

Přínos mezigeneračního setkávání mezi dětmi a seniory v domovech pro seniory

Jana Mítová

Bakalářská práce
2020



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2019/2020

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Jana Mítová
Osobní číslo: H17657
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální pedagogika
Forma studia: Prezenční
Téma práce: Přínos mezigeneračního setkávání mezi dětmi a seniory v domovech pro seniory

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti předškolního a školního vzdělávání, práce se seniory a mezigeneračního setkávání.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovoru.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **Tištěná/elektronická**

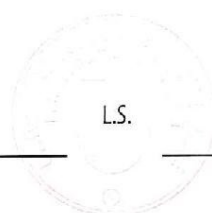
Seznam doporučené literatury:

HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.
SUCHÁ, Jitka, Iva JINDROVÁ a Běla HÁTLOVÁ. Hry a činnosti pro aktivní seniory. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3.
POKORNÁ, Andrea. Komunikace se seniory. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3271-8.
PŘIBYL, Hugo. Lidské potřeby ve stáří. Praha: Maxdorf, 2015. ISBN 978-80-7345-437-1.
PRŮCHA, Jan. Předškolní dítě a svět vzdělávání: přehled teorie, praxe a výzkumných poznatků. Praha: Wolters Kluwer, 2016. ISBN 978-80-7552-323-5.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Radana Kroutilová Nováková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **4. října 2019**
Termín odevzdání bakalářské práce: **30. dubna 2020**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 22. ledna 2020

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně

1) 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.

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

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

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

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

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

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

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odporčí-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 nástává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit 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 výdělků 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 přihlíží ke výši výdělků dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá přínosem mezigeneračního setkání mezi dětmi a seniory v domovech pro seniory. Teoretickou část jsem rozdělila do tří kapitol. První kapitola představuje mezigenerační učení, jeho vznik a význam. Druhá kapitola představuje domov pro seniory jako místo mezigeneračního setkání, v níž rozebírám specifika života v instituci a poukazuji na již fungující mezigenerační programy v domovech pro seniory. Třetí kapitola zakončuje teoretickou část představením účastníků mezigeneračního setkávání, kde poukazuji nejen na jednotlivá specifika dětí a seniorů, ale také na jejich společné znaky. Praktická část prostřednictvím kvalitativního zkoumání zjišťuje, jaké názory vyjadřují senioři na myšlenku mezigeneračního setkávání, jakým způsobem se mezigenerační setkávání promítá do jejich života v instituci a také jak prožívají průběh mezigeneračního setkávání. Výzkum ukázal, že mezigenerační setkání je pro seniory přínosné ve vzájemném obohacení v podobě radosti, učení a vyplnění času. Dále bylo potvrzeno, že mezigenerační setkání nabourává každodenní stereotyp seniorům žijícím v instituci a nabízí změnu. Senioři prožívali setkání velmi intenzivně, spontánně, vstřícně a i přesto, že vzájemná spolupráce byla pro ně náročná, hodnotili ji jako velmi pozitivní a vnímali, že byli dětmi přijímáni.

Klíčová slova: mezigenerační setkávání, dítě, senior, domov pro seniory, činnosti pro aktivní seniory, mezigenerační učení

ABSTRACT

The bachelor's thesis focuses on the benefits of an intergenerational meeting between children and seniors in retirement homes. A theoretical part is divided into three chapters. The first chapter presents intergenerational learning, its origin and its meaning. The second chapter presents the retirement home as a place of intergenerational meeting, where I discuss the specifics of life in the institution and I point out the already functioning intergenerational programs in homes for the elderly. The third chapter concludes the theoretical part by introducing the participants of the intergenerational meeting, where I deal with not only the individual specifics of children and seniors but also features they have in common. Through qualitative research, the practical part finds out what opinions seniors have on the idea of intergenerational meeting, how it is reflected in their life in the institution and also how they

experience the process of an intergenerational meeting. Research has shown that the intergenerational meetings are beneficial for seniors in mutual enrichment in the form of joy, learning and fulfilling time. It was further confirmed that the intergenerational meeting breaks the usual stereotype of seniors living in the institution, and offers change. The seniors experienced the meeting very intensely, spontaneously, helpfully, and even though the cooperation was difficult for them, they evaluated it as a very positive experience and they felt accepted by the children.

Keywords: intergenerational meetings, child, senior, retirement home, intergenerational learning

Především bych chtěla poděkovat svým prarodičům, díky kterým jsem našla k seniorům blízký vztah, na jehož základě vznikl i koncept pro tuto bakalářskou práci. Ráda bych poděkovala svojí vedoucí práce Mgr. Radaně Kroutilové Novákové, Ph.D., která mi byla nejen oporou v nesnázích, ale také velkým motivátorem během psaní bakalářské práce.

V další řadě bych velmi ráda poděkovala sociálním pracovnícím v Domově pro seniory ve Zlíně a v Domově pro seniory z Ostravy i všem účastníkům výzkumu, díky kterým se povedl realizovat výzkum, jehož průběh byl velmi komplikovaný skrze nepředvídatelné události v České republice.

Nakonec bych ráda poděkovala mamince a partnerovi za nepřetržitou podporu a kamarádce Saskii Kocianové, která na úkor svého času zkontrolovala slohově i mluvnicky celou bakalářskou práci.

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

.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 MEZIGENERAČNÝ UČENÍ A JEHO PŘÍNOS.....	13
1.1 VYMEZENÍ MEZIGENERAČNÍHO UČENÍ A MEZIGENERAČNÍCH PROGRAMŮ	14
1.2 VZNIK ZÁJMU O MEZIGENERAČNÍ UČENÍ.....	16
1.3 MEZIGENERAČNÍ UČENÍ JAKO SETKÁVÁNÍ GENERACÍ	16
1.4 VÝZNAM MEZIGENERAČNÍHO UČENÍ.....	17
2 DOMOV PRO SENIORY JAKO MÍSTO MEZIGENERAČNÍHO SETKÁVÁNÍ	20
2.1 KONCEPT AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ.....	20
2.1.1 Aktivní stáří v pobytových službách.....	22
2.2 SPECIFIKA ŽIVOTA V „INSTITUCI“	23
2.3 MEZIGENERAČNÍ PROGRAMY V DOMOVECH PRO SENIORY.....	24
2.3.1 Mezigenerační programy organizace Mezi námi	24
2.3.2 Úsměv seniorům.....	25
2.3.3 Domovy seniorů jako pořadatelé mezigeneračních setkání	25
3 ÚČASTNÍCI MEZIGENERAČNÍHO SETKÁVÁNÍ	26
3.1 DĚTI JAKO ÚČASTNÍCI SETKÁVÁNÍ.....	26
3.1.1 Specifika předškolního věku	26
3.2 SENIOŘI JAKO ÚČASTNÍCI SETKÁVÁNÍ	27
3.2.1 Specifika seniorského věku.....	27
3.2.2 Společné znaky účastníků	29
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	30
4 VÝZKUM.....	31
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM A CÍL VÝZKUMU	31
4.2 HLAVNÍ VÝZKUMNÁ OTÁZKA	32
4.3 VEDLEJŠÍ VÝZKUMNÉ OTÁZKY	32
4.4 METODA SBĚRU DAT	32
4.5 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	33
4.6 POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU	33
4.7 REALIZACE VÝZKUMU	33
4.8 ZÍSKANÁ DATA A JEJICH INTERPRETACE	35
4.8.1 Společná činnost.....	35
4.8.2 Odkaz na děti.....	35
4.8.3 Mezigenerační učení	37
4.8.4 Oboustranný přínos	37

4.8.5	Prožívání	38
4.9	VÝSLEDKY VÝZKUMU	39
	ZÁVĚR	42
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	43
	SEZNAM PŘÍLOH.....	45

ÚVOD

Stmelování mezigeneračních vazeb je v České republice prozatím novinkou a zabývá se jím velmi malá část společnosti. Jan Ámos Komenský v knize *Informatorium školy mateřské* uvádí, že děti přinášejí do života radost a potěšení. Rozuměl by si s britským filozofem Johnem Stuartem Millem, který je znám svým citátem, že nejsilnějším lékem na stáří je láska. Především děti jsou naplněny neposkvrněnou a čistou láskou, která seniorům dokáže udělat radost v řádu měsíců. Ve své bakalářské práci bych se chtěla zabývat přínosem mezigeneračního setkávání dětí a seniorů, protože jsem přesvědčená o tom, že vzájemný kontakt obohacuje obě strany. Nejen u seniorů, kteří díky dětem cítí opět radost ze života, ale i u dětí, které si od seniorů mohou převzít nové zkušenosti, poznatky a celkově si k této generaci vytvořit bližší významnější vztah. Seniori mají obvykle na děti více trpělivosti a času, než rodiče zaneprázdnění pracovními povinnostmi a péčí o domácnost. Děti vycítí životní nadhled seniorů, který vytváří ovzduší důvěry, kde se neřeší malichernosti a děti se jim dovedou svěřit mnohdy více než vlastním rodičům. Teoretická část začíná kapitolou, která je věnována mezigeneračnímu učení a jeho přínosu, ve které se snažím přiblížit situaci seniorů a nutnost pro jejich využití času. Navazuji na zájem o mezigenerační setkání, kde popisují aktuální situaci, která urguje na potřebu mezigeneračních setkání, a vzpomínám autory, kteří s nimi mají zkušenosti. V další kapitole se zaměřuji na domov pro seniory jako místo mezigeneračního setkávání, kde mluvím o vzniku domovů pro seniory, o konceptu aktivního stárnutí a zdůrazňuji odlišné znaky života seniora v instituci oproti životu v domácím prostředí. Následovně pokračuje část, která je věnována konkrétním mezigeneračním programům v praxi a závěrečnou kapitolu jsem věnovala účastníkům mezigeneračního setkávání, kde poukazuji na specifika jednotlivých věkových skupin a vyzdvihuji jejich společné znaky, protože především ty jsou pro utužování mezigeneračních vazeb stěžejní. V praktické části rozebírám kvalitativní výzkum technikou polostrukturovaných rozhovorů názory seniorů, kteří se účastnili mezigeneračního setkání v domově pro seniory. Tato část především zjišťuje, jaké názory vyjadřují seniori na myšlenku mezigeneračního setkání, jak se promítá do jejich každodenního života v instituci a jak prožívají průběh mezigeneračního setkávání. Výstupem tohoto výzkumu budou výsledky otevřeného kódování.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 MEZIGENERAČNÍ UČENÍ A JEHO PŘÍNOS

V první kapitole se budu věnovat především vymezení pojmů generace a mezigeneračního učení. V podkapitolách se podrobněji budu zabývat vymezením mezigeneračního učení a mezigeneračních programů, vzniku zájmu o mezigenerační učení, popíšu mezigenerační učení jako setkávání generací a nakonec význam mezigeneračního učení. Nejprve je potřeba si vymežit pojem **generace**. Maříková, Petrušek a Vodáková (in Rabušicová, 2016) zmiňují, že v sociologickém definování generace se očekává, že členy jedné generace spojuje nějaká zkušenost či obdobný životní koloběh. Pojem lze vymežit i znaky jako jsou postoje, hodnoty, preference, věk, kvalifikace či vzdělání. Generaci lze kvantitativně vymežit na tři etapy po třiceti letech. Pojí se to s úvahou o prvních třiceti letech, kdy se jedinec vše učí, zakládá rodinu a ztotožňuje se se společností. Další období třiceti let je dáno jako doba plné aktivity, z níž člověk nakonec přejde do poslední etapy a tou je období opouštění veřejného života. Pak je zde kvalitativní rozdělení, jehož součástí je sdílení společných osudů, duchovních a sociálních obsahů, prožitků a zkušeností. Tyto momenty určují působení jednotlivých generací. (Rabušicová, 2016)

Mezigenerační učení je vnímáno jako učení celoživotní a všeživotní, tedy jako jev, který je přítomný tam, kde se setkává více generací. Rabušicová (2016, s. 38) tvrdí, že „abychom byli tuto všudypřítomnost schopni strukturovaně popsat, vyčleňujeme tři prostředí. Dvě pracovní (škola a obecně vymezené pracoviště) a jedno spojené s volným časem, tedy zájmovou a volnočasovou komunitu a mezigenerační programy.“ Na mezigenerační učení by se mělo nahlížet rozdílně. Musíme brát zřetel na konkrétní podmínky a situace, ve kterých se učení odehrává a mohou je značně ovlivnit. V případě pracovního prostředí se stále častěji setkávají různé generace, především z důvodu prodloužení věku odchodu do důchodu. Věková rozdílnost může přinést spoustu výhod, jako je uznání a aktivizace starších pracovníků, příležitost pro jejich další rozvoj a integraci do společnosti, inspirace od jiných generací apod. (Rabušicová, 2016)

Mezigenerační učení může být přínosné pro obě strany. Může napomoci ke zkvalitnění vztahů mezi nimi a změně názorů na obě věkové třídy. Mladší generaci učení přinese nové poznatky. Osvojí si tradice, kulturu, hodnoty a zvyky, které jsou jim předány od životně zkušenějších. Starší lidé se cítí využít a potřební druhým.

