokém pojetí. Z jejího pohledu jde o proces optimalizace využití příležitostí pro zdraví, pro participaci a bezpečnosti ke zlepšení kvality života lidí v procesu stárnutí. (Apps.who.int, 2018)

Východiska aktivního stárnutí

První teorií stárnutí, která stimulovala další vývoj gerontologie, byla **teorie vyvázání**. Chápe proces stárnutí jako mechanismus, který slouží k uvolnění pozic starších generací mladším a je funkční pro společnost i pro stárnoucí jednotlivce. Stárnoucí populaci umožňuje tento proces opustit svoji roli v produktivním věku, protože požadavky na výkonnost představují pro stárnoucí neúměrnou zátěž. Stárnutí se tak v podstatě stává přípravou na nevyhnutelnou smrt. Jako opozice k této teorii vznikla **teorie aktivity**, která vychází ze symbolického interakcionismu. Je založena na přesvědčení, že psychické a sociální potřeby starších lidí jsou stejné jako u lidí středního věku. Někteří autoři používali v rámci této teorie termín úspěšné stárnutí. Teorie aktivity spojila zachování aktivity staršího člověka se zachováním životní spokojenosti a toto propojení je charakteristické také pro současné koncepty. Do formování nynější podoby konceptu zasáhla **teorie politické ekonomie stárnutí**, která se zaměřuje na objasnění faktu, jakým způsobem politická a socioekonomická omezení formují zkušenost stárnutí. Poukazuje na to, že podmíněnost životní zkušenosti není stanovena pouze věkem, ale i třídou, genderem,

rasou a etnicitou. Významná pro formování současného výzkumu stárnutí je **teorie selektivní optimalizace s kompenzací**. Jedná se o výběr cílů a aspirací, s ohledem na rostoucí omezení. Dále o zdokonalování nástrojů pro dosažení zvoleného životního stylu a volbu alternativních prostředků k jeho dosažení. (Petrová Kafková, 2013, s. 18-21)

Koncept aktivního stárnutí

Koncept aktivního stárnutí se stal v současné době klíčovou odezvou na stárnutí populace na úrovni veřejné a akademické debaty. Existují různé definice pojmu aktivní stárnutí, které se liší především svým rozsahem, ale jsou na obecné úrovni. Koncept (WHO 2002) se opírá o tři pilíře – bezpečnost, zdraví a participace. Všechny tři mají stejným dílem přispívat k dosažení hlavního cíle, kterým je spokojený život. Slovo **aktivní** se v konceptu vztahuje na participaci, která pokračuje ve všech oblastech života. Kromě schopnosti fyzické aktivity či participace na trhu práce souvisí s oblastí společenskou, ekonomickou, kulturní, občanskou i duchovní. Velký význam má participace na trhu práce, ale také v rodině a v komunitě. Tento koncept byl vytvořen v devadesátých letech dvacátého století. Pojem **zdravé stárnutí**, který do té doby používala WHO, byl nahrazen pojmem **aktivní stárnutí**. Tento pojem byl přijat jako více inkluzivní koncepce, která klade důraz na spojení zdraví a aktivity. Prvním diskurzem, který nabízel představu správného způsobu stárnutí, byl pojem **úspěšné stárnutí**, používané zejména ve Spojených státech. K dalším důležitým konceptům patří **produktivní stárnutí** (productive ageing), **pozitivní stárnutí** (positive ageing). Všechny koncepty vycházejí z předpokladu vhodné podoby stárnutí a zdůrazňují aktivitu jako způsob k jejímu dosažení. Koncepty se liší zdůrazňováním rozdílných aspektů procesu stárnutí. Všechny však ukazují na jeho sociální významnost a přípravu na stárnutí označují jako dlouhodobý a celoživotní proces. V každém z nich je začleněna významná proměna obrazu stárnutí, ve kterém se z pasivních příjemců pomoci druhých stávají lidé, kteří aktivně ovlivňují podmínky svého života. Nejedná se pouze o malou závislost na sociálním systému, ale i o zachování si práv ve všech oblastech života. Koncepty nechápou stárnutí jako období závislosti a úpadku, ale omezují do jisté míry svou působnost hlavně na období třetího věku. Společně kladou důraz na potenciál a nové příležitosti stárnutí. Ukazují tím na nový obraz této etapy života. Hranice konceptů nejsou přesně dané a mění se podle perspektivy autorů. (Petrová Kafková, 2013, s. 28-30)

Stárnutí bylo dlouhé roky konceptualizováno z představy fyzického a osobního úpadku člověka. Koncept aktivního stárnutí je produktem výrazných změn v úvahách nad tím, co

znamená stárnout. Stává se z něho sociální, reflexivní a řízený proces. Předkládá seniorský věk jako období, které by mělo být naplněno aktivitou. Aktivita se má týkat neustále se prodlužující účasti na trhu práce, celoživotního vzdělávání, sportovních a jiných zájmových aktivit. To vede k cílenému ovlivňování podmínek stárnutí prostřednictvím životního stylu. Koncept má v sobě zakotvenu novou conceptualizaci, která se týká vztahu mezi jednotlivcem a státem. Stát má zde roli zprostředkovatele vhodných podmínek aktivního stárnutí a odpovědnost, která vede k jeho výsledné podobě je na bedrech stárnoucí populace. Tento koncept v mnoha směrech mění stereotypní představu o stárnutí. Má však velký potenciál v tvorbě nových forem nerovností, které jsou založeny na schopnostech nebo ochotě jednotlivých aktérů, aby dostali novým odpovědným vizím stárnutí. (Hasmanová Marhánková, 2013, s. 11-12)

Principy aktivního stárnutí

Baková a kol. (2015, s. 47-48) uvádí, že veřejné politiky, které podporují aktivní stárnutí, se opírají v první řadě o **princip důstojnosti**. Tento princip vychází z nezbytného respektování potřeb lidí v jakémkoliv věku. Jeho součástí je právo starších lidí a seniorů na ochranu před různými formami špatného zacházení s nimi. Zákaz věkové diskriminace v oblasti zaměstnanosti a odměňování za práci ustanovuje **princip rovného zacházení**. Důstojnost člověka posiluje **princip rodové rovnosti** bez ohledu na jeho pohlaví a respektuje rozdílnost životních zkušeností seniorů. **Princip nezávislosti** vznikl z práva starších lidí a seniorů na sebevzdělávání a nezávislost. Toto právo je v souladu s jejich tělesnou a mentální kapacitou. Je to zároveň i právo na co nejdelší setrvání v přirozeném domácím, nebo komunitním prostředí, kde jsou vytvořeny příslušné podmínky bezbariérového bydlení a nabídka potřebných služeb. Z pochopení aktivního stárnutí jako dlouhodobého procesu a aktivního přístupu k životu, které je v souladu s očekáváním, potřebami a možnostmi člověka vychází **princip seberealizace**. Pro uplatnění tohoto principu je podmínka dostupného celoživotního vzdělávání, usnadnění přístupu k novým technologiím a podpora zapojování seniorů do dobrovolnictví. **Princip solidarity** vychází z potřeby mezigenerační výměny, která zajišťuje udržitelnost rozvoje společnosti ve všech oblastech. Je směřována na jednotlivce rozdílného věku a společensko-ekonomického statusu. **Princip subsidiarity** vychází z potřeby odpovědnosti aktérů na různých úrovních (národní, regionální, místní, komunitní, rodinné, individuální) při plnění cílů a záměrů aktivního stárnutí, které je veřejným zájmem. Právo starších občanů a seniorů na jejich vliv při rozhodování o rozvoji krajiny, regionů a komunit podporuje **princip účasti na správě**

věcí veřejných. Z práva starších občanů a seniorů na práci a na příjem ze závislé činnosti po dovršení důchodového věku vychází **princip zaměstnanosti.** Zaměstnanost umožňuje zhodnocení pracovních zkušeností a kapitálu občanů ve vyšším věku a posiluje jejich ekonomickou suverenitu. **Princip starostlivosti** široce souvisí s principem solidarity a je základní společenskou hodnotou, která vyplývá ze vzájemné závislosti lidí v oblasti společenských vztahů. (Baková a kol., 2015, s. 47-48)

Walker přišel s vymezením konceptu aktivního stárnutí, ve kterém navrhl spojování makroúrovně, mezoúrovně a také mikroúrovně. Identifikoval sedm principů pro strategii aktivního stárnutí, které kladou důraz na partnerství mezi občanem a státem. Jedná se o následující principy:

- je nutné, aby aktivita zahrnovala všechny činnosti, které mohou přispět ke spokojenosti jednotlivých seniorů, jejich rodin, komunity, společnosti obecně, a aktivita zde znamená více než jen placenou práci;
- aktivní stárnutí by mělo zahrnovat celou stárnoucí populaci včetně seniorů s různými omezeními a bez rozdělování na mladé a starší seniory;
- mělo by se jednat o preventivní koncepci, všechny věkové skupiny je potřeba včlenit do procesu stárnutí v průběhu jejich celého života;
- podstatným prvkem je udržování solidarity mezi generacemi;
- obsahem konceptu by měly být práva a povinnosti; právo na sociální ochranu a celoživotní vzdělávání je spojeno s povinností využívat možnosti, které toto vzdělávání nabízí a z obecného hlediska se zachováním aktivity; jedná se o naplnění možností, která tyto práva poskytují;
- strategie by měla být více participační a zplnomocňující;
- strategie musí respektovat národní a kulturní rozmanitost. (Walker, 2002, s. 125)

3 KOMUNITNÍ KNIHOVNY A VOLNÝ ČAS SENIORŮ

V poslední kapitole teoretické části diplomové práce se soustředíme na funkci komunitních knihoven a na jejich pomoc při rozvoji komunitních služeb. Dále se zabýváme tématem seniorů a knihovny. Neodmyslitelnou volnočasovou aktivitou seniorů v knihovnách je vzdělávání, zájmová činnost a dobrovolnictví.

Práce s komunitou je činnost, která směřuje k vyvolávání a podporování změn, které vedou ke zlepšení situace určitého společenství a jeho životních podmínek. Především se jedná o aktivizování všech členů komunity, aby co nejvíce řešili problémy, které je nejvíce trápí. Komunitní práce vyžaduje meziprofesní a institucionální spolupráci a spoluúčast členů komunity. Postupů komunitní práce využívají v současnosti například komunitní nadace, organizace ve zdravotních oborech, organizace zaměřené na ochranu životního prostředí, informační a kulturní centra. (Procházka, 2012, s. 194-195)

Seniori jsou velmi silně zastoupenou cílovou skupinou, na kterou jsou knihovnami směřovány služby. Z obecného hlediska je možno konstatovat, že podíl seniorů je cca 30 % z celkového počtu uživatelů knihoven. Knihovny jsou zcela ideálním místem pro aktivní seniory, kteří jsou soběstační a hledají další možnosti svého dalšího vzdělávání a zapojování do různých volnočasových aktivit. (Gajdušková a kol., 2012, s. 8)

3.1 Komunitní knihovny a jejich role

Vzhledem ke své neustále se rozšiřující nabídce služeb nejsou v současné době považovány knihovny pouze za půjčovny knih, ale umožňují mnohem více. V souvislosti s tímto faktem se často používá pojem komunitní centrum, oficiálně uznávaným termínem je však **komunitní knihovna**. Význam knihoven jako komunitních center dokládá jejich zakotvení v Koncepti rozvoje knihoven ČR na léta 2011 – 2015. V tomto dokumentu je zdůrazněna nutnost zaměřit se na potřeby komunity, v místech kde se knihovna vyskytuje. V Konceptu rozvoje veřejných knihoven na léta 2014 – 2018 jsou knihovny označeny jako místa setkávání a jako vzdělávací instituce. Prostředky získávání informací o potřebách komunity jsou databáze Českého statistického úřadu. Další možností jsou různé formy zpětných vazeb. Knihovny se zaměřují na průzkumy spokojenosti uživatelů. Do místní komunity patří všichni občané, nejen uživatelé knihoven. Nejvhodnější podporou pro rozvoj komunitních služeb je nabídka prostoru nejrozličnějším skupinám, které působí ve městě nebo v obci. Většina knihoven však těmito možnostmi nedisponuje. Jejich stěžejní

činnost je pak pořádání různých akcí a aktivit. Velmi často se jedná o programy uzpůsobené pro seniory. Počty vzdělávacích a kulturních akcí pro veřejnost stále rostou. Do jejich organizování se zapojují nejen městské, ale i obecní knihovny. Přestože finanční možnosti jsou omezené, nabízené aktivity jsou velmi pestré – přednášky, besedy, autorská čtení, filmové projekce, výtvarné dílny, bazary knih, výstavy, koncerty, divadelní představení, kurzy tréninku paměti, informační lekce, univerzity třetího věku a jiné. (Součková, 2015, s. 1-3)

Knihovnu lze považovat za instituci, která je svým rovným přístupem přátelská k seniorům. Je jedním z míst, která mohou intenzivně a s úspěchem pomáhat seniorům zlepšovat a prožívat plnější život, nebo dokonce nacházet jeho nový cíl, udržovat dobrou fyzickou a psychickou kondici, podporovat a dále rozvíjet jejich zájmy, zvyšovat aktivitu a angažovanost. Knihovny z hlediska svého demokratického charakteru umožňují využívat jejich služby všem občanům. Senioři jsou velmi častými uživateli, ve spoustě knihoven tvoří v současnosti třetinu registrovaných uživatelů. (Houšková, 2017, s. 6-7).

Komunitní knihovny pomáhají rozvoji komunit v místě jejich působnosti. Podporují tím dobré soužití lidí, pomáhají zlepšovat jejich obce nebo města, rozvíjet dobré vzájemné vztahy lidí, skupin lidí a organizací v určitém území. Komunitní knihovny nejsou zaměřeny jen na své registrované čtenáře, ale cíleně oslovují celou komunitu. Rozvíjí svoje služby, pružně reagují na potřeby všech skupin lidí a propojují je s jinými skupinami a jednotlivci v souladu s rozvojem komunity. Významnou skupinou návštěvníků knihoven jsou senioři. Prostředí knihoven jim přináší pocit bezpečí, klid a jistotu. Mohou zde nacházet to tradiční neměnné, na co jsou zvyklí, ale zároveň se mohou dozvědět věci nové. Často využívají možnosti dalšího vzdělávání v přijatelné formě s ohledem na jejich věk. Knihovny jsou pro seniory dostupné a přijatelné z hlediska finanční náročnosti. *Senioři jsou významnou uživatelskou skupinou knihoven a mají obrovský zájem o setkávání a celoživotní vzdělávání.* (Gajdušková a kol., 2008, s. 6-7)

Senioři se tu rovnoprávně setkávají s ostatními segmenty společnosti napříč generacemi. Mají možnost v prostředí knihovny vystoupit ze svojí izolace, navazovat nové kontakty se svými vrstevníky, ale i mezigenerační. Mohou zde pokračovat beze změny ve svých aktivitách, získávat nové informace a poznatky, které vedou k sebeaktualizaci. Zapojují se zde do užitečné a smysluplné práce. Tráví zde svůj volný čas, vzdělávají se a tím posilují svoje sebevědomí. Toto všechno mohou všechny knihovny nabízet a také nabízejí. Sekce Svazu knihovníků a informačních pracovníků ČR připravila na základě všech poznatků

a zkušeností z desítek knihoven v České republice publikaci „Rovný přístup. Knihovna přátelská k seniorům“. Je v ní využita řada relevantních informačních zdrojů a konzultací s odborníky z oblasti sociální práce, gerontagogiky a andragogiky. Slouží jako metodický materiál a návod pro knihovny, které chtějí být přátelské k seniorům. Obsahuje tyto základní standardy:

- obecné požadavky (knihovna vytváří podmínky pro rovný přístup ke službám a informacím, poskytuje seniorům registraci za zvýhodněnou cenu);
- všichni zaměstnanci disponují znalostmi o projevech a důsledcích stárnutí a stáří a dovednostmi nezbytnými pro poskytování služeb seniorům;
- je nezbytné neustálé zvyšování kvalifikace knihovníků, v závislosti na velikosti starší populace je v knihovnách zaměstnáván specialista a služby a komunikace se seniory;
- knihovny využívají různé prostředky komunikace na dálku, nabízí služby na dálku a provozují doručování výpůjček seniorům až do domu;
- knihovny vytvářejí vhodné fyzické, technické podmínky a opatření, jež umožňují seniorům samostatný pohyb a pobyt v prostorách knihoven;
- webové stránky knihoven splňují pravidla přístupnosti pro seniory;
- knihovny spolupracují s organizacemi, které zastřešují a sdružují seniory v daných lokalitách, zajišťují vhodnou formu propagace svých služeb seniorům;
- knihovny pořádají aktivizační programy pro seniory, což jsou především vzdělávací akce (Virtuální univerzity 3. věku);
- knihovny pořádají cílené integrační/mezigenerační aktivity.

