

Senioři a mezigenerační vztahy

Bc. Miloš Nesvačil

Diplomová práce
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií


INSTITUT
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Miloš NESVAČIL**
Osobní číslo: **H128483**
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Senioři a mezigenerační vztahy**

Zásady pro vypracování:

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

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

- zjištění kvality mezilidských vztahů v seniorské populaci,
- zjištění kvality mezilidských vztahů mezi seniory a jejich potomky, (děti, vnuci)
- zjištění kvality mezilidských vztahů mezi seniory a mladší generací bez příbuzenského vztahu (např. ošetřující personál, zástupci služeb atd.).

Součástí práce bude empirický kvantitativní výzkum.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

Biddulph, S. *Kniha o mužství*. Praha: Portál, 2011.

Grün, A. *Život je teď*. Praha: Portál, 2010.

Haškovcová, H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010.

Křivohlavý, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada, 2011.

Pichaud, C. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál, 1998.

Pokorná, A. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010.

Sýkorová, D. *Autonomie ve stáří*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2007.

Tošnerová, T. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer press, 2009.

Vágnerová, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2000.

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. František Sýkora

Katedra sociální pedagogiky

Datum zadání diplomové práce:

30. listopadu 2012

Termín odevzdání diplomové práce:

31. března 2014

V Brně dne 30. listopadu 2012


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




doc. PhDr. Miloslav Jůzl, Ph.D.
vedoucí katedry

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 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.

V Brně
19.3.2014

Miloslav Nesvačil
.....
Jméno, příjmení studenta

Miloslav Nesvačil
.....
Podpis

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

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

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení 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 nezasahuje 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 vzdělávacího 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 nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

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

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

ABSTRAKT

Cílem mé diplomové práce je poukázat na dnes aktuální téma – problematiku seniorů. V práci se zabírám jednotlivými aspekty, které souvisí se seniorskou populací, především ve spojitosti s dalšími generacemi a jejich vzájemným soužitím. Převážně se soustředím na mezilidské vztahy mezi rodiči a dětmi, prarodiči a vnoučaty, prarodiči a rodiči. Dále rozebírám vztah seniorů a současné mladé generace, jak v posloupnosti stáří versus mládí, tak i naopak. Také mne zajímá život seniora - jeho aktivity, možnosti, snahy, radosti, ale i stresy, problémy, strachy a bolesti. V této práci se snažím o vyjádření svého vlastního pohledu na dnešní současnou populaci seniorů.

Klíčová slova:

matka, otec, dcera, syn, dítě, babička, dědeček, prababička, pradědeček, vnouče, odchod do důchodu, dům s pečovatelskou službou, domov pro seniory, soužití generací, seniorský věk, mladá generace, mezilidské vztahy, osamocení, nemoc, stáří.

ABSTRACT

The objective of my diploma thesis is to show of one recent topic – issues of elderly people. Here, in my work, I focus on individual problems related to senior population, especially differences between generations and problems with their coexistence. I am mostly concentrating on relationships between parents and children, grandparents and grandchildren, grandparents and parents. I am also trying to analyse the relationship of elderly people and current young generation and vice versa. Further, I am interested in a life of a senior – his activities, opportunities, efforts, happiness and also stress, problems, fears, and pain. In my work I am trying to express my own view on current population of elderly people.

Keywords:

mother, father, daughter, son, child, grandfather, grandmother, great-grandmother, great-grandfather, grandchild, retirement, nursing home, home for the elderly, coexistence of generations, senior age, the younger generation, interpersonal relationships, isolation, disease, age.

MOTTO:

„Nikdo nemiluje život tak jako starý člověk“ Sofokles

Poděkování

Děkuji panu Mgr. Františku Sýkorovi za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytl při zpracování mé diplomové práce.

Také bych chtěl poděkovat své manželce a nejbližší rodině za morální podporu a pomoc, kterou mi poskytli při zpracování diplomové práce, a které si nesmírně vážím.

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

OBSAH

ÚVOD	8
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 SENIOŘI V PRŮBĚHU HISTORIE	11
1.1 ŽIVOT SENIORSKÉ POPULACE – HISTORICKÝ POHLED	11
1.2 ŽIVOT SENIORSKÉ POPULACE NA PŘELOMU 19. – 20. STOLETÍ	15
1.3 ŽIVOT SOUČASNÉ SENIORSKÉ POPULACE A JEJICH TENDENCE.....	17
1.4 MOJE OSOBNÍ ZKUŠENOST SE SENIORY	20
2 SENIOŘI A SPOLEČENSKÉ VZTAHY	25
2.1 MEZILIDSKÉ VZTAHY, RODIČE - DĚTI.....	25
2.2 MEZILIDSKÉ VZTAHY, PRARODIČE – RODIČE	31
2.3 MEZILIDSKÉ VZTAHY, VNOUČATA – BABIČKA, DĚDEČEK	37
2.4 SENIOŘI A SOUČASNÁ MLADÁ GENERACE.....	43
3 SENIOŘI A SOUČASNÉ SPOLEČENSKÉ KLIMA	47
3.1 ŽIVOT OSAMĚLÉHO SENIORA	47
3.2 ŽIVOT SENIORA V DOMOVĚ PRO SENIORY	54
3.3 AKTIVITY SENIORSKÉHO VĚKU.....	59
3.4 POHLED SOUČASNÉ POPULACE NA SENIORY	63
II PRAKTICKÁ ČÁST	69
4 VÝZKUM	70
4.1 ÚVOD DO VÝZKUMU	70
4.2 CÍL VÝZKUMU, CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU.....	71
4.3 METODA A ORGANIZACE VÝZKUMU	72
4.4 ZPRACOVÁNÍ A VYHODNOCENÍ DAT Z DOTAZNÍKU	73
4.5 VYHODNOCENÍ STANOVENÝCH HYPOTÉZ	105
ZÁVĚR	107
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	109
INTERNETOVÉ STRÁNKY	112
SEZNAM PŘÍLOH:	113

ÚVOD

Vzhledem k tomu, že se dožíváme stále vyššího věku, bývá dnes oproti dřívějšímu zcela běžné mít babičku a dědečka. V dřívějších dobách, pokud se v rodině vyskytovali předci (babička, dědeček), tak tito se starali o vnoučata, ale také jim předávali své životní zkušenosti, svá moudra a vše ostatní, co oni sami zdědili od svých předků. Bývalo zvykem, že rodiče dětí doma také umírali. Na smrt se dříve nehledělo jako na něco nepatřičného, nedůstojného, ale jako na něco, co bohužel k životu patří. V těchto dobách v jednom obydlí žilo několik generací a tyto spolu musely vyjít, spolupracovat a také komunikovat.

Téma - Senioři a mezigenerační vztahy – jsem si zvolil, protože si myslím, že v současné době ochabuje nejenom pouto mezi rodiči a dětmi, ale hlavně mezi vnoučaty a jejich předky.

Během celého lidského vývoje nezůstalo vše neměnné. Lidské pokolení se vyvíjí po všech stránkách – politicky, hospodářsky, kultura, roste tempo vědecko-technického rozvoje. Pozadu také nezůstávají mezilidské vztahy a jejich transformace.

Stáří tudíž pak musí zcela zákonitě působit nešťastně a pochmurně. Stáří také může přinášet ovoce, které se jmenuje moudrost, shovívavost nebo třeba humor, tichost, schopnost vidět věci a lidi do hloubky, rozeznávat určitá pozitiva v samotě, nacházet smysl života a smrti. Stáří nepředstavuje nutně jenom úpadek. V každém věku může člověk něco získávat a vyvíjet se. A v každém věku může být také konfrontován se ztrátami, strádáním a s ranami. V průběhu celého života, od narození až do smrti, dělá člověk pokroky, chyby, vyrovnává se s nedostatky, truchlí nad ztrátou někoho drahého a jen takto může žít naplno.

Odchod do důchodu je důležitým momentem, hlavní událostí v životě, přechod, zlom, který označuje konec jednoho období a počátek dalšího období. Vyrovnat se s touto chvílí není vždy snadné, protože je plná nejistot. Důchod znamená, že člověk opouští zaměstnání, ztrácí svou profesi, která ho určitým způsobem definovala. Odchodem do důchodu mění svou identitu. Odchod do důchodu nás nutí k novému uspořádání našeho života. Také je to přechod z dobře naplněného života do života, který je třeba nově naplnit. A v tomto novém životě je třeba se orientovat a začít nově žít, což někdy nebývá snadné.

Dříve se preferovaly rodinné vztahy, vazby a soudržnost rodiny. Dnes s rozvojem materiální a spotřební společnosti, jsou tyto rodinné vazby významně zpřetrhány. Důvodů

je celá řada. Jako jeden z mnoha se jeví ekonomický růst a majetek každé rodiny, osamostatnění se dětí a následný odchod z rodného města (vesnice) jinam za prací, za úspěchem, cestováním a podobně.

Tímto „novým životním stylem“ a neustálým hromaděním materiálních statků obecně trpí veškeré mezilidské vztahy (rodiče-děti, rodiče-rodiče, vnoučata-prarodiče). Málokdo si ze současné produktivní populace uvědomuje a chce si uvědomit, že našim rodičům bychom měli vrátit veškerou lásku a péči, kterou nám oni věnovali jako dětem. V současné době se na seniora pohlíží jako na něco „nevhodného, nepřístojného“, co mladé, dravé a produktivní generaci ubírá místo a možnost v rozletu. Většina lidí si však neuvědomuje, že do této situace se také jednou dostanou a toto příkoří mohou také zakusit.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 SENIOŘI V PRŮBĚHU HISTORIE

1.1 Život seniorské populace – historický pohled

Obecně se dá říci, že věk je značně nespolehlivým ukazatelem stáří, umožňuje přinejmenším postihnout změny, které charakterizují určitou věkovou kohortu populace během historického vývoje.

Kdysi v dávnověké společnosti byla rodina pro své členy jediným zdrojem poznatků nutných k tomu, aby to dotáhli do dospělosti. To znamenalo naučit se starat o sebe a svou výživu, starat se o druhé a naučit se s nimi jednat a vyznat se ve světě věcí. Dostupné znalosti byly omezené a jen jedna osoba – možná dvě – to všechno uměly.

„Na počátku byly tyto znalosti asi velmi jednoduché. V té době byl život spíše záležitostí prostého „přežití“ jak zůstat naživu, jak sehnat dostatek potravy, jak nezmrznout, nebo nenechat se zabít divokým zvířetem a tak dále. Člověk musel pozorovat ty druhé a potom se to naučit sám.“¹

„Dokument OSN v této souvislosti cituje starého řeckého dějepisce a cestovatele Herodota, který o jednom národě z Kavkazu říká, že rozpor mezi úctou ke stáří a břemenem, jež staří lidé pro společnost znamenají, tam řeší tak, že ve zvláštním slavnostním obřadu své staré usmrcují a pojídají – a že je tam pokládáno za neštěstí, jestliže někdo nežije dost dlouho, aby se dočkal takového slavnostního ukončení života. Budiž řečeno, že podobný jev, i když ne vždy do té míry slavnostní, byl v kulturních dějinách lidstva zaznamenán v různých dobách a na různých místech.“²

Relativně nejstarším literárně doloženým pojetím stárnutí, je kniha „*De senectute*“, „O stáří“, kterou napsal římský filozof Cicero (43 př. Kr.). Napsal ji, když mu bylo 60 let, což byl tehdy věk, opravňující autora hovořit o stáří z vlastní životní zkušenosti. Cicero uvádí důvody, proč knihu napsal. Setkával se totiž s dvojitým pojetím stáří. Jedno vidělo na stáří jen věci negativní – síla člověka se zmenšuje, paměť slábne, nemocí přibývá, stárnoucí člověk je odsouván ze středu společenského života atp. Druhé pojetí, kterého se držel i sám Cicero – vidělo nejen to, co je možno považovat za negativní, ale též i klady, které jsou životu ve stáří vlastní. Hlavní kladný rys stárnutí a stáří viděl

¹ SATIROVÁ, V., *Kniha o rodině*, 2. vyd., Praha: Práh, 2006, s. 336

² MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 118

v tom, že stáří obsahuje možnosti a příležitosti k pozitivním změnám a produktivnímu životu – i když v jiném směru, nežli tomu bylo v mládí.

„Ve stáří je člověku možno konečně se soustředit v plné míře na další vývoj a rozvoj duševního života, radovat se z něho – a nebýt přitom obtěžován tím, co mládí v tom brání.“³ Cicero.

„Tradiční rodina pohledem sociologa nebyla diskrétní jednotkou, jakou je rodina dnes. V každém okamžiku byla pouze momentem proměnlivého kontinua, drženého pohromadě domem nebo zemědělskou usedlostí. Střídání generací probíhalo plynule zejména díky, tomu, že ženy rodily od počátku do konce své plodnosti a nikoli jen v úzké pasáži několika let jako dnes, i díky tomu, že ony i jejich muži umírali rovnoměrně během celého rodinného cyklu, nikoli až na jeho konci, jako dnes. Polovina dětí se nedožítvala patnácti let a polovina z těchto, které se patnácti let dožily, dožila se jich jako poloviční či úplní sirotci. Mladé vdovy a vdovci s několika závislými dětmi se museli neprodleně opakovaně ženit či vdávat, a podle své ekonomické síly nebo potřeby si brali nové partnery i o mnoho let mladší či také starší, a to muži i ženy. Generace se vzájemně překračovaly. Nejstarší děti byly vyššího věku než jejich nové adoptivní matky či otcové. Nejednalo se o výjimky. V tomto proudu měli své místo i ti, kteří přežili do vyššího věku – na to, aby založili novou domácnost, nebyl ekonomický prostor, a i když předali dům další generaci, jejich výminek byl smluvně spojen s jejich původní domácností.“⁴

To, co se rozumělo dědictvím, dobře chápali naši předkové. Vždyť ve společnosti, kde hlavním způsobem obživy bylo zemědělství, byly polnosti a hospodářská zařízení (tzv. grunt) tím nejdůležitějším, co umožňovalo život mladší generaci. Grunt se dědil – se vším zařízením – a starší odcházeli na „vejminek“. Bydleli obvykle v menším stavení vedle hlavní obytné budovy nového, mladšího majitele gruntu. Zůstávali s ním však ve styku – stejně jako se sousedy kolem.

„Mladší hospodář s rodinou hospodařil na tom, co dostal jako dědictví. Měl nejen pokračovat, ale i dále své hospodářství zdokonalovat, zlepšovat, rozvíjet – pěstovat. Za to byl „nepsaně“ dárcům (rodičům) odpovědný. Odpovědný byl i za stárnoucí rodiče. Bývalo samozřejmé, že za dědictví, které dostal, se o rodiče staral až do smrti.“⁵

³ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2011, s. 54

⁴ TOŠNEROVÁ, T., *Jak si vychutnat seniorská léta*, 1. vyd., Brno: Computer Press, 2009, s. 16

⁵ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2011, s. 62

I v době, kdy na gruntu mladší hospodář hospodařil, nebyl v podstatě „absolutním pánem gruntu“. V pojetí neustále plynoucího času a střídání či sledu řady generací byl spíše jen dočasným správcem. Čím chudší, nebezpečnější a prekérnější byl život našich předků, tím víc byli schopni si uvědomit, že žijí ze zděděného či svěřeného.

Šlo o to, aby novým hospodářem byl ten, kdo byl k hospodaření nejvhodnější, a hlavně aby „vyplatil“ ostatní děti a zajistil odcházejícím rodičům „vejminek“. Přejímal tedy se statkem či chalupou i závazek! Nikdy nebyl zcela svým pánem, vždycky musel myslet i na druhé členy rodiny. Hospodářství bylo rodinným podnikem.

Venkovská rodina, tj. selská či chalupnická, u nás naprosto převažovala do konce 19. století a v menší míře ještě v první republice. Z velké části jsme mnohdy potomky této venkovské rodiny a od její klasické podoby nás dělí jen několik málo generací. Něco z ní si patrně neseme pořád v sobě a náš rodinný život i stále uchovává něco z oné dávné atmosféry, byť už spíš jako vidinu ideálu než skutečnost.

„Někteří historikové dokazují, že tato naše venkovská selská rodina dostala svůj charakter v době roboty, tj. právě v onom 18. století. Dokazují také, že tato doba hospodářského útlaku „naučila českého sedláka hospodařit“, narozdíl od ruského mužíka nebo polského chlopa. Rodiny se určitým způsobem semkly, vytvářely si svou kulturu (v lecčems napodobovaly ve zjednodušené míře i panstvo), hospodařily, dřely, počítaly, škudlily. Každé ruce k práci byly dobré – i ty dětské, i ty staré.“⁶

„Rodiče tedy odešli na vejminek. Starý otec už nebyl hlavou rodiny (jako je tomu v rodinách románských zemí vlastně až do jeho smrti) a stará matka už neměla správu nad kuchyní, spíží, dvorem a zahradou. Přestali být autoritami – a získávali funkce jiné.

Babička a dědeček náhradou za ztracenou funkci autoritativní a řídicí získávali funkci emocionální. Stávali se dobrovolnými pomocníky vlastní mladé rodiny, pomocnými (často, ne-li většinou, asi hlavními) vychovateli jejich dětí, strážci rodové tradice, nositeli nejrůznějších technických i životních zkušeností a ovšem modelem životní moudrosti. Chodí do kostela, za nimi přicházejí staří vrstevníci, přijíždějí dospělé děti a vnoučata jsou

⁶ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 29

u nich, jak jen mohou. O poutích a posvíceních jsou tito svědkové času středem pozornosti. Byť na vejminku, jsou to oni, kdo rodinu spojují. Jsou osobami hodnými úcty.“⁷

Odtud také tolik vnoučaty milovaná a ceněná jejich funkce pohádkářů, vypravěčů, historiků, všeučenců. Ovšem i méně ceněná funkce moralistů a věčných „oslavovatelů starých časů“ a kritiků nebývalých novot. Jsou osvobozeni od povinné těžké fyzické práce – mají čas! Nad jiné vzácný to dar pro vnoučata, na něž jinak ve víru denní práce v hospodářství čas nebyl! Nebýt babiček a dědečků museli bychom výchovné prostředí v tehdejší venkovské rodině hodnotit z dnešního hlediska jako vysloveně „deprivační.“

Avšak prarodiče byli už od pradávna pro tu nejmladší generaci mimořádně důležitou, nenahraditelnou a přitom naprosto přirozenou „školou života“ ještě v jednom bodě, a to bohužel v tom smutném, posledním a nenávratném – ve svém odchodu z tohoto světa.

„Ještě v době první republiky, zvláště na venkově, by v této věci rodiče patrně žádné velké problémy nepociťovali. Úmrtí starých lidí v rodině bylo přijímáno jako přirozená věc, pohřeb byl rodinnou slavností a truchlení mělo svůj řád a čas. Svůj řád a formu měly i projevy sympatií, které druzí postižené rodině projevovali. Děti byly s tímto řádem docela přirozeně seznamovány a měly na něm svou účast. Chodily „vyprovázet“ na hřbitov lidi ze sousedství, z příbuzenstva, z celé vesnice. Hřbitov byl místem odpočinku zemřelých – místem známým, konkrétním, každodenním. Chodilo se „na hrob“ a zemřelí v dětské fantazii jaksi žili dál.“⁸

„Stáří nemá být koncem života, nýbrž jeho korunou.“ André Repond

⁷ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 30

⁸ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 129, 130

1.2 Život seniorské populace na přelomu 19. – 20. století

Generační rozdíl byl odjakživa, ale je možné, že dříve nebyl tak velký jako v tomto století. Ani rozvoj techniky, vědy a rozmach civilizace nebyl ještě nikdy tak bouřlivý jako v druhé polovině dvacátého století.

Generací je míněna skupina lidí (vrstevníků), která se narodila a dospívala přibližně v téže době bez ohledu na příbuzenský či jiný vztah. V chování jednotlivých generací existují rozdíly dané společenským vývojem. Vrstevníky spojují životní a dobově podmíněné zkušenosti, hodnotový rejstřík a způsob uvažování. Délka trvání jedné lidské generace odpovídá přibližně průměrnému věku žen při porodu dítěte. U nás se v současnosti její doba prodlužuje, což odpovídá trendu ve většině rozvinutých zemí Evropy. Dnes činí kolem třiceti let. Díky prodlužování celkové průměrné délky lidského života se na světě potkávají v současnosti čtyři žijící generace lidí.

„Vývoj naděje dožití jednoznačně dokládá dlouhodobý trend postupného prodlužování délky života. Za posledních padesát let se naděje dožití při narození v Evropské unii prodloužila zhruba o deset let. Podíváme-li se na dostupná data, zjistíme, že jen za posledních sedm let se v Evropské unii zvýšila naděje dožití jednoletého člověka o 1,6 roku.“⁹

„Vývoj délky života v posledním století můžeme označit za dramatický. Za posledních devadesát let se naděje dožití při narození prodloužila u mužů o 27,3 roku a u žen o 31 roků. Měl-li muž narozený v roce 1920 před sebou 47 let života, muž narozený v roce 2010 má před sebou 74,4 let. Muž tak získal více než čtvrtstoletí života.“¹⁰

Porovnáme-li seniory před sto lety a dnešní seniory, vidíme zcela odlišné stáří. Především by dnešní senioři před sto lety ve svém věku již většinou nežili, protože střední délka života byla o třicet let nižší. Dnešní senioři a senioři počátku 20. století by vypadali jinak, a to nejen oblečením, ale také jejich životní styl by byl odlišný.

Jak je to vlastně se stíráním rozdílů mezi generacemi? I když vnímáme rozdílné životní zkušenosti, v současnosti výrazně rychle se měnící podmínky snad rozdíly setřou. Hodnotová orientace nemusí být rozdílná, jen rozdílně uplatňovaná. Odlišné životní zkušenosti mohou být výhodou. Nevýhoda životních zkušeností se projevuje v případech zatvrzelých, sveřepých postojů, což je brzdou v čemkoliv, opět bez ohledu na věk.

⁹ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 88

¹⁰ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 89

„Starší část generace seniorů v České republice prožila své dětství v podmínkách stabilizované kulturní střeoevropské demokracie. Nástup fašismu, hrůzy druhé světové války, v mládí poválečný optimismus, který byl spolu s prožitky druhé světové války a předcházejících událostí z konce třicátých let stimulem pro vize nové společnosti a pionýrského étosu při budování poválečné společnosti.

Následovala etapa, v níž byla realizace těchto vizí deformována tlakem velmocenského zájmu SSSR, a tato generace si postupně uvědomovala posun společnosti od poválečných vizí ke zdeformované stalinistické společnosti.“¹¹

„Největší tlak velké historie (společenské) na malé historie (osobní, rodové) zaznamenala tato generace po srpnové okupaci Československa. V roce 1968 bylo více než tři sta tisíc členů komunistické strany vyloučeno a vyškrtnuto ze strany a profesně i společensky diskriminováno. Jejich politická, společenská a profesní situace ovlivnila i životy jejich rodin. „Událost“ vyloučení z KSČ následně utvářela jejich životní dráhu. Sovětská srpnová okupace byla událostí „velké historie“ s dopadem na miliony malých historií každého člena společnosti. Emigrace, přerušení pracovních kariér, existenční problémy celých rodin radikálním způsobem utvářely vlákna malé historie. Výsledkem vláken malé historie milionů lidí byla životní zkušenosti a její reflexe ve vědomí.“¹²

¹¹ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 52

¹² SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 53

1.3 Život současné seniorské populace a jejich tendence

„Za masovým měněním politických a ideových stanovisek po mocenských převratech je třeba komplementárně vidět tradici velké netolerantnosti české společnosti a z ní vyplývající existenční tlak na jedince. Nynější generace seniorů zažila tři mocenské převraty spojené s tlakem na veřejně prezentované postoje, únor 1948, posrpnovou normalizaci 1968 a polistopadovou normalizaci 1989.

Současná generace seniorů má ve svém životě za sebou nejen tyto objektivní události a vyrovnávání se s tím, co z nich pro jejich život vyllynulo objektivně, ale také vyrovnávání se s nimi ve svém vědomí. Tyto události a to, jak se s nimi vyrovnali, patří k základům identity této generace. V reakci na tyto události se profilovali morálně, charakterově a osobnostně. To je to, co tvoří jedinečnost a neopakovatelnost této generace.“¹³

Dnešní populace seniorů je velice specifická. Její specifičnost byla utvářena historickými a společenskými událostmi, kterými procházela, s nimiž se musela vyrovnávat, nebývalým množstvím inovací, jež se za jejího života ve společnosti uplatňovaly.

„Jedná se o poslední generaci gramotné (tištěné) kultury, první generaci, kterou od mládí provázelo stále se vyvíjející televizní vysílání, i první generaci, jež ve stáří používá počítač a internet, využívá jeho možnosti k nahrazení svých handicapů a proniká do kyber prostoru pro informaci i zábavu.“¹⁴

I když mýtus o tom, že senioři neumějí ovládat počítač a pohybovat se na internetu, pozvolna mizí, vnímání situace seniora ve vztahu k počítači se ve společnosti stále opožďuje.

Internet a jeho jednotlivé možnosti jsou přínosem obecně, pro všechny skupiny jeho uživatelů, tedy i pro seniory, ale současně přínos jeho jednotlivých možností je odlišný v závislosti na potřebách a sociální pozici jeho uživatele. Tím je dán i přínos a využívání konkrétních internetových aktivit seniory.

¹³ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha:, 2012, s. 55

¹⁴ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 55

Využívání elektronické komunikace je naopak pro seniory stejně významné jako pro ostatní generace. Seniors jsou oceňovány možnosti internetu, jako je získávání informací o světě a společnosti a možnost vzdělávání.

Právě tato generace, o které se zmiňují, mimo jiné začala do svého života začleňovat motorismus a auto stále řídí i osmdesátníci. Po trampování a chataření tato generace obohatila životní styl o typický český fenomén, o chalupaření.

„Tato generace je také generací emancipace žen a jejich vzdělanostního růstu. Ženy této generace ve svém aktivním věku vstoupily masově do veřejného, společenského a politického života, včetně nejvyšších vládních funkcí.

Můžeme také mluvit o neopakovatelném sex appealu žen této generace, který vyplývá z nenapodobitelného ducha doby, promítnutého do generačního a individuálního žensství. Tento sex appeal byl součástí jejich životního stylu.“¹⁵

Nejen životní styl mladé generace, ale i životní styl význačné části staré generace je digitalizací významně ovlivněn. Lze říci, že v této oblasti čeští senioři a česká společnost nezaostává za ostatní Evropou a český senior v tomto smyslu představuje standardního Evropana.

„Současnou generaci seniorů lze hodnotit jako generaci, jejíž situace ve stáří je historicky nejlepší. Má se lépe, než se měly předchozí generace, a lépe, než se budou mít následující generace.“¹⁶

V současnosti je soužití několika generací daleko volnějším než dříve, v rodině sice žije několik generací, ale existují vedle sebe, vědí o sobě, jsou v kontaktu. S přibývajícimi léty se projevuje tendence vrátit se ke kořenům a být blíže dětem. Snaha osamostatnit se bývá na obou stranách, mladí i rodiče v našich podmínkách chtějí žít sami.

Prodlužování věku je vítané, je-li spojeno s přiměřenou kvalitou života. Prodloužení věku odchodu do důchodu je tolerované v případě potřeby pracovního zařazení, není-li provázeno sociálním vyloučením. Zatím jako by bylo běžné, normální a schopné stáří tabu.

„Proto je vhodné mít svůj životní program diverzifikovaný – děti, vnoučata, zájmy, které vedou ke společně sdíleným činnostem. Nejenom výdělečnou prací živí člověk.

¹⁵ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 114

¹⁶ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 141

*Obzvlášť v dnešní době, kdy se volnočasové aktivity profesionalizují a stávají se ziskovou činností.*¹⁷

Život seniorské populace na celé planetě je pochopitelně rozdílný. Každá země má jinou kulturu a s tím spojený přístup k seniorské populaci.

Na malém příkladu bych chtěl uvést, jakým způsobem je zacházeno se seniory v jedné vyspělé demokratické zemi. *„Americká společnost pohotovostních lékařů uvedla, že v roce 1991 bylo 70 000 starých osoby vysazeno a opuštěno na schodech nemocnic. Rodiny se jich vysloveně zbavily jako odpadu. Připomíná to jednu středověkou praxi, která mnohde přetrvávala až do 19. století a která se týkala nemanželských dětí nebo i „přespočetných“ dětí z rodin víceméně normálních. Ty bývaly v noci odkládány na schodech kláštera nebo kostela nebo byly vkládány do zvláštní pohyblivé schránky (torna), jejímž otočením se dostaly dovnitř, tj. pod ochranu příslušného světce či světice a do milosrdné péče řádových sester nebo bratří.*¹⁸

¹⁷ TOŠNEROVÁ, T., *Jak si vychutnat seniorská léta*, 1. vyd. Brno: Computer Press, 2009, s. 22

¹⁸ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 117

1.4 Moje osobní zkušenost se seniory

Já sám bych chtěl nyní zavzpomínat na své soužití se 3 generacemi seniorů.

Již od svého raného mládí jsem byl ve styku se svými prarodiči. Tyto své prarodiče si můj malý mozeček začal pamatovat přibližně tak mezi 3. a 4. rokem života. Když se člověk nad věcí zcela logicky zamyslí, tak si uvědomí, že pokud se v rodině vše dobře vyvíjí, malý človíček pozná celkem 2 babičky a 2 dědečky.

A pokud jdeme ještě hlouběji, zjistíme, že můžeme díky rodičům a prarodičům celkem ještě poznat 4 prababičky a 4 pradědečky. Této cti se mi bohužel nedostalo plnou měrou, ale částečnou.

Z matčiny strany si pamatuji obě prababičky a oba pradědečky. Z otcovy strany jsem měl možnost poznat pouze jeho rodiče, tudíž mého dědečka a babičku.

Z máminy strany jsem poznal dědečka a babičku Kresanovy – zkráceně moje praprarodiče. Oba dva bydleli v mém rodném městě u řeky, ve starém mlýně. Toto jejich bydlení ve mně vyvolávalo celou řadu pocitů, které se dohromady velmi mísily. Jednalo se o bázeň, strach, zvědavost, tajuplnost, prostě vše, co správné dítě ke svým představám potřebuje. K oběma praprarodičům jsem si nestihl vytvořit žádný bližší vztah, protože velmi brzo umřeli a de facto jako dítě si je spíše pamatuji tzv. jako v mlhách.

Pradědečka Kresana si vybavuji jako vysokého hubeného a světlolasého muže. Prababička byla mírně silnější, také světlolasá a velmi milá a usměvavá dáma.

Zato prababičku a pradědečka Zábranské si pamatuji velmi dobře, protože tito mne hlídali, když moji rodiče stavěli náš nový dům. Bydleli kousek od místa, kde jsem bydlel s rodiči. Pamatuji si, jak jsem vždy prošel malou zelenou brankou, vstoupil na kostkovanou přístupovou cestu, kdy vlevo se nacházely králikárny s králíky.