1.1 Vymezení mezigeneračního učení a mezigeneračních programů

V první podkapitole uvádím definice pojmu mezigenerační program z různých zdrojů, jelikož neexistuje jednotná definice. **Mezigenerační program** je definován jako „program, ve kterém probíhá vzájemné učení a obohacování mezi mladší a starší generací, jež má být přínosné pro jedince i společnost.“ (Hatton Yeo, Ohsako, 2000 in Štěpánková, s. 269)

Kromě výše zmíněné definice se ale setkáváme i s dalšími. Například v článku Newmana (2008) jsou mezigenerační programy definovány jako průběžné aktivity, které záměrně sdružují různé generace za účelem sdílení zkušeností. Tyto zkušenosti jsou vzájemně výhodné pro obě generace. Do mezigeneračních programů jsou běžně zahrnuty i interakce, které podporují společenský růst, nebo učení mezi mladší a starší generací. (NCOA, 1981 in Newman, 2008)

V článku se autoři neshodují v jedné definici, proto se v práci objevují i další, kterou uvádí International Conference (1999). V této definici jsou mezigenerační programy zmiňovány jako prostředky průběžné a smysluplné výměny společenských zdrojů a vzájemného učení mladší a starší generace. Důsledky tohoto učení jsou individuální i společenské výhody. (International Conference on Intergenerational programmes, 1999 in Newman, 2008)

Podle iniciativy EAGLE (European approaches to inter-generational lifelong learning) je mezigenerační učení proces, díky kterému jedinci jakéhokoliv věku mohou získávat nové dovednosti, znalosti, postoje a hodnoty ze všedních zkušeností, ze všech dostupných zdrojů a všemi způsoby. (Hatton-Yeo, 2008, s. 3 in Rabušicová, 2016)

Mezigenerační učení lze považovat za učení, které může být záměrné, nezáměrné, vědomé i nevědomé, senzomotorické, verbálně kognitivní, nebo sociální, dále celoživotní, všeživotní, formální, neformální a informální. Oproti jiným typům učení se odlišuje pouze spoluúčastí lidí z různých generací. Může se jednat o generace jdoucí za sebou, nebo o generace ob jednu, nebo i ob dvě. (Rabušicová, 2016)

Jedná se o koncept, který je chápán jako soubor teoretických, výzkumných a aplikačních znalostí a aktivit. Tyto aktivity se zaměřují na vytváření přínosů z mezigeneračních interakcí. V praxi se jedná o setkávání a výměny mezi lidmi z různých generací. (Sanchéz, 2006, in Rabušicová, 2012)

Další pojetí přináší Fischer (2008), který se ztotožňuje s tvrzením iniciativy EAGLE a tvrdí, že mezigenerační učení lze vymežit jako postup, jehož cílem je shromažďovat lidi

cílevědomými, vzájemně prospěšnými aktivitami, které podporují větší porozumění a respekt mezi generacemi a zároveň mohou přispět k budování soudržnosti komunit. (Rabušicová, 2012)

Rabušicová (2016) přináší členění mezigeneračního učení, které uvádím níže:

Členění mezigeneračního učení:

1. Genealogické učení jeden od druhého – Tím je myšleno mezigenerační učení v rodině, které lze kompenzovat i mezigeneračními programy v různých vzdělávacích institucích nebo komunitních centrech.
2. Genealogické učení společně – Jedná se o učení, kdy se jednotliví členové rodiny vzájemně učí novým věcem, tématům. Nemusí probíhat pouze v rodině, ale může se nahradit i jako aktivita v mezigeneračním programu například v muzeu nebo galerii.
3. Genealogické učení jeden o druhém – Cílem je poznat druhou generaci a něco se o ní naučit, typickým příkladem mimo rodinu např. „Dny prarodičů ve škole“.
4. Pedagogické učení jeden o druhém – Tato kombinace nabízí oboustranný přínos generacím, které se navzájem mohou obohatit v různých situacích, např. při učení na pracovišti nebo při dobrovolnické pomoci starším lidem.
5. Pedagogické učení společně – Generace se učí společně o tématu, který je významný pro všechny, např. historie, umění nebo koníček.
6. Pedagogické učení jeden o druhém – V rámci této kombinace se představují momenty, ve kterých se promítají a sdílejí biografické či historické zkušenosti generací, jako například zážitky z války, příběhy z historie města nebo komunity.
7. Historicko-sociologické učení jeden od druhého – Každá generace získává a sdílí svoje zkušenosti v historické i společenské souvislosti, které utvářejí jejich generační identitu. Proti sobě se staví například životní podmínky různých generací.
8. Historicko-sociologické učení společně – Účastníky spojuje téma, které ze svých generačních hledisek uchopují a sdílejí je s ostatními, např. co pro ně znamená přátelství, rodina apod.
9. Historicko-sociologické učení o druhém – Zde se představují artefakty, které symbolizují určitou historickou fázi života z dřívější generace např. v komunitě, ve firmě apod.

Je nutné dodat, že Rabušicová (2016) si myslí, že typy mezigeneračního učení od sebe nelze zcela oddělit, jelikož se neustále prolínají a kombinují.

1.2 Vznik zájmu o mezigenerační učení

Zájem o mezigenerační učení vyvolaly především dva impulzy – proměny tradiční rodiny a proměny širšího společenského kontextu. Díky generačnímu rozvrstvení klesá dominantní role rodičů a s ní i zároveň jejich role v transmisi. Naopak se zvyšuje vzájemná mezigenerační transmise, která směřuje nejen od rodičů k dětem, ale i naopak. Kvůli tomu, že číslo stárnutí populace stále narůstá, rozšiřuje se transmise také na generaci prarodičů. Mezigeneračním učením v rodině myslíme jevy a procesy, které napomáhají oboustrannému společnému přenosu poznatků, zkušeností a postojů v rodině. Jedná se o interakce a společné činnosti v konkrétních situacích všech zúčastněných generací. Proměny širšího společenského kontextu zahrnují změny, které souvisí se všemi oblastmi našeho života. Charakteristické jsou zde klíčové prvky jako vzdělání, vědění a informace, které jsou nedílnou součástí v rozvoji jednotlivce i společnosti samotné. Důležitými vlastnostmi současných společností je také jejich dynamičnost, která navazuje i na vzdělání a učení, které je nejen dynamické, ale i kontinuální a dlouhodobé. Právě důraz na kontinuitnost, dlouhodobost a dynamičnost otevírá prostor pro mezigenerační učení. Proměny rodiny a společenské změny se vzájemně potkávají v mezigeneračním učení v rodině. Můžeme říci, že rodina je místem, kde jsme se spoustu naučili a ještě naučíme. Učení v rodině trvá mnohem delší dobu a má větší vliv než jiné typy učení. (Rabušisová, 2016)

Cherri (2008 in Rabušicová, 2016, s. 135) rodinu přirovnává k učící se organizaci, pro niž je důležitá kultura silného sdílení a učení se mezi osazenstvem. Čím větší je kultura sdílení a učení, tím úspěšnější je daná organizace.

1.3 Mezigenerační učení jako setkávání generací

Známým stereotypem je, že ve společnosti stále existuje mezigenerační propast mezi oběma póly, která nebere konce. Starší generace negativně komentuje mladší za jejich nové postoje, vyjadřování, hodnoty a zvyky, jelikož žijí ve svých zažitých kolejích a neradi si zvykají na nové změny. Jen proto, že to je něco nového, to odmítají přijmout. Mladá generace se staví ke starším o něco pozitivněji. Vnímají k nim respekt a úctu, díky jejich osobním zkušenostem a silným prožitkům z těžkých životních období. Problémem je vědomí toho, že starší generace na ně nahlíží záporně, což vyvolává negativní pohled i z jejich strany. Hlavní myšlenkou mezigeneračního učení je přínos pro setkávání generací. Přínos, který by měl mezigenerační propast postupně zacelit a docílit toho, že se generace navzájem něčemu přiučí. Mezigenerační učení nemusí probíhat pouze jednostranně. Starší jedinci se mohou

dozvědět od mladších nové trendy, názory, pojmy, zvyky. Mladší si mohou vyslechnout zažitá pravidla, postoje a zásadní životní i světové události. Vzájemně se díky mezigeneračnímu učení mohou setkávat, porovnat minulé i současné záležitosti a dospět k oboustrannému zlepšení vztahu.

Je důležité podotknout, že kultura se vyvíjí za pomoci lidí, kteří ji vytváří prostřednictvím svých zažitých postojů. Je známo, že starší generace je zkušenější nežli mladší. Mladá generace je v tomto případě ve výhodě, jelikož je méně zatížena společenskou pamětí. Pro nové předávání vědomostí a zkušeností je podstatné, jaký postoj k tomu zvolí mladá generace. Finální rozhodnutí záleží na nich, co převezmou od starších za důležité a za bezvýznamné. Na základě jejich úsudku se vyvíjí budoucí hodnoty společnosti a kultury. (Rabušicová, 2016)

1.4 Význam mezigeneračního učení

Význam mezigeneračního učení je velmi aktuální, neboť evropská a česká společnost velmi rychle stárne a tím narůstá i větší potřeba silných mezigeneračních vazeb. Existují odhady, které tvrdí, že do poloviny tohoto století bude poprvé v historii více starších než mladších obyvatel. Během dvacátého století se přidala jedna celá generace a v 90. letech dokonce počet seniorů přerostl počet dětí. Je to dané především dvěma stěžejními faktory. Prvním je snížená plodnost, která způsobuje, že základna růstu populace je nízká a druhým, že se lidstvo neustále zdokonaluje ve zdravotnictví, tudíž lidé se dožívají mnohem vyššího věku. Na dynamicky rostoucí číslo starší populace můžeme nahlížet pozitivně i negativně. Pravdou je, že s počtem seniorů naroste i vyšší potřeba o péči a služby nejrůznějších druhů (finanční, zdravotní, osobní, emocionální). Ovšem na druhou stranu může být tato situace prospěšná mladším generacím, které mohou čerpat z jejich zkušeností, poznatků či tradic a dokonce ze samotné péče o ně získat mnoho utěšujících a citových prožitků.

Stejně tak, jako se mění populační věková struktura, mění se i struktura rodinná. Starších členů přibývá a dětí nikoliv. Někteří jsou toho názoru, že v budoucnu budou mít děti více prarodičů než sourozenců. Vzhledem k tomu, že se neustále snižuje fertilita, se začínají zkracovat životní role v rodině (role sourozence, role rodiče, role závislého dítěte). S dlouhověkostí nastanou mnohem delší role jako partner bez dětí, rodič nezávislého dítěte, prarodič, vnouče, či sourozenec. Lidé budou prožívat svoje životy více v mezigeneračním spojení než vnitrogeneračním. Změny postupně napadnou strukturu rodiny v rámci rodičovství, primární socializace a vzájemnou podporu. Z pozitivního hlediska můžeme

nahlížet na problematiku tak, že s narůstajícím počtem starších lidí přibývá i více prarodičů a praprarodičů. Díky nim vzniká silné jádro pro větší množství a dlouhodobost mezigeneračních vztahů. Děti mohou získat významné zdroje z dlouhodobosti několika generací od svých prarodičů a mají více příležitostí k vytváření mezigeneračních vztahů díky prodlužujícímu se věku a přítomnosti většího počtu prarodičovské generace. (Rabušicová, 2012)

Dnešní mezigenerační situaci porovnává Hasmanová s Marhánkovou (2018) s předindustriální společností, kdy se členové rodiny podporovali jen kvůli vzájemné závislosti a potřebě. Dnešní společnost popisují jako mnohem otevřenější a svobodnější pro tvoření mezigeneračních vazeb, kdy je základem vzájemná empatie a láska. Bengston (2001 in Hasmanová, Marhánková, 2018) nesouhlasí a tvrdí, že dříve nebylo potřeba mezigeneračních vazeb pro fungování rodin, protože rodina byla více stabilní. Dnešní většina rodin je v partnerských svazcích nestabilní a převládá u nich vyšší rozvodovost, tudíž posilují význam mezigeneračních vztahů na úkor nukleární rodiny. (Hasmanová, Marhánková, 2018)

Jirásková (2005), která působí na Univerzitě třetího věku, popisuje své mezigenerační zkušenosti z vyučování jako velmi přínosné. Nejen, že vysoká škola byla pro uchazeče splněným snem, ale byla také místem společenských setkání napříč generacemi. Závěrečné diskuze a seminární práce prozradily, jak moc byla tato zkušenost pro seniory významná. Jirásková (2005) nevidí smysl v tom, aby seniory doučili to, co za život nestihli, nýbrž ve společné starosti o jejich současnost, vzájemnému porozumění a vypomáhání. Vidí přínos v nových zážitcích, nových přátelských vztazích a nezištné pomoci, která vychází z ochoty seniorů. Rabušicová, Kamanová a Pevná (2010) provedly dokonce výzkum, jehož cílem bylo zjistit přínosy účasti v kurzu očima tří generací a to ve třech rovinách – věcné přínosy, osobní a sociální. Věcné přínosy zahrnovaly nové informace či dovednosti, se kterými nejvíce souhlasili příslušníci nejstarší generace (94%), poté rodičovská generace (80%) a nejkritičtějšími byly děti (66%). Osobní přínosy zahrnovaly oblast relaxace a zvyšování sebevědomí, u kterých vždy převládal souhlas nad nesouhlasem. Nejvíce se zvýšilo sebevědomí skupině prarodičovské generace. Nejspíše v souvislosti s vývojovými fázemi člověka. Zatímco mladší generace má spoustu příležitostí rozvíjet svoje sebevědomí díky pracovním, či soukromým aktivitám, starší generace postupně spěje k pocitu nepotřebnosti a neproduktivnosti vzhledem k tomu, že práce a povinnosti jim postupně mizí. Sociální přínosy zahrnovaly setkávání a sdílení s jinými lidmi, kteří pociťovali radost z prožitých

zkušeností. Nejzřetelněji vyjádřili radost zástupci rodičovské generace, poté zástupci prarodičovské a nakonec děti. (Rabušicová, 2010)

Můžeme tedy vidět výsledek, který jasně prokazoval význam mezigeneračního učení a setkávání.

2 DOMOV PRO SENIORY JAKO MÍSTO MEZIGENERAČNÍHO SETKÁVÁNÍ

Ve druhé kapitole se budu věnovat domovům pro seniory, které představují místo pro mezigenerační setkávání. V podkapitolách pak popisuji koncept aktivního stárnutí, specifika života v instituci a mezigenerační programy v domovech pro seniory.

