

# **Pestrost sociálních kontaktů a volnočasových aktivit u současné generace lidí v období starší dospělosti**

Hana Puype, Dis.

---

Bakalářská práce  
2010



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií  
Ústav pedagogických věd  
akademický rok: 2009/2010

## **ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Hana PUYPE, DiS.**  
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Pestrost sociálních kontaktů a volnočasových aktivit u současné generace lidí v období starší dospělosti.**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.  
Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti vývojové a sociální psychologie.  
Příprava metodiky výzkumné části.  
Realizace výzkumu.  
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.  
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: tištěná/elektronická

Seznam odborné literatury:

LANGMAIER, J.KREJČÍŘOVÁ, D. Vývojová psychologie. Praha:Grada, 2007. ISBN 80-247-1284-9.

KRAUS, B. POLÁČKOVÁ, V. et al. Člověk, prostředí, výchova. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

ŘEZÁČ, J. Sociální psychologie. Brno: Paido,1998. ISBN 80-85931-486.

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

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Hana Včelařová

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

15. února 2010

Termín odevzdání bakalářské práce:

7. května 2010

Ve Zlíně dne 15. února 2010

prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.  
děkan



Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.  
ředitelka ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby<sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3<sup>2)</sup>;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užit své dílo – bakalářskou 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 bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 1.5.2010

  
.....

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

<sup>2)</sup> Vysoké školy nejzákladněji zveřejňují disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výřezů obhajoby prostřednictvím datového kvalifikačního prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vlastní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomová, bakalářská a rigorózní práce odpracovaná uchazečem k obhajobě musí být též nejnověji při pracovním jednání před komisí obhajoby zveřejněny k omezenému vstupu v místě určeném svěřeným představeným vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracovním vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce požičovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odpracování 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 způsobů sdělování děl (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3;

(2) Do práva autorského také nespadáje škola nebo školství či vzdělávací zařízení, ač je-li osoba za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě díla vytvořené takové nebo studium ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školství či vzdělávacího zařízení (škola škola).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o způsobů sdělování děl (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní díla

(1) Škola nebo škola či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření dohody sdělení o sdělení školního díla (§ 35 odst.

3). Celá práva autor školního díla sdělit zvolen bez náhrady odměny, mohou se jím osoby účastnit nezúčastní obvyklého projektu jeho výše a rozsahu. Ustanovení § 35 odst. 3 tímto není dotčeno.

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

(3) Škola nebo škola či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jin dohodnutého s autorkou z sdělení díla či poskytnutí licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložil, a to podle obecnosti ať do jejich skutečné výše; přitom se přičítá ke výši výdělku dohodnutého školou nebo školství či vzdělávacím zařízením z sdělení školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce je věnována pestrosti volnočasových aktivit a sociálních kontaktů u současné generace lidí v období starší dospělosti. Podrobně popisuje období starší dospělosti z pohledu vývojové psychologie, volný čas jako takový a faktory, které jej ovlivňují právě u současné generace a také sociální kontakty starších dospělých. Praktická část je věnována zjištění stavu dané problematiky kvantitativním výzkumem.

Klíčová slova: Starší dospělost, volný čas, sociální kontakty.

## **ABSTRACT**

This bachelor thesis deals with variety of free-time activities and social contacts of present later-adults. It describes a period of later-adulthood through the view of ontogenetical psychology, free-time itselfs and influencing factors as well social contacts of later-adults. The methodological part deals to find out the consequences through quantitative study.

Keywords: later-adults, free-time activities, social contacts.

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

Tímto bych chtěla poděkovat PhDr. Haně Včelařové za odborné vedení bakalářské práce, podněty, cenné rady a vstřícný přístup při konzultacích.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 OBDOBÍ STARŠÍ DOSPĚLOSTI</b> .....	<b>12</b>
1.1 FYZICKÉ ZMĚNY .....	13
1.2 ZMĚNY V PSYCHO-SOCIÁLNÍ OBLASTI.....	15
1.2.1 Změny kognitivních funkcí .....	15
1.2.2 Změny v rodinných vztazích .....	16
1.2.3 Změny v zaměstnání.....	19
<b>2 VOLNÝ ČAS STARŠÍCH DOSPĚLÝCH</b> .....	<b>20</b>
2.1 VOLNÝ ČAS .....	20
2.2 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ VOLNÝ ČAS STARŠÍCH DOSPĚLÝCH .....	21
2.2.1 Návyky z dětství a mládí .....	21
2.2.2 Lokální prostředí .....	22
2.2.3 Druh zaměstnání a faktická kapacita volného času.....	23
2.2.4 Finanční situace a zdravotní stav .....	23
<b>3 SOCIÁLNÍ KONTAKTY VE STARŠÍ DOSPĚLOSTI</b> .....	<b>24</b>
3.1 ŽIVOTNÍ ZKUŠENOST SOUČASNÉ GENERACE STARŠÍCH DOSPĚLÝCH .....	25
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>27</b>
<b>4 VÝZKUM</b> .....	<b>28</b>
4.1 CÍL VÝZKUMU A VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	28
4.2 ČASOVÝ PLÁN A HARMONOGRAM VÝZKUMU.....	28
4.3 VÝZKUMNÁ METODA.....	28
4.4 VÝZKUMNÝ VZOREK .....	29
4.5 VYHODNOCENÍ A PREZENTACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....	29
4.5.1 Demografické údaje .....	30
4.5.2 Výzkumná otázka č. 1: Jaká je rozmanitost volnočasových aktivit lidí ve starší dospělosti?.....	32
4.5.3 Výzkumná otázka č. 2: Jak hodnotí kapacitu volného času současná generace starších dospělých ve srovnání s generací svých rodičů?.....	34
4.5.4 Výzkumná otázka č. 3: Jaké překážky brání starším dospělým v trávení volného času dle jejich představ?.....	36
4.5.5 Výzkumná otázka č. 4: Jaká je pestrost sociálních kontaktů lidí ve starší dospělosti a jaké faktory ji ovlivňují?.....	38
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>41</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....	<b>42</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....	<b>44</b>
<b>SEZNAM GRAFŮ</b> .....	<b>45</b>
<b>SEZNAM TABULEK</b> .....	<b>46</b>



<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>47</b>
---------------------------	-----------

## ÚVOD

Stárnutí obyvatelstva a prodlužování střední délky života obrací naši pozornost k seniorské generaci. Výrazný nárůst porodnosti posledních několika let zase soustřeďuje pozornost na generaci nejmenších dětí a jejich rodičů. Jaká je ale situace současných starších dospělých, prarodičů nové nastupující generace, stojících ještě před branami seniorského věku? Jaké jsou jejich problémy, s jakými krizovými momenty se setkávají a jak užívají svých zralých let? Na tyto otázky se snažím nalézt odpověď prostřednictvím této bakalářské práce.

K výběru tohoto tématu bakalářské práce mě vedl fakt, že jsem před několika lety absolvovala ve Vyšší odborné škole s prací na téma Možnosti a meze aktivizace seniorů. Jeden z hlavních výstupů této práce byl, že to, jaký bude náš seniorský věk, záleží na skutečnosti, jak se na něj připravíme během předcházejícího života a starší dospělost je právě posledním možným obdobím, kdy je nejvyšší čas již začít jednat, pokud jsme tak neučinili doposud.

Jaké jsou ale další úkoly starší dospělosti?

V teoretické části nejprve popíši starší dospělost z pohledu vývojové psychologie, pokusím se odhalit úskalí a problémy, které vyvstávají v tomto období. Dále chci popsat volný čas současné generace lidí ve starší dospělosti a faktory, které jej ovlivňují. V neposlední řadě se chci věnovat sociálním kontaktům starších dospělých, jejich významu i proměnám, ke kterým v této oblasti dochází.

V praktické části hodlám kvantitativním výzkumem prozkoumat danou problematiku. Cílem je zjistit, jak konkrétně vypadá volný čas starších dospělých, jaké faktory je ovlivňují a jaká je jejich pestrost. Jaká je pestrost sociálních kontaktů a nakolik jsou tyto pro ně postačující.

## I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1 OBDOBÍ STARŠÍ DOSPĚLOSTI

V průběhu života prochází člověk nejrůznějšími životními etapami. I když je každý jedinec individuální osobností, nacházíme v jednotlivých fázích lidského věku určité podobnosti. Lidé stejného věku řeší podobné problémy, procházejí podobnými situacemi, překonávají stejné krizové momenty. Nejnápadnější je tato podobnost v nejranějších obdobích lidského života, kdy u fyziologicky se vyvíjejícího jedince můžeme dle sledovaných schopností a dovedností určit jeho kalendářní věk s přesností na měsíce. Později se tato přesnost zmenšuje, ale i tak pozorujeme opakující se zákonitosti vývoje. Tato kapitola je zaměřena na popis období starší dospělosti z pohledu vývojové psychologie se zaměřením se na změny, ke kterým u osob v tomto věku dochází a na těžkosti, které musí překonat.

U jednotlivých autorů se věkové určení periodizace vývoje mírně různí. Obecně se lidský věk dělí na dětství, dospělost a stáří. Pro účely této bakalářské práce jsem si zvolila periodizaci dle Vágnerové (2007), která dělí dospělost na mladou (20-40 let), střední (40-50 let) a dospělost starší (50-60 let). Jiní autoři, např. Langmeier a Krejčířová (2006), posunují počátek starší dospělosti až k 45. roku, Vágnerová ale považuje právě 50. rok života za velmi významný mezník v životě člověka, který je jednoznačně vnímán jako počátek stárnutí. A pohlédneme-li do naší společnosti, jsou padesáté narozeniny opravdu vnímány velmi intenzivně – a to nejen oslavenci samotnými, ale i jejich širokou rodinou. Tento fakt by ovšem neměl být považován za „začátek konce“, protože naděje dožití padesátiletých v roce 2008 byla dle Českého statistického úřadu 26,4 let u mužů a 31,4 let u žen. Člověk na prahu starší dospělosti tak má před sebou ještě více než 10 let aktivního života a poté dalších 15-20 let života seniorského. Langmeier a Krejčířová (2006) uvádějí, že za nejlepší celkovou charakteristiku tohoto období lze považovat takovou, která toto období popisuje jako období bilancování. Vzhledem k výše zmíněným údajům se však zdaleka nejedná o bilancování konečné, ale velmi otevřené – člověk hodnotí míru naplnění svých cílů, plánů, tužeb a to opakovaně. Lidé během padesáti let života toho již spoustu zažili, stali se svědky radostných i méně radostných skutečností, museli slevit z mnohých ideálů a pravděpodobně i přehodnotit některé své postoje. Stále mají ale ještě šanci na změnu. I když tato není v tomto období žádaná, je to jedna z posledních šancí dát životu žádaný směr.