Po seběhnutí směrem dolů se nacházel vpravo domeček mé milované prababičky a pradědečka. Nalevo byl dvorek. Zde na tomto dvorku jsem si hrál s fenkou „Žolinou“. Na Žolinu si vůbec nevzpomínám. Maminka mi vždy říkala, že já a Žolina jsme byli nerozlučná dvojka – bez sebe jsme nedali ani ránu. Máma mi říkala, že se za mě styděla, když mne vodila do školky, protože jsem byl vždy plný štípanců od blech, které měla Žolina. A pak, že psí blechy na člověka nejdou. Oběma prarodičům jsme doma nijak jinak neřekli, než dódynek a bábinka.

Pradědeček Josef byl malý, hubený, s hodně scvrklou kůží, strašně milý a usměvavý. Pro mne bylo naprosto nezapomenutelné, úchvatné a stěží popsitelné, jak mi dódynek chystal jídlo. Naprosto upřímně mohu říci, že asi již nikdy v životě nebudu jíst tak dobrý chléb s máslem. Pamatuji si moc dobře, jak dódynek svojí třesoucí se rukou mi natíral chléb s máslem, potom pěkně posolil a pak mi tento chleba krájel svým nožikem na malé kousky „vojáčky“. Po nakrájení chleba mi vždy řekl nádhernou větu: „Milóško jez.“ Pro mne to byly naprosto nezapomenutelné chvíle.

Velmi rád a s velkým zaujetím jsem pozoroval, jak si dódynek balí cigarety do papírku s nápisem „Vážka“. Po ubalení cigarety si dal tuto cigaretu do špičky a pak začal velmi spokojeně „bafat“.

Nezapomenutelné chvíle byly také pro mne, když jsme všichni tři seděli v kuchyni potmě, v rohu kuchyně nádherně hořelo a praskalo dřevo v kamnech značky „Kabor“ a dódynek začal vyprávět, co zažil a dělal během svého života, jak třeba jezdil v „rajchu“ s lokomotivou.

Bábinku jsem měl též velmi rád, bylo to taková menší mírně oplácaná, usměvavá a velmi hodná stařenka. Pamatuji si, že bábinka velmi ráda sedávala ve slunných dnech ve stínu vzrostlé jabloně na dřevěné lavici a četla modlitební knížku. Při této četbě vždy v jedné ruce žmoulala růženec.

Bábinka mi též vyprávěla, co dělala během svého života. Nejprve jako mladé děvče dělala služku u několika sedláků v našem městě. Dle jejího vyprávění tato služba nebyla nic moc, protože ti sedláci byli velmi lakomí. Dělala u nich jenom za bydlení, ošacení, stravu a boty. Občas jí nějaký slušnější sedlák dal také nějaký drobný peníz. Později, když si vzala dódyňka, tak se řízením osudu stala panskou služkou u hraběte Kinského v našem městě. Vyprávěla mi, jaká byla služba u pana hraběte, kolik měl dětí, co ty děti dělaly a jak v době jejich mladých let vypadal zámek (nyní je značně zdevastovaný), zámecký park a nejbližší okolí mého rodného města.

Po smrti obou těchto prarodičů jsem začal více navštěvovat svoje obě babičky a oba dědečky.

K babičce a dědovi z matčiny strany jsem nějak moc nepřilnul. Na prázdniny jsem k nim chodil víceméně se smíšenými pocity. Bydleli na samotě u lesa a já jsem tam neměl žádné kamarády a nějakou možnost dětského vyžití. I přes to, že se mezi námi

nevytvořilo nijak silné citové pouto, tak si vzpomínám, jak děda několikrát vyprávěl, jaké to bylo u nás v době protektorátu Čechy a Morava.

K babičce a dědovi z tátovy strany jsem chodil rád. Oba bydleli v klasickém velkém selském stavení, kdy synovi, v tomto případě nejmladšímu, přenechali hospodářství a sami šli na „vejminek“.

Zde jsem měl o zábavu postaráno. Za stavením, po projití velkých stodolových vrat, byla obrovská konírna s koňmi. Tam jsem se s dědou chodíval dívat na malá kouzelná hříbátka. Občas děda zapřáhl koně do vozu a jeli jsme s nimi na pole pracovat.

V zimě, když napadl sníh a bylo ho opravdu dost, děda zapřáhl koně do saní a jeli jsme na projížďku do lesa. Přirovnal bych to k zimní scénérii jako z pohádky „Tři oříšky pro popelku“ od pana Václava Vorlíčka. Nádhera.

Jindy, když jsem nebyl u koní, tak jsem u Nesvačilů dělal různé věci. Například jsem pečoval o králíky, slepice, kačeny a husy, štípal dřevo, lozil po půdě domu a nacházel tam různé staré harampádí na hraní.

Na půdě jsem také našel dobře schovaný obraz. Na něm byl zachycen hubený světlouhlavý pán s brádkou, jak v náručí drží dítě – malou holčičku. Protože se mi obrázek líbil a zdálo se mi divné, že je zde schovaný na půdě, tak jsem se zeptal dědy proč?

Děda mi na to řekl, že ten pán, co je zachycený na obrázku s malým děvčátkem, je náš skutečný první prezident – pan Tomáš Garrigue Masaryk. Řekl mi, že ten pán na obrázku je teď u nás dost v nelibosti, a proto mám ten obraz schovat a nikomu neříkat, co jsem našel na půdě. Prostě s dědou jsme měli velké tajemství a já jsem to skutečně nikomu neprozradil.

Když už nebylo co u babičky a dědy dělat, tak jsem vždy vyběhl ven za kamarády.

Prarodiče Nesvačilovi mi zemřeli v období, když jsem byl na střední škole, kdežto prarodiče Zábranští zemřeli v mém dospělém věku.

V současné době se nacházím tzv. ve vrcholné fázi dospělosti. Je mi 40 let a moji rodiče oba dosáhli již seniorského věku a jsou nyní v důchodu.

U svého otce jsem si nevšiml žádných významných změn v chování při odchodu do důchodu. Podle mne se na důchod velmi těšil a bylo to pro něho vysvobozením, protože v posledním zaměstnání, kde pracoval, nebyl vůbec spokojen. Plat měl sice pěkný, práci fyzicky nenáročnou, ale vadily mu mezilidské vztahy v podniku. Podle mého mínění se

táta na důchod těšil. Nyní velice často dojíždí vypomáhat mladšímu bratrovi na statek, kde spolu hospodaří. Několikrát výslovně zopakoval, že mu u mladšího syna nevádí fyzicky namáhavá práce, protože ten psychický klid, který zde má oproti poslednímu zaměstnání, se nedá zaplatit.

Moje maminka do důchodu šla před krátkým časem a vůbec se jí tam nechtělo. I když také nebyla příliš spokojená se svojí prací, neustále opakovala, co bude s volným časem dělat. Když chodila do práce, ten den měl nějaký řád, relativní náplň a stálost. Co si v důchodě počne? Uvažovala, že když bude léto, bude mít práce dost na zahradě. Bude ji zvelebovat, jezdit za vnoučaty, navštěvovat různé kulturní akce, kterých je v teplejším ročním období přece jenom více jak v zimním období. Ale co s volným časem v zimě?

Já jsem jí říkal, že se nemá bát, že to nějak dopadne. A také dopadlo. Je zima, a jak tak pozoruji babičku, ještě se chuderka ani pořádně nezastavila. Sama mi při jednom rozhovoru potvrdila, že si ještě ani nestačila uvědomit, že je v důchodu, tolik má práce.

V tomto mém zkráceném životním příběhu jsem chtěl krátce sdělit, jak jsem já osobně vnímal soužití se seniory a jaké mám s nimi zkušenosti. V krátkosti řečeno dobré, a to nejenom proto, že se jednalo o nejbližší rodinu.

Rád jsem též naslouchal i ostatním seniorům a vážil si jich. S jedním z nich jsem také navázal opravdu celoživotní kamarádský vztah. Tímto člověkem byl pan Kauffmann, který bydlel ve stejné městské čtvrti jako já.

Tento člověk měl neuvěřitelně mnoho životních zkušeností a rád se o ně podělil, byl bezvadný vypravěč a nesmírně mauálně zručný. Tento starý pán nejenom že mi vyprávěl, jaké to bylo za 1. republiky, ale též ho zajímal i můj osobní život, co já a moji vrstevníci děláme. Byl nesmírně hodný, tolerantní a chápavý. Zkrátka a dobře jsem téměř mezi námi nepozoroval skoro žádný věkový rozdíl – takový to byl prima člověk. Naše dlouholeté přátelství bohužel skončilo jeho smrtí.

Domnívám se, že hlavní předností seniorů jsou jejich zkušenosti. To je skutečně nezastupitelná přednost, protože mladí lidé mohou mít jakékoliv vzdělání, třeba i vysokoškolské, ale zkušenosti se nedají jinak získat než prožitím života. Proto jsou zkušenosti právě koncentrovány u seniorů.

Seniorská populace má dle mého názoru nejenom nezastupitelnou funkci ve společnosti, ale stejně významnou úlohu zastávají pro rodiny svých dětí. Tudíž je zcela

logické, že společnost by měla správně využívat zkušeností, dovedností a znalostí seniorské populace, protože stáří je období, kdy by člověk měl sklízet nejenom plody své práce, ale i užívat si zaslouženého odpočinku.

Na závěr bych chtěl citovat jednu nádhernou větu, na kterou jsem při studiu této problematiky narazil: „*Kulturní úroveň společnosti se pozná podle toho, jak se společnost chová k seniorům.*“¹⁹

¹⁹ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 163

2 SENIOŘI A SPOLEČENSKÉ VZTAHY

2.1 Mezilidské vztahy, rodiče - děti

Lidé dělají vždy to, co považují za nejlepší. Vztahy jsou živá pouta, která spojují všechny členy rodiny.

Českou společnost charakterizuje zvýšená péče o děti. Rodiče pečují o děti nejen z pocitu povinnosti nebo formálně právně daného závazku, ale především z hluboce pramenícího vztahu k dětem. Svým dětem pomáhají nejen v dospělosti, ale též v průběhu celého jejich života. Pomoc je různorodá. Spočívá například ve finanční pomoci, výpomoci s péčí o děti a při zajišťování dalších rodinných funkcí. To je modální model chování české rodiny.

„Rodina je jedinou společenskou skupinou, která existuje na naší planetě bez ohledu na společenské zřízení či geografickou oblast. Liší se pochopitelně růzností svých forem a vnitřních zákonitostí, ale některé její hlavní rysy z ní činí jednotku, která je všude přítomná.

Rodina má jedinečné a výsadní postavení v několika směrech. Předně, jen ona je na začátku – a má tedy možnost ovlivňovat vývoj dítěte v jeho nejcitlivějších fázích. Za druhé, nejpřirozenějším způsobem a nejvydatněji může uspokojovat základní psychické potřeby dítěte. A za třetí, je modelem mezilidských vztahů, které si dítě ponese dál do života a jímž bude poměřovat všechny vztahy další, do nichž samo vstoupí.“²⁰

Z dnešní psychologie víme, že citový vztah dětí se vytváří především k těm dospělým osobám, které mají na dítě čas a věnují se mu. Ti lidé, kteří jsou na jeho osudu citově angažováni nebo zdravě závislí, kteří jsou po ruce, když je mu zle a úzko, a kdo mu poskytuje pocit bezpečí a jistoty.

„V dobře fungujících rodinách, tj. ve zdravých rodinách lidé mezi sebou o svých problémech a citech zcela svobodně hovoří. Hovořit se může o všem – o zklamáních, obavách, bolestech, zlosti, kritice i o radostech a úspěších. Jestli má otec náhodou z nějaké příčiny špatnou náladu, dítě smí otevřeně říci: „Páni, ty máš ale dnes blbou náladu.“ Dítě se nebojí, že na ně otec vyštěkne: „Jak to se mnou mluvíš!“ Místo toho může být otec také upřímný: „Opravdu mám blbou náladu. Měl jsem dnes strašný den.“ Úspěšná rodina umí

²⁰ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 14

dělat plány. Když něco jejich plán naruší, umí se pohotově přizpůsobit, často se smyslem pro humor.“²¹

„Rodiče ve zdravé rodině si uvědomují, že problémy nastávají už prostě tím, že je přináší život, a budou dávat bedlivý pozor, aby pro každý nově se vyskytnuvší našli nápadité řešení.“²²

Jednou z dalších důležitých potřeb, které je nutné u malého dítěte zabezpečit, je potřeba bezpečí a jistoty, která je dána v lidském světě především vřelými rodičovskými citovými vztahy. *„Nejbezpečněji se cítíme, máme-li kolem sebe někoho, kdo nás má rád, kdo k nám patří, na koho můžeme spoléhat. Takovými dárci citové jistoty jsou především rodiče svým dětem. Ale i dospělí lidé potřebují pocit citového zázemí a svůj přístav jistoty. Je příznačné, že v moderní době se citový život soustřeďuje čím dál více do úzkého okruhu rodiny, kde dochází k nejintenzivnější směně citových podnětů. Děti tu přijímají lásku, ale také ji vracejí. Rodiče ve vztahu k nim prožívají čistotu, nefalšovanou oddanost.*“²³

„V zásadě platí pro matku i otce stejný požadavek, aby se dítě s nimi a u nich cítilo bezpečně. K oběma by dítě mělo přistupovat s vědomím, že k nim patří, že je „nedají“, že lze na ně spoléhat, a i když se třeba zlobí a hubují, že za tím vším je láskyplný vztah, který je nejmocnější ochranou proti všem nebezpečím světa.“²⁴

V dnešním světě se snadno stáváme anonymní součástí nejrůznějšího dění, na které nemáme v podstatě vliv. Nemáme příležitost uvědomit si sama sebe. Avšak ve vztahu k svým dětem, které nás potřebují, které nás mají rády, nutně anonymitu ztrácíme a něco znamenáme. Rodičovská odpovědnost, rodičovské povinnosti, starosti atd. jsou z tohoto hlediska vlastně významnou pomocí nám samým – zvyšují naši hodnotu. Tady si nejvíce uvědomujeme, že nejen děti potřebují nás, ale že i my potřebujeme je. Proto nás tak děsí představa, že bychom je mohli ztratit.

„V rodině má také dítě jedinečnou příležitost poznávat bohaté předivo sociálních vztahů a vlastní vztahy k okolí na těchto příkladech modelovat. Poznává v rodině funkci matky, otce, sourozenců, babičky, dědečka a dalších příbuzných. Poznává mužské a ženské role, poznává vztah matky k její matce a k manželově matce, poznává spoustu vztahů

²¹ SATIROVÁ, V., *Kniha o rodině*, 2. vyd., Praha: Práh, 2006, s. 24

²² SATIROVÁ, V., *Kniha o rodině*, 2. vyd., Praha: Práh, 2006, s. 26

²³ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 15,16

²⁴ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 59

k lidem mimo rodinu, k listonošce, k prodavačkám v obchodech, k lékaři v ordinaci. Poznává vztahy „svých lidí“ k věcem, ke zvířatům, k práci, k myšlenkám i ideálům. Je to důraz na soužití, namísto výchovných technik a praktik.“²⁵

„Mezi druhým a třetím rokem se dítě zpravidla učí přijímat svou roli dítěte a důkladně poznává role všech ostatních členů rodiny. Je mu jasné, že tatínek dělá jiné věci než maminka, i když třeba dovede stejně dobře vyprat, umýt nádobí nebo uvařit. Ale mluví jiným hlasem, jinak bere dítě za ruku a do náruče, jiné věci mu ukazuje, jiné věci nosí do domu, nad něčím jiným se rozesměje a pro něco jiného se rozzlobí. A tak je tomu se všemi ostatními, kdo k rodině bezprostředně patří – a pak i s těmi, kdo tvoří vzdálenější rodinné zázemí, tj. příbuzní, přátelé, sousedi atd. V této funkci je vlastně rodina nezastupitelná. Není jiné místo, kde by dítě tak přirozeně a do takové hloubky poznávalo vztahy mezi lidmi.

Poznává nejen vztahy členů rodiny k němu, tj. k dítěti, ale i vztahy těch dospělých k sobě navzájem. Poznává, že jinou roli v rodině má matka a babička a opět jinou tatínek a dědeček a ovšem i starší bratříček a malé miminko, které se nedávno narodilo. Ví už, kteří lidé patří do okruhu blízkých a do okruhu vzdálenějších – a to podle toho, jak se k nim ti jeho lidé, ti jeho nejbližší chovají. Ví, co může od jednoho nebo druhého očekávat, jak se jim zavděčit, jak vzbudit jejich pozornost a jak se vyhnout nepříjemnostem. Podmínkou pro to ovšem je, aby všichni v rodině žili vskutku pospolu a ne jen vedle sebe. Jestliže se například aspoň jednou denně všichni doma scházejí, posedí spolu, popovídají si o tom, co kdo zažil, svěřují si své starosti a radosti, je to pro dítě mimořádně významná škola života. Tady se vytvářejí základy pro pozdější vztahy k lidem jemu blízkým a vzdálenějším.“²⁶

Vděčnost k vlastním rodičům a pak případně i vděčnost k celé rodičovské generaci se zpravidla dostaví o hodně později. Až k té čtyřicítce. Pak teprve v plné míře dozraje a vydá úrodu to, co bylo zaseto kdysi dávno v dětství a pěstováno a vzděláváno rodinným životem po celou dobu vývoje až na práh dospělosti. V tom je vlastně služba jedné generace druhé.

Občas se dnes stává, že mladí manželé musí nějaký čas bydlet u jednoho z rodičů. Společné soužití mladých manželů s rodiči jednoho z nich bývá označováno jako fáze

²⁵ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 26

²⁶ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 50

přečpaného hnízda. Tento způsob života obou rodin bývá občas problematický a zvyšuje riziko konfliktů. Potřeby obou generací jsou v mnoha směrech rozdílné, a proto je společné soužití stresující.

„Většina rodičů považuje byt za své vlastní teritorium. V něm platí určitá pravidla a těm by se měli mladí přizpůsobit. Kromě toho mívají starší lidé zafixovány určité návyky, jakýsi stereotyp života, který bývá společným soužitím narušován, což vyvolává jejich nelibost. Na druhé straně zvyšuje riziko konfliktu fakt, že mladí lidé sami nejsou vždycky dostatečně empatictí, nechápou, co může rodičům vadit. Zátěžová situace společného bydlení obvykle posiluje generační solidaritu, stárnoucí rodiče často mívají na situaci obdobný názor a stejným způsobem ji prožívají.“²⁷

Mladí rodiče mají ve vztahu ke svým rodičům různá očekávání. Více než polovina mladých rodin rodičovskou pomoc potřebuje, dokonce ji považuje za nutnou. Na druhé straně si obě generace uvědomují rizika společného soužití a dávají přednost oddělenému bydlení.

„Je vysoce pravděpodobné, že v obdobích, kdy se přechází z dospívání do raného dospělého věku, může dojít k radikálním změnám ve vztahu k hierarchii hodnot, v zájmech a postojích vůči sobě i druhým. Mladí lidé v tomto období nemají dostatečné představy ani o sobě, natož o druhých. Kamenem úrazu bývá okolnost, že vidí věci „černo-bíle“, horují fanaticky pro své vlastní pravdy, mají vysokou tendenci skutečnosti nevidět, ale idealizovat si je. Chybí jim to, co je nutné pokládat za jedny ze základních schopností sociálního přizpůsobení, tj. plasticita postojů, schopnost tolerance, jinými slovy, nejsou schopni dělat rozumné kompromisy, a to především v prvé důležité fázi manželství, která je charakterizována nutností vzájemného přizpůsobování a učení se toleranci jednoho vůči druhému.“²⁸

Mladí lidé dost často emočně zkreslují hodnocení lidí a situací kolem sebe. Z takto emočně zabarveného vztahu či situace učiní neuvážený závěr. Z tohoto pak vyplývá, že věci nepodstatné považují za důležité a naopak podstatné věci opomíjejí.

Stárnoucí rodiče v našich končinách mají dost často tendenci mladým lidem – svým dětem v životě nějak pomáhat. *„V naší společnosti je takový postoj tradiční, rodičovská pomoc je považována za samozřejmost. Rodiče tak činí podle svých představ, materiálně*

²⁷ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 427

²⁸ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 21

i psychosociálně. Z této pomoci rovněž vyplývá mnoho rizik. Rodiče se dostávají do situace, kdy jsou jejich rady a doporučení ignorovány, resp. odmítány, ale pomoc a materiální podpora je akceptována jako samozřejmost. Stárnoucí rodiče chápou takový postoj jako výraz nevděku a nedostatku citového vztahu, nebo alespoň ohledu.“²⁹

„Z. Pavlík proto soudí, že i když v moderní společnosti jsou rodiny „atomizovány“, tj. omezeny jenom na jednotlivá „jádra“, jsou tu nadále „trvalé vztahy vzájemné pomoci v rámci širší rodiny, zejména mezi rodiči a dětmi nebo prarodiči a vnuky“. Šetření v různých zemích zcela obdobně jako u nás ukazují, že nová rodina si hledá bydliště pokud možno v blízkosti rodičů, a to častěji v blízkosti rodičů ženy než muže, a že vzájemné návštěvy jsou časté. „Mezigenerační pomoc,“ říká Z. Pavlík, „je považována za přirozenou a lze ji hodnotit jako pokračování širokých rodinných vazeb v minulosti. Ve stáří se obrací jako pomoc dětí rodičům a prarodičům, při které dcery častěji pomáhají službami, synové finančně“.“³⁰

Být úspěšným rodičem znamená cítit, že si mne děti váží, považují mne za užitečného, stojí o mne a mají mne rády, nikoliv však být v jejich sevření. Podobně u dětí: cítí-li, že jejich rodiče je oceňují a považují za užitečné, že jim na nich záleží a mají je rádi, že však na nich nelpí, pak i ony cítí, že jejich rodiče byli úspěšnými rodiči.

A jaké jsou vztahy mezi rodiči a jejich dětmi jinde ve světě? Ve vyspělých kapitalistických zemích se vesměs zdůrazňují citové stránky soužití s dětmi a význam dítěte pro osobní růst rodičů. Vysoko se hodnotí skutečnost, že s dítětem je život daleko bohatší a že jeho výchova přináší rodičům mnoho nových, zajímavých a také závažných zkušeností.

„Srovnáme-li například rodinu naši a typickou rodinu USA, prvním do očí bijícím rozdílem je naše vázanost a tamní nevázanost. Děti v USA, ale i v západní Evropě, daleko časněji a rozhodněji opouštějí svou výchozí rodinu. Vztahy jsou pak nadále více formální a jsou zbaveny intimní emocionality. Rodiny se sice schází na Den děkuvzdání, ale to je něco jiného než naše Vánoce. Neodpovídalo by tamním „dobrým mravům“, aby se rodiče

²⁹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 425

³⁰ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 45

mladým „pletli do života“ ani aby mladí od rodičů žádali radu, pomoc, zastání a finanční podporu. Ulevit si u rodičů ze svých životních těžkostí je něco nepatřičného.“³¹

³¹ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 33

2.2 Mezilidské vztahy, prarodiče – rodiče

Výchova dětí je tvořivou prací, která je přístupná každému rodiči a dalece přesahuje jeho osobní život. Je zcela normální a přirozené, když si členové rodiny navzájem pomáhají, pokud se tak děje na základě toho, že si dva lidé vyjdou vstříc a uznají své životní potřeby. Požadavky jako „musíš to udělat, jsi má matka“, anebo „musíš mi dovolit, abych to pro tebe udělala, jsem tvá dcera“ mění vyjednávání o pomoci na poroučení.

Jak vážným způsobem mohou zasahovat prarodiče – babička či dědeček – do života svých dětí, nyní už rodičů? *„Mohou například protestovat proti narození dítěte, být výrazně nespokojeni s tím, že se vnuk nebo vnučka má narodit, nebo naopak připomínat až naléhavě, že vnučata by se už konečně narodit měla. Mohou zcela zásadním způsobem ovlivňovat ekonomické funkce mladé rodiny, mohou ji v kladném případě výrazně podporovat, nebo naopak její ekonomickou prosperitu znesnadňovat. Mohou zasahovat, a to často velmi významně, do procesu výchovy svých vnučat tím, že jim buď vnucují jiné normy, než jim dávají jejich rodiče, anebo naopak v pozitivních případech nahrazují chybné struktury a hierarchie hodnot hodnotami, které jsou obecně uznávané a pro danou kulturu platné. Mohou také vstupovat svými postoji a názory i do emočního soužití mladé rodiny a citově ovlivňovat svou dceru či syna proti manželskému partnerovi ve smyslu subjektivně zkreslené kritiky, odhalováním zdánlivě či skutečně slabých stránek osobnosti partnera, nebo opět naopak mohou svými pevnými postoji, svou moudrostí a svou tolerancí vést ke zpevnění manželského soužití svých dětí.“*³²

Jiná forma prarodičovské nezralosti se projeví odporem proti osamostatnění dětí, proti jejich známostem, sňatku, dětem. Takové babičky vidí ve svých synech a dcerách stále jen děti, a ne dospělé vdané a ženaté lidi. Žárlí na toho druhého, kdo jim jejich syna nebo dceru odvedl.

Ve většině případů se stává, že mladí manželé se snaží o maximální samostatnost a nezávislost na rodičích, ale *„i tam, kde se mladí manželé a zvláště mladé manželky usilovně snaží o naprostou samostatnost a nezávislost na rodičích, s postupujícím těhotenstvím se situace pozvolna mění. Budoucí maminka se zcela podvědomě vrací ke své matce, protože, jak říká spisovatelka McDonalldová ve své knize Co život dal*

³² MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 16

*a vzal – pupeneční šňůra je pouto, které přetrvává do smrti. Matka – budoucí babička by se v tom čase do určité míry měla opět stát tím, čím své dceři bývala v dětství, ovšem v nové, změněné situaci odpovídající rovině – oázou klidu a rovnováhy, pramenem věcných, rozvážných rad. Čím taktnější a rezervovanější budou rady a pomoc, tím to vše budou mladí ochotněji a upřímně přijímat.*³³

Být prarodičem právě narozeného děťátka není jednoduché. Nynější rodiče (naše děti) potřebují pomoc, ale snaží se být v péči o své dítě co nejsamostatnější. Prarodiče se tudíž musí od samého začátku učit diplomacii a taktice, aby jejich poučování a různá doporučení nevyzněly jako mentorování a kázání. Bez dobrých rad a zkušeností se to v prvních týdnech těžko všechno správně zvládne.

*„U nás jsou to prarodiče, kdo jako první sociální pomocná či ochranná instituce nastupují, není-li v mladé rodině něco v pořádku. A na to, co je nebo není v pořádku, mají zvláště dobře vyvinutá svá čidla. Proto například rozvod v mladé rodině a hrozící odcizení vnoučat je pro naše prarodiče nepoměrně větší psychickou zátěží (ba pohromou) než pro babičky a dědečky za Atlantským oceánem.*³⁴

Prarodiče často svá vnoučata až úzkostlivě sledují. Někdy je to k dobrému, neboť si všimnou i toho, co rodiče přehlédnou – někdy však skutečně celou rodinu svými věcnými obavami zbytečně plaší a „otravují“. A poněvadž úzkostní staří lidé bývají „tvrdohlaví“ a neodbytní, může z toho vzniknout v mnoha rodinách napětí téměř trvalé, a když ne trvalé, tak velmi časté.

Babičky a dědečkové pochopitelně do rodiny nepochybně patří. *„Nedělají tedy dobře ti mladí rodiče, kteří se rozhodnou, že jejich rodina je jen a jen jejich záležitostí a jejich děti, že jsou jen a jen jejich „vlastnictvím“.* Prarodičům dovolí, aby tak nanejvýš přišli na návštěvu. A čím méně je takových návštěv, tím se jim to zdá výhodnější. Babičky a dědečky vysunou ze svého života až kamsi za okraj. V takovémto případě zůstávají prarodiče citově neuspokojeni a to je nedobrý vklad do rodinného společenství. A navíc takoví rodiče ochuzují sebe i své děti právě o pozitivní přínos, jaký znamená pro vývoj osobnosti předivo zdravých, radostných, sympatizujících rodinných vztahů.³⁵

³³ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 30

³⁴ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 33

³⁵ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 30

„Nedělají ovšem dobře ani ti rodiče, kteří zaujmou opačný krajní postoj a prarodičům své dítě předají, aby se mohli věnovat svým zájmům, potřebám, kariéře, pracovní angažovanosti apod. Také tento postoj je zpravidla znamením nezralosti mladých lidí pro rodičovskou roli, k níž přirozeně patří překonat mladistvé zájmy a záliby ve prospěch něčeho vývojově vyššího a hodnotnějšího, což je v našem případě rodičovství.“³⁶

V době rodičovství se častěji začínáme vracet k tomu, co jsme prožili. Začínáme konečně rozumět i svému dětství. Ke svým rodičům, kteří se teď blíží sedmdesátce, se chováme daleko shovívavěji než dříve, vžíváme se častěji do jejich rodičovského postavení a začínáme chápat spojitosti, na které jsme dříve ani neměli čas pomyslet. Je to doba, kdy už nezískáváme mnoho nových přátel a kdy se už nepouštíme do mnoha nových podniků ani do nového učení, ale kdy v nás dozrává to, co bylo do nás kdysi výchovně vloženo. Kým? Především rodiči a všemi těmi, kdo s námi žili a měli nás rádi.

„Na své rodiče myslíme daleko více od chvíle, kdy sami máme děti. Také jim začínáme lépe rozumět – a rozumíme jim pak čím dál víc. Na své dědečky a babičky nejvíce vzpomínáme, když vstoupíme do jejich věku a když sami máme vnoučata. A také jim najednou nějak lépe rozumíme. Je to vlastně paradox: něčemu rozumíme podstatně lépe teprve s odstupem nějakých šedesáti či sedmdesáti let a při úpadku sil tělesných i duševních než kdysi dávno, kdy naše intelektové schopnosti byly na vrcholu a kdy jsme hýřili svěžestí ducha i těla.“³⁷

Během stárnutí rodičů se mění osobní vztahy mezi nimi a jejich dětmi. V první fázi představují rodiče pro rodinu svých dětí podporu, jak finanční, tak i např. převzetím některých „služeb“ (péče o malé děti, výpomoc v domácnosti aj.) nebo možností jednorázových „záskoků“ za rodiče.

„Orientace na rodinu a výpomoc dětem je u starých lidí součástí nového pojetí úlohy rodiny v životní dráze: rodina je pojímána jako „celoživotní dílo“, jako výsledek životních cílů. Toto „terminální“ pojetí rodiny se pak odráží i v instrumentálním přístupu, jenž se projevuje ve formě výpomoci dospělým dětem. Rodiče pomáhají svým dětem častěji, než je tomu naopak (Šipr 1981). Proto jsou děti také často spokojeny

³⁶ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 30

³⁷ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 33

s tím, že jejich rodiče ještě i v důchodu pracují, jednak získávají prostředky pro tuto výpomoc, jednak jim to dávám náplň života, kterou jim ony samy dát nemohou.“³⁸

Získáním starobního důchodu člověk ztrácí svou profesní roli a získává volný čas, který může věnovat rodině svých dětí. Staří lidé v důchodu jsou schopni, a obvykle i ochotni, mladým pomáhat a být v tomto směru nějak užiteční. Tímto způsobem potvrzují svou hodnotu a udržují si relativně dobrý sociální status alespoň v rámci rodiny. V této době bývají vztahy mezi starými rodiči a dospělými dětmi zpravidla stabilní a vyrovnané. Staří lidé nejsou zatím na nikom závislí, spíše naopak mladí potřebují jejich pomoc.