Haškovcová (2010) vysvětluje pojem domov pro seniory jako neznámější typ rezidenčních sociálních služeb. Tato služba byla zahrnuta do systému sociální péče po 2. světové válce, protože bylo potřeba vyřešit dožití seniorů v důstojné podobě. Domovy vznikaly ze starých budov, které sloužily pro jiné účely a přeformovaly se pro péči o seniory. Později vznikaly i domovy nové. Oproti dnešní době, byli senioři z nového pobytu nadšeni. Zvláště ti, kteří měli hmotnou nouzi, a jejich ekonomické zázemí nebylo pro život dostačující. Pováleční senioři byli krmeni představami svých rodičů o smutných koncích seniorů, kteří nebyli hmotně zajištěni a živořili tak až do smrti. Domov pro seniory jim byl tudíž radostí, jelikož nemuseli bydlet v rozpadnutých chaloupkách, přeplněných bytech a myslet na lístkový systém. V domově pro seniory jim vždy muselo zůstat kapesné na drobné potřeby, které doma ani nenaspořili. Poválečná generace byla velmi skromná a ze života v domově nadšená. V 60. letech se ale situace začala obracet. Lidé se začali více stavět na vlastní nohy. Celková životní úroveň se zvedala a začaly se projevovat větší výhody žití doma než v domovech pro seniory, které se úrovní nezvedaly natolik rychle. Rok 1968 přišel s novinkou pod názvem domovy s pečovatelskou službou, které začali v Praze a Plzni. Začaly být stejně tak oblíbené jako před lety domovy seniorů, a to z mnoha důvodů. Na rozdíl od domova seniorů si zde obyvatelé mohli vzít svoje vybavení z domu a mohli žít zcela samostatně mimo úkony, u kterých potřebovali danou službu. Haškovcová (2010)

2.1 Koncept aktivního stárnutí

Aktivní stárnutí je velmi aktuální pojem. Termín zavedla světová organizace WHO (World Health Organisation) jako projev na dnešní situaci vzhledem k růstu starší populace. (Dvořáčková, 2012)

Název shrnuje pod následujícími názvy: nezávislost, účast na životě společnosti, důstojnost, péče a seberealizace. Jednou z myšlenek aktivního stárnutí je také respektování práva starších obyvatel, aby měli rovné příležitosti jako ostatní a mohli se účastnit na veřejných rozhodováních. Koncept aktivního stárnutí respektuje, že potřeby seniorů s narůstajícím

věkem stoupají a je nutné jim vytvořit podmínky takové, aby měli možnost žít co nejsamostatněji. Světová zdravotnická organizace zde zahrnuje například vytvoření bezbariérových pracovních míst, flexibilní pracovní dobu, částečné úvazky, modifikované pracovní prostředí, lepší bezpečnost na ulicích, dostupné veřejné toalety, dobré dopravní značení, světelné značení na přechodech, vzdělávací programy, pohybové programy pro zlepšení mobility apod. Koncept aktivního stárnutí je do budoucna řešení jak pro společnost, tak pro samotného seniora. Senior se nemusí vzdávat aktivit, které má rád a na které je zvyklý, pokud mu v tom nebude bránit nemoc, či snížená samostatnost. Podstatou je, aby člověk i ve stáří nacházel zájem ve věcech, které jsou mu blízké a byla mu zachována co největší soběstačnost. (Dvořáčková, 2012)

Dvořáčková (2012, s. 29) zde neopomíná ani mezigenerační vztahy. „Člověk stárne ve své společnosti se svými přáteli, sousedy, rodinnými příslušníky. Tyto vztahy vzájemné soudružnosti, stejně tak jako mezigenerační vztahy jsou důležitými prvky, aktivního stárnutí.“ Nedílnou součástí kvalitního průběhu aktivního stáří je splňování jedincových potřeb. Příbyl (2015, s. 31) se ve své knize věnuje potřebám ve stáří, kde píše, že potřeba je obecně definována jako „projev nějakého nedostatku, chybění něčeho, jehož odstranění je žádoucí.“ Šamánková (2004 in Příbyl, 2015, s. 31) vysvětluje potřebu jako „stav organismu, který je charakterizován dynamickou silou, která vzniká z pocitu nedostatku nebo přebytku v oblasti biologické, psychologické, sociální nebo duchovní.“ Příbyl (2015) potřeby ve stáří vnímá tak, že nejsou podstatné pouze pro rovnováhu, která sídlí uvnitř člověka, ale jsou také neopomenutelným prvkem pro udržení rovnováhy mezi člověkem, prostředím a především jsou silou, která člověka posouvá k jiným lidem, předmětům, činnostem. V tomto kontextu rozumíme potřebám jako projevům bytostného přání. Mají přínos pro orientaci člověka v prostředí a díky seberealizaci pomáhají člověku prostředí měnit. Macháčková a Holmerová (2019, s. 35) představují koncept světové organizace World Health Organisation, jehož předmětem je model strategie akčního plánu pro stárnutí a zdraví. Je rozdělen do tří částí. „Healthy aging – neboli zdravé stárnutí jako developing and maintaining the functional ability that enables well-being, tedy v překladu jako rozvoj a udržení funkčních schopností, které umožní pohodu a kvalitní život ve vyšším věku. Functional ability – neboli dobrý funkční stav je ve zprávě definován jako health-related attributes that enable people to be and to do what they have reason to value, což je možné přeložit například jako atributy související se zdravím, které lidem umožňují žít a konat podle jejich hodnot. Intrinsic capacity je pak – the composite of all of the physical and mental capacities that an individual

can draw on, tedy soubor všech fyzických a duševních schopností, ze kterých může jedinec čerpat.“ Světová organizace WHO vidí smysl konceptu aktivního stáří především v prevenci před špatným průběhem funkčních schopností a podporou zdravého stárnutí, jelikož společnost se demografickými změnami ohrožuje a může dojít ke značnému nedostatku pečujících osob. Celkově se v dokumentu organizace WHO nachází třináct doporučení ke třem problémovým oblastem (viz příloha PI).

S pojmem aktivní stáří se pojí také termín kvalita života ve stáří. Tomeš a Šamálová (2017) popisují specifika kvality života ve vyšším věku, která zahrnují především fyzickou kondici, schopnost vykonávat běžné každodenní úkony, prožívání vztahů s blízkými i širším okolím, prožívání podmínek prostředí, ve kterém člověk přebývá a někdy zde bývá zahrnuta i spirituální dimenze. U starších lidí je podstatné hlavně zdraví, prožívání, sociální vztahy a prostředí, které se odvíjejí podle jejich samostatnosti. Mezi nedílné součásti patří funkční stav, vitalita, pocit užitečnosti a sociální podpora. Kvalita života se neodvíjí pouze od zdraví, ale je dána dobrými sociálními vztahy, aktivností a schopností vykonávat smysluplné činnosti. S životními situacemi se také mění lidské priority. Starší lidé vidí kvalitu života ve zdraví, mladší ve studiu, práci a kariéře. Lidé žijící v pobytových zařízeních vidí kvalitu života v prostředí domova, zatímco lidé žijící v domácnostech kladou důraz více na sociální začlenění. Tomeš a Šamálová (2017, s. 110) zakončují kvalitu života definicí, že „kvalita života ve stáří je koncept, který si každá generace do určité míry naplňuje svým vlastním obsahem, a proto je třeba ho opakovaně ověřovat a definovat.“

2.1.1 Aktivní stáří v pobytových službách

Realizace konceptu aktivního stáří v prostředí pobytové služby, kde je senior odkázán na pomoc druhé osoby představuje o něco větší výzvu. Existují však nástroje, které mohou napomoci uplatnění konceptu aktivního stáří i v pobytové službě na úrovni každodenních činností. V České republice je zaveden strategický dokument, takzvaný Národní akční plán pozitivního stárnutí. Na rozdíl od konceptu aktivního stárnutí je tento dokument posílen o lidskoprávní a občanskoprávní prvek. Akční plán klade důraz na odpovědnost jedince v oblasti ekonomického zabezpečení, vlastního zdraví a kvality života. Akční plán dodává prostor pro vnímání stárnutí jako „dobré“, jelikož z pohledu pobytových služeb je dobře stárnoucí člověk ten, kdo je zdravý, produktivní a nezávislý na pomoci druhých. (Tomeš, Šamálová, 2017)

2.2 Specifika života v „instituci“

Ačkoliv se může zdát, že život v instituci je pro seniory tím nejlepším řešením, kde se jim dostane všeho, co potřebují, nemusí to tak vždy být. V této kapitole bych se ráda zaměřila na specifika života v instituci a především na rozdílné znaky života v domácím prostředí a života v instituci.

Domácí prostředí zahrnuje klíčové momenty, díky kterým je senior v kontaktu se společností, společenskými událostmi, starostmi, činnostmi či časovým obdobím. V domácím prostředí dochází neustále k situacím, které seniora drží v pozornosti. Dokáže lépe rozpoznat pracovní dny od víkendů, například proto, že dodržuje jisté zásady, které se provádí v týdnu či o víkendu (v pondělí jezdí pošta, v úterý jsou slevy v obchodě, ve středu se dělá velký úklid, v neděli je mše, nebo dojede návštěva). V další řadě je běžný rytmus roku (v létě nepobíhají děti u školy, vnoučatům začínají prázdniny, v zimě je potřeba odházet sních apod.). Velkou výhodou domácího prostředí jsou neustálé změny. Změna místa je normální a běžná. Senior netráví celý den pouze v jedné místnosti, či chodbě, jak tomu bývá v domově pro seniory. Jde do obchodu, k doktorovi, na zahrádku, vyzvednout vnoučata ze školy a spoustu dalších. Rozděluje oblasti práce, povinností, koníčků a odpočinku mezi různá místa a jeho život není jednotný. V instituci se režim seniora odvíjí jinak. Velkým problémem jsou nevyhovující podmínky pobytových zařízení, které nemohou naplnit veškeré potřeby seniora. Prostory nejsou často bezbariérové, uživatelé sdílejí více lůžkové pokoje, nemají dostatek soukromí pro návštěvy nebo pro sebe a nejsou dostatečně naplňovány jejich individuální potřeby. Dalším úskalím je působení velkého počtu seniorů na jednom místě. Nepotkávají se s jinými generacemi a jsou všichni izolovaní mezi svými vrstevníky, nemají dostatečný kontakt s okolím, se sousedy, rodinou a přáteli. Jsou opečovávaní paternalistickým způsobem, který jim přisuzuje roli velkého dítěte. V domácím prostředí má senior možnost volby a rozhodování o sobě, což bezpochyby posiluje jeho samostatnost. Pobytová zařízení také kladou důraz na bezpečí a hygienu oproti domácnosti, kdy se jedinec vystavuje přiměřenému riziku. Jejich povinností je přizpůsobit se režimu instituce, který oslabuje jejich prostor pro rozhodování a svévolnost. Právě díky těmto úskalím je mezigenerační kontakt zapotřebí, který jmenované překážky může částečně eliminovat. (Národní centrum podpory transformace sociálních služeb, 2011)

2.3 Mezigenerační programy v domovech pro seniory

Na rozdíl od jiných států se Česká republika v realizaci mezigeneračních programů probouzí. Nicméně existuje již pár projektů na zesílení mezigeneračních vazeb mezi dětmi a seniory, jejichž iniciativa stojí na prohloubení vzájemného vnímání obou věkových skupin. Na ukázkou jsem zvolila organizaci Mezi námi, kde jsem měla možnost vidět jejich mezigenerační program naživo a v další řadě představuji organizaci Úsměv seniorům, s jejíž představitelkou jsem o začínajících mezigeneračních programech mluvila přes sociální síť.

2.3.1 Mezigenerační programy organizace Mezi námi

Mezi námi je nezisková organizace, která se snaží o šíření myšlenky mezigeneračního setkávání. Do jejich projektů má možnost se zapojit zástupce jakékoliv generace, kterého jejich aktivity osloví a má chuť se přidat, protože propojování generací mu není lhostejné. Dlouhodobým cílem této organizace je plánované propojování různých generací na základě jejich vnitřní motivace s cílem objevování, poznávání a vzájemné úcty. Organizace má pod záštitou hned pět hlavních programů, ale pro potřeby mé práce se budeme věnovat těm aktivitám, které realizují se seniory z domovů pro seniory. (dostupné z www.mezi-nami.cz)

Povídej – program, kde se setkávají děti z mateřských škol a senioři z blízkého zařízení. Snahou je, aby seniory navštěvovaly stejné děti a tím se podpořila silnější vazba jejich vztahů. Setkání proběhne jednou za tři až čtyři týdny a probíhá zhruba čtyřicet minut. Během těchto setkání jsou aktivity výtvarné, hudební, pohybové nebo čtení či oslavy různých svátků. Koordinátoři této organizace připravují program setkání a aktivně se jej účastní. Program je přizpůsoben individuálně podle možností obou generací. Je nastaven vždy tak, aby navazoval na aktivity v seniorských zařízeních a zároveň splňoval vzdělávací plán předškolních a školních zařízení. (dostupné z www.mezi-nami.cz)

Přečti – v programu Přečti dochází senioři jednou týdně číst dětem pohádky do mateřské školy. Díky pravidelnosti se tak otevírá prostor pro mezigenerační vazby, dialog a přátelství. Senior se stává pro děti součástí jejich týdenního programu a mohou od něj načerpat klidné naladění, rozvahu a přiblížit se jejich generaci o krok blíže. Senioři dostanou zpětnou vazbu v podobě pozitivní energie, která vyplyne z upřímné dětské radosti a především se cítí užitečně a produktivně. (dostupné z www.mezi-nami.cz)

Pomáhej – v rámci programu Pomáhej docházejí senioři na výpomoc do mateřských, či základních škol. Účastní se aktivit, akcí, během kterých pomáhají s přípravou a realizací. (dostupné z www.mezi-nami.cz)

2.3.2 Úsměv seniorům

Úsměv seniorům je začínající nadační fond od podzimu roku 2019, který si zakládá na radosti seniorů. Snaží se vnést do jejich života znovu úsměv a potěšení, z části nahradit rodinu a občas je obdarovat menším dárkem. S mezigeneračními setkáními teprve začínají, ale již proběhl první program v mezigeneračním duchu, kdy děti dělaly Mikuláše v domově pro seniory.

2.3.3 Domovy seniorů jako pořadatelé mezigeneračních setkání

Jelikož v České republice funguje velmi malé množství organizací a programů na podporu mezigeneračních setkání v domovech pro seniory, ujalo se této role mnoho pobytových zařízení pro seniory, které si vedou mezigenerační setkání jako samostatná jednotka. Rozhodla jsem se zde uvést alespoň tři Domovy seniorů s fungujícími mezigeneračními projekty.

Domov pro seniory Burešov, p.o. se nachází ve Zlínském kraji. Se sociální pracovníci jsem hovořila po telefonu a zjistila jsem informace, že s mezigeneračními setkání teprve začínají počínaje listopadem 2019. Rozhodli se spojit s dětským domovem, který bude pravidelně docházet o víkendech jednou do měsíce. Společně tyto dvě odlišné věkové skupiny budou provádět aktivity na sblížení a vzájemné poznání. Senioři se tak odchýlí od každodenního jednotvárného režimu a děti naleznou osobu sobě blízkou, která jim v dětském domově schází. Během zimního období se situace mezigeneračního projektu posunula k nulovému bodu, jelikož většina domovů je uzavřena kvůli chřipkové epidemii. Vedoucí sociálních pracovníc doufá ve znovuoobnovení během začátku jara.

Domov pro seniory Předklášteří se nachází v Jihomoravském kraji. Mezigenerační setkání pořádají od roku 2017. Pro spolupráci si zvolili mateřskou a základní školu. Uspořádali například turnaj v kuželkách, venkovní aktivity a soutěže či společné procházky.