Výše zmíněnou individualitu stárnutí a tím i relativnost určování vývojového stupně podle věku jedince osvětlují odborníci tím, že pokud mluvíme o stáří člověka, musíme brát v potaz, že chronologický věk je sice důležitou charakteristikou člověka, ale nemusí nic

vypovídat o jeho skutečném funkčním potenciálu. Proto se pro přesnější hodnocení používá pojem biologický věk. K určení tohoto věku používáme rozličné druhy testů. Ty mohou být zaměřeny jak na jednotlivé oblasti života (oblast biomedicínská, základních všedních činností, psychická a sociálně-ekonomická), tak na funkční stav jako celek. Dle Vágnerové (2007) je biologický věk determinován genetickým programem, ale ovlivňují jej i různá onemocnění a jiné nepříznivé vlivy vnějšího prostředí, přičemž míru ovlivnění vlivy genetickými a vlivy exogenními není možné přesně určit, protože genetika ovlivňuje i schopnost jedince odolávat nepříznivým exogenním vlivům.

Pro období starší dospělosti jsou typické změny v několika oblastech – fyzické, sociální i změny v psychice člověka.

### 1.1 Fyzické změny

V období starší dospělosti se stárnutí začíná pomalu ale jistě ozývat. Zpravidla narůstá počet onemocnění. Vágnerová (2007) však uvádí, že biologické a psychické změny spojené s věkem nejsou ještě tak významné a omezení, která způsobují například v zaměstnání, je možné vykompenzovat zkušenostmi a rutinním zvládnutím úkolů. Přesto je stárnutí faktem, se kterým se každý jedinec musí vyrovnat, někomu to jde snáze, jinému činí větší potíže. Stejně tak proces stárnutí samotný je velmi individuální. A i u osob, u nichž se stárnutí ještě neprojeví fyzicky, dochází k ovlivnění života už jen vědomím vysokého rizika projevů stárnutí, které mohou sledovat u svých vrstevníků. Všeobecně ve věku starší dospělosti dochází k pozvolnému úpadku všech tělesných funkcí. Snižuje se činnost smyslů, což pocítujeme hlavně zhoršením zraku z důvodu snížené schopnosti akomodace oka a také zhoršením sluchu, kdy klesá schopnost rozlišovat vysoké tóny a odbourávat šумы. Plynule se snižuje tělesná síla a pohybová koordinace. V období starší dospělosti také velmi často dochází k výskytu chronických onemocnění.

Kuric (2000) upozorňuje i na změny vnějších znaků a celkového vzhledu postavy. Opět jde o stav, který je dán vývojově a geneticky, ovšem mnoho starších dospělých tyto změny nese velmi nelibě a pokládá svůj stav za svoji chybu. Jistěže jde správnou stravou a přiměřenou sportovní aktivitou některé procesy upravit, ovšem ne vše je v rukou dané osoby. Zhoršení kvality kůže – její povadlost a vznik vrásek a hlavně zvětšení mohutnosti těla jsou opravdu velmi špatně snášeny. Jejich příčiny vidí Kuric hlavně ve snížení funkce hormo-

nální soustavy. U mužů dochází k mohutnění postavy do 55. roku a u žen dokonce až do 60. roku života.

Ve svém okolí pozoruji, že proměny zevnějšku považují za závažný problém obě pohlaví, více ale ženy. U mužů se totiž známky stárnutí, jako jsou například vrásky či šediny, pokládají za běžné, přirozené, někdy muži dokonce mohou přidat na přitažlivosti. Muž, který si šedivé vlasy obarví, není zpravidla v naší společnosti vnímán pozitivně. Zaměříme-li se na stejnou situaci u žen, vidíme diametrální rozdíl – žena ve zralém věku, která si své šediny nebarví je vzácnou výjimkou. Tato snaha o zachování mladistvého vzezření je pravděpodobně ovlivněna několika faktory. Velký podíl na ni mají současná media, která diktuje současný kult až nepřirozené krásy. Na tento fakt upozorňuje od roku 2006 značka Dove svojí „Kampaní za skutečnou krásu“ (Gallová, 2007). Další důvod předkládá Vágnerová (2007, s. 245), která spojuje vnější tělesné stárnutí s úbytkem prestiže, protože *„se tělo může stát zdrojem problémů, zatímco dříve bylo prostředkem sebeprosazení nebo nositelem různých prožitků“*.

Se změnami hormonální soustavy souvisí i výrazný milník života ženy – menopauza. Předchází mu tři až pětileté období perimenopauzy, kdy klesá hladina progesteronu a estrogeneru, klesá frekvence ovulace, cyklus se stává nepravidelným, dochází k jeho prodlužování, až úplně ustane a nastane definitivní ukončení menstruace – menopauza a s ní spojená trvalá ztráta plodnosti. S odstupem je dle Langmeiera a Krejčířové (2006) tato změna vnímána spíše pozitivně, ovšem samotný proces je snad i kvůli nepříjemným vegetativním příznakům (bušení srdce, pocení, návaly horka, nespavost) a celkové změně spojené s podrážděností a nervozitou vnímán spíše negativně. Ztráta plodnosti jako taková je dle Vágnerové (2007) spíše symbolickou ztrátou, protože v tomto věku většina žen již další děti mít nechce. S menopauzou se lépe vyrovnávají ženy, které byly ve své ženské roli doposud úspěšné, na rozdíl od žen u kterých, jak uvádí Langmeier a Krejčířová (2006, s. 191), *„zůstala nenaplněná potřeba mateřství a žena nenavázala uspokojivý partnerský vztah. I když po čtyřicítce naděje na založení rodiny rychle klesá, teprve klimakterium znamená konec skutečně definitivní.“*

U mužů je pak pokles produkce pohlavního hormonu testosteronu označován jako andropauza. Nemá tak bouřlivý a výrazný projev jako menopauza u žen, jedná se spíše o postupné snížení pohlavních funkcí. I přesto však může být toto období pro muže stresující stejně jako pro ženy ztráta jejich mladistvého vzhledu. Muži po padesátce ve společnosti zaměře-

né na výkon, rychlost a bojovnost jen těžko zvítězí nad mladšími konkurenty. I zhoršení sexuální výkonnosti může být traumatizující. V této oblasti soupeří stárnoucí muž dle Vágnerové (2007) sám se sebou, se svým sebevědomím, protože mnohé problémy erekce jsou právě sekundárního charakteru.

Za zmínku také stojí fakt, že i přes výše uvedené problémy si současní starší dospělí udržují mnohem déle mladistvý vzhled než generace předcházející. Pro ilustraci mě zaujaly fotografie, které ve své knize uveřejnil Wolf (2004) viz příloha PII. Na obr. A jsou dvě ženy vyfotografované v roce 1933, sedí na zápraží domu, jedna má 42 a půl roku, druhá, držící na klíně malé dítě, má 51 let. Dnes bychom je dle vzhledu považovali za prababičky dítěte. Autor do kontrastu přidává druhou fotografii (viz příloha PII, obr. B) znázorňující skupinu seniorů v 90. letech 20. Století, která pravidelně cvičí, ačkoliv je jim více než 75 let.

## 1.2 Změny v psycho-sociální oblasti

Mimo oblast tělesných změn dochází ve starší dospělosti ke změnám na první pohled méně patrným, ovšem možná ještě více důležitým a právě těmto se chci věnovat v této kapitole. Jedná se o změny v oblasti kognitivních funkcí a také v oblasti sociálních vztahů – v rodině a na pracovišti.

### 1.2.1 Změny kognitivních funkcí

V období starší dospělosti dochází k proměně kognitivních (poznávacích) funkcí. Doposud hojně ovlivňovaly jejich stav dědičné dispozice, které se však v tomto období dle Vágnerové (2007) přestávají výrazně projevovat. I když ještě může docházet k rozvoji kognitivních funkcí, velmi záleží na tom, do jaké míry se je doposud podařilo rozvinout a na dalších faktorech, které Schaie (1994, in Vágnerová 2007, s. 248) rozděluje do následujících pěti bodů:

- „*Celkové zdraví.*
- *Dosažené vzdělání, tvořivá, nerutinní pracovní činnost a životní styl spojený se zájmovou intelektuální aktivitou.*
- *Dobré rodinné zázemí a intelektuálně stimulující manželský partner.*
- *Flexibilní životní styl a ochota akceptovat změnu.*

- *Osobní spokojenost, vyrovnanost a stabilita.*“

Některé kognitivní funkce se dále rozvíjejí – například sociální inteligence, která může dle Langmeiera a Krejčířové (2006) nahradit úbytek pružnosti myšlení, paměťových funkcí a vnímání. Celkově ale pokles těchto funkcí není příliš vysoký, jen projev tohoto poklesu může být častěji zvýrazňován hlavně okolím dané osoby a dáván do souvislosti s přibývajícím věkem.

### 1.2.2 Změny v rodinných vztazích

Na prahu starší dospělosti zpravidla dochází k tomu, že děti již dospějí, najdou si partnery a z rodiny se odstěhují. Manželský pár tak zůstane sám. Odborníci tento stav nazývají syndromem prázdného hnízda. Pro většinu vztahů to může znamenat výrazné změny a to jak v pozitivním, tak v negativním smyslu. Je možné, že je tato situace stmelí a začnou využívat uvolněných finančních prostředků i volného času k rozvoji svého vztahu. Ovšem může nastat i opačný problém, kdy jediným pojátkem vztahu byly právě děti a pokud tyto z jejich každodenního života zmizí, je možné, že ani jejich vztah již dále nebude mít trvání. Samozřejmě záleží na nejrůznějších faktorech – jedná-li se o manželství první, nebo již jeden z manželů byl rozveden, či bylo-li toto manželství vůbec naplněno atp. Jakkoli je odchod dospělých dětí z rodiny stresující záležitostí, je potřebný a přirozený, vždyť třicátník, který stále bydlí s rodiči a ani neplánuje se v blízké budoucnosti služeb „mamahotelu“ vzdát, přiděluje svým rodičům často mnohem větší vrásky.