„Dřívější konflikty se zmírnily, ať už proto, že byly vyřešeny, nebo potlačeny, a nové v této době příliš často nevznikají. Určitým rizikem může být jen přehnaná dominance starých lidí, zejména žen, jejich tendence zasahovat do domácnosti dospělých dětí a snažit se je korigovat podle svých představ. Staří lidé bývají v této době ve vztahu ke svým potomkům ještě dostatečně sebejistí a sebevědomí, protože si uvědomují, že jsou pro ně potřební. Schopnost pomáhat, někdy až příliš zdůrazňovaná, slouží starým lidem jako podpora jejich sebeúcty. Staří lidé mohou někdy usilovat o potvrzení své užitečnosti méně přiměřeným způsobem. Motivace k takovému chování je logická – starý člověk chce být akceptován a mít v rodině svou nezpochybnitelnou pozici. Je na ní více emočně závislý, než byl dřív, protože nemá tolik jiných možností, a proto je ochoten do ní ve větší míře investovat. To je důvodem, proč staří lidé rodině svých dětí slouží, dávají jim téměř všechny finanční prostředky, které mají apod. Jejich ziskem je v tomto případě naděje, že nezůstanou opuštěni. Obětování, zejména proklamované, bývá někdy účelové. Staří lidé se dožadují vděčnosti za to, co pro mladší generaci udělali.“³⁹

S přibývajícím věkem se tento vztah obrací. Rodičům ubývá sil, zhoršuje se jejich zdraví, a posléze sami potřebují podporu. Nakonec to ve většině případů bývají děti, které vypomáhají svým rodičům. Zpočátku je tato výpomoc ve většině případů materiální.

Později tato materiální výpomoc nestačí a děti bývají občas zaskočeny situací, v níž péče o starého člověka vyžaduje buď pravidelné návštěvy, nebo jeho přijetí do vlastní domácnosti. Většina starých lidí také tuto péči od svých potomků očekává a dává jí naprostou přednost před jakoukoli jinou formou.

³⁸ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 484

³⁹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 484

„Od nepaměti patřila k mravním i společenským povinnostem dětí péče o staré rodiče. Bylo tomu tak ve všech společnostech. Starobní důchody jsou vymožeností tohoto století a důchody pro všechny teprve vymožeností poslední doby. Ale tato výhoda by neměla zbavovat děti povinnosti starat se a pečovat o staré rodiče, a pokud jsou odkázáni na nedostačující důchod, mělo by být samozřejmostí, že jim děti budou pravidelně přispívat.“⁴⁰

V mnoha případech nejde o to, že by se děti nechtěly o své staré rodiče starat až do konce jejich života, ale někdy to není proveditelné. Musí-li se dva dospělí lidé starat například o oboje rodiče nebo o dvě nemocné babičky, odkázané na jejich pomoc, vychovávat při tom vlastní děti a být plně zaměstnáni, je to příliš mnoho úkolů, které nelze po dobu několika let plně zvládat.

„Řešení je obtížné. Buď musí dcera nebo snacha opustit zaměstnání a být s nemocným rodičem doma, nebo se hledá placená síla, která by o nemocného v době nepřítomnosti dospělých členů rodiny pečovala.“

Najít spolehlivou ženu, která by o nemocného starého člověka svědomitě pečovala, je stejně těžké, jako hledat někoho k hlídání malých dětí. Někdy dokonce těžší, protože ošetřovat těžce nemocného člověka je psychicky i fyzicky mnohem náročnější než chodit na procházku s děckem. Najde-li se žena, je to pro rodinu úleva, ale zároveň velký finanční úvazek.“⁴¹

Nyní nastává nová dimenze vztahu mezi dítětem a rodičem. Jedná se o fázi postupného zvyšování závislosti starých lidí na svých dětech. Tato fáze je charakteristická narušením vztahové symetrie mezi prarodiči a rodiči. *„Nastává v době, kdy se starý člověk stane z nějakého důvodu ve větší míře závislým. Ztrácí možnost poskytovat pomoc, protože ji potřebuje sám. Taková proměna obsahu jeho role je pro staré lidi těžká. V této době si většinou uvědomují úbytek svých kompetencí a vzrůstající nemohoucnost. Většinou ještě bývají schopni posoudit svou situaci realisticky. Vědí, že se v rámci této závislosti stanou pro vlastní děti zátěží, a vzhledem k tomu se cítí vinní. Mají pocit vlastního selhání, které nemohou nijak ovlivnit, a jsou s danou situací nespokojeni. V tomto období pociťují ostych, když mají o pomoc přímo požádat. Byli by raději, kdyby jim ji jejich dospělé děti*

⁴⁰ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 50

⁴¹ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 141

samy nabídly. Cítí se v této situaci méněcenní a zbyteční, nechtějí být na obtíž a pokoušejí se najít nějaké přijatelnější řešení.“⁴²

V tomto období je důležitá komunikace mezi oběma generacemi. Komunikace je narušována třeba i v důsledku celkového zpomalení starých lidí a změna jejich prožívání času. *„Pro dospělé děti bývají nepříjemné časté požadavky starých rodičů, aby s nimi ještě pobýli, aby si s nimi sedli a popovídali apod. Výčitky, které následují, kdy všechno není podle představ starého člověka, cítí jako nespravedlivé. Mnozí staří lidé však nejsou schopni pochopit, že jejich dítě má mnoho jiných povinností, zatímco jejich den je stereotypně chudý na jakékoliv události.*“⁴³

Není vůbec zcela ojedinělé, že dospělé děti nevědí, jak by se ke starým rodičům měly chovat. Zpravidla ani nevědí, proč takové změny vznikají a jaké mají souvislosti. Musí řešit dilema, zda je nutné respektovat nároky starých lidí, které se jim jeví nesmyslné, nebo zda je možné rozhodovat za ně.

„Péče o staré rodiče i přes veškeré úsilí k žádnému pozitivnímu efektu nevede. Stárnoucí člověk chápe, že by měl převzít zodpovědnost za své rodiče, kteří už toho nejsou schopni, ale leckdy není možné takovou zátěž zvládnout. Lidé v této situaci často prožívají konflikt svědomí, tj. pocit povinnosti postarat se o starého a nemohoucího rodiče a strachu, že tento úkol bude nad jejich síly. Respektive že jejich obětování kvalitu života starého člověka o mnoho nezlepší a nebude nakonec ani doceněno.“⁴⁴

„Citový vztah se za těchto okolností mění v soucit, dospělému bývá starého rodiče líto. Je mu stále vděčný za to, co pro něj v životě udělal, ale aktuálně pro něho tento vztah citově uspokojující není.“⁴⁵

Péče o starého člověka může být natolik zatěžující, že blokuje jakoukoliv jinou možnost seberealizace. Navíc je to činnost, která nemá žádný viditelný pozitivní efekt, což může u starajících se dětí vést k pocitům frustrace či deprivace.

⁴² VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 484, 485

⁴³ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 431

⁴⁴ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 433

⁴⁵ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 432

2.3 Mezilidské vztahy, vnoučata – babička, dědeček

Tak jako dospívající děti zákonitě spějí k dospělosti a samostatnosti, jejich dospělí rodiče nezůstávají s vývojem pozadu. Postupně zrají k životní moudrosti, která je nejvyšší hodnotou pozdního věku dospělého člověka.

„Kdo nežije pro někoho, nežije ani pro sebe.“ Seneca

„Vztah k vnoučeti je jiný, než jaký byl kdysi vztah k vlastnímu dítěti. Prarodičovská role umožňuje znovu prožítí určité zkušenosti. Je zde možná korekce původních, rodičovských prožitků. Tato role potvrzuje pozici prarodiče uvnitř rodiny, jeho význam pro zachování generační kontinuity. Očekávané dítě je i jeho součástí, zdědí alespoň některé z jeho dispozic. Role prarodiče mění vztah s vlastním dítětem, které se stalo rodičem. V této době získávají všichni novou roli a s ní spojenou novou zkušenost. Prarodič tímto způsobem ztrácí další ze znaků své sociální nadřazenosti. Jeho dítě se rovněž stalo rodičem a získalo tak vyšší sociální status.“⁴⁶

Kontakt s potomky uspokojuje různé psychické potřeby starých lidí. Život dětí a vnuků přináší starému člověku mnohé podněty a zážitky, které by jinak neměl, protože jeho život by se stal stereotypnějším a v mnoha směrech omezeným.

„Vztah k dětem a vnukům je jedním z nejvýznamnějších zdrojů uspokojení potřeby citové jistoty, představuje jakési symbolické zázemí.“⁴⁷

Vnoučata se k prarodičům chovají zcela jinak než ke svým rodičům, mají k nim úctu, cítí se s nimi dobře a vyhledávají je jako výraznou emoční oporu. Ve svých různých vývojových obdobích se na ně obracují jako na nejdůvěrnější rádce, chtějí od nich pomoc a ochranu.

„Role, která je jim však v rámci zvláště starších tradic přisuzována – právě ta role klidných, moudrých a vyrovnaných lidí – nemůže být naplněna, jde-li o prarodiče, kterým vnoučata spíše překážejí, vadí jim v jejich dosud nenaplněných pracovních i emočních cílech. Někteří z nich dokonce fakt, že jsou již v roli babičky a dědečka, vůči svému nejbližšímu okolí zatajují, demonstrativně se styku s vnoučaty vyhýbají a naprosto zjevně svou prarodičovskou roli odmítají. Většinou používají fráze jako: „Já prostě s tím, co provedla moje dcera (syn), nesouhlasím, je to nerozum, který nebudu podporovat, a proto

⁴⁶ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 426

⁴⁷ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 483

*nechci o nějakých svých vnoučatech ani slyšet. Chci pokračovat ve svém životě a nebudu se ohlížet na to, jak se vyvíjí rodina mého dítěte.*⁴⁸

Zralost vztahu k narozenému vnoučeti nebo vnoučatům je dána mnoha faktory. Je to nejen věk, ale celkové postavení rodiny, profesionální kariéra, místo, kde rodina žije (je rozdíl mezi vesnicí a anonymním velkoměstem). Rozhoduje také počet vlastních dětí, věk, ve kterém se prarodičům narodily, potíže, které s jejich zdravím nebo s výchovou měli, ekonomická situace rodiny, ale také v neposlední řadě i obecné postoje ideové, například náboženské.

*„Jestliže se narodí krásné a zdravé dítě, rádi se s ním pochlubí, rádi je ukazují svým známým, kam přijdou, ukazují fotografie celé rodiny. Podstatně horší může být situace tam, kde se narodí dítě, které má například některou z dnes dosti častých vrozených vývojových vad.*⁴⁹

Vztah prarodičů vůči vnoučeti je utvářen mnoha okolnostmi a dalšími faktory.

„Jedním z nich je, zda jde o první, či druhé či třeba páté vnouče. Prvé vnouče může zaskočit, najít prarodiče nepřipravené, anebo naopak může být tím vytouženým princem či princeznou, na které celá rodina čeká. Může být zdrojem konfliktů, vzájemného osočování a nenávisti nebo důvodem k velké radosti a oslavám.

*Dalším důležitým činitelem je kolik jsme sami měli dětí a kterému z našich dětí se dítě-vnouče narodilo. Jiná situace je, když rodiče měli pouze jedno dítě, a zcela odlišná, když měli dětí několik. Pokud měli dětí několik, je rozdíl, zda se vnouče narodí dceři nebo synovi. Pořád ještě určitou roli hraje i rodové jméno, jehož nositelem je syn a po něm vnoučata mužského pohlaví.*⁵⁰

„Zkušenosti i odborné studie souhlasně říkají, že v babičkách „ožívají mateřské city“, když spatří sotva narozené dítě, které je svým způsobem také „jejich“. Není to sice železné pravidlo, ale většinou se tak vsutku děje – aspoň u nás. Novopečeným babičkám ve věku mezi čtyřicítkou a padesátkou se najednou vracejí všechny prožitky a poznatky z jejich vlastního mateřství, z období po porodu i z období dalších. Jsou najednou o řadu let

⁴⁸ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 23

⁴⁹ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 24

⁵⁰ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 25

„mladší“, mobilizují své zapomenuté a zasuté vědomosti, jsou plné energie a nadšení – všechno jde stranou. I vlastní manžel – nyní dědeček!“⁵¹

Dědečkové tedy – samozřejmě ne vždycky, ale přece jen ze všech členů rodiny zřejmě nejčastěji – představují humorný prvek v rodinném společenství. To je opět jedna specifická, významná, nezastupitelná výchovná funkce našich dědečků. V humoru je zajisté i kus životní moudrosti, což ostatně v našem výčtu dědečkovských vlastností také nechybí.

„Babičky a dědečkové jsou zpravidla více než vlastní rodiče ochotni nastavovat dětem tzv. biologické zrcadlo. To znamená, že dělají s dětmi a po dětech to, co dělají děti samy. Povídají si s nimi jejich dětskou řečí, opakují s nimi jednu hru tak dlouho, pokud na tom dítě trvá, lezou s nimi po zemi, dělají zvířátka – no zkrátka, dají se dětmi „ochotit“ a „osedlat“. Na tom všem není zajisté nic špatného – ba právě naopak, báječně to slouží vývojové stimulaci jak dítěte, tak prarodičů. Nebezpečí je jen v přehánění!“⁵²

Vnoučata, která mají k babičce takový vztah, že se jí svěřují s každým svým problémem nebo pochybnostmi a myšlenkami, jsou na tom dobře. Stejně tak jsou na tom dobře i jejich rodiče, protože rozumná babička dovede k dětským zpovědím zaujmout správné stanovisko a může tak vnoučatům včas poskytnout poučení o otázkách, na něž by neměly hledat odpověď u kamarádů. Může včas obrátit vývoj dobrým směrem dřív, než by se odchýlil na nesprávnou cestu.

„V raném věku mívají děti blíže k babičkám než k rodičům. Jako by si ty dvě vzdálenější generace byly bližší než ty přímo následné. Důvodů pro to je mnoho, ale rozhodující bude asi patřičný nadhled starších lidí, rozvaha, a co je pravděpodobně zvlášť závažné – čas! Schopnost a snaha udělat si čas být důvěrníkem, partnerem i zpovědníkem.“⁵³

Znamená to tedy, že v naplňování psychických potřeb dětí – tak, jak to děti samy pociťují – stojí prarodiče hned na druhém místě za rodiči.

„Tam, kde žily děti od narození v blízkosti babičky, vytvořil se úzký láskyplný vztah. Děti milovaly babičku s dědečkem, ti dva zase je, ale bylo to ještě něco víc. Děti milují

⁵¹ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 57,58

⁵² MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 59

⁵³ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 96

*i prostředí, ve kterém prarodiče žijí, všechno je jim důvěrně známé jako jejich domov. Mnohdy se tam cítí lépe než u rodičů, kde třeba platí více zákazů než povolení, zatímco u babičky je větší volnost a svoboda. Má-li babička zahrádku, psa či jiná domácí zvířátka a umí si udělat pro vnoučata dostatek času, jsou tam nejspokojenější.*⁵⁴

Zatímco ženskou záležitostí je spíše první období života dítěte, jsou mužskou záležitostí především fáze pozdější. V případě syna si otec (dědeček) spíše připomíná, když toto dítě (dnešní otec) začínalo lézt, začínalo běhat, začínalo mluvit, co provádělo, jaké humorné a jaké dramatické chvíle s ním prožíval atd. Typické je, že v dědečkovi mívají vnoučata často vydatnou oporu, jakož i ochránce před otcovskými tresty při svých školních obtížích (a ovšem i nejrůznějších lumpárnách mimoškolních), protože on je tím, kdo pamatuje, jak se učil a choval jejich otec ve srovnatelné době a ve srovnatelných situacích.

Vnoučata se dovídají nejenom to, co sami jejich prarodiče zažili, ale i to, co oni se dozvěděli od svých předků. Pamatují si nejrůznější rodinné zkazky, humorné příhody i tragédie, anekdoty, věci dobré i zlé. A pro vnuky je to zpravidla bližší, srozumitelnější a i poučnější než mnohé kapitoly ze školní učebnice dějepisu.

*„Základní úlohou dnešních babiček a dědečků tedy je pomáhat vytvářet, a to uvědoměle a cílevědomě, citové zázemí v rodině, tak aby přineslo uspokojení všem jejím členům, a připravovat děti pro život ve společnosti.*⁵⁵

Po narození zdravého vnoučete nebo vnoučat obvykle dochází k uspokojení mnoha psychických potřeb prarodičů. Jednou z nich je **„potřeba stimulace** - vnouče přináší mnoho nových podnětů, s nimiž je spojena možnost různé prarodičovské aktivity, obvykle příjemné a lákavé. S vnoučaty je možný návrat k atraktivním činnostem dětského věku, které stárnoucího člověka těší samy o sobě. Dítě může samozřejmě působit i rušivě, zejména pokud rodina žije společně v malém bytě.

Potřeba orientace – prarodič se musí přizpůsobit nové situaci, změně mnoha rolí a vztahů. Učí se rozumět vnoučeti, oživují se v něm vzpomínky na dobu počátku jejich vlastního rodičovství, na období, kdy byly jeho děti malé.

Potřeba citového vztahu – vnouče je vděčným objektem citové investice, přijímá lásku dědečka i babičky a oplácí ji. Pro mnohé prarodiče je takový vztah velice důležitý, protože je autentický, živý a neoslazuje jej žádný stereotyp. Někdy je významný

⁵⁴ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 54

⁵⁵ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 9

i tělesný kontakt, mazlení s dětmi, které je příjemné jako projev blízkosti a na jiné neerotické úrovni jej společnost nepřipouští (Perlmutter a Hall, 1992).

*Potřeba seberealizace – zdravé vnuče potvrzuje kontinuitu i kvalitu rodu, a tím i prarodiče. On se s ním také chlubí, je to i jeho potomek, přestože se narodil v další generaci.*⁵⁶

Vnuče uspokojuje mnoho psychických potřeb prarodiče: plně je akceptuje, vyjadřuje mu jednoznačnou citovou náklonnost, má téměř vždycky radost z jeho přítomnosti a obdivuje jej, co všechno umí. Takový vztah už k němu nikdo jiný nemá a mít nebude. Partner i vlastní dospělé děti jsou kritičtější a nejsou tak citově bezprostřední. Prarodič prožívá svou důležitost, kterou pro vnučka má, a ochotně se účastní různých společných aktivit. Vnuk je někdo, komu může předávat svoje zkušenosti a kdo je ochotně, a zatím i nekriticky, přijímá. Tímto způsobem se projevuje generativita prarodičovské role.

„Ve vztahu k vnučeti představují prarodiče jakousi psychosociální pojistku, která by mohla kompenzovat nebo alespoň doplňovat rodičovské působení.

*Postoj prarodičů je více emocionální, poskytuje vnučeti jinou kvalitu stimulace. Prarodiče jsou klidnější, mají méně jiných, osobně důležitých zájmů, a proto se dítěti ochotně věnují. Nemusejí se pro tuto činnost ničeho subjektivně významného vzdávat. To platí leckdy víc pro muže než pro ženy. Proměna mužské osobnosti v období stárnutí je z tohoto hlediska příznivá. Role dědečka vyjadřuje mužské pečovatelství i generativitu pozdní dospělosti. Pro stárnoucí muže je to většinou nová zkušenost, zatímco role babičky je ve značné míře spojena s opakováním podobného zážitku, jaký byl spojen s její mateřskou rolí. Z. Matějček (1997) připomíná, že prarodiče ochotněji slouží jako tzv. biologické zrcadlo. To znamená, že napodobují to, co děti samy dělají. Mají tendenci rozmazlovat a jsou ochotni pro ně více obětovat.*⁵⁷

Vnuče může mít pro prarodiče i jinou, často větší hodnotu, než pro ně měly vlastní děti. Partnerský vztah je stabilizovaný, ale žádný větší emoční impulz už neposkytuje. Pro prarodiče se tedy vnuče může stát smyslem jeho dalšího života. Malé dítě je potřebuje a zároveň uspokojuje i jejich psychické potřeby.

⁵⁶ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 427

⁵⁷ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 428

Prarodiče se starají o vnoučata především a velmi často v raném školním věku. V tomto vývojovém období jsou pro ně autoritou i citově významnou bytostí. „*Vnoučata je plně akceptují a jsou pro ně vesměs vítanými společníky. Prepubertální dítě prarodiče potřebuje a poskytuje jim svým chováním jednoznačně pozitivní zpětnou vazbu. V průběhu relativně krátké doby začnou děti dospívat a prarodiče zestárnou. Jejich vzájemný vztah se v důsledku toho změnit.*“⁵⁸

S plynoucím časem stárnou pochopitelně obě generace – prarodiče i vnuci. Nastává nová fáze jejich vztahu – fáze asymetrie. Staří lidé se postupně stávají závislími na pomoci mladších členů rodiny, to znamená i na generaci vnuků. „*Nejmladší generace získává tímto způsobem nejen novou dominantní roli, ale i určitou míru zodpovědnosti za závislého a nesoběstačného starého člověka. Mladí lidé bývají k nezvyklým projevům prarodičů mnohdy shovívavější a tolerantnější než jejich rodiče. Jejich osobnostní proměnu akceptují s menšími problémy. Nevadí jim zapomínání či různá podivínství. Nenutí staré lidi dodržovat striktní pořádek a životosprávu. Dopřejí jim i to, co pro ně z rozumového hlediska není příliš vhodné. Mnohdy se v této době alespoň částečně obnovuje solidarita vnuků se starými lidmi. Mladé lidi tolik nedráždí iracionální potřeby prarodičů, protože k nim přistupují jinak než střední generace. Nejsou sice schopni převzít veškerou péči o starého člověka, ale jsou ochotni se na ní nějak podílet, zejména pokud mají na babičku či dědečka hezké vzpomínky.*“⁵⁹

⁵⁸ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 486

⁵⁹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 486,487

2.4 Senioři a současná mladá generace

Senioři mají významnou úlohu pro rodiny svých dětí. Tento názor koresponduje s českým přístupem rodičům k dětem, o které se často starají daleko za práh dospělosti. Láska a péče o děti se rozšiřuje na celou rodinu dětí. Senioři plní pro rodiny svých dětí řadu funkcí v různých rovinách – finanční, ekonomické, pečovatelské, sociální, organizační, výchovné, psychické. Prarodiče existují jako záloha pro řešení krizových situací, nemoc dítěte, výpadek školky, prázdniny, nákupy a celou řadu dalších aktivit.

„Zatímco úkolem věku mladistvého je zrát k dospělosti, je úkolem věku pokročilého zrát k životní moudrosti. Prarodiče jsou mostem mezi postojem a svým osobním příkladem. Prarodiče jsou mostem mezi minulostí a současností, jsou živým svědectvím kontinuity života, zprostředkují těm mladým tradici. Oni mají zkušenosti se životními výhrami a prohrami, bolestmi a radostmi, s úspěchy a s ponížením. Mohou učit ty mladší generace, jak rozumět lidem, jak řešit konfliktní situace, jak se vyrovnávat se ztrátami a jak pomáhat tam, kde je pomoci třeba.“⁶⁰

Základní rysy povahy osobnosti se nemění, zůstávají zachovány po celý život, jen se jejich hroty obrušují a zušlechťují, ale špatné vlastnosti se na dobré nemění. Takže babičky a dědečkové mohou být zlostní, nesnášenliví, ale i špatní hospodáři a nespolehliví vychovatelé. Stáří nedělá z lidí anděly, i když zpravidla se s postupujícím věkem prohlubuje smysl pro povinnost.

„Babičky si se svými vnučkami rády připomínají své „první lásky“ a všechno vzrušení i trápení kolem nich, těší se s nimi do tanečních, šijí a pletou pro ně, mluví s nimi o módě - zkrátka, v ženském světě je mezi generacemi asi více pojítek než ve světě mužském. Dědečkové s vnuky do tanečních nechodí a jejich milostné výboje zpravidla moc nesledují. Zajímá je více jejich odpovědnost, jejich známosti a „party“, jejich příprava na povolání.“⁶¹

Starší generace sice ve svých postojích často dává najevo, že normám a hodnotám, které zastává, nepřikládají ostatní odpovídající význam, ale při svém hodnocení současnosti bývají realističtější než mladší generace. Mají přesnější odhad při historickém srovnání, což jim umožňuje dívat se na přítomnost kritičtější, ne však s negativismem.

⁶⁰ MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 14

⁶¹ MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada, 1997, s. 65

„Etapy mládí a stáří jsou si v mnohém podobné. Mladí a staří jsou si vzájemně bližší než jedni i druhí se střední generací, ať se to projevuje zvýšenou nekompromisností, zaujatostí pro svou pravdu, kategoričností, nebo důrazem na kontrast velkých cílů ideálů na jedné straně a všedních potížích na straně druhé. Stáří obsahuje jistou dávku rezistence vůči adaptivním mechanismům, která ho sbližuje s mládím.“⁶²

Starší generace – seniorská generace – má dost často sklon pokládat své normy za objektivní a dané. Mají přirozeně odpor ke všem náhlým zvrátům životního stylu, módy, ba i průmyslovým technologiím. Mladí zase naopak pokládají své názory, své postoje, záliby za jediné správné, pravdivé a nutné. A slovo generace dostává tak přízvuk konfliktu.

„Jenomže pojem generace má ve skutečnosti hlubší obsah. Vědomí generační příslušnosti patří nepochybně k trvalým přívlastkům mladistvého věku. Přichází přirozeně a nutně s vývojem vztahů k druhým dětem, s nimiž našeho mladistvého nyní spojuje nejen věk a společné zatížení školními povinnostmi, ale i společné zájmy a postoje, společné zkušenosti, společná potřeba odlišit se a „osvobodit“ od svých rodičů a ostatních vychovatelů, společná potřeba samostatnosti a otevřených životních perspektiv. Velmi výstižně popsal tyto potřeby mladistvých velký pedagog A. S. Makarenko. A proto zřejmě je dovedli i tak dobře podchytit.

Od věků do věků platí, že jedna lidská generace připravuje pro generaci svých dětí životní podmínky, ve kterých sama nevyrostla. V posledním století, kdy se civilizační proces mimořádně urychlil, platí toto pravidlo se zvláštní naléhavostí. To ovšem znamená, že funkce rodičů jako učitelů svých dospívajících dětí nebo jako následovníhodných modelů v nejrůznějších otázkách kultury, techniky, hygieny apod. je dnes více omezená než kdykoli dříve.

Bylo by to jistě krásné, kdyby jedna lidská generace mohla předávat vždy té následující všechny, opravdu všechny své zkušenosti. Kolika chyb by se ti mladí mohli vyvarovat a oč šťastnější život by měli. Takhle nějak si to představují lidé střední generace, které už mají dost životních zkušeností, pracovních strategií, ba někdy i životní moudrosti. A poněvadž jim na dětech tolik záleží, není divu, že se snaží jim své zkušenosti předat – a to někdy hlava nehlava.“⁶³

⁶² ALAN, J., *Etapy života očima sociologie*, 1. vyd., Praha: Panorama, 1989, s. 389

⁶³ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 325

Ostatně příslušníci té nejstarší generace obvykle těm nejmladším své zkušenosti tolik nevnučují, jako to dělají příslušníci generace rodičovské. Ti jsou totiž ještě plnými nohama v současnosti či vlastně oni současnost vytvářejí, a tak tedy mají tendenci předávat své zkušenosti bez zábran a bez odstupů. Někdy dojdou věci tak daleko, že mladý člověk otrávený věčnými příklady ze života rodičů už nevnímá ani to dobré, co mu ten starší nabízí a dává.

„Mladý člověk je převážně zaměřen do budoucnosti a pozoruhodně málo se zajímá o svou minulost. Starý člověk naopak má poměrně krátkou budoucnost před sebou (tím úzkostněji na ní mnohdy lpí) a dlouhou minulost. Žije v ní někdy více než v současnosti, protože byla bohatší, uspokojivější, tvořivější – a protože jí dnes také daleko lépe rozumí než tehdy, když ji prožíval. Člověk v generaci rodičovské je kdesi uprostřed. Má ještě daleký výhled do budoucnosti, ale cítí už její konečnost. Budoucnost mu více než kdy dříve ztělesňují jeho děti, neboť jen v dětech vlastně přesahujeme svůj osobní čas.“⁶⁴

„Nejstarší generace pak už na tom, co byl vytvořeno, výslovně lpí. Dívá se zpět a hodnotí. Zatímco ti mladí „vědí“, co všechno se má udělat, ti starší vědí nejlépe, co všechno se může zkazit.“⁶⁵

„Zůstaneme-li zatím u srovnání mládí a stáří, můžeme vymezit některé jejich odlišnosti, plynoucí z toho, že mladí vstupují do společnosti, která je pro ně daná, kdežto starší žijí ve společnosti, kterou spoluvytvářeli. Právě důsledky tohoto rozdílu bývají zdrojem určitých mýtů o rigiditě stáří:

- zatímco mládí je obdobím, v němž převažuje sklon měnit svět, do něhož vstupují, stáří je s ním příliš osobně spojeno a má tendenci ho hájit.
- dominantním rysem mládí je aktivita, důraz na čin (jakkoli je sevřen socializačními a adaptačními mechanismy), ve stáří převládá hodnocení, zvažování.
- motivem duchovního vztahu ke společnosti je v mládí touha vyznat se v ní a v sobě, ve stáří je důraz přesunut na snahu vyznat se v sobě a ve svém vztahu ke světu.
- socializační problém pro mládí je přizpůsobení, pro stáří spíše vyrovnání.

Z těchto (obdobných) distinkcí plyne rozdíl v typu jednání, které je v mládí určeno aktivitou, ve stáří spíše reflexivitou. Na úrovni subjektivity je pro mládí určující „člověk ve

⁶⁴ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 326

⁶⁵ MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 328

společnosti“, pro stáří pak „společnost v jedinci“. A v rovině časové perspektivy u mládeži orientace na budoucnost, ve stáří větší důraz na minulost. S věkem se tedy mění vztah k vlastní životní dráze, zahrnující i vztah k okolnostem této dráhy.⁶⁶

Současná mladá generace v některých případech ztrácí vědomí kontinuity všech generací, které se udržovalo společným soužitím rodinných příslušníků různého věku. Vzhledem k tomu nepocituje se starými lidmi sounáležitost, chápe je jako příslušníky jiné, podřadnější kategorie, s níž nemá nic společného. Stáří z tohoto pohledu nemá žádné hodnotné kompetence a v závislosti na tom ani přijatelný sociální status.