Domov pro seniory Kamenec, který se nachází v Moravskoslezském kraji, pořádá mezigenerační programy s dětmi z mateřských škol jedenkrát do měsíce, v podobě tvořivých aktivit jako je malování, keramika a obdobné činnosti.

3 ÚČASTNÍCI MEZIGENERAČNÍHO SETKÁVÁNÍ

V této kapitole bych se ráda zaměřila na účastníky mezigeneračního setkávání. Popisuji, v čem je jejich odlišnost a v čem jsou si podobní, zejména v oblasti sociálních dovedností, komunikaci a zájmů.

3.1 Děti jako účastníci setkávání

Ve své práci, zejména v praktické části, se zaměřuji na děti předškolního věku, protože jak senioři, tak děti jsou hodně zranitelní a společnost by jim měla poskytnout určitou podporu a měla by mít zájem o to, jak si děti budou utvářet svůj životní postoj. Byť jsou tyto dvě věkové skupiny na opačných věkových pólech, mají hodně společného a můžou se vzájemně obohatit. Vybrala jsem si seniory a právě děti předškolního věku, protože v tomto období dochází k prvotnímu formování morálního charakteru člověka, kdy si utváří postoje, zájmy, hodnoty a priority, kdežto senioři si je uzavírají, bilancují svůj život a dochází k uvědomění, jestli byl jejich život v souladu s jejich představou. Zaměřila jsem se tedy na jejich specifika v oblasti sociálních dovedností, kde uvádím definici oblasti sociálních dovedností, širší vymezení sociálních dovedností, které dítě nabývá jak v rodině, tak v mateřské škole a na konci zmiňuji specifika dítěte předškolního věku, které by měly být již v tomto věkovém období osvojené.

3.1.1 Specifika předškolního věku

Gillernová a Krejčová (2012) definují **sociální oblasti** jako „učení získané předpoklady pro adekvátní sociální interakce a komunikaci. Sociální dovednosti vyjadřují část schopností a dovedností jedince pro psychologicky přiměřené poznávání a ovládání sebe samého a jednání s ostatními lidmi, vyjadřují sociální obratnost v interpersonálních vztazích“. (Gillernová, 2012, s. 32)

Sociální dovednosti tedy chápeme jako způsobilost jedince jednat v různě sociálně náročných situacích a umět je zvládnout optimálním způsobem. Sociální dovednosti se vztahují k sebepoznávání, komunikaci, zvládnání konfliktů a poznání druhých. (Gillernová, 2012)

Bednářová a Šmardová (2007) zmiňují, že zkušenosti s lidskými vztahy a osvojování si sociálních dovedností nabývá dítě jak v rodině, tak i v mateřské škole. Mezi nimi je:

- Komunikace (verbální i nonverbální)

- Přiměřené reagování na nové situace
- Adaptování se na nové prostředí
- Porozumění vlastním pocitům a sebeovládání
- Porozumění emocím a chování druhých lidí
- Objektivní sebepojetí, sebehodnocení, sebedůvěra
- Schopnost pracovat s ostatními, spolupracovat

Aby byly uspokojeny sociální potřeby dítěte, je pro něj klíčové pozitivní naladění, dostatečná pozornost, uznávat ho takového, jaké je a především mu zanechat dostatečný prostor a vymezení hranic. (Bednářová, 2007)

Aktivity s dětmi předškolního věku by měly vypadat tak, aby děti byly schopné regulovat své potřeby, postoje či zájmy, aktivně se zapojovaly do spolupráce, ovládaly různé sociální role a udržovaly mezilidské vztahy. Stěžejní pro tyto aktivity je role aktivizačního pracovníka, který má již tyto sociální dovednosti rozvinuté. (Gillernová, 2012)

Dítě předškolního věku by mělo vědomě projevit zdvořilé chování (pozdravit, rozloučit se), dokázat odmítnout nežádoucí chování a rozpoznat, co je vhodné a co nikoliv (lež, nespravedlnost, ubližování, soucit), znát základní pravidla chování na ulici (přecházení, reagování na semafor), samostatněji plnit náročnější úkoly a zhodnotit výsledky, začít rozlišovat mezi hrou a úkolem, zapojovat se mezi ostatní do her, při nichž je třeba rozhodovat a dodržovat pravidla. (Bednářová, 2007)

3.2 Senioři jako účastníci setkávání

Vlivem stárnutí dochází k celé řadě změn. Člověk není natolik fyzicky zdatný, horší se mu sluch, zrak, motorika, ale starší věk lze brát také jako příležitost učit se novým věcem, které člověk nestihl ve středním věku. Ve stáří má jedinec spoustu času. Cítí se neproduktivní a nepotřebný. Nikdy není pozdě na to, se věnovat novým zálibám, ba naopak je to přínosné z hlediska optimálního fungování našeho mozku, který je nejvíce aktivní v osmnáctém až dvacátém roku života a postupně se jeho kvalita snižuje. Starší člověk je obohacen životními zkušenostmi zejména z oboru, ve kterém působil a může je předat mladší generaci. (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013)

3.2.1 Specifika seniorského věku

Mnoho autorů vyčleňuje specifika seniorského věku jiným způsobem. Dvořáčková (2012) seniorský věk rozděluje do tří oblastí: tělesné projevy stáří, psychické změny, sociální změny

a změny v životní orientaci. Příbyl (2015) se na stárnutí dívá tak, že je ovlivněno řadou faktorů, které lze rozdělit na vnitřní a vnější. Do vnitřních faktorů zapojil genetickou výbavu, tělesná onemocnění a psychickou výbavu. Vnitřní faktory pojmenoval jako fyzikální, chemické a sociální. Jarošová (2006) pojímá seniorský věk v demografických aspektech, biologických aspektech, psychických aspektech a sociálních aspektech. Jedním z důležitých specifíků seniorského věku je jejich zhoršení paměti. Holmerová (2014) tvrdí, že pro uchování vzpomínky v paměti je nutná dostatečná pozornost, během níž se soustředíme na určité jevy a činnosti. Zlepšit pozornost u seniorů můžeme různými technikami, které se zaměřují na kognitivní funkce. V každodenním životě jsme přesyceni tolika impulzy, že se díky tomu naše koncentrace zhoršuje. S pamětí souvisí i slovní zásoba a komunikace, která závisí na tréninku jak kognitivních funkcí, tak i slovní zásoby. K dalšímu specifiku práce se seniory patří aktivní zdraví. Termín zavedla Světová zdravotnická organizace WHO a označuje úsilí jedince, který se snaží o udržení si zdraví. Přispívají k tomu psychické i fyzické činnosti a aktivní přístup k sociálním, ekonomickým, duchovním, či občanským aktivitám jako komplexu, nikoli jen seberealizace v některé oblasti. Zdraví je také vnímáno jako sociální, psychická a fyzická pohoda. Například mnoho obtíží, které jsou způsobeny vyšším věkem, můžeme vyřešit zvýšením pohybových aktivit. Není pravdou, že se senioři nechtějí hýbat. Problémem je, že pohybovou aktivitu jim musíme ušít na míru. Jedním z příznaků stárnutí je úbytek svalové hmoty a vzrůst tělesného tuku, což vyvolává další zdravotní problémy. (Holmerová, 2014)

V další řadě je také komunikace, kterou musíme pečlivě volit ke konkrétnímu jedinci. Je nutno vzít v potaz různá omezení ze zdravotních důvodů (tělesná, duševní, smyslová). Prvotně bychom měli odstranit veškeré rušivé vlivy (ztlumit rádio, zvuk telefonu, zavřít okno) a zajistit, aby dotyčný měl vše, co potřebuje ke kvalitní komunikaci (brýle, naslouchátko). Nezdůrazňujeme slabé stránky účastníků. Podporujeme humor, ale ne na účet seniorů a při vysvětlování si dopomáháme řečí těla, gesty a mimikou. (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013)

S komunikací se také pojí výrazy elderspeak a ageismus. Vidovičová (2008) zabývající se touto problematikou ve své knize zmiňuje Roberta N. Butlera, který pojem ageismus vysvětlil jako „proces systematického stereotypizování a diskriminace lidí pro jejich stáří, podobně jako rasismus a sexismus vztahují k barvě pleti a pohlaví“ (Vidovičová, 2008, s. 111). Vidovičová na základě svého zkoumání dospěla k definici ageismu, že „ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází

lidského životního cyklu, manifestovaná skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité kohortě/generaci.“(Vidovičová, 2008, s. 113).

Jirásková (2005, s. 21-24) vidí podstatu ageismu v „nesprávně pochopené kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu prostřednictvím procesu systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku nebo na základě jejich příslušnosti ke starší generaci.“

Příbyl (2005, s. 28) říká, že „Ageismus, podle přístupu může být benevolentní, pozitivní, kdy úmyslem je seniory chránit, hostilní, který je vůči seniorům negativní, nepřátelský, a ambivalentní, kdy dochází k vzájemnému prolínání obou postojů.“

Haškovcová (2012) vymezuje ageismus poněkud jednodušeji a to definicí: „Ageismus označuje pestré projevy averze vůči starým lidem a všemu, co stáří připomíná.“ K elderspeaku se dobře vyjadřuje Pokorná (2010, s. 62), která říká, že „elderspeak a jemu obdobné inhibující komunikační techniky vycházejí ze stereotypů nereálného hodnocení seniorů a jejich schopností. Starší lidé jsou v obecné rovině považováni za méně kompetentní (způsobilé), takže mladší osoby v komunikaci s nimi využívají jednodušší komunikační styl se změnou emocionálního tónu a změnou dalších paralingvistických a nonverbálních prvků komunikace. Tyto negativní stereotypy jsou silně zakořeněné ve společnosti a ovlivňují významně intergenerační komunikaci.“

3.2.2 Společné znaky účastníků

Mezigenerační účastníci vykazují i společné znaky. Obě skupiny vedou jednodušší pohled na společnost a svět. Senioři díky tomu, že dokáží eliminovat nepodstatné věci a svými bohatými životními zkušenostmi dospěli k nekomplikovanému nadhledu na životní situace. Děti převládají jednodušším pohledem na společnost a svět proto, jelikož nejsou prozatím vtaženy do problémů, které jsou kolem nich a jsou tak chráněny od spletitějšího vnímání světa. V další řadě převládají dostatkem vzájemného času jak při činnostech, tak při komunikaci. Senioři v důchodovém věku nikam nespěchají a děti se ještě za ničím neženou. Posledním znakem obou skupin je jejich spontánnost a osobitá upřímnost, která je myšlena tak, že nemusejí na nikoho „činit dojem“. Senioři to již nemají zapotřebí a děti z toho nemají rozum.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUM

Ve výzkumu se zaměřuji na přínos mezigeneračního setkávání mezi dětmi a seniory v domově pro seniory, protože je to stále aktuálnější téma a tímto výzkumem bych ráda vyjádřila svou podporu v dalším mezigeneračním rozvoji. Původně byl pro respondenty připraven aktivizační program s dětmi, kterého se měli účastnit, po němž mi měli senioři sdělit zpětnou vazbu na toto setkání. Pro rozpravu se seniory bylo velmi podstatné, aby se uskutečnila ve stejný den po skončení výzkumné aktivity kvůli svěžím pocitům a dojmům z programu, jelikož bychom mohli riskovat, že další den jejich nadšení opadne a nevzpomenou si na veškeré detaily. Z důvodu krizové situace ve světě se musel tento plán odvolat a rozhovor proběhl na základě vzpomínání na mezigenerační program. V prosinci roku 2019 se uskutečnil mezigenerační program pořádaný institucí s respondenty, který se stal základem pro výzkum. V březnu roku 2020 byl realizován telefonický individuální polostrukturovaný rozhovor s účastníky programu o předešlém setkání, u kterého bylo potřeba zajistit souhlas s nahráváním a zvážit délku průběhu, kterou senioři zvládnou a nebudou z rozhovoru vyčerpaní. Dále byl velmi podstatný styl, jakým budu s respondenty jednat a případně jak jim otázky budu vysvětlovat či formulovat, mířím tím k eticky nevhodné komunikaci se seniory (elderspeak), které je potřeba se vyhnout obloukem. Rozhovor jsem volila v časovém rozpětí zhruba dvaceti minut. Vše se odvíjelo od jednotlivých respondentů, kteří se během rozhovoru zapomněli a rozpovídali se na jiné téma, nebo byl problém je rozmluvit. Všech možných úskalí jsem si byla vědoma a během rozhovoru jsem se snažila o jejich minimalizování, jako například vrátit respondenta nenásilně k danému tématu, nebo utvořit příjemné a důvěrné prostředí, díky kterému se mi otevřeli.

4.1 Výzkumný problém a cíl výzkumu

Jak jsem již zmínila v teoretické části, mezigenerační setkání je stále aktuálnější téma a je potřeba jej rozvíjet dál. Vzhledem k růstu starší populace, která svým narůstajícím číslem přerostla počet narozených dětí, je nutné spojit mezigenerační vazby a posílit vzájemnou interakci. Výzkumným problémem je přínos mezigeneračního setkávání mezi dětmi a seniory v domovech pro seniory. Hlavním cílem výzkumu je zjistit, jaké názory vyjadřují senioři na myšlenku přínosu mezigeneračního setkávání. Vedlejším výzkumným cílem je zjistit, jakým způsobem se mezigenerační setkávání promítá do života seniorů v instituci.

Dalším vedlejším výzkumným cílem je popsat, jak účastníci prožívají průběh mezigeneračního setkávání.

4.2 Hlavní výzkumná otázka

Hlavní výzkumnou otázkou je: Jaké názory vyjadřují senioři na myšlenku přínosu mezigeneračního setkávání. Tato otázka byla zvolena proto, že by tento výzkum mohl nabídnout cestu, jak posunout hranici kvalitního života seniorů a zároveň začlenění dětí do širších věkových vrstev, které mají své specifické požadavky, ale mohou i nejmladší generaci obohatit.

4.3 Vedlejší výzkumné otázky

Jakým způsobem se mezigenerační setkávání promítá do života seniorů v instituci?

Jak účastníci prožívají průběh mezigeneračního setkávání?

Vedlejší výzkumnou otázku jsem stanovila na základě toho, že je potřeba poukázat na důležitost mezigeneračních setkání v institucích pro seniory, kteří zde nemají tolik příležitostí k navázání kontaktu s jinými věkovými skupinami. Druhou vedlejší výzkumnou otázku jsem zvolila proto, že pokládám za významné neopomenout prožívání seniorů během setkávání s dětmi.

