

Univerzita Pardubice
Filozofická fakulta

Senioři očima studentů Univerzity Pardubice

Jana Kratochvílová

Bakalářská práce

2011

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická
Akademický rok: 2010/2011

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Jana KRATOCHVÍLOVÁ**
Osobní číslo: **H08573**
Studijní program: **B6107 Humanitní studia**
Studijní obor: **Humanitní studia**
Název tématu: **Senioři očima studentů Univerzity Pardubice**
Zadávající katedra: **Katedra věd o výchově**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

- 1) Úvod
- 2) Teoretická část - Demografické stárnutí populace - Definice stáří a jeho hranice - Mezigenerační vztahy a soužití - Mezigenerační konflikty - Ageismus - Mezigenerační komunikace
- 3) Praktická část - kvalitativní výzkum mezi studenty UPa metodou rozhovoru
- 4) Vyhodnocení výzkumu
- 5) Závěr

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

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

Seznam odborné literatury:

CIBULEC, Jindřich. Soužití tří generací. Praha: Práce. 1980
TOŠNE-ROVÁ, Tamara. Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří. Praha. 2002
JIRÁSKOVÁ, Věra. Mezigenerační porozumění a komunikace. Praha. 2005
GIDDENS, Anthony. Sociologie. Praha: Argo. 1999

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Jana Křišťálová
Katedra věd o výchově

Datum zadání bakalářské práce: **30. dubna 2010**

Termín odevzdání bakalářské práce: **31. března 2011**



prof. PhDr. Petr Vorel, CSc.
děkan

L.S.



PhDr. Mgr. Ilona Moravcová, Ph.D.
vedoucí katedry

V Pardubicích dne 30. listopadu 2010

Prohlašuji:

Tuto práci jsem vypracovala samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využila, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., autorský zákon, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v Univerzitní knihovně.

V Pardubicích dne 30. 3. 2011

Jana Kratochvílová

Poděkování:

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. Janě Křišťálové za cenné rady, vlídný přístup a odborné vedení této práce.

ANOTACE

Tato práce je věnována vztahům mezi dnešní mladou generací a seniory. Práce se dále zabývá problematikou ageismu ve společnosti a mezigeneračními konflikty. Cílem je také upozornit na důležitost mezigenerační komunikace, její specifika a možné problémy. Praktickou část tvoří kvalitativní výzkum, v rámci kterého bylo pomocí polostrukturovaných rozhovorů zjišťováno, jaké postoje k seniorům mají vybraní studenti Univerzity Pardubice.

KLÍČOVÁ SLOVA

Stáří; senioři; mezigenerační vztahy; konflikty; komunikace; ageismus

TITLE

Seniors through the Eyes of Pardubice University Students

ANNOTATION

This work deals with the relationship between today's young generation and the seniors. The work also deals with issues of ageism in society and inter-generational conflicts. It also aims to highlight the importance of intergenerational communication, its specifics and possible problems. The practical part consists of qualitative research, in which were using semi-structured interview examined what attitudes towards the seniors have selected Pardubice University Students.

KEYWORDS

Old age; seniors; inter-generational relationships; conflicts; communication; ageism

OBSAH

1. ÚVOD.....	8
2. TEORETICKÁ ČÁST.....	10
2.1 DEMOGRAFICKÉ STÁRNUTÍ POPULACE	10
2.2 STÁŘÍ	12
2.2.1 Definice stáří a procesu stárnutí.....	12
2.2.2 Hranice stáří.....	13
2.2.2.1 Kalendářní (chronologické) stáří.....	13
2.2.2.2 Biologické stáří.....	15
2.2.2.3 Sociální stáří	15
2.2.3 Změny ve stáří	16
2.2.3.1 Fyzické změny.....	16
2.2.3.2 Psychické změny	18
2.2.3.3 Sociální změny	19
2.3 MEZIGENERAČNÍ VZTAHY A SOUŽITÍ.....	21
2.4 MEZIGENERAČNÍ KONFLIKTY	25
2.5 AGEISMUS.....	30
2.6 MEZIGENERAČNÍ KOMUNIKACE	36
3. PRAKTICKÁ ČÁST	41
3.1 CÍL VÝZKUMU	41
3.2 DRUH VÝZKUMU	41
3.3 METODA ZÍSKÁVÁNÍ A ZPRACOVÁNÍ DAT	41
3.4 VÝBĚR A POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU.....	42
3.5 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU	43
3.5.1 Senioři jako součást společnosti	43
3.5.2 Definice stáří a jeho hranice	46
3.5.3 Mezigenerační vztahy a soužití.....	48
3.5.4 Mezigenerační konflikty	49
3.5.5 Ageismus	50
3.5.6 Mezigenerační komunikace	52
4. ZÁVĚR	54
5. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	55

1. ÚVOD

Stáří je přirozenou, i když pro mladého člověka zatím velmi vzdálenou, fází života. V současné době je ve společnosti na stáří a staré lidi nahlíženo spíše negativně, k čemuž přispívá také demografické stárnutí populace, kdy se zvyšuje jak podíl starých lidí ve společnosti, tak i jejich celkový počet. Dalším faktorem, charakteristickým pro dnešní moderní dobu, je prohlubování rozdílů mezi generacemi mladých a starých lidí. Lidé už se nesebkávají tak často jako v minulosti, hlavně díky rozvoji techniky, která umožňuje vyřídit cokoliv rychle a pohodlně bez nutnosti osobního kontaktu. Pouze výjimečně se dnes objevuje společné bydlení příslušníků několika generací „pod jednou střechou“, které sice na jednu stranu přináší různé konflikty mezi členy domácnosti, ale nepochybně má také pozitivní vliv na mezigenerační vztahy nejen v rodině, ale i v celé společnosti. Dnes je společnost více než v minulosti rozdělena na skupiny lidí přibližně stejného věku, z čehož plyne vzájemné nepochopení. Mladí a staří lidé o sobě a svých potřebách skoro nic nevědí, dá se říci, že více než spolu, žijí vedle sebe.

Pokud se nepodnikne nic pro zlepšení vzájemných vztahů, lze očekávat, že v budoucnosti bude situace ještě mnohem horší. Myslím si, že toto téma si zaslouží naši pozornost už z toho důvodu, že každý z nás jednou zestárne a bude chtít prožít příjemné a důstojné stáří. Bude chtít být nadále platným členem společnosti, i když nebude mít tolik sil jako dříve, a předávat své zkušenosti a znalosti mladým lidem, od kterých se zase naopak může naučit některým novým věcem, např. z oblasti moderní techniky.

Hlavním cílem této bakalářské práce je zjistit, jak je v dnešní době ve společnosti pohlíženo na seniory, jaké vztahy a postoje mají příslušníci dnešní mladé generace k seniorům a co lze udělat pro zlepšení vzájemných vztahů. Práce se dále zabývá problematikou ageismu a mezigeneračních konfliktů, rozebírá příčiny jejich vzniku a snaží se nalézt možná řešení. Cílem je také upozornit na důležitost mezigenerační komunikace, její specifika a možné problémy. V neposlední řadě se práce snaží zjistit, jestli mají mladí lidé o setkávání a komunikaci se seniory vůbec zájem a co jim to může přinést.

Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část, které se navzájem se doplňují. V teoretické části jsou nejprve stručně shrnuty poznatky o

demografickém stárnutí populace. Dále je věnován značný prostor obecné definici stáří a stárnutí, vymezení počátku stáří z několika různých hledisek a také popisu změn, které jsou se stárnutím a stářím spojeny. Pak už následuje samotná problematika vztahů mezi příslušníky mladé a staré generace a jejich vzájemného soužití. Další kapitola pojednává o mezigeneračních konfliktech jak v rodině, tak i v rámci celé společnosti. Bakalářská práce se věnuje i problematice ageismu a postojům společnosti ke stáří a seniorům. Na závěr teoretické části je zařazena kapitola o mezigenerační komunikaci.

V úvodu praktické části je popsán cíl výzkumu, výzkumné otázky, metoda získávání a zpracování dat a výběr a popis výzkumného souboru. Poté následuje analýza získaných dat a jejich interpretace. Odpovědi na stanovené výzkumné otázky byly zjišťovány pomocí kvalitativního výzkumu, přičemž ke sběru dat byla zvolena metoda polostrukturovaných rozhovorů s vybranými studenty Univerzity Pardubice.

2. TEORETICKÁ ČÁST

2.1 DEMOGRAFICKÉ STÁRNUTÍ POPULACE

„Existuje odhad, podle něž se v prehistorických dobách stáří (věku 65 let) nedožival nikdo. Až do 17. století překročilo 65 let života pravděpodobně jen 1 % populace. Do 19. století se toto číslo zvýšilo přibližně na 4 %. Ve 20. století starší lidé tvořili 12 % západní populace. Nyní tvoří přibližně 15 %, v roce 2030 se bude jednat o 30 %.“¹

Hlavní vliv na demografické stárnutí populace má pokles porodnosti a prodlužující se střední délka života². Důsledkem poklesu porodnosti je zvyšování podílu seniorů v populaci a prodlužující se střední délka života způsobuje nárůst absolutního počtu starých lidí.³

Tyto trendy jsou typické hlavně pro vyspělé státy, včetně České republiky. Do budoucna se bude Česká republika pravděpodobně muset vyrovnávat s celkovým úbytkem obyvatelstva a také nepříznivým vývojem věkové struktury (klesající podíl předproduktivní a produktivní složky a zvyšující se podíl složky poproduktivní).⁴

Podle Českého statistického úřadu žilo v roce 2001 v České republice 1 415 000 osob starších 65 let, což je 13,9 % z celkového počtu obyvatel, v roce 2009 to bylo 1 599 000 osob (podíl 15,2 %).⁵ V roce 2030 by to mělo podle odhadů být už 2 516 957 osob (podíl 23,1 %) a v roce 2050 dokonce 3 375 527 osob (podíl 31,1 %).⁶ Úplně opačná situace je ve skupině 0-14. V roce 2001 byl počet osob ve věku 0-14 let 1 622 000 (podíl 15,9 %), v roce 2009 to bylo 1 494 370 osob (podíl 14,2 %).⁷ V roce

¹ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press 2009. s. 13. ISBN 978-80-251-2104-7

² Střední délka života neboli naděje na dožití = ukazatel, který nám říká, kolika let se s vysokou pravděpodobností dožije právě narozené zdravé dítě.

³ DUFEK, Jaroslav; MINAŘÍK, Bohumil. *Stárnutí obyvatel České republiky a vývoj zatížení produktivní populace*. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita 2008. s. 10. ISBN 978-80-7375-253-8

⁴ Tamtéž, s. 11

⁵ Český statistický úřad. *Vývoj obyvatelstva ČR v roce 2009*. [online]. 13.9. 2010 [cit. 2011-03-01]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4007-10>>

⁶ Český statistický úřad. *Projekce obyvatelstva České republiky do roku 2065*. [online]. 19.5. 2009 [cit. 2011-03-02]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2009edicniplan.nsf/publ/4020-09->>

⁷ Český statistický úřad. *Vývoj obyvatelstva ČR v roce 2009*. [online]. 13.9. 2010 [cit. 2011-03-01]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4007-10>>

2030 by to mělo být 1 509 161 osob (podíl 13,8 %) a v roce 2050 asi 1 500 915 (podíl 13,8%).⁸

Průběžně se zvyšuje i naděje na dožití a průměrný věk všech žijících obyvatel České republiky. V roce 2001 byl průměrný věk žijících obyvatel 39 let a v roce 2009 už 40,6 let. Naděje na dožití byla v roce 2001 u mužů 72,1 let a u žen 78,4 let, v roce 2009 to bylo u mužů 74,2 let a u žen 80,1 let.⁹ V roce 2030 bude podle odhadů průměrný věk žijících obyvatel 45,2 let a v roce 2050 to bude již 47,9 let. V roce 2030 by již měla být naděje na dožití u mužů 79,5 a u žen 85,1 let, v roce 2050 u mužů 83,5 let a u žen dokonce 88,4 let.¹⁰

A jaké jsou sociální a ekonomické dopady stárnutí populace? Bude se výrazně zvyšovat ekonomické zatížení produktivní populace. Poroste počet osob s nárokem na starobní důchod, což vyvolává nutnost důchodové reformy. Žádoucí změnou by bylo, aby se každý mohl svobodně rozhodnout, kdy chce odejít do důchodu. Bude také potřeba reforma zdravotnictví, protože u starších osob porostou náklady na léčení a výdaje na zdravotnictví tak budou mít zvyšující se trend. Dále bude potřeba více míst v domovech pro seniory a v domech s pečovatelskou službou. K prožití aktivního stáří přispěje i rozvoj forem vzdělávání starších osob (např. zakládání univerzit třetího věku). Pro zabezpečení potřeb stárnoucího obyvatelstva tak bude nezbytné přijmout celý komplex opatření v mnoha oblastech (např. zdravotní a sociální péče, podpora rodiny, bytová politiky, školství, kultura atd.).¹¹

Podle Dufka s Minaříkem¹² je potřeba „...přijmout a rozvinout ucelený program přípravy na stáří a orientovat celospolečenský zájem na problematiku stárnutí. Znamená to věnovat procesu stárnutí i samotnému stáří obyvatel zvýšenou pozornost státních orgánů, společenských organizací, sdělovacích prostředků, obcí, komunit i jednotlivců. Hlavním cílem je účinně řešit problémy a potřeby seniorů a vytvářet podmínky pro jejich aktivní stárnutí.“

⁸ Český statistický úřad. *Projekce obyvatelstva České republiky do roku 2065*. [online]. 19.5. 2009 [cit. 2011-03-02]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2009edicniplan.nsf/publ/4020-09->>

⁹ Český statistický úřad. *Vývoj obyvatelstva ČR v roce 2009*. [online]. 13.9. 2010 [cit. 2011-03-01]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4007-10->>

¹⁰ Český statistický úřad. *Projekce obyvatelstva České republiky do roku 2065*. [online]. 19.5. 2009 [cit. 2011-03-02]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2009edicniplan.nsf/publ/4020-09->>

¹¹ DUFEK, Jaroslav; MINAŘÍK, Bohumil. *Stárnutí obyvatel České republiky a vývoj zatížení produktivní populace*. s. 67-71

¹² Tamtéž, s. 70

2.2 STÁŘÍ

Stáří je přirozenou fází lidského života, která je charakteristická určitými společnými fyzickými a psychickými znaky. U starého člověka, běžně označovaného jako senior, dochází k nevyhnutelným změnám osobnosti, úbytku energie a jistým fyzickým změnám, které jsou příčinou zhoršování jeho zdravotního stavu. To však ještě neznamená, že člověk nemůže být ve stáří stále aktivní a soběstačný.