„Mladší lidé mívají v komunikaci se starým člověkem tendenci manipulovat jej do role pasivního příjemce určitých sdělení či pokynů, od něhož se neočekává aktivnější reakce, nanejvýš odpověď na otázku. C. Pichaud a I. Thareauová (1998) považují za symbolické vyjádření tohoto vztahu i obvyklou asymetrii pozice obou komunikujících partnerů: starý člověk zpravidla sedí nebo leží a jeho dospělé děti (případně zdravotnický personál) stojí. Starý člověk je v pasivní a submisivní pozici, často nemá mnoho možností, jak se proto ní bránit. Lidé jsou ochotni mu pomáhat, ale nepovažují za nutné mu naslouchat. Tento typ latentní izolace snižuje sebeúctu starého člověka a stimuluje různé obranné reakce (které se mohou jeho okolí jevit jako patologické chování – např. zdůrazňování tělesných potíží, bolesti, neudržení moči).“⁶⁷

Skupinu starých lidí v důchodu lze považovat za určitou sociální minoritu, která je majoritní společností někdy chápána jako nevýznamná, neužitečná a neproduktivní. Je definována ekonomickou závislostí na společnosti a omezenou možností do dění této společnosti nějak zasahovat.

Bez významu není ani postoj části společnosti, která od starých lidí už nic neočekává, nevyžaduje, v krajním případě jejich snahu o nějakou činnost dokonce odmítá a zesměšňuje.

⁶⁶ ALAN, J., *Etapy života očima sociologie*, 1. vyd., Praha: Panorama, 1989, s. 386

⁶⁷ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 463

3 SENIOŘI A SOUČASNÉ SPOLEČENSKÉ KLIMA

3.1 Život osamělého seniora

Pocit osamocení senioři zažívají poněkud častěji než zbytek populace. Avšak senioři i mladší populace zažívají častěji depresi než pocity osamocení. Osamocení je však v současné české společnosti pocíťováno jako tíživý problém. Samoty se nejenom bojí senioři, ale i mládež, a to mnohem více než ze smrti.

Zdá se, že osamocení sice není tak patrné jako třeba znečištěné životní prostředí, ale stejně tak v jiné, sociální dimenzi se stává civilizačním problémem, když ne globálním, tak určitě problémem euroamerické civilizace.

„Pro starého člověka mají značný význam lidé v sousedství, kteří vytvářejí jeho sociální teritorium. To je jeden z důvodů, proč je pro staré lidi stresující měnit bydliště.

Dalším důležitým prostředkem k udržení potřebného sociálního kontaktu je telefon. Pomocí telefonu může být starý člověk kdykoli v kontaktu i s lidmi, kteří jsou fyzicky vzdáleni. Telefon podporuje pocit dostupnosti lidské společnosti, pocit jistoty a bezpečí, že je v případě potřeby možné někomu zavolat. Proto staří lidé tak dramaticky prožívají i krátkodobou poruchu telefonu: přerušuje jejich, často jediný, kontakt se světem.

Problém pocitu prázdnoty života v důchodu často spočívá v tom, že lidé si zvykli být manipulováni, akceptovat nějaký program a řídit se podle něj. Pro dobu v důchodu však společnost žádný závazný program neurčuje. Člověk si jej musí vytvořit sám, a to mnozí lidé nedovedou. Svoboda volby je pro ně zatěžující. Spokojenost starého člověka závisí v takovém případě do značné míry na něm. Tento způsob řešení je pro mnohé lidi obtížný a nepříjemný. Nebyli zvyklí se sami rozhodovat a ve stáří se už vůbec rozhodují neradi. Běžným kompromisem bývá přijetí nějakého modelu chování známého důchodce ze stejné sociální skupiny.“⁶⁸

Důchodce mívá méně sociálních kontaktů a má omezenější možnosti sdílet s nějakým člověkem profesní zkušenost. Stýká se s mnohem menším počtem lidí než dřív a ztrácí pocit sounáležitosti s nějakou profesní skupinou (může jít i o vazbu na prostředí pracoviště). Často mu zbývají jenom členové rodiny, přátelé (pokud je má) a lidé ze sousedství. Starý člověk, zejména pokud je pohybově limitován, bývá ve větší míře

⁶⁸ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 465

odkázán na informace a podněty, které přinášejí média. V této době lidé obecně více sledují televizi a poslouchají rádio.

„Starý člověk potřebuje někam patřit a být někým akceptován – v době důchodu mu tuto potřebu může saturovat jen rodina, event. přátelé. Odchod do důchodu zvyšuje riziko sociální izolace, zejména u lidí, kteří žijí osaměle.“⁶⁹

Senioři dost často a ochotně přijímají různé funkce v dobrovolnických organizacích, ve větší míře se fixují na manželského partnera, event. na celou rodinu.

Ženám – seniorkám - zůstává uplatnění např. v domácnosti a v péči o rodinu. V jejich případě je samozřejmě důležitý i subjektivní názor, tj. do jaké míry je právě tato činnost osobně uspokojuje.

„Důchod zhoršuje i ekonomickou situaci starého člověka. Důchodce musí víc šetřit a vzdát se některých požitků, které jsou vázány na peníze. Nebude si moci dopřát totéž co dřív a navíc mohou stoupat různé, pro stáří typické výdaje, které dříve neměl. Například náklady na léky, dietní potraviny, pomoc v domácnosti. Úroveň konzumu má i svůj sociální význam, člověk jím demonstruje svůj status. Lidé v důchodu mohou citlivěji prožívat zhoršení své pozice i na této úrovni.“

Bezprostředně po odchodu do důchodu se člověk nachází v jakési přechodné fázi, kdy opustil dosavadní styl života a nemá ještě vypracovaný nový. Reakce na odchod do důchodu se může projevit změnou prožívání, uvažování a z toho vyplývajícím chováním. Bezprostřední emotivní reakce na ukončení pracovního poměru může být různá, od pocitů smutku až k euforii.“⁷⁰

Někteří lidé mohou naopak chápat důchod jako dobu nekonečné dovolené, možnosti užívat volnosti a věnovat se činností, na které dříve neměli čas.

„K deziluzi dochází i u těch lidí, kteří se těšili na nějakou činnost nebo na odpočinek. Po určité době se jí nasýtí a nyní se cítí zklamáni. Odpočinuli si, udělali všechno, co chtěli, a najednou nejsou tak spokojeni, jak očekávali. Teprve nyní si začínají uvědomovat, že se jejich život změnil.“⁷¹

Mnozí důchodci si v tomto období najdou nějaké částečné zaměstnání, které by jim umožnilo plynulejší přechod na jiný styl života.

⁶⁹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 469

⁷⁰ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 470

⁷¹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 471

Stabilizují se i sociální kontakty, mohou se obnovovat některá přátelství, event. vztahy s příbuznými.

Změny nastávají i v partnerském vztahu stárnoucích manželů. *„Postoj starých mužů a žen k manželství bývá poněkud odlišný. Muži, kteří ztratili svou sociální pozici odchodem do důchodu, bývají na rodině více závislí než dříve. Ženy mívají v průměru více sociálních kontaktů mimo pracoviště i mimo rodinu, a proto se jejich sociální pozice nemění v takové míře. Jejich role v domácnosti zůstává zachována, ve srovnání s muži zde mají dominantnější postavení. Bývají ve větší míře citově vázány na děti a častěji se spoléhají i na jiné příbuzenské, nebo na přátelské vztahy.“*⁷²

Změna postoje k manželskému partnerovi bývá spojena se změnou sebehodnocení, mění se i názor na toto manželství, na jeho význam a smysl. Manželský vztah se stává významnějším sociálním zázemím, než byl dřív, je zdrojem potenciální jistoty a bezpečí.

*„Manželé v důchodu jsou nuceni strávit spolu mnohem více času, než byli zvyklí. V důsledku toho může snadno dojít ke vzájemnému přesycení a mohou se odkrýt různé rozdíly v zaměření osobnosti. Takové problémy se dříve tak často neobjevovaly, protože oba manželé trávili dost času v zaměstnání. Někdy můžeme mluvit až o ponorkovém efektu. Tímto způsobem se zvyšuje vzájemná přecitlivělost a vzrůstá riziko různých, většinou malicherných konfliktů.“*⁷³

Staří manželé mívají rovněž společné radosti: nejčastěji je to kontakt s dětmi a vnuky, může to být zahrádka, pes, společný pobyt na chatě, procházky apod.

*„Manželský partner má pro starého člověka vysokou hodnotu: je blízkým člověkem, stabilním společníkem, který je vždycky k dispozici a většinou od něj lze očekávat i porozumění, podporu a pomoc v nesnázích. Problémy jednoho starého manžela se týkají vždycky i toho druhého a nějakým způsobem zatíží a naruší také jeho život. Starý člověk je k podpoře svého partnera motivován mimo jiné i svými vlastním potřebami. Partner je pro něho v mnoha směrech důležitý a bez něho by mu byl hůře.“*⁷⁴

„Zdrojem časté a závažné stresové situace je ve stáří nemoc manželského partnera. Nemoc partnera je prožívána jako vlastní ohrožení. Starý člověk se bojí ztráty partnera, nemohoucnosti, ale i změny stylu života, která z této situace vyplývá.“

⁷² VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 474

⁷³ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 472

⁷⁴ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 477

Nemocný partner se může stát břemenem, protože taková péče je náročná fyzicky i psychicky. Pro starého člověka je taková zátěž leckdy téměř neúnosná, zejména je-li s nemocným sám. Mnohdy jej vyčerpává natolik, že se po určité době zhroutí a je třeba hledat pomoc i pro něho. Dlouhodobá péče o závažně nemocného, bezmocného či demenčního manželského partnera může vést až k syndromu vyhoření. Ten se vyskytuje zejména u žen v důchodovém věku, které jsou k partnerovi vzhledem k jeho bezmocnosti trvale připoutány a izolovány v domácnosti v roli pečovatelky. Těmto starým ženám chybí nejen odpočinek, ale i kontakt s jinými lidmi, příjemné zážitky a přijatelná perspektiva.“⁷⁵

Společnost považuje za normální, že se stará žena obětuje svému partnerovi a postará se o něho i v tak těžké situaci. Očekává, že žena musí být schopna a ochotna takový úkol přijmout a zvládnout. Pokud by tomu tak nebylo, je trestána společenským odsouzením ve větší míře, než by byl muž.

Od mužů se nic takového neočekává, nikdo nepředpokládá, že by muž mohl tak obtížnou situaci zvládnout sám. Z toho plyne i větší ocenění mužů než žen za stejnou péči. Muži navíc řeší podobné problémy jiným způsobem, hledají různou, především odbornou pomoc.

„Sedmdesátiletý vysokoškolák pečoval o svou ženu trpící Alzheimerovou chorobou. Nenamlouval si, že je to lehké nebo že je třeba se obětovat. Naopak, věděl, že je to velice obtížné, ale chtěl vydržet. Nechtěl ji opustit v těžké chvíli, kdy jej nakonec ani nepoznávala. Chtěl své manželství přijatelným způsobem dožít a chtěl dokázat, že „nebude srab“. V poslední fázi se nechal se svou již těžce demenční ženou hospitalizovat ve stejném pokoji a sdílel s ní její poslední dny. Po smrti manželky se poměrně brzy adaptoval na novou situaci, našel si přítelkyni, nový životní styl atd., ale svou předcházející životní fázi uzavřel důstojně.“⁷⁶

„Obvyklou zátěží, kterou přináší stáří, je ovdovění. Subjektivní stres, spojený se ztrátou partnera roste přímo úměrně s věkem. Starší člověk obvykle trpí více než ten, který ovdoví v mladším věku. Staří lidé snášejí ztrátu partnera hůře, i když vědí, že je to v tomto věku běžné. V pokročilejším stáří je ztráta celoživotního partnera téměř nenahraditelná a ovlivní všechny složky života starého člověka.“⁷⁷

⁷⁵ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 478

⁷⁶ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 479

⁷⁷ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 479

„Ovdovělý člověk nemá pro koho žít, mnohé běžné každodenní činnosti se nyní jeví zbytečné. Často dochází k narušení nebo dokonce k rozpadu denního režimu a navykklých rituálů. Takový člověk ztratil motivaci, aby něco dělal, protože není pro koho. Prožitek ztráty partnera je trochu jiný u starého člověka než u dospělých dětí, jejichž životní program i způsobem uvažování a prožívání je odlišný. Nejde o to, že by je tato smrt zasáhla méně, ale jejich aktuální život je bohatší a budoucnost otevřenější. Oživení tématu vlastní smrti nebývá pro staré ovdovělé lidi vždycky děsivá, někdy si dokonce přejí zemřít a následovat tak svého manželského partnera.“⁷⁸

Někdy také ovdovělá babička nebo osamělý dědeček svůj byt opustí a nastěhují se natrvalo k některému ze svých dětí. Takové řešení je pro starého člověka možná ještě složitější, než když se mladá dvojice nastěhuje k němu. Je to náročnější zařazení do nových podmínek nového kolektivu než na kterémkoliv pracovišti, i když jde o kolektiv nám nejbližší.

Je důležité mít širší síť přátel a známých, pokud máme jednoho nebo dva blízké přátele, můžeme se po jejich odchodu dostat do těžké sociální izolace. Pěstování dobrých vztahů s rodinou je úkol na celý život a jeho naplnění přijde právě ve formě podpory od dětí a vnoučat.

„V návaznosti na změny přichází nutnost hledat nový způsob života ve stáří. Nejčastěji jsou to změny v úrovni péče o sebe a také zvýšené nároky na pomoc okolí. Ty pak vedou seniora, nebo častěji jeho okolí, k hledání vhodného místa pro život. Moderní pohledy na stáří upřednostňují aktivní přípravu na dobu, kdy člověka potřebuje intenzivní pomoc a péči. Většina seniorů žije v domácnosti za pomoci a podpory blízkých lidí.“⁷⁹

Starší člověk, který je více aktivní, je také adaptabilnější na nové prostředí a jiný životní styl, je schopen se snadněji „zabydlet“ v nové lokalitě a seznámit se s novými lidmi či spolupracovníky. Má tudíž snazší šanci začlenit se do způsobu života, který je mu ve stáří nabízen.

„Mezi hrozby stáří patří i obava ze ztráty nezávislosti. Obava je spojena s pojmy: bezmoc, ponížení, ignorance okolí, strach z odloučení, ztráta autonomie, nesoběstačnost.“⁸⁰

⁷⁸ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 479,480

⁷⁹ VENGLÁŘOVÁ, M., *Problematické situace v péči o seniory*, 1. vyd., Praha: Grada, 2007, s. 14

⁸⁰ TOŠNEROVÁ, T., *Jak si vychutnat seniorská léta*, 1. vyd., Brno: Computer Press, 2009, s. 14

Další obavou je samota a osamocení. Ať řekneme o samotě cokoli, většina lidí ji chápe jako něco negativního... Samotu si spojujeme se slovy jako nuda, smutek, nepochopení, deprese, vyloučení ze společnosti či komunity, dokonce někdy i sebevražda.

Pocit osamění ovlivňují celkem tři faktory. Odloučení od rodiny, složitý osobní život, zdravotní problémy.

Skutečnost, že někteří starší lidé mají méně přátel nebo příbuzných než dříve, ještě neznamena, že už u nich neexistují sociální vztahy. Podstatná je kvalita vztahů, ne kvantita. A tak se někteří lidé cítí osamoceni i uprostřed davu.

Pro některé lidi je pak obtížné vyrovnat se se samotou. Dokonce se u nich může vyskytnout i patologické chování. Samota pro ně neznamena jenom skutečnost, že žijí sami, ale dost často se zde může objevit i pocit, že s nimi už nikdo nepočítá. Jejich samota se váže s duševní bolestí i utrpením. Tento pocit osamění bývá doprovázen skutečností, že starý člověk se uzavře do sebe, podceňuje se (už si nevěří a cítí se ostatními lidmi opuštěný), dostávají se občasné deprese, sebevražedné pokusy, dokonce někdy i sebevražda!

Jak se může seniorská populace vyrovnat nebo bojovat s pocitem samoty či osamocení? Na tuto otázku je velice složitá odpověď, protože každý člověk je de facto sama o sobě individualita. S tímto skličujícím pocitem se lze vyrovnat například častým kontaktem s rodinou, s přáteli, domácím mazlíčkem či sledováním televize.

*„**Rodina** - život v páru je v pokročilém věku často dobrou obranou před samotou. Rovněž vztahy s dětmi a s vnoučaty jsou velmi důležité, aby nevznikl dlouhodobý pocit osamění.“⁸¹*

*„**Telefon** – díky telefonu může být člověk spojen s okolním světem, kdy se mu zachce (volaný však musí být přítomen!).“⁸²*

Televize – dává lidem možnost někdy prožít hezké chvíle, většinou zaplní čas a zaměstná. Často slyšíme od starých lidí, že televize je jim společníkem.

⁸¹ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 79

⁸² PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 80

„Domácí mazlíček - přítomnost zvířete je vyhledávaná především proto, aby člověk někoho měl. Zvíře opuštěnému pomáhá překonat samotu. Někdy je vztah ke zvířeti stejný jako vztah k jinému člověku.“⁸³

„Staří lidé dělají všechno pro to, aby se vyvarovali samoty. Udržují vztahy s rodinou, se sousedy. Jiní se pouštějí do práce v různých spolcích nebo se chodí rozptýlit a setkávat s přáteli do klubů... Jsou však lidé, kteří s bolestnými pocity, které vytvářejí jejich samotu, bojují s mnohem většími obtížemi...“⁸⁴

⁸³ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 78

⁸⁴ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, s. 81

3.2 Život seniora v domově pro seniory

Kontakt s lidmi je pro staré lidi důležitý, ale musí být přiměřený z hlediska kvantity a kvality. Staří lidé preferují kontakty se známými lidmi, které je příliš nezatěžují. Tuto potřebu zpravidla uspokojuje vlastní rodina a přátelé. S postupujícím stářím se počet takových lidí zmenšuje a člověk se může cítit osamělý, K tomuto pocitu přispívá i omezenější schopnost starých lidí navazovat kontakty.

„Kontakt s vrstevníky přináší starému člověku jiné uspokojení než kontakt s mladšími lidmi. Staří lidé cítí silnější generační solidaritu, vrstevníci starému člověku lépe rozumějí. Mají stejné zkušenosti a chápou i jeho současné potíže. Mechanismus podobnosti usnadňuje sociální kontakt a posiluje pocit akceptace. Vrstevníci spoluvytvářeli svět starého člověka po celý jeho život. Důraz na vrstevníky je ve stáří stejně silný, jako byl v době dětství a dospívání.“⁸⁵

„Staří lidé přijímají odchod do domova důchodců jako nutnost v situaci, kdy dosavadní status není z nějakého důvodu možné udržet. V. Pacovský (1994) připomíná, že v našich podmínkách se lidé pro odchod do domova důchodců rozhodují teprve tehdy, když jsou ve špatném zdravotním stavu a přestávají být soběstační. Motivace typu, když „už nic jiného nezbyvá“, ztěžuje adaptaci na nové prostředí, protože je apriorně chápáno jako významně horší alternativa, z níž není úniku. Je signálem potvrzujícím vlastní úpadek.“⁸⁶

Staří lidé odcházejí do různých zařízení sociální péče tehdy, když se samota stane nesnesitelnou, když doma všechno bezpečně nezvládnou, nebo když se o ně jejich děti bojí. Ve většině případů si uvědomují, že je to do konce života. Opustit svůj dům nebo byt znamená rozloučit se s minulostí, se vším, co tvořilo dosavadní život. Dům, ve kterém prožili pár desítek let, kde se narodily jejich děti, tento dům musí pod tíhou okolností opustit. Vstup do zařízení sociální péče je pro ně většinou vážnou událostí.

„A je to mnohem horší, když na to člověk není připraven. Jako v případě jedné osmdesátileté ženy, která se náhle dovídá, že jí děti našly byt v pečovatelském domě vzdáleném 50 km od obce, ve které bydlela celý život. A musí se přestěhovat do dvou týdnů! Jak by tato zpráva ženu nevyvedla z míry, neotřásla jí a nevydésila ji?... Vždyť to pro ni znamená naprosté vykořenění. Nikdy nechtěla dožít tak daleko od svého domova!“

⁸⁵ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 460

⁸⁶ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 499

Lidé, kteří se na rozdíl od této ženy mohou na odchod do zařízení sociální péče delší dobu připravovat a sami se rozhodnou, pak se snadněji začlení do nového života.“⁸⁷

„Lidé, kteří se stanou obyvateli různých zařízení, mají za sebou dlouhý život v řadě jiných rolí. Byli zvyklí fungovat určitým způsobem a nemají většinou zkušenost s rolí „obyvatele domova“, proto při vstupu do takového zařízení používají způsoby chování, na které byli zvyklí a které jim přinášely ocenění okolí. Tady to najednou neplatí a starší člověka je tím zaskočen a potřebuje podporu personálu i blízkých, aby našel svoje nové místo.“⁸⁸

Pokud se rozhodne rodina nebo sám senior, že opustí svoje dosavadní bydliště, tak by se především měl na tuto životní a zlomovou událost aspoň trochu připravit.

Jednou z možných problematických situací je například stěhování do zařízení pro seniory. Je nutné seznámit seniora - budoucího klienta – i jeho rodinu se zvyklostmi a způsobem fungování daného zařízení. Důležité je též ponechání osobních věcí, umožnění kontaktu s lidmi a prostředím, na které je senior zvyklý. Musí též dojít k akceptaci povahových rysů, protože v seniorském věku nemůžeme po člověku chtít, aby došlo ke změně jeho povahy.

Zaměstnanci zařízení sociální péče si pak musí uvědomit, že tato změna je pro starého člověka psychicky náročná a musí mu velmi pozorně pomáhat při překonávání tohoto těžkého období.

„Kdybych to věděl, nikdy bych sem nenastoupil... Člověk prožívá těžkou situaci, za kterou nikdo nemůže, uzavírá se do sebe a do ničeho nemá chuť. Někteří jsou dokonce tak nešťastní, že život pro ně ztrácí smysl a výjimečně pomýšlejí i na sebevraždu. V tomto období deprese je potřebná citlivá podpora, láska, porozumění.“⁸⁹

Veškerá seniorská populace, která se vyskytuje v jakémkoliv sociálním zařízení pro ně zřízená, potřebuje nutně uspokojit nejenom základní fyzické lidské potřeby, ale i psychické.

Potřebu bezpečí potřebuje mít každý člověk. *„Někteří lidé jsou rádi, když na jejich postel připevníme zvýšené postranice, „aby měli jistotu, že nespadnou a budou tak moci dobře spát“. Jiní se však naopak budou cítit zábranami omezováni. Pokud chceme někomu*

⁸⁷ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 31

⁸⁸ VENGLÁŘOVÁ, M., *Problematické situace v péči o seniory*, 1. vyd., Praha: Grada, 2007, s. 15

⁸⁹ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 34

*umístit na postel zábrany nebo přivázat někoho k vozíčku apod., musíme si vždy položit otázku, zda cílem těchto opatření není dodat pocit bezpečí spíš nám než ošetřovanému starému člověku.*⁹⁰

Potřeba fyzického bezpečí – *„starší lidé, kteří se hůře pohybují, mají často obavy z pádu. Pocit bezpečí mohou posílit kompenzační pomůcky (chodítka nebo hole) a někdy také rámě člena rodiny nebo pečovatelky.*⁹¹

Pokud je to aspoň trochu možné, většina seniorů sama o sebe pečuje a snaží se o uspokojení svých potřeb. Člověk uspokojuje své potřeby raději sám, než aby požadoval něčí pomoc při umýváním, oblékání, jídle...

Někteří senioři však přesto potřebují aspoň částečnou pomoc při umýváním, oblékání, přípravě jídla. V takových případech v zařízeních pro seniory funguje odborně vyškolený a zkušený personál.

„Role pomáhajícího při uspokojování potřeb druhých lidí - první úkol pomáhajícího by měl spočívat v tom, že zmapuje situaci starého člověka, pokud jde o jeho potřeby.⁹²

Při pomoci druhému je velmi důležité umožnit člověku, kterému se pomáhá, aby dělal si co nejvíce věcí sám. Respektování autonomie druhého je základem pomoci. Je třeba si položit otázky: Co si udělá sám? Co může dělat? O čem může rozhodovat? Co chce? Autonomie neznamená schopnost udělat to nebo ono, ale hlavně možnost rozhodovat se, vybrat si, zůstat pánem svého života.

Je to smutné, ale nejenom v domácím prostředí se vyskytují senioři s nějakou duševní poruchou. Je tomu i též v zařízeních pro seniory. Této otázce bych se věnoval pouze okrajově a krátce, protože tato problematika by měla být rozpracovaná v jiném tématu.

„Příznaky duševních poruch se vyskytují ve stáří podobně jako u jiných věkových kategorií. Symptomy mohou být méně nápadné, schované za fyziologické změny ve stáří. U seniorů se většinou projevují organické změny a poruchy paměti. Častěji pozorujeme duševní poruchy právě u seniorů v zařízeních, protože klesá jejich schopnost žít bez podpory okolí.

⁹⁰ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 37

⁹¹ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 38

⁹² PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 42

*Z výzkumu (Holmerová, 2006) vyplývá, že přes 50 % seniorů v ústavní péči trpí příznaky deprese.*⁹³

Při svých návštěvách v domově pro seniory nebo v domově s pečovatelskou službou jsem byl mile překvapen, jak je o současnou seniorskou populaci pěkně postaráno.

Míra osobního růstu, kulturního vyžití a vzdělávání seniorů je přímo úměrná velikosti zařízení a počtu obyvatel se v něm nacházejících a též podle situační polohy daného zařízení. Je zcela nasnadě, že kulturní vyžití (divadelní a pěvecká představení) je větší v domově pro seniory v Brně než v nějakém menším městě. Ale i přesto je v těchto menších domovech pro seniory o naši seniorskou populaci velice dobře postaráno.

Ve valné většině zařízení si senioři obvykle v dopoledních hodinách volně disponují svým časem. Ve svém volném čase si chodí např. nakoupit nebo jdou na procházku či za svými známými a kamarády.

Většina těchto zařízení má ve svém bezprostředním okolí malou okrasnou zahrádku s lavičkami a jiným odpočinkovým zařízením, např. altánek. V jednom zařízení dokonce měli vyzděný krb, který též slouží jako gril. Je zcela pochopitelné, že toto oddechové místo je více využíváno v teplejším ročním období a také podle zdravotního stavu klientů.

Jak mi sdělili sociální pracovníci v těchto zařízeních, v odpoledních hodinách je pro jejich klienty přichystaný nějaký program. Jedná se o programy jak zábavné, tak i vzdělávací.

Zábavnými programy jsou myšlena různá divadelní představení a nejenom divadelní představení. Do domova seniorů chodí např. zpívat operní pěvci z Národního divadla Brno. Pořádají se zde také vystoupení pěvecká, vystoupení lidí s různým zdravotním postižením, představení herců z různých divadel a jiné.

Obyvatelé těchto domovů si též sami připravují zábavu a kulturní vyžití. V některých zařízeních je již zcela zaběhnutá tradice, že na podzim zde probíhají hodové oslavy. V zimě někde probíhá maškarní ples a masopustní průvod.

Co se týče „vzdělávacích programů“ – tím mám na mysli ne přímo rozvoj mozkových funkcí, jako například studium. Myšleno je to, že v odpoledních hodinách je pro seniory přichystán různorodý program na rozvoj osobnosti. Některá zařízení pro seniory mají keramickou dílnu. Jiná zase jsou vybavena menší zámečnickou dílnou, pro

⁹³ VENGLÁŘOVÁ, M., *Problematické situace v péči o seniory*, 1. vyd., Praha: Grada, 2007, s. 18

uspokojení seniorů – domácích kutilů. Velice často za seniory (seniorkami) dochází paní, které velice dobře vyšívá či háčkuje a naše babičky tento kumšt učí.

3.3 Aktivity seniorského věku

Životní styl seniorů překvapivě oproti mladším generacím charakterizuje častější pobyt v přírodě (výlety, procházky, turistika). Tato aktivita dokonce neklesá ani u starších seniorů.

„Jde o generaci, která v dětství pobíhala a hrála si venku, v mládí či středním věku jí bylo vlastní trampování, chataření a chalupaření a potřeba přírody a seberealizace v přírodě jí zůstala až do stáří, kdy má více času svůj zájem naplňovat. Mladší a zvláště mladá generace zná více virtuální přírodu z počítače, protože ve svém dětství dávala přednost hrám na počítači než hře v přírodě.“⁹⁴

Povšimněme si činnosti/nečinnosti důležité pro lidské zdraví, která není zahrnována do aktivit volného času, ale do času, v němž dochází k lidské regeneraci, máme na mysli spánek.

„Seniori spí každý den v průměru 8,8-9,4 hodiny. Tedy zhruba o hodinu více, než spí ostatní populace ve všední dny. U seniorů není výrazný rozdíl mezi délkou spánku ve všední dny a o víkendu. U ostatní populace jde o činnost, u níž je rozdíl mezi všedním dnem a víkendem největší. Od pondělí do pátku se délka spánku pohybuje mezi 7,7-8,1 hodiny a v sobotu se spánek prodlouží na 8 hodin a v neděli na 10 hodin.“

U seniorů tyto prudké výkyvy nejsou, a proto i spánek, respektive jeho délka je stabilizovaná.“⁹⁵

Jaké aktivity ze života seniorů ustupují? I když seniori jsou poslední generací gramotné kultury a ve srovnání s mladšími generacemi věnují nejvíce času četbě knih, v posledních letech tato aktivita ustupuje. Za deset let čas věnovaný četbě poklesl ze 3 hodin na 2,6 hodiny týdně.

„Nejvyšší tempo mizení ze životního stylu vykazují ruční práce. Ruční práce byly výrazným prvkem životního stylu žen a seniorů.“

Naopak na trojnásobek stoupl čas trávený telefonováním.

I když seniori jsou ze všech generací nejčastěji v přírodě a tráví v ní nejvíce času, přesto také oni jsou nesení společenskými trendy a jejich pobyt v přírodě se zkracuje. Za deset let v průměru tráví v přírodě o 0,6 hodiny týdně méně.

⁹⁴ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 106

⁹⁵ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 107

*Zcela nepředvídatelný a nevysvětlitelný je návrat seniorů k poslechu rozhlasu. Za touto změnou budou pravděpodobně rozhlasové pořady zaměřené na seniory. Existují aktivity, které jsou poněkud frekventovanější u seniorů nad sedmdesát let než mezi šedesátníky. Je to účast na náboženském životě a individuální duchovní aktivity.*⁹⁶

Senioři více sledují televizi, poslouchají rozhlas, čtou noviny i knihy, žijí více nábožensky a duchovně, poněkud více chovají zvířata, zahradničí, chalupaří, chodí na procházky a jsou v přírodě. Méně se věnují sportu a pohlavnímu životu.

„Životní styl seniora obsahuje prvky, které jsou součástí života víceméně všech seniorů, a prvky, jež patří pouze k některým skupinám či jedincům. Sledování televize je pevnou a stěžejní součástí životního stylu současné generace seniorů. Televize se objevila v první polovině padesátých let a rozvíjela se souběžně s životem této generace seniorů.

Sledováním televize patří k nejvýznamnějším aktivitám, kterými se současná generace seniorů odlišuje od těch předchozích.