Langmeier a Krejčířová (2006) člení manželství lidí středního věku do následujících tří kategorií:

- V první kategorii popisují manželství jako navyklé, ve kterém zůstává zpravidla tradiční rozdělení rolí, kdy muž pracuje a žena se při zaměstnání stará o chod domácnosti. Jejich vlastní zájmy ale spíše bývají odlišné, spíše žijí vedle sebe. Autoři tuto situaci spojují také s faktem, že mezi 40 a 60 lety dochází k vyvrcholení pracovní kariéry a tato je plně zaměstnává.
- Druhá skupina manželů bývá poznamenána krizí vyvolanou přibývajícím věkem stárnutí a „poslední šancí“ postavit se tomuto stárnutí na odpor tím, že si starší dospělý najde jiného - výrazně mladšího - partnera.



- Konečně ve třetí skupině jsou zařazena manželství, která odolají předchozím dvěma modelům, a i když pravděpodobně nebylo bez potíží, tyto se mu podařilo překonat a manželství ještě více posílily. Jak uvádí Langmeier a Krejčířová (2006, s. 196), na takovém manželství je třeba vynaložit úsilí již od jeho vzniku a jež „*zahrnuje ochotu ke stálému vzájemnému přizpůsobování, k dávání a radostnému přijímání, k odpuštění, k ochotě vzdát se něčeho hodnotného pro druhého, k připravenosti pomoci v době vystupňované fyzické či emoční nouze.*“

Po různě dlouze trvajícím výše popsaném období nastává pro stárnoucí manžele období jiné, a i když přináší nové povinnosti, zpravidla období očekávané, někdy doslova vyprošené – stanou se prarodiči. Změna role rodičovské na roli prarodiče s sebou nese pro staršího dospělého určitou zátěž. Především je třeba akceptovat novou roli jeho dítěte – roli rodiče jeho vnuků. To bývá pro mnohé prarodiče velmi těžký úkol a vyžaduje hodně taktu a porozumění z obou stran. Změny v současné společnosti velmi silně zasahují i tuto oblast. Vždyť srovnám-li vzpomínky na doporučené zásady péče o dítě své matky a své tchyně, ačkoliv je dělí více než tisíc kilometrů, jsou si podobnější, než zásady doporučené nám, nynějším mladým rodičům. A to počínaje výchovnými zásadami, přes rady ohledně fyziologického vývoje až po stravní režim. Pro prarodiče je tato situace náročná, protože nemožou být zdrojem rad a poučení pro své děti a to může vyvolat pocit nedostatečnosti či přebytečnosti. Také ve svém okolí se bohužel často setkávám se situacemi, kdy právě neshody ohledně stylu výchovy a výživy rodičů a prarodičů způsobují výrazné konflikty a osobně vidím pochybení a neochotu ustoupit na obou stranách. Langmeier a Krejčířová (2006) situaci komentují jasně; žádají výrazné oddělení role prarodiče a role rodiče, hlavní výchovné působení musí zůstat v rukou rodičů.

Pokud na vztahu prarodičů a vnoučat pracují obě generace – jak prarodičů, tak rodičů, se může stát prarodičovská role doslova požehnáním pro staršího dospělého, může pomoci opět naplnit smysl jeho života, přidat jeho životu nový rozměr a to nejen jako jednotlivci, ale celému stárnoucímu páru. Dle Vágnerové (2007) uspokojuje také nový vztah k vnoučatům často nedostatečně saturovanou potřebu intimity. Langmeier a Krejčířová (2006) zase kontakty dětí s prarodiči chápou jako jednu z prvních příležitostí k rozšíření okruhu jejich společenského styku. Rodičům pak mohou prarodiče významně pomoci hlídáním dětí. Současní prarodiče pak z tohoto pohledu někdy hůře snášejí posunutí hranice odchodu do důchodu dále za šedesátý rok života, protože náročnost udržení si zaměstnání až do odcho-

du do důchodu je zatěžuje natolik, že si svá malá vnoučata nemohou často dosyta užít. Potom u nich vzniká konflikt mezi péčí o vnoučata a vlastním využitím volného času k odpočinku a regeneraci. V zahraničí, konkrétně v Belgii, jsem se setkala s velmi zajímavým modelem řešení této skutečnosti. Jako v ostatních zemích Západní Evropy je zde v porovnání s našimi podmínkami velmi krátká mateřská i rodičovská dovolená. Matky se zpravidla velmi brzy po narození dítěte vracejí zpět do zaměstnání – na částečný úvazek (z počátku není výjimkou ani čtvrt-úvazek). Péči o malé děti v tuto dobu často zajišťuje babička, která také dočasně pracuje na zkrácený úvazek, tak, aby mohla matku vystřídat. Mimo to je zde také častěji využíván tzv. opfang – agentury i jednotlivci zajišťující hlídání dětí.

Nebývá výjimkou, že právě v této době začnou více pozornosti a pomoci vyžadovat také jeho rodiče na sklonku života. V této souvislosti píše Vágnerová (2007) o pozici starších dospělých jako o generaci sendvičové. Člověk na prahu stárnutí, který prochází tímto obtížným obdobím, se zdaleka nemůže soustředit pouze na své problémy – jeho péči a pomoc vyžaduje jak generace předcházející, tak generace jeho dětí. Proto je pro toto období velmi důležité, aby starší dospělý měl oporu v jiném blízkém člověku – v ideálním případě životním partnerovi, jinak hrozí vyčerpání jeho sil a emoční vyhoření. Péče o stárnoucího člověka bývá často velmi zatěžující, zvláště v případech, kdy vztahy v rodině byly poznamenány výraznějšími konflikty anebo, je-li objem požadované péče velmi velký. Pečující osoba se pak dostává do konfliktu mezi očekáváním společnosti, rodiny i seniora samotného a mezi svými vlastními potřebami. Mimo již zmíněnou duševní oporu v blízkém člověku by se pečující neměl ostýchat požádat o pomoc jiné (mladší) členy rodiny nebo jiné jednotlivce nebo organizace, protože stane-li se péče příliš náročnou, mohlo by to mít neblahé důsledky na rodinné vztahy a celkově jeho tělesný stav.

Jakkoli může být výše zmíněná péče náročná, za ještě náročnější situaci označuje Vágnerová (2007) úmrtí rodiče či rodičů. U stárnoucí syn či dcera se tak ocitá v pozici člena nejstarší generace a symbolicky se tak přibližuje i konci svého života. Vzpomínám si na situaci, kterou mně popisoval můj otec. Na loňském pohřbu mého dědečka k němu přistoupil jeho bratranec, jemuž již také zemřel otec a říká: „Vítej, já jsem nejstarší Fišer, ty jsi teď nejstarší Bobál!“. Otec později uvedl, jak mnoho se ho tato věta dotkla, že onen muž přesně pojmenoval to, co právě kromě ztráty svého otce prožíval a to, že převzal žezlo nejstaršího muže v rodině se všemi výhodami i nevýhodami.

### 1.2.3 Změny v zaměstnání

I v oblasti pracovní dochází ke změně generativity. V ideálním případě se člověk stává zdrojem zkušeností pro další generace. Akceptace této skutečnosti okolím působí na člověka ve starší dospělosti velmi pozitivně, je součástí společenského vývoje a zvyšuje pocit vlastní hodnoty. V současné době se však setkáváme s trendy, které tuto kontinuitu nepodporují. Situace na trhu práce je v současné době lidem nad 50 let nepříznivě nakloněna.

Podíl osob nad 50 let na celkovém počtu nezaměstnaných dosáhl v roce 2008 dle údajů Ministerstva práce a sociálních věcí ČR (2009) 29,3%. MPSV zde také uvádí důvod nezaměstnanosti v tomto věku. Předpokládá, že dané osoby ještě nemají nárok na starobní důchod, ale o zaměstnání již nemají zájem zejména proto, že se nechtějí přizpůsobovat novým situacím. S tímto stanoviskem si ovšem dovolím nesouhlasit. Domnívám se, že velká část lidí, kteří se v tomto pozdním věku ocitnou v situaci nezaměstnaných je s tímto stavem nespokojena. Rádi by přijali i práci, která nedosahuje jejich kvalifikaci. Bohužel často se potom jedná o práci velmi fyzicky náročnou a pro tuto věkovou skupinu nevhodnou. Také ochota zaměstnavatelů přijímat takové zaměstnance je velmi nízká. Bojí se právě rizika častějších zdravotních komplikací a nižšího pracovního tempa. Jako další důvod, proč se domnívám, že osoby ve starší dospělosti mají zájem udržet si, či získat nové zaměstnání je právě blížící se doba odchodu do starobního důchodu. Právě dobré pracovní místo, s alespoň trochu uspokojivým ohodnocením může být kvalitním zakončením pracovní éry jednotlivce. Stejně jako vstup do starší dospělosti v podobě padesátých narozenin je zpravidla spojen s oslavou, tak i odchod do důchodu bývá spojen s přátelským posezením – alespoň v kruhu pracovního kolektivu. Osobně toto považuji za důležité, z hlediska uzavření určité životní kapitoly, člověk se na tento přechod může připravit a dobře ho prožít. Na rozdíl od toho právě odchod do důchodu z předcházející pracovní neschopnosti nebo nezaměstnanosti nebývá tak výrazným mezníkem a možná i proto může být hůře přijímán.

## 2 VOLNÝ ČAS STARŠÍCH DOSPĚLÝCH

Druhá kapitola této bakalářské práce je věnována volnočasovým aktivitám lidí ve starší dospělosti, vymezuje termín volný čas a popisuje důvody, proč je nutné volnočasovým aktivitám i v tomto věku věnovat dostatek pozornosti a faktory, který volný čas starších dospělých ovlivnily či ovlivňují.

