

MASARYKOVA UNIVERZITA

Fakulta sociálních studií



# **ZAPOJENÍ SENIORŮ DO PROGRAMU SENIOR AKADEMIE**

Bakalářská diplomová práce

**Autor: Irena Chudobová**

**Vedoucí práce: PhDr. Kateřina Kubalčíková, Ph.D.**

Brno 2011

## Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem svoji bakalářskou práci vypracovala samostatně a uvedla v ní veškeré prameny a literaturu, ze kterých jsem při jejím zpracování vycházela.

V Brně dne 30. 5. 2011

Irena Chudobová

Poděkování:

Je mi velice milou povinností poděkovat vedoucí mé bakalářské diplomové práce, PhDr. Kateřině Kubalčíkové, Ph.D., za mimořádnou ochotu, trpělivost, podnětné připomínky a především čas, který mi věnovala v průběhu zpracování této práce.

# Obsah

Obsah.....	<b>Chyba! Záložka není definována.</b>
Úvod .....	5
I. TEORETICKÁ ČÁST.....	<b>Chyba! Záložka není definována.</b>
1. Vymezení cílové skupiny .....	<b>Chyba! Záložka není definována.</b>
1. 1. Senioři a stárnutí.....	<b>Chyba! Záložka není definována.</b>
1.1.1. Demografické stárnutí .....	7
1.1.2. Stárnutí biologické .....	7
1.1.3. Stárnutí sociální.....	8
1.1.4. Stárnutí psychické .....	8
1. 2. Potřeby seniorů .....	9
1. 3. Sociální fungování a životní situace .....	10
2. Očekávání a motivace seniorů .....	12
3. 1. Očekávání.....	12
3. 1. Motivace .....	13
3. 2. Teorie motivace .....	14
3. Aktivizace seniorů.....	15
2. 1. Animace .....	15
2. 2. Aktivace.....	<b>1Chyba! Záložka není definována.</b>
2. 3. Aktivizace .....	<b>1Chyba! Záložka není definována.</b>
2.3.1. Program“senior akademie“ jako forma aktivizace .....	18
II. METODOLOGIE .....	19
4. Metoda výzkumu.....	19
4. 1. Cíl výzkumu .....	20
4. 2. Strategie výzkumu .....	20
4. 3. Techniky sběru dat.....	21
5.3.1. Polostandardizovaný rozhovor .....	21
5.3.2. Nezúčastněné pozorování.....	22
4. 4. Operacionalizace otázek.....	22
4. 5. Jednotka zkoumání .....	22
4. 6. Realizace výzkumu .....	23
III. ANALYTICKÁ ČÁST .....	24
5. Analýza dat .....	24
5. 1. Senioři zapojení do programu „senior akademie“, jejich zvládnutí sociálního fungování a životních situací, na které má vliv stárnutí .....	25
5. 2. Důvody zapojení se seniorů do programu „senior akademie“ .....	29
5. 3. Program „senior akademie“ a jeho přínos pro seniory .....	31
ZÁVĚR .....	34
Použitá literatura.....	36
Anotace .....	38
Annotation.....	39
Rejstřík.....	40
Přílohy.....	41

## Úvod

Jelikož pracuji na městské policii Šlapanice, hojně se setkávám se skutečností, že jsou senioři stále více ohrožováni kriminalitou všeho druhu. Naše populace stárne a je naší povinností se postarat o důstojné stáří našich seniorů. Touto prací upozorňuji na problémy seniorů v různých prostředích, jako je především domov, ulice, různá veřejně přístupná místa, obchody, instituce apod. Dále pak na skutečnost, že si senioři málo uvědomují, jak moc jsou ohroženi a které životní situace je mohou ohrozit, a proto nejsou dostatečně chráněni. Chtěla bych upozornit především samosprávu své obce, která si myslí, že represivní složky jsou na ochranu seniorů dostačující a opomíjí prevenci a napomoci tak vyřešení situací, kdy jsou senioři ohrožováni.

Samospráva města Brna si je vědoma toho, jak důležitá je prevence kriminality ve městě a proto zřídila odbor prevence při městské policii Brno, který se stará i o seniory různými programy, jako jsou např. „senior linka bezpečí“, „řetízek“, „centrum tísňového signálu“, nebo „senior akademie“. Snaží se tak cíleně předcházet problémům seniorů v různých životních situacích. Komplexně má seniorům pomáhat především program „senior akademie“, který je zaměřený na zvládání problémů všech oblastí jejich života. Cílem mé práce je tedy zjistit: *Jaká mají senioři očekávání a motivaci k účasti v programu „senior akademie“ městské policie Brno?* Při hledání odpovědí se budu věnovat především otázkám ohledně životních situací a aktivizace seniorů zaměřenou na jejich účast v programu.

Touto svoji práci bych chtěla pomoci samosprávě města Šlapanice v motivaci seniorů k účasti na programu, pokud by se rozhodla obdobný program zavést a napomoci tak seniorům v prevenci proti kriminalitě a v umění řešit nejrůznější životní problémy.

# I. TEORETICKÁ ČÁST

## **1. vymezení cílové skupiny**

Česká populace stárne, avšak úmrtnost je velice nízká a dochází tak k prodlužování lidského života, s čímž souvisí i snaha společnosti o zkvalitnění životních podmínek stárnoucí populace. Jako cílovou skupinu jsem si tedy vybrala seniory, kterých je z demografického hlediska stále více a jejichž zdravotní, psychické a v neposlední řadě i sociální problémy se s postupem moderní doby stále více prohlubují.

### **1. 1. Senioři a stárnutí**

Pavel Mühlpachr definuje stárnutí jako „celoživotní proces, jehož involuční projevy se stávají zřetelnějšími zhruba od přelomu 4. a 5. decennia, a to v závislosti na náročnosti prostředí“ (2004, s. 16). Lidé začnou stárnout, jakmile se narodí a každý stárne jiným způsobem. Haškovcová se zmiňuje o „procesu stárnutí, který je vždy diskontinuitní, což znamená, že v některých obdobích svého života člověk stárne rychleji, v jiných pomaleji.“(2010, s. 20) Proto se můžeme setkat s občany, kteří vypadají staře, i když jsou mladí a naopak. V běžném životě je za starého člověka považován každý, kdo dosáhl důchodového věku. Vzhledem k vzrůstající dlouhověkosti populace bylo rozděleno stáří podle věkového pásma. Haškovcová uvádí věkové pásmo 65-74 let, což jsou „mladí senioři“, věkové pásmo 75-85 let, což jsou staří senioři a věkové pásmo od 85. roku věku výše, což značí velmi staré seniory (2010, s. 20,21) Stárnutí je možné definovat i různými jinými způsoby. Záleží na charakteristických znacích, které se u dotyčného jedince objevují, a není jednoduché určit, zda je již starý, či nikoli. Stárnutí je tedy individuální záležitostí. Podle Stuart – Hamiltona je nejběžnějším měřítkem stárnutí chronologický (kalendářní) věk, který je pouze arbitrární a nepřilíší přesnou mírou. Dále sociální věk, kdy společnost očekává určité chování přisuzované určitému věku a v neposlední řadě biologický a psychologický věk (1999, s. 19-21).

### **1. 1. 1. demografické stárnutí**

Demografické stárnutí, nebo též stárnutí populace, je vlastně postupný přechod od populace progresivní (rostoucí), kde převládá počet mladých a narozených, k populaci regresivní (ubývající), která se vyznačuje větší úmrtností, nežli porodností.

Dlouhověkost a s tím spojené stárnutí populace se stává velmi diskutovanou otázkou ve všech vyspělých zemích i ve 21. století. Porodnost klesá, tím pádem klesá počet dětí a mladých produktivních lidí, avšak úmrtnost ve středním věku také klesá a stále více lidí se dožívá vysokého věku. Dlouhodobý charakter tohoto populačního vývoje ukazuje neustále se zvyšující počet a podíl seniorů v populaci. Studie „POPULAČNÍ VÝVOJ ČESKÉ REPUBLIKY 2001-2006“ Univerzity Karlovy v Praze ukazuje, že podíl osob starších 60 let se od roku 1991 zvýšil a jejich počet přesáhl 2,1 mil. osob. Po roce 2000 se stárnutí projevilo vyšším počtem osob ve věku 60-64 let, zatímco počet osob ve věku 65-69 klesal nebo stagnoval. Od roku 2001 se snižovalo zastoupení osob ve věku 70-79, zatímco zastoupení osob starších 80 let zvolna vzrůstalo. Oproti roku 1991 byl každý šestý z populace seniorů starší 80 let a téměř třetina seniorů byla starších 75 let. Podle pohlaví je složení seniorské populace velice problematické, neboť úmrtnost mužů převyšuje úmrtnost žen. Počet žen v této populaci je tedy vyšší než počet mužů (2007, s. 16).

### **1. 1. 2. biologické stárnutí**

Biologické stárnutí znamená pro každého jedince možnost poznamenání funkčními omezeními v důsledku zpomalujících se funkcí těla. Dosavadní průzkumy nám ukazují, že na stárnutí a především na zdravotní stav ve stáří má velký vliv především životní styl jedince a jeho životospráva. S biologickým stárnutím souvisí i biologický věk, který podle Stuart-Hamiltona „poukazuje na objektivní stav fyzického vývoje či degenerace“ (1999, s. 22). Tělo fyzicky stárne již od narození, avšak v pozdějším věku je reprodukce buněk stále menší, kůže se svrašťuje a pigmentuje, chloupky a vlasy šedivějí a řídnou, postupně se ztrácí sluch i zrak, ochabuje svalstvo, oslabuje imunitní systém, mění se metabolismus a působí na nás jiné, více či méně závažné nemoci a zdravotní potíže. Dochází k postupnému ohýbání těla a zakulacení

zad (říká se, že staří lidé „rostou do země“). Biologické změny jsou u každého člověka nejvíce patrné ve tváři, v gestech a v chůzi.

### **1. 1. 3 sociální stárnutí**

Sociální stárnutí je spojováno především s obdobím odchodu do důchodu, kdy dochází ke ztrátě nebo změně sociálních kontaktů vytvořených během života, ať už pracovních, či soukromých. Lidé v důchodu jsou nuceni přeorganizovat svoje návyky, hledat nové přátele, přizpůsobovat se novým okolnostem, mnohdy měnit bydlení a změnit svůj dosavadní život.

Každý člověk je v podstatě společenský tvor a potřebuje blízkost jiných lidí a sociální kontakty. S postupujícím stářím však tyto sociální kontakty ubývají, buď z důvodu smrti blízké osoby, nebo z důvodu fyzické neschopnosti své známe jakkoli kontaktovat.

Peter Gruss však upozorňuje, že toto stárnutí populace je také spjato s problémy týkajícími se pojišťovacích systémů, penzí, zdravotního a sociálního pojištění, protože výdělečně činných lidí je stále méně a společnost stárne (2009, s. 7).

### **1. 1. 4. psychické stárnutí**

V průběhu stárnutí člověka se mění lidská osobnost a její charakterové rysy. Stuart-Hamilton např. uvádí, že starší lidé jsou „spíše poněkud lhostejnější k okolnímu světu“. Tato lhostejnost se však může proměnit v klid a vyrovnanost nebo naopak v apatii a strnulost (1999, s. 150-152).