*Sledování televize je u seniorů také nejčastější ve srovnání s ostatními generacemi a věkovými skupinami. Oproti ostatní populaci věnují televizi dvakrát více času. Dominance televize v životním stylu seniorů má řadu příčin. Jedná se o technologii, která se vyvíjela souběžně s jejich životem a oni ji postupně začleňovali do svého života. Pro sledování televize nejsou žádná zdravotní omezení a televizi mohou kdykoliv vypnout či zapnout. Problémem je pouze kvalita obsahu televizního vysílání, jež se velké části generace seniorů nelíbí, ale návykovost dívání se na televizi překoná i její nízkou úroveň.*⁹⁷

Zatímco televize je technologií této generace, počítač a internet přišly již za vrcholem jejich života ve smyslu osvojování si inovací. Mladší generace je předstihly jak v osvojení si kompetencí potřebných k jejich ovládnutí, tak v začlenění počítače do soukromého i profesního života. Senioři jsou první a poslední generací, která se učila ovládat nové technologie mimo vzdělávací systém individuálně a z vlastního zájmu. Přesto tento úkol, který před ně postavil život, senioři (jako generace) zvládli.

„Návštěva restauračních zařízení patří k aktivitám, které s nastupujícím stářím ustupují. Příčin je zřejmě celá řada, senioři nemusejí mít na návštěvu a konzumaci peníze, přestává je bavit večer sedět v zakouřeném prostředí. Výsledkem je, že

⁹⁶ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 109

⁹⁷ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 103

s postupujícím stářím klesají návštěvy hospody. Jedná se o aktivitu typickou pro mladou a střední generaci, pro které je hospoda nosným prvkem životního stylu.“⁹⁸

Zatímco mladší generace se scházejí a společensky žijí v hospodách, senioři se přesouvají do soukromí domovů. Starší senioři dokonce mají bohatší společenské kontakty než ta mladší generace.

Psycholog Jaro Křivohlavý vřele doporučuje seniorské populaci, aby nezůstávala v ničem pozadu oproti mladší generaci. Doporučuje, aby senior nestagnoval a rozvíjel se ve všech oblastech osobnosti. Tím má na mysli oblast duševní, sociální, osobní, organizační a jiné. Za důležitý rozvoj tělesné stránky osobnosti považuje: „*Pohybuj se. Pravidelně cvič – gymnasticky, sportovně atp. Chod' každý den na procházky – vyjed' si na kole, dokud se ti netočí hlava. Jezdi do lázní a dopřej si péči o vlastní tělo (masáže, rehabilitace atp.). Nauč se nenosit a nepřemisťovat doma těžší věci. Nelez na štafle a žebříky. Chod' velice opatrně doma i venku (zvláště na křižovatkách a na přechodech). Dávej si větší pozor na schodech (při chůzi jak nahoru, tak i dolů). Vyžaduj madla všude, kde chodíš po schodech, a chod' vždy blíže k madlům. Nauč se při chůzi po schodech a nerovné podlaze nevést diskuse, na které musíš moc myslet. Pády starších lidí na schodech patří k nejtěžším. Neotáčej se prudce – zvláště ne na schodech – a to ani doma, kde se vyznáš. Pro lidi „šikovných rukou“: připrav si na stáří dobře vybavenou dílnu (workshop) – a něco dělej rukama.*“⁹⁹

Za důležitý rozvoj duševní stránky osobnosti považuje: „*Dokud to jde a ještě na to zdravotně stačíš, jezdi po světě a poznávej, co tě zajímá a co jsi nestačil poznat dříve. Čti zajímavé knihy – i beletrii – nejen knihy z vlastní knihovny, ale i knihy vypůjčené od přátel nebo z veřejné knihovny. Dej si od dobrých přátel poradit, „co číst“. Nauč se pracovat s internetem a hledej i v něm (v jeho databázi i pomocí výměny s přáteli) odpovědi na otázky, které si kladeš. Trénuj duševní schopnosti – myšlení (kognitivní schopnosti) – lušti křížovky, kvízy, hádanky, řeš sudoku apod. Zamýšlej se hlouběji nad věcmi, medituj a rozvažuj nad tím, jak se věci mají. Jak? Využívej sbírky moudrých myšlenek, citátů, aforismů a humoru. Trénuj paměť, kde jen to je možné. Navštěvuj kurzy trénování paměti. Studuj – navštěvuj kurzy Univerzity třetího věku, Akademie třetího věku, vzdělávací přednášky a semináře.*“¹⁰⁰

⁹⁸ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1., vyd. Praha: Grada, 2012, s. 103

⁹⁹ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1., vyd. Praha: Grada, 2011, s. 131, 132

¹⁰⁰ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2011, s. 132

„Závěr života je tím nejkrásnějším úsekem života.“ Robert Browning

„Stáří a chudoba jsou synonyma v případě, že nemáte úspory. Stáří a samota jsou synonyma v případě, že nikoho nemilujete. Stáří a beznaděj jsou synonyma v případě, že nemáte víru.“ Pavel Kosorin (osobní sdělení na internetu, 2010)¹⁰¹

V době, kdy dosáhneme stáří, máme už tolik zkušeností s plností bytí, že naše závěrečné roky jsou jen dalším prostorem k rozvoji nových možností. Nebude to nádherné, když si při západu slunce našeho života budeme moci říci, že jsme každou jeho část žili naplno, prohlubující a rozšiřující během času své chápání a ocenění sebe samých?

„John W. Rowe, M.D., profesor medicíny na lékařské fakultě Harvardské univerzity, říká, že „člověk úspěšně stárnoucí má takový životní styl, ekonomické postavení a osobnost, že se spíše zlepšuje než zhoršuje jeho schopnost vyrovnat se s tím malým množstvím změn, které stáří provázejí“ (Robert Henky: „Úspěšně stárnout“, AARP News Bulletin, leden 1998).“¹⁰²

Chtěl bych zdůraznit myšlenku, že jedním z možných výsledků stárnutí je moudrost. Staří lidé mohou být zdrojem moudrosti a zkušeností a stát se mladším lidem i sobě navzájem užitečnými partnery.

K zamyšlení:

„Život je dlouhý dost, když víš, jak ho prožít.“ Seneca

„Nejméně se bojí smrti ti, jejichž život má největší cenu.“ Immanuel Kant

¹⁰¹ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2011, s. 133

¹⁰² SATIROVÁ, V., *Kniha o rodině*, 2. vyd., Praha: Práh, 2006, s. 325

3.4 Pohled současné populace na seniory

Stárnutí populace je výrazným fenoménem současné české společnosti. Každý rok se ve společnosti zvyšuje podíl seniorů, klesá podíl dětí a mládeže a zvyšuje se průměrný věk. V tomto procesu stárnutí není česká společnost osamocená, s demografickým stárnutím populace se potýká většina vyspělých zemí.

Věková struktura české společnosti není pouze náhodnou či biologickou záležitostí, ale také silně závisí na sociálních procesech. Podíváme-li se na zastoupení jednotlivých věkových skupin a generací, zjistíme, že česká společnost má značně nepravidelnou věkovou strukturu, pro níž je typické časté střídání populačně silných a slabých generací.

Zásadní civilizační změnou je radikální prodloužení věku v posledních dvou generacích. Od počátku 20. století střední délka života se prodloužila zhruba o třicet let. Při sledování změn v délce života se používá kategorie naděje dožití, která vyjadřuje pravděpodobnost člověka v určitém věku, že bude žít určitý počet let a dožije se určitého věku.

Existuje řada faktorů, které ovlivňují délku života. Délka života je ovlivněna z velké části geneticky, pohlavím a stavbou těla. Schopnost dožít se vysokého věku závisí také na prostředí, ve kterém člověk žije, a na životním stylu, zahrnujícím například stravování.

„Společnost má využívat zkušenosti, dovednosti a znalosti seniorů. Tento názor je konzistentní s dalšími názory populace, jako je názor, že „zkušenosti, znalosti, dovednosti, názory, hodnoty a postoje seniorů jsou nenahraditelným bohatstvím společnosti.“

Kontroverzní k předchozím názorům je postoj, že „senioři by neměli zabírat pracovní místa mladším“. Šíření tohoto názoru ve společnosti je komplementární k výši nezaměstnanosti. S růstem nezaměstnanosti se prohlubuje a šíří postoj, že staří zabírají místa mladým.

Expertům tvořícím důchodovou reformu musí být jasné, že práce pro staré nebude a hlavní efekt zvýšení věku odchodu do důchodu (zřejmě očekávaného a plánovaného) bude, že senioři místo důchodu budou dostávat nižší sociální dávky.“¹⁰³

„Ekonomicky aktivní lidé musejí živit seniory, je názor, který se ve společnosti šíří prostřednictvím médií, a to nejen soukromých, ale i veřejnoprávních.

¹⁰³ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 160

*Jeden možný výklad je, že společnost má vůči seniorům odpovědnost, a proto prostřednictvím ekonomicky aktivních lidí musí financovat jejich stáří. Druhý možný výklad je kritický a odmítavý. Bohužel ti pracovití musejí živit seniory na úkor své životní úrovně.*¹⁰⁴

Kdybychom však zůstali u primitivnějšího ekonomického pohledu, který zohledňuje pouze průběžné toky peněz směrem od ekonomicky aktivních k důchodcům, můžeme zjistit, že zhruba dvacet let příjmy na důchodovém účtu převyšovaly výdaje. Přesto tyto přebytky na účtu nejsou. Politici dokázali roky hovořit o tom, jak vzhledem k demografickému vývoji nebude možné udržet systém průběžného financování, a přitom tento účet tunelovali.

„Hodnocení mladé generace nepřekvapuje, jejími typickými vlastnostmi jsou: „motivací k práci je výdělek“, „dynamičnost“, „flexibilita“ a „zbrkllost“. Na opačném konci žebříčku, tedy netypické vlastnosti mladých pracovníků jsou odpovědnost, zkušenost, soustavnost a systematicčnost.

U střední generace jsou uváděny jako typické vlastnosti: zkušenost, odpovědnost, motivací je výdělek, ale také vlastní práce, systematicčnost a schopnost týmové práce. Netypická je pro střední generaci zbrkllost, rigidnost, emocionální labilita, ale i flexibilita.

*Stará generace je protipólem mladé generace. Typická je pro ni zkušenost, konzervativnost, rozvážnost, odpovědnost, moudrost a soustředěnost na práci. Naopak je pro ni netypická dynamičnost, zbrkllost, kupodivu schopnost týmové práce, ale i tvořivost.*¹⁰⁵

Srovnáme-li generace, zvláště generaci mladých a důchodců, zákonitě musíme nalézt vyšší vzdělanostní a kvalifikační úroveň mladé generace. Pracují s vyspělejší technologií, a proto stejnou výrobu jich zabezpečuje jen menší podíl z počtu jejich prarodičů. Očekávat, že bude zajišťovat stejnou výrobu stejný počet vnuků jako dědů, znamená přiznávat, že nedošlo k žádnému vědeckému, technickému, vzdělanostnímu a společenskému vývoji.

„Odvozovat důchodový systém od podílu mladých lidí v populaci je naivní až zcestné. Nejde o to, kolik je mladých lidí v populaci, ale jak jsou vzdělaní a kvalifikovaní a na jak kvalifikované práci se podílejí, jaké přidané hodnoty jsou subjektem. Nejen mladý

¹⁰⁴ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 157

¹⁰⁵ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 135

narkoman, ale dokonce i vysoce vzdělaný specialista, pokud nepracuje a nevytváří hodnoty, z hlediska národní ekonomiky neznamena přínos. ¹⁰⁶

„Nezaměstnaný nejenže nepřináší peníze do důchodového a sociálního systému, ale naopak je příjemcem sociálních dávek. Naši důchodoví experti by měli být spokojeni s romským etnikem s vysokou natalitou a s podílem mladých. Romové se vysokou porodností chovají podle receptů důchodových expertů zodpovědně, avšak kdo si troufne spočítat, kolik vloží do sociálního systému a kolik si vyberou?“ ¹⁰⁷

„V této situaci je zvyšován věk odchodu do důchodu na sedmdesát let. Vůči seniorům to je od expertů podílejících se na této zákonné úpravě a od poslanců nefér a pokrytecké. Vědí, že senioři budou nezaměstnaní a místo nízkého důchodu budou brát ještě nižší dávky. Současně posilují mezigenerační nevraživost, nezaměstnaní mladí lidé budou stále silněji vnímat pracující seniory jako skupinu, která je připravuje o práci.“ ¹⁰⁸

V laické veřejnosti přetrvává přesvědčení, že starší lidé se již nemohou mnoho nového naučit. Tento názor je příliš generalizující, nediferencuje mezi jednotlivými lidmi, přestože interindividuální rozdíly mohou být v této oblasti značné. Zejména ve vztahu k možnosti dalšího rozvoje starších lidí panuje ve společnosti skepse a negativně ovlivňuje i postoj samotných stárnoucích lidí. Učení novým znalostem a rozvoj nových kompetencí je možný i v tomto věku. Kapacita učení však může být u různých lidí rozdílná a tento proces mívá trochu jiný charakter, než jaký měl v mladším věku.

„Postoj současné společnosti ke stáří a starým lidem je spíše negativní. Stáří je chápáno jako období, kdy může člověk pouze chátrat, v nejlepším případě si zachovává část toho, co získal dříve. Jeho zkušenosti i kompetence ztrácejí svůj význam, pro společnost není takový člověk ničím přínosný. Hodnotový systém této společnosti, který zdůrazňuje zachování všech, především biologicky podmíněných kompetencí mládí (mladistvého vzhledu, výkonu atd.), staré lidi silně znevýhodňuje. Tuto tendenci podporují i média, která různým způsobem potvrzují značný význam vnějšího vzhledu a proklamované svěžesti jako současnou normu. To zároveň znamená, že cokoliv, co takové není, je považováno za podřadné.“

Z tohoto hodnotového systému vychází ageismus – postoj, který vyjadřuje obecně sdílené přesvědčení o nízké hodnotě a nekompetentnosti stáří a projevuje se

¹⁰⁶ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 96

¹⁰⁷ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 96, 97

¹⁰⁸ SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada, 2012, s. 97

podceňováním, odmítáním, eventuelně až odporem ke starým lidem. V důsledku takového postoje dochází k symbolické i faktické diskriminaci pouze na základě stáří.“¹⁰⁹

Pro staré lidi je velmi těžké a bolestné, že panuje nesoulad mezi jejich vnitřním prožíváním a tím, jak se na ně ostatní lidé dívají z vnějšku a jaký si o nich vytvářejí obrázek.

*„Určitý obyvatel domova důchodců se například může cítit velmi dobře, ale okolí si myslí, že je skleslý. Proč dochází k tak rozdílnému vnímání? Zčásti je nejspíš důvodem skutečnost, že vycházíme z ustálených názorů a představ: „V jeho věku je to normální... Staří lidé jsou už takoví...“*¹¹⁰

Vzhledem k tomu, že se dožíváme čím dál vyššího věku, bývá dnes běžné mít ještě prarodiče.

Rodina stále zůstává jednou z prvních hodnot, přestože se často mluví o krizi rodiny. Skutečnost však je, že se od rodiny očekává solidárnost s tím členem, který se nachází v obtížné nebo krizové situaci.

„Když chceme z psychologického hlediska analyzovat, jak rodina prožívá vztah ke starým rodičům, můžeme konstatovat, že nejčastěji se směšují pozitivní city s negativními, což může často vést k ambivalentním postojům.

Z pozitivních citů a pocitů lze jmenovat:

- lásku k rodičům, něžnost, obohacení přítomností starého člověka v rodině,
- starost o to, aby byly potřeby a přání starého člověka uspokojeny (účast na rodinných oslavách atd.),
- vůle k tomu, aby se zabránilo vstupu starého člověka do sociálního zařízení.

Z negativních citů a pocitů lze jmenovat:

- strach z nesplnění svého úkolu, když k sobě nepřijmu starého rodiče,
- revolta reagující na zhoršení stavu starého rodiče, o kterém jsme si chtěli zachovat stejně hezký obrázek až do konce („Nemohu se smířit s tím, že už mě nepoznává.“),
- strach z toho, že se nebudu umět chovat, jak se po mně žádá, nebudu se umět o starého rodiče postarat („Nevím, co mám dělat.“),

¹⁰⁹ VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2000, s. 443

¹¹⁰ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 16

- hluboký otřes z toho, že tradiční vztah rodiče a dítěte se obrací („Teď musím já dávat rodičům příkazy!“),

- úzkost ze smrti, ze ztráty drahého člověka, ze zmizení posledního opěrného bodu před vlastním koncem.“¹¹¹

Výsledkem všeho toho je pocit viny, který prožíváme ještě hůře v případě, když ho neumíme vyjádřit, a někdy se k tomu přidávají pocity nenávisti nebo pomsty, které mohou vést k více či méně zjevnému špatnému zacházení se seniorem. Pocit viny vyvolává i nepochopení ostatních členů rodiny.

Kvalita společného života se starým rodičem a jeho spokojenosti pak bude záviset na rovnováze mezi těmito negativními a pozitivními city.

„Lidé si myslí, že staří lidé jsou mrzutí a nešťastní. Náš výzkum ukázal, že 70 % se jich stále směje a 71 % se jich cítí šťastnými. (Ministerstvo práce a sociálních věcí 2008, s. 17)

Některé výzkumy ukazují, že nejlepší strategií pro stárnoucí lidi je zůstat co neaktivnější, a to jak v oblasti tělesné, tak i duševní (a duchovní) a zapojovat se do společenských aktivit.“¹¹²

Člověk si ve třetí fázi života již nemůže dovolit jezdit na bruslích jako dvacetiletý bruslař. To však neznamená, že je prostě „odepsán“ ze seznamu aktivních lidí. Ve třetí fázi života se mu najednou naskýtají možnosti a otevírají dveře do oblastí, v nichž dosud nebyl doma. Příkladem je mi paní lékárnice, která se po odchodu do důchodu začala cele věnovat hře na varhany, nebo mně známý bednář, který se za obdobné situace stal cvičitelem v Sokole a začal se věnovat cvičení mládeže.

„V německy hovořících oblastech je uváděn Johann Wolfgang Goethe jako příklad takovéto tvořivosti. Své vrcholné dílo – Fausta – psal ve třetí fázi svého života.

V anglicky hovořícím světě se jako příklad práce výše uvedeného modelu uvádí pianista Artur Rubinstein. Když byl již ve třetí fázi života, prozradil, jak se vypořádává s tím, že vyšší věk negativně ovlivňuje jeho aktivity virtuosa. Řekl, že v určitém věku nepřestal hrát, avšak zúžil svůj repertoár a snížil počet koncertů. Nabízel tedy méně koncertů, avšak cvičil více než v mládí. Zároveň se přiznal, že se rozhodl zpomalovat

¹¹¹ PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Grada, 1998, s. 70

¹¹² KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada, 2011, s. 38

*pasáže, které předcházejí velice rychlým pasážím. Proč? Protože se mu tímto způsobem daří budít dojem velkého zrychlení v přechodu z pomalejší pasáže skladby k druhé, extrémně rychlé.*¹¹³

*„V. E. Frankl píše: „Smysluplným se život stává, když v něm jde o něco, co daného člověka překračuje (transcedentuje) – ani ne tak co do délky, jako spíše do výšky a hloubky“.*¹¹⁴

¹¹³ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1.vyd., Praha: Grada, 2011, s. 59

¹¹⁴ KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1.vyd., Praha: Grada, 2011, s. 83

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUM

4.1 Úvod do výzkumu

Současná doba je plná změn, které ve společnosti neustávají, ba naopak. Velké a zásadní změny ve společnosti dle mého názoru přinesla revoluce v listopadu roku 1989. Od té doby se celkově změnila vnitřní struktura fungování státu, a tím i společnosti.

Každý člověk, který chce být řádným a platným členem této moderní, nové společnosti, musí změny a pokrok vstříbat, přijmout je a vyrovnat se s nimi. Po listopadu roku 1989 se náš stát otevřel celému světu. Následkem tohoto otevření dochází u nás nejenom k rozvoji na poli vědecko – technickém, ale také i v dalších sférách života celé společnosti. Především tím myslím oblast mezilidského soužití a sociální sféru.

Současná politická reprezentace a mediální scéna prosazují ve veřejném prostoru pohled na seniory a na stáří jako na něco, co představuje pro ekonomiku a společnost zátěž, zbytečný výdaj, něco s, čím je třeba se vyrovnat. Proto se někteří lidé mohou domnívat, že současná doba je „zdeformovaná“. V takto zdeformovaném světě může na někoho působit stáří a senior jako něco nepatřičného, téměř neslušného. Uvedenými trendy je ovlivněna celá společnost, všechny generace, včetně seniorů. Naštěstí se tyto trendy nenaplnují zcela mechanicky a automaticky.

Během posledních 20 - 25 let se v naší zemi změnilo celé postavení společnosti. Z tohoto důvodu se též pochopitelně změnilo i postavení seniorské populace. Současná starší generace proto prožívá nynější sociální skutečnost dosti rozporuplně. Část seniorské populace je této realitě odcizena a zbylá část ji prožívá jako generační seberealizaci. Obecně řečeno, každý člověk prožívá současnou dobu svým způsobem a po svém.

Troufám si tvrdit, že nynější hektická doba není jednoduchá pro žádnou generaci a hlavně ne pro tu seniorskou.

4.2 Cíl výzkumu, charakteristika výzkumného vzorku

Snahou výzkumu je popsat a vyhodnotit vlivy, které působí na chování a vztahy mezi lidmi, protože tyto vlivy se následně promítají do vztahů mezi seniory a další lidskou populací.

Cílem výzkumu je pomocí kvantitativního dotazníkového výzkumu zjistit odpovědi na otázky týkající se konkrétní problematiky v mezilidském soužití:

- zda je u respondentů důležitý vztah s další seniorskou populací
- zda jsou respondenti spokojeni s chováním svých potomků (dětí a vnuků) ke svojí osobě
- zda se u respondentů po narození vnoučete zlepšil osobní vztah mezi nimi a snachou/zetěm

V souvislosti s cílem diplomové práce jsem si určil následující hypotézy:

Hypotéza č. 1: Pro většinu seniorů je důležitý vztah s další seniorskou populací.

Hypotéza č. 2: Seniorská populace je spokojená s chováním svých potomků (dětí a vnuků) ke svojí osobě.

Hypotéza č. 3: Po narození vnoučete se osobní vztah mezi seniorem a snachou/zetěm ve většině případůlepší.

Cílovou výzkumnou skupinu tvořila veškerá seniorská populace, která již dosáhla dle zákona nároku na starobní důchod. Výzkum byl prováděn v několika okresech Jihomoravského kraje. Ve výzkumném vzorku byla oslovena seniorská populace na vesnici, malém městě či velkoměstě.

Dotazníky vyplnilo celkem 245 respondentů. Skupina těchto dotázaných osob byla různorodá, co se týče věku, pohlaví, ale i místa jejich současného pobytu.

V žádném případě se nejedná o rozsáhlý výzkum. Dá se říci, že se jedná o velmi malou sondu v řadách současné seniorské populace. Úkolem výzkumu je zjistit, v jaké socio-spoločenské situaci se nacházejí současní senioři, jaké mají rodinné vztahy se svými dětmi, vnoučaty a ostatní seniorskou populací. Též jsem například zjišťoval, jaké důvody vedly seniory k odchodu do domova pro seniory a jejich názory na současnou mladou generaci.

4.3 Metoda a organizace výzkumu

Pro mou práci se mi stala zdrojem literatura, internetové odkazy, ale i vlastní životní zkušenost. Výzkum jsem prováděl v období měsíců listopadu 2013 až února 2014. Pro získání potřebných údajů jsem použil dotazníkovou metodu. Tento způsob výzkumu je velice oblíbený, protože jeho prostřednictvím lze ve velmi krátkém časovém intervalu získat značné množství dat od velké skupiny dotázaných osob.

Další z předností dotazníkové metody je zachování anonymity, diskrétnosti a časové nenáročnosti. Smyslem zachování anonymity je přimět dotazované osoby k upřímným odpovědím. Cílem dotazníku bylo zjistit osobní názory a postoje současné seniorské populace.

Hlavní předností dotazníkové metody je získání dat, která je možné později kvantifikovat. Tím je myšleno, že tato nashromážděná data lze vyčíslit, změřit nebo porovnat.

Dotazník jsem rozdělil na dvě části s celkem dvaceti třemi otázkami. První část dotazníku byla určena seniorské populaci, která v současné době žije sama nebo s partnerem, či dětmi ve svém obydlí. Druhá část je určena seniorům, kteří v současné době žijí v domově s pečovatelskou službou nebo v domově pro seniory.

V dotazníku jsem použil výhradně uzavřené otázky, kdy dotázaní respondenti si mohli vybrat pouze jednu z nabídnutých možností.

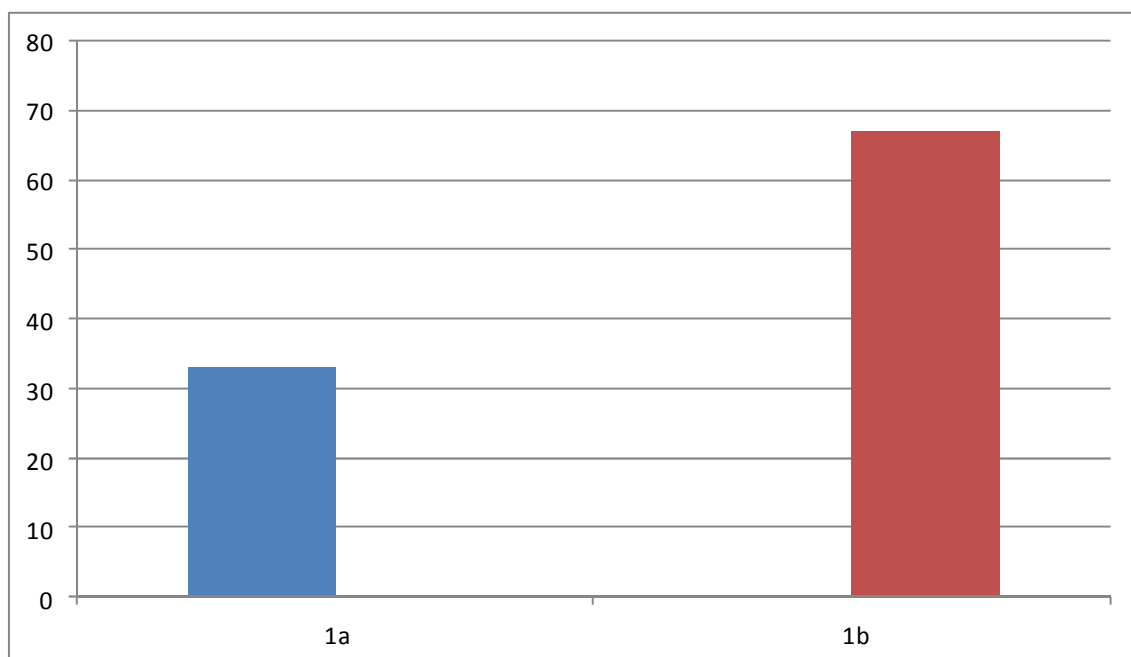
4.4 Zpracování a vyhodnocení dat z dotazníku

Otázka č. 1) Vaše pohlaví:

a) muž

b) žena

Graf k otázce č. 1



Zdroj: vlastní

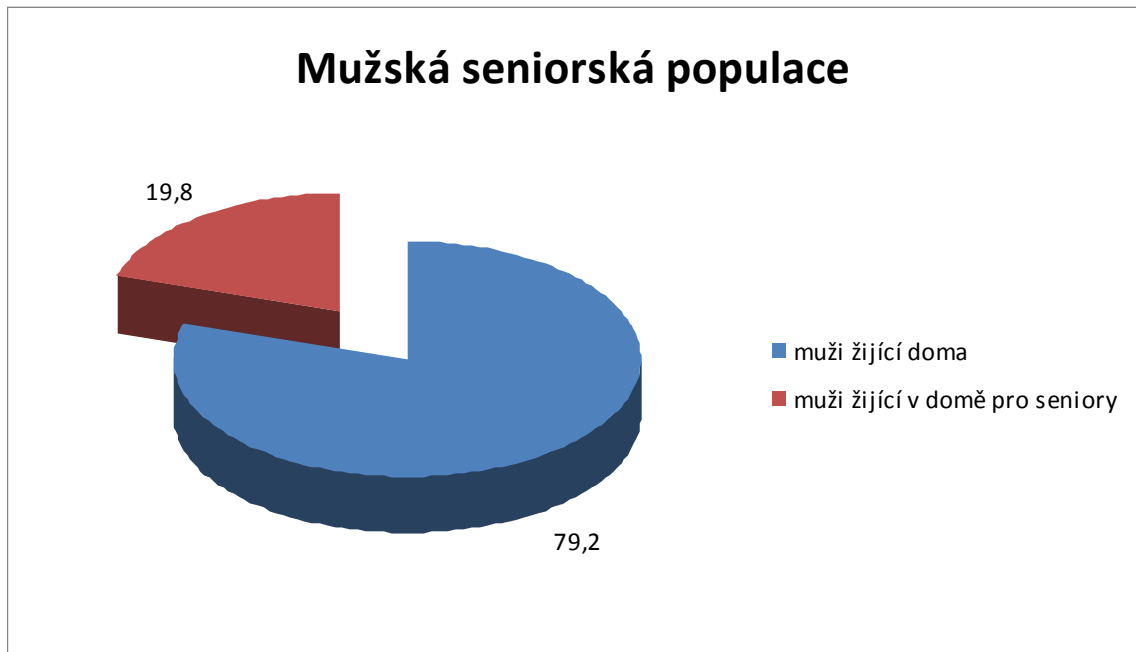
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 164 respondentů (67 %) možnost b) – žena

- 81 respondentů (33 %) možnost a) – muž

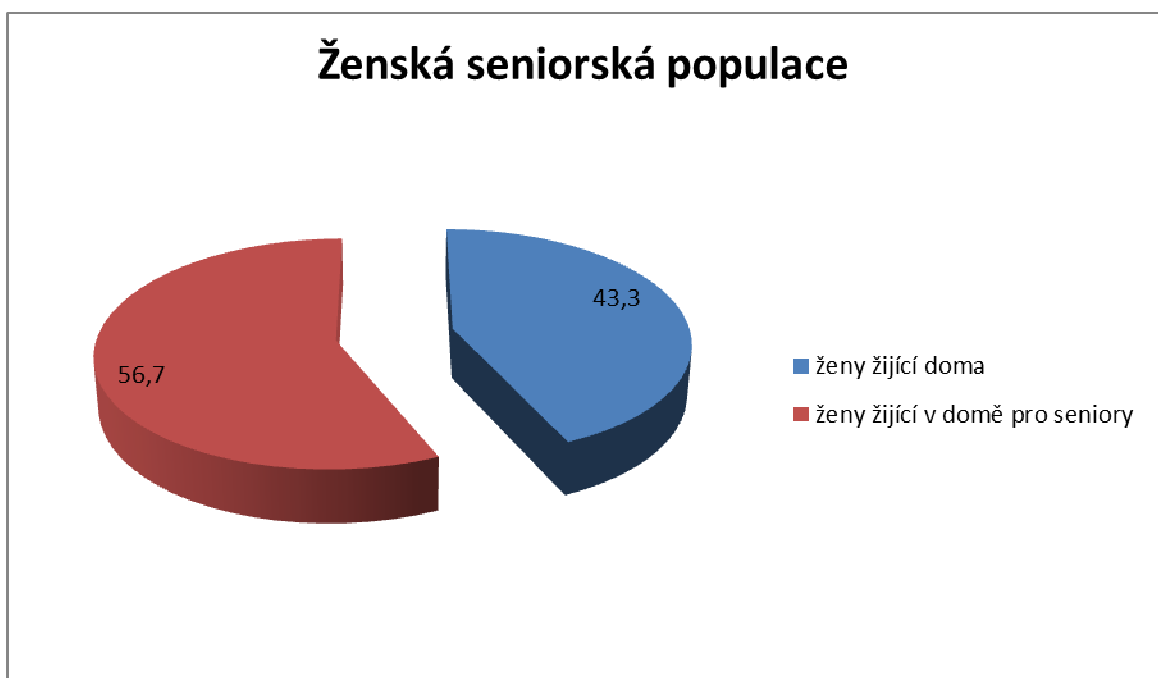
Z tohoto souhrnu vyplývá, že většina dotázaných respondentů byla ženského pohlaví.