### 2.1 Volný čas

Různi autoři (Pávková a kol. 2002, Vážanský 2001) se shodují na tom, že existuje mnoho pohledů na definici volného času. V základním kontextu pedagogiky volného času postačuje dle Pávkové a kol. (2002) oddělení sféry volného času a sféry povinností, což Hájek a kol. (2003, s. 12) označují jako reziduální, zbytková teorie, s tím, že *„přesnější a úplnější je jeho charakteristika jako činnosti bezprostředně neutilitární, přinášející příjemné zážitky a očekávání, kam člověk vstupuje a kde se jí účastní na základně svého svobodného rozhodování.“* V této definici bych zdůraznila vyjádřenou bezprostřednost neutilitarit, protože volný čas a způsob jeho naplnění má vliv na duševní i fyzickou kondici jedince a může mu přinést užitek a má své funkce. Komplexně tyto funkce vymezuje Opaschowski (in Hájek a kol. 2003, s. 12): *„rekreace (zotavení a uvolnění); kompenzace (odstraňování zklamání a frustrací); výchova a další vzdělávání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení); kontemplace (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavby); komunikace (sociální kontakty a partnerství); participace (angažování se na vývoji společnosti); integrace (stabilizace života rodiny a vrůstání do společenských organismů); enkulturace (kulturní rozvoj sebe sama, kreativita v umění, sportu, technických a dalších činnostech).“* Tyto funkce vyjadřují potřeby, které mají být ve volném čase naplněny. Z tohoto pohledu jsou na volný čas kladeny velké nároky. Jaká je však realita? Kolik úsilí vynakládáme spokojenosti s vlastním zaměstnáním včetně potřebného profitu z něj plynoucím a kolik sil vkládáme do opravdu smysluplného a plného využití volného času? Je to vůbec možné a neztratil by pro nás pak volný čas vlastně svůj smysl? Na tyto otázky částečně odpovídá Vážanský (2001). V posledních desetiletích dle něj dochází k posunu v chápání postavení práce. U mnoha lidí již přestává být výlučným existenčním cílem. Romeiss-Starcke (in Vážanský 2001) rozděluje jedince dle životního stylu do tří kategorií:

- Pracovně orientovaný životní styl – zde je stále ústředním smyslem života práce. Volný čas zde slouží hlavně k rekreaci sil.
- Hedonistický životní styl – přesunuje důraz právě na volný čas, rodinu a soukromí. Práci vnímá spíše jako nutné zlo k zajištění potřeb a dostatku prostředků k využívání volného času.
- Celistvý životní styl – který se pokouší o propojení oblastí práce a volného času a to v obou extrémech – tedy že práce se stane veškerou náplní života anebo se omezí na nutné minimum a naopak volnočasové aktivity se stanou zdrojem příjmů. Ro-meiss-Stracke však varuje před plytkostí takového volného času.

Opachowski (in Vážanský 2001) již v roce 1990 věřil ve vývin vlastního „volnočasově kulturního životního stylu“, který přinese aktivní, spontánní postoj k trávení volného času. Následující léta mu pak podle Vážanského (2001) dala zapravdu.

## **2.2 Faktory ovlivňující volný čas starších dospělých**

Životní styl člověka a jeho prostřednictvím i způsob, kvantita a kvalita trávení volného času ve starší dospělosti záleží na mnoha faktorech. Určitě zde mají velký vliv návyky z dětství a mládí, lokální prostředí, druh současného zaměstnání, faktická kapacita volného času, finanční situace a zdravotní stav.

### **2.2.1 Návyky z dětství a mládí**

Ne nadarmo se současná pedagogika volného času tolik zabývá otázkou výchovy ve volném čase a výchovy k volnému času. Již v dětství se formují návyky, které provází jedince po celý jeho život a to platí nejen pro návyky pracovní, ale také pro návyky psychohygienické, spojené s využíváním volného času nejen k rekreaci sil, ale také k rozvoji těla i ducha.

V době dětství a mládí současných starších dospělých již platil Zákon o jednotné škole, později, v roce 1970, byl také ustanoven Socialistický svaz mládeže. Školní výchova a vzdělávání byly jednotné a často poplatné vládnoucímu režimu. Při školách vznikaly školní družiny a později školní kluby. Kladně hodnotí Pávková a kol. (2002) tehdejší Domy pionýrů a mládeže. Ovšem pluralita různých organizací a zařízení byla obnovena jen na krátkou dobu během Pražského jara 1968. Tato uniformita také jistě výrazně ovlivnila i dnešní

starší dospělí, kteří v této době vyrůstali. Jako neblahý dopad doby totality považují slabou angažovanost většiny populace (a to nejen v této kategorii) na společenském životě.

### 2.2.2 Lokální prostředí

Každého člověka do větší či menší míry ovlivňuje prostředí, ve kterém žije a to platí i o volnočasových aktivitách. Za základní typy lokálního prostředí, jež lze dle Pilche a Lepalczyka (in Kraus a kol. 2001 s. 126) charakterizovat jako „*skupinu lidí žijících na ohraničeném teritoriu, uznávající společné tradice, symboly, hodnoty (s vědomím jisté diference a zvláštností, užívající stejných institucí a služeb, žijící v jistém pocitu sounáležitosti a vnitřní bezpečnosti a připravená ke společným činnostem.*“ Považovány prostředí městské a venkovské.

Kraus a kol. (2001) však toto tradiční rozdělení rozšiřuje. Upozorňuje na rozdíl mezi venkovem tradičním a venkovem současným. U současného venkova upozorňuje na postupné přibližování městskému prostředí. Vidí uvolnění svazků rodinných i sousedských, oslabování osobních neformálních vztahů, různorodost vzorů, ovlivnění reakcí na společenské dění prostřednictvím medií. Díky rozvoji hromadné dopravy vidí spíše profesní rozmanitost s dominancí zemědělství. Městské prostředí charakterizuje jako anonymní, bez sociální kontroly a fenoménu sousedství s rychlou reakcí na společenské dění a vyznačující se dostupností značného množství kulturních institucí.

Z městského prostředí jako samostatný fenomén vyčleňuje Kraus a kol. (2001) sídliště. U vesnického prostředí neopomíjí současný trend, který vede k odsunu některých skupin lidí ze vzdálenějších oblastí venkova, zvláště z důvodů špatné dopravní obslužnosti a infrastruktury. Dovolím si upozornit i na další trend posledního desetiletí a to je jev tzv. sídliště naležato. Jedná se o moderní zástavbu tzv. satelitních vesniček v okrajových částech měst. Dopravní obslužnost ke spojení s městským centrem zde bývá dobrá, ale ostatní občanská vybavenost je špatná. A to nejen co se týče možností nákupů, škol a školek, ale i volnočasových aktivit. Jejich obyvatelé za prací i zábavou většinou dojíždějí do příslušného města. Podobné problémy mívají i obyvatelé bytů původních vesnic, ve kterých však společenský život již utichl – ať už z důvodu malé angažovanosti organizátorů, nebo malého zájmu obyvatel.

### 2.2.3 Druh zaměstnání a faktická kapacita volného času

Dalším faktorem, který může ovlivňovat volnočasové aktivity, je druh zaměstnání. Bývá pravidlem, že osoby manuálně pracující využívají spíše pasivnější způsob trávení volného času a naopak osoby pracující převážně duševně se věnují sportu nebo jiným aktivním formám, jako je práce na zahradě, turistika atp. Svůj vliv může mít však také druh pracovní doba, zda se jedná o jedno či vícesměnný provoz.

Nemalý podíl na kvantitě i kvalitě volnočasových aktivit pak má délka pracovní doby, čas potřebný k cestě do a z práce a v neposlední řadě i objem jiných povinností – například již výše zmíněná péče o stárnoucí rodiče, nebo o vnoučata, péče o dům, byt či zahradu.

### 2.2.4 Finanční situace a zdravotní stav

Finanční situace má v současnosti na volnočasové aktivity velký vliv. Zvláště, pokud je rozpočet rodiny velmi nízký. Stav záleží také na tom, zda byl starší dospělý celý život zvyklý žít v podobných finančních podmínkách, nebo se jedná o náhlý výrazný pokles příjmů. V prvním případě se již totiž s omezenými finančními prostředky naučil žít a i trávit svůj volný čas. V případě druhém však může pociťovat velkou ztrátu z toho, že se nemůže věnovat volnočasovým aktivitám, na něž byl zvyklý.

Pestrost volnočasových aktivit může ovlivnit i zdravotní stav staršího dospělého. Fyzické síly pomalu ubývají, a pokud se k tomuto úbytku přidá ještě úraz, nebo vážnější onemocnění, může dojít k většímu propadu v oblasti volnočasových aktivit. A to nejen z důvodů faktické nemohoucnosti, ale i proto, že nemoc může člověku brát i elán do života.

### 3 SOCIÁLNÍ KONTAKTY VE STARŠÍ DOSPĚLOSTI

Člověk je tvor společenský, zní stará známá poučka. Sociální kontakty souvisí se třemi z pěti potřeb, které uvádí Maslow (in Nakonečný 1998) – po uspokojení fyziologických potřeb a potřeby jistoty, touží člověk po potřebě náležení a lásky, úcty, sebeaktualizace. Potřebujeme komunikovat, sdílet, vnímat jiné lidi a potřebujeme, aby i jiní lidé vnímali nás.

Zprostředkovaně pak potřeba sociálních kontaktů zasahuje i do problematiky uspokojování základních potřeb. Člověku se lépe uspokojují základní potřeby ve společnosti jiných lidí a to nejen z důvodů finančních, ale i co se týče rozdělení si práce atp.

Sociální kontakty se vyskytují v různých podobách, nejbližší vztahy- vztahy k partnerům, dospělým dětem i ke stárnoucím rodičům a jejich proměny ve starší dospělosti jsou popsány již v první kapitole. Tato kapitola je věnována sociálním kontaktům, které má starší dospělý s vnějším světem a zvláště pak přátelství.

Přátelství, to opravdové a velmi hluboko zakořeněné, definuje Vágnerová (2007, s. 295) jako „*symetrický vztah, který je navázán a udržován na základě osobní volby*“. Existuje v něm vzájemné porozumění, a „*je posilován mnohaletým sdílením různých zkušeností, kumulací společných prožitků i poskytnutou pomocí v různých zátěžových situacích*.“

Také Langmeier a Krejčířová (2006) se vyjadřují k potřebnosti přátelství, protože tyto se stávají „*zdrojem emoční opory a příležitostí ke sdílení společných obtíží středního i staršího věku*.“

Přítom však přátelství musí být odděleno od vztahů mezi blízkými příbuznými. Často bývá ještě hlubší, protože mezi přáteli zpravidla nedochází k tabulaci témat, přátelé bývají otevřenější. Přátelství může do jisté míry kompenzovat problémy v rodinných vztazích. Plaňava (2005, s. 90) udává šest znaků patřících k opravdovému a hlubokému přátelství: „*otevřenost, důvěra, porozumění, soucítění a sdílení, společné počínání, symetričnost*“.

Vágnerová (2007) uvádí, že existují přátelské vztahy různé blízkosti. Od výše zmíněných velmi vřelých a blízkých vztahů až ke vztahům plošším – kdy přátele spojuje nějaký vnější prvek – sousedství, stejné pracoviště, či volnočasové aktivity. Hlavní důraz, stejně jako ostatní autoři, klade na nejbližší vztahy. Upozorňuje také na rozdíly mezi mužským a ženským přátelstvím.