2.2.1 Definice stáří a procesu stárnutí

Jednoduchou definici stáří nabízí Psychologický slovník¹³, který toto období charakterizuje jako „*konečnou etapu geneticky vyměřeného trvání života.*“

Podle Mühlpachra¹⁴ je stáří „*obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory (především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami) a je spojeno s řadou významných změn sociálních (osamostatnění dětí, penzionování a jiné změny sociálních rolí).*“

Určit přesný okamžik, kdy končí střední věk a začíná stáří, je velmi složitý úkol. Fyzické a psychologické znaky charakterizující stáří se nikdy neobjeví najednou, ale začínají se objevovat postupně v průběhu řady let. Proto je na stáří třeba pohlížet jako na součást procesu stárnutí.

Mühlpachr¹⁵ charakterizuje stárnutí jako „*celoživotní proces, jehož involuční projevy se stávají zřetelnějšími zhruba od přelomu 4. a 5. decenia, a to v závislosti na náročnosti prostředí.*“

¹³ HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál 2000. s. 562. ISBN 80-7178-303

¹⁴ MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova Univerzita 2009. s. 18. ISBN 978-80-210-5029-7

¹⁵ Tamtéž

Je potřeba zdůraznit, že stárnutí je proces individuální, tzn. že tempo stárnutí je u každého člověka odlišné. Stárnutí je ovlivněno nejen genetickou výbavou člověka, ale také jeho způsobem života, zdravotním stavem a jinými vnějšími vlivy. Zároveň se jedná o proces asynchronní, což znamená, že jednotlivé části organismu stárnou odlišným tempem. Může to být způsobeno např. jejich nestejným zatěžováním, nějakou jednostrannou aktivitou nebo poškozováním různými chorobnými procesy.¹⁶

Rozlišujeme tzv. **primární stárnutí** (tělesné změny stárnoucího organismu), **sekundární stárnutí** (změny, které se ve stáří objevují častěji, ale nejsou jeho nutným doprovodným jevem) a **terciární stárnutí** (tento pojem se někdy používá k vyjádření prudkého tělesného úpadku bezprostředně před smrtí).¹⁷

2.2.2 Hranice stáří

K vymezení stáří se běžně používají tři základní ukazatele - kalendářní, biologický a sociální věk.

2.2.2.1 Kalendářní (chronologické) stáří

Jedná se o určitou věkovou hranici, po jejímž dosažení je člověk považován za starého. Mezi výhody tohoto vymezení patří například jednoduchost nebo snadná komparace. Existuje však i několik podstatných nevýhod, které nelze opomenout. Mühlpachr¹⁸ a Stuart-Hamilton¹⁹ se shodují v tom, že kalendářní věk má pouze orientační charakter a sám o sobě nemůže být považován za spolehlivý ukazatel o skutečném stavu člověka. Důvodem je to, že proces stárnutí neprobíhá u všech lidí stejně. Tempo i projevy stárnutí se mohou u každého člověka velmi lišit. Periodizace také nezohledňuje rozdíly mezi mužskou a ženskou ontogenezí.

¹⁶ MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. s. 22

¹⁷ STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál 1999. s. 18. ISBN 80-7178-274-2

¹⁸ MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. s. 20-21

¹⁹ STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. s. 19

Z výše řečeného vyplývá, že určit všeobecně platnou věkovou hranici, kdy začíná stáří, je velmi složité, ne-li nemožné. Gerontologové za mezní hranici stáří většinou označují věk mezi 60. a 65. lety, protože v tomto věku se u většiny lidí začínají objevovat známky stárnutí.

Nejrozšířenější a nejčastěji používaná je patnáctiletá periodizace lidského života²⁰, která je doporučována i Světovou zdravotnickou organizací (WHO):

- 60 – 74 let – vyšší věk (rané stáří)
- 75 – 89 let – stařecký věk neboli senium (vlastní stáří)
- 90 let a více – dlouhověkost

V dnešní době se však hlavně ve vyspělých západních státech posouvá hranice stáří na 65. let. Souvisí to s celkovým stárnutím populace a zlepšováním fyzického kondice dnešních seniorů. Proto se dnes stále častěji používá toto členění²¹:

- 65 – 74 let – mladí senioři (dominuje problematika na penzionování, volného času, aktivit, seberealizace)
- 75 – 84 let – staří senioři (změna funkční zdatnosti, specifická medicínská problematika, atypický průběh chorob)
- 85 let a více – velmi staří senioři (na významu nabývá sledování soběstačnosti a zabezpečení)

Jako **dlouhověkého** lze označit člověka, který dosáhl nad 90, příp. 85 let. Hlavně díky rozvoji medicíny a zvyšování životní úrovně počet dlouhověkých ve společnosti stále stoupá. Jako maximální možná délka lidského života se v dnešní době uvádí asi 125 let, i když nebyla nikdy hodnověrně doložena. Podle dosud publikovaných výzkumů je zřejmé, že v blízké budoucnosti se maximální možná délka života výrazněji zvyšovat nebude.²²

²⁰ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Manuálek sociální gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví 2002. s. 10. ISBN 80-7013-363-5

²¹ MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. s. 20-21

²² Tamtéž, s. 21

2.2.2.2 Biologické stáří

Podle Stuarda-Hamiltona²³ „výraz *'biologický věk'* poukazuje na objektivní stav fyzického vývoje či degenerace.“ Z toho je zřejmé, že se biologický věk člověka nemusí vždy shodovat s jeho skutečným (kalendářním) věkem. U nás ve většině případů bývá biologický věk člověka daleko vyšší než jeho kalendářní věk.²⁴

Lze využít také některých specifitějších určení biologického věku²⁵:

- 1) **Anatomický věk** (relativně obecný pojem vyjadřující např. stav kosterní soustavy, tělesné stavby,...)
- 2) **Karpální věk** (vyjadřuje skutečný stav zápěstních čili karpálních kůstek)
- 3) **Fyziologický věk** (stav fyziologických procesů organismu, např. rychlost metabolismu)

Mühlpachr²⁶ charakterizuje biologické stáří jako „*hypotetické označení konkrétní míry involučních změn, obvykle těsně propojených se změnami způsobenými těmi chorobami, které se vyskytují s vysokou frekvencí převážně ve vyšším věku.*“

2.2.2.3 Sociální stáří

Tento ukazatel je založen na předpokladu, že se lidé po dosažení určitého věku začnou chovat tak, jak od nich společnost očekává (např. v západních zemích se očekává, že se lidé po dosažení šedesátky budou chovat klidně a usedle.) Proto je nejčastěji za hranici sociálního stáří považován odchod do důchodu. V tomto pojetí je stáří chápáno jako změna sociálního statusu, která je také spojena s určitou změnou životního stylu.²⁷

²³ STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. s. 22

²⁴ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. s. 13.

²⁵ STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. s. 22

²⁶ MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. s. 19

²⁷ STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. s. 19

Podle **sociální periodizace života**, se lidský život člení na 3, příp. 4 období. První věk je nazýván předproduktivní, druhý věk je produktivní, třetí věk je postproduktivní a jako čtvrtý věk se někdy označuje fáze závislosti. Toto označení je nevhodné, protože vzbuzuje dojem, že nesoběstačnost je nevyhnutelným a přirozeným stádiem lidského života. Nevhodné je také označení třetího věku jako postproduktivního. Podporuje vnímání stáří, jako období bez produktivního přínosu pro společnost, což může vést až k rozvoji diskriminace a jiných nebezpečných vlivů ve společnosti.²⁸

2.2.3 Změny ve stáří

Jak jsem už zmínila v předchozí části textu, ve stáří dochází u každého člověka nevyhnutelně k určitým změnám – fyzickým, psychickým a sociálním.

2.2.3.1 Fyzické změny

Fyzické změny ve stáří podrobně popisují např. Mühlpachr²⁹ a Stuart-Hamilton³⁰. Mezi nejvýznamnější tělesné změny, odehrávající se v organismu stárnoucího člověka, patří úbytek svalové hmoty a síly zbývajících svalů. Také se zvyšuje obsah tělesného tuku (až o 25%). Tělesné tkáně (svaly, pokožka) ztrácí elasticitu, zpomaluje se proces hojení a dochází k řídnutí kostí. Zhoršuje se pohybová koordinace.

Vylučovací soustava zpomaluje svou činnost a ztrácí výkonnost. Dochází k poruchám funkce močového měchýře. Trávicí soustava už není tak výkonná při vstřebávání živin. Dále dochází k opotřebenosti a ztrátě chrupu (ve vyspělých státech je normou zachování většiny zubů do 65 let).

Srdce ztrácí svoji sílu, snižuje se průtok krve všemi orgány a elasticita tepen. Kapacita plic se zmenšuje a zároveň se zvyšuje dechová práce. Zhoršuje se vytrvalost, adaptační schopnosti a odolnost vůči zátěži. Nervové vedení se zpomaluje a prodlužuje

²⁸ MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. s. 19-20

²⁹ Tamtéž, s. 23-25

³⁰ STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. s. 25-43

se reakční doba. Mohou se objevit poruchy spánku nebo atrofie mozku. Zhoršuje se i smyslové vnímání:

- *Zrak* – stařecká dalekozrakost (presbyopie), ztráta zrakové ostrosti, zhoršení adaptace na šero, zmenšování zorného pole atd.
- *Sluch* – slábnutí sluchu, presbyakuze (nedoslýchavost stárnoucích), zhoršené vnímání zvuků o vysokých frekvencích.
- *Ostatní smysly* – oslabení chuti i čichu, zvyšuje se hmatový práh citlivosti, klesá citlivost k teplotě předmětů.

Stáří samo o sobě není nemocí, ale je pravda, že v tomto období života dochází k vyššímu výskytu chorob. U starých lidí se často objevuje tzv. **polymorbidita**, což je současný výskyt většího počtu různých, zpravidla chronických onemocnění.³¹ V mnoha případech proto bývá obtížné určit, jestli jsou pozorované změny přirozeným důsledkem stárnutí nebo se jedná o příznaky nějakého prodělaného chorobného procesu.³²

Podle Kalvacha³³ se u seniorů nejčastěji vyskytují tyto choroby:

- Ateroskleróza (kornatění tepen) a její orgánové projevy (ischemická choroba srdeční, postižení mozkových tepen, postižení tepen dolních končetin)
- Plicní rozedna
- Osteoartroza (degenerativní postižení kloubní chrupavky a přilehlé kosti)
- Osteoporóza (vystupňovaná atrofie kosti s úbytkem její hutnosti a zvýšením rizika zlomenin)
- Alzheimerova nemoc (patří mezi nejčastější příčiny demence)
- Poruchy zraku
- Poruchy sluchu

³¹ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum 2007. s. 312 ISBN 978-80-246-1318-5

³² STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. s. 23

³³ KALVACH, Zdeněk, a kol. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada 2004. s. 139-140. ISBN 80-247-0548-6

2.2.3.2 Psychické změny

Psychické změny v období stáří mohou mít různé příčiny. Některé jsou podmíněny biologicky, jiné jsou důsledkem různých psychosociálních vlivů. Ucelený přehled psychických změn ve stáří nabízí Vágnerová³⁴:

1) Změny poznávacích procesů:

- a) Změny aktivačních procesů – dochází k celkovému zpomalení, rozhodování je pro starého člověka složitější a jeho reakční doba se prodlužuje, snadněji se unaví.
- b) Změny v orientaci v prostředí – tyto změny jsou ovlivněny zhoršováním zrakové a sluchové ostrosti.
- c) Úbytek paměťových kompetencí a obtížnost učení – běžně dochází k poruchám paměti, zpomalení paměťových procesů (ukládání i vybavování). Pokles paměťových funkcí je individuální, závisí také na zkušenostech a postoji k duševní činnosti.
- d) Změny intelektových funkcí – tyto změny jsou velice individuální. Jsou ovlivněny genetickými dispozicemi, dosaženým vzděláním, způsobem života a dalšími faktory. Všeobecně platí, že starý člověk se hůře přizpůsobuje a učí novým věcem a špatně zpracovává a zapamatovává si nové informace.