Z celkového množství oslovených 81 seniorů mužského pohlaví žilo v domácím prostředí 65 mužů (79,2 %), v domově pro seniory žilo 16 mužů (19,8 %).



Zdroj: vlastní

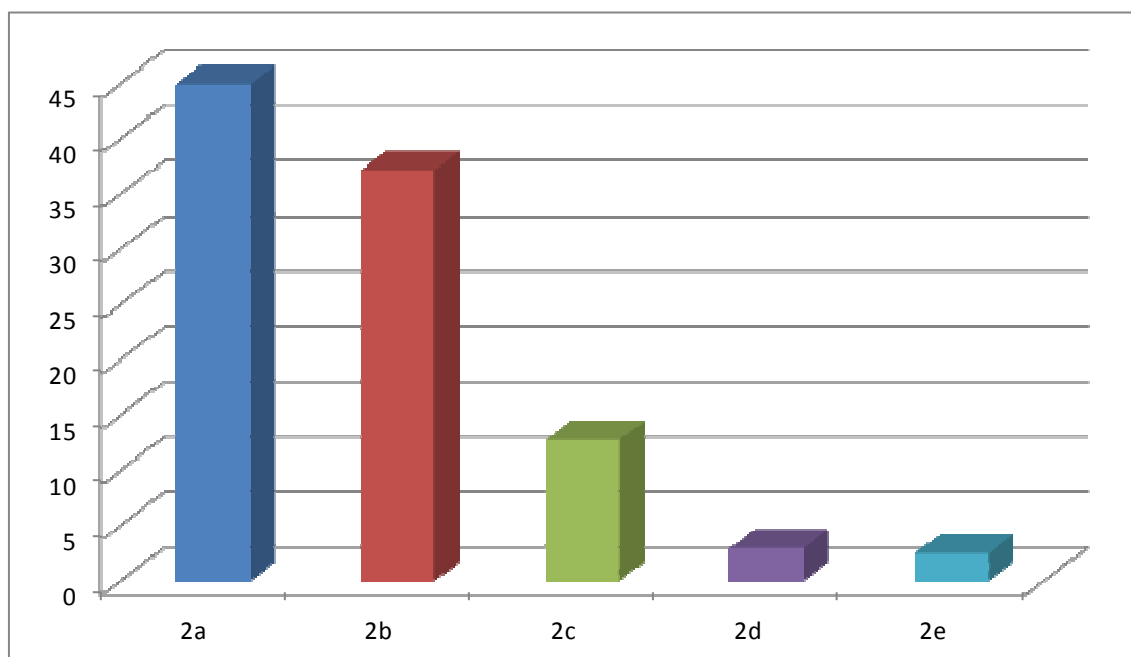
Z celkového množství oslovených 164 seniorů ženského pohlaví žilo v domácím prostředí 93 žen (56,7 %), v domově pro seniory žilo 71 žen (43,3 %).



Zdroj: vlastní

Otázka č. 2) Váš současný stav:

- a) ženatý/vdaná b) vdovec/ vdova
c) partner/partnerka d) svobodný/svobodná
e) rozvedený/rozvedená

Graf k otázce č. 2

Zdroj: vlastní

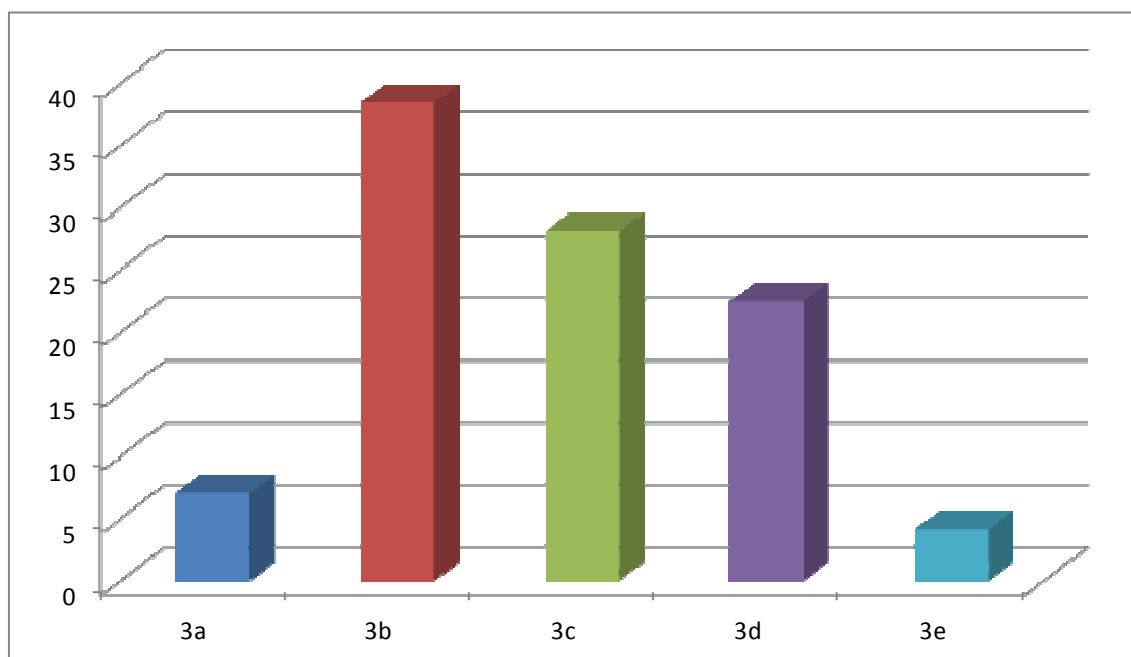
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 110 respondentů (44,9 %) možnost a) - ženatý/vdaná
- 91 respondentů (37,1 %) možnost b) - vdovec/ vdova
- 31 respondentů (12,7 %) možnost e) - rozvedený/rozvedená
- 7 respondentů (2,9 %) možnost c) - partner/partnerka
- 6 respondentů (2,4 %) možnost d) - svobodný/svobodná

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů bylo ženatých či vdaných.

Otázka č. 3) Věk:

- a) do 60 roků b) 61 – 70 roků
c) 71 – 80 roků d) 81 – 90 roků
e) 91 a více roků

Graf k otázce č. 3

Zdroj: vlastní

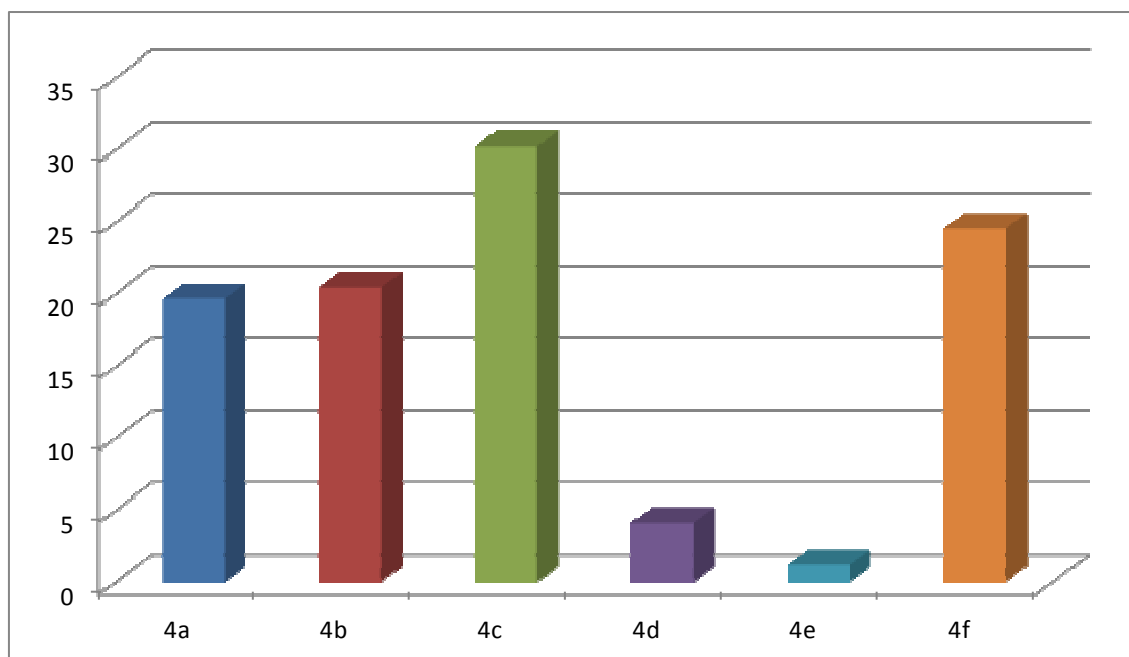
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 94 respondentů (38,4 %) možnost b) - věk 61 – 70 roků
- 69 respondentů (28,1 %) možnost c) - věk 71 – 80 roků
- 55 respondentů (22,4 %) možnost d) - věk 81 – 90 roků
- 17 respondentů (7 %) možnost a) - věk do 60 roků
- 10 respondentů (4,1%) možnost e) - věk 91 a více roků

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů bylo ve věku 61 – 70 let.

Otázka č. 4) V jakém sociálním prostředí v současné době žijete?

- a) sám/sama ve městě nebo vesnici
- b) žiji se svými dětmi/dítětem ve městě nebo vesnici
- c) žiji sám/sama v domově pro seniory (domov důchodců)
- d) žijeme společně (manžel/manželka) v domově pro seniory (domov důchodců)
- e) žijeme společně (partner/partnerka) v domově pro seniory (domov důchodců)
- f) žijeme společně (manžel/manželka) ve městě nebo vesnici

Graf k otázce č. 4

Zdroj: vlastní

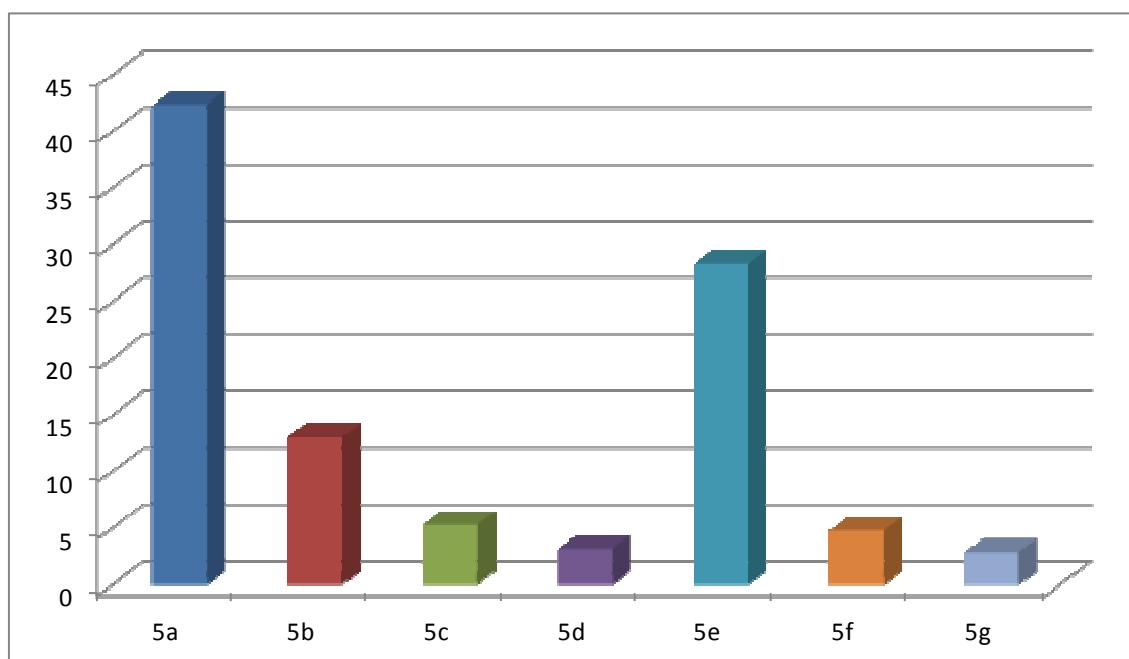
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 74 respondentů (30,2 %) možnost c) - žiji sám/sama v domově pro seniory (domov důchodců)
- 60 respondentů (24,5 %) možnost f) - žijeme společně (manžel/manželka) ve městě vesnici
- 50 respondentů (20,4%) možnost b) - žiji se svými dětmi/dítětem ve městě nebo vesnici
- 48 respondentů (19,6 %) možnost a) - sám/sama ve městě nebo vesnici
- 10 respondentů (4,1 %) možnost d) - žijeme společně (manžel/manželka) v domově pro seniory (domov důchodců)
- 3 respondenti (1,2 %) možnost e) - žijeme společně (partner/partnerka) v domově pro seniory (domov důchodců)

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů žije samo v domově pro seniory (domov důchodců).

Otázka č. 5) Čeho se nejvíce ve spojení se stářím obáváte?

- a) zhoršující se fyzický stav – obava z nemoci
- b) ztráta paměti
- c) obava z existenční a finanční nouze
- d) obava z nedostatku lásky a respektu ze strany rodiny
- e) obava ze závislosti na pomoci druhých
- f) obava z osamocení
- g) obava ze smrti

Graf k otázce č. 5

Zdroj: vlastní

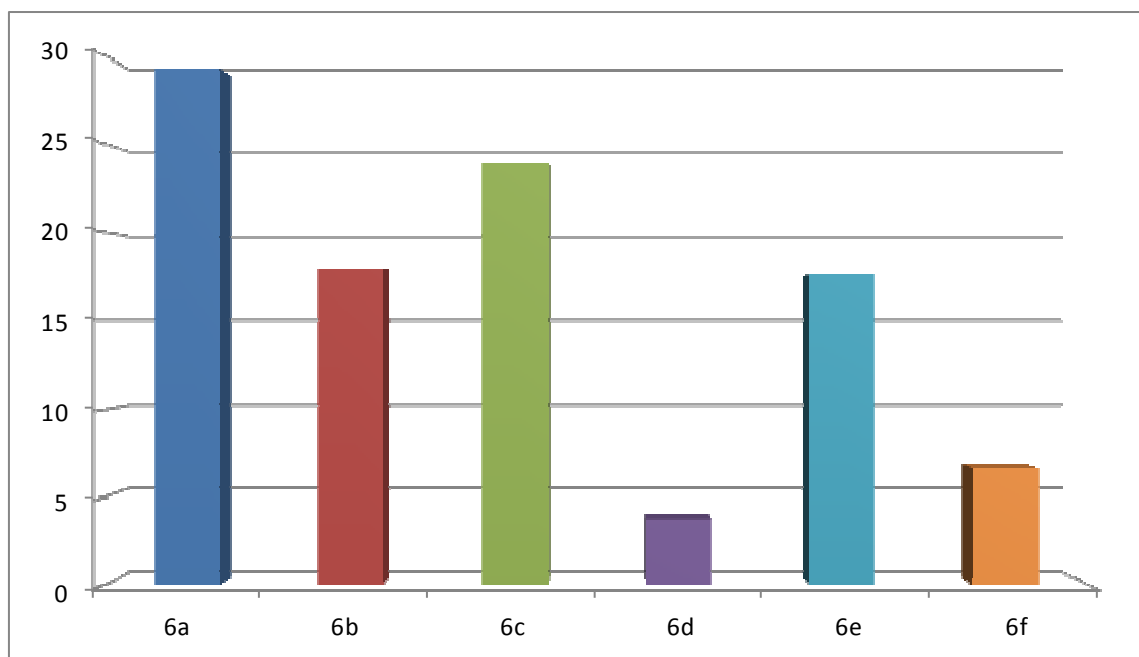
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 104 respondenti (42,4 %) možnost a) - zhoršující se fyzický stav – obava z nemoci
- 71 respondentů (28,4 %) možnost e) - obava ze závislosti na pomoci druhých
- 32 respondentů (13 %) možnost b) - ztráta paměti
- 13 respondentů (5,3 %) možnost c) - obava z existenční a finanční nouze
- 12 respondentů (4,8 %) možnost f) - obava z osamocení
- 8 respondentů (3,2 %) možnost d) - obava z nedostatku lásky a respektu ze strany rodiny
- 5 respondentů (2,9 %) možnost g) – obava ze smrti

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů se ve stáří nejvíce obává zhoršujícího se fyzického stavu – obava z nemoci.

Otázka č. 6) Jaká je představa využití Vašeho volného času v důchodovém věku?

- a) svoboda – možnost organizovat si život podle sebe
- b) možnost rozvoje vlastní osobnosti v určitých oblastech jako, zájmy, záliby, koníčky
- c) užívat si vnoučat a rodiny
- d) žít společenským životem
- e) odpočinek, relaxace
- f) splnění si svých přání a tužeb (cestování, četba, vzdělávání...)

Graf k otázce č. 6

Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

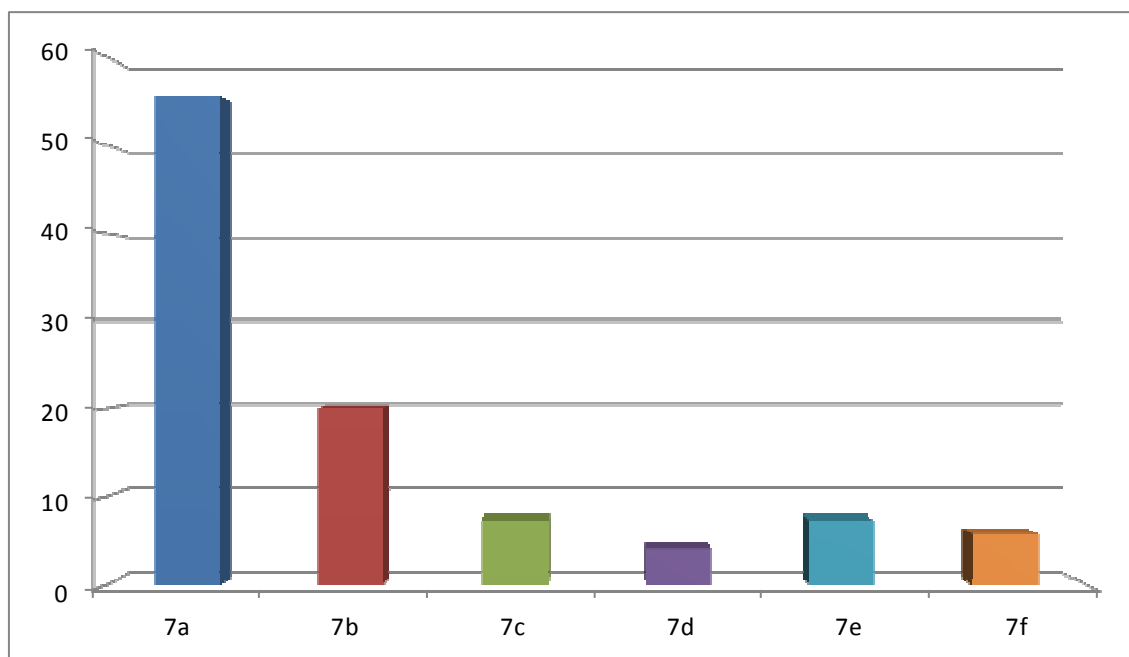
- 72 respondentů (29,3 %) možnost a) - svoboda – možnost organizovat si život podle sebe
- 59 respondentů (24 %) možnost c) - užívat si vnoučat a rodiny
- 46 respondentů (18 %) možnost b) - možnost rozvoje vlastní osobnosti v určitých oblastech jako, zájmy, záliby, koníčky
- 43 respondentů (17,6 %) možnost e) - odpočinek, relaxace
- 16 respondentů (6,6 %) možnost f) - splnění si svých přání a tužeb (cestování, četba, vzdělávání...)
- 9 respondentů (3,7 %) možnost d) - žít společenským životem

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů v důchodovém věku preferuje možnost organizovat si život podle sebe.

Otázka č. 7) Jak často Vás navštěvují Vaše děti a vnoučata?

- a) často
- b) někdy
- c) málokdy
- d) nikdy
- e) žijeme ve společné domácnosti
- f) nemám potomky

Graf k otázce č. 7



Zdroj: vlastní

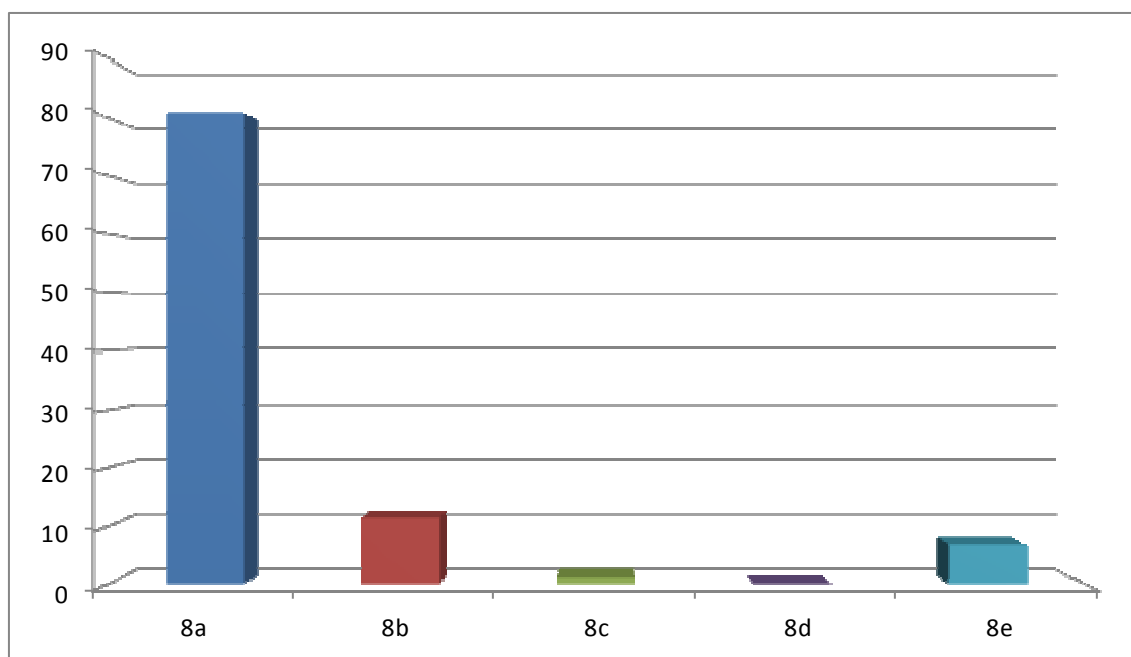
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 136 respondentů (55,5 %) možnost a) - často
- 49 respondentů (20 %) možnost b) – někdy
- 18 respondentů (7,3 %) možnost c) - málokdy
- 18 respondentů (7,3 %) možnost e) – žijeme ve společné domácnosti
- 14 respondentů (5,8 %) možnost f) – nemám potomky
- 10 respondentů (4,1 %) možnost d) – nikdy

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že je děti a vnoučata navštěvují často.

Otázka č. 8) Přináší Vám kontakt s rodinou uspokojení?

- a) ano, vždy se na ně velmi těším, návštěva mne naplňuje
- b) přiměřeně – mám z návštěvy smíšené pocity
- c) ne, návštěva mi nic nedává
- d) přijdou si jen pro peníze, jinak je moc nezajímám
- e) nenavštěvují mne/nás

Graf k otázce č. 8

Zdroj: vlastní

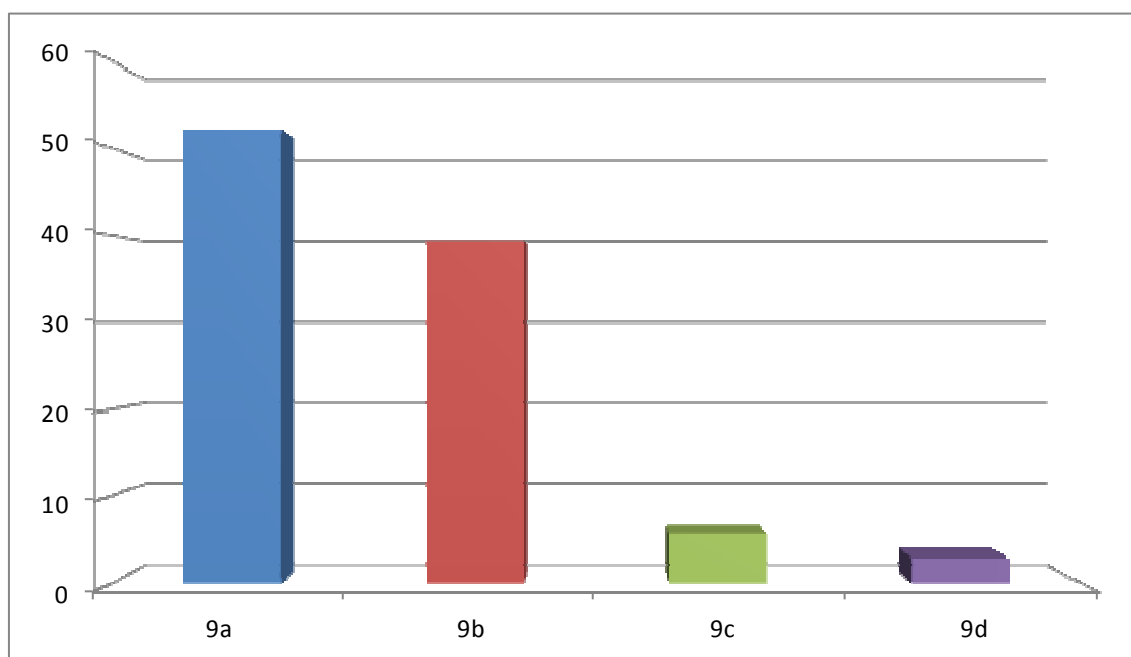
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 198 respondentů (80,8 %) možnost a) - ano, vždy se na ně velmi těším, návštěva mne naplňuje
- 28 respondentů (11,4 %) možnost b) - přiměřeně – mám z návštěvy smíšené pocity
- 16 respondentů (6,6 %) možnost e) - nenavštěvují mne/nás
- 3 respondenti (1,2 %) možnost c) - ne, návštěva mi nic nedává
- 0 respondentů (0 %) možnost d) - přijdou si jen pro peníze, jinak je moc nezajímám

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že se na kontakt s rodinou vždy velmi těší a návštěva je naplňuje.

Otázka č. 9) Vyhledáváte vztahy a komunikaci se svými vrstevníky a rodinou?

- a) ano – velmi často
- b) občas - příležitostně
- c) spíše nikoliv
- d) ne

Graf k otázce č. 9

Zdroj: vlastní

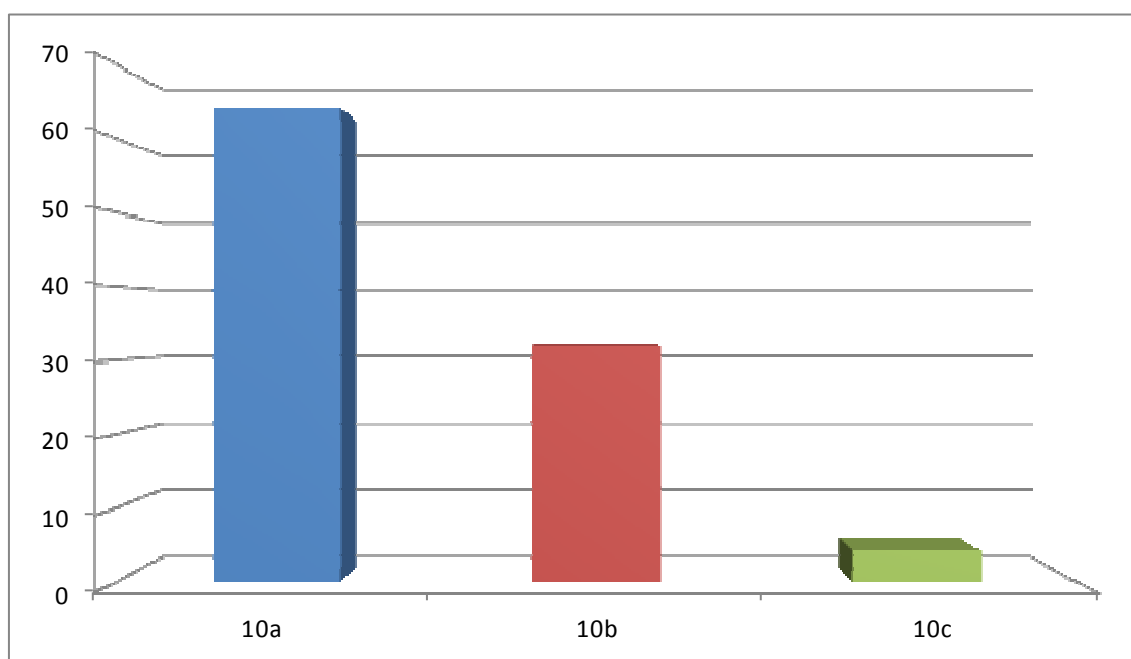
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 128 respondentů (52,1 %) možnost a) - ano – velmi často
- 96 respondentů (39,3 %) možnost b) - občas - příležitostně
- 14 respondentů (5,7 %) možnost c) - spíše nikoliv
- 7 respondentů (2,9 %) možnost d) – ne

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že vyhledává vztahy a komunikaci se svými vrstevníky a rodinou velmi často.

Otázka č. 10) Je podle Vás důležitý vztah seniora s další seniorskou populací?