Mužské přátelství se stává hlubším, ale je založeno na společných volnočasových aktivitách, nebo na vzájemném využití zkušeností. Přátelství žen s sebou přece jen nese vyšší akcent na sdílení, emoční oporu, pomoc i radu.

V období starší dospělosti, zvláště pak k jeho konci, se zaměřit na své sociální kontakty. Člověk by se pomalu měl zamýšlet nad tím, jak bude vypadat jeho „svět“ v době, kdy ukončí svoji profesní dráhu. Není příliš dobré, jsou-li všechny jeho sociální kontakty spojeny se stávajícím zaměstnáním. Odchodem do důchodu může dojít ke značné redukci, pokud ne zcela zaniknutí vztahů, protože ubude výrazný spojovací činitel.

### 3.1 Životní zkušenost současné generace starších dospělých

Na závěr teoretické části bakalářské práce si dovoluji krátký exkurz do nedávné historie. Co se dělo v okolí současného staršího dospělého během jeho narození, dětství, mládí či dospělosti? Pro zjednodušení, protože věkové rozpětí 10 let je značné, budeme počítat s člověkem, kterému je letos, v roce 2010 právě 55 let.

Narodil se, jak uvádí Paseka (1992) v roce 1955 v komunistickém Československu do období násilné kolektivizace. V jeho pěti letech se z Československé republiky stala Československá socialistická republika. Úroveň spotřeby stoupala, zdravotnictví i sociální pojištění bylo komplexní, dostupné pro každého, i když ve velmi nízké kvalitě. Stoupal konzumní způsob života, absence niterných hodnot se brzy projevila v nejrůznějších patologických jevech – od stoupajícího počtu rozvodů ke ztrátě smyslu pro poctivost. Šed' života jen podporoval úzký výběr spotřebního zboží a jeho častý nedostatek. Na konci šedesátých let je svědkem, jak jeho starší kamarádi a později i on sám mění svůj způsob života. Čím dál více proniká mezi mládež rock-n-roll, vznikají první big-beatové kapely. Obroda se projevuje i u významné části naší umělecké scény, což vyvrcholilo v roce 1968 v Pražské jaro se svým cílem socialismu s lidskou tváří. Nutno však podotknout, že obrodný proces v KSČ trval již déle. Třináctiletý mladík se snadno dá nadchnout a jistě cítí radost ze změn, které panují v jeho okolí. O co větší pak muselo být jeho zklamání v noci z 20. na 21. srpna 1968 a o třičtvrtě roku později druhá rána v podobě normalizace. V roce 1970 se pravděpodobně rozhoduje o svém budoucím povolání. Na venkovní i vnitřní politické scéně je výrazným motivem studená válka mezi mocnostmi západu a východu. Již jako 22 letý mladý muž vnímá zprávy o Chartě 77, možná ji sám podepsal. Ekonomika ale stále neprosperuje. Stejná uniformita zboží a... fronty. Roste ale těžký průmysl, především na úkor ži-

votního prostředí, které je stále více znečišťováno. Snahy o budování nové jaderné elektrárny neodradí ani tragedie v Černobyli, kterou zažívá již jako dospělý muž, který již pravděpodobně má děti. Čeká ho ještě několik let, až konečně na sklonku roku 1989 jako 34 letý ucítí čerstvý vítr demokracie. Chápe proslov nového prezidenta republiky, že ho čeká tvrdá práce. Možná se jako spousta jeho spoluobčanů vrhne do soukromého podnikání. Možná si i koupí kuponovou knížku. Pravděpodobně ho překvapí, jak je možné, že spousta osob, která měla z politického života navždy zmizet, prostě nezmizela, zůstává na svém místě a jen, spíše symbolicky, převlékne kabáty. V roce 1993 se najednou stane občanem nové České Republiky. K padesátým narozeninám dostane dárek v podobě vstupu ČR do Evropské unie. A nyní? Žije v demokracii již 21 let. Jeho děti jsou dospělé a možná už má vnoučata. Pokud měl dostatek píce a také štěstí, má pěknou firmu, která se vlivem loňské krize nepoložila. Možná je zaměstnán, možná práci přišel. Doufám ale, že i tak se dívá na svou minulost i budoucnost se vztyčenou hlavou a aspoň trochu s radostí, vždyť – život je krásný.

## **PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 VÝZKUM

V praktické části zkoumám popisný výzkumný problém vycházející ze zadání bakalářské práce. Jako výstup výzkumu předpokládám popis současného stavu na základě získaných dat. Rozhodla jsem se pro formu kvantitativního výzkumu. Nejprve stanovím cíl výzkumu a výzkumné otázky, popíši harmonogram výzkumu, zvolenou metodu výzkumu a výzkumný vzorek. Hlavní částí této kapitoly je vyhodnocení a prezentace výzkumu.

### 4.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Hlavním cílem výzkumu je zjistit, jaká je pestrost volnočasových aktivit a sociálních kontaktů u současné generace lidí v období starší dospělosti. Tento cíl je dále rozpracován pomocí následujících výzkumných otázek:

1. Jaká je rozmanitost volnočasových aktivit lidí ve starší dospělosti?
2. Jak hodnotí kapacitu volného času současná generace starších dospělých ve srovnání s generací svých rodičů?
3. Jaké překážky brání starším dospělým v trávení volného času dle jejich představ.
4. Jaká je pestrost sociálních kontaktů lidí ve starší dospělosti a jaké faktory ji ovlivňují?

### 4.2 Časový plán a harmonogram výzkumu

Výzkum probíhal v březnu a dubnu 2010 v následujícím harmonogramu:

- Příprava dotazníku (březen 2010)
- Zajištění výzkumného vzorku (březen – duben 2010)
- Provedení výzkumu (duben 2010)
- Zpracování výsledků výzkumu (duben 2010)

### 4.3 Výzkumná metoda

Jako výzkumnou metodu jsem použila metodu dotazníkového šetření, především pro její časovou nenáročnost pro respondenty a možnost obsáhnout širší spektrum respondentů.

Dotazník obsahuje 18 položek. Prvních 6 z nich se ptají na demografické ukazatele. Poté následuje 8 položek zaměřených na volnočasové aktivity a 4 položky zaměřené na sociální kontakty starších dospělých. Z toho se jedná o 7 otázek uzavřených, 5 otázek polootevřených, 4 otázky otevřené a 2 škálovací otázky. Pro snadnější rozlišení, kdy se jedná o otázky dotazníku a kdy o výzkumné otázky, jsem se rozhodla používat pro otázky dotazníku termín položka (Gavora, 2000).

#### 4.4 Výzkumný vzorek

Protože byl výzkum realizován na Zlínsku, základní soubor, tj. obyvatelé Zlínského kraje ve věkové kategorii 50 – 60 let, je dle údajů ČSÚ (2010) více než 85 000 osob. Celkem se mi podařilo získat 86 respondentů. 40 z nich jsem oslovila osobně nebo zprostředkovaně a vyplnili dotazník fyzicky, 46 je vyplněno pomocí serveru [www.vyplnto.cz](http://www.vyplnto.cz).

První část, fyzicky vyplněné dotazníky jsem získala od zaměstnanců čtyř pracovišť – klem-pířské dílny, odboru sociálních věcí, lékárny a výzkumného ústavu. Na každém pracovišti jsem osobně či zprostředkovaně požádala o vyplnění pracovníky pracující na různých pozicích – od středního managementu až po technicko-hospodářské pracovníky.

Server [www.vyplnto.cz](http://www.vyplnto.cz) jsem použila pro usnadnění vyplňování dotazníku respondentům, které jsem chtěla oslovit prostřednictvím svých kontaktů – známých a spolužáků. Jedná se totiž v převážné většině o jejich rodiče nebo příbuzné. Takto se mi podařilo spojit se i s osobami nezaměstnanými, invalidními, popř. ve starobním důchodu. Jsem si vědoma rizika, že tento způsob vyplňování dotazníku mohl někdo zneužít a ovlivnit získaná data. To, že k tomu nedošlo, nemůžu zaručit, ale nepředpokládám to. Již z toho důvodu, že dotazník nebyl serverem [www.vyplnto.cz](http://www.vyplnto.cz) doporučen k propagaci (vzhledem k tomu, že můj okruh respondentů nekoreluje s cílovou skupinou tohoto serveru) a tak jsem respondenty kontaktovala zprostředkovaně, dále proto, že dotazník obsahuje hned několik otevřených otázek, a nevyskytly se zde žádné nepatřičné odpovědi a také, že data získaná oběma způsoby si nijak významně vzájemně neodporovala.

#### 4.5 Vyhodnocení a prezentace výsledků výzkumu

Vyhodnocení výzkumu je rozděleno do pěti částí. V první části jsou uvedeny demografické údaje o respondentech a v následujících čtyřech pak vyhodnocení položek vztahujících se k

výzkumným otázkám uvedených v kapitole 4.2. Většina interpretací je doplněna tabulkou, kde uvádím absolutní četnost v číslech i relativní četnost v procentech.

#### 4.5.1 Demografické údaje

##### *Položka č. 1.: Věk*

Komentář: Tato položka dotazníku má dvě funkce. Zjistit, zda jsou věkově v první nebo ve druhé polovině období starší dospělosti. Druhou funkcí pak bylo znovu upozornit na to, že se jedná opravdu o dotazník právě pro věkovou skupinu 50 – 60 let.

Interpretace: Rozdíly v zastoupení výše zmíněných skupin nejsou příliš výrazné. U věkové skupiny 50 – 54 let se jedná o 59 % respondentů, u věkové skupiny 55 – 60 let o 41 % respondentů.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) 50-54 let	51	59
b) 55-60 let	35	41

*Tabulka 1: Věk respondentů*

##### *Položka č. 2.: Pohlaví*

Komentář: Tato položka má za úkol zjistit pohlaví respondentů.

Interpretace: Výzkumu se zúčastnilo více žen (76 %) než mužů (24 %). Tento fakt přisuzuji obecně vyšší sdílnosti žen.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) muži	21	24
b) ženy	65	76

*Tabulka 2: Pohlaví respondentů*

##### *Položka č. 3.: Bydlení*

Komentář: Účelem položky bylo zjistit, zda respondenti bydlí ve městě nebo na vesnici.

Interpretace: Dvě třetiny respondentů bydlí ve městě, pouhá třetina na vesnici. Jeden respondent se k otázce nevyjádřil.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) město	57	66
b) vesnice	28	33

*Tabulka 3: Bydliště.*

**Položka č. 4: Rodinný stav**

Komentář: V této položce jsem zjišťovala rodinný stav respondentů.