Stáří je obecně hodnoceno jako moudré, avšak méně důvtipné a bystré. Moderní doba ukázala, že toto hodnocení je závislé na mnoha sociálních a zdravotních aspektech. Senioři, kteří se mohou aktivně účastnit společenského života, jsou obklopeni rodinou, stále pracují, vzdělávají se apod., jsou psychicky odolnější a ve větší pohodě, než osamocení nebo fyzicky nesoběstační senioři, kteří se uzavřeli sami do sebe, nechtějí do svého světa nikoho vpustit, nebo jsou odkázáni na příbuzné a blízké osoby. Pichaud a Thareauová ve své knize uvádějí, že i senioři se potřebují nějak realizovat a mají potřebu mít nějakou činnost.(1998)

Senioři, které budu při svém výzkumu oslovovat, jsou specifickou skupinou, která má zájem a potřebu se neustále vzdělávat, rozvíjet svůj společenský život a starat se o svoji bezpečnost.



## 1. 2. potřeby seniorů

Potřeby člověka vznikají již s narozením. V průběhu životního cyklu člověka se neustále mění v závislosti na různých sociálních, zdravotních a psychických faktorech.

Podle Hartlové je potřeba „nutnost organismu něco získat nebo něčeho se zbavit“. Je to „porušení vnitřní rovnováhy“ organismu. Avšak nepřítomnost nebo uspokojení potřeby navozuje vnitřní rovnováhu organismu. Potřeby jsou pro člověka životně důležité a jejich neuspokojování může negativně ovlivnit jeho „zdraví a pocit dobré pohody“. (2000, s. 444)

Národní asociace sociálních pracovníků vydala v roce 1995 slovník sociální práce, ve kterém rozděluje základní lidské potřeby na ty, které zahrnují „**tělesné aspekty** (jídlo, přístřeší, bezpečí, zdravotní péče a ochrana), **osobní naplnění** (vzdělání, odpočinek, hodnoty, estetika, náboženství, dosažení úspěchu), **emocionální potřeby** (pocit sounáležitosti, vzájemná péče, společenství) a **adekvátní sebepojetí** (sebedůvěra, sebeúcta a osobní identita).(Navrátil, 2001, s. 13).

Jiné rozdělení nám předkládá Geist v sociologickém slovníku. Potřeby rozděluje na **primární**, které se vztahují k zajištění holé existence člověka (hlad, spánek, přístřeší, vyměšování apod.) a **sekundární**, které spíše souvisejí s lidskými hodnotami a jsou naučené a získané socializačním procesem. (1992, s. 289)

Madsen ve své knize „Moderní teorie motivace“ zdůrazňuje mimo jiné **koncept potřeby** zahrnující skutečné, biologické potřeby a tzv. „quasipotřeby (rozhodování, očekávání apod.), kterou vypracoval významný psycholog Kurt Lewin, dále pak Murrayovu teorii potřeb zahrnující jak dispozice (osobnostní faktory), tak i funkce (stavy nebo procesy) a v neposlední řadě Maslowovu hierarchii potřeb.(1979, s. 86-88)

Lidské potřeby seřadil Maslow hierarchicky podle důležitosti od těch nejdůležitějších až po nejméně důležité 1-5:

1. **Fyziologické potřeby**: primární potřeby lidského těla (hlad, žízeň, pohyb, oblečení, teplo, světlo, prostor,...). Nejsou-li tyto potřeby uspokojeny, pak dominují a žádné další potřeby člověka nemotivují. Jakmile jsou fyzické potřeby uspokojeny, nastupuje další (vyšší) úroveň.

2. **Potřeba bezpečí:** jistota, stabilita, spolehlivost, osvobození od strachu, potřeba pořádku, zákona, ochrany apod.

3. **Společenské potřeby:** tyto potřeby se vztahují k společenské povaze lidí a jejich potřebě sdružování a touze po přátelství, lásce, kontaktu, společenském uplatnění, náklonnosti a potřebě někam patřit. Neuspokojení této úrovně potřeb může ovlivnit duševní zdraví jedince.

4. **Potřeba uznání:** dosažení úspěchu, respektu (vážnosti, úcty, ohledu), veřejného uznání, dobrého výkonu. Uspokojení těchto potřeb vede k pocitu sebedůvěry a prestiže.

5. **Potřeba seberealizace:** žádost po sebenaplnění, plně realizovat svůj talent a schopnosti, být v každé své životní roli zdatný a úspěšný (potřeba vědění, porozumění, růstu, estetické potřeby, motivace k vyšším cílům apod.).

V souvislosti s potřebami seberealizace užívá Maslow označení „*potřeby růstu*“ a v souvislosti s ostatními potřebami (fyziologické, bezpečí, společenské, uznání) užívá označení „*nedostatkové potřeby*“ (Madsen:1979, s. 293-297).

Vzhledem ke skutečnosti, že se potřeby během života mění, některé přibývají a jiné zanikají (jsou uspokojovány) a vzhledem k mým zkušenostem, které jsem získala kontaktem se seniory ve své rodině i mimo ni, nabyla jsem přesvědčení, že senioři mají spíše potřeby nedostatkové a potřeby růstu postupem času buď ustupují, nebo úplně vymizí.

### **1. 3. sociální fungování a životní situace**

Pojem sociálního fungování vymezila Bartlettová „*jako interakce, které probíhají mezi požadavky prostředí a lidmi.*“ „*Jádrem konceptu sociálního fungování je představa, že lidé a prostředí jsou v permanentní interakci, přičemž prostředí klade na člověka určité požadavky a člověk je nucen na ně reagovat.*“ (in Navrátil:2001, s. 12) Jedná se především o schopnost člověka reagovat na problémy a situace vzniklé vlivem sociálního prostředí, nebo nedostatkem vlastních dovedností. Příkladem může být dnes velice častá aktivní účast seniorů na trhu práce a s tím spojená jejich schopnost vzdělávat se, učit se něčemu novému.

Podle Longrese je sociální fungování „*schopnost jednotlivce zvládat rolová očekávání přidružená k jeho konkrétní roli a statusu.*“ (in Navrátil:2001, s. 13) Jsou to především role

přisuzovaná člověku během života (role dítěte, rodiče, partnera, souseda, přítele, občana, příslušníka etnické skupiny, zaměstnance apod.) Některé z rolí mohou zůstat jedinci až do smrti (např. přítel, rodič, soused, občan), jiné zanikají v souvislosti s životním cyklem (např. dítě, partner, zaměstnanec). Ztráta některých rolí nejvíce postihuje právě seniory, kteří odchodem do důchodu ztrácejí roli zaměstnance a ty, kteří díky úmrtí v rodině, nebo ve svém okolí přicházejí o partnery, rodiče, přátele.

U seniorů je sociální fungování velice důležitým aspektem jejich životních situací. Je však třeba si uvědomit, že příčinou jejich špatného sociálního fungování nejsou pouze oni sami, ale samozřejmě i požadavky a tlaky okolí, na ně kladené.

Pojem životní situace označuje individuální nastavení překážek a předpokladů sociálního fungování člověka. Tento pojem si každý člověk spojuje s celým svým životem, který je protkán nepřeborným množstvím různých životních situací. Za významné životní situace můžeme pokládat např. svatbu, narození dítěte, absolvování školy, nástup do zaměstnání, rozvod, ztrátu zaměstnání, úmrtí někoho z rodiny nebo blízkých, odchod do důchodu apod. Životní situace prožívá a zvládá každý jedinec individuálně.

Podle Navrátila může být zvládání životní situace a překonání překážky nebo problému ovlivněno vnitřním stavem osobnosti nebo psychiky, postavením ve společnosti (nerovné společenské podmínky), individuálním omezením, které klientovi brání v uspokojování jeho potřeb a nedostačující schopností institucí reagovat na potřeby prostřednictvím poradenství, poskytováním informací a dalších služeb.(2001, s. 15,16)

Musil vysvětluje životní situaci jako „komplex různorodých okolností“, které způsobují, že se tato situace stává specifickou. *„Jedincům může ve zvládání životních situací bránit jejich špatný zdravotní stav nebo psychický stav, neobvyklá životní orientace a styl života, nedůvěra v instituci rodiny, raná nebo pozdní fáze životního cyklu, nízká kvalifikace, špatná finanční situace a mnohé další okolnosti. Překážkou zvládání životní situace celou sociální skupinou mohou být třeba její nestandardní zvyky, těžko dosažitelné zájmy a cíle, nedůvěra členů skupiny k některým institucím společnosti, chabá vnitřní organizace skupiny, omezená schopnost jejích členů vyjednávat a další.“*(Musil:2004, s. 15,16)

V sociální práci je pojem životní situace spojován s přítomností nějaké překážky nebo problému, s následnou potřebou intervence. Tuto intervenci pomáhá zabezpečit „zákon o sociálních službách“<sup>1</sup>,

Životní situace je pro každého člověka specifická. Pokud bychom se zaměřili na skupinu, v tomto případě na seniory, najdeme společné indikátory, které můžeme charakterizovat jako životní situaci. Některými z indikátorů jsou např. zdravotní stav, formy rodinného soužití, odchod do důchodu, dostatek volného času, kvalita života.

### **DVO č. 1: Jak ovlivňuje stárnutí sociální fungování a zvládání životních situací seniorů zapojených do programu „senior akademie“**

## **2. očekávání a motivace seniorů**

Očekávání (anticipace) provází člověka po celý život a je jednou z lidských emocí (duševní stav), která se objevuje, když se člověk ocitne v novém prostředí, před neznámou situací nebo úkolem apod. Motivaci můžeme přirovnat k „motoru“ života, který žene člověka dopředu. Motivace je důležitá pro jedince všech věkových kategorií, avšak senioři bývají ztrátou motivace postihnuti nejčastěji.

### **3. 1. očekávání**

Je spojeno s určitými fyziologickými změnami, jejichž smyslem je připravit člověka na orientaci v neznámém a zjišťovací aktivity. Očekávání můžeme cítit jako negativní a pak ho označujeme jako starost, nebo pozitivní a pak je označováno jako naděje.

Pojem „očekávání“ rozvádí a popisuje Velký sociologický slovník pod dalšími pojmy, jako jsou aspirace, očekávání racionální (expektace), naděje, norma.