- a) ano – není dobré zůstat v sociální izolaci
- b) přiměřeně – jen, když mám náladu
- c) ne – není nutné se s nikým setkávat, jsem raději sám/sama

Graf k otázce č. 10

Zdroj: vlastní

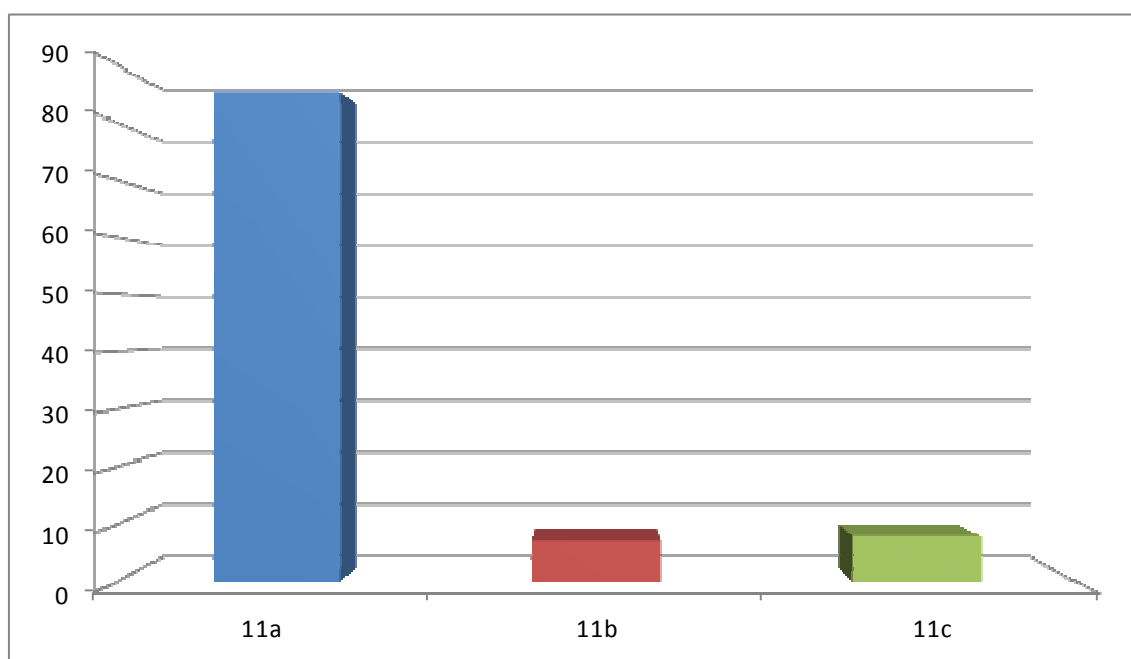
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 157 respondentů (64,1 %) možnost a) - ano – není dobré zůstat v sociální izolaci
- 78 respondentů (31,8 %) možnost b) - přiměřeně – jen, když mám náladu
- 10 respondentů (4,1 %) možnost c) - není nutné se s nikým setkávat, jsem raději sám/sama

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že je pro důležitý vztah s další seniorskou populací.

Otázka č. 11) Jaký je dle Vašeho názoru Váš vztah k současné mladé generaci:

- a) mám rád/ ráda mladou generaci – jsou živí, plní elánu, nápadů, cítím se s nimi mladě
- b) nemám rád/ráda mladou generaci – neuznávají mě, jsem jim na obtíž
- c) tato generace mne nezajímá

Graf k otázce č. 11

Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

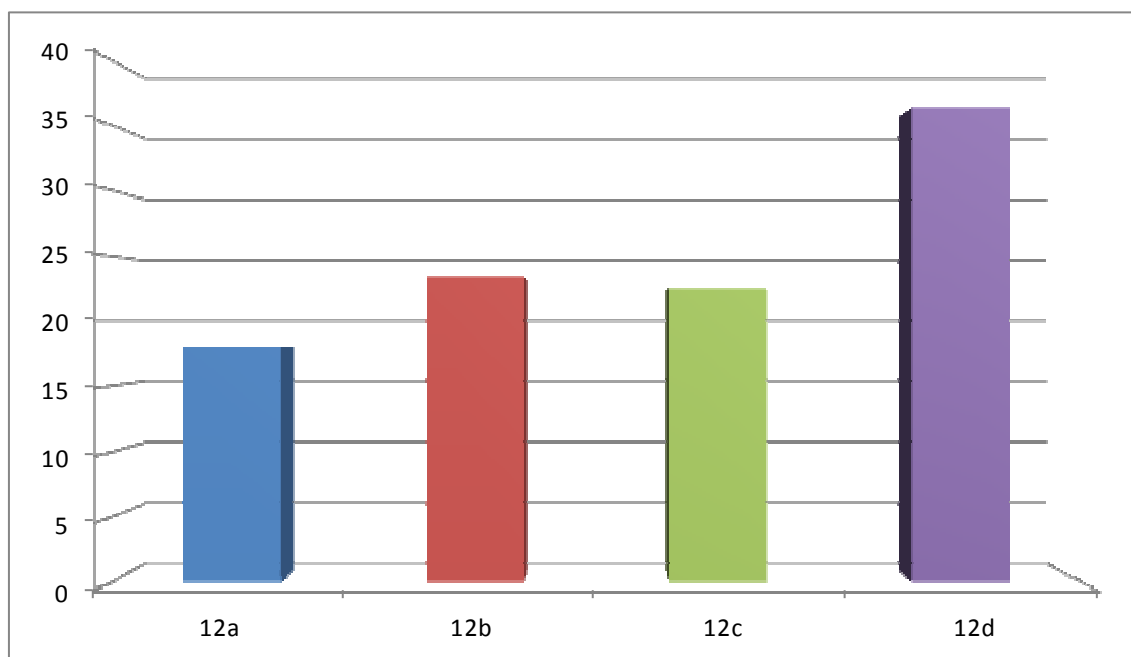
- 209 respondentů (85,3 %) možnost a) - mám rád/ ráda mladou generaci – jsou živí, plní elánu, nápadů, cítím se s nimi mladě
- 19 respondentů (7,8 %) možnost c) - tato generace mne nezajímá
- 17 respondentů (6,9 %) možnost b) - nemám rád/a mladou generaci – neuznávají mě, jsem jim na obtíž

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že má rádo mladou generaci, protože jsou živí, plní elánu, nápadů, cítí se s nimi mladě.

Otázka č. 12) Jaký je dle Vašeho názoru vztah současné mladé generace k seniorské populaci?

- a) seniorská populace odebírá mladým šanci na práci, mladá generace považuje seniory jako svou finanční zátěž
- b) seniorská populace je pro mladou generaci zdrojem zkušeností a poučení, mají k ní respekt a úctu
- c) seniorská populace je mladé generaci jedno
- d) nevím, nedokáži se k této otázce vyjádřit

Graf k otázce č. 12



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

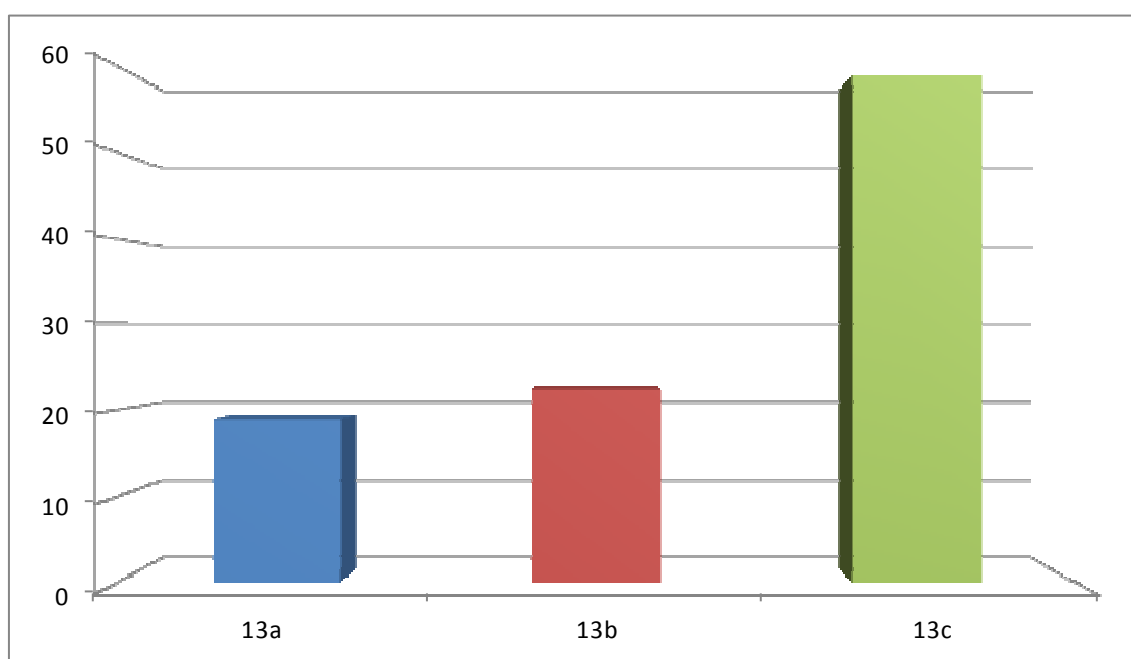
- 89 respondentů (36,3 %) možnost d) - nevím, nedokáži se k této otázce vyjádřit
- 57 respondentů (23,3 %) možnost b) - seniorská populace je pro mladou generaci zdrojem zkušeností a poučení, mají k ní respekt a úctu
- 55 respondent (22,4 %) možnost c) - seniorská populace je mladé generaci jedno
- 44 respondentů (18 %) možnost a) - seniorská populace odebírá mladým šanci na práci, mladá generace považuje seniory jako svou finanční zátěž

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že se nedokáží k otázce vztahu současné mladé generace a seniorské populace vyjádřit.

Otázka č. 13) Dle Vašeho názoru, uvědomuje si současná mladá generace skutečnost, že taky jednou dosáhne seniorského věku a karta se obrátí?

- a) ano
- b) ne
- c) tento fakt si nepřipouští, žijí „teď a tady“

Graf k otázce č. 13



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 144 respondentů (58,8 %) možnost c) - tento fakt si nepřipouští, žijí „teď a tady“
- 55 respondentů (22,4 %) možnost b) - ne
- 46 respondentů (18,8 %) možnost a) – ano

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že současná mladá generace si fakt, že taky dosáhne seniorského věku nepřipouští, protože žije „teď a tady.“

Otázka č. 14) Je podle Vás dnešní společnost připravena důstojně přijmout starší populaci (seniory) a zaručit jim důstojné stáří?

a) ano

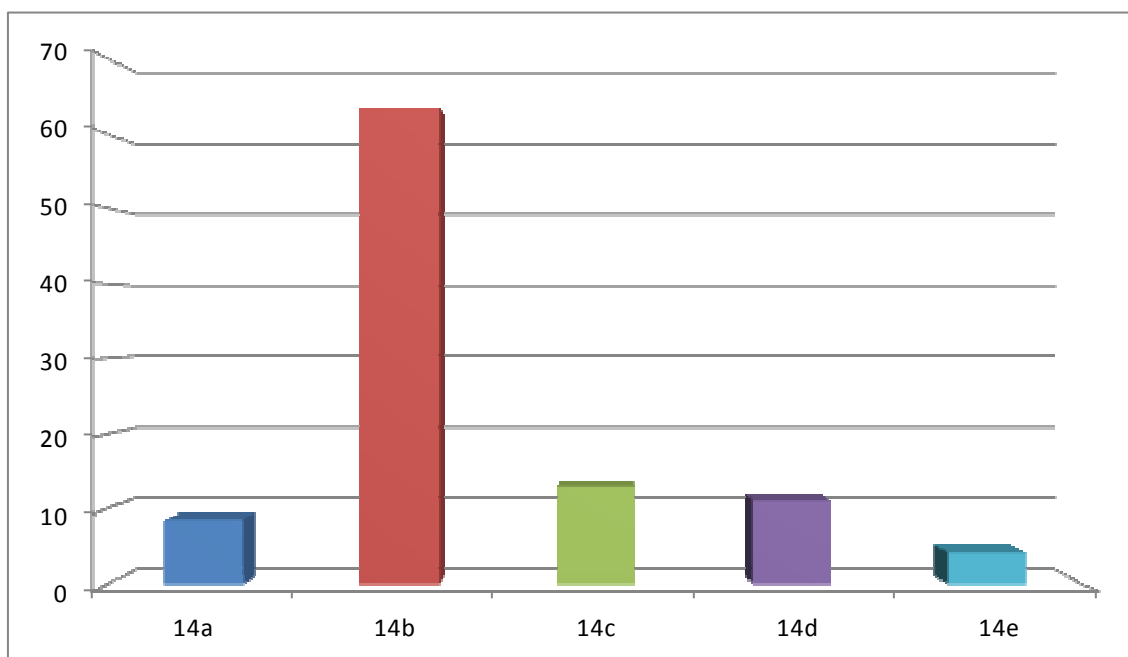
b) částečně

c) ne

d) potřeby starší a staré populace nikoho nezajímají, jsou společnosti na obtíž, protože jí odčerpávají finanční prostředky

e) o této problematice nic nevím, nezajímám se

Graf k otázce č. 14



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

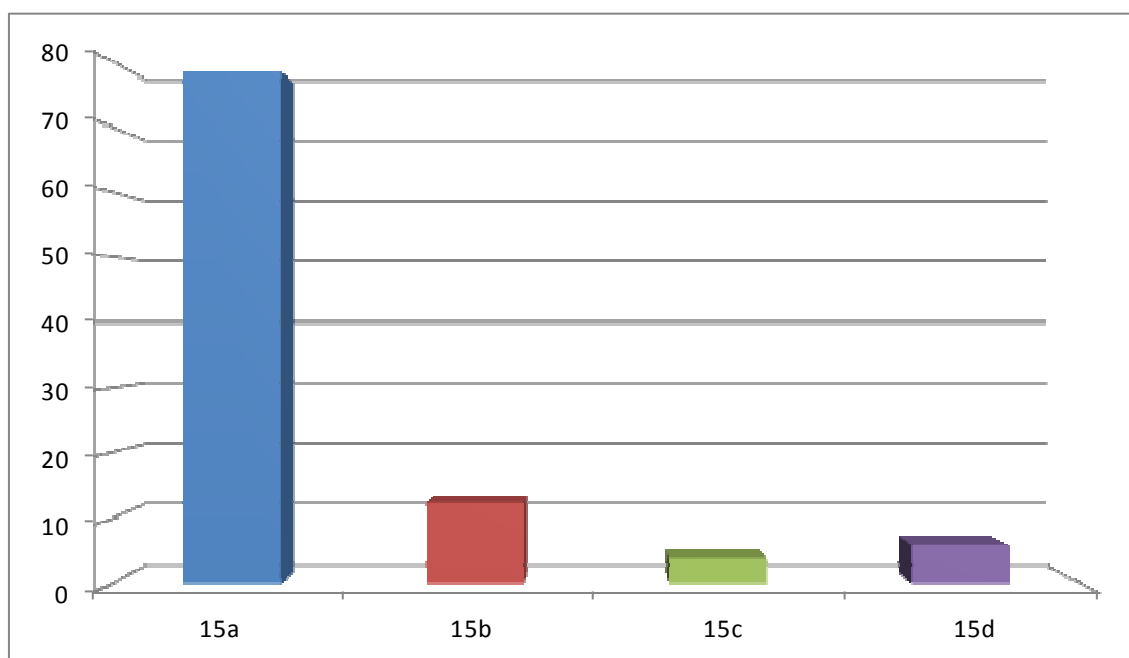
- 155 respondentů (63,3 %) možnost b) - částečně
- 32 respondentů (13 %) možnost c) - ne
- 27 respondentů (11 %) možnost d) - potřeby starší a staré populace nikoho nezajímají, jsou společnosti na obtíž, protože jí odčerpávají finanční prostředky
- 21 respondentů (8,6%) možnost a) - ano
- 10 respondentů (4,1 %) možnost e) - o této problematice nic nevím, nezajímám se

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvádí, že dnešní společnost je připravena důstojně přijmout starší populaci (seniory) a zaručit jim důstojné stáří jen částečně.

Otázka č. 15) Jste spokojený/spokojená s chováním svých potomků (dětí a vnuků) ke své osobě?

- a) ano – jsem, starají se o mě, váží si mě, jsem pro ně důležitý/důležitá, jsem hrdý/hrdá na to, jak jsem je vychoval/vychovala
- b) nejsem příliš spokojený/spokojená, cítím, že mě zanedbávají
- c) nejsem spokojený/spokojená, jsem pro ně zátěží, obtěžuji je
- d) nevím – potomky nemám

Graf k otázce č. 15



Zdroj: vlastní

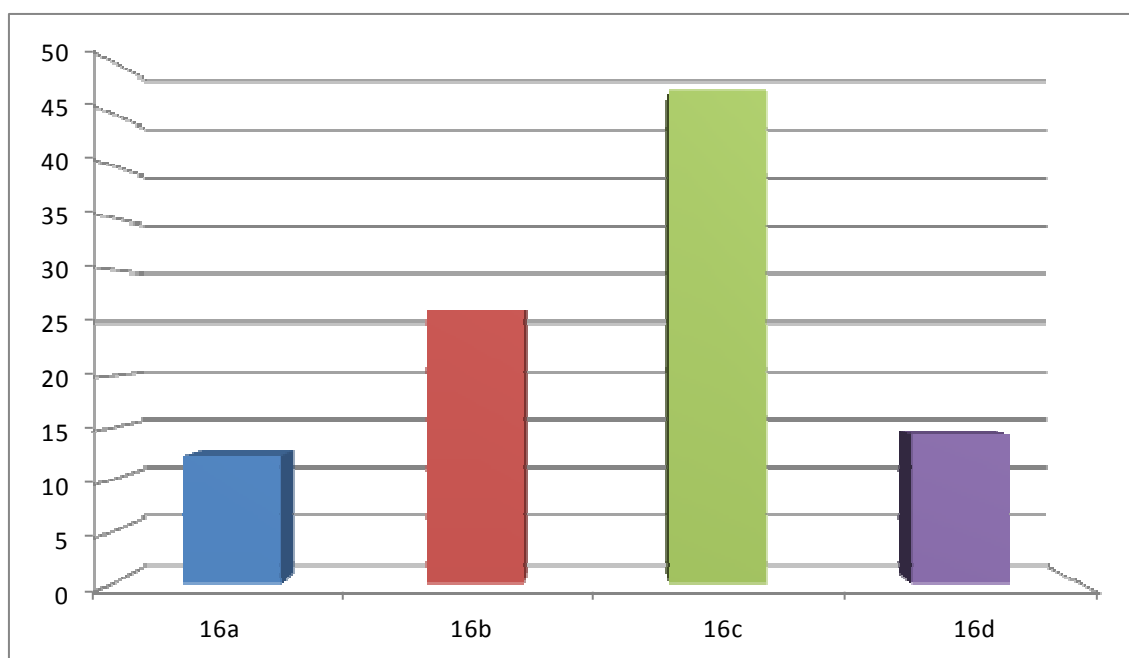
Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

- 192 respondentů (78,3 %) možnost a) - ano – jsem, starají se o mě, váží si mě, jsem pro ně důležitý/důležitá, jsem hrdý/hrdá na to, jak jsem je vychoval/vychovala
- 30 respondentů (12,2 %) možnost b) - nejsem příliš spokojený/spokojená, cítím, že mě zanedbávají
- 14 respondentů (5,8 %) možnost d) – nevím, potomky nemám
- 9 respondentů (3,7 %) možnost c) - nejsem spokojený/spokojená, jsem pro ně zátěží, obtěžuji je

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že je spokojeno s chováním svých potomků (dětí a vnuků) ke své osobě. Potomci se o dotazované seniory starají, váží si jich a senioři jsou hrdí na to, jak své potomky vychovali.

Otázka č. 16) Jak Vás limituje ve Vašem osobním rozvoji Váš současný finanční důchodový příjem?

- a) vůbec mne neomezuje
- b) omezuje mne zcela minimálně
- c) omezuje mne středně – leccos si musím odepřít
- d) omezuje mne velice

Graf k otázce č. 16

Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

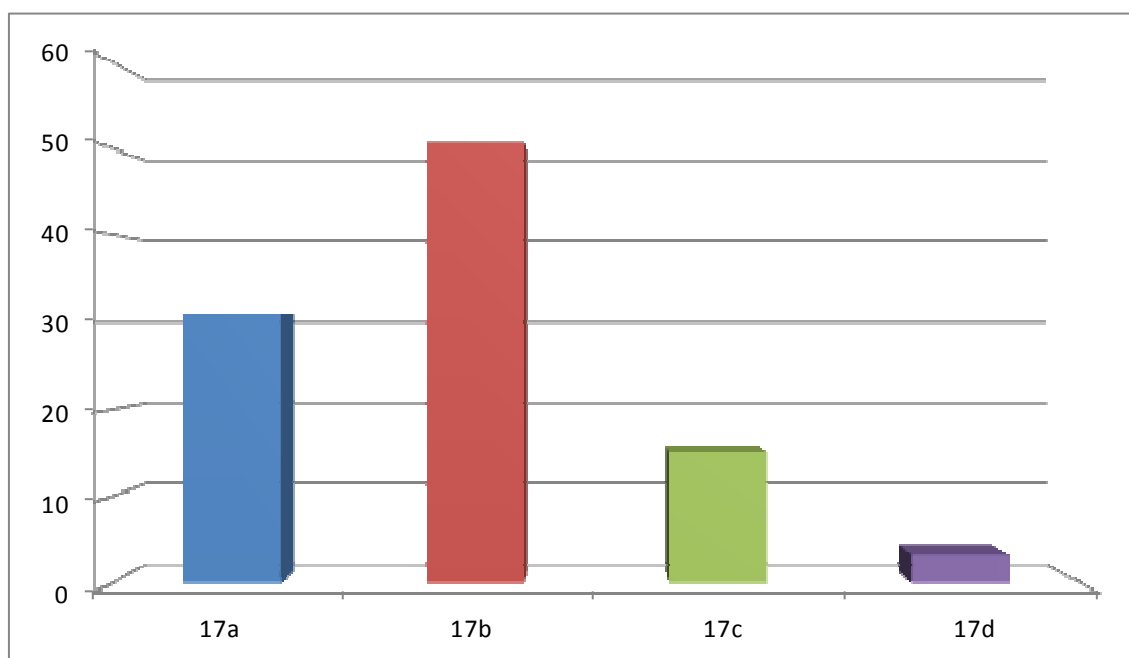
- 116 respondentů (47,3 %) možnost c) - omezuje mne středně – leccos si musím odepřít
- 64 respondentů (26,2 %) možnost b) - omezuje mne zcela minimálně
- 35 respondentů (14,3 %) možnost d) - omezuje mne velice
- 30 respondentů (12,2 %) možnost a) - vůbec mne neomezuje

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že jejich současný důchodový příjem je omezuje středně – leccos si musí odepřít.

Otázka č. 17) Mají senioři dle Vašeho názoru v místě svého bydliště dostatek příležitostí k využití svého volného času (např. kino, divadlo, zájmové a vzdělávací kroužky, přednášky, zájezdy)?

- a) rozhodně ano b) spíše ano
 c) spíše ne d) rozhodně ne

Graf k otázce č. 17



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

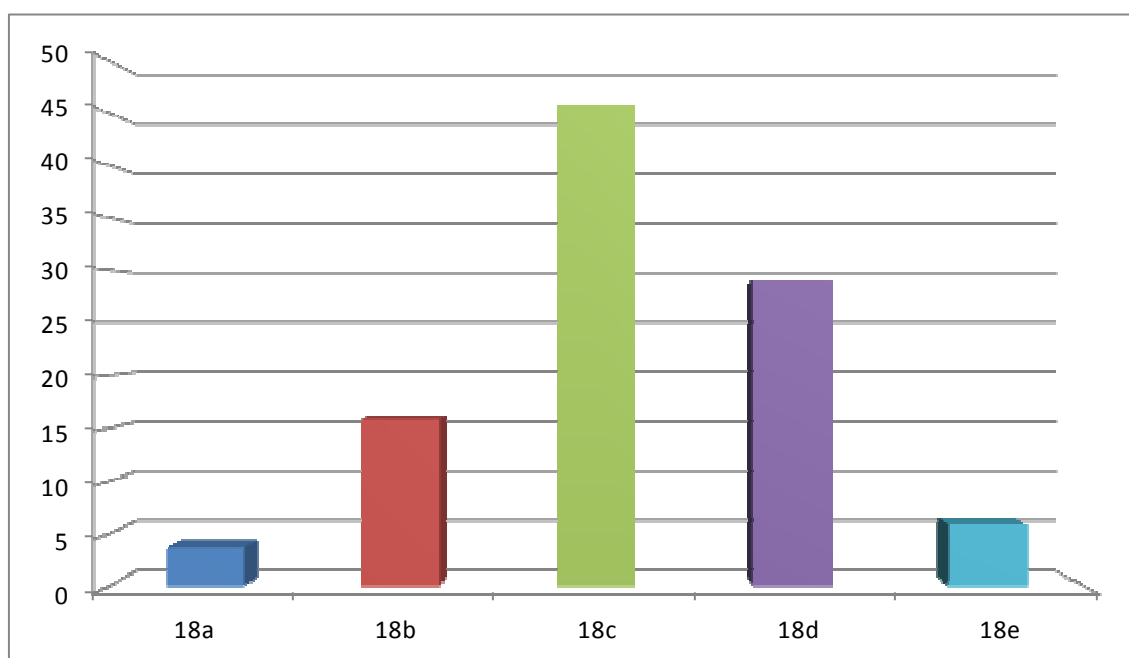
- 124 respondentů (50,6 %) možnost b) – spíše ano
- 76 respondentů (31 %) možnost a) – rozhodně ano
- 37 respondentů (15,1 %) možnost c) – spíše ne
- 8 respondentů (3,3 %) možnost d) – rozhodně ne

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že spíše mají dostatek příležitostí k využití volného času v místě svého bydliště.

Otázka č. 18) Domníváte se, že nějakým způsobem zasahujete do rodinného života život svých dětí nebo jej ovlivňujete?

- a) rozhodně ano b) spíše ano
c) spíše ne d) rozhodně ne
e) nemám děti

Graf k otázce č. 18



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

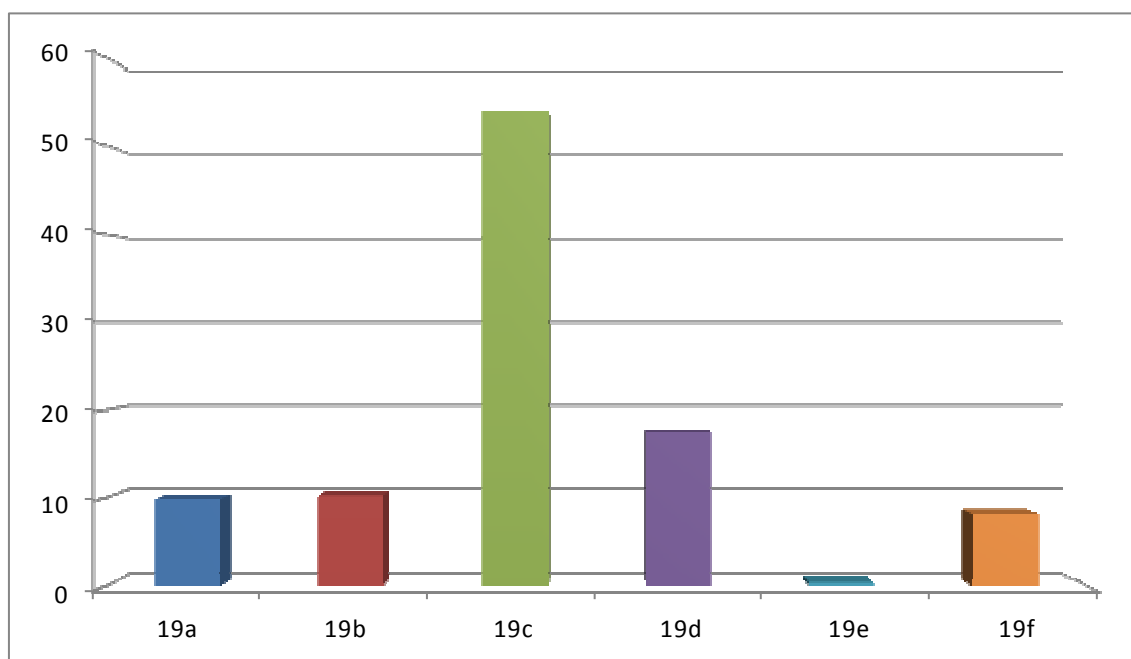
- 112 respondentů (45,7 %) možnost c) – spíše ne
- 71 respondentů (29 %) možnost d) – rozhodně ne
- 39 respondentů (15,8 %) možnost b) – spíše ano
- 14 respondentů (5,8 %) možnost e) – nemám děti
- 9 respondentů (3,7 %) možnost a) - rozhodně ano

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento respondentů uvedlo, že spíše nezasahuje do rodinného života svých dětí a neovlivňuje jej.

Otázka č. 19) Zlepšil se Váš osobní vztah mezi Vámi a Vašimi dětmi po narození vnoučete/vnoučat?

- a) rozhodně ano
- b) spíše ano
- c) náš vztah zůstal stejný
- d) spíše ne
- e) rozhodně ne
- f) nemohu posoudit, nemám vnouče/vnoučata

Graf k otázce č. 19



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 245 respondentů zvolilo:

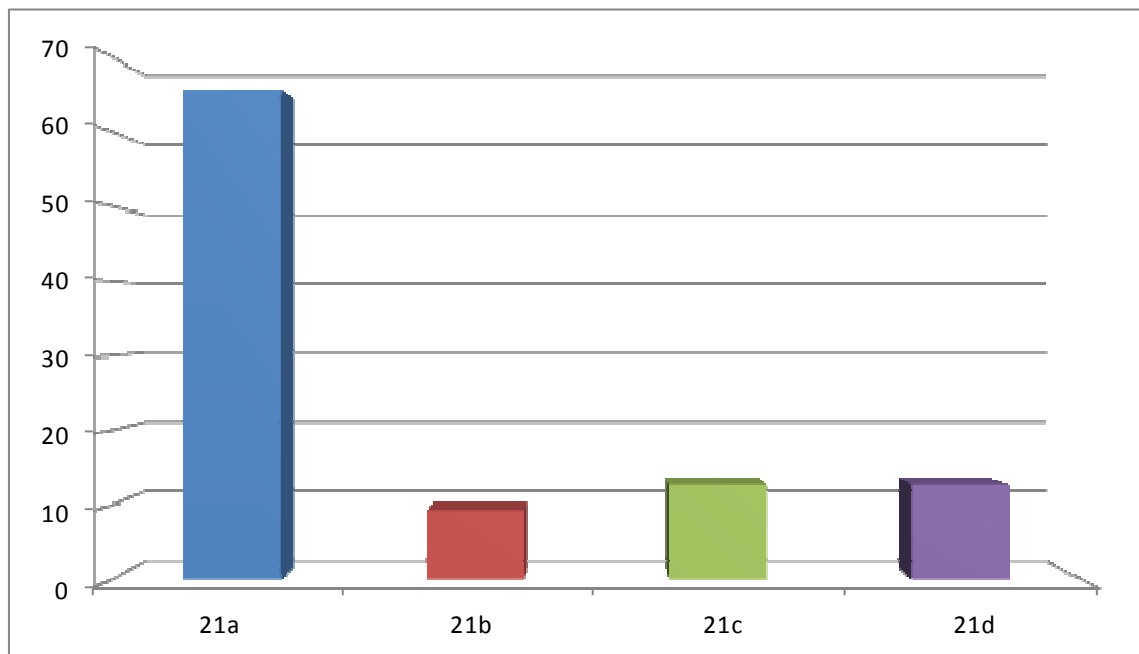
- 132 respondentů (53,9 %) možnost c) – náš vztah zůstal stejný
- 43 respondentů (17,5 %) možnost d) – spíše ne
- 25 respondentů (10,2 %) možnost b) – spíše ano
- 24 respondentů (9,8 %) možnost a) – rozhodně ano
- 20 respondentů (8,2 %) možnost f) - nemohu posoudit, nemám vnouče/vnoučata
- 1 respondent (0,4 %) možnost e) – rozhodně ne

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že jejich vztah s dětmi po narození vnoučete/vnoučat zůstal stejný.