2) Změny regulačních procesů v období stáří:

- a) Změny emočního prožívání a emoční reaktivity – staří lidé nejsou schopni ovládat své emoční projevy, tak jako dříve. Mají větší sklon k depresím a jsou více tzv. emočně ovlivnitelní.
- b) Změny vůle – rozhodování dělá starým lidem větší potíže, bývají tvrdohlaví. Naopak mohou být vytrvalejší a trpělivější než dříve.
- c) Pokles potřeby změny – snižuje se např. potřeba stimulace a učení. Potřeba citové jistoty a bezpečí se naopak zvyšuje. Starý člověk také potřebuje věřit v otevřenou budoucnost a naději, aby se lépe vyrovnal se strachem z nemoci nebo dokonce ze

³⁴ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál 2000. s. 451-459. ISBN 80-7178-308-0

smrti. Potřeba seberealizace může být negativně ovlivněna odchodem do důchodu.

3) Změny osobnosti v stáří:

Ve stáří se často nějakým způsobem mění i osobnost člověka. Většinou dochází k prohloubení typických vlastností (např. prohloubení introverze vede až k samotářství). Také tyto změny se projevují u každého člověka velice rozdílně.

2.2.3.3 Sociální změny

I v sociální oblasti dochází u starého člověka k mnoha významným změnám. Mění se jeho sociální chování a také potřeba sociálního kontaktu. Staří lidé bývají více izolováni ve svém soukromí a preferují kontakty se známými lidmi (přátelé, rodina). S tím souvisí i zmenšená schopnost starých lidí navazovat nové kontakty a obtíže v komunikaci (nedoslýchavost, zhoršené vybavování slov atd.) Starý člověk se také raději stýká se svými vrstevníky než s mladými lidmi, kteří nemohou tak dobře pochopit jeho problémy a starosti.³⁵

Ve stáří dochází také ke změně řady sociálních rolí. Jednou z největších změn je bezpochyby odchod do důchodu. Jak říká Pichaud: „*Odchod do důchodu je důležitým momentem, hlavní událostí v životě, přechod, zlom, který označuje konec jednoho období a počátek dalšího období.*“³⁶ Člověk prakticky den ze dne opouští své zaměstnání a ztrácí kontakt s lidmi, se kterými pracoval. Musí přijmout roli „důchodce“ a přizpůsobit tomu způsob svého života. Vyrovnat se s odchodem do důchodu není vždy lehké, protože tento okamžik může být spojen se strachem z prázdnoty a osamělosti. V důchodu má člověk najednou spoustu volného času, který musí nějak naplnit. Možným

³⁵ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 459-463

³⁶ PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. Praha: Portál 1998. s. 27 ISBN 80-7178-184-3

řešením je zrealizovat plány, které doposud nebylo možno zrealizovat kvůli nedostatku času nebo se zapojit v různých dobrovolných činnostech.³⁷

Asi nejhorší zátěží, kterou přináší stáří, je smrt partnera nebo blízkých lidí. Člověk najednou nemá pro koho žít, ztrácí motivaci, zvyšuje se pocit osamělosti a prázdnoty. Má problémy provádět běžné každodenní úkony. Často také dochází ke zhoršení jeho ekonomické situace. Výhodiskem může být navázání nového vztahu. Takovéto vztahy však obvykle nemají formu společného soužití. Pokud si přece jenom partneři přejí žít spolu, častěji než manželský volí družský svazek. Důvodem k navázání nového vztahu je např. strach ze samoty nebo potřeba sdílet s někým své problémy. Mnoho starých lidí však po novém vztahu už netouží. K tomu přispívá i odmítavý postoj dnešní společnosti k mileneckým vztahům starých lidí. Staří lidé jsou často ve společnosti vnímáni jako „asexuální bytosti“.³⁸ Pravdou však je, že „*milovat a zakoušet rozkoš může člověk navzdory fixním a všeobecně rozšířeným představám i v pokročilém věku. Touha nezná věk. V devadesáti letech je možné se zamilovat stejně jako ve dvaceti.*“³⁹

³⁷ PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 27-28

³⁸ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 479-482

³⁹ PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 29

2.3 MEZIGENERAČNÍ VZTAHY A SOUŽITÍ

V sociologii je generace charakterizována jako „skupina lidí (vrstevníků), která se narodila a dospívala přibližně v téže době. (...) Délka trvání jedné lidské generace odpovídá přibližně průměrnému věku žen při porodu prvního dítěte. (...) Dnes činí kolem třiceti let.“⁴⁰

Pro příslušníky každé generace jsou typické určité charakteristické rysy. I když se tyto charakteristiky v dnešní době často prolínají, jejich vliv na mezigenerační vztahy je stále značný. Touto problematikou se podrobněji zabývá Cibulec⁴¹, který shrnuje nejvýraznější přednosti a nedostatky různých generací:

Pro **mladou generaci** je charakteristická životní síla, nekonvenčnost, odhodlání a touha zkoušet nové věci. Mladí lidé se snáze přizpůsobují změnám, ale také jsou velmi nároční a kritičtí ve vztazích mezi lidmi (zejména se starší generací). Nedostatkem mladé generace je lehkovážnost, podceňování nebezpečí a často také agresivita, která se projevuje nejen ve způsobu chování, ale i v překonávání překážek. Dalším negativem je egoismus mladého člověka zapříčiněný nesprávnou výchovou v rodině. Závěrem lze říci, že mnoho chyb mladé generace plyne z nedostatku životních zkušeností

Životní zkušenosti a životní moudrost jsou naopak největší předností **generace starší**. Starší lidé také bývají rozvážnější a jejich reakce na podněty bývají přiměřenější a promyšlenější. Mnoho starých lidí také dokáže tolerovat chyby mladé generace, protože se jich sami v mládí dopouštěli také. Negativním znakem starší generace často bývá konzervatismus, zpátečnictví a tendence podceňovat mladé lidi.

Lze vymežit tři základní typy názorů na současné generace⁴²:

- 1) **Objektivní** – člověk je schopen vidět nedostatky a přednosti u své generace i u příslušníků jiných generací.
- 2) **Subjektivní** – příslušník určité generace nevidí podstatnější chyby u své generace, ale u jiných generací ano.

⁴⁰ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. s. 19

⁴¹ CIBULEC, Jindřich. *Soužití tří generací*. Praha: Práce 1980. s. 24-26

⁴² Tamtéž, s. 13-15

3) Předsudky – jedná o neobjektivní a iracionální stanovisko, které člověk zaujímá proti jiným lidem či skupinám. Platí, že každá skupina má své vlastní předsudky, i když více předsudků mají mladí lidé vůči těm dříve narozeným.

Výše uvedené názory jsou ovlivňovány celou řadou kladných i záporných činitelů. Z těch kladných hraje roli např. schopnost empatie, lásky k bližnímu nebo čestnost a nezištnost. Důležitá je také osobnost člověka, způsob života a jeho charakterové vlastnosti. Mezi negativní činitele patří egoismus, nesnášenlivost, netolerantnost a hrubost. Dále nezáměr a antipatie vůči druhým lidem nebo honba za majetkem.⁴³

V minulosti bylo běžné, že mladí a staří lidé žili pohromadě v tzv. **vícegeneračních rodinách**. Pro staré lidi to mělo řadu výhod. Měli zajištěné přirozené prostředí k dožití a věděli, že se o ně někdo postará a v případě potřeby zavolá pomoc. Také přímá účast na životě mladých měla na život seniorů pozitivní vliv. To, že mohli s mladými sdílet jejich úspěchy i neúspěchy v nich posilovalo pocit užitečnosti. Dnes už existují vícegenerační rodiny jenom výjimečně. K tomu přispěla i výstavba malých panelákových bytů pro mladé rodiny. Pro staré lidi najednou nebylo místo a tak dnes žijí většinou sami.⁴⁴

V tomto lze také vidět jeden z důvodů stále se prohlubujících mezigeneračních problémů. Mladí lidé, kteří prožili své dětství na sídlištích, se starými lidmi nepřicházeli téměř vůbec do styku. Neměli tak možnost zvyknout si na běžné handicap, které stárnutí přináší (zpomalená chůze, sluchové potíže atd.), a proto jim dnes chybí schopnost vcítit se do potřeb a problémů starých lidí.⁴⁵

V České republice dnes žije pouze 6 % seniorů se svými dětmi ve společné domácnosti. Většina sice dává přednost soukromí vlastnímu bytu, ale často bydlí ve stejné obci jako rodiny jejich dětí, aby s nimi mohli být co nejčastěji v kontaktu.⁴⁶ I když je tedy společné soužití více generací spíše výjimkou, stále se uplatňuje mezigenerační výpomoc a solidarita. Dokud jsou senioři aktivní a vitální mohou pomáhat např. s hlídáním dětí nebo poskytovat finanční výpomoc. S postupujícím

⁴³ CIBULEC, Jindřich. *Soužití tří generací*. s. 27-31

⁴⁴ TANSKÁ, Nataša. *Proč jdeme mladým na nervy?*. Praha: MOTTO 2001. s. 36. ISBN 80-7246-098-6

⁴⁵ Tamtéž, s. 41

⁴⁶ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. s. 385

věkem však u starého člověka dochází k úbytku sil a nárůstu různých zdravotním problémům a jednoho dne tak může dojít k tomu, že starý člověk již nebude schopen žít sám a stane se závislým na pomoci rodiny. Pozitivní je, že i v dnešní době patří rodina mezi nejdůležitější hodnoty většiny lidí. Tuto skutečnost dokládají výsledky jednoho evropského výzkumu, podle kterého se o 70 – 80 % starých nesamostatných lidí v Evropském společenství stará někdo z rodiny.⁴⁷

Nejčastěji se o své staré rodiče starají jejich vlastní děti. Tato situace je však pro obě strany spojena s řadou těžkostí a nepříjemných pocitů. Senioři si nechtějí přiznat vlastní nemohoucnost a stydí se požádat o pomoc. Nechtějí být pro své děti přítěží a mohou mít pocit vlastního selhání.⁴⁸ Také pro děti, přestože mají své rodiče rádi a chtějí, aby byly zabezpečeny všechny jejich potřeby, to není snadné. Může se objevit strach z vlastního selhání, např. z toho, že se nebudou umět o svého starého rodiče postarat. Těžké je také sledovat stále se zhoršující stav svého kdysi aktivního a vitálního rodiče. Ještě mnohem horší situace nastává, když se jedná o demenčního rodiče, který už své děti ani nepoznává.⁴⁹

Generace vnuků je málokdy schopná převzít veškerou zodpovědnost za péči o své prarodiče, ale je ochotná se na ní nějakým způsobem podílet. Mladí lidé většinou k potřebám starých nemohoucích lidí přistupují jinak než střední generace. Jsou tolerantnější k jejich podivínství a nezvyklým požadavkům a netrvají tak striktně na dodržování životosprávy.⁵⁰

Cibulec⁵¹ uvádí nejčastější názory na možné soužití různých generací:

- 1) **Nesmiřitelné stanovisko** – negativně vyhraněný postoj, vzájemné soužití nepřipadá v úvahu, častěji se vyskytuje u příslušníků mladších generací.
- 2) **Podřízenecké stanovisko** – častější než předchozí stanovisko, jedná se o nadvládu rodičů nad dětmi (i v dospělém věku) nebo naopak o nadvládu dětí nad rodiči.

⁴⁷ PICHAUD, Clément, THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 68

⁴⁸ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. s. 391

⁴⁹ PICHAUD, Clément, THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 70-71

⁵⁰ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. s. 393-394

⁵¹ CIBULEC, Jindřich. *Soužití tří generací*. s. 20-23

- 3) **Vynucené stanovisko** – jedná se nedobrovolné soužití více generací (např. z důvodu nemoci nebo úmrtí jednoho člena rodiny).
- 4) **„Vychytralé“ stanovisko** – nejčastěji se jedná o formu využívání starých lidí jejich dospělými dětmi (předstírají zájem, aby je mohli využívat).
- 5) **Podbízivé stanovisko** – objevuje se, když dospělé děti o své rodiče příliš nejeví zájem a ti tak citově strádají a mají potřebu si jejich lásku „kupovat“.
- 6) **Rovnocenné (realistické) stanovisko** – nejžádanější ve vztazích mezi generacemi, založeno na rovnocenném vztahu.
- 7) **Liberální (volné) stanovisko** – bývá zastoupeno pouze zřídka, podstatou je lhostejnost k tomu, co dělají ostatní.