4.4 Metoda sběru dat

Pro výzkum byla zvolena kvalitativní metoda v podobě polostrukturovaného rozhovoru, díky němuž jsem měla lepší šanci poznat respondenty a také jsem jim v průběhu mohla lépe objasnit jádro výzkumu i otázky, které jim budu pokládat. Polostrukturovaný rozhovor má mnoho výhod. Tazatel má sice připravený návod, dle kterého bude postupovat, ale může ho v průběhu ovlivnit a na základě situace změnit otázkám pořadí či případně připojit navazující otázky. Striktně strukturovaný rozhovor je odlišný v zadání otázek, které jsou jak neměnné charakterem, tak jejich pořadím. Nestrukturovaný rozhovor je typický svou volností, kdy si tazatel může předpřipravit pár otázek, ale v průběhu se ptá na to, co jej napadne a respondent může mluvit svévolně, o čem chce. Polostrukturovaný rozhovor vidím jako zlatou střední cestu, během níž si mohu připravit otázky a zároveň dle situace je doplnit či změnit jejich pořadí. K rozhovoru jsem si připravila celkem osmnáct otázek, které jsou otevřené a jsou uvedeny v příloze PII. Před samotným rozhovorem jsem se také připravila na variantu

potřeby přeformulování otázek respondentům na míru v případě, že by neporozuměli otázkám.

4.5 Způsob zpracování dat

Pro zpracování výzkumu jsem zvolila techniku otevřeného kódování, která byla výchozí pro zjištění výzkumných otázek. Po uskutečněném rozhovoru, ze kterého byla zajištěna audionahrávka, byla tato nahrávka následně přepsána do textové podoby a dále sloužila jako základ pro následující práci s daty. V textu jsem následně zaznamenávala témata, ke kterým byly zařazeny příslušné kódy, z nichž vznikl seznam kategorií, které nám byly nápomocné k utvoření závěru výzkumu.

4.6 Popis výzkumného souboru

Stěžejním kritériem pro mě bylo, aby ve výzkumném souboru figuroval senior, který žije v instituci pro seniory a měl chuť si vyzkoušet průběh mezigeneračního setkání. Vzhledem k výzkumu a následným rozhovorům jsem volila raději vitálnější a mentálně zdravé seniory, protože by nebyli z procesu natolik unavení a lépe bych zachytila jejich pocity a vnímání, které nejsou narušeny nemocí. U tohoto výzkumného souboru nezáleží na konkrétním věku, či pohlaví, tudíž skupina mohla být rozmanitá. Součástí výzkumného souboru bylo také pět dětí, u kterých bylo jediné kritérium, a to předškolní věk. Děti předškolního věku jsem zvolila z toho důvodu, jelikož jsou v důležité fázi rozkvětu svých životních postojů, utváří si hodnoty a priority a společnost by jim měla poskytnout jistou podporu a měla by mít zájem o to, jakým životním postojem budou směřovat. Tyto kritéria jsem volila vzhledem k tomu, že senioři mají velmi společného s dětmi a mohou se vzájemně obohatit. Pro rozhovor jsem si zvolila dvě seniorky z domova pro seniory ve Zlínském kraji a jednu seniorku z domova pro seniory v Ostravě, které jsou v rámci svých možností vitální a po mentální stránce zdravé. Výběr ze dvou měst byl z toho důvodu, jelikož tyto dvě instituce mi nabídly pomoc s realizací telefonických rozhovorů skrze krizovou situaci v České republice.

4.7 Realizace výzkumu

Realizace výzkumu začala již na podzim roku 2019, kdy jsem měla šanci získat zkušenosti z praxí v domově pro seniory ve Zlínském kraji a seznámit se tak s potencionálními účastníky výzkumu. Během návštěv jsem seniory poznala blíže a posílila tím vzájemnou důvěru a vztah. V lednu roku 2020 se vyskytl problém s nadcházející chřipkovou karanténou, která realizaci výzkumu časově posunula až do března. Během této pauzy jsem

měla příležitost domluvit zastoupení předškolní generace, kterou jsem oslovovala ze svého blízkého okolí (rodina, přátelé). Rodiče i sociální pracovníce v domově pro seniory se shodly, že by bylo nejlepší provést program pro výzkum v dopoledních hodinách o víkendu, vzhledem k pracovnímu vytížení rodičů přes týden a předškolní docházce u dětí. Dopolední hodiny byly zvoleny kvůli lepší energii a aktivitě seniorů, kteří jsou v odpoledních hodinách zvyklí odpočívat. Součástí výzkumu byl také mezigenerační program, který by umožnil získat odpovědi v rámci rozhovoru se seniory. Bylo potřeba naplánovat společnou aktivitu, kterou budou senioři s dětmi provádět. Čerpala jsem z knihy Hry a činnosti pro aktivní seniory, která nabízí širokou škálu aktivit pro seniory. Tyto aktivity jsou vhodné i pro děti. Situace se ale změnila kvůli nepředvídatelným událostem v České republice spojených s rozšířenou nákazou koronavirem a tak jsem přistoupila na rozhovor pomocí telefonátu, kdy dvě respondentky ze Zlína vzpomínaly na mezigenerační setkání s dětmi z dětského domova, kterého se účastnily v prosinci, a jedna respondentka z Ostravského domova pro seniory vzpomínala na mezigenerační setkání s dětmi z mateřské školy, které proběhlo v lednu. Před rozhovorem jsem zajistila mobilní telefon do domova pro seniory ve Zlíně a zeptala se respondentek, zdali souhlasí s nahrávkou rozhovoru. Obě seniorky ze Zlína působily klidně, vřele a bylo slyšet, že jsou rády, když si s někým mohou promluvit. Nejdelší rozhovor trval s první respondentkou paní Marií, který jsme společně vedly 20 minut. Z mého pohledu tento rozhovor byl nejdelší proto, jelikož se jednalo o prvního respondenta a přes veškerou přípravu jsem se s prvním rozhovorem seznamovala a učila se v něm orientovat. Paní Marie se dobře orientovala v otázkách a snažila se vše zodpovědět. Následující rozhovor proběhl s paní Věrou, který trval 16 minut. Paní Věra v jednu chvíli unikla od tématu a tak bylo potřeba přenést pozornost opět k otázkám. Byla lehce zmatená kvůli otázkám, které byly podobné, ale vše jsem jí zpětně vysvětlila a rozhovor proběhl rovněž klidně. Nejkratší rozhovor trval devět minut s paní Olgou z ostravského domova pro seniory, vzhledem k emocionálnímu rozpoložení, které bylo vyvoláno vzpomínkami na děti a způsobilo jí stesk po rodině, kterou v této situaci nemůže vidět. Když se rozplakala, cítila jsem povinnost rozhovor na citlivé téma ukončit. Celkově bych rozhovory hodnotila kladně. Velmi mile mě překvapilo, že respondentky byly schopné si v tak vysokém věku vybavit průběh setkání zpětně z prosince a odpovědět na většinu otázek. Jedinou nevýhodou bylo to, že rozhovory probíhaly na principu vzpomínání na setkání z prosince, tudíž se nepodařilo jít tolik do emocionální hloubky a podchytit prvotní radost a nadšení z dětí.

4.8 Získaná data a jejich interpretace

Z vyhotovených rozhovorů vyšlo 5 kategorií. Kategorie jsem nazvala: Společná činnost, Odkaz na děti, Mezigenerační učení, Oboustranný přínos, Prožívání. U každé kategorie jsou popsány kódy, které daná kategorie zahrnuje. Přímá řeč je vyznačena kurzívou a vymezena uvozovkami. Před každou citací je uvedena zkratka jména s číslem odpovědi, kterou lze dohledat v přepisu rozhovoru (viz příloha č. III).

4.8.1 Společná činnost

Tato kategorie zahrnuje kódy: společné vaření, společné hry, očekávaná činnost, účast, společné tvoření, povídání. Pro všechny respondentky bylo mezigenerační setkání zajímavou zkušeností, na kterou rády vzpomínají. Ptala jsem se na činnosti, které společně dělaly. Paní Marie popsala činnost s dětmi, že: *„Děti dělaly takové různé pečivo a my jsme jim pomáhali (M4)“*. Pamatuje i na ostatní účastníky a říká, že: *„No, někteří hráli jako s dětma nějaké hry, třeba člověče nezlob se a takové ty pexeso a dětské hry.“ (M9)* Paní Věra vzpomíná v začátku rozhovoru, že o činnosti jim řekla instruktorka: *„Nám řekla paní instruktorka, že dojdou děti a že se bude péct cukroví, co se péklo, no a potom jsme si zahráli aj toho žolíka, no a to je jako všechno.“ (V3)* Paní Olga má jinou zkušenost s dětma a to společné tvoření, které si matně pamatuje: *„Jejda, no já jsem byla raz u toho stolu, raz u toho, tak víc věcí, já už mám devadesát roků, tak si to tak nepamatuju, ale vím, že se tam dělali sněhuláci.“ (O3)* A dodává: *„No jak bych vám to měla říct. Tak já jsem byla u více stolů a děcka měly ruky zapatlané a posledně jsme něco barvily.“ (O6)*

4.8.2 Odkaz na děti

Velkou roli samozřejmě hrály děti, na které se respondentky v mnoha větech odkazují, z čehož vyšel také název této kategorie. Kódy pro tuto kategorii jsem volila následovně: navázání kontaktu, dojem z dětí, vztah k dětem, vzpomínání dětí, povídání. Ptala jsem se respondentek, jak navazovali kontakt s dětmi. Paní Marie vypověděla, že dětí bylo více a co se týkalo jednotlivých dětí a jmen, říká, že: *„My jsme se jich ptali, ptali jsme se těch dětí“ (M6)* A vzpomíná, že: *„Ptali jsme se jich a některá byla taková smělejší, tak jsme se bavily.“ (M12)* Paní Věra na to reaguje jinak: *„Ne, ne, nebylo to ani tak ani tak. Bylo to tak volné, kdo si koho uchytil.“ (V4)* *„Komunikovali velice dobře s náma.“ (V18)*

Odpovědi u respondentek se převážně týkaly dojmu z dětí, o kterých neustále mluvily. *Paní Marie měla dojem, že: „No ty děti, byly takové nadšené. Oni byly takové hodně*

samostatné. “(M11) „Oni byli tak zaujati tou prací, že prostě nezlobily.“ (M14) Paní Věra vzpomíná holčičky, se kterými pekla a říká: „Ony ty holky to byly holky chytré. Byly to takové malé hospodyňky.“ (V5) „Byly to dcerečky takové šikovné, aktivní a dokázaly vyválet těsto, formičku a všecko věděly, co mají udělat.“ (17) „Já jsem měla velmi dobré dcerečky, ale já si myslím, že to bylo všude stejné, že ony byly ty děti šikovné.“ (V18) I paní Marie vzpomíná na holčičky ze své skupiny: „Obě byly klidné a obě byly tak zaujati tou prací (smích), že vůbec nezlobily no.“ (M23) Vzpomněla i komunikaci s děvčaty, která byla různorodá: „ Tak některá byla taková stydlivější a některá odvážnější.“ (M24) „Jedna měla myslím pět a ty druhé byly tak kolem deseti, tak asi v tom rozpětí.“ (M22) Paní Olga měla opačnou zkušenost a uvádí: „Oni byli takoví nerozhodní, nevěděli co mají dělat s tím.“ (O7) „Mě se líbí na děckách všechno a u toho tvoření jsou spontánní a nápadité a jsou hlavně roztomilé.“ (O8) Paní Olze utkvěla v paměti také reakce dětí na jinou seniorku: „No, já si pamatuji, že jak tam jezdívá ta paní na tom vozíku, tak děti jsou z toho překvapené. Poznávají, jak jsou na tom někteří.“ (O10)

Velmi podstatný pro mezigenerační setkání, je také vztah k dětem, který měly všechny respondentky velmi pozitivní v následujících odpovědích. Paní Marie jsem se ptala, jestli bylo pro ni něco nepříjemného během programu a odpověděla: „Ne vůbec ne, já mám děti ráda.“ (M13) „No, nemám ráda, když je moc rušno, ale mám ráda společnost. Jsem radši spíš u těch dětí, je to takové veselejší.“ (M25) Přidává se k ní i paní Věra, která tvrdí, že: „Byly to děti a člověk rád vidí děti.“ (V7) „Měli jsme ty vnoučky a tož to víte, že člověk s týma dětima je rád.“ (V15) A na děti nezanevře ani paní Olga, která reaguje na otázku, jaký má vztah k dětem následovně: „Já dobrý, já jsem měla tři děti a moje děti mají každý tři děti, takže jsem dvanáctkrát prababička a osmkrát jsem byla babička.“ (O4) „Tak já mám ráda děcka.“ (O5). Paní Olga také uvedla v dalších odpovědích, které se týkaly, jestli se těší na tvoření že: „Ano, ano ráda za takovýma děckama.“ (O11) a potvrdila, že na program chodí kvůli dětem: „Ale tak kvůli dětem (pláče)“ (O15)

Momentální situace nabízí seniorkám pouze vzpomínky na tyto krásné chvílky a tak jsem se ptala seniorek, jestli o programu někdy s někým mluví, či na něj nějak vzpomínají. Paní Věra to uvedla velmi pěkně: „Ty vzpomínky jsou velice pěkné, takže to přijde vždycky vhod, když si na to člověk vzpomene.“ (V24) „No to víte, vždycky se to promele a rádi na to vzpomínáme, kór když je to s dětma.“ (V23) Paní Marie se shoduje s odpovědí paní Věry a dodává: „Ale vzpomenu si, na děti určitě“ (M27) Paní Olga se během svého vzpomínání rozplakala a tak tedy jen říká: „Ale tak já nevím, vždycky jsem byla taková a o se týče dětí.“ (O16)