Otázka č. 21) K životu v domově pro seniory jsem se rozhodl/rozhodla?

- a) sám/sama
- b) na základě doporučení mých vrstevníků, kteří zde žijí
- c) na základě doporučení mých dětí nebo ostatních rodinných příslušníků
- d) na základě doporučení lékaře

Graf k otázce č. 21



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 87 respondentů zvolilo:

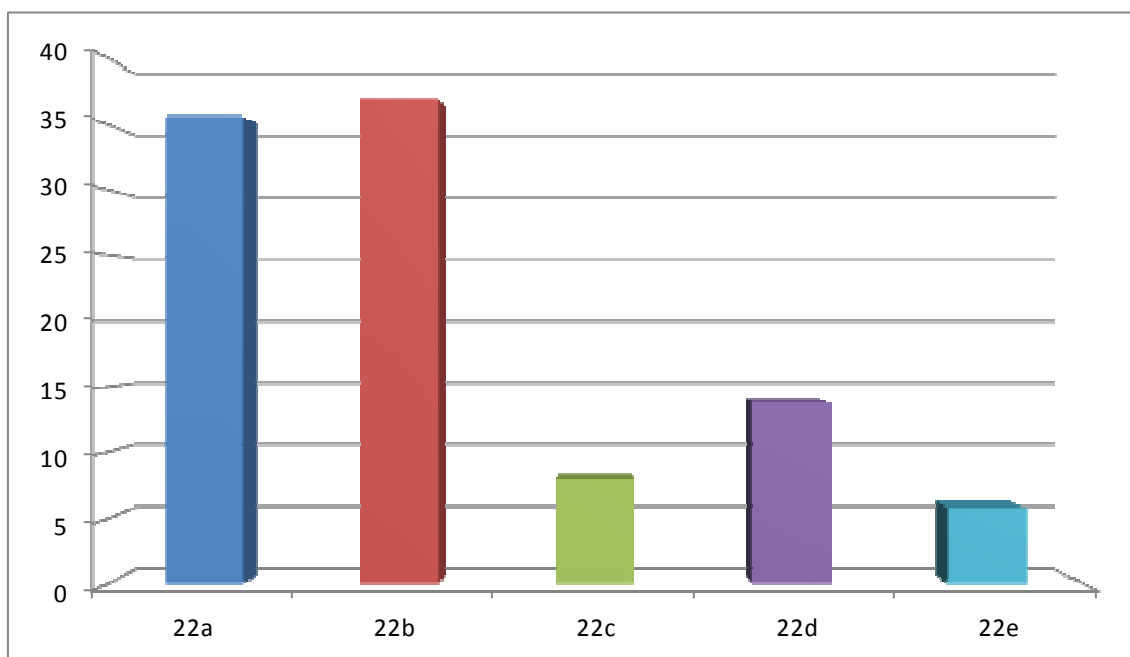
- 57 respondentů (65,6 %) možnost a) - sám/sama
- 11 respondentů (12,6 %) možnost c) - na základě doporučení mých dětí nebo ostatních rodinných příslušníků
- 11 respondentů (12,6 %) možnost d) - na základě doporučení lékaře
- 8 respondentů (9,2 %) možnost b) - na základě doporučení mých vrstevníků, kteří zde žijí

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že se k životu v domově pro seniory rozhodli sami.

Otázka č. 22) Důvody, které zapříčinily Váš odchod do domova pro seniory?

- a) snadná dostupnost lékařské péče a ošetření
- b) snadnější a lepší dostupnost sociálních služeb
- c) strach ze samoty
- d) smrt partnera
- e) možnost navázání nových osobních kontaktů

Graf k otázce č. 22



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 87 respondentů zvolilo:

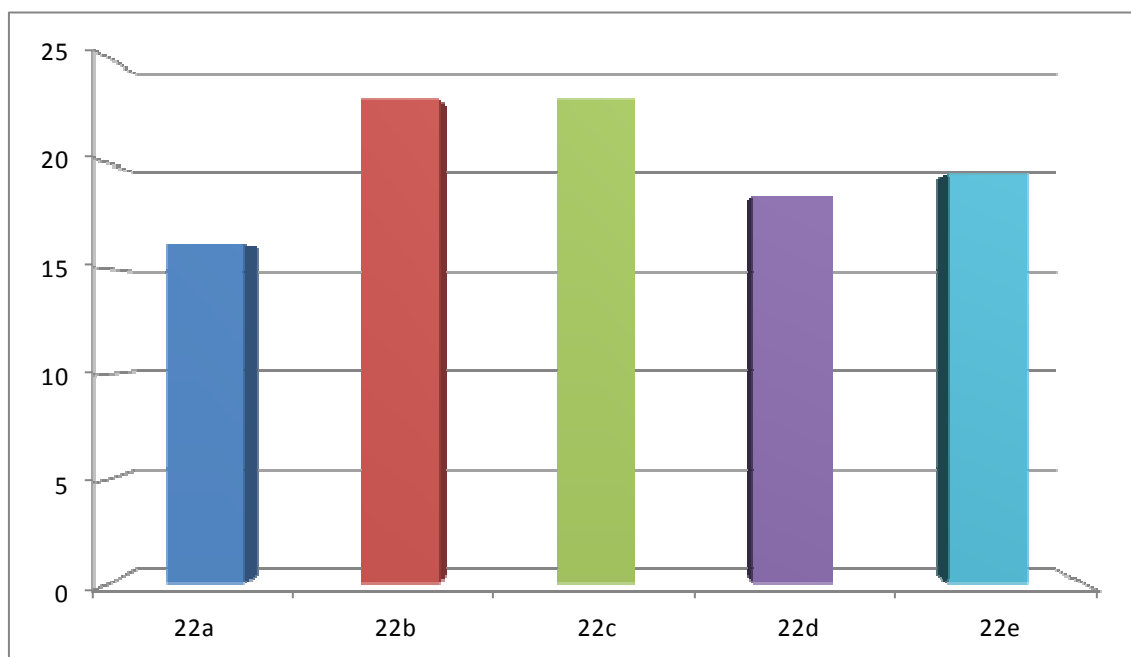
- 32 respondentů (36,8 %) možnost b) - snadnější a lepší dostupnost sociálních služeb
- 31 respondentů (35,6 %) možnost a) - snadná dostupnost lékařské péče a ošetření
- 12 respondentů (13,8 %) možnost d) - smrt partnera
- 7 respondentů (8 %) možnost c) - strach ze samoty
- 5 respondentů (5,8 %) možnost e) - možnost navázání nových osobních kontaktů

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že odešli do domova pro seniory z důvodu snadnější a lepší dostupnosti sociálních služeb.

Otázka č. 23) Bylo pro Vás těžké se rozhodnout odejít do domova pro seniory?

- a) byl to pro mne životní zlom
- b) ano, bylo to těžké rozhodnutí
- c) rozhodnutí bylo pro mne středně těžké
- d) moc dlouho jsem se nerozhodoval/ rozhodovala

Graf k otázce č. 23



Zdroj: vlastní

Z celkového počtu 87 respondentů zvolilo:

- 20 respondentů (23 %) možnost b) - ano, bylo to těžké rozhodnutí
- 20 respondentů (23 %) možnost c) - rozhodnutí bylo pro mne středně těžké
- 17 respondentů (19,5 %) možnost e) - ne, nebylo to pro mne těžké rozhodnutí
- 16 respondentů (18,4 %) možnost d) - moc dlouho jsem se nerozhodoval/ rozhodovala
- 14 respondentů (16,1 %) možnost a) - byl to pro mne životní zlom

Z tohoto souhrnu vyplývá, že největší procento dotázaných respondentů uvedlo, že rozhodnutí odejít do domova pro seniory bylo pro ně těžké a středně těžké.

4.5 Vyhodnocení stanovených hypotéz

Získaná data z dotazníku byla podrobena analýze s cílem potvrdit či vyvrátit hypotézy, které byly stanoveny na počátku výzkumu.

Hypotéza č. 1: Pro většinu seniorů je důležitý vztah s další seniorskou populací.

Tato moje hypotéza se **potvrdila**. Základní stavební jednotkou lidské populace je člověk. Od pradávna se lidé jako většina tvorů shlukovala do větších skupin z důvodu snadnějšího přežití. Během času se lidská civilizace vyvíjela a vyvíjí dodnes ve všech oblastech a směrech. Přes toto všechno se lidé neustále sdružují a žijí v menších či větších skupinách. V těchto skupinách se lidé navzájem setkávají, mezi sebou komunikují a předávají si různé informace a zkušenosti. Během vzájemné interakce dochází k rozvoji člověka. Tento osobní rozvoj je důležitý k dalšímu přežití člověka ve společnosti. Podstatou lidského bytí, a tudíž přežití je tedy vyhledávání kontaktů, vztahů a komunikace s ostatními lidmi v populaci. Je sice pravda, že někteří lidé jsou skuteční a opravdoví „samotáři“, ale tito jedinci jsou ve společnosti zastoupeni velice zřídka a společnost je ve většině případů bere jako podivíny. Není neobvyklé, že tito jedinci jsou ze soudobé společnosti částečně nebo úplně vyloučeni, či stojí na jejím okraji.

Hypotéza č. 2: Seniorská populace je spokojená s chování svých potomků (dětí a vnuků) ke svojí osobě.

Tato moje hypotéza se **potvrdila**. Dá se říci, že naše současná mladá generace je po stránce mezilidských vztahů tzv. zdravá. Jsou schopni a ochotni ve stejné, a když ne ve stejné míře, tak aspoň obdobné, svým rodičům vrátit lásku, péči a pozornost, takovou, jakou dostali oni sami během svého vývoje. V dřívějších dobách bylo zcela normální a běžné, že rodiče dětí doma zestárli a zemřeli. O tyto rodiče se pochopitelně staraly jejich děti, případně vnoučata. Mladá generace se starala o starší generaci také z toho důvodu, že v dřívějších dobách byl zřízen jen malý počet starobinců, a to jen ve velkých městech. Pokud se našel potomek, který se o své rodiče nechtěl starat, či se svých rodičů zbavil, mohl počítat s veřejným i morálním odsouzením – hanbou. Do této situace se nikdo nechtěl dostat. Každý člověk si musí uvědomit, že rodiče dětem dali svoji veškerou lásku, zabezpečili je po stránce materiální, a kdyby mohli, tak by za svoje děti nebo dítě

i položili život. Proto by si měl každý jedinec uvědomit, že stejnou lásku a péči ve stáří by měl vrátit svým rodičům. Většina rodičů na to čeká a doufá, že tak jejich děti učiní, aniž by si o to slovem řekla.

Hypotéza č. 3: Po narození vnoučete se osobní vztah mezi seniorem a snachou/zetěm ve většině případůlepší.

Tato moje hypotéza se **nepotvrdila**. V obecné rovině se dá říci, že po narození vnoučat nebo vnoučete dojde ve většině případů k prohloubení a zlepšení osobních vztahů mezi rodiči a dětmi. Z tohoto lze vyvozovat, že by se měl také zlepšit vztah mezi snachou/zetěm a prarodiči po narození vnoučátka. Občas se tak stává, ale můj malý výzkum ukázal, že vztah mezi snachou/zetěm a prarodiči zůstal stejný. Na otázku, proč tento vztah zůstal stejný, je bezesporu složitá odpověď, na kterou by byl schopen objektivně odpovědět podrobný psychologický či sociologický výzkum. Babička a dědeček se na nový přírůstek do rodiny těší. Ve vnoučátku se jim připomínají jejich vlastní děti. Opět si díky vnoučatům mohou znovu připomenout moment, kdy dítě udělá první krůček, řekne první slovo, vyroste mu první zub. V tomto vývojovém období člověka mají prarodiče na svoje vnoučátka více času a tudíž se jim i více věnují. Tyto chvíle si užívají převážně babičky, protože jsou ve většině případů ve věku, kdy už nejsou v takové tísní (finanční a časové) jako v případě svých vlastních dětí. S příchodem vnoučátka do rodiny by se podle mého názoru měl zlepšit vzájemný vztah mezi generacemi. Pokud ne tak, pak by měl zůstat alespoň na stejné úrovni.

ZÁVĚR

Ve své diplomové práci se zabývám problematikou současné seniorské populace. Se seniorskou populací se každý člověk, ať mladý či středního věku, setkává dnes a denně, dalo by se říci na každém kroku. Téměř v každé rodině se nacházejí senioři – babička a dědeček. Občas se sice stává, že malé dítě nemá možnost poznat svoje prarodiče. Bohužel touto negativní událostí je mu odepřena možnost poznat celou řadu příjemných zážitků a chvil a hlavně mu není umožněno poznání starší generace a přediva rodinných vztahů.

Pakliže si nějaký mladý člověk nepřipouští, anebo neuvědomuje, že zestárne, dělá chybu. Pokud ve svém mladém věku nezemře, tak se stárí rozhodně nevyhne. V každém vývojovém období lidského pokolení chce člověk dobře žít. A když ne dobře, tak alespoň přiměřeně spokojeně.

Dobře stárnout znamená dobře žít. Stárnutí je proces, kterému se nelze vyhnout. Na tento proces by většina lidské populace měla nahlížet jako na dar. Někdo se může zeptat proč? Proč na toto lidské vývojové období pohlížet pozitivně, vždyť v tomto věku už nemůže člověka nic pozitivního potkat. Podle mne je to velký omyl. Je všeobecně známo, že v polovině 17. stol. se většina lidí se v průměru dožívala pouze věku okolo 30 let. Jestliže se člověk dožil věku okolo 60 roků, tak to byl tzv. malý zázrak, rarita, pamětník dřívějších věků a tradic.

Pokud se podle mne někomu dostane možnosti dožít se seniorského věku, je to jednoznačně dar. Z tohoto daru života by se každý člověk měl radovat a vytvořit z něj něco dobrého, ba – pokud možno – to nejlepší, co je v jeho silách. Jako možný příklad bych uvedl, že se v tomto období člověk může například těšit na vnoučata a užívat si jich. Může si třeba aspoň částečně splnit svoje dřívější sny, plány, tužby, a podobně.

Oč tedy v životě i při stárnutí jde? Jde o to, mít rád život, i když je to život tím či oním způsobem komplikovaný nebo neradostný. A využívat možnosti, které jsou nám v něm vzdor všemu dány. Využívat je k tomu, aby byl náš život kvalitní, hodnotný a smysluplný – takový, který stojí za to žít.

Stárí nám také může přinášet ovoce. Jmenuje se moudrost, trpělivost, shovívavost nebo třeba humor, tichost, schopnost vidět věci a lidi do hloubky (pozorování, kontempace), rozeznávat určitá pozitiva v samotě, nacházet smysl života a smrti.

Stárnutí nepředstavuje nutně jenom úpadek. V každém věku může člověk něco získávat a rozvíjet se. A v každém věku může být také konfrontován se ztrátami, strádáním a ranami. V průběhu celého života, od narození až do smrti, dělá člověk pokroky, vyrovnává se se ztrátami, nedostatky, truchlí nad ztrátou někoho drahého a jen takto může žít naplno.

Stáří je tudíž nezadržitelný, přirozený a předvídatelný proces změn. Týká se našeho fyzického vzhledu, energetického stavu, duševních schopností a společenského života. Změny jsou většinou seniorskou populací a nejenom touto populací vnímány jako ztráta, protože nutí člověka se vzdát řady situací, přijmout nové role a poradit si navzdory omezenější schopnostem. Též to však může být období duševního a fyzického klidu, pohody, relaxace. Záleží jenom na člověku, jak toto vývojové období přijme.

Poznatky z mé diplomové práce by mohly být přínosné pro sociální pedagogiku v mnoha směrech. Mohlo by se jednat například o podnět k působení v oblasti (sociálně pedagogické prevence) výchovy a zlepšení mezilidských vztahů. Tím mám na mysli kladné působení na poli komunikace mezi dvěma lidmi (partnery), dále v nejužší rodině, v příbuzenském poměru a mezi blízkými kamarády a vrstevníky. Sociální pedagogika by se měla nejenom zabývat mezilidskými vztahy a komunikací mezi jednotlivými generacemi, ale též vztahy k jednotlivým generacím v celospolečenském měřítku. Mělo by tedy především jít o rozbor negativních aspektů působících v prostředí rodiny, vrstevnických skupin a společenských organizací. Sociálně pedagogická terapie by se měla zaměřit v tomto konkrétním tématu na zlepšení komunikace mezi lidmi, zkvalitnění mezilidských vztahů a uvědomění si jejich důležitosti. Též by se nemělo zapomínat na důležitost nepsaných morálních pravidel a principů. Tím mám na mysli toleranci, pochopení, empatii, důvěru, podporu, „*starost a pomoc bližnímu svému*“, odpuštění a jiné.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. ALAN, J., *Etapy života očima sociologie*, 1. vyd., Praha: Panorama, 1989, s. 440, ISBN 80-7038-044-65
2. BENEŠ, M., *Andragogika*, 1. vyd., Praha: Eurolex Bohemia, 2003, s. 216, ISBN 80-86432-23-8
3. BENEŠ, M., *Úvod do andragogiky*, 1. vyd., Praha: Karolinum, 1999, s. 129, ISBN 80-7184-381
4. DISMAN, M., *Jak se vyrábí sociologická znalost*, 1. vyd., Praha: Karolinum, 2011, s. 374, ISBN 978-80-54601-39-7
5. DOŇKOVÁ, O., NOVOTNÝ, J. S., *Vývojová psychologie pro sociální pedagogy*, 1. vyd., Brno: IMS, 2010, s. 145
6. GAVORA, P., *Úvod do pedagogického výzkumu*, 2. vyd., Brno: Paido, 2010, s. 261, ISBN 978-80-3715-185-0
7. GRUSS, P., *Perspektivy stárnutí*, 1. vyd., Praha: Portál, 2009, s. 224, ISBN 978-80-7367-605-6
8. GRÜNN, A., *Umění stárnout*, 1. vyd., Karmelitánské nakladatelství, 2009, s. 143, ISBN 978-80-7195-316-6
9. HAŠKOVCOVÁ, H., *Fenomén stáří*, 2. vyd., Havlíček Brain Team, 1990, s. 365, ISBN 978-80-8710-919-9
10. HOCMAN, G., *Stárnutí*, 1. vyd., Praha: Avicenum, 1985, s. 107, ISBN 08-083-85
11. KŘIVOHLAVÝ, J., *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*, 1. vyd., Praha: Grada Publishing a.s., 2011, s. 144, ISBN 978-80-247-3604-4
12. LACA, S., *Etika v kontexte sociálních věd*, 1. vyd., Brno: IMS, 2013, s. 205, ISBN 978-80-87182-33-8
13. LACA, S., LACA, P., *Úvod do sociálním pedagogiky*, 1. vyd., Tlačiareň Svídnická, 2013, s. 235, ISBN 978-80-89392-56-8
14. LACA, S. PASTERNAKOVÁ, L., *Komunikácia vo svete edukácie*, 1. vyd., Brno: IMS, 2012, s. 194, ISBN 978-80-87182-30-7
15. MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, 2. vyd., Praha: Avicenum, 1989, s. 336, ISBN 08-056-89

16. MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., *Radosti a strasti aneb když máme vnoučata*, 1. vyd., Praha: Grada Publishing a.s., 1997, s. 144, ISBN 80-7169-455-X
17. MÁROVÁ, Z., *Být babičkou a mít babičku*, 1. vyd., SPN Praha, 1985, s. 150, ISBN 14-057-85
18. MÜHLPACHR, P., *Andragogika*, 1. vyd., Brno: IMS, 2010, s. 36
19. MÜHLPACHR, P., *Sociální inkluze v prostředí biodromální speciální pedagogiky*, 1. vyd., Brno: Masarykova univerzita, 2009, s. 188, ISBN 978-80-210-4951-2
20. MÜHLPACHR, P., BARGEL, M., *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*, 1. vyd., Brno: IMS, 2011, s. 146, ISBN 978-80-87182-21-5
21. PACHAUD, C., THAREAUOVÁ, I., *Soužití se staršími lidmi*, 1. vyd., Praha: Portál, 1998, s. 156, ISBN 80-7178-184-3
22. RHEINWALDOVÁ, E., *Novodobá péče o seniory*, 1. vyd., Praha: Grada Publishing a.s., 1999, s. 88, ISBN 8071698288
23. ŘÍČAN, P., *Cesta životem*, 2. vyd., Praha: Portál, 2004, s. 390, ISBN 80-7367-124-7
24. SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., *Sociologie stáří a seniorů*, 1. vyd., Praha: Grada Publishing a.s., 2012, s. 232, ISBN 978-80-247-3850-5
25. SATIROVÁ, V., *Kniha o rodině*, 2. vyd., Práh, 2006, s. 357, ISBN 80-7252-150-0
26. STUART-HAMILTON, I., *Psychologie stárnutí*, 1. vyd., Praha: Portál, 1999, s. 320, ISBN 8071782742
27. ŠIPR, K., *Jak zdravě stárnout*, 1. vyd., Rosice: nakladatelství Gloria, 1997, s. 118, ISBN 80-901834-1-7
28. TOŠNEROVÁ, T., *Jak si vychutnat seniorská léta*, 1. vyd., Brno: Computer Press a.s., 2009, s. 239, ISBN 978-80-251-2104-7
29. TROUDOVÁ, M., *Stáří je dar*, 1. vyd., Karmelitánské nakladatelství, 1996, s. 40, ISBN 80-7192-090-8
30. VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P., *Kvalita života – Teoretická a metodologická východiska*, 1. vyd., Brno: Masarykova univerzita, 2005, s. 143, ISBN 80-210-3754-7
31. VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, 1. vyd., Praha: Portál a.s., 2000, s. 528, ISBN 80-7178-308-0
32. VENGLÁŘOVÁ, M., *Problematické situace v péči o seniory*, 1. vyd., Praha: Grada Publishing a.s., 2007, s. 90, ISBN 978-80-247-217-5

33. VIDOVIČOVÁ, L., *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*, 1. vyd., Brno: Masarykova univerzita, 2008, s. 233, ISBN 978-80-210-4627-6
34. VOLLMEROVÁ, H., *Když člověk přichází do let*, 1. vyd., Praha: nakladatelství Ivo Železný, 1997, s. 178, ISBN 80-237-3447-4
35. WOLF, J., *Umění žít a stárnout*, 1. vyd., Praha: nakladatelství Svoboda, 1982, s. 368, ISBN 25-124-82

INTERNETOVÉ STRÁNKY

<http://www.novinky.cz/zahranicni/evropa/327769-par-senioru-skocil-z-okna-nechteli-byt-jeden-bez-druheho.html>

SEZNAM PŘÍLOH:

PŘÍLOHA P1: Dotazník

Zdroj: vlastní

PŘÍLOHA P1: DOTAZNÍK

Dobrý den,

v současné době provádím výzkum v oblasti seniorské populace. Ve výzkumu se zabývám mnoha otázkami, například péčí o seniory, mezigeneračními vztahy a dalšími oblastmi života této populace.

Chtěl bych Vás tímto požádat o pravdivé vyplnění anonymního dotazníku, který bude výhradně sloužit k účelům mé diplomové práce na téma „**Senioři a mezigenerační vztahy**“. Prosím o pravdivost odpovědí, zajímá mne Váš skutečný názor.

Po přečtení dotazníku **zakroužkujte** vždy jen jednu Vámi zvolenou odpověď. Po vyhodnocení odpovědí bude dotazník skartován.

Děkuji Vám za ochotu a za strávený čas při vyplňování tohoto dotazníku.

Miloš Nesvačil

Moravský Krumlov

1) Vaše pohlaví:

- a) muž
- b) žena

2) Váš současný stav:

- a) ženatý/vdaná
- b) vdovec/vdova
- c) partner/ partnerka
- d) svobodný/ svobodná
- e) rozvedená/ rozvedená

3) Věk:

- a) do 60 roků
- b) 61 – 70 roků
- c) 71 – 80 roků
- d) 81 – 90 roků
- e) 91 a více roků

4) V jaké sociálním prostředí v současné době žijete?

- a) sám/sama ve městě nebo vesnici
- b) žiji se svými dětmi ve městě nebo vesnici
- c) žiji sám/sama v domově pro seniory (domov důchodců)
- d) žijeme společně (manžel/manželka) v domově pro seniory (domov důchodců)
- e) žijeme společně (partner/partnerka) v domově pro seniory (domov důchodců)
- f) žijeme společně (manžel/manželka) ve městě nebo vesnici

5) Čeho se nejvíce ve spojení se stářím obáváte?

- a) zhoršující se fyzický stav - obava z nemoci
- b) ztráta paměti
- c) obava z existenční a finanční nouze
- d) obava z nedostatku lásky a respektu ze strany rodiny
- e) obava ze závislosti na pomoci druhých
- f) obava z osamocení
- g) obava ze smrti

6) Jaká je představa využití Vašeho volného času v důchodovém věku?

- a) svoboda - možnost organizovat si život podle sebe
- b) možnost rozvoje vlastní osobnosti v určitých oblastech jako, zájmy, záliby, koníčky
- c) užívat si vnoučat a rodiny
- d) žít společenským životem
- e) odpočinek, relaxace
- f) splnění si svých přání a tužeb (cestování, četba, vzdělávání...)

7) Jak často Vás navštěvují Vaše děti a vnoučata?

- a) často
- b) někdy
- c) málokdy
- d) nikdy
- e) žijeme ve společné domácnosti
- f) nemám potomky

8) Přináší Vám kontakt s rodinou uspokojení?

- a) ano, vždy se na ně velmi těším, návštěva mne naplňuje
- b) přiměřeně – mám z návštěvy smíšené pocity
- c) ne, návštěva mi nic nedává
- d) přijdou si jen pro peníze, jinak je moc nezajímám
- e) nenavštěvují mne/nás

9) Vyhledáváte vztahy a komunikaci se svými vrstevníky a rodinou:

- a) ano – velmi často
- b) občas – příležitostně
- c) spíše nikoliv
- d) ne

10) Je podle Vás důležitý vztah seniora s další seniorskou populací?

- a) ano – není dobré zůstat v sociální izolaci
- b) přiměřeně – jen, když mám náladu
- c) ne – není nutné se s nikým setkávat, jsem raději sám/sama

11) Jaký je dle Vašeho názoru Váš vztah k současné mladé generaci:

- a) mám rád/ráda mladou generaci – jsou živí, plní elánu, nápadů, cítím se s nimi mladě
- b) nemám rád/ráda mladou generaci – neuznávají mě, jsem jim na obtíž
- c) tato generace mne nezajímá

12) Jaký je dle Vašeho názoru vztah současné mladé generace k seniorské populaci?

- a) seniorská populace odebírá mladým šanci na práci, mladá generace považuje seniory jako svou finanční zátěž
- b) seniorská populace je pro mladou generaci zdrojem zkušeností a poučení, mají k ní respekt a úctu
- c) seniorská populace je mladé generaci jedno
- d) nevím, nedokáži se k této otázce vyjádřit

13) Dle Vašeho názoru, uvědomuje si současná mladá generace skutečnost, že taky jednou dosáhne seniorského věku a karta se obrátí?

- a) ano
- b) ne
- c) tento fakt si nepřipouští, žijí „teď a tady“

14) Je podle Vás dnešní společnost připravena důstojně přijmout starší populaci (seniory) a zaručit jim důstojné stáří?

- a) ano
- b) částečně
- c) ne
- d) potřeby starší a staré populace nikoho nezajímají, jsou společnosti na obtíž, protože jí odčerpávají finanční prostředky
- e) o této problematice nic nevím, nezajímám se

15) Jste spokojený/spokojená s chováním svých potomků (dětí a vnuků) ke své osobě?

- a) ano – jsem, starají se o mě, váží si mě, jsem pro ně důležitý/důležitá, jsem hrdý na to, jak jsem je vychoval/vychovala
- b) nejsem příliš spokojený/spokojená, cítím, že mě zanedbávají
- c) nejsem spokojený/spokojená, jsem pro ně zátěží, obtěžuji je
- d) nevím potomky nemám

16) Jak Vás limituje ve Vašem osobním rozvoji Váš současný finanční důchodový příjem?

- a) vůbec mne neomezuje
- b) omezuje mne zcela minimálně
- c) omezuje mne středně – leccos si musím odepřít
- d) omezuje mne velice

17) Mají senioři dle Vašeho názoru v místě svého bydliště dostatek příležitostí k využití svého volného času (např. kino, divadlo, zájmové a vzdělávací kroužky, přednášky, zájezdy)?

- a) rozhodně ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne
- d) rozhodně ne

18) Domníváte se, že nějakým způsobem zasahujete do rodinného života svých dětí nebo jej ovlivňujete?

- a) rozhodně ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne
- d) rozhodně ne
- e) nemám děti

19) Zlepšil se Váš osobní vztah mezi Vámi a Vašimi dětmi po narození vnoučete/vnoučat?

- a) rozhodně ano
- b) spíše ano
- c) náš vztah zůstal stejný
- d) spíše ne
- e) rozhodně ne
- f) nemohu posoudit, nemám vnouče/vnoučata

20) Zlepšil se Váš osobní vztah se snachou/zetěm po narození vnoučete/vnoučat?

- a) rozhodně ano
- b) spíše ano
- c) náš vztah zůstal stejný
- d) spíše ne
- e) rozhodně ne
- f) nemohu posoudit, nemám vnouče/vnoučata

**PROSÍM, ABY NÁSLEDUJÍCÍ OTÁZKY ZODPOVĚDĚLI POUZE OBYVATELÉ
DOMOVA PRO SENIORY.**

21) K životu v domově pro seniory jsem se rozhodl/rozhodla:

- a) sám/ sama
- b) na základě doporučení mých vrstevníků, kteří zde žijí
- c) na základě doporučení mých dětí nebo ostatních rodinných příslušníků
- d) na základě doporučení lékaře

22) Důvody, které zapříčinily Váš odchod do domova pro seniory?

- a) snadná dostupnost lékařské péče a ošetření
- b) snadnější a lepší dostupnost sociálních služeb
- c) strach ze samoty
- d) smrt partnera
- e) možnost navázání nových osobních kontaktů

23) Bylo pro Vás těžké se rozhodnout odejít do domova pro seniory?

- a) byl to pro mne životní zlom
- b) ano, bylo to těžké rozhodnutí
- c) rozhodnutí bylo pro mne středně těžké
- d) moc dlouho jsem se nerozhodoval/nerozhodovala
- e) ne, nebylo to pro mne těžké rozhodnutí