Hlavní zásady komunikace se seniory v knihovnách:

- respektování osobnosti seniora a cílevědomé chránění jeho osobnosti;
- věnování dostatečné pozornosti a času, při jednání je nutné dodržování očního kontaktu;
- taktní ověřování možných komunikačních bariér (např. zrakové, sluchové)
- vnímání překážek v okolí (např. hluku) a jejich taktní eliminování, nebo výběr jiného vhodného prostoru;
- umožnění pohodlné pozice pro komunikaci (např. nabídnutí židle u pultu);
- v případě potřeby mluvit zřetelně, pomalu a respektovat zpomalenou komunikaci;
- ověřovat, zda senior porozuměl informacím, v případě potřeby je zopakovat;

- jednat podle pravidel slušného společenského chování i v případě, že tato pravidla senior nedodrží;
- jednat s mírou empatie;
- nabízet pomoc, ale nikdy ji nevnučovat;
- důsledně se vyhnout zdětinštění. (Houšková, 2017, s. 7-8)

3.2 Volnočasové aktivity seniorů v komunitních knihovnách

Aktivizace seniorů zahrnuje uspokojující trávení volného času, které má určitý smysl. Aby byly prováděné činnosti smysluplné, musí plnit jistá kritéria. Každá prováděná činnost by měla být pro seniora příjemná, měl by ji vykonávat zcela dobrovolně a s jasným účelem. Musí být také společensky přijatelná a nesmí vest seniora k neúspěchu. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, 34-35)

Senioři jsou v současné době velmi atraktivní cílovou skupinou pro pořádání vzdělávacích aktivit. Tato atraktivita je dána kvantitativním nárůstem v populaci, jejich vzájemnými dlouhodobými přátelskými kontakty a vztahy ke komunitním knihovnám. Jejich zájmy jsou značně široké (informační a počítačová gramotnost, zájmové vzdělávání, občanské vzdělávání). Mají zde možnost propojovat své vzdělávání s tradičními knihovními fondy. (Riedlová, 2013, s. 18)

Vzdělávací aktivizační programy

Základem aktivit knihovny přátelské k seniorům jsou její aktivity vzdělávací. Celoživotní vzdělávání je nepřetržitý proces získávání znalostí, intelektových schopností a praktických dovedností. Je realizováno organizovanou formou a vede k dosažení určitého stupně vzdělání (formální vzdělávání). Druhou možností je realizování vzdělávání organizovanou formou bez dosažení konkrétního stupně vzdělání (neformální vzdělávání), které organizují různé instituce. Vhodným místem pro tuto činnost jsou právě knihovny. Informální vzdělávání nebo učení může probíhat neorganizovaně, například při četbě knih. Knihovny jsou zapojeny do těchto forem vzdělávání, které naplňují edukační potřeby seniorů a udržují jejich psychickou svěžest a vytvářejí podmínky pro udržení všech jejich dovedností. Umožňují také navazování nových přátelských kontaktů a pomáhají seniorům překonávat pocity osamělosti při práci ve skupinách. Knihovny pořádají jednorázové a zároveň také cyklické vzdělávací aktivity. Základní formy cyklického vzdělávání seniorů:

- Univerzity třetího věku;
- Virtuální Univerzita třetího věku;
- Akademie třetího věku;
- volné vzdělávací přednáškové cykly (tematické) nebo jednorázové vzdělávací aktivity;
- kurzy (kurzy počítačové, digitální, finanční a občanské gramotnosti, jazykové kurzy, rukodělné a výtvarné kurzy a jiné). (Mazurová a Houšková, 2016, s. 38-40)

K realizaci aktivizačních vzdělávacích programů je potřeba zabezpečit dostatečný potenciál seniorů, kteří projevují zájem o další vzdělávání. Je nutné vycházet z jejich zájmů a potřeb. Doporučuje se provádění průzkumu o jaké obory a oblasti lidského vědění mají senioři zájem. Je nutná komunikace se všemi potenciálními partnery v obci a dobrá propagace a marketing nabízených aktivit. Neméně důležité je zvážení podmínek, možností a kapacity knihovny, využívání osvědčených modelů, distribuce metodiky a sdílení s relevantními partnery a knihovnami. Čas konání vzdělávacích aktivit musí být přizpůsoben potřebám seniorů v konkrétním regionu. Vzdělávací aktivity by se měly opírat o jasnou koncepci vzdělávání, každá aktivita má být vyhodnocována a následně zlepšována. Důraz je také kladen na kvalitní přednášející a lektory, kteří umožňují seniorům získávat nové informace, ale také sdílet zkušenosti a komunikovat s lektory a ostatními účastníky. (Mazurová a Houšková, 2016, s. 39)

Zajímavou specifickou vzdělávací příležitostí pro seniory je poměrně nová aktivita – **virtuální univerzita třetího věku**. Spojuje optimálně výhody distančního vzdělávání (volba času, místa a tempa studia) s důležitými sociálními rysy přednášek pro seniory (opakované setkávání s lidmi ve stejném věku, s podobnými zájmy, spolupráci na studiu ve skupinách a následné individuální studium). Chybí zde sice účast živého lektora, ale tento fakt nijak neoslabuje poslání tohoto typu univerzit. Hlavním posláním je zpřístupnění vzdělávacích aktivit na nejvyšší úrovni v regionech, které probíhá přímo v bydlišti seniorů. Symbolické motto je *Vzdělávání přichází za seniory, nikoliv senioři za vzděláváním*. (Špaténková a Smékalová, 2015, s. 97)

Široká účast seniorů na společenském životě je neodmyslitelnou podmínkou pro rozvoj celé společnosti, jejích postojů ke stárnutí a vzájemnému respektu generací. Z pohledu sociálního mají velký význam **dobrovolnické aktivity** v rámci seniorské svépomoci a rozvoj klubové činnosti seniorů. (Gajdušková a kol., 2008, s. 5)

V České republice se dobrovolnictví realizuje na základě občanského zákoníku (zákon č. 89/2012 Sb.) Tento zákonu vymezuje veškerá práva a povinnosti smluvních stran. Knihovny s dobrovolníky uzavírají příkazní smlouvu (§ 2430 a následně občanského zákoníku), případně smlouvu nepojmenovanou (ve smyslu ustanovení § 1746 občanského zákoníku), někdy i jen v ústní formě. Zákon 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě je právní normou, která určuje podmínky dobrovolnictví organizovaného akreditovanými organizacemi. Ve státech Evropské unie se dobrovolnictví věnuje téměř 30 % občanů. V postkomunistických zemích je rozvoj dobrovolnictví komplikován předchozím režimem, kdy byly všechny činnosti „povinně dobrovolnické“. Přes tyto nepříznivé okolnosti se dobrovolnictví v České republice rozvíjí a ve větších městech se zvyšuje i počet aktivních seniorů – dobrovolníků. Doporučuje se zapojování seniorů do dobrovolnických aktivit určených všem věkovým skupinám, což ověřily projekty z programu „Senioři vítáni“. Aktivní senioři se osvědčují jako žadání pomocníci při organizování kulturních, vzdělávacích i komunitních akcí knihoven. Nenahraditelní jsou v programech knihoven, které zpracovávají místní historii. Pro lektorskou činnost se v knihovnách dobře uplatňují senioři, kteří dříve působili jako pedagogové, pracovníci muzeí a jiných kulturních institucí. Dále také senioři, jejichž profese vyžadovala kultivovanou komunikaci s veřejností. Důležitější než bývalá profese je však osobnost seniora, jeho znalosti, dovednosti, ochota angažovat se a vůle k zapojení do aktivit v místě. Aktivní senioři patří k nejstálejším dobrovolníkům v knihovnách, přestože existuje rizikový faktor možného ubývání sil a zhoršování zdravotního stavu. Nikdy by se nemělo zapomínat na to, že dobrovolníci se podílí na vytváření PR knihovny a s jejich pomocí se knihovna propojuje s místní komunitou. Dobrovolníci prostřednictvím zkušeností, které získávají v knihovně, zprostředkovávají její obraz svému okolí. (Mazurová a Houšková, 2016, s. 70-80)

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 PŘÍPRAVNÁ ČÁST VÝZKUMU

Ve výzkumné části diplomové práce navazujeme na předchozí teoretickou část a zabýváme se zjišťováním postojů seniorů Zlínského kraje ke komunitním knihovnám a k jejich roli při aktivním stárnutí. Kvantitativní výzkumné šetření je zaměřeno na seniory, kteří navštěvují komunitní knihovny v Zlínském kraji.

4.1 Vymezení výzkumného problému

Pojem aktivního stárnutí v naší republice je v současné době velmi aktuální a veřejně diskutované téma, neboť demografický vývoj směřuje k neustálému nárůstu počtu starších osob. K volbě výzkumného problému nás inspiroval fakt, že počet realizovaných výzkumů u nás i v zahraničí, které se týkají aktivního stárnutí a role komunitních knihoven, je velmi malý. Většina prováděných výzkumů se zabývá touto problematikou v souvislosti s kluby seniorů. Za hlavní spojitost teoretické části diplomové práce s praktickou částí, považujeme volbu respondentů, kterou byli senioři navštěvující pravidelně komunitní knihovnu. Výzkum je orientován především na jejich názory a postoje ke komunitním knihovnám, jako vhodnému místu pro aktivní trávení volného času. Pro potřeby výzkumu jsme zvolili proměnné, které považujeme za významné (např. pohlaví, věk seniorů, dosažené vzdělání). Důvodem empirického zkoumání je skutečnost, že získané výsledky mohou ovlivnit například nové přístupy k aktivnímu trávení volného času seniorů v komunitních knihovnách.

4.2 Metoda a průběh výzkumu

Na základě zvoleného výzkumného problému a vzhledem k většímu počtu oslovených respondentů jsme zvolili **kvantitativní typ** výzkumu. Hlavním záměrem našeho výzkumu bylo popsat realitu a zjistit vztah mezi určitými jevy. Dále získat co největší počet informací, které vycházejí z jedné objektivní reality, která není závislá na našich citech a přesvědčeních. Jednalo se o výzkumný problém popisný (deskriptivní) a vztahový.

Chráška (2007, s. 12) vymezuje kvantitativní výzkum jako záměrnou a systematickou činnost, při níž se pomocí empirických metod provádí zkoumání, ověřování, verifikace a testování hypotéz. Hypotézy se týkají vztahů mezi pedagogickými jevy.

Gavora (2000, s. 59) uvádí, že všichni lidé, o kterých získáváme prostřednictvím výzkumu informace, tvoří **základní soubor** (populaci). Vymezení základního souboru musí být

přesné a musí být jasně stanoveno, na koho se výsledky výzkumu vztahují. Ze základního souboru vybírá výzkumník určitou část subjektů, která se nazývá **výběrový soubor**. Dále pracuje ve svém výzkumu s výběrovým souborem.

Základní soubor tvořili návštěvníci komunitních knihoven v seniorském věku. **Výběrový soubor** tvořili návštěvníci komunitních knihoven v seniorském věku ze Zlínského kraje. Pro výběr prvků do výzkumného souboru jsme aplikovali **záměrný výběr**.

Podle Gavory (2000, s. 64) se záměrný výběr uskutečňuje na základě identifikace znaků základního souboru. Tyto znaky jsou podstatné pro daný výzkum. O výběru prvků nerozhoduje náhoda, ale výzkumník se opírá o vlastní zkušenosti, vědomosti a úsudek.

Pro sběr dat ke zpracování empirické části jsme zvolili formu **dotazníkového šetření**. Pro tyto účely jsme vytvořili vlastní dotazník podle zásad, pravidel a požadavků, které jsou důležité pro konstrukci dotazníků. Při tvorbě dotazníku jsme postupovali dle Chrásky (2007, s. 169-170), který uvádí, že položky v dotazníku musí být pro všechny respondenty jasné a srozumitelné, formulace jednotlivých položek má být jednoznačná. Doporučuje zjišťovat jen nezbytné údaje, nepoužívat položky sugestivní a položky typu „proč“. Dotazník musí obsahovat jasné pokyny a předpokladem k šetření je ochota respondentu ke spolupráci. Při řazení položek v dotazníku se doporučuje dávat přednost řazení z hlediska psychologického, před logickým. Je potřeba dbát na to, aby se údaje z dotazníku daly snadno třídit, zaznamenávat do tabulek a zpracovávat.

Dotazník použitý pro empirickou část diplomové práce byl anonymní a obsahoval 18 položek. Ve většině se jednalo se o položky uzavřené (strukturované). Pouze v jednom případě byla použita položka polozavřená a ve dvou případech škálová položka s pětibodovou stupnicí (tzv. škála Likertova typu). Správnost pochopení jednotlivých položek jsme ověřili provedením předvýzkumu na vybraném vzorku deseti respondentů v Krajské knihovně Františka Bartoše ve Zlíně, prostřednictvím tak zvaného pilotážního dotazníku. Po vyhodnocení jsme provedli úpravu několika položek. Především se jednalo o změnu některých otevřených položek na uzavřené, a to z toho důvodu, že respondenti vzhledem ke svému vyššímu věku vyjádřili k otevřeným položkám negativní postoj. Následně jsme 330 kusů dotazníků distribuovali za pomoci lektorů, knihovníků a vedoucích pracovníků do komunitních knihoven ve Zlínském kraji. Vzhledem ke zkoumané věkové struktuře respondentů jsme zvolili písemnou formu dotazníků. Návratnost dotazníků byla 294 kusů. Z důvodů nesprávného nebo neúplného vyplnění jsme

vyřadili 7 kusů dotazníků. Pro výzkumné účely jsme použili 287 kusů relevantních dotazníků. Dotazníkové šetření probíhalo v průběhu měsíce listopadu a prosinci v roce 2017 v komunitních knihovnách Zlínského kraje. Vzor dotazníku uvádíme v příloze diplomové práce.

4.3 Stanovení cílů výzkumu, výzkumných otázek a hypotéz

Cíle výzkumu, výzkumné otázky a hypotézy byly stanoveny na základě poznatků z teoretické části diplomové práce a dlouholetých zkušeností z praxe v prostředí komunitních knihoven.

Naším hlavním výzkumným cílem bylo zmapovat ve Zlínském kraji názory a postoje seniorů na komunitní knihovny a jejich roli při aktivním stárnutí.