Je zřejmé, že společné soužití různých generací přináší nejen pozitiva, ale i negativa. Často dochází k různým konfliktům např. kvůli nedostatku soukromí nebo odlišným názorům na hospodaření, vedení domácnosti, úklid atd. Prarodiče také mohou nežádoucím způsobem zasahovat do výchovy vnoučat nebo dokonce soupeřit s rodiči o jejich přízeň. Mezigeneračním konfliktům nejen v rodině, ale i ve společnosti je věnována následující kapitola.

2.4 MEZIGENERAČNÍ KONFLIKTY

Podle mého názoru je nezbytné si nejprve alespoň stručně představit, co to vlastně konflikt je, proč vzniká a jak dospět k jeho řešení.

Obecně lze konflikt definovat jako „každé nápadné, event. násilné střetnutí protikladných sil nebo tendencí, které se snaží uplatňovat svou nadvládu v téže oblasti.“⁵² Konflikty mohou mít mnoho různých podob a příčin a proto se běžně dělí podle několika hledisek. Např. z hlediska **postojového** se rozlišují konflikty mírné, běžné, vyhrocené a tzv. mezní, z hlediska **zájmového** rozlišujeme konflikty osobní, společenské, kolektivní, světové a globální nebo je možno z hlediska **vztahového** rozlišovat konflikty intrapersonální, interpersonální, intraskupinové a interskupinové, atd.⁵³

Každý člověk se nepochybně během svého života setká s mnoha různými konflikty. Platí, že většina lidí pohlíží na konflikt jako na něco negativního, protože „konflikty mají na svědomí pokřivené vnímání lidí navzájem, hluboké citové otřesy, zpretrhané přátelské svazky, nezdravé ovzduší mezi lidmi, podezíravost a nedůvěru.“⁵⁴ I když je toto všechno pravda, měli bychom se naučit vnímat konflikty pozitivně, jako cestu k lepšímu porozumění a spolupráci, protože právě až v konfliktní situaci se často ukáže jaký člověk doopravdy je a zda je ochoten spolupracovat.⁵⁵ Podle Jiráskové⁵⁶ bychom měli konflikt brát jako běžnou součást života, která nám umožňuje dozvědět se něco nového také o sobě samých.

Nejčastější příčiny interpersonálních konfliktů v životě jsou podle Pospíšila⁵⁷ tyto:

- Rozdílné názory, mínění, představy, požadavky.
- Rozdílné postoje, předsudky.

⁵² JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol.: *Mezigenerační porozumění a komunikace*. Praha: Eurolex Bohemia 2005. s. 27. ISBN 80-86861-80-5

⁵³ Tamtéž, s. 31

⁵⁴ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů: manipulace v komunikaci, aneb jak lépe řešit konflikty, stresy, žít šťastně a odpovědně, posílit svou důstojnost a sebevědomí*. Plzeň: M. Pospíšil 2007. s. 232. ISBN 978-80-903529-1-9

⁵⁵ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů*. s. 232

⁵⁶ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol.: *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 28

⁵⁷ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů*. s. 237

- Rozdílné žebříčky hodnot, očekávání, přání.
- Různé protichůdné zájmy.
- Protichůdné potřeby.
- Čas – při časovém stresu je komunikace rychlá a dochází k taktickým chybám.
- Porozumění – partneři vidí problém ze svého pohledu.
- Nepozornost – jeden z partnerů v konfliktu je nesoustředěný.
- Odlišný způsob vyjadřování.
- Odlišné emoční naladění a energie.
- Výrazně odlišný temperament, emoční prožívání, rychlost reakcí, narušené osobnosti, výrazné chyby v charakteru.
- Snaha vyhrát za každou cenu a potřeba druhého porazit. Rány pod pás a citové vydírání.

Při zvládnání konfliktů *„je důležitá nejen komunikace, ale i ochota položit sám sobě několik otázek a uvědomit si skutečné příčiny nedorozumění.“*⁵⁸ Nejdříve by si člověk měl - pomocí sebereflexe - uvědomit vlastní reakce v konfliktu, čímž získá nový pohled na svoje pocity, reakce a názory. Dále je zapotřebí ochota pracovat na nových přístupech ke konfliktu, ochota zamyslet se, jestli nejsme náhodou předpojatí, a případná změna některých našich názorů. Ve vnímání konfliktu bychom se také neměli nechat příliš ovlivňovat emocemi. Mezi základní dovednosti, které nám pomohou při zvládnání konfliktů, patří tzv. **efektivní komunikace** (= schopnost vyjádřit své pocity a potřeby jasně, srozumitelně, účinně a slušně) a schopnost **aktivního naslouchání**. Úspěšné osvojení těchto dovedností často dokáže zamezit dalšímu vyhrocení konfliktu a přispět k jeho vyřešení.⁵⁹

Naopak rozvoj (eskalaci) konfliktů může způsobit⁶⁰:

- Výsměch, křik, zastrašování, ponižování, rány pod pás.

⁵⁸ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 26-27

⁵⁹ Tamtéž, s. 30-31

⁶⁰ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů*. s. 233-234

- Tendence poroučet rozkazovat, agresivní manipulace s druhými lidmi, vyzývavá gesta, mimika.
- Příliš liberální přístup k řešení problémů, řešení problémů na poslední chvíli.
- Snižování důstojnosti, nadávky, urážky, výhružky, výčitky.
- Narcistické, přehnaně sobecké projevy, kategorické soudy, velký tlak na rozhodování v důležitých věcech, citově zraňující argumenty.
- Konfliktní, nepřehledné situace, různé výchozí informace stran, rozdílná kritéria hodnocení, odlišné interpretace výkonů, chování, potřeb...

Pozitivní je, že převážná většina konfliktů (90 %), jsou tzv. **řešitelné konflikty**, kdy je možné dospět k nějakému řešení, kompromisu nebo dohodě.⁶¹ Protože je každý konflikt jiný, nějaké všeobecně platné pravidlo k řešení konfliktů neexistuje. Při řešení konfliktů je vždy třeba vycházet z konkrétní situace a typu konfliktu. Obecně lze říci, že „*řešení konfliktu vyžaduje chladnou hlavu, klidné emoce, chuť a čas protistrany hovořit o problému.*“⁶² **Dobré řešení** je takové, které přinese zisky všem stranám, je uskutečnitelné a přijatelné pro obě strany. Zamezuje dalšímu konfliktu a přináší rovnováhu mezi stranami.⁶³

Mezigenerační konflikty nejsou v dnešní době ničím výjimečným. Podle Jiráskové⁶⁴ patří hned vedle manželských problémů k nejčastějším mezilidským sporům.

V rodině dochází často ke konfliktům mezi rodiči a jejich dospělými dětmi, a to hlavně kvůli rozdílným názorům, hodnotám, postojům nebo uznávaným normám.⁶⁵ Výjimkou nejsou ani konflikty tchýně se snachou nebo zeťem. Většinou platí, že matka muže se do jeho manželství vměšuje více než matka ženy, protože má pocit, že se snacha o jejího syna nedovede postarat tak dobře jako ona.⁶⁶

⁶¹ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů*, s. 234

⁶² Tamtéž, s. 232

⁶³ Tamtéž, s. 237

⁶⁴ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 26

⁶⁵ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. s. 358

⁶⁶ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů*. s. 278

K řadě mezigeneračních konfliktů v rodině (hlavně ze strany dětí) dochází také kvůli majetku a dědictví. Dá se předpokládat, že v budoucnosti budou rodinné spory o majetek ještě mnohem častější, protože majetek rodin se postupně zvětšuje.⁶⁷

Vztah seniorů k vnoučatům bývá úplně jiný než k vlastním dospělým dětem. Mezi prarodiči a vnuky nedochází zpravidla k tolika střetům. Je to z toho důvodu, že prarodiče jsou k vnukům tolerantnější a méně kritičtí a vnuci nemají takovou potřebu se vůči nim vymezovat. V určitém období se dokonce může vytvořit tzv. **koalice prarodičů a vnuků**, protože obě tyto skupiny jsou závislé na střední generaci, která je ekonomicky aktivní a představuje pro ně autoritu. Naopak v době dospívání se vztah vnuků a prarodičů mění často k horšímu. Dospívající vnuci se chtějí osamostatnit, a už netráví tolik volného času s prarodiči jako dříve. Senioři naopak mají tendenci zasahovat do života svých vnuků a nutit jim své názory, což může být důvodem pro vznik vzájemných konfliktů.⁶⁸

Je třeba zdůraznit to, že „většina mezigeneračních sporů – ať již v rodině nebo v širší společnosti – pramení z pokřiveného názoru a předpojatých představ o jiných generacích, a zejména pak z povýšení těchto teorií na jedinou pravdu.“⁶⁹ Často se objevuje radikální prohlášení: staří jsou špatní nebo mladí jsou špatní. Při bližším zkoumání se ale mnohdy ukáže, že člověk, který toto prohlašuje, žádnou negativní zkušenost s jinou generací nemá, jenom se odvolává na ničím nepodložené všeobecně rozšířené stereotypy.⁷⁰ K rozvoji těchto stereotypů přispívá to, že v dnešní době „chybí spontánní mezigenerační setkání, společnost je segregována na věkově podobné skupiny, špatně mezi sebou komunikující. Zdůrazňovány jsou rozdíly, nikoliv spojující prvky.“⁷¹

Jak už bylo řečeno v minulé kapitole, stále se prohlubující mezigenerační problémy ve společnosti souvisí také s téměř úplným zánikem vícegeneračních rodin. Společným soužitím různých generací se udržovalo vědomí vzájemné sounáležitosti a kontinuity. Dnes je proto situace ve společnosti úplně opačná. Mladá generace

⁶⁷ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. s. 17

⁶⁸ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. s. 392-393

⁶⁹ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 26

⁷⁰ Tamtéž

⁷¹ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti 2002. s. 39. ISBN 80-238-9506-0

„nepocituje se starými lidmi sounáležitost, chápe je jako příslušníky jiné, podřadnější kategorie, s níž nemá nic společného.“⁷² Vzájemné konflikty jsou pak už jenom logickým vyústěním této situace.

Podle Vidovičové s Rabušicem⁷³ je kvalita vztahů se seniory v rámci užší rodiny tím hlavním faktorem, který má vliv na utváření vztahů mezi mladou a starou generací v celé společnosti. Jako rozhodující skutečnost, která pozitivně ovlivňuje vztahy mezi generacemi, označují emocionální (nikoli pouze prostorovou) blízkost obou skupin, k čemuž dále dodávají: „Je nutné si uvědomit, že tato ‚blízkost‘ je vztah. A jeho kultivace je záležitostí zainteresovanosti obou skupin. Je zřejmé, že nelze obviňovat mladší generaci z neúcty ke starším, aniž bychom se zároveň neptali, jakým způsobem vystupují starší vůči mladším, jak na ně působí, jaké hodnoty jim předávají, s jakou vstřícností se s nimi setkávají apod.“

Tošnerová⁷⁴ vidí cestu ke zlepšení mezigeneračních vztahů v podporování vzájemného aktivního setkávání dětí a seniorů. Navrhuje realizovat tato setkávání již ve školkách prostřednictvím různých ukázek lidové tvorby, kde např. seniorská krajčárka nebo starší řezbář prezentují své výrobky. Žákům základních a středních škol pak senioři mohou předávat své vědomosti a zkušenosti jako průvodci na různých výstavách, expozicích atd. Takto děti získají pozitivní pohled na stáří, který si odnesou do dalšího života.

Na závěr této kapitoly bych chtěla zdůraznit to, že lepší než konflikty řešit, je konfliktům předcházet (ať už se jedná o konflikty mezigenerační nebo jakékoliv jiné). Protože, jak říká Pospíšil⁷⁵, „konflikty snadno vznikají a špatně se řeší“. Samozřejmě, že předejít konfliktu není vždy možné, ale měli bychom se o to alespoň pokusit. Základem je s protistranou hned od začátku komunikovat, naslouchat jejím názorům a nenechat se příliš ovládat emocemi.