Interpretace: Převážná většina respondentů (70 %) žije v manželském svazku. Podstatná část (17 %) je rozvedených, 8% vdov a vdovců a 5 % svobodných.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) ženatý/vdaná	60	70
b) svobodný/á	4	5
c) rozvedený/á	15	17
d) vdovec/vdova	7	8

Tabulka 4: Rodinný stav.

**Položka č. 5: Vzdělání**

Komentář: Úkolem této položky je zjistit, jaké je vzdělání respondentů.

Interpretace: 57 % respondentů uvedlo středoškolské vzdělání, 24 % vzdělání vysokoškolské, 16 % uvedlo, že má výuční list a jen 2 % má pouze základní vzdělání.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) Základní	2	2
b) Výuční list	14	16
c) Středoškolské	49	57
d) Vysokoškolské	21	24

Tabulka 5: Vzdělání

**Položka č. 6: Zaměstnání**

Komentář: Položkou zjišťuji, zda jsou respondenti zaměstnání a zda jsou s prací spokojeni.

Interpretace: Převážná většina (79 %) respondentů pracuje a jsou spokojeni. 7% s prací spokojeno není, 2% je krátkodobě a 6% dlouhodobě nezaměstnaných a 6 %, tj. 5 respondentů zvolilo jinou variantu. Z toho 3 respondenti jsou ve starobním a dva v invalidním důchodu.

Odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) pracuji a jsem spokojen	68	79
b) pracuji a jsem nespokojen	6	7
c) krátkodobě nezaměstnaný	2	2
d) dlouhodobě nezaměstnaný	5	6
e) jiné	5	6

Tabulka 6: Zaměstnání.

#### 4.5.2 Výzkumná otázka č. 1: Jaká je rozmanitost volnočasových aktivit lidí ve starší dospělosti?

K této výzkumné otázce se vztahují položky dotazníku č. 8 a č. 9.

##### *Položka č. 8: Kterým aktivitám se ve svém volném čase pravidelně věnujete?*

Komentář: Položka zjišťuje, jakými různými aktivitami se respondenti pravidelně zabývají (Tabulka 8, graf 2: Četnost jednotlivých volnočasových aktivit) a také kolika aktivitám se věnují jednotliví respondenti.

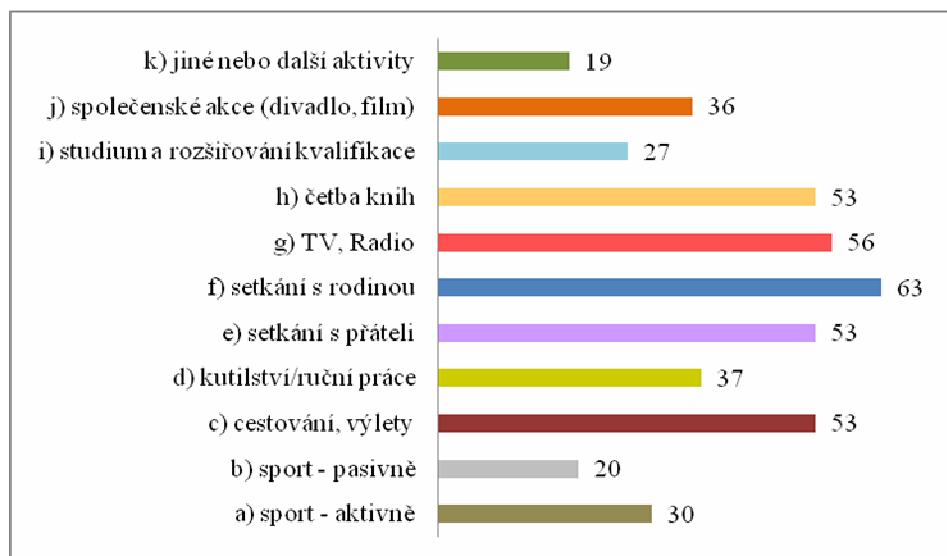
Interpretace: Nejčastější volnočasovou aktivitou je setkání s rodinou. Tuto aktivitu označilo 63 % respondentů. 56 % udalo TV a rádio, po 53 % shodně cestování a výlety, setkání s přáteli a četba knih. 37 % respondentů se věnuje kutilství či ručním pracím. 36 % respondentů se pravidelně účastní společenských akcí - divadelních představení, filmových projekcí atp. 30% se aktivně věnuje sportu, při čemž se velmi často vyskytuje cykloturistika a turistika, ale také sporty méně obvyklé – paragliding, sportovní létání, tanec, jóga a další. 20 % se zajímá o sport pasivně. 27 % respondentů se pravidelně věnuje studiu, popřípadě rozšiřování kvalifikace. 19 % se věnuje jiným činnostem, z toho z poloviny se jedná o práci na zahradě, mezi další aktivity patří vnoučata, wellness, chalupa, fotografování, dobrovolnická činnost a internet, péče o domácí zvířata.

Průměrně připadá na jednoho respondenta 4,5 volnočasové aktivity. Nejmenší počet (2 pravidelné aktivity) uvádí 11 respondentů. Nejčastěji se respondenti věnují 3 volnočasovým aktivitám. Nejvíce aktivit (9) uvádí 2 respondenti.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) sport - aktivně	26	30
b) sport - pasivně	17	20
c) cestování, výlety	46	53
d) kutilství/ruční práce	32	37
e) setkání s přáteli	46	53
f) setkání s rodinou	54	63
g) TV, Rádio	48	56
h) četba knih	46	53
i) studium a rozšiřování kvalifikace	23	27
j) společenské akce (divadlo, film)	31	36
k) jiné nebo další aktivity	16	19

Tabulka 7: Četnost jednotlivých volnočasových aktivit





Graf 1: Četnost jednotlivých volnočasových aktivit (v %).

počet různých aktivit	absolutní četnost	relativní četnost (%)
2 aktivity	11	13
3 aktivity	23	27
4 aktivity	12	14
5 aktivit	15	17
6 aktivit	12	14
7 aktivit	7	8
8 aktivit	4	5
9 aktivit	2	2

Tabulka 8: Četnost různých aktivit u jednotlivých respondentů.

**Položka č. 9: Popište Váš největší „koníček“ a napište, od kterého období se mu věnujete.**

Komentář: Položkou zjišťuji délku trvání nejvýraznější volnočasové aktivity.

Interpretace: Protože se jednalo o otázku otevřenou, odpovídali respondenti různými způsoby, někdo uváděl přímo letopočet, jiný přibližný popis („od dětství“), jiný počet let. Proto jsem odpovědi upravila na 6 kategorií – od dětství, od mládí, dospělost/ukončení studia, během střední dospělosti a během posledních 10 let.

Překvapil mě velký počet respondentů, kteří se daným volnočasovým aktivitám věnují celý život (19 % respondentů). Jinak je četnost jednotlivých délek aktivit přibližně stejná. 26 % respondentů buďto uvedli, že nemají žádný „hlavní“ koníček, neodpověděli vůbec, nebo uvedli dominantní zálibu, ale vynechali informaci o délce jejího trvání.

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost (%)
od dětství	16	19
od mládí	12	14
dospělost/ukončení studia	10	12
během střední dospělosti	13	15
posledních 10 let	13	15
neuvedlo	22	26

Tabulka 9: Délka trvání nejvýraznější volnočasové aktivity.

**Vyhodnocení výzkumné otázky č. 1:** Volnočasové aktivity u daného výzkumného vzorku lze považovat za opravdu pestré, hlavně vzhledem k životní situaci, ve které se respondenti nacházejí. Očekávala jsem více odpovědí, kde bude jen jediná aktivita. Také mě velmi překvapila doba, po kterou se někteří respondenti věnují svým zálibám.

#### 4.5.3 Výzkumná otázka č. 2: Jak hodnotí kapacitu volného času současná generace starších dospělých ve srovnání s generací svých rodičů?

K výzkumné otázce č. 2 se vztahují položky dotazníku č. 7, č. 13 a č. 14.

##### *Položka č. 7: Svoji kapacitu volného času považujete za ...*

Komentář: Položka má za cíl zjistit, zda a nakolik považují starší dospělí svoji kapacitu volného času za dostačující či nedostačující.

Interpretace: Téměř polovina (43%) respondentů považuje kapacitu svého volného času za dostatečnou. 29 % respondentů za spíše dostatečnou, 23 % respondentů za spíše nedostatečnou a pouhých 5 % respondentů za nedostatečnou.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) dostatečnou	37	43
b) spíše dostatečnou	25	29
c) spíše nedostatečnou	20	23
d) nedostatečnou	4	5

Tabulka 10: Kapacita volného času

##### *Položka č. 13: Jak vnímáte srovnání Vašich možností kapacity a trávení volného času ve srovnání s Vašimi rodiči, když byli ve Vašem věku?*

Komentář: Položka zjišťuje, zda se respondenti domnívají, že mají více času než jejich rodiče, když byli v jejich věku, nebo více, nebo zda mají stejné podmínky.

Interpretace: 38% respondentů se domnívá, že má více volného času, než měli jejich rodiče. 33 % si myslí, že mají obdobné podmínky a pouze 19 % respondentů si myslí, že jejich rodiče měli více volného času. 6 % respondentů zvolilo možnost „jiná varianta“, kde vysvětlují, že byla tehdy „jiná mentalita“, „neměli takové možnosti trávení volného času“, „cítí to jinak“, nebo „těžko říct, zrovna jsem krátce bez práce“. 4 respondenti, tj. 5 % na otázku neodpovědělo vůbec.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
a) rodiče měli více volného času	16	19
b) máme podobné podmínky	28	33
c) mám více volného času	33	38
d) jiná varianta	5	6

Tabulka 11: Srovnání kapacity volného času s rodiči.

**Položka č. 14: Pokuste se postoj vyjádřený v otázce č. 13 zdůvodnit.**

Komentář: Položka navazuje na předchozí položku a má za úkol zjistit důvody předchozích odpovědí.

Interpretace: Za nečastější důvod u varianty a), tedy že rodiče měli více volného času, označili respondenti pevnou pracovní dobu, kterou rodiče odpracovali a pak se již prací nemuseli zabývat. Jedna respondentka upozornila na svoji situaci: „v mém věku maminka již odcházela do důchodu, já studuji a zvyšuji si kvalifikaci“

U varianty b), tedy že mají obdobné podmínky, respondenti v převážné většině svůj postoj nezdůvodňovali. Pokud důvod uvedli, většinou odkazovali na podobné finanční i pracovní podmínky, jen jiný způsob trávení volného času.