---

<sup>1</sup> §3 Zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb.

který nepříznivou sociální situaci definuje jako „oslabení nebo ztráta schopnosti z důvodu věku, nepříznivého zdravotního stavu, pro krizovou sociální situaci, životní návyky a způsob života vedoucí ke konfliktu se společností, sociálně znevýhodňující prostředí, ohrožení práv a zájmů trestnou činností jiné fyzické osoby nebo z jiných závažných důvodů řešit vzniklou situaci tak, aby toto řešení podporovalo sociální začlenění a ochranu před sociálním vyloučením.“

Aspirace je hovorový termín, který se objevuje v řadě jazyků, jehož nepřesným českým synonymem je „tužba“ a který v sociologii vyjadřuje specifickou formu orientace subjektu citově vázaného k dosažení určitého objektu, k uskutečnění určité sociální změny nebo přeměny. Ze sociálně psychologického hlediska jde o problematiku aspirační úrovně, která vychází z rozlišení mezi úrovní výkonu, úspěšnosti a očekávání, tedy vlastní úrovní aspirace, která je dána tím, co by jednajíc ve svém jednání chtěl dosáhnout. (1996, s. 109)

Expektace se v sociologické terminologii je očekávání spjato především s pojmem sociální role, která je chápána jako očekávaný způsob chování nebo jednání, určující sociální status nebo pozici. Expektace úzce souvisí s uspořádáním sociálního světa. Člověk se během života učí společenskému významu různých gest, aktů, symbolů, předmětů a pouze když se tyto významy naučí a osvojí si je, mohou vznikat v sociální interakci vzájemná očekávání, která činí svět předvídatelným a udávají mu řád. Vzájemná očekávání jsou v sociální interakci potvrzována nebo nepotvrzována, fixována a naopak postupně vytlačována a nahrazována jinými. (1996, s. 296)

Naději chápeme z psychologického hlediska jako pocit očekávání něčeho pozitivního. Tento pocit bývá založen spíše na víře, může však být podložen i rozumově. Naděje pomáhá k naplňování aspirací jednotlivců i skupin a aktivuje jejich počínání. (1996, s. 667)

Norma je pojem, který je používán ve třech významech: 1. označuje to, co je normální, obvykle se vyskytuje, je zjistitelné a čtené 2. ve smyslu sociokulturního regulativu, který působí na členy a ovlivňuje chování určité skupiny jednotně 3. jako obecné závazné pravidlo, které musí jednajíc respektovat. (1996, s. 692)

### **3. 2. motivace**

Podle Klevetové je motivace „*hybnou pákou lidského chování, která nás nutí uspokojovat své vlastní potřeby*“, kdy „*potřeby člověka souvisí nejenom s biologií organismu, ale také s jeho sociální a pracovní existencí ve společnosti, kde žije.*“ „*Podkladem motivace je úsilí organismu dosáhnout rovnováhy mezi sebou a prostředím takovými činnostmi, které vedou k vlastnímu uspokojení a soběstačnosti.*“ (2008, s. 15)

James Drever popisuje motivaci jako: „*termín, obecně užívaný k označení fenoménů, týkajících se činnosti pobídek a pudů*“ a zároveň popisuje motiv jako: „*snahový činitel, svou činností determinující zaměřenost individuálního chování k nějakému cíli, vědomě pojatému nebo nevědomému*“ a slovo motivovat jako: „*poskytovat pohnutku, působit jako pohnutka*“. (in Madsen:1972, s. 53)

Všeobecnou definici poskytuje i P.T.Young, který uvádí, že „*motivace je proces, aktivace čili zahájení chování, udržování aktivity v jejím běhu, zaměřování této aktivity daným směrem*.“ (in Madsen:1972, s. 53)

Jsou to naše vnitřní potřeby, které nás nutí jít dopředu, vytvářet si cíle a přemýšlet o každém kroku, který uděláme k dosažení stanoveného cíle. Je to schopnost sám sebe přesvědčit, že uspokojování svých potřeb vlastní silou je velice důležité. Cokoli člověk dělá, vychází z jeho potřeb, má nějaký důvod nebo motiv a nikdo jiný než on sám tyto potřeby nemůže uspokojit. Je proto třeba dát jedinci dostatek prostoru pro jeho vlastní seberealizaci při uspokojování těchto potřeb, povzbuzovat ho ke správnému postoji, ubezpečovat ho, že vytyčený cíl zvládne a že věříme v jeho schopnosti.

Je velice důležité stanovovat reálné cíle, povzbuzovat a chválit zvláště ty seniory, u kterých se objevují kognitivní deficity, jsou pasivní, nebo mají sklony k depresím. (Klevetová:2008)

### **3. 3. teorie motivace**

Na uspokojování potřeb jsou založeny teorie motivace různých známých psychologů.

Jedním z nejdůležitějších psychologů byl S.Freud, jehož teorie motivace spočívala v přesvědčení, že „*motivační silou jsou pudy, nikoli vnější podněty*.“ (in Madsen:1979, s. 85)

Dalším významným psychologem byl K.Lewin, jehož teorie se zmiňuje o „*determinujících tendencích*“, vztahujícím se k „*dynamickým proměnným, které společně s řídicími proměnnými, asociacemi, determinují kognitivní procesy a chování*“ (in Madsen:1979, s. 86)

Murrayova teorie považuje za „*nejdůležitější osobnostní faktory*“, přičemž tyto zahrnují jak „*trvalé osobnostní faktory, tak i stavy nebo procesy*“. (in Madsen:1979, s. 87,88)

Maslowovou nejdůležitější hypotézou v teorii motivace je „*hypotéza potřeb*“, podle níž jsou lidé motivováni snahou po uspokojení základních potřeb, při čemž k uspokojování potřeb

dochází postupně od nejnižší po vyšší. Podle Maslowa „*uspokojená potřeba nemotivuje*“. „*Jenom potřeby, které jsou neuspokojeny, jsou motivačními silami.*“ Pokud tedy je nižší potřeba uspokojena, může se objevit potřeba vyšší a určovat tak chování jedince. Člověk je tedy postupně motivován k uspokojování všech základních potřeb od nejnižší po vyšší. (in Madsen:1979, s. 297)

Můžeme si tedy říci, že motivace byla zkoumána a rozpracována v mnoha psychologických teoriích. Výsledkem těchto teorií je poznání, co člověka vede k provozování různých činností, navazování vztahů, sebevzdělávání apod.

## **DVO č. 2: Jaká očekávání a prvky motivace vedly seniory k zapojení do programu „senior akademie“?**

### **3. aktivizace seniorů**

Aktivizace je velice důležitou činností pro správné sociální fungování a udržení kvality života seniorů. Předsudkem společnosti je, že s odchodem do důchodu přestává senior žít. Avšak pomocí animace, aktivace a aktivizace mohou žít senioři i ve stáří krásný a plnohodnotný život.

#### **2. 1. animace**

Původní význam slova je odvozený z latinského výrazu „anima“, neboli duše. Slovo animace tedy v doslovném překladu znamená oduševňování, kde podle biblického pojetí chápeme slovo „duše“ jako ekvivalent slova „život“. Animace je tedy souhrn zvláštních nedirektivních metod, které působí na jedince nebo skupiny lidí a pomáhají jim tak prožít tvořivý život.

Animace jako souhrn metod sociální práce umožňuje jedincům rozvíjet seberealizaci a sebe prezentaci ve skupině a dále pak umožňuje sociální participaci v různých oblastech života. Sociální animace poskytuje účastníkům prostor k prožití zkušeností, při nichž dosáhnou vyšší úrovně seberealizace a sebevyjádření a zažijí pocit skupinové sounáležitosti. (Pichaud:1998)

Definici animace zveřejnila také Rada pro kulturní spolupráci při Radě Evropy ve Štrasburku v r. 1973. Podle této definice se jako animace chápe každá aktivita, která jednotlivým účastníkům pomáhá:

- a) více si uvědomovat situace, potřeby a nadání,
- b) komunikovat s druhými a aktivně se účastnit na životě společnosti,
- c) přizpůsobit se na současné i blížící se změně společenského, městského a technického prostředí,
- d) prohloubit vlastní osobní kulturu, což v sobě zahrnuje: intelektuální schopnosti, výrazové a kreativní síly, fyzické schopnosti atd.

Animace je součástí každodenního života a podstatou každodenních činností. Animovat lze úkony, slova a události všedního života. Jde o vlastně o to, zamýšlet se nad tím, co děláme a říkáme a pokoušet se odstraňovat neosobní prvky chování a vyjadřování, aby se každodenní činnosti staly živými a oduševněnými.

## **2. 2. Aktivace**

Pojem „aktivace“ je odvozen z latinského slova „actio“ které vyjadřuje jednání, konání, činnost. Je to *„proces, který iniciuje různý stupeň intenzity způsobu a rozsahu jednání nebo chování.“* (Geist:2000 ,s. 17)

Hartlová popisuje aktivaci jako *„uvedení v činnost, přechod do činného stavu“.* (2000, s. 27)

Jedná se o působení vnějších podnětů na jedince s cílem vyvolat nějaké konání, jednání či činnost, tedy aktivaci potenciálu člověka. Aktivace je nedílnou součástí aktivizace. Dalo by se říci, že je prvním krokem k vytváření aktivizačních programů. V kontextu sociální práce můžeme říci, že správná aktivace potenciálu člověka napomáhá lepšímu sociálnímu fungování, odstranění nepříznivé životní situace a zlepšení života každého jedince. K dosažení tohoto cíle jsou poskytovány nejrůznější aktivační služby pro seniory, pro lidi se speciálními potřebami apod. (zdravotní a relaxační cvičení, canisterapie, individuální akční plány aj.)

## **2. 3. Aktivizace**

Aktivizace je jedním z prostředků, který přispívá k tělesné a duševní harmonii a tím zlepšuje kvalitu života ve stáří. Vychází z ergoterapie (léčba prací) a pojí se s naplněním volného času. Hartlová tento pojem definuje jako *„šířejí nespécifické označení úrovně aktivity, činnosti,*



*vybuzenosti, založené na smyslové, žlázoové, hormonální a svalové připravenosti k činnosti.“* (2000, s. 27) Starý člověk by neměl být nijak diskriminován, neměl by být vylučován ze společnosti, měl by být šťastný, spokojený, klidný a vést aktivní život. Aktivizace seniorů by se proto měla týkat všech oblastí jejich života, fyzické, psychické i sociální. Nečinnost má na lidský organizmus velice špatný vliv a je patogenní. Lidé a jejich potřeby jsou individuální, a s touto myšlenkou je třeba k nim také přistupovat. Při výběru aktivizace je třeba vycházet především z přání a možností každého člověka. On sám musí chtít, umět a moci činnosti provádět, proto je velice důležité ho správně motivovat, vytvářet s ním krátkodobé i dlouhodobější cíle, pomáhat mu prožít radost, pěstovat sebeúctu apod.

Pokud je však aktivizace prováděna silou nebo nadměrně, může v krajních případech docházet i k týrání jedinců. V praxi se většinou setkáváme s opačnými případy (především v ústavech), kdy jsou jedinci zanedbáváni po stránce fyzické, psychické i sociální. Nejsou jim dávány podněty k aktivitě, nikdo si jich nevšímá, neprojeví empatie, nepohladí, dává se jim najevo, že obtěžují, sráží se jim sebeúcta apod. (Langmeier:1998)

Naléhavá se jeví aktivizace seniorů. Vlivem stárnutí se dostávají do situací, kdy mají různé poruchy hybnosti, deprese, upadají do apatie a izolovanosti od okolí, ztrácí zájmy a smysl života, apod. Proto je třeba jim pomáhat nalézt takové požitky, které jim navodí spokojenost, radost a pomohou překonat prázdnotu.

Rozdělení a metody aktivizace ve stáří:

- Pomoc při nalézání smyslu života a motivace k dalšímu úsilí
- Posílení identity, důstojnosti a sebeúcty
- Využití aktivizačních a kompenzačních pomůcek
- Posílení pocitu sounáležitosti, opory, jistoty proti opuštěnosti
- Umožnění prožitku úspěchu a pocitu „že to jde“
- Posílení rozvoje somatické stránky
- Kognitivní aktivizace – např. trénování řeči u jedinců po mozkové mrtvici
- Petterapie – využívání zvířat k psychickému působení na seniory např. canisterapie
- Ergoterapie – léčba prací
- Zájmové kroužky

- Poznávací výlety a různá kulturní vystoupení
- Programy pro seniory – zábavné i naučné - seniorolympiády, senior akademie

Aktivizace je důležitá pro všechny seniory. Ale po 80. roce věku je nutné jim činnosti neustále nabízet, motivovat je, vštěpovat jim myšlenku důležitosti jejich práce pro ostatní, nikoliv jen pro ně. Oni sami většinou necítí potřebu vykonat něco pro sebe, ale pokud to mají vykonat pro někoho z rodiny nebo pro přátele, může je to více motivovat.

Čím je tedy pro seniory aktivizace přínosná? Především upevněním pozice ve společnosti a schopnosti vyjádřit svůj názor, navrácením sebeúcty, posílením soběstačnosti a bezpečnosti. Dává jim možnost překonat pocit odložení, strach ze ztráty rodiny, blízkých a přátel a zapomenout na bolest a útrapy. Avšak je třeba mít neustále na paměti, že starému člověku máme pomáhat, nikoli vykonávat činnosti za něho.