⁷² VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 443

⁷³ VIDOVIČOVÁ, Lucie; RABUŠIC, Ladislav. *Senioři a sociální opatření v oblasti stárnutí v pohledu české veřejnosti. Zpráva z empirického výzkumu*. Brno: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí. 2003. s. 44

⁷⁴ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. s. 20-21

⁷⁵ POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů*. s. 232

2.5 AGEISMUS

Pohled dnešní společnosti na stáří je spíše negativní. Obecně je na stáří pohlíženo jako na období, kdy dochází k celkovému úpadku a zhoršování kvality života. Převládají názory, že starý člověk není pro společnost ničím přínosný, a proto se od něj ani nic pozitivního neočekává. Často také dochází k izolaci starých lidí, aby nezdržovali a nepřekáželi. Tyto názory jsou silně podporovány současným hodnotovým systémem společnosti a obrazem, který vytvářejí média, kde je hlavní důraz kladen na význam a zachování mladistvého vzhledu.⁷⁶

V minulosti však byli staří lidé většinou společností vnímání úplně jinak. Dříve bylo stáří a jeho projevy považováno za přirozenou a nevyhnutelnou součást života. *„V tradičních společnostech byla starším lidem za normálních okolností prokazována značná úcta. V kulturách, v nichž existovaly věkové třídy, měli „stařešinové“ obvykle významné - a mnohdy konečné - slovo ve věcech důležitých pro celou komunitu. V rodině se autorita mužů i žen často zvyšovala s věkem.“*⁷⁷

V dnešní době naopak platí, že *„staří lidé mají nízký sociální status, jsou jim přičítány převážně negativní osobnostní vlastnosti a nízké kompetence. Jsou chápáni jako přítěž společnosti, skupina, která mnoho vyžaduje a nic nepřináší.“*⁷⁸ Dnes už také není na staré lidi pohlíženo jako na zdroj moudrosti (tak jako v minulosti), ale jejich vědomosti jsou často považovány za zastaralé.⁷⁹

Výše uvedené názory a postoje jsou hlavní podstatou ageismu. *„Pojem ageismus je odvozen od anglického slova age, které znamená věk, stáří a obecně je tím označován „společný předsudek vůči stáří“.*⁸⁰ Problematika ageismu a věkové diskriminace nemá příliš dlouhou tradici, o těchto pojmech se začalo více mluvit přibližně před čtyřiceti lety.⁸¹

⁷⁶ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 443

⁷⁷ GIDDENS, Anthony: *Sociologie*. Praha: Argo 1999. s. 57. ISBN 80-7203-124-4

⁷⁸ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 444

⁷⁹ GIDDENS, Anthony: *Sociologie*. s. 152

⁸⁰ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 21

⁸¹ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita 2008. s. 111. ISBN 978-80-210-4627-6

Jako první pojem ageismus vymezil ředitel amerického Národního institutu pro stárnutí Robert N. Butler⁸²: „Ageismus můžeme chápat jako proces systematického stereotypizování a diskriminace lidí pro jejich stáří, podobně jako se rasismus a sexismus vztahují k barvě pleti a pohlaví. Staří lidé jsou kategorizováni jako senilní, rigidní ve svém myšlení a způsobech, staromódní v morálce a dovednostech (...) Ageismus dovoluje mladším generacím vidět starší lidi jako odlišné od nich samých, a proto jim brání, aby se se staršími lidmi identifikovali jako s lidskými bytostmi.“

Na základě Butlerova vymezení vypracoval Palmore⁸³ novou definici, podle které je ageismus vnímám jako „jakýkoliv předpoklad nebo diskriminace proti nebo ve prospěch věkové skupiny. Předpoklady vůči věkové skupině jsou negativní stereotypy vůči této skupině nebo negativní postoje založené na stereotypu. Diskriminace vůči věkové skupině je nepatřičná, nemístná negativní zacházení se členy dané věkové skupiny.“

Z českých autorů nabízí komplexní definici ageismu Vidovičová⁸⁴, podle které je ageismus „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 generaci.“

Vidovičová⁸⁵ také poukazuje na to, že i když je častější diskriminace starých lidí, empirické výzkumy ukazují, že dnes není výjimkou ani diskriminace mladých. Ta je sice uznávanou součástí konceptu, ale soudí se, že její důsledky nejsou pro jedince ani pro společnost tak závažné jako v případě diskriminace seniorů.

Podle Jiráskové⁸⁶ je podstatou ageismu „nesprávně pochopená kvalitativní nerovnost jednotlivých fází lidského životního cyklu prostřednictvím procesu systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku anebo na základě jejich příslušnosti ke starší generaci.“

⁸² BUTLER, R. N. *Why Survive? Being Old In America*. New York: Harper and Row Publishers 1975. s. 12. In VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. s. 111

⁸³ PALMORE, E. B. *Ageism: Negative and Positive*. New York: Springer Publishing Comp. 1999. s. 4. In VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. s. 112

⁸⁴ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace - ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. Brno: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí 2005. s. 6

⁸⁵ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. s. 112

⁸⁶ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 22

Palmore⁸⁷ shrnuje předsudky zakládající ageismus do těchto deseti bodů:

- 1) **Nemoc** – většina lidí nad 65 let je často nemocná a nemůže se tak zúčastňovat běžných aktivit.
- 2) **Impotence** – sexualita je pro staré lidi nedůležitá a nevěnují se žádné pohlavní aktivitě.
- 3) **Ošklivost** – krása je v západní kultuře spojována s mládím.
- 4) **Pokles duševních schopností** – pokles duševních schopností je nevyhnutelným důsledkem stárnutí.
- 5) **Duševní choroba** – duševní porucha je nezbytnou součástí stáří.
- 6) **Zbytečnost** – staří lidé kvůli zdravotnímu stavu nebo duševní poruše nejsou schopni pokračovat v práci nebo je jejich práce neproduktivní.
- 7) **Izolace** – většina starých lidí je společensky izolovaných či žije osaměle.
- 8) **Chudoba** – většina starých lidí je chudá nebo naopak bohatá (oboje s negativním významem).
- 9) **Deprese** – starší osoba musí být nutně postižena depresí.
- 10) **Politická moc** – starší lidé jsou silná, sobecká politická síla a jejich politická moc odvrací politiky od potřebných reforem.

Podle Haškovcové⁸⁸ vznik ageismu ve společnosti souvisí s všeobecně rozšířenými mýty o stáří, jako jsou např. tyto:

- 1) **Mýtus falešných představ** – spokojenost starého člověka je závislá na jeho materiálním zajištění.
- 2) **Mýtus zjednodušené demografie** – člověk se stává starým v den odchodu do důchodu.
- 3) **Mýtus homogenity** – všichni staří lidé mají totožné vlastnosti i potřeby, protože vypadají stejně.

⁸⁷ PALMORE, E. B. *Ageism: Negative and Positive*. New York: Springer Publishing Comp. 1999. In JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 22-23

⁸⁸ HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Manuálek sociální gerontologie*. s. 27-28

- 4) **Mýtus neúčinného času** – staří lidé jsou neúčinní, protože nechodí do práce a nic nedělají.
- 5) **Mýtus ignorance** – právě proto, že starý člověk nepracuje a tudíž je neúčinný, nestojí za pozornost.
- 6) **Mýtus o arterioskleróze** – každý starý člověk musí nutně trpět sklerózou.

Vidovičová⁸⁹ ovšem se ztotožňováním ageismu a mýtů o stáří nesouhlasí. A to z toho důvodu, že není jasný vztah mezi příčinami a důsledky. V této souvislosti Tošnerová⁹⁰ vybízí k zamyšlení „*nakolik sami seniori přebírají stereotypy stáří a identifikují se s nimi a nic víc již nečekají a tím se sami podílejí na jejich udržení.*“ Na shodný problém upozorňuje také Jirásková⁹¹.

Podle mého názoru uvádí nejvýstižnější souhrn faktorů podílejících se na ageismu Tošnerová⁹²:

- Demografické trendy „šedivějící“ Ameriky a dalších rozvinutých zemí, postupně se budou týkat i rozvojových zemí.
- Stratifikace (rozvrstvení) dle věku: segregace lidí do různých skupin na základě věku.
- Obecná devalvace tradic.
- Hodnoty založené na principech individualismu a nezávislosti.
- Rychlé sociální změny v postindustriální informační společnosti.
- Vývoj technologií, které vyžadují rychlou změnu a odbornou způsobilost.
- Nadměrná hodnota mladistvého zevnějšku.
- Víra (domněnka), že stáří je neúčinné.
- Masmédia podporující ageismus, příklady oživující gerontofobii⁹³.

⁸⁹ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. s. 112

⁹⁰ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. s. 11

⁹¹ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 24-25

⁹² TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. s. 41-42

⁹³ Gerontofobie = strach ze stáří a starých lidí.

Ageismus může mít mnoho různých podob a lze ho sledovat a dokumentovat v řadě oblastí sociálního života⁹⁴:

- občanství (problém participace, občanství druhé třídy),
- pracovní trh (marginalizace, nezaměstnanost osob ve vyšším věku),
- důchodový systém (předčasné důchody, rigidita systému),
- zdravotní péče (rozpočtová politika a omezování výdajů, definice oprávnění, etika péče, zneužívání a špatné zacházení se seniory),
- sociální péče,
- životní prostředí (prostorová segregace, bariéry volného pohybu),
- média (neviditelnost seniorů, neobjektivní budování image stáří),
- jazyk, literatura, vtipy, jazykové obraty,
- vzdělání (nerovný přístup vzhledem k ostatním věkovým skupinám),
- věda (selekce výzkumných témat, zkresení v paradigmatu) a další.

Odpověď na otázku, jak může být ageismus ve společnosti zmírňován, se snaží najít např. Tošnerová⁹⁵:

Jako první krok označuje rozpoznání ageismu v osobních postojích. To ovšem není nic lehkého, protože většina lidí si toho není vědoma a tak to nepřizná. Dále by absolventům nejen sociálních věd, medicíny, ale i jiných oborů měl být už na školách představován pravdivý obraz stáří. V neposlední řadě je nutná podpora co nejčastějšího, ale hlavně aktivního kontaktu a komunikace mezi mladšími a staršími lidmi. Např. formou nějakých mezigeneračních programů. Inspirovat bychom se mohli v Německu a Rakousku, kde úspěšně probíhá mezigenerační program s názvem „Internet a senioři“. Tento projekt spočívá v tom, že středoškoláci v odpoledních hodinách učí seniory práci na počítači.

⁹⁴ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace - ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. s. 12

⁹⁵ TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. s. 16-17

Několik obecných doporučení ke zmírnění projevů ageismu ve společnosti sestavila také Vidovičová⁹⁶:

V oblasti postoje k věku jako sociální charakteristice např. navrhuje „vytvořit věkově inkluzivní společnost, ve které učení, práce a odpočinek nebudou závislé na věku, ale budou se prolínat celým životním cyklem, podporovat mezigenerační dialog a spolupráci na úrovni celospolečenské, na úrovni sociálních skupin i na úrovni individuální,“ v oblasti trhu práce „rozpoznat význam a problematičnost nezaměstnanosti osob ve vyšším věku, zvýšit flexibilitu pracovního trhu ve všech ohledech: pracovní doba, sdílení pracovních míst, mezigenerační trénink, možnosti úpravy fyzického pracovního prostředí apod.“

V oblasti populární kultury doporučuje „soustředit se na výchovnou funkci médií a školství a reprodukovat pozitivní přístup k tělu a jeho přirozenému stárnutí, stejně jako k sociálním funkcím vyššího věku ve společnosti a v rodině,“ v oblasti důchodových systémů „redefinovat koncept důchodu, neohraničovat možnost participace na trhu důchodovým věkem,“ a v oblasti zdravotních systémů „vychovávat lékaře i ostatní zdravotnický personál ve smyslu úcty k životu jako celku.“

⁹⁶ VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace - ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. s. 45-46

2.6 MEZIGENERAČNÍ KOMUNIKACE

„Člověk potřebuje mluvit, potřebuje, aby ho někdo slyšel a poslouchal, aby měl pocit sounáležitosti s ostatními lidmi, a mohl tak existovat.“⁹⁷

Zjednodušeně můžeme komunikaci chápat jako „proces předávání informací mezi dvěma či více komunikujícími subjekty. Znamená prakticky základ všech lidských vztahů.“⁹⁸ Ale nesmíme zapomínat na to, že komunikace je složitý proces, při kterém snadno může dojít k nedorozumění nebo vzájemnému nepochopení.