Vedle hlavního výzkumného cíle jsme stanovili dílčí výzkumné cíle:

- zjistit, zda senioři považují aktivitu jako vhodný způsob využití volného času v komunitní knihovně v závislosti na pohlaví;
- zjistit, zda senioři mají povědomí o aktivním stárnutí v závislosti na dosaženém vzdělání;
- zjistit zájem seniorů o aktivní účast na dobrovolnických činnostech v komunitních knihovnách v závislosti na pohlaví;
- zjistit, zda si senioři volí formu volnočasových aktivit v knihovně v závislosti na jejich pohlaví;
- zjistit, zda senioři preferují komunitní knihovnu jako místo setkávání s jinými lidmi;
- zmapovat celkový zájem seniorů o aktivní účast na dobrovolnických činnostech v komunitních knihovnách;
- zjistit jaké formy, typy a způsoby využití volnočasových aktivit v komunitních knihovnách senioři upřednostňují;
- zjistit frekvenci návštěvnosti seniorů v komunitních knihovnách;
- zjistit, zda senioři považují vzdálenost komunitních knihovny od svého bydliště, nebo finanční náročnost absolvovaných aktivit v knihovně za překážku;
- zjistit kritéria výběru účasti na volnočasových aktivitách;
- zjistit povědomí seniorů o pojmu aktivní stárnutí a možnosti využívání slev pro seniory;

- zmapovat zkušenosti seniorů s věkovou diskriminací;
- zmapovat názor na přínosnost volnočasových aktivit a spokojenost s prostředím a knihovními službami.

Záměrem výzkumného šetření bylo získat od respondentů odpovědi na stanovené hlavní a dílčí výzkumné otázky.

Hlavní výzkumná otázka

Jaké jsou postoje seniorů ze Zlínského kraje ke komunitním knihovnám a k jejich roli při aktivním stárnutí?

Dílčí výzkumné otázky

Existují rozdíly v názorech seniorů ve Zlínském kraji na způsob využívání volného času v komunitních knihovnách v závislosti na jejich pohlaví?

Existuje souvislost mezi dosaženým vyšším vzděláním seniorů ve Zlínském kraji a jejich povědomím o aktivním stárnutí?

Existuje souvislost mezi zájmem seniorů ve Zlínském kraji o aktivní účast na dobrovolnické činnosti v komunitních knihovnách a jejich pohlavím?

Existuje souvislost mezi výběrem formy volnočasových aktivit v knihovně a pohlavím seniorů?

Jaký je celkový zájem seniorů ve Zlínském kraji o dobrovolnické činnosti v komunitních knihovnách?

Jaké jsou postoje seniorů ve Zlínském kraji ke komunitním knihovnám jako ke vhodnému místu s možností setkávání s jinými lidmi?

Jaké jsou postoje seniorů ve Zlínském kraji ke komunitním knihovnám jako ke vhodnému místu pro využití volného času?

Jaké volnočasové aktivity v komunitních knihovnách senioři ve Zlínském kraji upřednostňují?

Jakým způsobem si senioři ve Zlínském kraji vybírají akce v komunitních knihovnách a v čem spatřují největší přínos z účasti na volnočasových aktivitách?

Jak jsou senioři ve Zlínském kraji spokojeni s podmínkami, prostředím a službami v komunitních knihovnách?

Jaké mají senioři ve Zlínském kraji zkušenosti s věkovou diskriminací při návštěvách komunitních knihoven?

Stanovení hypotéz

Gavora (2000, s. 53) uvádí následující tzv. *zlatá pravidla pro hypotézy*:

- hypotéza je tvrzení, které se vyjadřuje oznamovací větou; na závěr výzkumu se tvrzení přijímá nebo vyvrací;
- hypotéza vyjadřuje vztah mezi dvěma proměnnými;
- hypotéza musí být testovatelná a její proměnné měřitelné nebo kategorizovatelné.

V rámci přípravné části výzkumu jsme ke čtyřem dílčím výzkumným otázkám zformulovali pracovní hypotézy, které jsme následně ověřovali pomocí statistických metod.

H1. Způsob využívání volného času v knihovně v závislosti na pohlaví seniorů.

H₀: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a způsobu využívání volného času v knihovně.

H_A: Předpokládáme, že existuje souvislost mezi pohlavím seniorů a způsobu využívání volného času v knihovně.

H2. Povědomí seniorů a aktivním stárnutí v závislosti na dosaženém vzdělání.

H₀: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi dosaženým vzděláním seniorů a jejich povědomím o aktivním stárnutí.

H_A: Předpokládáme, že existuje souvislost mezi dosaženým vzděláním seniorů a jejich povědomím o aktivním stárnutí.

H3. Zájem seniorů o dobrovolnické činnosti v komunitních knihovnách v závislosti na pohlaví.

H₀: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zájmem o dobrovolnické aktivity v komunitních knihovnách.

H_A : Předpokládáme, že existuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zájmem o dobrovolnické aktivity v komunitních knihovnách.

H4 Výběr forem volnočasových aktivit v knihovně v závislosti na pohlaví seniorů.

H_0 : Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a výběrem formy volnočasových aktivit v knihovně.

H_A : Předpokládáme, že existuje souvislost mezi pohlavím a výběrem formy volnočasových aktivit v knihovně.

5 REALIZACE VÝZKUMU

V následující kapitole se zabýváme prezentací a analýzou výsledků získaných z dotazníkového šetření. Vyhodnocení údajů jsme realizovali pomocí popisné statistiky a programu MS Excel. Textovou část jsme pro přehlednost doplnili tabulkami a grafy vytvořenými z vlastních zdrojů. Dále se zaměříme na verifikaci stanovených hypotéz pomocí statistických metod pro testování hypotéz.

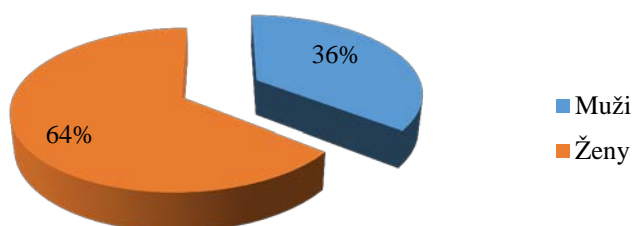
5.1 Analýza výsledků výzkumu

Analýzu jsme prováděli z 287 kusů správně vyplněných dotazníků od respondentů, což činí 87% z celkového počtu 330 kusů distribuovaných dotazníků.

Bližší specifikace respondentů (otázky 1 až 4)

Čtyři první otázky z dotazníku nám posloužili pro bližší specifikaci výzkumného vzorku, kterým byli senioři navštěvující komunitní knihovny ve Zlínském kraji. První otázka nám poskytla informace o pohlaví respondentů, druhá otázka o nejvyšším dosaženém vzdělání. Třetí otázka byla zaměřena na věkovou kategorii respondentů. Prostřednictvím čtvrté otázky jsme zjišťovali druh soužití respondentů.

Položka 1 Vaše pohlaví?

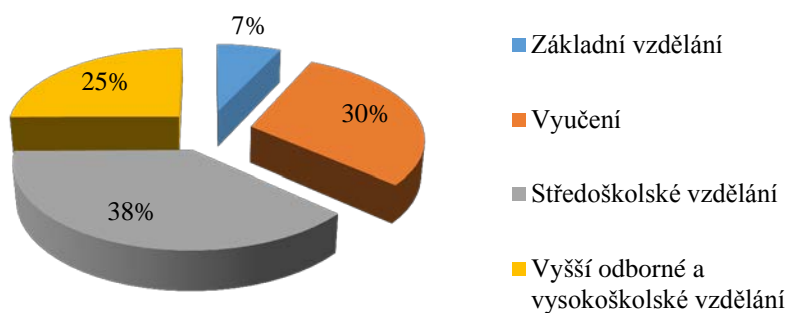


Obrázek 3 Pohlaví respondentů (Zdroj: vlastní)

Z prvního grafu vyplývá, že z celkového počtu 287 respondentů se dotazníkového šetření se zúčastnilo 102 mužů a 185 žen. Převahu zde činily ženy 64% a muži byli zastoupeni

podílem 36% z celkového počtu respondentů. Výsledek šetření vypovídá o tom, že komunitní knihovny navštěvují ve větší míře ženy v seniorském věku.

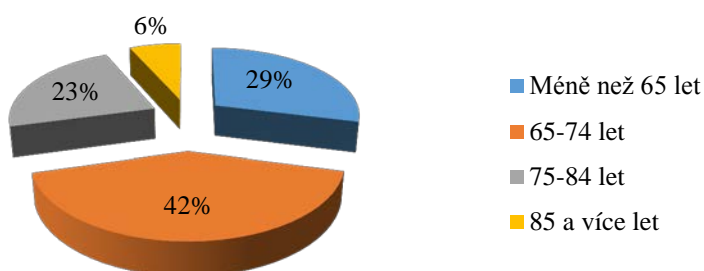
Položka 2 Nejvyšší dosažené vzdělání?



Obrázek 4 Dosažené vzdělání (Zdroj: vlastní)

Pomocí druhé otázky v dotazníku jsme zjišťovali, jaké je dosažené vzdělání respondentů. Graf nám ukazuje, že převládá středoškolské vzdělání (38%), následují respondenti s vyučením (30%) a s vyšším odborným nebo vysokoškolským vzděláním (25%). Nejméně zastoupenou skupinou jsou senioři se základním vzděláním (7%).

Položka 3 Věková kategorie?

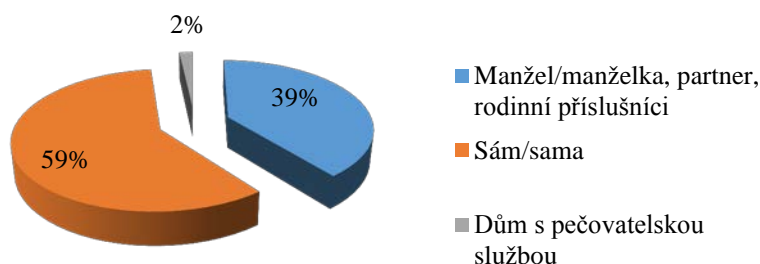


Obrázek 5 Věková struktura (Zdroj: vlastní)

Z výsledků dotazníkové šetření vyplynulo, že výzkumu se zúčastnilo 29% respondentů, kteří nedosáhli věku 65 let, největší podíl tvoří respondenti ve věku 65-74 let (42%),

následuje zastoupení věkové skupiny 75-84 let (23%). Velmi malé procento (6%) dotázaných je ve věku 85 let a více. Pro věkové rozdělení položek této otázky v dotazníku jsme čerpali informace z publikace „*Getontopedagogika*“ autora Pavla Mühlpachra (2004, s. 21).

Položka 4 Druh soužití?



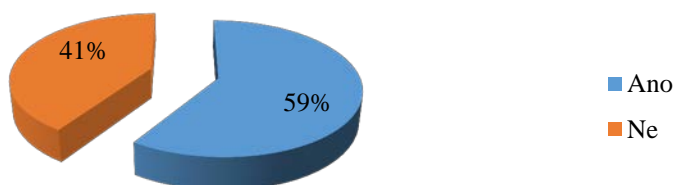
Obrázek 6 Druh soužití (Zdroj: vlastní)

Největší část respondentů (59%) pravidelně navštěvujících knihovnu uvedla, že žijí sami. Zastoupení seniorů, kteří bydlí s manželem/manželkou, partnerem nebo s rodinnými příslušníky bylo 39%. Pouze pět respondentů (2%) uvedlo v dotazníku, že žijí v domě s pečovatelskou službou.

Analýza dalších položek dotazníku (otázky 5 až 18)

Následující vyhodnocení se týká položek dotazníkového šetření, prostřednictvím kterých jsme směřovali ke splnění stanovených výzkumných cílů.

Položka 5 Setkali jste se někdy s pojmem „aktivní stárnutí“?

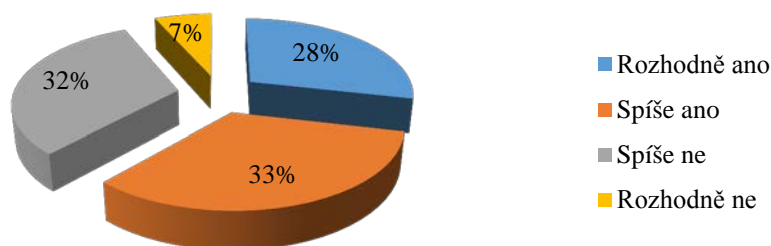


Obrázek 7 Povědomí o pojmu „aktivní stárnutí“ (Zdroj: vlastní)

Pátá otázka v dotazníku směřovala ke zjištění skutečnosti, zda se respondenti ve svém životě setkali s pojmem „aktivní stárnutí“. Z celkového počtu dotazovaných seniorů

odpovědělo 59%, že mají povědomí o aktivním stárnutí a 41% respondentů se s tímto pojmem ve svém životě vůbec nesetkalo.

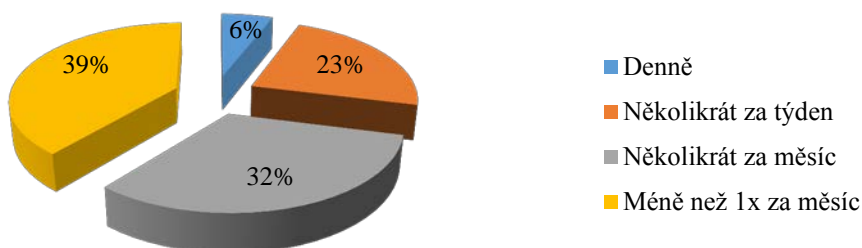
Položka 6 Je pro Vás komunitní knihovna vhodným místem pro aktivní využití volného času?



Obrázek 8 Názor seniorů na komunitní knihovnu jako vhodné místo pro aktivní využití volného času (Zdroj: vlastní)

Převážná většina respondentů považuje komunitní knihovny za místo, kde mohou aktivně trávit svůj volný čas, rozhodně souhlasilo 82 respondentů (28%) a spíše souhlasilo 95 respondentů (33%). Odpověď „spíše ne“ zvolilo 91 respondentů (32%) a „rozhodně ne“ odpovědělo pouze 19 seniorů (7%).

Položka 7 Jak často navštěvujete knihovnu?

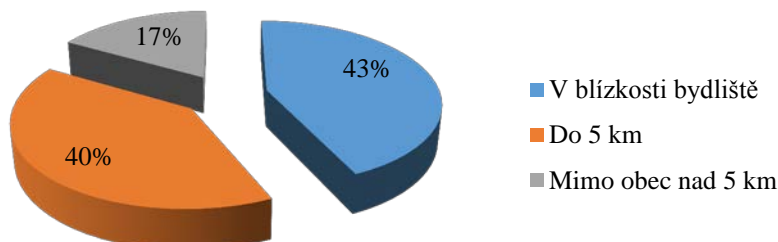


Obrázek 9 Frekvence návštěvnosti knihovny (Zdroj: vlastní)

Z odpovědí vyplývá, že denně navštěvuje knihovnu pouze 17 respondentů (6%). Několikrát za týden je to 66 respondentů (23%) a několikrát za měsíc 92 respondentů

(32%). K odpovědi, že navštěvují knihovnu méně než 1x za měsíc se přiklánílo 112 seniorů (39%).

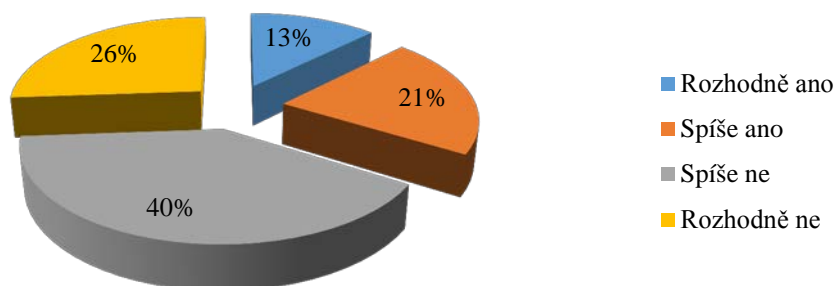
Položka 8 Jaká je vzdálenost Vámi navštěvované knihovny od místa bydliště?