### **2. 3. 1. Program „senior akademie“ jako forma aktivizace**

Dnešní doba nese příliš mnoho úskalí a nebezpečí, které senioři těžce překonávají, je tedy potřeba podporovat jejich aktivitu a informovanost, které jsou nedílnou součástí bezpečného stárnutí. Kromě trestné činnosti <sup>2</sup> se stávají senioři i oběťmi nemravného a neetického jednání, zneužívajícího jejich handicapů. Právě z těchto důvodů, se rozhodla městská policie Brno umožnit seniorům vzdělávání na posílení svojí ochrany a bezpečnosti a vytvořila studijní program „senior akademie“, jako formu celoživotního vzdělávání (obdobu univerzity třetího věku) pro seniory. Dle mého názoru lze právě program „senior akademie“ zahrnout do výčtu aktivizací, které jsem uvedla výše. Tento se zaměřuje především na aktivizaci sociální a psychickou a z toho vyplývající posílení bezpečnosti seniorů. Je určen všem seniorům z měst a obcí v Jihomoravském kraji, především však z Brna. Zúčastňují se ho muži i ženy od 55 až do 85 let, kteří mají čas a chuť se vzdělávat a nemusí být ani v důchodu. Předměty studia jsou orientovány na témata kriminálních, pořádkových, dopravních nebo požárních rizik, ochrany spotřebitele, pacienta a nájemníka a s uplatněním práv v penzích a léčebnách. Dále jsou senioři vzděláváni v oblasti psychologie vztahů, psychologie obětí a

<sup>2</sup> Podle informací městské policie Brno, evidovala Policie České republiky 6 433 trestných činů, spáchaných na osobách starších 60 let. To znamená, že se každý den stane téměř 18 seniorů obětí, z toho 1 162 krádeží a podvodů.

trénování paměti a v mnoha dalších souvisejících oborech.

Je možné navštěvovat také volitelné kurzy nácviku první pomoci, sebeobranu a počítačové gramotnosti. Městská policie také pořádá poznávací exkurze, kde se seznamují s úkoly a fungováním operačních středisek Integrovaného záchranného systému, přípravou a výcvikem strážníků městské policie a hasičů HZS Jmk.

Intenzivní studium je rozděleno na Základní studijní program a Pokročilý studijní program. Studium v obou programech trvá 6 měsíců a podílí se na něm lektoři různých státních a specializovaných institucí. Přednášky probíhají v sídle Kanceláře veřejného ochránce práv, praktické kurzy a poznávací exkurze pak na příslušných pracovištích angažovaných institucí. Na intenzivní studium navazují absolventské studijní programy, jako je např. letní branně vzdělávací seminář pro absolventy; diskusní klubové večery pro absolventy; členství v klubové knihovně bezpečí a možnost odebírat Absolventský zpravodaj. „Senior akademie“ také nabízí i volné osvětové programy, které jsou určeny pro různé jiné organizace, sdružení, kluby a domovy seniorů apod.

Tento vzdělávací program má tedy široký okruh aktivit, které teoreticky i prakticky podporují seniory v jejich sociálním fungování a v překonávání nepříznivých životních situací formou aktivizace

### **DVO č. 3: V čem vidí senioři přínos v zapojení se do programu?**

## **II. METODOLOGIE**

### **4. metoda výzkumu**

V této části své práce se zaměřím na stanovení cíle výzkumu a popis strategie výzkumu. Přiblížím techniky sběru dat a výběr vhodné techniky pro můj výzkum. Pokusím se vhodně operacionalizovat dílčí výzkumné otázky, které jsem zformulovala v teoretické části, popíši a přiblížím jednotku výzkumu a v neposlední řadě se budu zabývat realizací výzkumu.

#### **4. 1. cíl výzkumu**

Cílem mého výzkumu je nalézt odpověď na hlavní výzkumnou otázku: *Jaká mají senioři očekávání a motivaci k účasti v programu „senior akademie“ městské policie Brno?*, při jejímž hledání mi pomohou tři dílčí výzkumné otázky zformulované v teoretické části mé práce:

- *Jak ovlivňuje stárnutí sociální fungování a zvládání životních situací seniorů zapojených do programu „senior akademie“?*
- *Jaká očekávání a prvky motivace vedly seniory k zapojení do programu „senior akademie“?*
- *V čem vidí senioři přínos v zapojení se do programu?*

Poznávacím cílem výzkumu je zjistit, jaká očekávání a motivace vedly seniory k tomu, aby se přihlásili do programu „senior akademie“ městské policie Brno a potažmo, zda se tato jejich očekávání naplnila.

Symbolickým cílem výzkumu je nutnost upozornit na problémy seniorů v prostředí domova i ve společnosti a na možnost zabezpečení jejich vlastní ochrany přijímáním různých informací a rad poskytovaných v programu městské policie Brno.

Aplikačním cílem je poskytnutí získaných informací samosprávě města Šlapanice aby mohla motivovat seniory svého města k účasti na programu, pokud by se rozhodla obdobný program zavést a napomoci tak seniorům v prevenci proti kriminalitě a v umění řešit nejrůznější životní problémy.

#### **4. 2. strategie výzkumu**

Pro svůj výzkum jsem si zvolila kvalitativní strategii, protože tento výzkum se zaměřuje na subjektivní popis a interpretaci zkoumaného problému. Je zde interpretována sociální realita, která by zvolením jiné strategie výzkumu nebyla dostatečně validní.

Strauss a Corbinová uvádějí, že pro některé oblasti výzkumu je kvalitativní metoda vhodnější a pomáhá získat detailní informace o zkoumaném jevu, protože výzkum se většinou týká *„životů lidí, příběhů, chování, ale také chodu organizací, společenských hnutí nebo vzájemných vztahů“* (1999, s. 10-11).

Podle Hendla „kvalitativní výzkum zahrnuje popis a interpretaci sociálních nebo individuálních lidských problémů a jeho podstatou je vytvoření komplexního, holistického obrazu o zkoumaném problému“ (1997, s. 12).

Také Disman uvádí, že „kvalitativní výzkum je nenumerické šetření a interpretace sociální reality“. (2005)

V podstatě se všichni autoři shodují na faktu, že při rozhovorech jde o zjištění co největšího objemu informací při malém počtu dotazovaných. Proto nelze výsledky výzkumu zevšeobecnit na celou populaci.

Přestože kvalitativní výzkum většinou zahrnuje omezenou skupinu respondentů, jsou poznatky z tohoto výzkumu vysoce validní. Nesmírně cenný je pro výzkumníka fakt, že může otázky „modifikovat nebo doplňovat v průběhu výzkumu, během sběru a analýzy dat.“ Proto je kvalitativní výzkum považován za „pružný typ výzkumu“ (Hendl:2005, s. 50).

#### **4. 3. techniky sběru dat**

Podle Hendla patří mezi nejčastěji používané techniky sběru informací pozorování, dotazování a analýza dokumentů (1997). Ve svém výzkumu jsem ke sběru dat použila polostandardizovaných rozhovorů a nezúčastněného pozorování.

##### **4.3.1. polostandardizovaný rozhovor**

Polostandardizované rozhovory jsou mojí hlavní použitou technikou sběru dat. Tyto rozhovory jsem prováděla se seniory, kteří absolvovali program „senior akademie“ městské policie Brno.

Tato technika zahrnuje přípravu struktury rozhovoru, která je pro tazatele podkladem pro vedení rozhovoru. Tuto strukturu rozhovoru tvoří přesně formulované otázky, jejichž pořadí je neměnné. Tím je zajištěno, že každý respondent odpovídá ve stejném pořadí a tazatel se ho ptá stejnými slovy. Volba otevřených otázek dává respondentům možnost odpovídat volně, svými slovy a ve velké šíři (co se obsahu týče), aniž by je tazatel jakkoli ovlivňoval (Žižlavský, 2007). Technika rozhovoru, kterou jsem pro svoje šetření vybrala, mi umožňovala pružně reagovat na odpovědi respondentů a případně doplňovat rozhovor o další otázky,

kteří vyplynuly v průběhu rozhovoru. Rozhovory byly prováděny se souhlasem klientů, zcela dobrovolně a anonymně.

#### **4.3.2. nezúčastněné pozorování**

Nezúčastněné pozorování je podle Žižlavského situace, kdy pozorovatel sleduje určité události, akce a způsoby chování a jednání respondentů zvnějšku. Neúčastní se pozorovaného jevu, nevstupuje do něj, ani do něho nezasahuje (2007). Díky tomuto přístupu můžeme zjistit, co se skutečně děje, aniž bychom byli s respondenty v interakci a nebyli ovlivněni citovou angažovaností (Hendl, 1997). Techniku nezúčastněného pozorování jsem použila na třech akcích v rámci programu „senior akademie“, kdy jsem pozorovala chování a jednání účastníků, jejich vztahy s ostatními účastníky, jejich zájem a angažovanost na akcích.

#### **4. 4. operacionalizace otázek**

Podle Velkého sociologického slovníku je operacionalizace „převod výzkumného problému do empiricky šetřitelné podoby, v užším pojetí proces transformace pojmů do podoby empirických indikátorů – znaků“ (1996, s. 717), kdy indikátorem je něco pozorovatelného, o čem se mluví nebo píše v dokumentech. Tyto indikátory vždy souvisejí s teoretickým konceptem.

Z teoretického konceptu své práce jsem zformulovala tři dílčí výzkumné otázky, které jsem se operacionalizací snažila převést do šetřitelné podoby (viz příloha č. 1). Operacionalizace mi tedy pomohla zformulovat otázky, které jsou součástí rozhovoru. V případě polostandardizovaného rozhovoru jsem se v operacionalizaci zaměřila na otázky rodinného života, bezpečí a absolvování „senior akademie“ respondentů. Cílem tohoto rozhovoru bylo získání názorů, dojmů a zkušeností k danému tématu. Při nezúčastněném pozorování jsem se zaměřila na pozorování jednání a chování respondentů v průběhu akcí pořádaných v rámci programu „senior akademie“.

#### **4. 5. jednotka zkoumání**

Jednotkou zkoumání, tj. sociálním jevem nebo objektem, který je zkoumán nebo empiricky šetřen, jsou senioři, kteří se zúčastnili programu „senior akademie“ městské policie Brno. Jednotkou dotazování jsou všichni respondenti, kteří byli ochotni poskytnout rozhovor. Při

výběru souboru jsem použila techniku záměrného výběru, jejímž cílem je informační vydatnost. Respondenti do výběrového souboru by měli být vybráni tak, aby poskytli co nejvíce informací k výzkumnému problému (Žižlavský, 2007).

Respondenty jsem vybírala z řad seniorů, kteří se přihlásili a zúčastnili programu „senior akademie“ městské policie Brno. Tento program je zahajován každoročně, takže někteří respondenti se ho zúčastnili již poněkolkráté. Kritériem pro výběr byla tedy účast v tomto programu. Vzhledem k dobrovolné účasti na výzkumu, byla velikost jednotky dotazování ovlivněna samovýběrem. Celkem se tedy rozhovorů zúčastnilo 10 respondentů (4 muži a 6 žen).

#### **4. 6. realizace výzkumu**

Výzkum byl realizován od 28. března 2011 do 20. května 2011.