Rozlišujeme:

- 1) **Verbální komunikaci** (= dorozumívání se pomocí slov)
- 2) **Neverbální komunikaci** (= mimoslovní komunikace)
- 3) **Komunikaci činy** (= naše chování a jednání)

Neverbální komunikace má často větší vliv na porozumění určitému sdělení než samotný význam slov. Myslím si, že ještě důležitější funkci má při komunikaci se starými lidmi, a proto se jí nyní budu věnovat podrobněji. Mezi základní složky neverbální komunikace patří:

- 1) **Mimika** – výrazem tváře a pohyby obličejových svalů vyjadřujeme emoce, které během komunikace prožíváme (např. údiv, pohrdání, vstřícnost, znechucení atd.).⁹⁹
- 2) **Zraková komunikace** – zrak je označován jako nejdůležitější zdroj neverbálních signálů. Jedná se např. o délku, směr a charakter očního kontaktu. Pohledem můžeme signalizovat povahu našeho vztahu k druhému člověku nebo hledat zpětnou vazbu. Pomocí zrakového kontaktu lze také dát najevo zájem o sblížení. Naopak vyhýbání se pohledům může vyjadřovat nezájem (o osobu, konverzaci

⁹⁷ PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 82

⁹⁸ POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada 2010. s. 11 ISBN 978-80-247-3271-8

⁹⁹ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 75

nebo nějaký zrakový podnět). Rozšířené zorničky pak mohou signalizovat větší intenzitu zájmu (ale také překvapení, strach nebo znechucení).¹⁰⁰

- 3) **Kinezika** – zabývá se pohyby těla a jeho částí (hlavy, rukou, nohou atd.). U každého pohybu se sleduje, jaký měl rozsah, kdy začal a kdy skončil, jak dlouho trval atd. Zkoumá se také synchronizace a koordinace jednotlivých dílčích pohybů.¹⁰¹
- 4) **Gestika** – jedná se o pohyby rukou. Gesta můžeme využívat pro ilustraci toho, co je sdělováno; dále jako různé symboly nebo signály nebo jako projevy adaptace či spontaneity. Intenzita gestikulace, stejně jako mimiky, bývá u každého člověka jiná (někteří lidé gestikulují často a živě, někteří naopak téměř vůbec).¹⁰²
- 5) **Haptika (komunikace dotykem)** - v komunikaci se starými lidmi hraje zvláště důležitou roli, protože hmat nakonec může být i jediným možným prostředkem komunikace (když člověk ztratí sluch a zrak). Dotyk, který vyjadřuje podporu, lásku, uklidňuje a přináší pocit bezpečí, je pro starého člověka velice důležitý. Smutnou pravdou ovšem je, že se starým lidem těchto dotyků v mnoha případech nedostává.¹⁰³
- 6) **Proxemika** – vyjadřuje vzdálenost mezi lidmi při vzájemné komunikaci. Z hlediska sociálního se jedná o společenské postavení nebo sociální role komunikujících subjektů. Z hlediska psychologického se rozlišují čtyři typy vzdáleností, které vyjadřují míru vzájemné blízkosti: intimní prostor 15 - 30 cm; osobní prostor 35- 120 cm; společenský prostor 1,2 – 3,7 m; veřejný prostor 3,7 m a více.¹⁰⁴
- 7) **Posturologie** – zkoumá, co vyjadřuje poloha našeho těla (jak někdo stojí, leží nebo sedí). Rozlišujeme dva základní postoje: otevřený (přátelský) a uzavřený (odmítavý).¹⁰⁵
- 8) **Teritorialita** – vychází z potřeby člověka označit si své teritorium. Hranice našeho teritoria může vyznačovat třeba opěradlo na ruce oddělující naše sedadlo

¹⁰⁰ DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada 2001. s. 130-132. ISBN 80-7169-988-8

¹⁰¹ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. Praha: Svoboda 1988. s. 65-70

¹⁰² JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 75

¹⁰³ PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 88

¹⁰⁴ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 76-77

¹⁰⁵ Tamtéž, s. 77

od sousedova nebo plot okolo našeho domu. Také můžeme použít různé znaky, které identifikují náš majetek (ochranné známky, jmenovky, monogramy atd.)¹⁰⁶

9) Paralingvistika – jedná se o písemně nezaznamenané složky řeči. Patří sem hlasitost, výška tónu, rychlost, objem řeči, plynulost, intonace, chyby v řeči, správnost výslovnosti, kvalita (věcnost) hovoru a členění řeči (frázování).¹⁰⁷

10) Mlčení – Mlčením můžeme vyjádřit emocionální reakce jako např. rozmrzelost nebo zlost, ale také náklonnost nebo lásku (často ve spojení s dlouhými vzájemnými pohledy do očí). Mlčení lze využít i v konfliktních situacích, kdy nám poskytne čas k ochlazení vášní a zabrání tak nenávisným projevům, kterých bychom později mohli litovat.¹⁰⁸

Často opomíjenou, nicméně velice důležitou formou komunikace je tzv. **komunikace činy**:

Při komunikaci je důležité nejen to, co a jak říkáme, ale i to, co děláme a jak se chováme. Naše chování (nejen při komunikaci, ale také před a po ní) má totiž značný vliv na věrohodnost našeho sdělení. Svým chováním můžeme např. dávat najevo uznání a úctu k člověku, se kterým mluvíme, nebo ho naopak můžeme ponižovat a urážet atd.¹⁰⁹

Nyní se dostáváme k samotné **mezigenerační komunikaci** a jejím specifikům. Když spolu komunikují příslušníci různých generací, musí navíc překonávat ještě překážky, které jsou způsobovány právě jejich příslušností k jiné generaci. Z těchto překážek je nezbytné jmenovat alespoň tyto¹¹⁰:

- diskriminace s ohledem na věk
- prožité „historické“ události
- charakter společenských poměrů, v nichž se odehrála převážná část života
- rozdílně založené a rozvíjené vzdělání
- rozdílné životní zkušenosti

¹⁰⁶ DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. s. 135-136

¹⁰⁷ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme*. s. 134-135

¹⁰⁸ DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. s. 145-147

¹⁰⁹ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme*. 177-178

¹¹⁰ JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol. *Mezigenerační porozumění a komunikace*. s. 62-63

- zdravotní stav
- příležitost seberealizace
- orientovanost ve světě moderních technologií a postmoderního pluralismu
- představy o tom, co je patřičné a slušné, o významu etikety
- kvalita mluveného i psaného projevu, vytržbenost a bohatost verbálního projevu
- pojetí důstojnosti.

Musíme pamatovat na to, že způsob komunikace se starým člověkem je nutné přizpůsobit jeho aktuálnímu stavu. Jak už víme, stáří je individuální proces, a proto nám při posuzování stavu konkrétního seniora lépe než kalendářní věk poslouží věk biologický. V komunikaci se seniorem je nezbytné zohlednit tyto faktory¹¹¹:

- fyzické (tělesné) změny: zejména poruchy smyslových funkcí (sluchu, zraku)
- psychické (duševní) změny: změny nálad, dysforie, deprese aj.
- kognitivní změny: změny poznávacích schopností
- psychosociální změny.

Pro komunikaci starých lidí je typická celková pomalost. Starý člověk potřebuje delší dobu na zpracování informace a následnou odpověď. To mu působí problémy hlavně při kontaktu s mladou generací, která nemá čas ani chuť se pomalejšímu tempu starého člověka přizpůsobit. Starým lidem dělá problémy rozhovor se skupinou lidí, protože vyžaduje větší soustředěnost než komunikace s jednotlivcem. V mnoha případech jsou staří lidé postiženi poruchami paměti, hůře si vybavují některé slovní výrazy (např. jména) a mají tendenci svoje sdělení opakovat. Staří lidé také často trpí nedoslýchavostí.¹¹² „Při komunikaci s nedoslýchavým člověkem je třeba se více soustředit na celý komunikační proces – hledět druhému do tváře, mluvit pomalu a hlasitěji než obvykle, ale tónem co možná nejnižším, pečlivě artikulovat a tvořit krátké věty.“¹¹³

¹¹¹ POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. s. 54

¹¹² VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 462

¹¹³ PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi*. s. 84

Mladí lidé někdy mívají tendenci vnímat starého člověka jenom jako pasivního příjemce informací. Nejsou ochotni mu naslouchat a ani od něj neočekávají nějakou aktivní reakci. Starý člověk se pak může bránit a vyžadovat pozornost např. neustálým stěžováním na tělesné potíže nebo nemoci.¹¹⁴

Příslušníci mladé generace také mohou obtížně hledat společná témata k hovoru se seniory. Podle Plaňavy¹¹⁵ staří lidé rádi vzpomínají na minulost, na významné události v jejich životě. Rádi vyprávějí o zážitcích z dob, kdy byly ještě aktivní a žili svůj život „naplno“ nebo o tom, jak to v minulosti vypadalo ve městech a ulicích. Starému člověku také udělá radost, když ho někdo mladší požádá o radu. Rádi poslouchají komplimenty, např. že na svůj věk vypadají dobře nebo že jim to stále dobře myslí.

Mezi osvědčená témata pro konverzaci se seniory patří hlavně vzpomínky na minulost, zdravotní problémy a samota, ale také vyhlídky do budoucnosti. I když to nemusí být vždy příjemné, o těchto tématech se staří lidé většinou rozprávějí. Jsou rádi, že o tom mohou s někým mluvit, že to někoho zajímá a je ochoten jim naslouchat.¹¹⁶

To, že mezigenerační komunikace vždy byla, je a bude spojena s určitými překážkami, je neoddiskutovatelným faktem. Jak už bylo řečeno v předchozích kapitolách, co nejčastější aktivní komunikace mezi příslušníky různých generací je tím nejúčinnějším nástrojem ke zmírňování vzájemných konfliktů a eliminaci ageismu ve společnosti. Pro úspěšné soužití více generací ve společnosti i v rodině je proto nezbytné hledat řešení, jak tyto překážky překonat. I když je to často velmi složité, je důležité to nevzdávat a dále hledat možné cesty k vzájemnému porozumění a spolupráci. Za základní předpoklad úspěšné komunikace lze označit respekt a úctu k druhému člověku a ochotu naslouchat.

¹¹⁴ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. s. 463

¹¹⁵ PLAŇAVA, Ivo. *Průvodce mezilidskou komunikací: Přístupy – dovednosti – poruchy*. Praha: Grada 2005. s. 111. ISBN 80-247-0858-2

¹¹⁶ Tamtéž, s. 112

3. PRAKTICKÁ ČÁST

3.1 CÍL VÝZKUMU

Hlavním cílem výzkumu je zjistit, jaký postoj k seniorům mají vybraní studenti Univerzity Pardubice. Bude se jednat o jejich názory na život seniorů ve společnosti a jejich osobní zkušenosti se seniory. Mimo jiné se budu snažit zjistit, koho studenti vnímají jako seniora, jaké vztahy mají s prarodiči nebo to, jestli vůbec mají zájem setkávat se a komunikovat se starými lidmi. Výzkum se také bude zabývat otázkou ageismu ve společnosti a mezigeneračními konflikty.

3.2 DRUH VÝZKUMU

Splnění stanovených cílů se budu snažit dosáhnout pomocí kvalitativního výzkumu, který umožňuje hlubší proniknutí do podstaty zkoumaného problému a jeho podrobnější popis.

3.3 METODA ZÍSKÁVÁNÍ A ZPRACOVÁNÍ DAT

Zvolenou metodou výzkumu je polostrukturovaný rozhovor, pomocí kterého lze získat všechna potřebná data v závislosti na konkrétní situaci a vývoji rozhovoru. Pro lepší přehlednost a snazší vyhodnocení výsledků výzkumu jsem otázky rozdělila do šesti tematických celků:

- 1) Senioři jako součást společnosti**
- 2) Definice stáří a jeho hranice**
- 3) Mezigenerační vztahy a soužití**
- 4) Mezigenerační konflikty**
- 5) Ageismus**
- 6) Mezigenerační komunikace**

Všechny rozhovory byly nahrávány na digitální videokameru (pouze zvukový záznam). Všichni respondenti byli o používání nahrávacího zařízení předem informováni. Někteří účastníci nejdříve nahrávání odmítali, ale po mém ujištění, že výsledná nahrávka bude po přepsání smazána a získané informace budou použity pouze pro účely mé bakalářské práce, nakonec všichni souhlasili. Nikdo z respondentů si také nepřál uvádět jméno nebo jiné osobní údaje, kromě pohlaví a věku.

Jak už bylo řečeno, výsledné nahrávky rozhovorů byly přepsány a poté smazány. Všechny odpovědi vztahující se ke stejnému tématu byly porovnány, aby mohla být zjištěna případná shoda nebo naopak odlišnost v názorech. Ve vyhodnocení výzkumu je využíváno také doslovných citací vybraných odpovědí.

3.4 VÝBĚR A POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU

Jediným kritériem pro výběr respondentů bylo to, že vybraní jedinci museli být v době konání rozhovoru studenty Univerzity Pardubice. Snahou však také bylo, aby mezi respondenty byli zastoupeni jak muži, tak ženy. Nakonec bylo vybráno šest respondentů ve věku 21 – 23 let, kteří po předchozí domluvě souhlasili s účastí na výzkumu. Všechny rozhovory proběhly během února 2011 v prostorách Univerzity Pardubice. Dále uvádím přehled všech respondentů:

- **R1 – muž, 21 let**
- **R2 – muž, 23 let**
- **R3 – žena, 22 let**
- **R4 – žena, 23 let**
- **R5 – muž, 22 let**
- **R6 – žena, 22 let**

3.5 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU

3.5.1 Senioři jako součást společnosti

Jak už víme, v dnešní době je ve společnosti na seniory často nahlíženo negativně. Nejprve mě proto zajímal názor respondentů na to, jestli jsou podle nich senioři pro společnost spíše přínosem nebo zátěží a případně v čem.