Obrázek 10 Vzdálenost knihovny od místa bydliště (Zdroj: vlastní)

Osmá otázka zjišťovala vzdálenost knihovny od místa bydliště respondentů. Z odpovědí je patrné, že senioři mají ve většině případů knihovnu v přijatelné vzdálenosti, v blízkosti bydliště je to 124 seniorů (43%) do 5 kilometrů 115 seniorů (40%). Pouze 48 (17%) dotazovaných seniorů dojíždí do knihovny ze vzdálenosti více než 5 kilometrů.

Položka 9 Považujete vzdálenost Vaší knihovny od bydliště za překážku?

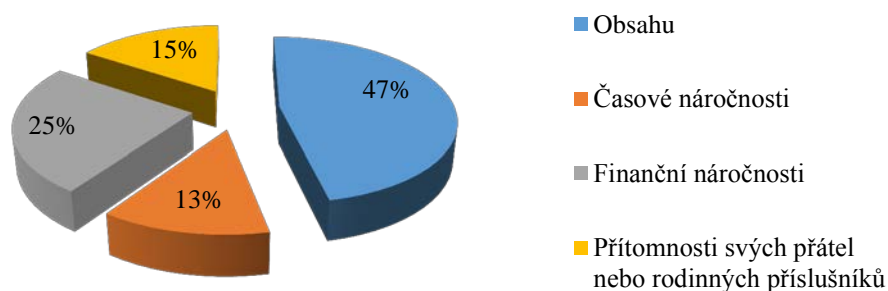


Obrázek 11 Vzdálenosti knihovny od bydliště jako překážka (Zdroj: vlastní)

Tato otázka navazovala na předchozí položku v dotazníku a zjišťovala, zda respondenti považují vzdálenost knihovny od svého bydliště za určitou překážku. 36 respondentů (13%) rozhodně považuje vzdálenost knihovny od svého bydliště za překážku, 61

respondentů odpovědělo „spíše ano“ (21%). Vzdálenost spíše nepovažuje za překážku 115 respondentů (40%) a ve vzdálenosti vůbec nevidí problém 75 respondentů (26%).

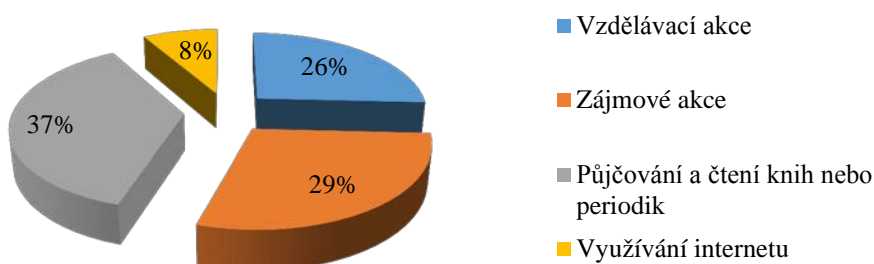
Položka 10 Svoji účast na aktivitách v knihovně si vybíráte podle?



Obrázek 12 Kritéria výběru volnočasových aktivit v knihovně (Zdroj: vlastní)

Z desáté položky vyplynulo, že 134 respondentů (47%) si nejčastěji vybírá akce v knihovně podle obsahu. Zřetel na časovou náročnost bere pouze 37 respondentů (13%). Při výběru označilo 71 respondentů (25%) finanční náročnost a 45 respondentů (15%) preferuje při volbě akcí přítomnost svých přátel a rodinných příslušníků.

Položka 11 Které formy volnočasových aktivit v knihovně upřednostňujete?

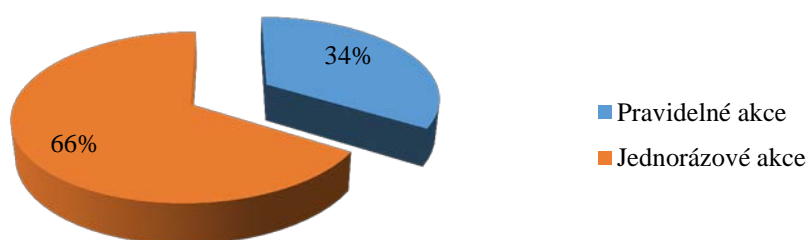


Obrázek 13 Preference volnočasových aktivit v knihovně (Zdroj: vlastní)

Největší zájem projevilo 106 respondentů (37%) o půjčování knih nebo periodik. Druhé pořadí patřilo zájmovým akcím pořádaným v knihovně – 83 respondentů (29%).

Vzdělávací akce upřednostňuje 74 respondentů (26%). Pouze 24 respondentů (8%) staví na první místo využívání internetu.

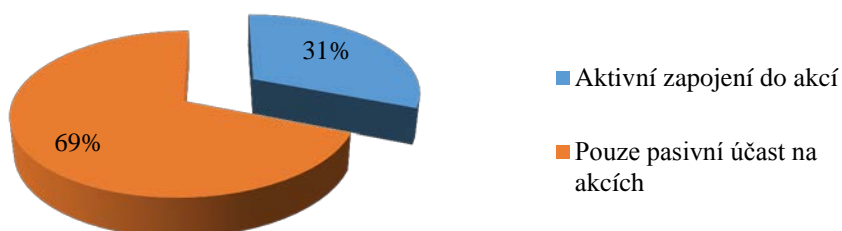
Položka 12 Jaké typy volnočasových aktivit v knihovně upřednostňujete?



Obrázek 14 Preference typu volnočasových aktivit v knihovně (Zdroj: vlastní)

Převážná většina respondentů 190 (66%) dává přednost jednorázovým akcím probíhajícím v knihovně. Pravidelných akcí se raději zúčastňuje 97 (34%) respondentů.

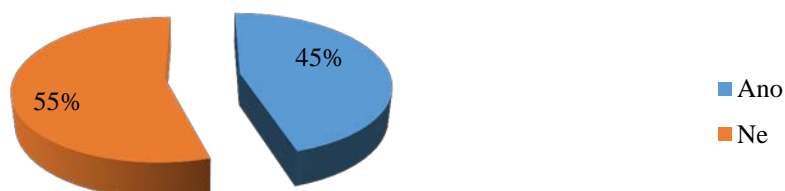
Položka 13 Jaký způsob využití volného času v knihovně Vám vyhovuje?



Obrázek 15 Preference způsobu využití volného času v knihovně (Zdroj: vlastní)

Pouze pasivní účast na volnočasových akcích v knihovně vyhovuje převážné většině dotázaných respondentů 198 (69%). Aktivní zapojení do akcí upřednostňuje 89 respondentů (31%).

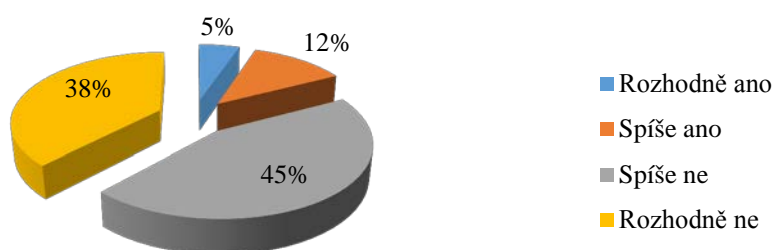
Položka 14 Víte o možnostech slevy na registrační poplatky a akce v knihovnách při využívání Senior Pasu?



Obrázek 16 Povědomí klientů knihoven o Senior Pasu (Zdroj: vlastní)

O možnosti využívání Senior Pasu v knihovně při volnočasových aktivitách je informováno 130 respondentů (45%). O této možnosti nemá povědomí 157 respondentů (55%).

Položka 15 Setkali jste se někdy při návštěvě knihovny s věkovou diskriminací ze strany zaměstnanců nebo ostatních klientů knihovny?

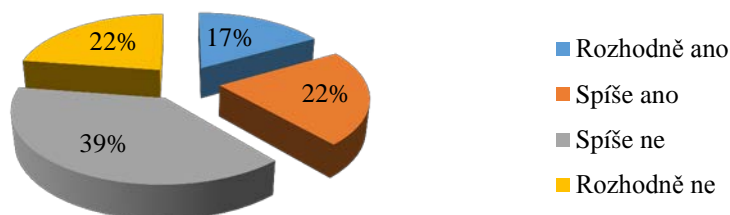


Obrázek 17 Zkušenosti seniorů s věkovou diskriminací v knihovně (Zdroj: vlastní)

Převážná většina 128 (45%) dotázaných seniorů odpověděla, že se s věkovou diskriminací ze strany zaměstnanců nebo ostatních návštěvníků knihovny spíše nesetkala. Rozhodně tuto zkušenost nemá 109 respondentů (38%). Značně malý počet 15 respondentů (5%) se

rozhodně věkovou diskriminaci v knihovně nesetkal a 35 respondentů (12%) ji zde spíše zažilo.

Položka 16 Uvítali byste ve své knihovně možnost zapojit se osobně do dobrovolnických aktivit?



Obrázek 18 Zájem o zapojení seniorů do dobrovolnických činností (Zdroj: vlastní)

Otázka vedla ke zjištění zájmu respondentů o aktivní zapojení do dobrovolnických činností v knihovnách. Rozhodně projevilo zájem 48 respondentů (17%) a spíše by souhlasilo s aktivním zapojením do této činnosti 63 respondentů (22%). Odpověď „spíše ne“ zvolilo 111 respondentů (39%) a „rozhodně ne“ uvedlo 65 respondentů (22%).

Položka 17 V čem spatřujete pro sebe největší přínos z absolvovaných aktivit v knihovně?

Možnost získávání nových informací a dalších vědomostí	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nevýznamné)	2	0,7
2 (nevýznamné)	14	4,9
3 (z části významné)	50	17,4
4 (významné)	84	29,2
5 (velmi významné)	137	47,8
Celkem	287	100%

Tabulka 1 Možnost získávání nových informací a vědomostí (Zdroj: vlastní)

Údaje v tabulce nám ukazují pozitivní zjištění, že za velmi prioritní považuje velký počet respondentů (137) skutečnost, že mají v knihovně možnost získávat nové informace a vědomosti. Za významný přínos se staví 84 respondentů a částečně významný 50 respondentů. Pouze zanedbatelný počet dotázaných (2) považují tuto možnost za zcela nevýznamnou a 14 za nevýznamnou.

Možnost dalšího rozvoje osobnosti	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nevýznamné)	8	2,8
2 (nevýznamné)	21	7,3
3 (z části významné)	61	21,3
4 (významné)	127	44,2
5 (velmi významné)	70	24,4
Celkem	287	100%

Tabulka 2 Možnost dalšího rozvoje osobnosti (Zdroj: vlastní)

Z druhé tabulky je patrné, že převážná většina dotazovaných respondentů považují možnost dalšího osobnostního rozvoje v prostředí knihovny za významné (127) nebo velmi významné (70). Částečnou významnost uvedlo 61 jedna respondentů, nevýznamnost 2 respondenti a celkovou nevýznamnost 8 respondentů.

Udržování psychické a fyzické kondice	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nevýznamné)	3	1
2 (nevýznamné)	17	6
3 (z části významné)	64	22
4 (významné)	102	36
5 (velmi významné)	101	35
Celkem	287	100%

Tabulka 3 Udržování psychické a fyzické kondice (Zdroj: vlastní)

Počet 101 respondentů považuje knihovnu za velmi významné a 102 respondentů za významné místo k udržování psychické a fyzické kondice. Částečnou významnost označilo 64 respondentů a nevýznamnost 17 respondentů. Naopak pouze 3 respondenti považují tento fakt za zcela nevýznamný.

Potěšení z aktivní činnosti	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nevýznamné)	5	1,8
2 (nevýznamné)	22	7,7
3 (z části významné)	66	23
4 (významné)	98	34,1
5 (velmi významné)	96	33,4
Celkem	287	100%

Tabulka 4 Potěšení z aktivní činnosti (Zdroj: vlastní)

Potěšení z aktivní činnosti vidí jako velmi významné 96 respondentů a významné 98 respondentů. Zcela nevýznamné 5 respondentů a nevýznamné 22 respondentů. Částečnou významnost uvedlo 66 respondentů.

Možnost setkávání s jinými lidmi	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nevýznamné)	9	3,1
2 (nevýznamné)	22	7,7
3 (z části významné)	62	21,6
4 (významné)	90	31,4
5 (velmi významné)	104	36,2
Celkem	287	100%

Tabulka 5 Možnost setkávání s jinými lidmi (Zdroj: vlastní)

Možnost setkávání s jinými lidmi je velmi významné pro 104 respondentů, významná pro 90 respondentů, částečně významná pro 62 osob. Zcela nevýznamná pro 9 respondentů a nevýznamná pro 22 osob.

Aktivní vyplnění volného času	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nevýznamné)	6	2,1
2 (nevýznamné)	22	7,7
3 (z části významné)	57	19,9
4 (významné)	80	27,8
5 (velmi významné)	122	42,5
Celkem	287	100%

Tabulka 6 Aktivní vyplnění volného času (Zdroj: vlastní)

Poslední tabulka, která se týká dotazníkové položky 17, nám ukazuje, že 122 respondentů považuje aktivity v knihovně pro vyplnění volného času za velmi významné, 80 respondentů za významné a 57 respondentů za částečně významné. Vůbec žádný význam nepřikládá těmto aktivitám 6 respondentů a za nevýznamné je považuje 22 respondentů.

Položka 18 Nakolik jste spokojen/spokojena s následujícími podmínkami, prostředím a službami v knihovně, kterou navštěvujete?

Vhodné prostředí knihovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	1	0,3
2 (nespokojen)	16	5,6
3 (částečně spokojen)	54	18,8
4 (spokojen)	117	40,8
5 (zcela spokojen)	99	34,5
Celkem	287	100%

Tabulka 7 Vhodné prostředí knihovny (Zdroj: vlastní)

Údaje v tabulce vypovídají o názoru respondentů na prostředí knihoven, které navštěvují. Zcela spokojeno je 99 seniorů, spokojeno je 117 seniorů a částečně spokojeno je 54 seniorů. Nespokojeno s prostředím je 16 seniorů a pouze 1 senior je zcela nespokojen.

Čtenářské koutky, studovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	2	0,7
2 (nespokojen)	19	6,6
3 (částečně spokojen)	62	21,6
4 (spokojen)	143	49,8
5 (zcela spokojen)	61	21,3
Celkem	287	100%

Tabulka 8 Čtenářské koutky, studovny (Zdroj: vlastní)

Na základě výsledků z tabulky lze konstatovat, že 61 respondentů je zcela spokojeno, 143 spokojeno a 62 částečně spokojeno se čtenářskými koutky a studovnami v knihovnách, které navštěvují. Nespokojeno je 19 seniorů a zcela nespokojeni jsou pouze 2 senioři.

Orientace v budově knihovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	6	2,1
2 (nespokojen)	16	5,6
3 (částečně spokojen)	72	25
4 (spokojen)	111	38,7
5 (zcela spokojen)	82	28,6
Celkem	287	100%

Tabulka 9 Orientace v budově knihoven (Zdroj: vlastní)

Celkovou spokojenost s orientací v budově knihoven vyjádřilo 82 respondentů, spokojeno bylo 111 respondentů a částečně spokojeno 72 seniorů. Úplně nespokojeno bylo 6 seniorů a nespokojeno 16 seniorů.