Dne 28. 3 2011 jsem si prostřednictvím telefonu domluvila s pořadatelem programu „senior akademie“ možnost zúčastnit se přednášky pro seniory. Přednáška se konala v sále budovy sídla ombudsmana v Brně. Na tuto přednášku jsem se tedy dostavila a pozorovala jsem chování a reakce seniorů na přednášku i přednášejícího. Na konci mne přednášející představil všem přítomným, objasnil jim důvod mé návštěvy a požádal je, zda by mi byli nápomocni při sběru informací. 16 seniorů mi ochotně nabídlo pomoc a dali mi na sebe kontakty (telefonické a emailové) pro možnost případného poskytnutí rozhovoru.

Dne 30. 3. 2011, jsem se dle dohody s pořadatelem zúčastnila exkurze seniorů ve výcvikovém středisku služebních psů Jednotky psovodů městské policie Brno. Při této exkurzi bylo seniorům vysvětleno, jak se mají chovat a přistupovat ke psům a byla jim předvedena ukázka výcviku psů. Také jim bylo prakticky předvedeno, jak se má člověk zachovat při napadení psem a bylo jim umožněno si to vyzkoušet s živým zvířetem. Po přednášce shlédli senioři názorné ukázky zadržení pachatele, při kterých spolupracují vycvičení psi a strážníci městské policie Brno. Další zajímavé exkurze jsem se zúčastnila spolu se seniory u Brněnské přehrady. Poříční jednotka městské policie Brno zde předvedla posluchačům výzbroj a výstroj a ukázky zásahů na hladině přehrady při záchraně lidí. Při obou exkurzích byl dán seniorům prostor pro jejich dotazy a postřehy. Já osobně jsem po celou dobu exkurzí sledovala zájem, iniciativu a zapojení se seniorů v těchto exkurzích.

V týdnu od 15. 5. 2011 do 23. 5. 2011 jsem nejprve kontaktovala seniory, kteří mi na přednášce dne 28. 3. 2011 dali na sebe kontakty. Domluvila jsem si s nimi schůzky. Někteří senioři mi nabídli schůzku u nich doma, jiní dali přednost kavárně v centru města. Na začátku každého rozhovoru jsem každého seniora informovala o podmínkách rozhovoru, byl požádán o souhlas s použitím informací v rámci výzkumu a o souhlas s nahráváním celého rozhovoru. Dále mu bylo sděleno, že rozhovor je dobrovolný a anonymní. Rozhovory jsem prováděla podle scénáře rozhovoru (viz příloha č. 2) a bez účasti třetích osob. Vlastní rozhovory jsem nahrávala na diktafon a trvaly cca. 30-40 minut. Po rozhovoru jsem poděkovala a srdečně se s každým rozloučila.

### **III. ANALYTICKÁ ČÁST**

#### **5. analýza dat**

Výzkumem jsem zjistila množství informací, které se pokusím zanalyzovat a formulovat dílčí výzkumné závěry. Jedná se o informace získané především rozhovory s respondenty a doplňkově i nezúčastněným pozorováním. Respondenty budu označovat čísly pro zachování anonymity.

Respondent č. 1 je žena, 61let, středoškolského vzdělání s maturitou, rozvedená, která bydlí sama. Respondent č. 2 je žena, 69let, středoškolského vzdělání s maturitou, vdaná, která bydlí ve společné domácnosti s manželem. Respondent č. 3 je žena, 75let, středoškolského vzdělání s maturitou, vdova, která bydlí sama. Respondent č. 4 je žena, 63let, středoškolského vzdělání s maturitou, vdaná, která bydlí ve společné domácnosti s manželem. Respondent č. 5 je muž, 64let, středoškolského vzdělání s maturitou, ženatý, který bydlí ve společné domácnosti s manželkou. Respondent č. 6 je žena, 65let, středoškolského vzdělání s maturitou, vdaná, která bydlí ve společné domácnosti s manželem. Respondent č. 7 je žena, 73let, středoškolského vzdělání s maturitou, vdaná, která bydlí ve společné domácnosti s manželem. Respondent č. 8 je muž, 73let, středoškolského vzdělání s maturitou, ženatý, který bydlí ve společné domácnosti s manželkou. Respondent č. 9 je muž, 82let, Vysoká škola elektrotechnická, vdovec, který bydlí sám. Respondent č. 10 je muž, 68let, VŠ + aspirantura, rozvedený, který bydlí sám.



Vzhledem k tomu, že program „senior akademie“ nabízí seniorům pouze městská policie Brno a žádný podobný program v ČR nikdo neposkytuje, nelze ho srovnávat a ani výsledky výzkumu nelze zevšeobecňovat.

### **5. 1. Senioři zapojení do programu „senior akademie“, jejich zvládání sociálního fungování a životních situací, na které má vliv stárnutí.**

Stárnutí má vliv na vztahy v rodině, na množství volného času, na aktivitu jedinců, na jejich pocit bezpečí apod. Je všeobecně spojováno s odchodem do důchodu. Městská policie Brno však nabízí program „senior akademie“ i těm seniorům, kteří ještě nedosáhli důchodového věku, nebo si o důchod ještě nepožádali (tzv. přesluhují). Při rozhovorech jsem tedy zjišťovala, jsou li již dotazovaní v důchodě a jaký vliv měl na jejich život odchod do důchodu. Všichni dotazovaní měli již odchod do důchodu za sebou.

Někteří dotazovaní označovali odchod do důchodu jako pozitivní: *„Jelikož jsem člověk agilní, tak jsem se toho vůbec nebála, protože mám tolik činností, že jsem ráda dneska, že jsem v tom důchodu. Jsem ráda, že mám dost času a že se po ránu vyspím“.*(R2); *„Já jsem se strašně do důchodu těšila a už dopředu jsem si naplánovala, co všechno bych teda v důchodě chtěla dělat“.* (R6); *„Je to pohodlíčko, vstávám, až se mi chce“.* (R8)

Negativně odchod do důchodu vnímala pouze malá část respondentů: *„ Hrozně mne to mrzelo, já jsem měla ráda své zaměstnání“.* (R7); *„Když člověk chodil do práce, byl nucen být aktivnější“.* (R10)

Některým odchod do důchodu život vůbec neovlivnil: *„Ale ani ne, jsem pořád ve stejném spěchu a ve stejném elánu pracovat s někým, tak jak jsem byla zvyklá celou dobu“.*(R3) *„Neovlivnil, stále se zúčastňuji akcí“.* (R9)

Jiní se na důchod a změny s tím spojené dopředu připravovali: *„ Já jsem se na to připravovala dlouhodobě, protože vlastně když člověk odejde do důchodu, tak mu skončí spousta povinností, ale skončí i spousta malých radostí“.* (R4); *„Psychicky nebo myšlenkově jsem se na to rok chystal, takže mě to nezaskočilo a už jsem si chystal nějaké aktivity“.* (R5)

Všichni dotazovaní se shodli na faktu, že mají z hlediska sociálního fungování více času na své rodiny: *„S dětmi se stýkám velice často“.*(R3); *„S dětmi, vnuky a pravnuky se stýkám hodně často a slavíme spolu všechny narozeniny, svátky, vánoce, všechno společně“.* (R6)

Z rozhovorů jsem usoudila, že s rodinou se častěji stýkají spíše ženy a ženatí muži. Muži bez partnerky uvedli, že se s rodinou stýkají „podle potřeby“.

Vesmět všichni respondenti také uvedli, že mají mnoho přátel a kamarádů, se kterými se stýkají podle množství volného času a potřeby: „*To je podle toho, jak je čas a jak nám to vyhovuje*“. (R1); „*Mám mnoho kamarádu a stýkám se s nimi denně*“. (R2); „*Mám spoustu kamarádů a přátel, protože se říká: lepší mít dobré přátele než tisíce v záložně*“. (R3); „*Mám samozřejmě spoustu přátel z řad kolegyně a ze školy, kam chodím na Masarykovu univerzitu a na „senior akademii“ do Brna*“. (R4); „*Mám hodně přátel a kamarádů, protože já jsem taková duše věrná, se kterými se neustále navštěvujeme, píšeme si*“. (R6); „*Kamarádi z okolí, čili takové nějaké pravidelné setkávání ne*“. (R8); „*Přátele mám a telefonicky spolu mluvíme skoro každý den, osobně tak 2x, 3x za týden*“. (R9)

Pichaud a Thareauová (1998) jsou názoru, že i senioři se potřebují nějak realizovat, mají potřebu mít nějakou činnost. Z tohoto důvodu mě zajímala seberealizace dotazovaných a využití jejich volného času. S volným časem jsou spojeny i jejich zájmy nebo záliby. Každý z respondentů se něčemu věnuje: „*Ráda chodím na procházky, ráda čtu, luštím osmisměrky*“. (R1); „*Zájmů mám mnoho, věnuji se jim denně*“. (R2); „*Mám ráda turistiku a pořádám zájezdy*“. (R3); „*Pro mne je největší záliba cestování a miluji a píšu knížky*“. (R4); „*Věnuji se genealogii našeho rodu*“. (R5); „*Chodím cvičit, chodím na počítače do kurzu, chtěla jsem se přihlásit do kurzu malování, ale na to už vůbec nemám čas*“. (R7); „*Záliby mám fotografování, jinak jsem se zabýval zahrádkaření a navíc jsem chodil už třetí rok do policejní akademie (tzn. senior akademie)*“. (R9)

Na otázku chození do společnosti odpovídali respondenti různorodě: „*Přihlásila jsem se na Univerzitu třetího věku, zakoupila jsem si permanentky do Domu umění i do Moravské galerie, abonentky na koncerty Filharmonie, jsem členka knihovny Jiřího Mahena a chodím na všechny ty kulturní akce, co tam pořádají*“. (R6); „*Tím, že jsem zůstala sama, tak spíš to vždycky tak směřuju na nějaké to divadlo*“. (R3); „*Do společnosti jako takové, třeba že bych chodila teda na plesy a na nějaké taneční večery, tak to ne, to jako zase moc nemiluju*“. (R4); „*Chodím s manželkou a dětmi do divadla, já bych řekl, že do roka absolvujeme asi 18 divadel*“. (R5);

Ohledně bezpečí ve stáří odpovídali senioři skoro stejně. Žádný z respondentů se ve stáří necítí být více ohrožen než v minulosti a žádný se necítí být v nebezpečí: „*Nemám pocit ohrožení, ale je pravda jedno, že jsem v posledních letech přestala absolutně nosit zlaté šperky, protože se objevují čím dál víc takové ty krádeže, že někdo vám z krku nebo z ucha něco vytrhne, takže jsem přestala zlato vůbec nosit, aby to někoho zbytečně nelákalo*“. (R1) „*Musím říct, že se necítím ohrožená, ne že bych si to nepřipouštěla, stát se může cokoliv, ale já nechápu, proč na to myslet dopředu*“. (R2); „*Ne, pocit ohrožení nemám, ačkoliv jsme byli vykradeni doma a není v rodině nikdo, kdo by nebyl okraden nebo nějakým způsobem podveden*“. (R6); „*Nechal jsem si udělat bezpečnostní dveře, takže nemám nějaký pocit ohrožení*“. (R10)

Vzhledem ke skutečnosti, že všichni dotazovaní jsou fyzicky i psychicky na vynikající úrovni a jsou soběstační, vyjádřila se většina seniorů, že nepotřebuje žádnou odbornou pomoc, ani radu a nedostali se do takové životní situace, kdy by této pomoci či rady mohli využít: „*Ani ne, vždycky jsem si dokázala všechno vyřešit sama*“. (R3) Pouze čtyři respondenti uvedli, že: „*Před lety, když jsem měla partnera, ze kterého se vyvinul násilník, můžu říct, že ze strany policie se mně pomoci dostalo, ale když se měl ten přestupek projednávat u nějakého toho pracovníka, tak ten mi dokonce vyhrožoval*“. (R1); „*Ocitla jsem se loni v situaci, když jsem potřebovala mluvit s psychologkou*“. (R4) „*Když jsem se začal seznamovat např. s počítačem, takže jsem potřeboval v počátcích pomoc nebo radu*“. (R8); „*Potřeboval jsem něco málo ohledně daní ze mzdy, třeba daňového přiznání*“. (R10)