Celkem pět respondentů si myslí, že jsou senioři pro společnost spíše zátěží, a to hlavně z finančního hlediska. Např. **R1** odpověděl: *„No tak já si myslím, že zátěží hlavně z hlediska těch důchodů, protože my na ně vyděláváme a oni ty důchody berou a prakticky tomu státu nic nepřispívají. I když teda zase musím říct, že oni taky vždycky platili takže...spíš teda tou zátěží.“*

Dva z těchto respondentů ale také uznávají, že senioři mají určité životní zkušenosti, které mohou předávat dál, takže v této oblasti mohou být i přínosem pro společnost:

R2: *„No pokud bysme to brali z ekonomického hlediska, tak je to jednoznačná přítěž. Pokud bysme to brali ale z hlediska vědomostního, tak určitě spousta seniorů je hodnotný zdroj informací pro ty mladší generace.“*

R6: *„Tak možná to bude znít krutě, ale myslím si, že ve většině případů asi spíše tím mínusem pro společnost. I když vlastně se někdy hodí ty jejich moudra, že třeba babička dává rady svým vnoučatům a tak.“*

Pouze **R3** si nemyslí, že by senioři byli pro společnost zátěží: *„Tak já bych to nehodnotila přímo jako zátěž. Myslím si, že jsou pro společnost důležití hlavně kvůli dětem kvůli vnoučatům, že pořád jim ještě mají co dát...“*

Česká republika je jednou ze zemí, kde už delší dobu postupně dochází ke stárnutí populace a bude k němu zřejmě docházet i v budoucnu. Dále jsem proto zjišťovala, co si respondenti o demografickém stárnutí populace myslí, jestli a v čem je to pro společnost špatně příp. dobře a co to může do budoucna přinést.

Všichni respondenti hodnotí stárnutí populace negativně, a to hlavně z hlediska ekonomického (vyplácení důchodů, nedostatek lidí v produktivním věku). **R1** vidí problém i ve zvyšujících se nákladech na zdravotnictví: *„No určitě to je špatně hlavně*

kvůli těm důchodům že jo, i kvůli tomu, že ti senioři zatěžujou nebo nechci říct vyloženě zatěžujou, ale jsou nemocní dost, takže do nich jdou peníze i ze zdravotnictví.“

R2 jako jediný dokázal najít na stárnutí populace také něco pozitivního: *„Z toho ekonomického hlediska je to rozhodně špatně a teďka mohlo by to bejt i dobře pro tu společnost, že tady je stále spousta kvalifikovaných lidí, ale toť otázka, jestli ty senioři o to ještě mají zájem“.*

Ve svých otázkách jsem se také zaměřila na přístupu státu k potřebám seniorů. Chtěla jsem zjistit, jestli mají studenti přehled o této problematice a jaké by případně navrhovali změny.

Respondenti byli ve svých odpovědích velice kritičtí. Navzdory tomu, že většina respondentů ve svých předešlých odpovědích uvedla, že jsou senioři po ekonomické stránce pro společnost zátěží, nesouhlasí se snižováním důchodů a finanční podporu státu vnímají jako nedostatečnou. Jak příklad uvádím odpovědi dvou respondentů:

R1: *„I když ten stát zatěžují, tak si myslím, že když celej život pracovali a přispívali do toho státního rozpočtu, tak by měli dostat takovej ten díl zpátky. Což teda nedostávají, protože ty důchody se zkracujou. Zdravotní pojišťovny ač jim přispíváme pořád, tak dávaj čím dál tím míň peněz a vlastně vím to i od babičky, která si platí sama skoro úplně všechno. Teďkon bude mít naslouchátko, protože špatně slyší, a bude za to platit já nevím dva a půl tisíce, protože pojišťovna prostě nepřispívá.“*

R3: *„Tak nemyslím si třeba, že je vhodný seniory dřít z kůže v práci až do věku nějakých šedesáti sedmdesáti let, kdy prostě člověk už potřebuje si taky odpočinout. Snižování důchodů vzhledem k tomu, že celej život pracovali, taky se mi nezdá úplně šťastný.“*

Pouze **R2** a **R6** se pokusili navrhnout nějaké řešení, jak zlepšit životní úroveň seniorů. **R2** vidí, kromě nutnosti rozřešit důchodovou reformu, problém také v tom, že lidé nejsou dostatečně informovaní o možnostech, jak se zabezpečit na stáří: *„No tak například je potřeba rozřešit tu novou důchodovou reformu, protože momentálně je o seniory postaráno, ale jde o budoucí generace a taky možná jde i o tu informovanost, protože spousta lidí o tom nemá ani ponětí, že by se o sebe měla postarat.“*

Podle **R6** je činnost státu nedostatečná a tak by měly vzniknout nějaké organizace, které se budou zabývat různými činnostmi pro důchodce a kde by mohli

trávit čas: „...*třeba teď jsem četla na internetu o Taťáně Kuchařové Miss World bejvalý a ta má nadaci pro pomoc seniorům a to si myslím, že je fajn, protože myslím si, že těhletěch organizací a nadací tady je málo a přece jenom každéj člověk si zaslouží důstojný stáří a je fajn když prostě mu to chce někdo zprostředkovat a pomoci.*“

Dále mě zajímalo, jestli studenti mají představu o tom, jaká je ekonomická situace dnešních seniorů a jak hodnotí současnou výši starobních důchodů. V tomto případě se názory respondentů docela rozcházely. Ve dvou případech se objevili názory, že ekonomická situace seniorů je velice špatná:

R4: „*Myslím si, že špatná, protože jestli můžu říct, tak mám pár zkušeností, že některý senioři co máme v blízkosti tak jsou například v domovech důchodců a zaplatí všechny poplatky a nezbyde jim vůbec nic, když se to tak řekne...*“

R1: „... *pokud je ten senior sám tak vůbec z důchodu nemůže vyžít. Pokud nemá vlastní byt, a když by měl platit třeba nájem i za nějakou garsonku 8 tisíc měsíčně, tak na to vynaloží veškerý svůj důchod, pokud nemá teda nějaký vyšší no a pak už jako ten život je nic moc.,,*“

Naopak **R2** hodnotí ekonomickou situaci většiny dnešních seniorů jako „docela dobrou“: „*No já si myslím, že na tom zas tak špatně nejsou, ale záleží taky, jestli mají vlastní bydlení nebo jestli je nájem v dané lokalitě velký. Tak v takové Praze, tam by určitě nějakí senioři bez vlastního bydlení mohli mít problémy, ale jinak si myslím, že asi by na tom měli být docela dobře.*“

Ostatní respondenti se shodli, že je to individuální. Někdo je na tom lépe a někdo hůře.

Na otázku týkající se výše starobních důchodů tři respondenti odpověděli, že přesnou výši současných důchodů neznají (**R2, R3, R4**), takže to nemohou hodnotit. Ostatní se shodli, že jsou důchody příliš nízké. **R6** např. odpověděla, že důchody jsou sice nízké, ale současným seniorům to stačí, protože toho moc nepotřebují: „...*my vyrůstáme v době, kdy jsou ty technologie a různý takovýhle věci. Oni v tom nevyrostali, takže oni vlastně nemaj ani potřebu to chtít nebo mít.*“

3.5.2 Definice stáří a jeho hranice

Na otázku, podle jakých znaků nebo charakteristik vnímají člověka jako seniora, respondenti nejčastěji odpovídali, že podle vzhledu (celkem ve čtyřech případech):

R1: „Šedé vlasy, to je to základní, potom většinou jsou obézní, maj hole buď nějaký hole na podporu chůze nebo ty francouzský...“

R2: „Tak určitě podle vzhledu, protože to vypovídá něco o jeho věku, i když to není zase ve všech případech, protože někdy to nejde odlišit. A pak už se všechno točí kolem toho věku, kolem toho cyklu života, kdy už končí prostě s produktivním životem.“

R5: „Tak poprvý si všimnu asi chůze a držení těla, potom obličej a vlasy no a pak pnutí kůže.“

R6: „Tak podle věku...nebo spíš ani ne podle věku, ale podle vizáže, protože já když potkám padesátiletýho člověka, tak jakoby jak kterej je pro mě starej. Někdo třeba vypadá fakt sešle, že vypadá na šedesát, i když má padesát.“

Také se objevili odpovědi, že je rozhodující věk nebo to, že člověk skončí s produktivním životem a odejde do důchodu:

R3: „Tak já to posuzuju asi z toho věku důchodovýho, když člověk odejde do důchodu plus teda, že se taky sám jako důchodce cítí, že se tak chová, že už pomalu jediný co dělá, že sedí u seriálů a chodí si pro léky k doktorovi...“

R4: „Podle věku, ale já starého člověka беру až řekněme sedmdesát vejš.“

Dále mě zajímalo, jestli je možné stanovit přesnou všeobecně platnou věkovou hranici, kdy začíná stáří. Všichni respondenti se shodli, že to možné není. Jako příklad uvádím odpověď **R3:** „...já to vidím zase individuálně, někdo je pro mě starý v sedmdesáti někdo v padesáti, takže neurčuju tu hranici.“

Když jsem respondenty vyzvala, aby a řekli několik vlastností, které podle nich obecně vystihují seniory, dočkala jsem se velice zajímavých odpovědí:

R1: „Nespokojenost, jak nad financema, tak nad vývojem současné situace světový i tady u nás ve státě. Nadávaj v MHDčku, choděj do Kauflandu, kde nakupujou ve slevách a to tak že úplně jako kobylky.“

R2: „Určitě to už je určitá rozvážnost, zdrženlivost, popřípadě přezíravost k těm mladším generacím...“

R3: „Tak určitě jsou ve věku, kdy už se nemusí starat o svoje děti, kdy třeba se radují z těch vnoučat. Mají víc času na sebe, na svoje zájmy. Dejme tomu, že mají také fyzické potíže, takže se zabývají těmi svými chorobami a léky a tak.“

R4: „Tak já znám seniory jak milý, tak i takový, kterým všechno vadí. Vaděj jim lidi všude, prostě jsou hrozně citlivý na všechno.“

R5: „Senior je člověk, který už si něco zažil, má určitou moudrost nějakou...“

R6: „Upovídaný, to jsou určitě. Většinou jsou moudří, někteří jsou nevrlí.“

Poté jsem se respondentů zeptala, jestli si myslí, že jsou všichni senioři stejní nebo nikoliv. Všech šest respondentů se shodlo na tom, že všichni senioři rozhodně stejní nejsou. Například **R6** odpověděla: „Ne, to určitě ne. Někdo je naprosto v pohodě, milej a někdo naopak nevrlej atd.“

Také podle **R5** je to nesmysl, ale uznává, že senioři mají určité společné znaky: „Možná mají nějaké společné předsudky vůči mládí, společný náhled na tradice. Podle toho v jaký společnosti vyrůstají, tak ta jim dává ty jejich normy. Potom přístup k modernitě, na užívání vymožeností, které pro ně nejsou potřeba, žili bez nich x desítek let.“

Na závěr tohoto tematického celku jsem respondenty požádala, aby si představili dobu, kdy budou oni sami v seniorském věku. Žádný z respondentů si to zatím nedokáže přesně představit, ale všichni si myslí, že se budou chovat ve spoustě věcí jinak než dnešní senioři, protože bude úplně jiná doba. Jako příklad uvádím odpovědi dvou respondentů:

R2: „Já si myslím, že se budu chovat určitě jinak, že v té době ta společnost zase bude vypadat úplně jinak a ten náš život to ovlivní a nebude to srovnatelný. (...) Bude tady určitě jiný společenský vývoj, kulturní a politický, ovlivnění vědou a technikou, takže třeba k té technice ta společnost bude mít pozitivnější vztah než dnešní senioři, ale je zase pravděpodobné, že budem mít podobný náhled na mladší generace, jako mají senioři dnes.“

R6: „...prostě si myslím, že my to budeme mít lehčí než oni, protože oni přece jenom vyrůstali v jiný době. A teďka my vyrůstáme v týhle době a je tolik zájmů, takže já si naopak myslím, že my se oproti nim nebudeme v tom důchodovém věku tak nudit, ale že budeme mít co dělat.“

3.5.3 Mezigenerační vztahy a soužití

Na úvod jsem zjišťovala, jestli někdo z respondentů v minulosti žil nebo dosud žije ve společné domácnosti s prarodiči nebo jiným seniorem. Kladnou odpověď jsem zaznamenala ve třech případech:

R1 žije ve společné domácnosti s babičkou asi poslední tři roky a společné soužití hodnotí jako „...naprosto symbiotický, protože ona je prostě babička, žádný zákazy nic, je to větší svoboda než s rodičema, který jsou naprosto šílený.“

Ve stejném domě s babičkou žije také **R3** a na otázku, jak to ovlivňuje její život, odpověděla: „Ted' už více méně nijak, ráda si teda s babičkou chodím popovídat a chodím k ní na návštěvu a dřív to bylo tak, že jsem tam byla pečená vařená. Babička se o mě starala, když jsem byla malá a o bráchu taky, takže to byla taková vychovatelka a pečovatelka...byla jsem na ní hodně závislá.“

R5 žil s prarodiči v jedné domácnosti po několik let v minulosti a uvedl, že to jeho život ovlivňovalo spíše kladně: „Myslím si, že to bylo dobře. Když žiješ s tou babičkou a dědečkem tak asi k nim máš blíž, než když je vidíš jednou za půl roku, a znáš je víc...“

Dále mě zajímalo, jak často studenti navštěvují svoje prarodiče, jestli je navštěvují rádi a jaký k nim mají vztah. Čtyři respondenti navštěvují svoje prarodiče alespoň jednou nebo dvakrát do měsíce. **R6** přibližně jednou za dva měsíce a **R5** pouze jednou za čtvrt roku, a to kvůli nedostatku času. **R2** dále uvádí, že také záleží na roční době, protože třeba v létě tam jezdí každý týden.