Bezbariérový přístup	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	6	2,1
2 (nespokojen)	12	4,2
3 (částečně spokojen)	63	22
4 (spokojen)	104	36,2
5 (zcela spokojen)	102	35,5
Celkem	287	100%

Tabulka 10 Bezbariérový přístup (Zdroj: vlastní)

S bezbariérovým přístupem v knihovnách je zcela spokojeno 102 seniorů, spokojeno 104 seniorů a částečně spokojeno 63 seniorů. Nespokojenost vyjádřilo 12 respondentů a úplnou nespokojenost 6 respondentů.

Ochota a vstřícnost pracovníků knihovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	2	0,7
2 (nespokojen)	8	2,8
3 (částečně spokojen)	80	27,9
4 (spokojen)	113	39,4
5 (zcela spokojen)	84	29,2
Celkem	287	100%

Tabulka 11 Ochota a vstřícnost pracovníků knihovny (Zdroj: vlastní)

S ochotou a vstřícností ze strany zaměstnanců knihovny většinou respondenti zcela spokojeni (84), spokojeni (113) nebo částečně spokojeni (80). Pouze 8 jich vyjádřilo nespokojenost a 2 celkovou nespokojenost.

Chování ostatních klientů knihovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	5	1,7
2 (nespokojen)	36	12,5
3 (částečně spokojen)	93	32,4
4 (spokojen)	94	32,8
5 (zcela spokojen)	59	20,6
Celkem	287	100%

Tabulka 12 Chování ostatních klientů knihovny (Zdroj: vlastní)

S tolerantním a slušným chováním ostatních klientů knihovny, kterou respondenti navštěvují, jsou zcela spokojeni senioři v počtu 59, spokojeno je 94 a částečně spokojeno 93 seniorů. Nespokojenost vyjádřilo 36 respondentů a celkovou nespokojenost pouze 5 respondentů.

Otevírací doba knihovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	3	1
2 (nespokojen)	11	3,8
3 (částečně spokojen)	54	18,8
4 (spokojen)	127	44,3
5 (zcela spokojen)	92	32,1
Celkem	287	100%

Tabulka 13 Otevírací doba knihovny (Zdroj: vlastní)

Většina respondentů je s otevírací dobou spokojena (127), zcela spokojeno je 92 respondentů a částečně spokojeno je jich 54. Nespokojených seniorů je 11 a zcela nespokojeni jsou 3 senioři.

Dostupnost knihovny	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	4	1,4
2 (nespokojen)	10	3,5
3 (částečně spokojen)	68	23,7
4 (spokojen)	118	41,1
5 (zcela spokojen)	87	30,3
Celkem	287	100%

Tabulka 14 Dostupnost knihovny (Zdroj: vlastní)

Problém s dostupností knihovny mají 4 respondenti (zcela nespokojeni) a 10 je jich nespokojeno. Zcela spokojeno se vzdáleností knihovny od bydliště je 87 respondentů, spokojeno 118 a částečně spokojeno 68 respondentů.

Nabídka občerstvení v knihovně	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	19	6,6
2 (nespokojen)	45	16
3 (částečně spokojen)	103	36
4 (spokojen)	83	28,9
5 (zcela spokojen)	36	12,5
Celkem	287	100%

Tabulka 15 Nabídka občerstvení v knihovně (Zdroj: vlastní)

Své zkušenosti s nabídkou občerstvení při trávení volného času v knihovně hodnotí 36 respondentů, že jsou zcela spokojeni, 4 respondenti jsou spokojeni a 103 je jich částečně spokojeno. Zcela nespokojených je 19 a nespokojených 45.

Nabídka knihovního fondu a služeb	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	2	0,7
2 (nespokojen)	8	2,8
3 (částečně spokojen)	65	22,6
4 (spokojen)	136	47,4
5 (zcela spokojen)	76	26,5
Celkem	287	100%

Tabulka 16 Nabídka knihovního fondu a služeb (Zdroj: vlastní)

Velmi důležitým kritériem pro poskytování kvalitních knihovnických služeb seniorům je dobrá nabídka knihovního fondu a knihovních služeb. S nabídkou ve své knihovně jsou respondenti zcela spokojeni (76), spokojeni (136) a částečně spokojeni (65). Nespokojeno je 8 respondentů a 2 jsou zcela nespokojeni.

Nabídka vzdělávacích akcí	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	1	0,3
2 (nespokojen)	12	4,2
3 (částečně spokojen)	81	28,2
4 (spokojen)	127	44,3
5 (zcela spokojen)	66	23
Celkem	287	100%

Tabulka 17 Nabídka vzdělávacích akcí (Zdroj: vlastní)

Otázka se zabývala zjištěním, jak spokojeni jsou senioři s nabídkou vzdělávacích aktivit v knihovně, kterou navštěvují. Úplnou spokojenost vyjádřilo 66 respondentů, spokojenost 127 respondentů a částečnou spokojenost 81 respondentů. Nespokojenost se vyskytovala u 12 dotázaných a celková nespokojenost pouze u jednoho respondenta.

Nabídka zájmových akcí	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1 (zcela nespokojen)	2	0,7
2 (nespokojen)	14	4,9
3 (částečně spokojen)	93	32,4
4 (spokojen)	116	40,4
5 (zcela spokojen)	62	21,6
Celkem	287	100%

Tabulka 18 Nabídka zájmových akcí (Zdroj: vlastní)

Podobně jako nabídka vzdělávacích akcí, je velmi důležitou formou pro a také nabídka zájmových akcí pro seniory. Zcela spokojeno s nabídkou ve své knihovně je 62 respondentů, spokojeno 116 a částečně spokojeno 93 respondentů. Nespokojenost označilo v dotazníku 14 respondentů a zcela nespokojeni byli pouze 2 respondenti.

Informovanost o volnočasových aktivitách	Absolutní četnost	Relativní četnost %
1 (zcela nespokojen)	1	0,3
2 (nespokojen)	31	10,8
3 (částečně spokojen)	90	31,4
4 (spokojen)	95	33,1
5 (zcela spokojen)	70	24,4
Celkem	287	100%

Tabulka 19 Informovanost o volnočasových aktivitách (Zdroj: vlastní)

Poslední položka v dotazníku zjišťovala, zda jsou senioři dostatečně informováni o všech volnočasových aktivitách v knihovnách. Zcela spokojeno bylo 70 respondentů, spokojeno 95 a částečně spokojeno 90. Nespokojených seniorů s informovaností bylo 31 a zcela nespokojen byl pouze 1 respondent.

5.2 Verifikace hypotéz

V této podkapitole jsme se zaměřili na ověřování čtyř stanovených hypotéz pomocí statistických výpočtů.

H1. Způsob využívání volného času v knihovně v závislosti na pohlaví seniorů.

H_0 : Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a způsobem využívání volného času v knihovně.

H_A : Předpokládáme, že existuje souvislost mezi pohlavím seniorů a způsobem využívání volného času v knihovně.

K ověření první hypotézy jsme použili vyplněné položky z dotazníku č. 1 a č. 13. Pro ověření jsme zvolili test nezávislosti chí-kvadrát pro čtyřpolní tabulku.

Pohlaví	Mají zájem o aktivní zapojení do akcí	Nemají zájem o aktivní zapojení do akcí	Σ
Muži	17	85	102
Ženy	72	113	185
Σ	89	198	287

Tabulka 20 Způsob využívání volného času v knihovně (Zdroj: vlastní)

Čtyřpolní tabulka má jeden stupeň volnosti a zvolenou hladinu významnosti 0,01. Vypočítaná hodnota testovaného kritéria je $\chi^2 = 15,216$. Kritická hodnota je $\chi^2 = 6,635$ je tedy menší, než hodnota vypočítaná. Můžeme tedy zamítnout nulovou hypotézu a přijmout hypotézu alternativní, která nám říká, že existuje souvislost mezi pohlavím a zájmem seniorů o zapojení do akcí v knihovně.

H2. Povědomí seniorů o aktivním stárnutí v závislosti na dosaženém vzdělání.

H_0 : Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi dosaženým vzděláním seniorů a jejich povědomím o aktivním stárnutí.

H_A : Předpokládáme, že existuje souvislost mezi dosaženým vzděláním seniorů a jejich povědomím o aktivním stárnutí.

K ověření druhé hypotézy jsme využili údaje z položky v dotazníku č. 2, které se týkaly dosaženého vzdělání. Druhým kritériem byly údaje z položky č. 5, která zjišťovala povědomí respondentů o „aktivním stárnutí“. Ověření jsme prováděli pomocí testu nezávislosti chí-kvadrát pro kontingenční tabulku.

Vzdělání	Ano (skutečná a očekávaná četnost)	Ne (skutečná a očekávaná četnost)	Σ
Základní	7 (11,85)	13 (8,15)	20
Vyučení	32 (50,35)	53 (34,65)	75
Středoškolské s maturitou	74 (65,16)	36 (44,84)	110
Vyšší odborné, vysokoškolské	57 (42,65)	15 (29,35)	72
Σ	170	117	287

Tabulka 21 Povědomí seniorů o aktivním stárnutí (Zdroj: vlastní)

Po dosazení do vzorce jsme vypočítali, že hodnota $\chi^2 = 36,063$. Kritická hodnota $\chi^2 = 7,815$ je menší než vypočítaná hodnota. Rozhodnutí je, že na hladině významnosti 0,05%, při stupni volnosti 3 zamítáme nulovou hypotézu a přijímáme hypotézu

alternativní, která nám říká, že existuje souvislost mezi dosaženým vzděláním seniorů a jejich povědomím o aktivním stárnutí.

H3 Zájem seniorů o dobrovolnické činnosti v komunitních knihovnách v závislosti na pohlaví.

H_0 : Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zájmem o dobrovolnické aktivity v komunitních knihovnách.

H_A : Předpokládáme, že existuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zájmem o dobrovolnické aktivity v komunitních knihovnách.

Při ověřování třetí hypotézy jsme zpracovávali údaje z položky v dotazníku č. 1, která zjišťovala pohlaví respondentů a položky č. 16, která prověřovala zájem respondentů o dobrovolnickou činnost v komunitních knihovnách. Stejně jako u předchozí hypotézy jsme pro ověření hypotézy použili testu nezávislosti chí-kvadrát pro kontingenční tabulku.

Vypočítaná hodnota testovaného kritéria $\chi^2 = 17,397$. Kritická hodnota $\chi^2 = 7,815$ je tedy menší než hodnota vypočítaná. Můžeme tedy hladině významnosti 0,05 % a při stupni volnosti 3 zamítnout nulovou hypotézu. Přijímáme hypotézu alternativní, která nám potvrzuje, že existuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zájmem o dobrovolnickou činnost v knihovnách.

Zájem o dobrovolnickou činnost	Muži (skutečná a očekávaná četnost)	Ženy (skutečná a očekávaná četnost)	Σ
Rozhodně ano	7 (17)	41 (31)	48
Spíše ano	18 ((22,31)	45 (40,69)	63
Spíše ne	44 (39,31)	67 (71,69)	111
Rozhodně ne	33 (23,38)	32 (42,63)	65
Σ	102	185	287

Tabulka 22 Zájem seniorů a dobrovolnickou činnost v knihovně (Zdroj: vlastní)

Pro ověřování poslední hypotézy jsme použili údaje z položky v dotazníku č. 1, která zjišťovala pohlaví respondentů a z položky č. 11. Položka č. 11 prověřovala, o které formy volnočasových aktivit v komunitní knihovně mají senioři zájem. Opět jsme pro ověření hypotézy použili testu nezávislosti chí-kvadrát pro kontingenční tabulku.

H4 Výběr forem volnočasových aktivit v knihovně v závislosti na pohlaví seniorů.

H_0 : Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a výběrem formy volnočasových aktivit v knihovně.

H_A : Předpokládáme, že existuje souvislost mezi pohlavím a výběrem formy volnočasových aktivit v knihovně.

Formy aktivit	Muži	Ženy	Σ
Vzdělávací akce	13 (18,82)	41 (35,18)	54
Zájmové akce	34 (35,89)	69 (67,11)	103
Půjčování a čtení knih, periodik	43 (36,93)	63 (69,07)	106
Využívání internetu	10 (8,36)	14 (15,64)	24
Σ	100	187	287

Tabulka 23 Preference forem volnočasových aktivit (Zroj: vlastní)

Vypočítaná hodnota testovaného kritéria $\chi^2 = 4,94$. Kritická hodnota $\chi^2 = 7,815$ je tedy větší než hodnota vypočítaná. Rozhodnutí je, že na hladině významnosti 0,05 % a při stupni volnosti 3 přijímáme nulovou hypotézu a odmítáme hypotézu alternativní, Můžeme konstatovat, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a výběrem formy volnočasových aktivit v knihovně.

6 HODNOTÍCÍ ČÁST VÝZKUMU

V následující kapitole uvádíme shrnutí a interpretace výsledků výzkumného šetření. Dále prezentujeme diskusi, která souvisí s teoretickou částí diplomové práce, a také s jinými výzkumy. Na závěr hodnotící části předkládáme doporučení pro praxi.

6.1 Shrnutí a interpretace výsledků výzkumu

Na základě provedené analýzy výzkumného šetření můžeme konstatovat, že byl splněn hlavní cíl diplomové práce, jehož záměrem bylo zmapování postojů seniorů na komunitní knihovny a jejich roli při aktivním stárnutí. Dotazníkové šetření probíhalo pouze v rámci Zlínského kraje, což bylo od počátku výzkumu záměrem výzkumného šetření. Tuto skutečnost můžeme považovat za určité omezení výzkumu. Vzhledem k počtu dotazovaných nemůžeme výsledky výzkumu vztahovat na seniory, kteří jsou pravidelnými návštěvníky komunitních knihoven v rámci celé republiky. Přepokládáme, že výsledky výzkumného šetření jsou objektivní, je však potřeba brát zřetel na vyšší věk respondentů, nebo na záměrné nadhodnocování odpovědí, které považovali respondenti ze své strany za negativní. Prokázal se také náš předpoklad, že senioři mají zájem o aktivní činnost a aktivní trávení volného času v komunitních knihovnách. Převážná většina seniorů, i přes svůj vyšší věk, má ke komunitním knihovnám ve Zlínském kraji a jejich službám pozitivní postoje.

Nejprve jsme analyzovali prostřednictvím prvních čtyř otázek bližší specifikaci respondentů ve výzkumném vzorku. Z výzkumu vyplynulo, že převahu v počtu dotazovaných měly ženy 185 (64%) a muži byli zastoupeni v počtu 102 (36%). Další položka dotazníku se zabývala dosaženým vzděláním respondentů. Bylo zjištěno, že komunitní knihovny navštěvují nejvíce středoškolsky vzdělaní senioři (38%), překvapivě následují senioři s vyučením (30%), a až třetí v pořadí jsou senioři s vyšším odborným nebo vysokoškolským vzděláním (25%). Respondenti se základním vzděláním jsou dle předpokladu nejméně zastoupenou skupinou (7%). Z další položky v dotazníku vyplynulo, že převážná většina respondentů byla ve věku 64-74 let. Respondentů, kteří nedosáhli 65 let, bylo 29%. Následovala skupina ve věku 75-84 let (23%) a nejmenší podíl měli dle očekávání senioři ve věku 85 let a více. Tato skutečnost koresponduje s teoretickou částí diplomové práce, ve které charakterizujeme problémy stárnoucí populace (např. mobilita). Velká část seniorů, kteří navštěvují komunitní knihovny, uvedla podle našich předpokladů, že žijí sami (59%). S manželem/manželkou, partnerem nebo rodinnými příslušníky jich

žije (39%). Pouze 2% respondentů bydlí v domech s pečovatelskou službou. S tím souvisí teoretická část práce, která, informuje o smyslu života, demografickém vývoji stárnutí a feminizaci stárání.