Všichni respondenti shodně uvádějí, že by věděli na koho se obrátit v případě nějakého problému, vyplývajícího ze životní situace. Někteří by se obrátili na rodinu, jiní na své okolí či kamarády a někteří na odborníky: „*V první řadě já, bych se obrátila na svoje děti*“. (R6); „*Zeptám se lidí, u kterých předpokládám, že to vědí*“. (R8); „*Ted' už, po absolvování „senior akademie“ bych věděl na koho se obrátit*“. (R5)

Jednou z mnoha životních situací, do kterých se člověk může dostat je ohrožení kriminální činností. V dnešní době je velice rozšířená podomní kriminální činnost, kdy jsou lidem nabízeny různé „vynikající“ výrobky za přemrštěnou cenu. Tito podomní prodavači zneužívají právě seniorů, především osaměle žijících. Využívají jejich neznalosti a neschopnosti odmítnout jimi vnucované produkty. Dále pak se pod různými záminkami dostávají přímo do

bytů seniorů, kde jim vždy něco odcizí. Další kriminální činností je přepadávání a okrádání občanů na ulici nebo v hromadném dopravním prostředku. Vzhledem k těmto skutečnostem jsem se tedy respondentů tázala, zda se někdy osobně setkali s nějakou kriminální činností a jak situaci řešili. Většina respondentů se s touto situací setkala: „*Takové lidi já odmítám, to jako vůbec ne a když třeba někdo zvoní, že půjde po baráku, a to já říkám ne já o nic zájem nemám a pokud chcete k někomu konkrétnímu, tak si na něj zazvoňte zezdola*“. (R1); „*Byla jsem přepadená, byla jsem okradená a byla jsem i svědkem krádeže*“. (R2); „*Vystupovala jsem u nás z trolejbusu a bylo už přitímí, z křoví vyšel muž a obnažil se, tak jsem na něho křikla, aby to okamžitě schoval, nebo že za sebe neručím a že se pak ani nevyčurá*“. (R3); „*Tak to bych já mohla teda povídat. Přišel takový mladík, jako že je přes ty investiční fondy a že mi nese jakýsi peníz, že ten můj fond se ruší a že on mě dá tady pět tisíc, a ať já mu to podepíšu, že mu dávám tu knížku, no a už v pondělí mi došel z banky dopis, že teda to vykupují za dvacet tisíc a že teda chodí tady ti podvodníci. No ale to už tedy já jsem samozřejmě dala podvodníkovi, takže to jsem o to přišla*“. (R6)

Na sociálním fungování a zvládání životních situací seniorů se podílí i společnost, jak po stránce finančního zabezpečení, tak po stránce různých úlev a akcí pro seniory a v neposlední řadě i zabezpečení jejich důstojného stáří v různých zařízeních. Je otázkou, zda se naše společnost opravdu dostatečně stará o bezpečí a ochranu seniorů. Proto jsem se respondentů zeptala, jaký mají na věc názor: „*Myslím si, že ne, nestará se, nejen o bezpečí a ochranu těch seniorů, ale ani o to, aby jim nějak pomohli, pokud už nejsou úplně rozumově i fyzicky soběstační, jo tak aby měli nějakou pomoc a podporu, když třeba potřebují opravdu už umístit do nějakého toho zdravotnického zařízení, protože pokud ten člověk nepobírá sociální dávky na nemohoucnost, nebo tak nějak, tak vůbec nemá šanci se do nějakého toho domova pro seniory dostat*“. (R1); „*Ne, zákonodárce vůbec nenapadne, že tahle skupina lidí je ohrožená, že potřebuje pomoc, před pár lety byli sociální pracovníci, kteří chodili, pomáhali nebo něco a to se dneska z finančních důvodů neděje*“. (R2); „*Já si myslím, že jo, zvláště v poslední době, pokud sleduju pravidelně třeba televizní správy, tak tam se hodně teď v poslední době upozorňují senioři na nebezpečí, které jim hrozí, počínaje nějakým prodejem hrnců a konče prostě různýma falešnýma výběřčima nedoplatků*“. (R4); „*Já si myslím, že ne, to si myslím jednoznačně, hlavně na ty starší ta společnost nemá ani čas, ani prachy*“. (R5) „*Já myslím, že kdyby ti senioři měli zájem a projevíli zájem, že by společnost zapůsobila*“. (R7)

## **Dílčí výzkumný závěr:**

Z odpovědí lze usuzovat, že stárnutí má na skupinu seniorů zapojených do programu „senior akademie“ městské policie Brno velice kladný vliv. Avšak musím podotknout, že jsem vliv stárnutí nezkoumala ze zdravotního a fyzického hlediska, ale spíše sociálního a psychického. Co se týče psychického stavu respondentů, musím říci, že se mi jevíli jako velice oduševnění, pozorní, vnímaví, laskaví a sečtělí, s velkým elánem do života.

I když stárnutím dochází ke změně rolí a rolových očekávání, sociální fungování u dotázaných respondentů to nijak negativně nezměnilo, spíše naopak. Většina respondentů se na odchod do důchodu těšila s vidinou splněných přání a spoustou volného času, kterého by chtěli účelně využít. Z hlediska rodinných vztahů stárnutí spíše pomáhá stmelení rodiny (rodiče, děti, vnuci, pravnuci apod.), avšak muži, kteří nemají manželku, se s rodinou stýkají mnohem méně. Přátelské vztahy a kontakty se podařilo udržet všem dotazovaným, někteří mají díky své aktivitě přátel ještě více, než před odchodem do důchodu. Díky volnému času mají senioři i více koníčků a zálib, vzdělávají se a také navštěvují více např. divadla, koncerty, galerie apod. Dále z odpovědí respondentů vyplynulo, že na pocit bezpečí nemá stáří žádný vliv. Nikdo z dotázaných se necítí ohrožen, i když se prakticky každý z nich setkal s kriminální činností. Že by potřebovali odbornou pomoc, nebo radu všichni dotazovaní odmítají, avšak v případě, že by přece jen potřebovali, vědí, na koho se o pomoc obrátit. Co se týká zájmu společnosti o seniory, jsou odpovědi dotázaných velice rozdílné. Nelze z nich tedy jednoznačně odvodit, jaký vliv má společnost na seniory, jejich sociální fungování a zvládání životních situací.

## **5. 2. Důvody zapojení se seniorů do programu „senior akademie“.**

Ve svém výzkumu jsem si kladla především otázku, proč se vůbec senioři přihlásili a zapojili do programu „senior akademie městské policie Brno a co je k tomu vedlo. Proto jsem se také zajímala, kde a jak se senioři dozvěděli o možnosti zapojit se do tohoto programu: „Dověděla jsem se to v podstatě náhodně od jedné mé kamarádky, která se rok přede mnou účastnila“. (R1); „Dvě kamarádky na tu policejní akademii chodily, tak se nás domluvilo čtrnáct a začaly jsme chodit“. (R2); „Mezi děvčaty jsem se to od někoho dověděla“. (R3); „No to byla docela kuriózní situace, řekl mi to jeden známý evangelický farář a byl to nečekaný zdroj informace“. (R4); „No z Rovnosti, já jsem si to přečetl v Rovnosti a druhý den jsem tam zašel“. (R5); „Na

*schůzi důchodců od kolegyně“.* (R6); *„Manželova kolegyně absolvovala rok přede mnou, tak mně to poradila“.* (R7); *„Jedná známá, které občas chodím něco spravovat, tak právě se o tom zmiňovala, že chodila na některý z těch předchozích běhů a velice si to pochvalovala“.* (R8); *„Spřátelil jsem se s kolegy policie, no a tam jsem se to dozvěděl a přihlásil se“.* (R9); *„Myslím, že to bylo z nějakých letáků ve městě, nebo tak nějak“.* (R10) Je tedy více než jasné, že většina respondentů se o programu dozvěděla od svých známých a přátel, kteří buď program již absolvovali, nebo o něm alespoň věděli.

Důvody, proč navštěvovali senioři tento program, byly různorodé, ale téměř všichni se shodli na rozšíření svých vědomostí a znalostí díky náplni programu: *„Byla jsem se na to informovat, témata a tak dále, takže mne to zaujalo a řekla jsem si, že se přece něco dovím a rozšířím si znalosti v oblasti práva a pravomocí policie“.* (R1); *„Program mě zaujal, zaujaly mě ty témata, co tam měli vypsaná“.* (R2); *„Aby se člověk zdokonalil a dověděl, co by se všechno ještě mohlo eventuelně nám stát a aby člověk byl na to připravený“.* (R3); *„Mně úžasně vyhovoval ten program“.* (R4); *„Protože mne zaujala ta náplň programu“.* (R5); *„Protože mne zajímalo, co se tam asi dozvím a protože mi bylo řečeno, že je to zajímavý“.* (R6); *„Byla jsem informovaná, že je to velice zajímavý program“.* (R7); *„Protože mne ten program zaujal“.* (R8); *„Chtěl jsem se dovědět různé věci, jak přežít život v tom stáří, no a potom abych se zapojil v oblasti té prevence, abych věděl jak pokračovat“.* (R9); *„Když jsem přestal chodit do práce, tak jsem si říkal, že je čas něco navštěvovat“.* (R10) Z většiny rozhovorů tedy opravdu vyplývá, že motivací pro zapojení se do programu byla pro respondenty především skladba programu a jeho obsahová náplň, která jim mohla poskytnout mnoho důležitých informací. Nedílnou součástí při motivaci seniorů k účasti na programu byly také kladné reference a doporučení od kamarádů a známých, kteří již program absolvovali.

Při rozhovorech s respondenty mne také zajímalo, zda při vstupu do tohoto programu něco očekávali, třeba nějakou změnu ve svém životě: *„Změnu jsem ani tak nějak neočekávala, ale více méně tak nějak duševně nezakrňt a udržovat se v psychické kondici“.* (R1); *„Upřímně řečeno, moc ne“.* (R2); *„Ani ne“.*(R3); *„Nečekal, ale přišla“.* (R5); *„Očekával jsem, že po stránce bezpečnosti budu chytřejší, než jsem byl“.* (R9); *„Očekával jsem, že se tam něco dozvím“.* (R10) Většina dotazovaných se k otázce očekávání nějaké změny ve svém životě díky absolvování programu vyjádřila negativně. Pouze dva respondenti očekávali změnu, a to v podobě získaných informací.

### **Dílčí výzkumný závěr:**

Z rozhovorů vedených se seniory vyplývá, že informace o programu „senior akademie“ rozšířila městská policie různými prostředky, jako je denní tisk, letáky roznesené po městě Brně a internet. Většina dotazovaných se prvotní informaci o programu dozvěděla od svých kamarádů nebo známých. Všichni také shodně uváděli, že doplňující informace o obsahu programu, tématech přednášek, exkurzích, časovém plánu, nabízených možnostech apod. si vyhledali na webových stránkách městské policie Brno, v sekci seniorů. Právě informace na těchto stránkách byly pro většinu seniorů motivací k absolvování programu, protože se jim náplň líbila. Všichni také shodně uváděli, že do programu začali chodit, protože si chtěli prohloubit a zároveň získat nové znalosti a zkušenosti, měli potřebu se seberealizovat. Dalším důvodem byla pro některé seniory skutečnost, že mohli kurz navštěvovat společně se svými přáteli. Mohli tak rozvíjet svoje sociální fungování v oblasti vztahů a uspokojovat svoje společenské potřeby. Změnu způsobenou absolvováním programu očekávali ve svém životě pouze dva muži. Jejich očekávání pramenilo z neznalosti programu a prostředí a z touhy dozvědět se nové informace.