V případě volby varianty c) – cítím, že mám více volného času, než měli moji rodiče, bylo nejčastější odpovědí, že rodiče měli mimo zaměstnání i zahradu a hospodářství, o které se starali, za všechny si dovolím uvést tento příklad: „Díky měně zůstali bez peněz a za právě zakoupené pozemky museli zaplatit hodnotu nezměněnou. Pracovali kolem dobytka, na poli, aby mohli prodávat domácí produkty, kromě toho chodili oba do zaměstnání. Nedo-  
přáli si nijakých výletů, aby neminuli peníze, které investovali do nás, abychom vystudovali střední a vysoké školy. Dnes si jenom postesknou, že neprojeli ani Moravu.“

**Vyhodnocení výzkumné otázky č. 2:** Respondenti označují ze 72 % svoji kapacitu volného času za dostatečnou či spíše dostatečnou a z 27 % za spíše nedostatečnou či nedostatečnou. Také se domnívají, že co se týče volného času, jsou v lepší pozici, než byli jejich

rodiče, tj. z 38 %. 33% respondentů vnímá podmínky jako stejné nebo podobné, pouze 19% respondentů se domnívá, že jejich rodiče měli více volného času.

#### 4.5.4 Výzkumná otázka č. 3: Jaké překážky brání starším dospělým v trávení volného času dle jejich představ?

K této výzkumné otázce se vztahují položky dotazníku č. 10, č. 11 a č. 12.

***Položka č. 10: Ovlivňuje Vaše volnočasové aktivity Vaše finanční situace? Pokud ano, uveďte jak.***

Komentář: Položka zjišťuje, zda a jak ovlivňuje respondenty jejich finanční situace.

Interpretace: 63 % respondentů uvádí, že jejich finanční situace volnočasové aktivity neovlivňuje, 36% respondentů odpovědělo, že ovlivňuje (Tabulka 12). Důvody, proč tomu tak je jsem shrnula v Tabulce 13. Jako nejčastější odpověď uvádějí respondenti omezení v cestování (41 % z kladných odpovědí), 36 % uvádí obecné důvody – jako je celkové omezení kvantity či kvality volnočasových aktivit. 13 % kladných odpovědí si posteskl nad vysokou cenou kulturních akcí jako je kino či divadlo. 9 % respondentů uvádí finančně náročný koníček a 6 % důvod neudalo.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
ne	54	63
ano	31	36

*Tabulka 12: Ovlivnění volnočasových aktivit finanční situací.*

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
cestování	13	41
finančně náročný koníček	3	9
vysoké ceny za kulturní akce	4	13
bez udání důvodu	2	6
obecně - omezení	10	31

*Tabulka 13: Důvod ovlivnění finanční situací.*

***Položka č. 11: Ovlivňuje Vaše volnočasové aktivity Váš zdravotní stav?***

Komentář: Položka zjišťuje míru vlivu zdravotního stavu na volnočasové aktivity respondentů.

Interpretace: Více než polovina (52 %) respondentů uvádí, že jejich zdravotní stav mírně ovlivňuje jejich volnočasové aktivity. U celých 35 % respondentů neovlivňuje vůbec.

U 8 % ovlivňuje citelně a u pouhých 3 % má zdravotní stav velký vliv na jejich volnočasové aktivity. Jeden respondent na tuto otázku neodpověděl.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
vůbec ne	30	35
ovlivňuje mírně	45	52
ovlivňuje citelně	7	8
ovlivňuje velmi silně	3	3

Tabulka 14: Ovlivnění volnočasových aktivit zdravotním stavem.

**Položka č. 12: Uved'te překážky, které Vám brání v trávení volného času dle vašich představ.**

Komentář: Položka má za úkol zjistit, zda existují ještě nějaké jiné překážky v ideálním trávení volného času respondentů.

Interpretace: U většiny respondentů se u této položky opakovaly odpovědi týkající se zdravotního stavu a finanční situace. Ty jsem do tohoto přehledu neuvedla. Tabulka se týká pouze jiných odpovědí. Vůbec nejčastější z nich (ve 44 %) je příliš mnoho pracovních povinností. Ve 22 % se jedná o péči o rodinu – ať už vnoučata, stárnoucí rodiče nebo obecně (nespecifikováno). 11 % respondentů se přiznalo k určité nechuť či pohodlnosti. Stejný počet pak vidí překážku v počasí (tyto odpovědi byly spojeny s cykloturistikou). 7 %, tj. 2 respondenti, uvedli, že jim chybí společník ke sdílení volného času. Jeden respondent vidí jako překážku příliš velkou vzdálenost od vzdělávacích center.

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
příliš mnoho pracovních povinností	12	44
rodina	6	22
pohodlnost, nechuť	3	11
počasí	3	11
chybějící společník	2	7
vzdálenost od vzdělávacích center	1	4

Tabulka 15 Další překážky ve volnočasových aktivitách.

**Vyhodnocení výzkumné otázky č. 3:** Překážky jsem rozdělila do tří skupin – finanční problémy, zdravotní stav a jiné. Většina respondentů neuvádí výraznější překážky v trávení volného času. Finanční problémy uvádí 36 % respondentů, přičemž nejvíce z nich toto uvádí jako překážku cestování. Vážnější problémy se zdravím má celkem 11 % respondentů. Z jiných důvodů vede velký objem pracovních povinností a povinností vůči rodině.

Jsem vděčna i za upřímné odpovědi, kdy respondenti uvedli, že překážkou je i jejich vlastní nechuť a pohodlí.

#### 4.5.5 Výzkumná otázka č. 4: Jaká je pestrost sociálních kontaktů lidí ve starší dospělosti a jaké faktory ji ovlivňují?

K této výzkumné otázce se vztahují položky č. 15, č. 16, č. 17. a č. 18.

***Položka č. 15: Kolik máte přátel, které můžete kontaktovat, pokud se cítíte osamělí, nebo máte chuť něco podniknout (bez čekání na jinou vhodnou příležitost či pozvání z jejich strany)?***

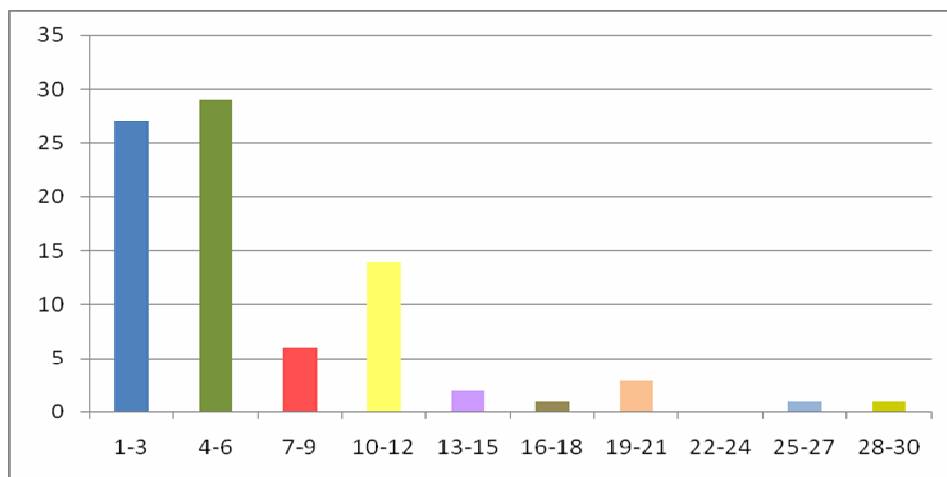
Komentář: Touto položkou dotazníku zjišťuji počet přátel respondentů. Poznámku v závorce jsem připojila záměrně. Chtěla jsem tak „přátele“ odlišit od „známých“.

Interpretace: Uvedené počty jsou u jednotlivých respondentů velmi odlišné. Někteří počítají přátele po jednotkách, jiní uvádějí počty v řádu desítek – u těchto odpovědí si nejsem jistá jejich přesností – ve vyšších počtech se neobjevují nezaokrouhlené počty, takže předpokládám, že uvedené počty jsou spíše přibližné. Největší skupina respondentů (34 %) má 4 – 6 přátel. Téměř stejně velká skupina (31 %) má 1 – 3 přátele. 16 % respondentů má 10 – 12 přátel, 7 % 7 - 9 přátel, 3 % 19 – 21 přátel, 2% respondentů 13 – 15 přátel a po jednom procentu 25 – 27 a 28 – 30 přátel.

Ze souboru za účelem statistického zpracování jsem vyloučila nejvyšší a nejnižší hodnotu. Jeden respondent uvedl, že nemá žádného takového přítele a jeden respondent uvedl, že má 50 přátel. Jedna respondentka na otázku neodpověděla.

počet přátel	četnost $n_1$	relativní četnost (%)
1-3	27	31
4-6	29	34
7-9	6	7
10-12	14	16
13-15	2	2
16-18	1	1
19-21	3	3
22-24	0	0
25-27	1	1
28-30	1	1

Tabulka 16: Četnost přátel respondentů



Graf 2: Histogram četnosti.

**Položka č. 16: Považujete osobně jejich počet za dostatečný?**

Komentář: Touto položkou zjišťuji, zda jsou respondenti spokojeni s výše uvedeným počtem.

Interpretace: Převážná většina (93 % respondentů) považuje uvedený počet svých přátel za dostatečný. Pouhých 7 % respondentů počet za dostatečný nepovažuje. Absolutní četnost přátel těchto se situací nespokojených respondentů je 0, 1, 1, 2, 3 a 6 přátel.

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost (%)
ano	80	93
ne	6	7

Tabulka 17: Spokojenost respondentů s počtem jejich přátel.

**Položka č. 17: Většinu Vašich přátel tvoří:**

Komentář: Položka má za úkol zjistit, z jakých oblastí je většina přátel respondentů, zda se jedná o osoby z jejich blízkého okolí, kolegy ze zaměstnání, rodinné příslušníky i přátele ze spolkové či jiné organizované činnosti.

Interpretace: S osobami z blízkého okolí se přátelí 59 % respondentů. 40 % má velkou část přátel mezi rodinnými příslušníky, 20% i mezi kolegy a spolupracovníky. Překvapil mě vysoký počet 16 % přátel ze spolkové činnosti. 16 % respondentů uvedlo i jinou odpověď – přátelé z dětství a mládí. 3 respondenti položku nevyplnili. Velká část respondentů uvedla více oblastí, ze kterých jsou jejich přátelé. Po zprůměrování vyšlo najevo, že každý druhý respondent má přátele z více oblastí.