Dotazníková položka č. 5 byla zaměřena na povědomí seniorů o pojmu „aktivní stárnutí“. Respondenti s podílem 59% uváděli, že se s tímto pojmem již setkali, a 41% respondentů se ve svém životě s pojmem nesetkalo. Protože větší část teoretické práce byla zaměřena na aktivní stárnutí, zformulovali jsme hypotézu (**H2 Povědomí seniorů o aktivním stárnutí v závislosti na dosaženém vzdělání**). Po ověření této hypotézy jsme konstatovali, povědomí seniorů o aktivním stárnutí souvisí s jejich dosaženým vzděláním.

Za důležité jsme považovali zjistit, zda jsou pro seniory komunitní knihovny vhodným místem pro aktivní využití volného času. Výsledek šetření nám ukázal, že nadpoloviční většina respondentů s tímto tvrzením souhlasila.

Jedním z dílčích cílů bylo získat informace o tom, jak často senioři navštěvují knihovny. Z odpovědí respondentů vyplynulo, že i přes svůj pokročilejší věk navštěvuje 6% seniorů knihovnu denně, několikrát za týden 23% a několikrát za měsíc 32% seniorů. Méně než jednou za měsíc tráví svůj volný čas v knihovně 39% seniorů. Dalším dílčím cílem bylo analyzovat vzdálenost knihovny od místa bydliště seniorů a jejich názor, zda považují tuto vzdálenost za překážku. Většina seniorů má knihovnu, kterou navštěvují, v přijatelné vzdálenosti od svého bydliště. Pouze 17% seniorů musí překonávat vzdálenost nad pět kilometrů. Za překážku tuto skutečnost nepovažuje převážná většina seniorů (190). Očekávali jsme, že s ohledem na vyšší věk bude více seniorů považovat problém s dopravou do knihovny za překážku. Zajímalo nás také, podle jakého kritéria si senioři vybírají účast na volnočasových aktivitách. Z výsledků šetření vyplynulo, že 134 respondentů si vybírá akce podle obsahu, 45 seniorů podle přítomnosti svých přátel a rodinných příslušníků. Časovou náročnost považuje za důležitý faktor při výběru 37 seniorů. Negativním zjištěním bylo, že 71 respondentů omezuje při výběru finanční náklady na jejich volnočasové aktivity v knihovně.

Z hlediska vyššího věku respondentů nás zajímalo, které volnočasové aktivity senioři v knihovně upřednostňují. Podle očekávání mají největší zájem o půjčování knih a časopisů. Druhou aktivitou v pořadí jsou zájmové akce pořádané v knihovně. Následují vzdělávací akce a velmi malý podíl tvoří senioři, kteří staví na první místo v pořadí využívání internetu. Dále jsme zjišťovali v našem výzkumu, zda senioři dávají přednost

pravidelným nebo jednorázovým akcím. Podle očekávání se většina seniorů (190) zúčastňuje pouze jednorázových volnočasových akcí a pravidelné akce upřednostňuje 97 seniorů. Zjišťovali jsme také, zda mají senioři povědomí o možnostech využívání Senior Pasů ke slevám na kulturní akce a registrační poplatky v knihovnách. Výsledek šetření byl celkem uspokojivý, protože jsme zjistili, že více než polovina respondentů (157) je o této skutečnosti informována. Okrajově jsme také zmapovali, jaké zkušenosti mají senioři s věkovou diskriminací ze strany zaměstnanců knihovny nebo ostatních klientů knihovny. Z výzkumu vyplynulo pozitivní zjištění, že převážná většina seniorů tuto negativní skutečnost nezažila.

První hypotéza byla v souvislosti s teoretickou částí diplomové práce orientována na volnočasové aktivity seniorů v komunitních knihovnách, kde se převážná většina dotazovaných přiklání k pasivní účasti na akcích v knihovně. (**H1 Způsob využívání volného času v knihovně v závislosti na pohlaví seniorů**). Po ověření hypotézy jsme rozhodli, že způsob využívání volného času v komunitních knihovnách souvisí s pohlavím seniorů.

Třetí hypotéza korespondovala s teoretickou částí práce, která informovala o dobrovolnictví v komunitních knihovnách (**H3. Zájem seniorů o dobrovolnické činnosti v komunitních knihovnách v závislosti na pohlaví**). Tato hypotéza byla rovněž verifikována, a poté jsme potvrdili, že zájem seniorů o dobrovolnickou činnost v komunitních knihovnách souvisí s jejich pohlavím.

Poslední hypotéza (**H4 Výběr forem volnočasových aktivit v knihovně v závislosti na pohlaví seniorů**) ověřovala v souvislosti s teoretickou částí práce skutečnost, kterým formám volnočasových aktivit dávají senioři v knihovně přednost v závislosti na pohlaví. Po ověření hypotézy jsme rozhodli, že výběr formy volnočasových aktivit v knihovně nesouvisí s pohlavím seniorů.

Z hlediska osobnostního rozvoje seniorů v pokročilém věku jsme zjišťovali, co je největším přínosem z aktivit, které senioři absolvují v knihovně. Z analyzovaných výsledků vyplývá, že převážná většina dotazovaných seniorů považuje za důležitou možnost získávání nových informací a vědomostí a dalšího rozvoje osobnosti. Do popředí staví také udržování fyzické a psychické kondice, potěšení z aktivní činnosti a aktivní vyplnění volného času. Významná je pro ně i možnost, že se v knihovně mohou setkávat s jinými lidmi, například s přáteli, rodinou, ostatními čtenáři, nebo pracovníky knihoven.

Poslední položka v dotazníku prověřovala spokojenost seniorů s podmínkami, prostředím a službami v knihovně, kterou pravidelně navštěvují. Velká část seniorů je spokojena se zázemím knihovny (např. vybavení nábytkem a technikou, klimatické podmínky, sociální zařízení čtenářské koutky, studovny), ve které tráví svůj volný čas. Ve většině také nemají problém s orientací v knihovně, bezbariérovým přístupem, dostupností knihovny, otevírací dobou nebo nabídkou občerstvení. K ochotě a vstřícnosti pracovníků knihovny se vyjadřují většinou kladně, avšak chováním ostatních klientů knihovny jsou spokojeni méně. Dalším pozitivním faktem je, že jim vyhovuje nabídka knihovního fondu, vzdělávacích i zájmových akcí. Avšak nejsou zcela spokojeni s informovaností o volnočasových aktivitách.

6.2 Diskuse

Podle výzkumů bude v roce 2050 asi jedna třetina osob v ČR starší než 65 let a osob starších než 85 let bude žít více než půl milionu. To přináší nároky z hlediska systémů veřejných a sociálních politik, ale zároveň i předpoklad, že věková diskriminace nebude prakticky možná. Stárnutí populace spolu s úbytkem mladších generací vyvolá zásadní změny v oblasti veřejných politik, ale také v uvažování o různých dimenzích lidského života. V současnosti je aktuální diskuse o úskalích robotizace a digitalizace, ale právě demografické stárnutí bude znamenat zásadní pragmatickou změnu. Navzdory postupujícím pokrokům ve vědě, a obecnému zvyšování věku, kterého se člověk dožívá ve zdraví, povede ztráta autonomie k masivnímu nárůstu péče o seniory. Péče se bude týkat nejen zdravotní stránky, ale také naplňování dalších potřeb (sociálních, duševních, duchovních). Autorka si klade otázku, *co bude stárnutí znamenat pro zrychlený a na výkon zaměřený svět neoliberálního kapitalismu*. Půjde o radikální změnu, která bude spojena s revizí hodnot? Bude kladen větší důraz na vzájemnou solidaritu? Nebo nastane v souladu s technologickým pokrokem komodifikace péče nebo výkonu lidí za pomoci různých technologií? Jisté je, že spolu s demografickými změnami musí nastat i proměna ve způsobu uvažování nad životem lidí. (Černá, 2017, s. 28)

Ve 20. století byla ve vyspělých státech snaha o zvyšování kvality života ve stáří a ekonomického a zdravotního zajištění seniorů. V naší společnosti v posledních letech nastaly změny ekonomických procesů, které jsou v rozporu s očekáváním populace o zajištěném stáří. Výsledky výzkumu ukazují, že čím větší úsek svého života prožili lidé v polistopadovém období, tím horší je jejich finanční situace. Současná generace seniorů je

hodnocena jako historicky nejlepší. Daří se jí lépe než předcházející generaci a také lépe než se očekává u budoucí generace. To se vysvětluje tím, že současná generace má možnost využívat předností současného i předcházejícího společenského systému. (Sak a Kolesárová, 2008, s. 139-142)

Ve většině částí Evropského regionu se u starších osob klade důraz na zabezpečení klidu a pohodlí. Naproti tomu je nabízeno méně příležitostí k rozvoji a zachovávání potřebné aktivity. Přitom existuje velmi mnoho příležitostí, jak mohou senioři zůstat aktivní a zajímat se dále o život. V současnosti se rozšiřují možnosti vzdělávání pro seniory a zvyšuje se úroveň vzdělanosti osob starších než 65 let. V některých zemích zakládají starší občané různá politická sdružení a zájmové skupiny, které jim pomáhají prosazovat požadavky k rozvoji sociální a zdravotní politiky nebo služeb. Z všeobecného hlediska se zatím věnuje nedostatečná pozornost pro naplňování měnících se potřeb a očekávání seniorů, a to jak na národní úrovni, tak také na regionální. (Mzcr.cz, 2010)

Podle provedeného výzkumu nazvaného „Potřeby návštěvníků a uživatelů knihoven ve vztahu k Centrálnímu portálu knihoven“ (Ikaros.cz, 1997-2017) lze ve sledovaných knihovnách rozlišit tři typy návštěvníků. Jsou to mladí lidé, především studenti, kteří chodí do knihoven pro studijní materiály a navštěvují současně více knihoven. Jsou schopni provádět složitější operace (např. vyhledávání), používat moderní technologie (např. on-line platby) a znají cizí jazyky. Druhým typem jsou lidé ve středním věku, kteří navštěvují knihovny především kvůli zaměstnání z důvodů zvyšování odbornosti. Umějí vyhledávat, ale v menší míře. Jsou méně nakloněni novým technologiím. A posledním typem jsou **starší lidé, senioři**, kteří chodí do knihoven za zábavou, jsou zapálení do určitého oboru (např. dějiny, technika). Navštěvují obvykle jednu knihovnu, neznají cizí jazyky, neumí vyhledávat a nejsou nakloněni používání moderních technologií. Skutečnost, že senioři docházejí ve velké míře do knihoven za zábavou, koresponduje s výsledkem našeho výzkumu.

Dále podle výzkumu Centrálního portálu knihoven (Ikaros.cz, 1997-2017) vyplynula skutečnost, že návštěvníci sledovaných knihoven projeví ve větší míře neochotu cestovat do jiných knihoven pro výpůjčky knih, dokumentů nebo informací. Častěji jsou ochotni cestovat studenti, mladí lidé, vysokoškolsky vzdělaní lidé a lidé s vyššími příjmy. Naše výzkumné šetření naopak prokázalo, že senioři ze Zlínského kraje ve většině případů nevidí problém ve vzdálenosti knihovny od místa jejich bydliště.

Jediným vyhledaným výzkumem v odborné literatuře, který se zabýval podobnou problematikou jako náš výzkum, byl výzkum doktora Alana Budyho (2005, s. 153-163), prezidenta asociace „Přátelé knihoven Austrálie“, který se zabývá komunitními knihovnami a seniory. Autor realizoval svůj výzkum v roce 2005 ve všech australských knihovnách. Na rozdíl od našeho výzkumného šetření zmapoval problematiku týkající se australských komunitních knihoven a seniorů z hlediska připravenosti knihoven, kapacit a možností. Řešil také otázku financování veřejných knihoven, většina z nich není dostatečně financována, chybí v nich například bezbariérová přístupnost nebo odborný personál. Otázky výzkumu byly rovněž zaměřeny na strategické plánování a plánování knihoven pro cílovou skupinu seniorů. Tento výzkum byl do jisté míry vzorem pro tvorbu našeho dotazníku. V návaznosti na tento výzkum by mohla vzniknout diplomová práce, která by se zabývala podobnou problematikou v České republice.

6.3 Doporučení pro praxi

Na základě určitého zjištěného zájmu seniorů o dobrovolnickou činnost, bychom doporučili všem komunitním knihovnám ve Zlínském kraji, zapojit se do takové spolupráce např. typu „senioři pro seniory“. Může se jednat o seniorské týmy, které vede senior dobrovolník. Tento senior je ostatním určitou sociální oporou. Senioři se mezi svými vrstevníky cítí bezpečněji a jsou otevřenější a sdílnější. Starší lidé s vyšším vzděláním než základním, mohou zastávat funkce lektorů v zájmových a vzdělávacích programech pro seniory. Mohou se také podílet na přípravě takových aktivit. Dále mohou mobilnější senioři zajišťovat potřebné informace těm méně zdravotně zdatným. Kromě předávání informací je další navrhovanou dobrovolnickou činností donášková služba výpůjček z knihovního fondu pro méně zdravotně způsobilé spoluobčany. Prostřednictvím spolupráce seniorů a komunitní knihovny dává knihovna seniorům dobrý pocit z nezištné pomoci, ale také výbornou možnost pro trávení jejich volného času. Setkávání s jinými lidmi jim pomáhá zvyšovat pocit vlastní potřebnosti. Při analýze výsledků výzkumu jsme se setkali se skutečností, že pro čtvrtinu dotazovaných seniorů je překážkou při výběru volnočasových aktivit finanční náročnost. S tím právě koresponduje využívání dobrovolníků, kteří svoji pomoc vykonávají bez nároku na odměny. Doporučením pro menší komunitní knihovny, které nedisponují dostatečnými financemi, aby se zaměřili na pomoc knihovnám prostřednictvím seniorů – dobrovolníků.

Dále doporučujeme vytvoření funkčních týmů, které se skládají z aktivních seniorů a zaměstnanců knihoven. Prostřednictvím tohoto týmu mohou být podporovány, realizovány a řízeny veškeré aktivity, díky kterým se mohou senioři účastnit na veřejném životě v místě svého bydliště. Nabídka důvěryhodné knihovny může být pro seniory výzvou. Nabízí se jim tím možnost uplatnění jejich celoživotní profese, životních znalostí a dovedností. Skvělou motivací pro ně je možnost dalšího osobnostního rozvoje a sebevzdělávání.

Příkladem dobré praxe, kterou doporučujeme všem komunitním knihovnám ve Zlínském kraji, jsou Virtuální univerzity třetího věku. Prezenční formu univerzity třetího věku mohou navštěvovat pouze senioři, kteří mají v dosahu svého bydliště vysoké školy nebo univerzity. Naproti tomu virtuální univerzity třetího věku jsou vhodné pro méně početné skupiny seniorů, vycházejí ze sociálních potřeb seniorů a podporují komunitní činnosti v obcích. Tak zvaná konzultační střediska pro průběh této zájmové činnosti mohou být zřizována na základně zájmu místních organizací, a právě jednou z nich jsou komunitní knihovny.

Z výsledků výzkumného šetření vyplynulo, že senioři nejsou zcela spokojeni s informovaností o volnočasových aktivitách, které pořádají komunitní knihovny v obcích, ve kterých žijí. Navrhujeme zainteresovaným pracovníkům knihoven intenzivnější propagační kampaň například ve formě letáků. Především se jedná se o to, aby tyto letáky byly k dispozici jen v knihovnách, ale také například v klubech seniorů, v čekárnách u lékařů, v bankách a na různých úřadech.