### **5. 3. Program „senior akademie“ a jeho přínos pro seniory.**

Městská policie nabízí seniorům program „senior akademie“ již několik roků. Z šetření vyplývá, že někteří dotazovaní absolvovali tento program již minimálně jednou a mají tedy bohaté zkušenosti. Zajímalo mne tedy, zda se opravdu naplnila jejich očekávání, která měli při přihlašování se do programu: *„Dověděl jsem se řadu věcí, které mě byly, jak se říká ne tabu, ale byly mi trochu okrajové a myslím, že jsem se zapojil do společnosti“*. (R9); *„Naučil jsem se trochu dívat na svět jinak a možná se taky chovat jinak“*. (R10) Jeden z dotazovaných podle svého vyjádření žádnou změnu neočekával, ale ona přišla: *„To vám dá kopec informací, a takový ten respekt a strach z uniformy, už toto je nádherný pokrok“*. (R5) Sedm dotazovaných však žádnou změnu neočekávalo. Teprve při analýze rozhovorů jsem zjistila, že mnou formulovaná otázka byla nejspíš příliš zavádějící a ne všichni dotazovaní ji správně pochopili.

Při šetření jsem zjišťovala i skutečnost, zda účast v programu pomohla dotázaným zvládnout nějakou životní situaci v běžném životě. Byla jsem velmi mile překvapena, že někteří dotazovaní odpověděli kladně: *„ Použila jsem jednou v noci houkačku, co jsme dostali a to*

*teda chlapec byl tak vyděšený a překvapený, že mne nakonec i doprovodil“.* (R2); *„Zamykám si a dávám si ten řetízek, já jsem to dřív nedělala, a nikomu neotvírám, aniž bych ten řetízek sundala“.* (R3); *„Naučilo mně to asertivitě a dokážu se tak lépe dohodnout při jednání s lidmi“.* (R10)

Při dotazu na celý program „senior akademie“ se někteří dotazovaní přímo rozzářili. Program jako celek se všem velice líbil a jsou přesvědčeni, že by v tom měla městská policie Brno pokračovat. Bezchybný byl především výběr témat přednášek, exkurze i různé praktické ukázky. Po stránce organizační byli dotazovaní také velice spokojeni, hodnotili ji jako skvělou. Nejvíce byl seniory chválen jeden z organizátorů, který se také seniorům velice věnoval, vedl některé z přednášek a provázel seniory po všech akcích a exkurzích pořádaných v rámci programu: *„On je ten zábavný prvek, on prostě dovede, to co přednášející neumí, berou se moc vážně, kdežto on to proloží vtipem a upoutá pozornost“.* (R2) *„On měl pro všechny takové pochopení“.* (R6) Dotazovaní byli také velice spokojeni se všemi ostatními organizátory tohoto programu: *„Tam jsou všichni tak přívětiví, prostě je to balzám na duši“* (R6) S některými přednášejícími však senioři spokojeni nebyli: *„Někteří mají vědomosti, mají znalosti, ale neumí to dostatečně poutavě podat, aby ty lidi zaujali“.* (R1) *„Jedni manželé nás učili nějaké mnemotechnické pomůcky, nebo tak něco a to jsme si připadali, že nás považují za naprosté dementy“.* (R2) *„Jedna z přednášek by tam neměla být, to nás úplně ponižovalo, úplně jsme si představovali, že jsme blbci“.* (R3) Většina dotazovaných však hodnotila přednášející kladně. Shodli se na skutečnosti, že měl program více kladů než záporů. Velice se dotazovaným líbila např. ukázka první pomoci: *„Nikdy jsem se nesetkal s tak nádhernou ukázkou první pomoci, s figurínou a člověk si to ošahal“.* (R5) Stejně tak byli respondenti nadšeni z různých exkurzí. Měla jsem možnost zúčastnit se jedné přednášky a dvou exkurzí. Při této příležitosti jsem pozorovala chování a aktivitu seniorů. Mohu říci, že na mne působili velice zapáleně, aktivně se účastnili praktických cvičení a zahrnovali přednášející otázkami k tématu. Jedna z dotazovaných seniorek navštěvovala program i se svojí 85letou maminkou a je přesvědčena, že: *„Pro ni to mělo velkou cenu, ona měla kam chodit, poslechla si vždycky ty přednášky a takový ten pocit toho bezpečí, že ví, že prostě ještě nejsou všichni proti seniorům, ale že taky ještě existuje nějaká instituce, která má zájem o ty seniory, která se jich zastane, která má pochopení“.* (R6) Pro některé respondenty je účast v programu i společenskou záležitostí: *„Člověk jednou za týden přijde zase mezi jiné lidi“.* (R8) Z rozhovorů



jsem usoudila, že program „senior akademie“ je jakousi aktivizací seniorů. Všichni dotázaní senioři se shodli na skutečnosti, že jim tento program nejen poskytuje rady a informace, ale určitým způsobem jim zaplňuje volný čas a nutí být aktivní: *„Člověk si nastaví jakousi pravidelnost do toho svého života, opravdu se musí v pondělí odpoledne zvednout a neseďt u televize, podřimovat a jít někam, kde si něco poslechne a tak“*. (R8) Jedním z kladů tohoto programu je i ta skutečnost, že senioři, kteří si osvojili určité znalosti a vědomosti, mohou a předávají tyto informace svým příbuzným, přátelům i spoluobčanům. A tím je motivují k účasti v tomto programu. Skoro všichni dotazovaní absolvovali tento program podruhé, protože se jim to líbilo a cítili se tam dobře. Někteří absolventi se přihlásili do pokračovacího (absolventského) programu, který městská policie nově otevřela, právě pro veliký zájem seniorů. Městská policie si zavedením tohoto programu získala veliké sympatie a úctu seniorů.

#### **Dílčí výzkumný závěr:**

Většina seniorů sice od účasti v programu nic neočekávala, ale všichni dotazovaní se shodují na tom, že program „senior akademie je rozhodně velkým přínosem pro seniory a městská policie by měla v poskytování tohoto programu pokračovat. Program jim podle jejich slov poskytuje mnoho informací, které mohou použít v běžném životě, vyplňuje jim volný čas, dává jim možnost setkat se s novými lidmi a navazovat kontakty. Dává jim také pocit uznání od přednášejících a organizátorů, kteří se snaží, aby senioři získali i pocit ochrany a bezpečí. Někteří z dotazovaných uvádějí, že zde našli i přátelství. Mohou se společensky uplatnit tím, že budou všem známým, spolubydlícím a těm, kteří o to budou stát předávat své zkušenosti, informace a dovednosti, které získali absolvováním tohoto programu a také to činí. Program je pro ně i jakousi formou aktivizace, protože je nutí opustit svůj pohodlný domov a udělat něco pro sebe. Absolvování tohoto programu seniorům dalo pocit, že ještě nejsou společností opovrhováni, tak jak si mysleli, ale že o ně má pořád někdo zájem, že se stará jak žijí, jaké mají problémy apod. Z rozhovorů vyplynulo, že po absolvování programu mají pocit úspěchu, respektu, veřejného uznání, ale také sebenaplnění, a větší pocit sebevědomí.

## ZÁVĚR

Svým výzkumem jsem se snažila najít odpověď na hlavní výzkumnou otázku, která zní: *„Jaká mají senioři očekávání a motivaci k účasti v programu „senior akademie“ městské policie Brno?“*

Pro svůj výzkum jsem si nejprve připravila teoretický podklad. V této části jsem vymezila cílovou skupinu, které se týká můj výzkum, a snažila jsem se vymezit pojmy stárnutí, potřeby, sociální fungování a životní situace, týkající se této skupiny. Také jsem se zabývala očekáváním a motivací seniorů. V závěru jsem se zabývala otázkou aktivizace seniorů a popsala jsem program „senior akademie“ městské policie Brno, kterého se dotazovaní respondenti zúčastnili. Z každé teoretické části jsem zformulovala dílčí výzkumnou otázku. V metodologické části jsem si určila cíl výzkumu, strategii výzkumu a specifikovala jsem výběr metody sběru dat. Dílčí výzkumné otázky jsem operacionalizací převedla do empirické podoby. Tyto otázky mi byly podkladem pro sestavení rozhovoru hledání odpovědí na hlavní výzkumnou otázku. V závěru jsem popsala realizaci výzkumu. V analytické části jsem analyzovala a popisovala výsledky výzkumu. Výzkum jsem prováděla v rámci okruhu seniorů, kteří byli zapojeni do programu „senior akademie“ městské policie Brno a podobný program v ČR nikdo seniorům nenabízí. Nelze tedy výsledky a závěry, ke kterým jsem došla, srovnávat, ani zobecňovat. Z výzkumu vyplynulo, že pro seniory je nejdůležitější psychická a duševní aktivita. Odchodem do důchodu nastávají u seniorů různé změny v podobě většího množství volného času, menšího zatížení paměti, menšího fyzického zatížení a jsou více ohroženi společnostmi a kriminalitou. Proto se snaží městská policie Brno nabídnout seniorům program, který je komplexně připraví na různé životní situace, do kterých by se mohli dostat. Senioři tuto nabídku přijali a již několik let absolvují tuto „senior akademii“. Někteří ze seniorů dokonce opakovaně.

Očekávání, která mají senioři od programu, spočívají ve změně jejich života nabytím informací, které dosud nevěděli a které jim mohou pomoci lépe sociálně fungovat a zvládat nepříznivé životní situace. Avšak ve většině případů, kdy jsem se na očekávání nějaké změny dotázala, jsem dostala zápornou odpověď. Z toho jsem tedy usoudila, že buď opravdu nic od programu neočekávali, nebo formulace mé otázky jim nebyla dostatečně jasná.

Motivace seniorů k účasti na programu je naopak velice jasná. Jsou to především sociální vztahy mezi lidmi. Pro většinu respondentů byla motivací pochvala a doporučení programu od lidí, kteří již program absolvovali. Pro některé z respondentů bylo motivací naplnění volného času a udržení psychické kondice. Všichni dotazovaní se však shodli na tom, že to byla právě struktura a náplň nabízeného programu, která je přesvědčila k účasti.

Všichni dotázaní shodně uvedli, že je program vhodný pro každého seniora a že je velice prospěšný. Většina respondentů se také přihlásila do pokračovacího, absolventského programu.

Doporučení pro aplikaci výzkumu:

Výsledky mého výzkumu by mohly posloužit i ostatním obcím nebo městům, které mají zřízenou obecní policii. Svoji bakalářskou práci bych však chtěla pomoci především samosprávě města Šlapanice, ve kterém bydlím, v motivaci seniorů k účasti na programu, pokud se rozhodne obdobný program zavést a pomáhat seniorům v prevenci proti kriminalitě a řešení různých životních situací.