4.8.3 Mezigenerační učení

Nedílnou součástí programu je samozřejmě mezigenerační učení, které přirozeně oboustranně probíhá. V této kategorii jsem volila kódy: vzájemná pomoc, rada od zkušeného, reakce na učení. Vzájemná pomoc se prolínala všemi třemi rozhovory. Paní Olga vzpomíná reakci dětí k seniorům: „*Někteří jsou k nim dobře, někteří jim hned pomáhají, udělej si to, udělej si to.*“ (O10) A dodává souhlas k otázce, jestli dětem pomáhá spíše ona či děti, že: „*Tak já jsem spíše jim, protože oni byli takoví nerozhodní, nevěděli, co mají dělat s tím.*“ (O7) Vzájemnou pomoc také vzpomíná paní Marie, která o ní mluvila, když popisovala jejich činnost: „*No ano, děti dělali takové různé pečivo a my jsme jim pomáhali.*“ (M4) A vzájemná pomoc se týkala také rady od zkušeností s pečením, kdy paní Marie uvádí: „*No tak, donesli nám těsto udělané a my jsme ho vyváleli a my jsme jim radili, prostě jakým způsobem to mají dělat, aby se to dobře dělalo.*“ (M8) Paní Věra se na vzájemnou pomoc nerozpovídala, ale odpověděla souhlasně na mou otázku, zda byly po ruce, kdyby děti chtěly s něčím pomoci: „*Ano, ano tak.*“ (V6)

4.8.4 Oboustranný přínos

Tato kategorie je obzvláště významnou, jelikož se zabývá přínosem obou stran a výpovědi respondentek dokazují, že mezigenerační setkávání je pro obě generace velmi obohacující. Zvolila jsem zde kódy: nadšené děti, radost, přínos, změna, stereotyp. Na otázku, zdali si paní Marie pamatuje něco výrazného, co jí utkvělo v paměti odpověděla: „*No, ty děti byli takové nadšené, že ony velice nechtěly, abychom jim do toho mluvily.*“ (M11) A v zápětí dodává odpověď na otázku, jestli jí bylo něco nepříjemné během programu že: „*Ne, vůbec ne. Já mám děti ráda. Mě to spíš potěšilo.*“ (M13) Paní Věra popisuje zase výraznou vzpomínku, která jí utkvěla v paměti následovně: „*To máte tak, já to řeknu svým způsobem. Byly to děti a člověk rád vidí děti.*“ (V7) A v další odpovědi popisuje, co pro ni znamenalo být součástí programu: „*Tož byly jsme rády, radosti bylo v nás dost, protože zas ty děti jsou něco jiného, jak my. Dospělý člověk a děti je něco jiného.*“ (V25) A paní Olga jen dodává, že se těší vždy na program: „*Ano, ano ráda za takovýma děckama.*“ (O11)

Co se týče přínosu jako takového, ptala jsem se respondentek napřímo, proč si myslí, že tento program zavedli. Paní Marie si myslí, že: „*No já si myslím, že by měly děti poznat, jak vypadají starosti a taky aby trochu ty generace se daly dohromady.*“ (M17) A dodává odpověď i za ostatní seniory: „*Já si myslím, že jim to přišlo vhod taky. Je to taková změna že. No, tak proč by ne.*“ (M20) Paní Věra je toho názoru, že program se dělal proto, aby: *Tož*

aby aj ty děti přišly na jiné myšlenky, aby k něčemu jinému, aby se zabavily. Také tak, jak my jsme se zabavily s něma, oni se zabavily zasej s nama naopak.“(V13) To, že se s dětma zabavili uvádí také v odpovědích (V8), (V19). Paní Olga odpovídá na otázku, zdali to může dětem něco přinést: *„Tak určitě, už potom jak jsou ve škole, tak už jsou takoví rozhodnější.*“(O9) *„Poznávají, jak jsou na tom někteří.*“(O10)

Dále jsem se ptala senierek, co očekávaly od programu, načež paní Marie krásně popsala očekávání příchodu dětí: *„My jsme nevěděli, co budeme dělat, ale já jsem si říkala, no však co, jsou to děti, tak oni nám tu aspoň zasvítí.*“(M30) Paní Věra viděla i přínos v připomnění si domácích prací a její očekávání popsala takto: *„No, my jsme věděli dopředu, jak to bude, že přijdou děti a budou péct cukroví. Tak jsme věděli dopředu a tak jsme se aj těšili, to víte. Staré kuchařky, hospodyně, kde strčíme noc, všechno jsme si připomněly.*“(V26) Paní Olga uvedla přínos v otázce, jak na setkání reagovala rodina: *„Ale tak byli rádi, když jsem jim to vykládala. Byli rádi, že nesedím tady na pokoji.*“(O14)

Důležitou je pro seniory žijící v instituci změna, kterou vzpomněla paní Marie hned ve dvou odpovědích. V první, když vzpomínala i ostatní seniory: *„Já myslím, že jim to přišlo vhod taky. Je to taková změna že. Tak proč by ne.*“(M20) *„No byla jsem ráda, že je zas trochu změna, že nejsou pořád mezi těma starýma, ale mezi normálníma.*“(M29) Paní Věra zase připomněla stereotyp, který vládne v domově na denním pořádku: *„Když jsou tady ty setkání, tak to člověka odepne od toho stereotypu a užije alespoň trochu.*“(V20)

4.8.5 Prožívání

Jako poslední kategorii jsem zvolila „prožívání“, pod kterou spadají kódy: kondice, potěšení, prožitek programu, společenská rovnováha, postoj ke vzpomínkám. S respondentkami jsem řešila také překážky během programu a kondici, jejíž stav je ve stáří podstatný pro plnění aktivit. Paní Marie měla o své kondici jasno: *„Ne vůbec, unavená ne. Klidně bych vydržela dýl.*“(M18) *„Ne, ne, já jsem vůbec žádné problémy neměla. Všechno jsem mohla úplně v klidu dělat.*“(M33) A stejně tak se s ní shoduje i paní Věra: *„Ne, ne, nebyla jsem vůbec unavená, bylo to moc dobré.*“(V14) *„Ne, byla jsem úplně v pohodě, nic mi nepřekáželo.*“(V27)

K prožívání patří také potěšení, které dala paní Marie najevo v odpovědích na otázky, jestli by si ráda zopakovala setkání a co pro ni setkání znamenalo: *„No klidně, ráda.*“(M19) *„No byla jsem celkem ráda, že je zas trochu změna.*“(M29) Paní Věra prožívala i náročnost programu a říká, že: *„Byly to děti a člověk rád vidí děti, no takže, aj když tam bylo teho moc,*

takže jsme litaly od jednoho ke druhém. Bylo to i náročné.“(V7) A dodává, že společnost raději tráví s dětmi: *„Myslím, že raději s týma dětma. Je to takové veselejší, protože já mám početnou rodinu a mám pět vnuček a čtyři vnuky. No, takže to se tady kolem mne točilo tady ty první léta, když jsem nastoupila a buď přišel ten, nebo ten, ale pak se to rozešlo po světě do školy, no studovat. Tak to víte, že mi to chybělo.*“(V20) *„Tož byly jsme rády, radosti bylo v nás dost...*“(V25) Radost z dětí pociťovala i paní Olga, která uvedla, že se těší vždy na děti: *„Ano, ano ráda za takovýma děckama*“(O11)

Probírala jsem s respondentkami i prožitek programu, jaké z něj mají dojmy a pocity. Paní Marie odpověděla: *„Celé to bylo v pohodě.*“(M21) Paní Věra dala najevo v odpovědích více své prožitky a tedy uvádí: *„...bylo to tak volné, kdo si koho uchytil (V4) A ty děti a to cukroví, tak to už je takové, no tak to víte, byl inčí pocit takový s dětma no.*“(V8) Ptala jsem se také paní Věry, jestli bylo něco, co jí bylo nepříjemné a její odpověď byla jednoznačná: *„Ne, ne, ne, ne, všechno bylo příjemné.*“(V9) Ale dodává, že to byl i menší chaos: *„Byl to takový malý chaos, no a je to na takovou věc malé místo, že bylo moc dětí na malém místě.*“(V10)

Zajímalo mne také, s kým raději respondentky tráví čas. Paní Marie s paní Věrou se ve svých odpovědích shodují. Paní Marie je za to, že: *„No nemám ráda, když je moc rušno, ale mám ráda společnost. Jsem radši spíš u těch dětí, je to takové veselejší.*“(M25) *„No byla jsem celkem ráda, že je zas trochu změna, že nejsou pořád mezi těma starýma, ale mezi normálníma.*“(M29) Paní Věra vypověděla obdobně: *„Myslím, že radši s týma dětma.*“(V20).

V poslední řadě mne zajímal jejich postoj ke vzpomínkám, kdy paní Věra reaguje na otázku: *„Ty vzpomínky jsou velice pěkné, takže že to přijde vždycky vhod, když si na to člověk vzpomene.*“(V24) Naopak paní Marie na tuto otázku odpovídá, že vede postoj neutrální: *„Ale tak normálně celkem*“(M28) Paní Olga přistupovala k této otázce velmi citlivě a na otázku, co jí tak rozplakalo, odpovídá: *„... (pláče) Ale tak já nevím, vždycky jsem byla taková a co se týče dětí.*“(O16)

4.9 Výsledky výzkumu

Cílem této práce bylo zjistit odpověď na to, zda mezigenerační setkání dětí a seniorů z domova pro seniory, je přínosné. Zajímaly mne odpovědi na otázky, které se týkaly myšlenky seniorů na přínos mezigeneračního setkání, jakým způsobem se mezigenerační setkání promítá do života seniorů v instituci a také, jak setkání senioři prožívají.

Život dětí a seniorů je do jisté míry podobný a zároveň v mezích rozdílný. Vzájemné pochopení druhé strany, porozumění, ohleduplnost, úcta jsou hodnoty, které stojí za to budovat na obou stranách.

Během výzkumu jsem zjišťovala odpovědi na výzkumné otázky:

VO1: Jaké názory vyjadřují senioři na myšlenku přínosu mezigeneračního setkávání?

Na otázku, proč si seniorky myslí, že je tento program zaveden, odpovídaly, že přínos vidí v propojení generací, vzájemném obohacení, smysluplném naplnění volného času seniorů i dětí, oboustranném poznání se a porozumění jiné věkové skupiny. Názory respondentek na mezigenerační setkání se v mnohém shodovaly a zároveň měla každá svůj osobní pohled. Všechny se shodly v tom, že mezigenerační setkání je pro ně přínosné, avšak každá kladla důraz na přínos v jiném směru. Jedna z respondentek zdůraznila výchovný vliv na děti (že budou rozhodnější ve škole). Další respondentka viděla přínos v naplnění volného času a společně strávených chvil. Třetí respondentka kladla důraz na předání dětem vhledu do problematiky starších lidí, jejichž život provází také starosti, a vzpomněla důležitost setkání v propojení generací. Prvně mě zaujalo, že seniorky hodnotily propojení světa dětí a seniorů, jako prohlubující znalost situace a postavení toho druhého (dětí a seniorů) ve světě. Za další přínos považuji zmíněnou oboustrannou radost, která sama o sobě je pro život velmi důležitá, působí jako prevence různých psychických poruch nebo depresí a které hlavně senioři ve svém životě tolik nemají. Dále bylo důležité samotné vyplnění času seniorů, které jak zmínila jedna z respondentek, bývá často stereotypní. Díky setkání si seniorky připomněly úkony (vaření, pečení, prostírání, drobný úklid, recepty), které byly součástí jejich dřívějšího života vykonávané denně, ale zde v domově seniorů již roky neprovozované.

VO2: Jakým způsobem se mezigenerační setkávání promítá do života seniorů v instituci?

Život v domově seniorů probíhá v kontaktu především se svými vrstevníky. Je zde omezený kontakt s lidmi jiných věkových skupin, které jsou alespoň zastoupeny zdravotními sestrami, ošetrovatelkami, kuchařkami nebo sociálními pracovníky. V instituci je zachován denní řád, který některým seniorům může dávat určitou jistotu, jiným naopak prohlubuje nespokojenost se stereotypem. Každý kontakt s jinou věkovou skupinou je velmi obohacující, pro seniory inspirující a citově naplňující.

Mezigenerační setkání rozhodně nabouralo stereotyp života v domově seniorů, což potvrdily názory respondentek. V závislosti na potřebě nabourání stereotypu byly odpovědi respondentek odlišné. Jedna ze seniorek zmínila možnost i denního kontaktu s dětmi, jiná

viděla optimální frekvenci setkání jednou za měsíc. Setkání nabídlo téma k vnitřnímu prožívání a vytvoření dalších příjemných vzpomínek, tudíž jistě obohatilo jejich každodenní život v instituci. Jak samotné seniorky zmínily v rozhovorech, k tomuto tématu se ve svých vzpomínkách vracejí. Zážitek z mezigeneračního setkání zlepšuje vztahy mezi samotnými seniory, nabízí další témata k hovoru a společnému prožívání. Na seniory má bezesporu vliv celkové prostředí, ve kterém trvale žijí. Seniorky pociťovali změnu a určité oživení v přítomnosti dětí, díky nimž cítily radostnější a naplněnější atmosféru svého domova.

Dle odpovědí můžeme usuzovat, že mezigenerační setkání přináší podněty do života seniorů. Ty jsou dále zpracovávány, přispívají k obohacení citového života a poskytují prostor pro spoluprožívání průběhu setkání s dětmi i náměty k hovoru, tudíž obohacuje každodenní život seniorů.

VO3: Jak účastníci prožívají průběh mezigeneračního setkávání?

Ještě před samotným setkáním obou generací, prožívaly seniorky dle výpovědí radost z blížící se spolupráce s dětmi. Obě skupiny prožívaly setkání velmi intenzivně, spontánně a vstřícně. Přestože se obě skupiny viděly poprvé, byl díky společné aktivitě rychle navázán přirozený kontakt. Jak respondentky uvedly, vzájemná spolupráce pro ně byla poněkud náročná (ruch, málo místa, moc dětí), přesto se všechny shodují, že to byl pro ně velký přínos hlavně v citové oblasti. Z odpovědí vyplývá, že přes určité těžkosti seniorky situaci zvládly, samy ji hodnotily jako velmi pozitivní a vnímaly, že byly dětmi přijímány. Žádná z nich nepociťovala tělesné nebo zdravotní překážky, které by je omezily v činnosti s dětmi. Zaujala mne skutečnost, že byla nutná určitá ohleduplnost mezi oběma skupinami, kdy děti se ji učili a senioři si ji připomínali. Důležitost ohleduplnosti z hlediska dětí je pro bezkonfliktní jednání uvnitř společnosti a z hlediska seniorů pro zachování plnohodnotné lidské bytosti, kdy při mnohdy stereotypním typu života, pro ni nebývá mnoho příležitostí.