Z našeho výzkumu jsme dále zjistili, že nadpoloviční většina seniorů má povědomí o aktivním stárnutí. Přesto bychom doporučili informovat seniory více o konceptu aktivního stárnutí. Tato informační kampaň by sloužila k pochopení myšlenek aktivního stárnutí, kde je aktivita klíčovým prvkem pro utváření pozitivních obrazů stárnutí a životního stylu seniorů.

Výsledky našeho výzkumu budou sloužit jako zpětná vazba pro knihovníky a lektory v komunitních knihovnách, kteří projeví o ně zájem při pomoci s distribucí dotazníků pro naše výzkumné šetření. Jedná se převážně o pracovníky, kteří se věnují přípravě a realizaci různorodých volnočasových aktivit zaměřených na cílovou skupinu seniorů.

ZÁVĚR

K současným proměnám společnosti patří fenomén stárnoucí společnosti. Pro zvyšování kvality života člověka ve stáří a k podpoře jeho prosperity ve stárnoucí společnosti, je nezbytné, aby měli všichni lidé v průběhu svého života příležitosti pro aktivní život. Starší spoluobčané mají stejné právo jako mladí lidé, aby byli hodnoceni na základě svých potřeb a schopností. Je potřeba myslet na to, aby všichni jednotlivci a instituce byly připraveny na pozvolný přechod na společnost, ve které neustále narůstá podíl lidí v seniorském věku. Proces stárnutí probíhá u každého člověka jinak, společné je však, že stárneme všichni a stále. Životní styl a život seniorů je velmi bohatý. Rozdíl je pouze v tom, jak se člověk skutečně cítí. Aktivitu ve stáří mohou ovlivňovat různé faktory jako je zdraví, finanční zázemí, společenská nabídka aktivit, individuální potřeby, přání a možnosti seniorů. V některých směrech můžeme konstatovat, že jsou senioři aktivnější, než mladší generace. Senioři, kteří žijí v současné době, jsou poslední generací gramotné kultury. Zároveň jsou první generací, která mění kvalitu životního stylu a života za pomoci počítačů, internetu a mobilních telefonů.

Na problematiku stárnutí populace je potřeba nahlížet z celkového hlediska, a to biologického, psychologického a sociálního. Stárnutí se týká jedinců, ale zároveň celé naší společnosti. Senioři jsou součástí společnosti a veškerá péče o ně nemá být jen záležitostí nejbližších rodinných příslušníků nebo přátel. Vzhledem k tomu, že se většinou senioři již neangážují v zaměstnání, je nutné, aby hledali jiné plnohodnotné činnosti, které by je mohly naplňovat. Volný čas seniorů představuje velký prostor, který je možné neustále rozvíjet. Jedním z ideálních míst, kde mohou senioři úspěšně a intenzivně prožívat svůj volný čas jsou právě komunitní knihovny. Demokratický charakter knihoven umožňuje využívat služby všem spoluobčanům a právě senioři jsou jejich častými uživateli. Komunitní knihovny jsou ideálním prostředím pro zapojování seniorů do aktivit knihoven. Vytvářejí pro seniory rovný přístup ke službám a veškerým informacím. Dále jim také poskytují služby a registrace za zvýhodněné ceny. Nadace České spořitelny a Nadace Open Society Fund Praha vyhlásily v roce 2007 otevřený grantový program „Senioři vítáni“, který je zaměřený na podporu uplatnění aktivních seniorů. Cílem projektu je aktivizace seniorů a vytváření podmínek pro uplatnění aktivních starších lidí v souladu s cíli komunitních knihoven.

Diplomová práce s názvem „Komunitní knihovny jako podpora aktivního stárnutí z pohledu seniorů“ je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Hlavní souvislost zvoleného tématu se sociální pedagogikou spatřujeme v tom, že posláním tohoto oboru, a posláním knihoven je životní pomoc a podpora znevýhodněným jednotlivcům nebo skupinám. Komunitní knihovny představují určitou institucionální podporu seniorům pro aktivní stárnutí. Teoretická část diplomové práce byla rozdělena do tří kapitol. První kapitola se zabývala stavem výzkumu zvolené problematiky v odborné literatuře, vymezením vztahu zvoleného tématu k sociální pedagogice a vysvětlením základních pojmů, použitých v diplomové práci. Ve druhé kapitole uvádíme charakteristiku stárnoucí populace a jevů, které souvisí se stářím a stárnutím. Podrobně jsme se zde zaměřili na koncept aktivního stárnutí. Ve třetí kapitole popisujeme komunitní knihovny a jejich roli ve společnosti. Dále se zde podrobněji zaměřujeme na volnočasové aktivity seniorů v knihovnách.

Hlavním cílem praktické části diplomové práce bylo zmapovat ve Zlínském kraji názory a postoje seniorů na komunitní knihovny a jejich roli při aktivním stárnutí. Vedle hlavního cíle byly stanoveny dílčí výzkumné cíle, které byly naplněny. Výsledky tří ověřovaných hypotéz nám ukázaly, že existují statisticky významné rozdíly v názorech a postojích seniorů podle dosaženého vzdělání a pohlaví. U jedné hypotézy jsme po ověření konstatovali, že neexistuje souvislost zkoumaných jevů.

Domníváme se, že jsme získali z provedeného výzkumného šetření potřebné a zajímavé informace, prostřednictvím kterých došlo k naplnění stanoveného hlavního cíle a dílčích cílů v předkládané diplomové práci. Výstupem naší práce je shrnutí a interpretace výsledků výzkumu, které mohou být zpětnou vazbou pro zainteresované pracovníky komunitních knihoven.

Přínosem této diplomové práce je skutečnost, že poukazuje na témata, kterým je potřeba se dále věnovat. Oblasti výzkumu komunitních knihoven ve vztahu k seniorům, je zatím věnováno málo pozornosti. Celkově můžeme konstatovat, že komunitní knihovny ve Zlínském kraji jsou z pohledu dotazovaných „přátelské“ k seniorům.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BALVÍN, Jaroslav. *Andragogika jako teorie výchovy a vzdělávání dospělých*. Praha: Hnutí R, 2011. ISBN 978-80-86798-16-5.

BAKOŠOVÁ, Zlatica. *Sociálna pedagogika ako životná pomoc*. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava, Filozofická fakulta, 2008. ISBN 978-80-969944-0-3.

BAKOVÁ, Daniela a kol. *Vnímanie staroby a starnutia optikou súčasnej spoločnosti*. Praha: Hnutí R, 2015. ISBN 978-80-86798-57-8.

BUDINSKÝ, Václav a kol. *Příjemný zralý věk*. Praha: Alfom, 2013. ISBN 978-80-87785-02-7.

BUNDY, Alan. *Community Critical: Australian Public Libraries Serving Seniors*. Australasian Public Libraries and Information Services, 18, 2005, č. 4, s. 158-169. [online]. [cit. 2018-01-20]. ISSN 1030-5033. Dostupné z: <http://web.a.ebscohost.com.proxy.k.utb.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=3c402f91-0bb7-4a61-b28a-f03ab85ccbb2%40sessionmgr4010>.

ČERNÁ, Karolína. *Hrozba stárí: Senioři ve věku neoliberálního kapitalismu*. A2, 13, 2017, č. 5, s. 28. ISSN 1803-6635.

DEMOGRAFIE.INFO. *Demografie*. [online]. ©2004-2014 [cit. 2017-11-10]. Dostupné z: http://www.demografie.info/?cz_demstarnutivvyvoj.

DESSAINT, Marie-Paule. *Nezačínajte stárnout: jak žít co možná nejdéle příjemně, samostatně a důstojně*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-255-6.

ERIKSON, Erik H. *Životní cyklus rozšířený a dokončený: doplněné vydání o devátém stupni vývoje od Joan M. Eriksonové*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1999. ISBN 80-7106-291-X.

GAJDUŠKOVÁ, Helena. *Komunitní knihovna a senioři: metodický materiál*. Vsetín: Masarykova veřejná knihovna, 2012. ISBN 978-80-904967-2-9.

GAJDUŠKOVÁ, Helena. *Senioři v komunitní knihovně: metodický materiál*. Vsetín: Masarykova veřejná knihovna, 2008. ISBN 978-80-2541-96-87.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.

GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. ISBN 80-7203-124-4.

GRÜN, Anselm. *Umění stárnout*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009. ISBN 978-80-7195-316-6.

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. ISBN 978-80-7419-152-7.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262.900-8.

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5.

HOLMEROVÁ, Iva, Božena JURAŠKOVÁ a Květa Zikmundová. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: Česká alzheimerská společnost, 2003. ISBN 80-86541-12-6.

HOUŠKOVÁ, Zlata. Senioři a knihovny. Duha, 31, 2017, č. 4, s. 5-8. ISSN 1804-4255.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

IKAROS.CZ [online]. © 1997-2017 [cit. 2018-02-11]. Dostupné z: <https://ikaros.cz/cpk1-potreby-navstevniku-a-uzivatele-knihoven-ve-vztahu-k-centralnimu-portalu-knihoven>.

KRAUS, Blahoslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.

KŘEŠŤANOVÁ, Jana, Roman KURKIN a Michaela NĚMEČKOVÁ. *Populační vývoj v České republice v roce 2016*. Demografie: revue pro výzkum populačního vývoje, 59, 2017, č. 3, s. 187-190. [online]. [cit. 2018-01-15]. ISSN 0011-8265. Dostupné z:

https://www.czso.cz/documents/10180/46203816/krestanova.pdf/6c51b1fd-6c5e-4030-9727-937340f8eaeef?redirect=https%3A%2F%2Fwww.czso.cz%2Fweb%2Fczso%2F404-%3Fp_p_id%3D3%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dmaximized%26p_p_mode%3Dview%26_3_groupId%3D0%26_3_keywords%3Dkrestanova.pdf%26_3_struts_action%3D%252Fsearch%252Fsearch%26_3_redirect%3D%252Fweb%252Fczso%252F404.

MAZUROVÁ, Hana a Zlata HOUŠKOVÁ, ed. *Rovný přístup: knihovna přátelská k seniorům: metodická příručka pro práci knihoven se seniory*. Praha: Národní knihovna České republiky - Knihovnický institut, 2016. ISBN 978-80-7050-674-5.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3604-4.

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ ČESKÉ REPUBLIKY. *Senioři a politika stárnutí*. [online]. ©2009 [cit. 2017-11-10]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/2856>.

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ ČESKÉ REPUBLIKY. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*. [online]. ©2009 [cit. 2017-11-10]. Dostupné z: https://www.mpsv.cz/files/clanky/20851/NAP_311214.pdf.

MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY. *Zdraví pro všechny ve 21. století*. © 2010 [cit. 2018-02-10]. Dostupné z: https://www.mzcr.cz/dokumenty/zdravi-pro-vsechny-v-stoleti_2461_1101_5.html.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2004. ISBN 80-210-3345-2.

Národní akční plán pro Alzheimerovu nemoc a další obdobná onemocnění na léta 2016-2019. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2016. [online]. [cit. 2017-10-10]. Dostupné z: file:///D:/Obr%C3%A1zky/Sta%C5%BEen%C3%A9%20soubory/N%C3%A1rodn%C3%AD_ak%C4%8Dn%C3%AD_pl%C3%A1n_pro_Alzheimerovu_nemoc_a_dal%C5%A1%C3%AD_obdobn%C3%A1_onemocn%C4%9Bn%C3%AD_na_1%C3%A9ta_2016-_2019.pdf.

NĚMEC, Jiří a kol. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido - edice pedagogické literatury, 2002. ISBN 80-7315-012-3.

- PETROVÁ KAFKOVÁ, Marcela. *Šedivějící hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013. ISBN 978-80-210-6310-5.
- PROCHÁZKA, Miroslav, 2012. *Sociální pedagogika*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3470-5.
- PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf, 2015. ISBN 978-80-7345-437-1.
- RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova univerzita, 1995. ISBN 80-210-1155-6.
- RIEDLOVÁ, Dana. *Nikdy není pozdě začít: sborník dalšího vzdělávání*. Vsetín: Masarykova veřejná knihovna Vsetín, 2013. ISBN 978-80-904967-4-3.
- SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3850-5.
- SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Zpráva z výzkumu Názory a postoje české populace k seniorům*, 2008. [online]. [cit. 2017-10-20]. Dostupné z: <http://docplayer.cz/1267334-Zprava-z-vyzkumu-nazory-a-postoje-ceske-populace-k-seniorum.html>.
- SAYOUD SOLÁROVÁ, Kateřina. *Analýza speciálně pedagogických a speciálně andragogických přístupů k terapii osob s neurologickým onemocněním v seniorském věku*. Brno: Masarykova univerzita, 2010. ISBN 978-80-210-5287-1.
- SCHIRRMACHER, Frank. *Das Methusalem-Komplott*. München: Karl Blessing Verlag, 2004. ISBN 13: 978-3896672254.
- SCHMEIDLER, Karel a kol. *Problémy mobility stárnoucí populace*. Brno: NOVOPRESS, 2009. ISBN 978-80-87342-05-3.
- STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.
- SOUČKOVÁ, Andrea. *Knihovny jako komunitní centra*. Zpravodaj U nás, 25, 2015, č. 3, s. 1-3. ISSN 0862-9366. Dostupné z: https://www.svkhhk.cz/SVKHK/u-nas-pdf_archiv/20150301.pdf.

SVOBODOVÁ, Kamila. *Životní situace seniorů v kontextu demografického stárnutí v České republice*, 2010. [online]. [cit. 2018-01-10]. Dostupné z: [http://file:///D:/Obr%C3%A1zky/Sta%C5%BEen%C3%A9%20soubory/IPTX_0_0_11310_0_168308_0_86339%20\(2\).pdf](http://file:///D:/Obr%C3%A1zky/Sta%C5%BEen%C3%A9%20soubory/IPTX_0_0_11310_0_168308_0_86339%20(2).pdf).

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

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5446-8.

ŠRAMO, Ján. *Příprava na stáří*. Praha: Občanské sdružení Melius, 2012. ISBN 978-80-87638-00-2.

ŠŤASTNÁ, Jaroslava. *Když se řekne komunitní práce*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3356-5

TOMEŠ, Igor (ed.) a Kateřina ŠÁMALOVÁ (ed.). *Sociální souvislosti aktivního stáří*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3612-2.

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

VETEŠKA, Jaroslav. *Gerontagogika: psychologicko-andragogická specifika edukace a aktivizace seniorů*. Praha: Česká andragogická společnost, 2016. ISBN 978-80-905460-4-2.

WALKER, Alan. *A strategy for active ageing!* International Social Security Review Volume 55, 2002, č. 1, s. 121-139. [online]. [cit. 2018-01-20]. Dostupné z: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1468-246X.00118/pdf>.