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost (%)
kolegové a spolupracovníci	17	20
rodinní příslušníci	34	40
osoby z blízkého okolí	51	59
přátelé ze spolkové činnosti	14	16
jiné	13	15

Tabulka 18: Původ přátel.

**Položka č. 18: Z jaké věkové kategorie je většina vašich přátel?**

Komentář: Tato položka zjišťuje, zda jsou přátelé respondentů výrazně mladší, výrazně starší, nebo přibližně stejně staří.

Interpretace: Nejvíce přátel respondentů je přibližně stejně stará jako oni sami. Takové přátele uvedlo 94 % respondentů. Několik respondentů označilo více možností – tedy že mají i výrazně mladší i výrazně starší přátele.

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost (%)
jsou přibližně stejně staří	81	94
jsou výrazně mladší	9	10
jsou výrazně starší	2	2

Tabulka 19: Stáří přátel respondentů.

**Vyhodnocení výzkumné otázky č. 4:** Z vyhodnocených položek vyplývá, že starší dospělí mají nejčastěji jen několik přátel, což podporuje tvrzení Vágnerové (2007), že lidé ve starší dospělosti tíhnou spíše k menšímu počtu stabilnějších přátelství.

Tito přátelé respondentů jsou z velké části přibližně stejně staří. Nejčastěji se jedná o osoby z blízkého okolí.



## ZÁVĚR

Bakalářská práce je věnována pestrosti sociálních kontaktů a volnočasových aktivit u současné generace lidí v období starší dospělosti.

Střední dospělost není tak klidným obdobím, jak by se mohlo na první pohled zdát. Sice nepřináší významné životní krize, ale i tak může být obdobím velmi náročným. Dochází během něj k vrcholu a později uzavírání profesní dráhy, zpravidla přichází i nová role – prarodiče a nezřídka musí starší dospělý pečovat o své stárnoucí rodiče. Jeho volnočasové aktivity jsou ovlivňovány mnoha faktory – od nedostatku financí až po špatnou občanskou vybavenost jeho lokality. Velmi důležitým jsou pro něj sociální kontakty, zvláště silně vnímá potřebu přátelství.

Praktická část se věnuje kvantitativnímu výzkumu. Jeho cílem bylo zjistit, jaká je pestrost volnočasových aktivit a sociálních kontaktů současných starších dospělých. Tento cíl se mi podařilo naplnit z větší části.

Na první tři výzkumné otázky se mi podařilo odpovědět zcela. Ve čtvrté otázce jsem nepřesně formulovala položky dotazníku, které byly zaměřené spíše na přátelské vztahy, a ostatní sociální kontakty jsem tedy zanedbala. Pestrost těchto vztahů se mi podařilo určit jen částečně. Po studiu odborné literatury se však domnívám, že by měl být výzkum v této části zaměřen spíše na hloubku těchto vztahů.

Vzhledem k nízkému počtu respondentů ve vztahu k základnímu souboru si nedovolím závěry výzkumu vztahovat na celou populaci, ale jen na daný výzkumný vzorek. I tak může tato bakalářská práce přinést užitek pro praxi – byť už ten, že bylo toto, dle mého názoru neprávem opomíjené téma trochu přiblíženo.

V práci jsem se snažila o propojení poznatků vývojové psychologie s poznatky pedagogiky volného času i sociální pedagogiky.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- Český statistický úřad. *Český statistický úřad* [online]. 25. 11. 2009 [cit. 2010-04-12]. Statistická ročenka ČR 2009. Dostupné z WWW:  
<<http://www.czso.cz/csu/2009edicniplan.nsf/kapitola/0001-09-2009-0400>>.
- Český statistický úřad. *Český statistický úřad* [online]. 2010 [cit. 2010-05-06]. Publikace o obyvatelstvu. Dostupné z WWW:  
<[http://www.czso.cz/csu/edicniplan.nsf/select\\_obyvateľstvo](http://www.czso.cz/csu/edicniplan.nsf/select_obyvateľstvo)>.
- GALLOVÁ, Erika. *Dove věří, že přirozenost je výhodou* [online]. 29. 9. 2007 [cit. 2010-04-24]. [www.feminismus.cz](http://www.feminismus.cz). Dostupné z WWW:  
<<http://www.feminismus.cz/fulltext.shtml?x=2044622>>.
- HÁJEK, B. a kol. *Pedagogika volného času: Texty pro distanční studium*. Praha: UK v Praze, Ped.F, 105s. ISBN 80-7290-128-1.
- CHRÁSTKA, M. *Základy pedagogického výzkumu*. 1. Vyd. Praha: Grada, 2008. 272 s. ISBN 978-80-247-1369-4.
- GAVORA, P. *Základy pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. 207s. ISBN 80-85931-79-6.
- LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 4. Aktualizované a doplněné, v Grada publishing 2. vydání. Praha: Grada publishing, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
- KRAUS, B. a kol. *Člověk, prostředí, výchova: K otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. 197s. ISBN 80-7315-004.
- KURIC, J. *Ontogenetická psychologie*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, s.r.o., 2001. 179 s. ISBN 80-214-1844-3.
- NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie*. 1. Vyd. Praha: Academia, 1998. 590 s. ISBN 80-200-0689-3.
- PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času: Teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. 3. aktual. vyd. Praha: Portál, 2002. 231s. ISBN 80-7178-711-6.

MPSV. [online], 2009 [cit. 2010-05-01]. Statistická ročenka trhu práce v ČR 2008. Dostupné z WWW: <[http://portal.mpsv.cz/sz/stat/stro/rocenka\\_2008.pdf](http://portal.mpsv.cz/sz/stat/stro/rocenka_2008.pdf).

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II. : Dospělost a stáří..* 1.vyd. Praha : Karolinum, 2007. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Základy pedagogiky volného času.* 2. vyd . Brno : Print-Typia, spol. s r. o., 2001. 175 s. ISBN 80-86384-00-4.

WOLF, J. *Antropologie pro každý den.* 1. Vyd. Praha: ARSCI, 2004. 304 s. ISBN 80-86078-42-6.

Puype, H. *Aktivity a sociální kontakty ve starší dospělosti (výsledky průzkumu)*, 2010. Dostupné online na <http://aktivity-a-socialni-kontakty-ve-starsi-dospelosti.vyplnto.cz>.

## SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

MPSV Ministerstvo práce a sociálních věcí.

ČSÚ Český statistický úřad

Tzv. Tak zvané.

Atp. A tak podobně.

**SEZNAM GRAFŮ**

<i>Graf 1: Četnost jednotlivých volnočasových aktivit (v %).</i> .....	33
<i>Graf 2: Histogram četnosti.</i> .....	39

**SEZNAM TABULEK**

<i>Tabulka 1: Věk respondentů .....</i>	30
<i>Tabulka 2: Pohlaví respondentů.....</i>	30
<i>Tabulka 3: Bydliště. ....</i>	30
<i>Tabulka 4: Rodinný stav. ....</i>	31
<i>Tabulka 5: Vzdělání .....</i>	31
<i>Tabulka 6: Zaměstnání. ....</i>	31
<i>Tabulka 7: Četnost jednotlivých volnočasových aktivit.....</i>	32
<i>Tabulka 8: Četnost různých aktivit u jednotlivých respondentů. ....</i>	33
<i>Tabulka 9: Délka trvání nejvýraznější volnočasové aktivity. ....</i>	34
<i>Tabulka 10: Kapacita volného času .....</i>	34
<i>Tabulka 11: Srovnání kapacity volného času s rodiči. ....</i>	35
<i>Tabulka 12: Ovlivnění volnočasových aktivit finanční situací. ....</i>	36
<i>Tabulka 13: Důvod ovlivnění finanční situací. ....</i>	36
<i>Tabulka 14: Ovlivnění volnočasových aktivit zdravotním stavem. ....</i>	37
<i>Tabulka 15 Další překážky ve volnočasových aktivitách. ....</i>	37
<i>Tabulka 16: Četnost přátel respondentů .....</i>	38
<i>Tabulka 17: Spokojenost respondentů s počtem jejich přátel. ....</i>	39
<i>Tabulka 18: Původ přátel. ....</i>	40
<i>Tabulka 19: Stáří přátel respondentů. ....</i>	40

## SEZNAM PŘÍLOH

PI Dotazník

PII Srovnání





.....

**9) Popište konkrétně Váš největší „koníček“ a napište, od kterého období se mu věnujete.**

.....

.....

**10) Ovlivňuje Vaše volnočasové aktivity Vaše finanční situace? Pokud ano, uveďte jak.**  
a) Ne    b) Ano

.....

.....

**11) Ovlivňuje Vaše volnočasové aktivity Váš zdravotní stav?**

a) Vůbec ne    b) ovlivňuje mírně    c) ovlivňuje citelně    d) ovlivňuje velmi silně

**12) Uveďte překážky, které Vám brání v trávení volného času dle vašich představ.**

.....

.....

**13) Jak vnímáte srovnání vašich možností kapacity a trávení volného času ve srovnání s vašimi rodiči, když byli ve vašem věku?**

a) rodiče měli více volného času

b) myslím, že máme obdobné podmínky

c) cítím, že mám více volného času, než měli moji rodiče

d) jiná varianta:.....

**14) Pokuste se postoj vyjádřený v otázce č. 13 zdůvodnit**

.....

.....

.....

**15) Kolik máte přátel, které můžete kontaktovat, pokud se cítíte osamělí, nebo máte chuť něco podniknout (bez čekání na jinou vhodnou příležitost či pozvání z jejich strany)?**

Vypište číslem .....

**16) Považujete osobně jejich počet za dostatečný?**

- a) ano                      b) ne

**17) Většinu Vašich přátel tvoří: můžete uvést více možností, případnou odpověď prosím rozved'te.**

- a) kolegové a spolupracovníci ze současného zaměstnání  
b) rodinní příslušníci  
c) osoby z vašeho okolí (města, vesnice)  
d) přátelé ze spolkové či jiné organizované činnosti  
e) jiní – uveďte.....

**18) Z jaké věkové kategorie je většina vašich přátel?**

- a) Jsou přibližně stejně staří  
b) Jsou výrazně mladší  
c) Jsou výrazně starší

Srdečně Vám děkuji za ochotu a strávený čas!

## PŘÍLOHA P II: SROVNÁNÍ



Obr. A



Obr. B