ZÁVĚR

Bakalářská práce se zaměřovala na přínos mezigeneračního setkání mezi dětmi a seniory v domovech pro seniory. Teoretická část byla zaměřena na základní vymezení mezigeneračního učení a jeho přínosu. Následně jsem se věnovala zájmu o mezigenerační učení, kde byla zmíněna aktuální situace, která zdůrazňuje potřebu mezigeneračních setkání. V další řadě jsem připomněla vznik domovů pro seniory, koncept aktivního stárnutí a znaky života seniorů v instituci oproti životu v domácím prostředí. V závěru jsem rozebírala konkrétní mezigenerační programy a specifika účastníků mezigeneračních programů. V praktické části jsem stanovené cíle naplnila pomocí polostrukturovaných rozhovorů se seniory, kteří absolvovali setkání s dětmi. Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit, jaké názory vyjadřují senioři na myšlenku přínosu mezigeneračního setkávání. Dalšími cíli bylo zjistit, jakým způsobem se mezigenerační setkávání promítá do života seniorů v instituci a popsat, jak účastníci prožívají průběh mezigeneračního setkávání. Výzkum byl zaměřen na děti a seniory. Starší generace může děti obohatit životními zkušenostmi a moudrostí, děti je mohou inspirovat svou dravostí do života, který teprve poznávají. Výzkum byl proveden kvalitativní metodou pomocí otevřeného kódování rozhovorů, z nichž vyplynulo, že mezigenerační setkání je velmi přínosné pro zkvalitňování života seniorů, a to v několika bodech. Jedním z přínosů je nabourání životního stereotypu seniorů žijících v instituci, kteří se každodenně mimo personál setkávají pouze se svými vrstevníky. Další přínos nám výzkum ukázal v oboustranné radosti a potěšení, které jsou významnou prevencí před psychickým onemocněním, psychickou poruchou či depresemi. Výsledky také ukázaly přínos v připomnění si domácích prací, které fungovaly také ke vzájemnému mezigeneračnímu učení. Vyjma přínosu, se výzkum vztahoval také k promítání mezigeneračního setkání do života v instituci. Výsledky nepotvrdily pouze nabourání stereotypního života v domově pro seniory, ale také bylo zjištěno, že mezigenerační program prohloubil samotné vztahy mezi seniory, nabídl další zážitky, které mohly být sdíleny a následně také znovu ve vzpomínkách prožívány. Následně výzkum poukazoval na samotné prožívání během mezigeneračního programu, které bylo náročné, ale zároveň posilující pro jejich hodnocení sama sebe vzhledem k úspěšnému zvládnutí celého programu a také uvědomění si ohleduplnosti, tolerance, vstřícnosti k dětem a pocitu vlastní důležitosti v životě ostatních lidí, v tomto případě dětí. Výzkumné cíle se podařilo pomocí rozhovorů naplnit, ale příště bych zvolila i metodu pozorování, díky níž bych lépe vnímala reakce seniorů na děti a naopak.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. Brno: Computer Press, 2007. Dětská naučná edice. ISBN 978-80-251-1829-0.
- BERTINI, Kristine. *Sendvičová rodina: souběžná péče o malé děti a seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0478-7.
- DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.
- GILLERNOVÁ, Ilona a Lenka KREJČOVÁ. *Sociální dovednosti ve škole*. Praha: Grada, 2012. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-3472-9.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Seniori mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.
- HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava a Martina ŠTÍPKOVÁ. *Prarodičovství v současné české společnosti*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2018. Sociologické aktuality. ISBN 978-80-7419-265-4.
- HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.
- HOLMEROVÁ, Iva. *Průvodce vyšším věkem: manuál pro seniory a jejich pečovatele*. Praha: Mladá fronta, 2014. Lékař a pacient. ISBN 978-80-204-3119-6.
- JAROŠOVÁ, Darja. *Péče o seniory*. Ostrava: Ostravská univerzita, 2006. ISBN 80-7368-110-2.
- JEŘÁBEK, Hynek. *Mezigenerační solidarita v péči o seniory*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2013. Studie (Sociologické nakladatelství). ISBN 978-80-7419-117-6.
- JIRÁSKOVÁ, Věra. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. Praha: Eurolex Bohemia, 2005. ISBN 80-86861-80-5.
- MACHÁČOVÁ, Kateřina a Iva HOLMEROVÁ. *Aktivní gerontologie, aneb, Jak stárnout dobře*. Praha: Mladá fronta, 2019. Medical services. ISBN 978-80-7571-037-6.

Mezi námi, o.p.s. Nezisková organizace. *Mezi-nami.cz* [online]. Praha: Jana Ketnerová, 2019 [cit. 2019-12-15]. Dostupné z: <https://www.mezi-nami.cz/>

Newman, S. (2008). Intergenerational Learning and the Contributions of Older People. *AGEING HORIZONS*, 11(8), 31-39. Dostupné z <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.457.2130&rep=rep1&type=pdf>

PATOČKA, Jan. *Úvod do fenomenologické filosofie*. 2. vyd. Praha: Oikoymenh, 2003. Oikúmené. ISBN 80-7298-064-5.

POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3271-8.

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

RABUŠICOVÁ, Milada, Lenka KAMANOVÁ a Kateřina PEVNÁ. Čas a věk hraje roli: Tři generace se učí v kurzech. *Studia paedagogica*. 2010, 15(1), 126-145.

RABUŠICOVÁ, Milada, Lenka KAMANOVÁ a Kateřina PEVNÁ. Mezigenerační učení: učit se mezi sebou v rodině. *Studia paedagogica*. 2012, 17(1). DOI: 10.5817/SP2012-1-10. ISSN 1803-7437. Dostupné také z: <http://is.muni.cz/publication/991809>

RABUŠICOVÁ, Milada, Karla BRÜCKNEROVÁ, Lenka KAMANOVÁ, Petr NOVOTNÝ, Kateřina PEVNÁ a Zuzana VAŘEJKOVÁ. *Mezigenerační učení: teorie, výzkum, praxe*. Brno: Masarykova univerzita, 2016. ISBN 978-80-210-8460-5.

SUCHÁ, Jitka, Iva JINDROVÁ a Běla HÁTLOVÁ. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3.

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

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

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha PI: Koncept aktivního stáří podle světové organizace WHO.....	46
Příloha PII: Otázky do rozhovoru s respondenty.....	48
Příloha PIII: Přepis rozhovorů	49

Příloha PI: Koncept aktivního stáří podle světové organizace WHO

Oblast 1. – Se zaměřuje na poruchy v oblastech fyzických a psychických. Zahrnuje problémy s mobilitou, výživou, zrakem, sluchem, kognicí a depresí.

1. Doporučení Mobilita – fyzická, vyvážená, individualizovaná aktivita adekvátní ke kognitivnímu stavu, kulturním zvyklostem a dostupnosti
2. Doporučení Výživa – stav výživy by měl být pravidelně vyhodnocován a monitorován, zejména kontrola příjmu kvalitních bílkovin
3. Doporučení Zrak – dostatečná pozornost zhoršení zraku u starších lidí a screeningu v primární péči, aby mohla být včas příčina léčitelná
4. Doporučení Sluch – v primární péči by měl být prováděn screening poruch sluchu, včasné doporučení k odbornému řešení, případně poskytnutí nejvhodnějších kompenzačních pomůcek
5. Doporučení Kognice – nabídnuta možnost kognitivní stimulace, může být individuální ale i skupinová
6. Doporučení Deprese – nabídnuta strukturovaná psychologická intervence, popřípadě další postup v intencích mezinárodních zásad péče o duševní zdraví

Oblast 2. – Zahrnuje geriatrické syndromy spojené se závislostí na péči, včetně inkontinence moči a rizika pádů.

7. Doporučení Inkontinence – pro osoby s kognitivní poruchou by měl být doporučován aktivní mikční režim, který může míru inkontinence významně redukovat.
8. Doporučení Inkontinence – cvičení svalů pánevního dna, a to jak samotné, tak kombinované s dalšími metodami kontroly inkontinence a self-monitoringu, by mělo být doporučováno všem starším ženám trpícím stresovou, urgentní či kombinovanou formou inkontinence moči
9. Doporučení Riziko pádů – revize medikace a vysazení indikovaných léků či léku s nežádoucími účinky
10. Doporučení Riziko pádů – lidem s vyšším rizikem pádu by mělo být doporučeno pravidelné multimodální cvičení zahrnující různé typy fyzické aktivity
11. Doporučení Riziko pádů – na základě odborného posouzení prostředí, ve kterém člověk s vyšším rizikem pádů žije, by měla být doporučena potřebná opatření ke zvýšení bezpečnosti

12. Doporučení Riziko pádů – na základě komplexního vyšetření a posouzení stavu člověka s vyšším rizikem pádu by měl být vypracován individualizovaný plán opatření, které bude redukovat riziko pádu

Oblast 3. – Je věnována podpoře pečujících a zahrnuje intervence k podpoře pečujících a odstranění jejich přetížení.

13. Doporučení Podpora pečujících – Psychologické intervence, zaškolení, vzdělání a podpora by měly být nabízeny rodinným i dalším neformálním pečujícím, kteří poskytují péči starším lidem s omezenou soběstačností, zejména těm, kteří poskytují komplexní a časově náročnou péči po dlouhou dobu a jsou touto péčí vyčerpaní. (Macháčková, Holmerová, 2019, s. 38-40)

Příloha PII: Otázky do rozhovoru s respondenty

1. Zúčastnil/a jste se mezigeneračního setkání. Můžete mi říci, jaké bylo? Jak jej hodnotíte?
2. Můžete mi popsat, co bylo jeho obsahem?
3. Co vás na programu zaujalo?
4. Jakou činnost jste s dětmi nejraději dělal/a a proč?
5. Je něco, co byste uvítala a co vám v programu chybělo?
6. Jaký význam setkání podle vás má?
7. Co vám setkávání přináší?
8. Jak jste se cítil/a během programu s dětmi?
9. Jak se vám s dětmi spolupracovalo?
10. Jaký máte vztah k dětem?
11. Jaké máte pocity z reakcí dětí?
12. Jak se účast na programu odráží ve vašem každodenním životě?
13. Jaké změny na sobě pozorujete po účasti na programu?
14. Jakým způsobem využíváte získané zkušenosti?
15. Co pro vás účast v programu znamená?
16. Jaká byla vaše očekávání před vstupem do programu?
17. Jaká očekávání program u vás naplnil?
18. S jakými překážkami se během setkání potýkáte?

Příloha PIII: Přepis rozhovorů

Paní Marie, věk 91 let, v dobré kondici fyzické i psychické, se zúčastnila mezigeneračního setkání s dětmi z dětského domova v prosinci.

T: Chtěla bych se tedy nejdříve zeptat, jestli souhlasíte s nahráváním telefonního hovoru. Je to kvůli tomu, abych vás teď mohla pozorně poslouchat a v klidu si to potom přepsat do textové podoby. Nebojte, nahrávku potom smažu a nikde ji nebudu zveřejňovat.

M1: Ano, to je v pořádku

T: Takže, abych to upřesnila, budu se ptát na setkání, kterého jste se účastnila s dětma z dětského domova. Cokoliv, co si vzpomenete je užitečné a budu za to moc ráda. Pokud byste nějaké otázce nerozuměla, zastavte mě a zkusím vám ji znovu vysvětlit líp.

M2: Ano.

T: První, co bych se vás zeptala, jestli si vzpomenete, kdy to bylo, jestli před Vánoci nebo až po nich.

M3: To bylo ještě před.

T: No a jak vás seznámili s dětma? Měli jste třeba nějakou aktivitu, díky které jste se poznali?

M4: No ano, děti dělaly takové různé pečivo a my jsme jim pomáhali.

T: A vy jste se seznámila s jedním dítětem nebo jste pracovali ve skupince?

M5: Ne, to jich bylo víc.

T: A třeba na začátek abyste se znali jménem, seznámili vás nějak takto? Nebo jste moc nevěděli jména těch dětí?

M6: My jsme se jich ptali, ptali jsme se těch dětí.

T: Takže tak jako sami jste se seznamovali?

M7: Ano, ano.

T: A co jste s dětma přesně dělali? Dělali jste nějaké pečivo, jste říkala, tak jestli byste to mohla nějak popsat.

M8: No tak, donesli nám těsto udělané a my jsme ho vyváleli a my jsme jim radili, prostě jakým způsobem to mají dělat, aby se to dobře dělalo.

T: A kromě toho těsta a pečení jste dělali ještě něco jiného?

M9: No, někteří hráli jako s dětma nějaké hry, třeba člověče nezlob se a takové ty pexeso a dětské hry.

T: A vy jste teda jenom pekla, nebo jste i hrála nějaké hry?

M10: Ne, ne my jsme jen pekli.

T: A co takového výrazného si pamatujete? Je něco, co si vyloženě vzpomenete? Třeba nějaký zážitek nebo něco co vás zaujalo?

M11: No ty děti byly takové nadšené, že ony velice nechtěly, abychom jim do toho mluvili. Oni byli takové hodně samostatné.

T: A bylo něco, co vám udělalo třeba radost?

M12: No tak ledascos, ptali jsme se jich a některá byla taková smělejší, tak jsme se bavili.

T: Bylo něco, do čeho jste se musela třeba nutit, že by vám to bylo nepříjemné?

M13: Ne vůbec ne, já mám děti ráda. Mě to spíš potěšilo.

T: No a nepřekvapilo vás například to, že dětí bylo moc, nebo že byli moc rušné?

M14: Ale mně to nepřipadalo, oni byli tak zaujatí tou prací, že prostě nezlobily.

T: A jak jste se o tom programu vlastně dozvěděla? Z rozhlasu nebo z nástěnky?

M15: Ne, ne, no to přišla instruktorka a řekla nám o tom a bylo to i na nástěnce, takže informování jsme byli.

T: A těšila jste se na ten program?

M16: Těšila jsem se moc.

T: No a zkusila byste mi říct, proč si myslíte, že tady tento program zavedli?

M17: No, já si myslím, že by měly děti poznat, jak vypadají starosti a taky aby trochu ty generace se daly dohromady.

T: Ano, ano to s vámi naprosto souhlasím. A jak jste se během toho programu cítila? Byla jste z toho moc unavená, nebo jste chtěla pokračovat klidně i dýl?

M18: Ne vůbec, unavená ne. Klidně bych vydržela dýl.

T: No a ráda byste si ten program zopakovala, kdyby to bylo možné?

M19: No klidně, ráda.

T: Zkusila byste mi teďka popsat, jak vám přišli ostatní senioři, kteří tam s vámi byli? Jak se chovali, jestli byli rádi, nebo vystrašení z takového počtu dětí.

M20: Já myslím, že jim to přišlo vhod taky. Je to taková změna že, no tak proč by ne.