WHO. *Active Ageing A Policy Framework*. [online]. ©2018 [cit. 2018-01-15]. Dostupné z: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67215/1/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

č.	Číslo
EU	Evropská unie
KM	Kilometr
MPSV ČR	Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky
Např.	Například
OSN	Organizace spojených národů
Sb.	Sbírka
WHO	World Health Organisation
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Strom života k 31. 12. 2006 a projekce roku 2050 dle ČSÚ (Zdroj: Problémy mobility stárnoucí populace, 2009, s. 11).....	21
Obrázek 2 Stárnutí populace - výzvy i potenciál pro společnost (Zdroj: Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017, s. 6).....	34
Obrázek 3 Pohlaví respondentů (Zdroj: vlastní).....	51
Obrázek 4 Dosažené vzdělání (Zdroj: vlastní)	52
Obrázek 5 Věková struktura (Zdroj: vlastní).....	52
Obrázek 6 Druh soužití (Zdroj: vlastní).....	53
Obrázek 7 Povědomí o pojmu „aktivní stárnutí“ (Zdroj: vlastní)	53
Obrázek 8 Názor seniorů na komunitní knihovnu jako vhodné místo pro aktivní využití volného času (Zdroj: vlastní).....	54
Obrázek 9 Frekvence návštěvnosti knihovny (Zdroj: vlastní).....	54
Obrázek 10 Vzdálenost knihovny od místa bydliště (Zdroj: vlastní)	55
Obrázek 11 Vzdálenosti knihovny od bydliště jako překážka (Zdroj: vlastní)	55
Obrázek 12 Kritéria výběru volnočasových aktivit v knihovně (Zdroj: vlastní).....	56
Obrázek 13 Preference volnočasových aktivit v knihovně (Zdroj: vlastní)	56
Obrázek 14 Preference typu volnočasových aktivit v knihovně (Zdroj: vlastní)	57
Obrázek 15 Preference způsobu využití volného času v knihovně (Zdroj: vlastní)	57
Obrázek 16 Povědomí klientů knihoven o Senior Pasu (Zdroj: vlastní)	58
Obrázek 17 Zkušenosti seniorů s věkovou diskriminací v knihovně (Zdroj: vlastní)	58
Obrázek 18 Zájem o zapojení seniorů do dobrovolnických činností (Zdroj: vlastní)	59

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Možnost získávání nových informací a vědomostí (Zdroj: vlastní)	59
Tabulka 2 Možnost dalšího rozvoje osobnosti (Zdroj: vlastní)	60
Tabulka 3 Udržování psychické a fyzické kondice (Zdroj: vlastní)	60
Tabulka 4 Potěšení z aktivní činnosti (Zdroj: vlastní)	61
Tabulka 5 Možnost setkávání s jinými lidmi (Zdroj: vlastní)	61
Tabulka 6 Aktivní vyplnění volného času (Zdroj: vlastní)	61
Tabulka 7 Vhodné prostředí knihovny (Zdroj: vlastní)	62
Tabulka 8 Čtenářské koutky, studovny (Zdroj: vlastní)	62
Tabulka 9 Orientace v budově knihoven (Zdroj: vlastní)	63
Tabulka 10 Bezbariérový přístup (Zdroj: vlastní)	63
Tabulka 11 Ochota a vstřícnost pracovníků knihovny (Zdroj: vlastní)	63
Tabulka 12 Chování ostatních klientů knihovny (Zdroj: vlastní)	64
Tabulka 13 Otevírací doba knihovny (Zdroj: vlastní)	64
Tabulka 14 Dostupnost knihovny (Zdroj: vlastní)	65
Tabulka 15 Nabídka občerstvení v knihovně (Zdroj: vlastní)	65
Tabulka 16 Nabídka knihovního fondu a služeb (Zdroj: vlastní)	65
Tabulka 17 Nabídka vzdělávacích akcí (Zdroj: vlastní)	66
Tabulka 18 Nabídka zájmových akcí (Zdroj: vlastní)	66
Tabulka 19 Informovanost o volnočasových aktivitách (Zdroj: vlastní)	67
Tabulka 20 Způsob využívání volného času v knihovně (Zdroj: vlastní)	67
Tabulka 21 Povědomí seniorů o aktivním stárnutí (Zdroj: vlastní)	68
Tabulka 22 Zájem seniorů a dobrovolnickou činnost v knihovně (Zdroj: vlastní)	69

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: REŠERŠE POUŽITÉ LITERATURY

Příloha P II: DOTAZNÍK

PŘÍLOHA P I: REŠERŠE POUŽITÉ LITERATURY

BAKOŠOVÁ, Zlatica. *Sociálna pedagogika jako životná pomoc*. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava, Filozofická fakulta, 2008. ISBN 978-80-969944-0-3.

Autorka popisuje ve své publikaci teoretické východiska sociální pedagogiky, vysvětluje sociální pedagogiku jako životní pomoc, vztah rodiny a sociální pedagogiky. Dále se zabývá vztahem sociální pedagogiky a školy, sociální pedagogiky a výchovy opuštěných dětí. Popisuje roli sociálního pedagoga a jeho profesní možnosti. Uvádí možnosti sociální pedagogiky při řešení některých sociálních a sociálněpatologických problémů.

BAKOVÁ, Daniela a kol. *Vnímanie staroby a starnutia optikou súčasnej spoločnosti*. Praha: Hnutí R, 2015. ISBN 978-80-86798-57-8.

Publikace Daniely Bakové a kolektivu se zabývá stárnutím společnosti jako společenským fenoménem. Popisuje podrobněji vývoj sociálního zabezpečení a sociální práci se seniory. Věnuje se životnímu stylu seniorů, kvalitě jejich života, věkové diskriminaci a trestným činům páchaným na seniorech.

BUDINSKÝ, Václav a kol. *Příjemný zralý věk*. Praha: Alfom, 2013. ISBN 978-80-87785-02-7.

Publikace nabízí řadu informací o tom, jak je vhodné se dobře připravit na období zralosti v životě. Dále popisuje, jak je možné využít svého věku nejen pro svůj prospěch, ale i jako přínos pro své okolí. Obsahuje širokou škálu srozumitelně popsanych postřehů, podnětů, nápadů a dobrých rad. Na těchto informacích se podílela řada kvalifikovaných odborníků a významných osobností, které spojovala snaha poukázat, že proces stárnutí nabízí prostor pro různé nové aktivity a zážitky.

DESSAINT, Marie-Paule. *Nezačínajte stárnout: jak žít co možná nejdéle příjemně, samostatně a důstojně*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-255-6.

Autorka popisuje jak zpomalit proces stárnutí, radí jak se na stáří připravovat a jak se s ním vyrovnat. Připojuje i řadu návodů, tělesných cvičení, tipy na zdravou výživu a celkovou životosprávu. Vede čtenáře k tomu, aby si uvědomili kladné a záporné důsledky svého života. Je to velmi praktická příručka a zároveň populární psychologické čtení.

GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. ISBN 80-7203-124-4.

Publikace britského sociologa profesora Giddense je dlouhou řadu let uznávanou učebnicí v oboru sociologie. Jsou v ní definována klíčová témata a odborné termíny. Svůj celosvětový věhlas získala díky své odborné kvalitě a zároveň proto, že je velmi srozumitelná a poutavá. Jedná se o překlad dřívějšího přepracovaného vydání z roku 1997.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Seniori mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262.900-8.

V publikaci je vyzdvíženo porozumění jako zásadní předpoklad kvalitního soužití generací a péče o nemocné seniory bez konfliktů. Porozumění je podmínkou pro integraci seniorů do společnosti a také zárukou, že péče o nemocné seniory není jen vyčerpávající a charitativní činností. Autorka knihy je jednou z patronek (pro Českou republiku) Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity, který byl vyhlášen v roce 2012. Publikace je rozdělena na dvě části. První část popisuje problémy zdravých a nemocných seniorů. Klade také důraz na rady, jak seniorům porozumět. Druhá část zahrnuje abecední heslář pojmů a informací z problematiky seniorů.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

Publikace podává základy pedagogického kvantitativního výzkumu. Vysvětluje podstatu klasického pedagogického výzkumu, analyzuje jeho základní fáze, popisuje informační zdroje pedagogického výzkumu. Popisuje výhody a nevýhody kvantitativního přístupu. Podrobně jsou zde rozebírány otázky měření v pedagogickém výzkumu. Dále základní metody pro zpracování výsledků měření a nejčastěji používané metody sběru dat při výzkumu.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

Knihy předkládá ucelený holistický pohled na problémy, které nastávají se zvyšujícím se věkem. Jsou zde obsaženy praktické rady a řešení etických problémů, které mohou být pomoci pro zdravotnické i sociální pracovníky. Autorky obohatily knihu vlastními

kazuistikami. V příloze knihy jsou obsaženy testy pro seniory, které mají být nápomocné k sestavení individuálních plánů péče. Popisuje hledání motivace u lidí s poruchami mobility, kognitivních funkcí a metody pro objevování skrytých vnitřních sil nezbytných u udržení kvality života. Pozornost je věnována profesionální komunikaci se seniory.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3604-4.

Knihy se zabývá rysy stárnutí z hlediska pozitivní psychologie, poukazuje však i na negativní jevy stárnutí. Velký význam spatřuje autor ve vnitřních postojích člověka a v jejich přístupu k sobě samým, k ostatním lidem a ke změnám v procesu stárnutí, co je například zdravotní stav nebo smysluplnost života. Dále je zde věnována pozornost sebepoznávání, sebeovládání, životní bilanci, mezilidským vztahům, řešení konfliktů, řešení problémů těžkých životních situací. Autor uvádí podněty a doporučení pro život ve starším věku.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3850-5.

Knihy se zabývá teoretickými analýzami klíčových kategorií a přináší nové poznatky z výzkumu o životě současných seniorů. Hlavní osou všech analýz je konkrétní generace současných seniorů, která se jeví jako historicky zcela ojedinělá. Jednotlivé kapitoly popisují stáří v sociální evoluci a v životě člověka, generace a její vztah ke společnosti, generace seniorů v historii společnosti, demografický vývoj a jeho dopad na stárnutí společnosti, životní styl seniorů, současnou generaci seniorů.

PŘIBYL, Hugo, *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf, 2015. ISBN 978-80-7345-437-1.

Publikace se zabývá problematikou stáří a stárnutí. Je určena především lidem, kteří jsou v přímém každodenním kontaktu se seniory. Autor v ní shrnuje základní teoretické poznatky, ve kterých se zaměřuje na potřeby seniorů. Knihy poukazuje na rozdíl ve vnímání potřeb starších a mladších seniorů, který popsal na základě osobního průzkumu a dlouholeté praxe.

VETEŠKA, Jaroslav. *Gerontagogika: Psychologicko-andragogická specifika edukace a aktivizace seniorů*. Praha: Česká andragogická společnost, 2016. ISBN 978-80-905460-4-2.

Monografie se zabývá potřebami edukace seniorů, především s důrazem na psychologicko-andragogická specifika. První část obsahuje multidisciplinární a teoretická východiska stárání a stárnutí. Další popisuje systém sociální a zdravotní péče o seniory. Poslední část je věnována edukaci a aktivizaci seniorů v systému edukačních věd v současnosti a v perspektivě do budoucnosti.

PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK

Dobrý den,

jmenuji se Renata Krajčová a jsem studentkou 2. ročníku magisterského studia oboru sociální pedagogika na FHS UTB ve Zlíně. Ráda bych vás požádala o vyplnění dotazníku, který slouží pro sběr dat k diplomové práci na téma „Komunitní knihovny jako podpora aktivního stárnutí z pohledu seniorů“. Tento dotazník je anonymní a informace z něho získané budou sloužit pouze pro účely výzkumné části mé diplomové práce. Pokud není uvedeno jinak, označte prosím křížkem jednu odpověď.

Děkuji za ochotu a čas strávený vyplňováním dotazníku.

1. Vaše pohlaví:

- ☐ muž
- ☐ žena

2. Nejvyšší dosažené vzdělání:

- ☐ základní
- ☐ vyučení
- ☐ středoškolské s maturitou
- ☐ vyšší odborné, vysokoškolské

3. Věková kategorie:

- ☐ méně než 65
- ☐ 65-74 let
- ☐ 75-84
- ☐ 85 a více let

4. Druh soužití:

- ☐ žijete s manželem/manželkou, partnerem nebo rodinnými příslušníky
- ☐ žijete sám/sama
- ☐ jiné (např. hospic - vepište).....

5. Setkali jste se někdy s pojmem „aktivní stárnutí“?

- ☐ ano
- ☐ ne

6. Je pro Vás komunitní knihovna vhodným místem pro aktivní využití volného času?

- ☐ rozhodně ano
- ☐ spíše ano
- ☐ spíše ne
- ☐ rozhodně ne

7. Jak často navštěvujete knihovnu?

- ☐ denně
- ☐ několikrát za týden
- ☐ několikrát za měsíc
- ☐ méně než 1x za měsíc

8. Jaká je vzdálenost Vámi navštěvované knihovny od místa bydliště?

- ☐ v blízkosti bydliště do 1 km
- ☐ do 5 km
- ☐ mimo obec nad 5 km

9. Považujete vzdálenost Vaší knihovny od bydliště za překážku?

- ☐ rozhodně ano
- ☐ spíše ano
- ☐ spíše ne
- ☐ rozhodně ne

10. Svoji účast na aktivitách v knihovně si vybíráte podle:

- ☐ obsahu
- ☐ časové náročnosti
- ☐ finanční náročnosti
- ☐ přítomnosti svých přátel nebo rodinných příslušníků

11. Které formy volnočasových aktivit v knihovně upřednostňujete?

- ☐ vzdělávací akce (kurzy, školení, U3V, přednášky)
- ☐ zájmové akce (besedy, přednášky, výstavy, výtvarné dílny, hudební a divadelní představení, koncerty, sportovní akce)
- ☐ půjčování a čtení knih nebo periodik
- ☐ využívání internetu

12. Jaké typy volnočasových aktivit v knihovně upřednostňujete?

- ☐ pravidelné akce
- ☐ jednorázové akce

13. Jaký způsob využití volného času v knihovně Vám vyhovuje?

- ☐ aktivní zapojení do akcí
- ☐ pouze pasivní účast na akcích

14. Víte o možnostech slevy na registrační poplatky a akce v knihovnách při využívání Senior Pasu?

- ☐ ano
- ☐ ne

15. Setkali jste se někdy při návštěvě knihovny s věkovou diskriminací ze strany zaměstnanců nebo ostatních klientů knihovny?

- ☐ rozhodně ano
- ☐ spíše ano
- ☐ spíše ne
- ☐ rozhodně ne

16. Uvítali byste ve své knihovně možnost zapojit se osobně do dobrovolnických aktivit?

- ☐ rozhodně ano
- ☐ spíše ano
- ☐ spíše ne
- ☐ rozhodně ne

17. V čem spatřujete pro sebe největší přínos z absolvovaných aktivit v knihovně (označte kroužkem 1 – 5 podle významnosti, přičemž 1 znamená rozhodně ne; 5 znamená rozhodně ano):

Možnost získávání nových informací a dalších vědomostí	1	2	3	4	5
Možnost dalšího rozvoje osobnosti	1	2	3	4	5
Udržování psychické a fyzické kondice	1	2	3	4	5
Potěšení z aktivní činnosti	1	2	3	4	5
Možnost setkávání s jinými lidmi	1	2	3	4	5
Aktivní vyplnění volného času	1	2	3	4	5

18. Nakolik jste spokojen/spokojena s následujícími podmínkami, prostředím a službami v knihovně, kterou navštěvujete (označte kroužkem 1 – 5 podle významnosti, přičemž 1 znamená zcela nespokojen; 5 znamená zcela spokojen):

Vhodné prostředí knihovny (vybavení nábytkem a technikou, klimatické podmínky, sociální zařízení)	1	2	3	4	5
Čtenářské koutky, studovny	1	2	3	4	5
Orientace v budově knihovny	1	2	3	4	5
Bezbariérový přístup	1	2	3	4	5
Ochota a vstřícnost pracovníků knihovny	1	2	3	4	5
Tolerantní a slušné chování ostatních klientů knihovny	1	2	3	4	5
Otevírací doba knihovny	1	2	3	4	5
Dostupnost knihovny	1	2	3	4	5
Občerstvení (kavárny, jídelní a nápojové automaty apod.)	1	2	3	4	5
Nabídka knihovního fondu a knihovnických služeb	1	2	3	4	5
Nabídka vzdělávacích akcí	1	2	3	4	5
Nabídka zájmových akcí	1	2	3	4	5
Informovanost o volnočasových aktivitách	1	2	3	4	5