# Seznam použité literatury

- DISMAN, Miroslav 2005. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Praha: Karolinum.
- GEIST, Bohumil 1992. *Sociologický slovník*. Praha: Victoria Publishing.
- GEIST, Bohumil 2000. *Psychologický slovník*. Praha: Vodnář.
- GRUSS, Peter 2009, *Perspektivy stárnutí : z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál.
- HARTL, Pavel, Hartlová Helena 2000. *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena 1989. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama.
- HENDL, Jan 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- HENDL, Jan 1997. *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha: Karolinum.
- KLEVETOVÁ, Dana, Dlabalová Irena 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada.
- LANGMEIER, Josef 1998. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- MADSEN, K.B1972. *Teorie motivace: srovnávací studie moderních teorií motivace*. Praha: Academia
- MADSEN, K.B1979. *Moderní teorie motivace*. Praha: Academia
- MATOUŠEK, Oldřich 2001. *Základy sociální práce*. Praha: Portál.
- MATOUŠEK, Oldřich 2003. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál.
- MUSIL, Libor 2004. *Úvod do studia sociální politiky a sociální práce : SPP 702*. Brno: Masarykova univerzita.
- MÜHLPACHR, Pavel 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita.
- NAVRÁTIL, Pavel 2001. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Zeman.
- PACOVSKÝ, Vladimír 1990. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum.

PICHAUD Clément, THAREAUOVÁ Isabelle 1998. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál.

ŘÍČAN, Pavel 2006. *Cesta životem*. Praha: Portál.

STRAUSS, Anselm – CORBINOVÁ, Juliet 1999. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert.

STUART-HAMILTON Ian 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál.

UNIVERZITA KARLOVA 2007. *Populační vývoj České republiky 2001 – 2006*. Praha: Demoart.

VELKÝ SOCIOLOGICKÝ SLOVNÍK 1996. Praha: Karolinum.

ZÁKON O SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH, dostupné:

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108\\_2006\\_Sb.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108_2006_Sb.pdf)

ŽIŽLAVSKÝ, M. 2007. *Metodologie výzkumu: Studijní text pro předmět (kurs): Metodologie výzkumu* [online]. Brno: Masarykova univerzita [cit.13.5.2011]. Dostupné na World Wide Web:<https://is.muni.cz/auth/el/1423/jaro2008/SPP705/um/mv.pdf?fakulta=1423;obdobi=4043;studium=262360>

# Anotace

Název bakalářské práce: Zapojení seniorů do programu „Senior akademie“  
Autorka práce: Irena Chudobová  
Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Kateřina Kubalčíková, Ph.D.  
Počet slov: 11 132

Bakalářská práce se zabývá očekáváním a motivací seniorů k účasti na programu „senior akademie“ městské policie Brno. Cílem práce je zodpovědět hlavní výzkumnou otázku: *„Jaká mají senioři očekávání a motivaci k účasti v programu „senior akademie“ městské policie Brno?“*

Práce je rozdělena do tří celků. První část je věnována vymezení teoretických pojmů, týkajících se seniorů a stárnutí, očekávání a motivaci, animaci, aktivaci a aktivizaci seniorů a přiblížení programu „senior akademie“ městské policie Brno, z nichž vyplynuly tři dílčí výzkumné otázky. Druhá část je metodologická a vymezuje cíl výzkumu a strategii výzkumu, objasňuje operacionalizaci dílčích výzkumných otázek, výběr jednotky výzkumu a techniky sběru dat. Ve třetí části jsou analyzována získaná empirická data, která jsou podkladem pro zodpovězení dílčích výzkumných otázek. V závěru práce je zodpovězena hlavní výzkumná otázka a formulováno doporučení.

# Annotation

Title of the bachelor's work: Integration of seniors into the programme „Senior academy“

Author: Irena Chudobová

Supervisor of the work: PhDr. Kateřina Kubalčíková, PhD.

Number of words: 11 132

This bachelor's work deals with the senior expectation and motivation towards the participation in the programme “Senior academy” of the metropolitan police Brno. The aim of the work is to make out the main research question: “What is the senior expectation and motivation towards the participation in the programme “Senior academy” of the metropolitan police Brno?”

The work is divided into three parts. The first part deals with determination of theoretical concepts concerning seniors and the process of getting old, expectation and motivation, animation, activation of seniors and approaching of the programme “Senior academy” of the metropolitan police Brno, from which three partial research questions have emerged. The second part is methodological and allocates the aim and strategy of the research, clarifies the operationalization of partial research questions, the choice of research unit and data collection technique. In the third part the gained empiric data, which are the basis for making out the partial research questions, are being analyzed. In the conclusion the main research question has been answered and the recommendation has been formed.

# Rejstřík

## A

aktivace, 14; 16

aktivizace, 15; 16; 17; 18; 33; 34

animace, 15; 16

aspirace, 12

## D

DISMAN,

dlohověkost, 7

## E

ergoterapie, 16; 17

expektace, 13

## F

funkční omezení, 7

## G

GEIST, 9; 16

GRUSS, 8

## H

HARTL, 9; 16; 17

HAŠKOVCOVÁ, 6

HENDL, 21; 22

## K

KLEVETOVÁ, 14

kvalitativní výzkum, 20; 21

## L

LANGMEIER, 17

## M

MADSEN, 9; 10; 14; 15

motivace, 12; 13; 17; 18; 30; 31; 33; 34; 35

MUSIL, 11; 12

MÜHLPACHR, 6

## N

naděje, 13

NAVRÁTIL, 9; 10; 11

norma, 13

## O

očekávání, 12; 30; 31; 33; 34

odchod do důchodu, 8; 11; 18; 25; 29; 34

operacionalizace, 22; 34

## P

PICHAUD, 8; 15; 26

populace, 6; 7

potřeby, 8; 9; 10; 14; 15; 26; 31; 34

## R

role, 10; 29

## S

sociální fungování, 10; 11; 16; 19; 26; 28; 29; 31; 34

stárnutí, 6; 7; 8; 17; 18; 25; 29; 34

STRAUSS, 21

STUART-HAMILTON, 6; 7; 8

## Z

ZÁKON O SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH, 12

## Ž

životní situace, 11; 12; 19; 27; 28; 29; 32; 34; 35

ŽIŽLAVSKÝ, 21; 22



**Příloha č. 1: Operacionalizace a formulace otázek pro výzkum**

DÍLČÍ VÝZKUMNÉ OTÁZKY	OPERACIONALIZOVANÉ OTÁZKY	OTÁZKY PRO VÝZKUM
<p>Jak ovlivňuje stárnutí sociální fungování a zvládání životních situací seniorů zapojených do programu „senior akademie“?</p>	<p>Je již v důchodu? Jak dlouho? Jak ovlivnil život seniora jeho odchod do důchodu?            Jaká je jeho rodinná situace?            • má děti, navštěvují se?            Má nějaké přátele a kamarády? Jak často se s nimi stýká?            Má nějaké zájmy nebo záliby? Jak často se jim věnuje?            Chodí často ven do společnosti? A kam?</p> <p>Cítí se doma nebo ve společnosti bezpečně? Nemá pocit nějakého ohrožení?</p> <p>Ocitl se v situaci, kdy potřeboval odbornou pomoc nebo radu?            Byl senior z důvodu svého stáří ohrožen nějakou podomní nebo pouliční kriminální činností či podvodem?            • Pokud ano, jakou a jak situaci řešil?            Věděl senior, na koho se může obrátit v případě, že bude mít nějaké problémy?            Myslí si, že společnost dostatečně myslí na bezpečí a ochranu seniorů?            • Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?</p>	<p>Jste již v důchodu? Jak dlouho? Jak Váš život ovlivnil odchod do důchodu?            Jaká je Vaše rodinná situace?            • máte děti, navštěvujete se s nimi?            Máte nějaké přátele a kamarády? Jak často se s nimi stýkáte?            Máte nějaké zájmy nebo záliby? Jak často se jim věnujete?            Chodíte často ven do společnosti? A kam?</p> <p>Cítíte se doma nebo ve společnosti bezpečně? Nemáte pocit nějakého ohrožení?</p> <p>Ocitl/a jste se v situaci, kdy jste potřeboval/a odbornou pomoc nebo radu?            Byl/a jste někdy ohrožen nějakou podomní nebo pouliční kriminální činností či podvodem?            • Pokud ano, jakou a jak jste situaci řešil/a?            Věděl /a jste, na koho se můžete obrátit v případě, že bude mít nějaké problémy?            Myslíte si, že společnost dostatečně myslí na bezpečí a ochranu seniorů?            • Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?</p>

<p>Jaká očekávání a prvky motivace vedly seniory k zapojení do programu „senior akademie“?</p>	<p>Jakým způsobem se dozvěděl/a o programu a možnosti zúčastnit se ho? Proč začal/a chodit do programu „senior akademie“?</p> <p>Jakou změnu, díky účasti v programu, ve svém životě senior očekával?</p>	<p>Jakým způsobem jste se dozvěděl/la o programu a možnosti zúčastnit se ho? Proč jste začal/a chodit do programu „senior akademie“?</p> <p>Jakou změnu jste, díky účasti v programu, ve svém životě očekával/a?</p>
<p>V čem vidí senioři přínos v zapojení se do programu?</p>	<p>Pomohla seniorovi účast v programu zvládnout nějakou životní situaci? •Pokud ano, jakou a s jakým výsledkem? Naplnila se očekávání seniora?</p> <p>Jaký je jeho názor na celý program „senior akademie“?</p>	<p>Pomohla Vám účast v programu zvládnout nějakou životní situaci? •Pokud ano, jakou a s jakým výsledkem? Naplnila se Vaše očekávání?</p> <p>Jaký je tedy Váš názor na celý program „senior akademie“?</p>

## **Příloha č. 2: Scénář rozhovoru**

Dobrý den.

Chci Vás požádat o rozhovor, který se bude týkat programu „senior akademie“ městské policie Brno, kterého jste se zúčastnil/a, protože se v rámci své bakalářské práce zabývám otázkou důvodů zapojení se seniorů do tohoto programu. Šetření je zcela dobrovolné a anonymní.

Děkuji za Vaši ochotu a čas.

Otázky:

1. Jste již v důchodu? Jak dlouho? Jak Váš život ovlivnil odchod do důchodu?
2. Jaká je Vaše rodinná situace?
  - Máte děti, navštěvujete se s nimi, jak často?
3. Máte nějaké přátele a kamarády? Jak často se s nimi stýkáte?
4. Máte nějaké zájmy nebo záliby? Jak často se jim věnujete?
5. Chodíte často ven do společnosti? A kam?
6. Cítíte se doma nebo ve společnosti bezpečně? Nemáte pocit nějakého ohrožení?
9. Ocitl/a jste se v situaci, kdy jste potřebovala odbornou pomoc nebo radu?
7. Věděl/a by jste, na koho se obrátit v případě, že budete mít nějaké problémy?
8. Byl/a jste někdy ohrožen nějakou podomní nebo pouliční kriminální činností či podvodem?
  - Pokud ano, jakou a jak jste situaci řešila?
9. Myslíte si, že společnost dostatečně myslí na bezpečí a ochranu seniorů?
  - Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?
10. Jakým způsobem jste se dozvěděl/la o programu a možnosti zúčastnit se ho?
11. Proč jste začal/a chodit do programu „senior akademie“?
12. Jakou změnu jste, díky účasti v programu, ve svém životě očekával/a?
13. Naplnila se tato Vaše očekávání?
14. Pomohla Vám účast v programu zvládnout nějakou životní situaci?
  - Pokud ano, jakou a s jakým výsledkem?
15. Jaký je tedy Váš názor na celý program „senior akademie“?

---

### **Identifikační údaje:**

Kolik je Vám let?

Jaký je váš rodinný stav?

S kým v současnosti bydlíte?

Jaké je Vaše poslední dosažené vzdělání?