T: A jak se vám s dětma pracovalo? Jakou měli třeba ty děti povahu, jestli byly třeba moc divoké nebo celkově zkuste popsat, jak se vám s nimi pracovalo.

M21: No, teda ty, co byli s nama u stolu jo, tak ty byly tak celkem klidné holčičky, celé to bylo v pohodě.

T: A jak staré holčičky?

M22: No to bylo různé jedna měla myslím pět a ty druhé byly tak kolem deseti, tak asi v tom rozpětí.

T: A jaké byly ty holčičky?

M23: Obě byly klidné a obě byly tak zaujatí tou prací (smích), že vůbec nezlobily no.

T: A jak s vámi ty holčičky mluvily? Byly stydlivé?

M24: Tak, některá byla taková stydlivější a některá odvážnější.

T: A jaký máte vztah k dětem? Jste raději v přítomnosti starších lidí nebo dětí?

M25: No, nemám ráda, když je moc rušno, ale mám ráda společnost. Jsem radši spíš u těch dětí, je to takové veselejší.

T: A když ten program skončil, vzpomínala jste na to s někým? Říkala jste to třeba rodině?

M26: No oni se mě pořád na něco ptají, takže jsem o tom mluvila.

T: Vzpomenete si někdy na tento program, když je třeba volná chvíle?

M27: Ale vzpomenu si. Na děti určitě.

T: A teď když o tom mluvíme, vyvolávají ve vás ty vzpomínky nějakou dobrou náladu, nebo spíš jste k tomu taková neutrální?

M28: Ale tak normálně celkem.

T: Co byste řekla, že to pro vás znamenalo, že jste se mohla účastnit v tom programu?

M29: No byla jsem celkem ráda, že je zas trochu změna, že nejsou pořád mezi těma starýma ale mezi normálníma.

T: Už pomalu končíme. Ještě se zeptám, když ten program ohlásili, jak jste si ho představovala?

M30: My jsme jako nevěděli, co budeme dělat, ale já jsem si říkala, no však co, jsou to děti, tak oni nám tu aspoň zasvítí.

T: A bylo něco, co jste si myslela, že se bude dít?

M31: No, já jsem si myslela, že bude dost těch her jako, že budeme hrát.

T: A řekla byste, že tak, jak jste si to představovala, že to tak bylo? Nebo to bylo jiné?

M32: Ale celkem ano, však hry tam byly a kdo chtěl, tak hrál že.

T: Tak, ještě tady mám poslední otázku na vás, jestli bylo něco, co vám znemožňovalo aktivitu během setkání, třeba zdravotní stav, kondice nebo cokoliv co vás napadne.

M33: Ne, ne já jsem vůbec žádné problémy neměla. Všechno jsem mohla úplně v klidu dělat.

Paní Věra, věk 90 let, je také v dobré fyzické i psychické kondici a účastnila se mezigeneračního setkání s dětmi z dětského domova.

T: Na začátek bych se vás ráda zeptala, jestli vám nebude vadit, když telefonát nahraju. Nikde to zveřejňovat nebudu, ale je to lepší pro mě v tom, že vás budu moci teď lépe poslouchat a později si to přepíšu.

V1: Ano ovšem, nevadí.

T: Mám tady první otázku a to, jestli si vzpomenete, kdy to zhruba bylo?

V2: Bylo to po Vánocích, ale tak týdeň, dva po Vánocích.

T: A jak vás seznámili? Proběhla během toho nějaká aktivita, že byste se seznámili a řekli si třeba jména?

V3: Ne, nám řekla paní instruktorka, že dojdou děti a že se bude péct cukroví, co se péklo, no a potom jsme si zahráli aj toho žolíka, no a to je jako všechno. Já nic o tem nevím.

T: A byli jste ve skupinkách nebo jste měli jedno dítě?

V4: Ne, ne, nebylo to ani tak ani tak, bylo to tak volné, kdo si koho uchytil.

T: No a co jste s dětma dělali?

V5: *No akorát u toho cukroví, ale ony ty holky to byly holky chytré a my jsme jim nemuseli ani říkat co mají udělat. Byly to takové malé hospodyňky.*

T: Takže ony tam něco pekly a vy jste byly jakoby po ruce, kdyby chtěly s něčím pomoci.

V6: *Ano, ano tak.*

T: A bylo něco takového výrazného, na co pamatujete i dnes?

V7: *To máte tak, já to řeknu svým způsobem. Byly to děti a člověk rád vidí děti, no takže, aj když tam bylo toho moc, takže jsme lítali od jednoho ke druhém. Bylo to i náročné.*

T: A co vás s dětma bavilo nejvíc? Pečení, žolík nebo něco jiného?

V8: *Ne, ne žolík ten byl spíš jakoby pro nás, že jsme se zabavili. A ty děti a to cukroví, tak to už je takové, no tak to víte, byl inčí pocit takový s dětma no.*

T: A bylo něco, do čeho jste se musela třeba nutit během programu?

V9: *Ne, ne, ne, ne, ne, všechno bylo příjemné.*

T: A jak jste reagovala, když ty děti k vám přišli? Překvapilo vás třeba množství těch dětí?

V10: *Ne, ne, věděli jsme, že to budou děti, to nám říkala instruktorka, že tady přijdú,, no a jinak tož to probíhalo, jak to probíhalo. Byl takový malý chaos, no a je to na takovou věc malé místo, že bylo moc dětí na malém místě. Aj toho těsta bylo málo, tak se toho nemohly všechny zúčastnit.*

T: A o programu jste už říkala, že jste se dozvěděla od paní instruktorky že?

V11: *Ano, ano.*

T: A těšila jste se na ten program?

V12: *Ale víte, že jo, no jistěže.*

T: A zkusila byste mi říct, proč si myslíte, že tady tento program zavedli?

V13: *Tož aby aj ty děti přišli na jiné myšlenky, aby k něčemu jinému, aby se zabavily. Také tak jak my jsme se zabavili s něma, oni se zabavily zasejc s nama naopak. Já bych to takhle viděla.*

T: Jak jste se cítila vlastně s těma dětma? Byla jste moc unavená?

V14: *Ne, ne, nebyla jsem vůbec unavená, bylo to moc dobré.*

T: A jak na vás působili ostatní senioři?

V15: Tož všechno jsme to staré bábiný a každý máme, měly jsme ty vnoučky a tož to víte, že člověk s týma dětma je rád.

T: A byli tam i nějací dědečci? Nebo jen babičky?

V16: Ne tých dědečků je tu málo. Všechno jen my.

T: A jak se vám s dětma pracovalo?

V17: Jak jsem vám řekla, že to byly dcerečky, takové šikovné, aktivní a dokázaly vyválet těsto, formičku a všechno věděly, co mají udělat.

T: A jak reagovaly děti? Jak třeba komunikovali?

V18: Komunikovali velice dobře s náma. Já nevím, jak ostatní, ale já jsem měla velmi dobré dcerečky, ale já si myslím, že to bylo všude stejné, že ony byly ty děti šikovné.

T: A vy byste jak popsala svůj vztah k dětem? Jste radši, když máte svůj klid, nebo spíš když je kolem vás rušno?

V19: Ale to máte úplně jedno, ty děti nejsou pořád s náma, tak když přijeli, tak jsme se s nima aj zabavili. To je jasné.

T: A máte raději společnost dětí nebo starších lidí?

V20: Myslím, že radši s týma dětma. Je to takové veselejší, protože já mám početnou rodinu a mám 5 vnuček a 4 vnuky. No, takže to se tady kolem mne točilo tady ty první léta, když jsem nastoupila a buď přišel ten, nebo ten, ale pak se to rozešlo po světě do školy, no studovat. Tak to víte, že mi to chybělo. Když jsou tady ty setkání, tak to alespoň na chvíli člověka odepne od toho stereotypu a užije alespoň trochu.

T: Ano, aj si myslím, že teď v zimě, když se nedá jít tolik ven, tak že to je ideální, když za vámi můžou přijít děti.

V21: No, já vám to řeknu tak, já si myslím, že je hrozná chyba, že to je postavené tady na kopci. Kdyby to bylo někde na rovině, že by se lidé dostali víc ven, že by pomaličku došli aj na ten trolejbus, zajeli si do města a přišli na jiné myšlenky. Každá z nás byla hospodyňka a tak jsme lítaly do města aj několikrát za den a tak to víte, že to už tady chybí všechno. Aj tak s trolejbusem. Pan ředitel říkal, že dopraváci s tím nesouhlasí, že by se tady neměli kde otočit, že nemají ten menší autobus, který by tady mohli vypravit.

T: No je to určitě dobrá připomínka, nad kterou je potřeba se zamyslet. Snad se to časem zlepší a vymyslí se jiná alternativa. Já bych se teď ještě vrátila k posledním otázkám a ráda

bych se zeptala k těm dětem, i když jsme to už mockrát probírali, jak byste ještě jednou popsala děti během té činnosti.

V22: Já nevím, ale ty, co byly tady, tak byly takové čiperné, aktivní a moc šikovné.

T: A po skončení programu jste si povídala o tom s někým? Nebo třeba říkala jste rodině, že jste měli tento program v domově pro seniory?

V23: No říkali jsme, že jsme měli tady takový program a že děti pekly cukroví. No to víte, vždycky se to promele a rádi na to vzpomínáme, kór když je to s dětma.

T: A teď když o tom mluvíme o tom programu, vyvolává vám to ještě nějaké dobré vzpomínky? Nebo jste spíš k tomu taková neutrální?

V24: Ty vzpomínky jsou velice pěkné, takže že to přijde vždycky vhod, když si na to člověk vzpomene.

T: A co byste řekla, že to pro vás znamenalo, že jste se mohla účastnit toho programu s dětmi?

V25: Tož byly jsme rády, radosti bylo v nás dost, protože zas ty děti jsou něco jiného, jak my. Dospělý člověk a děti je něco jiného.

T: Tak ještě tu mám tři poslední otázky. Chtěla bych se zeptat, když vám řekli, že ten program bude, tak jak jste si ho představovala?

V26: No, my jsme věděli dopředu, jak to bude, že přijdou děti a budou péct cukroví. Tak jsme to věděli dopředu a tak jsme se aj těšili, to víte. Staré kuchařky, hospodyně, kde strčíme nos, všechno jsme si připomněli.

T: A bylo něco, co vám znemožňovalo tu aktivitu? Nějaká překážka?

V27: Ne byla jsem úplně v pohodě, nic mi nepřekáželo.

T: Dobře to je ode mě vše a moc vám děkuji za umožnění rozhovoru.

V28: Já taky, ráda jsem vás slyšela.

Paní Olga, věk 90 let, se účastnila mezigeneračního setkání v ostravském domově pro seniory.

T: Paní Olgo, moc vám děkuji, že jste mi umožnila se vás zeptat na pár otázek. Na začátek bych vás chtěla poprosit, jestli by vám nevadilo, že rozhovor nahraju, abych se na vás mohla

líp soustředit a později si to přepsat. První otázka, co bych se vás zeptala je, jestli jste byla někdy na výtvarném odpoledni s dětma z mateřské školky?

O1: Ano, nevadí. Byla jsem tam.

T: Kdy to tak bylo?

O2: Někdy na jaře, já jsem tam těm děčkám myla ruky.

T: A co jste tam dělali?

O3: Ježda, no já jsem byla raz u toho stolu, raz u toho, tak víc věcí, já už mám devadesát roků, tak si to tak nepamatuju, ale vím, že se dělali sněhuláci.

T: Jaký máte vztah k dětem?

O4: Já dobrý, já jsem měla tři děti a moje děti mají každý tři děti, takže jsem dvanáctkrát prababička a osmkrát jsem byla babička.

T: A proč jste tehdy šla na setkání? Co jste od toho očekávala?

O5: Tak já mám ráda děčka a vím, že jsou tam samé ze školky. Taky svoje děčka jsem vodila do školky, a ještě do jeslí aj.

T: A jak to probíhá to setkání? Zkuste mi to popsat

O6: No, jak bych vám to měla říct. Tak já jsem byla u více stolů a děčka měly ruky zapatlané a posledně jsme něco barvili.

T: A kdo pomáhá komu? Vy dětem nebo oni vám?

O7: Tak já jsem spíš jim, protože oni byli takoví nerozhodní, nevěděli, co mají dělat s tím.

T: A co se vám líbí na těch dětech?

O8: Tak mě se líbí na děčkách všechno a u toho tvoření jsou spontánní a nápadité a jsou hlavně roztomilé.

T: A myslíte si, že to může těm dětem něco přinést?

O9: Tak určitě, už potom jak jsou ve škole, tak už jsou takoví rozhodnější.

T: Máte pocit, že ty děti na vás nějak reagují?

O10: No já si pamatuji, že jak tam jezdívá ta paní na tom vozíku, tak děti jsou z toho překvapené. Poznávají, jak jsou na tom někteří. Někteří jsou k nim dobře, někteří jim hned pomáhají, udělej si to, udělej si to.

T: A těšíte se na to tvoření, když je?

O11: Ano, ano ráda za takovýma děčkama.

T: A chtěla byste to třeba častěji?

O12: No, častěji. Tady to není moc často. No, tak jednou za měsíc to stačí, ale zas co my tu máme jiného dělat. A teď vůbec.

T: A bavila jste se s někým o tom programu? Jestli je to pro něj taky přínosné?

O13: Víte že ani moc ne, třeba já, tady ty lidi. Já znám lidi na poschodí, ale teďka vůbec se nevidíme. Tak já je moc neznám.

T: A rodině jste vykládala o setkání? Jak na to reagovali?

O14: Ale tak byli rádi, když jsem jim to vykládala. Byli rádi, že nesedím tady na pokoji.

T: A chodíte tam kvůli malování nebo spíš kvůli dětem?

O15: Ale tak kvůli dětem. (Pláče)

T: Jak to, že jste taková uplakaná?

O16: Ale tak já nevím, vždycky jsem byla taková, a co se týče dětí..

T: No já to slyším, chybí vám rodina kvůli tomu zákazu?

O17: Já mám tady dceru v Ostravě, akorát kluka mám v Čechách, ale ty holky, ony tady ani moc rády nechodí. My si dáváme sraz na kafe v kavárně.

T: Ježda a já jsem na vás přišla s takovým tématem. To mě mrzí, že vás to tak emočně vyburcovalo.

O18: Ano, ale to nevadí.

T: Tak já už bych to ukončila. Však veškeré věci, co jste si vzpomněla, jste mi řekla, tak vám moc děkuji za rozhovor a mějte se moc pěkně.