Celkem pět respondentů uvedlo, že navštěvuje své prarodiče rádo a mají s nimi dobrý vztah. Například **R2** odpověděl: „No tak babička je vždycky strašně ráda, že mě

vidí, a já mám z toho radost, jakou má ona radost a navíc bydlí, má chalupu, na pěkném místě. Jezdím tam prostě rád.“

Zajímavou odpověď jsem dostala také od **R4**: *„Tak nejsem z toho nadšená, když tam musím jet, ale beru to tak, že já budu ráda, až mě budou třeba moje děti a vnoučata navštěvovat, tak tam jezdím ráda. Jednou dvakrát za měsíc se to dá.“*

Jediná **R6** uvedla, že má vztahy s prarodiči velice komplikované a navštěvuje je nerada: *„...mě třeba strašně vadí, že babička si chce strašně povídat a teď z tebe prostě tahá to soukromí a já o tom nechci mluvit, takže proto tam jako i nerada chodím. Anebo prostě ona vykládá, co všechno bere za léky a co jí bolí a to prostě člověk ji musí litovat, není to prostě moc příjemný.“*

3.5.4 Mezigenerační konflikty

Další tematický okruh byl věnován mezigeneračním konfliktům. Očekávala jsem, že respondenti budou mít více osobních zkušeností s konflikty se seniory, než se nakonec ukázalo. Celkem čtyři respondenti (**R1, R2, R3 a R6**) uvedli, že si nevzpomínají, že by oni sami někdy měli konflikt s nějakým seniorem. **R1** byl pouze svědkem konfliktu v autobuse MHD, kdy došlo ke sporu kvůli tomu, že někdo nepustil nějakého seniora sednout.

Zbývající dva respondenti konflikt se seniorem zažili. **R5** uvedl, že několik sporů se seniory měl, ale že si už nevybavuje, o co konkrétně šlo. **R4** měla konflikt se seniory v obchodě, kdy na ni prý několik důchodkyň začalo neoprávněně křičet, že předbíhá. Na otázku, jestli to bylo způsobeno mezigeneračním rozdílem, však odpověděla: *„Myslím si, že to nehrálo roli. Myslím si, že ten člověk už má takovou povahu.“*

Také mě zajímalo, jestli mezi rodinnými příslušníky respondentů dochází k mezigeneračním konfliktům a případně z jakých důvodů. Na tuto otázku kladně odpověděl pouze **R2**. Tento respondent uvedl, že mezi jeho rodinnými příslušníky občas dochází k mezigeneračním sporům při návštěvách: *„...jak matka, tak otec preferují tu svoji část rodiny a s tou druhou nejsou úplně nejlepší vztahy. Matka s dědou z Pardubic*

se nemá příliš ráda a pak můj otec nemá rád babičku z Kutné Hory. Neřeknou to nahlas, ale je tomu tak. Takže jsou tam určité problémy.“

3.5.5 Ageismus

Na úvod tohoto tematického celku mě zajímal názor respondentů na to, jak jsou v současné době českou společností vnímáni senioři. Všichni respondenti si myslí, že spíše negativně, protože společnost vnímá hlavně to, že chtějí více peněz, pořád si na něco stěžují, jsou nemoderní, atd. Níže uvádím jako příklad několik odpovědí:

R1: *„No myslím si, že jsou taky vnímány jako přítěž a prostě taková rakovina státu, který jenom berou berou a musíme se o ně starat.“*

R3: *„...pro stát určitě znamenají určitou přítěž, co se týče té finanční situace, pro mladé už dneska možná taky, protože už v podstatě nejsou ani na té technické úrovni tak, aby mohli třeba vnoučatům pomáhat se školou s internetem a tak dál. Prostě jsou pozadu, už třeba neplní tu funkci, jakou plnili jako prarodiče dřív.“*

R5: *„Spíše negativně, ta společnost neumí docenit jejich zásluhy a vnímá ten aktuální stav, že chtějí hodně peněz nebo že se derou v obchodech s nákupními košíky nebo že si chtějí sednout v autobuse za každou cenu...“*

R4: *„Myslím si, že spíše negativně. (...) Jak už jsem řekla, většina z nich je prostě protivných a myslí si, že když jsou v důchodu tak mají právo na všechno.“*

Dále následovali otázky týkající se diskriminace seniorů v české společnosti. Ptala jsem se, jestli jsou senioři většinovou společností diskriminováni a případně v jakých oblastech.

R2, R4 a R6 si nemyslí, že by byli senioři většinovou společností nějak diskriminováni. Podle ostatních diskriminováni jsou, a to hlavně v oblasti pracovních vztahů a financí:

R1: *„...jsou diskriminovaný v tom, že když těsně před důchodovým věkem, když přijdou o práci tak nemaj šanci žádnou novou dostat. Ale naopak si myslím, že třeba když tu práci maj a udržej si ji i do toho důchodového věku, že potom si je tam drže ty firmy, protože nechtěj zaučovat někoho mladýho a věděj, že prostě ten senior je rád, že*

má k důchodu nějaký přivýdělek, takže nebude požadovat zvýšení platu a prostě nebude dělat problémy.“

R5: *„No tak určitě co se týče práce, tak všichni by chtěli radši střední věkovou skupinu. Mladí jsou moc nezkušení a staří už nemají tolik energie a síly.“*

R3: *„No myslím si, že jsou diskriminováni. (...) myslím si, že se s nimi úplně nepočítá dál, že prostě se snažíme na nich ušetřit nebo jakoby se jich zbavit, nějak je odstrčit do ústraní případně ještě oškubat.“*

Ačkoliv si polovina respondentů myslí, že senioři jsou českou společností diskriminováni, nikdo nevedl, že by byl svědkem diskriminace starého člověka nebo slyšel o nějakém konkrétním případě.

Na otázku, jestli je nějak možné zabránit diskriminaci seniorů ve společnosti, jsem obdržela tři kladné odpovědi:

R3: *„Tak myslím, že to jde určitě, kdybychom se trošku zamysleli nad svým chováním a snažili se s nimi líp vycházet. Prostě si připustit, že tady jsou a že ve společnosti mají stejné právo být jako my všichni ostatní.“*

R6: *„No já si myslím, že to je prostě výchovou dětí, že když rodiče jim budou vštěpovat, ať se k důchodcům a starším lidem chovají hezky, tak žádná diskriminace tady nebude.“*

R2: *„To je všechno spojené s výchovou, to je všechno individuálně na tom, jak to zvládne ta rodina, a jak na ně působí to prostředí.“*

Zbytek respondentů si myslí, že diskriminaci seniorů ve společnosti zabránit nejde. Např. **R1** to vidí takto: *„No to asi nejde, protože pokud je ten stát nastavený tak, že to je běžný a pro ty lidi co je diskriminují třeba v tom pracovním procesu, tak by bylo je přijmout i finančně nevýhodný. Sice to je diskriminace svým způsobem, ale nedá se proti tomu nic dělat, nebo aspoň já nevidím žádné východisko.“*

3.5.6 Mezigenerační komunikace

Poslední tematický okruh byl zaměřen na mezigenerační komunikaci. Nejprve jsem se snažila zjistit, kde respondenti nejčastěji komunikují se seniory. Odpovědi byli dost individuální, ale většina respondentů uvedla, že nejčastěji komunikují se seniory při návštěvě prarodičů. Dále se ještě objevily odpovědi, že seniory často potkávají v obchodech, ale tam se s nimi moc nebaví.

R3 také často potkává a komunikuje se seniory ve vesnici, kde žije, když se vrací ze školy: „...když jdu domů, tak potkám spoustu známých lidí, kteří mě znají nebo moje rodiče, takže čas od času se s těmi babičkami a dědečky zastavím a povídám si s nima.(...) Ráda si s nima popovídám, když mám čas, nevidím v tom problém. (...) Oni se zeptají jak se mám ve škole, co doma a tak, takže jim odpovím a pak si povídáme o takových věcech jako počasí a takové ty obecné věci, je o čem si povídat.“

R1 uvedl, že mluví pouze s babičkou, protože jinak se seniory nepřichází do styku, a s hledáním společných témat k hovoru prý nemá problémy: „...nadáváme spolu na politiku, na peníze, na různé skandály celebrit, to má babička velice ráda, nebo se taky zajímá, co dělám ve škole, takže témata nacházíme.“

U **R6** je situace opačná: „To mě dělá hodně problémy bavit se se seniory v rodině s babičkou a tak. Ale když se v obchodě nebo někde na louce, když jdu venčit psa, starší lidi se mnou dají do řeči, protože se rádi bavějí a doma asi nemají s kým, tak mi to nedělá problémy a normálně se s nima bavím. Ale v té rodině už to je takový těžší.“

Z odpovědí na otázku, jak často respondenti komunikují se seniory, vyplývá, že všichni respondenti hovoří se seniory alespoň jednou za měsíc.

Dále mě zajímalo, jestli respondenti považují komunikaci se seniory za přínos pro ně samotné. Kromě **R4**, která žádný přínos v komunikaci se seniory nevidí, všichni respondenti uvedli, že se s prarodiči nebo seniory obecně komunikují rádi a je to pro ně spíše přínosem. Jako příklad uvádím odpovědi dvou respondentů:

R2: „No já s nima mluvím rád, pokud se teda s dědou nebavíme o politice. (...) S dědou se bavíme často o historii. (...) Tak když se bavíme o historii, tak se dovidám spoustu zajímavých věcí, o naší rodině se jinak nic nedozvím. Ale pak se bavíme s

babičkou, protože máme společný náhled na společnost, tak se třeba bavíme o kultuře o politice, prostě jsem za to rád...“

R6: *„Většinou jo, protože je jim třeba šedesát, takže jsou o poznání starší než my a mají ty zkušenosti a třeba se člověk dovídá, jak to tady bylo před čtyřiceti lety nebo tak. A mě to zajímá, takže si myslím, že vždycky to je přínos pro mě s nimi komunikovat.“*

4. ZÁVĚR

Domnívám se, že stanovené cíle této bakalářské práce byly splněny. Práce přináší obecné zmapování zvolené problematiky a podává ucelený přehled aspektů, které mají souvislost s utvářením vzájemných vztahů mezi příslušníky mladé a staré generace jak v rodině, tak i v rámci celé společnosti. Během výzkumu se ukázalo, že jednotlivá zpracovávaná témata by jistě stála za podrobnější prozkoumání, ale to už spíše v rámci dalších samostatných výzkumů.

Jedním z cílů výzkumu bylo zjistit, jaké názory mají dnešní mladí lidé na seniory a jejich život ve společnosti. Ačkoliv dotazovaní studenti uvedli, že senioři jsou z ekonomického hlediska (vyplácení důchodů) pro společnost zátěží, na druhou stranu uznávají, že mají společnosti také co nabídnout. Jedná se hlavně o jejich zkušenosti, které mohou předávat vnoučatům a ostatním mladým lidem. Co se týká odpovědí na otázku, koho studenti považují za starého člověka a jak by obecně charakterizovali seniora, byly odpovědi různé. Tím hlavním znakem, podle kterého respondenti označí člověka za seniora, je vzhled. Věk nehraje zase až takovou roli, někdo stárne rychleji a někdo pomaleji. Na základě vlastních zkušeností všichni respondenti uznávají, že staří lidé nejsou stejní, ale jsou mezi nimi jak lidé příjemní a milí, tak i protivní lidé, kteří si na všechno stěžují.

Většina respondentů uvedla, že mají s prarodiči dobré vztahy a navštěvují je rádi, i když třeba ne moc často. Pozitivně lze hodnotit také to, že ti respondenti, kteří buď žili, nebo v současné době žijí s prarodiči ve společné domácnosti, hodnotí toho soužití spíše kladně. Také komunikace ať už s prarodiči nebo s ostatními seniory nebývá až na výjimky pro respondenty problémem, dokonce v tom vidí určitý přínos. Jak vyplývá z jejich odpovědí, hovoří s nimi hlavně o historii, politice, společenské situaci, kultuře, ale také o studiu. Studenti sice přítomnost seniorů nijak nevyhledávají, ale ani se jí nebrání, a když se naskytne nějaká příležitost k hovoru se seniorem, rádi ji využijí. Toto považuji za jedno z nejdůležitějších zjištění, protože vzájemná komunikace přispívá k lepšímu mezigeneračnímu porozumění a odbourávání stereotypů.

Závěrem lze říci, že vyhodnocení rozhovorů se studenty Univerzity Pardubice ukázalo mnohé pozitivní skutečnosti, ale vzhledem k malému počtu dotazovaných nejsou výsledky dostatečně reprezentativní a nelze jim přiřítat nějakou všeobecnou platnost.

5. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BUTLER, R. N. *Why Survive? Being Old In America*. New York: Harper and Row Publishers 1975. In VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita 2008. 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6

CIBULEC, Jindřich. *Soužití tří generací*. Praha: Práce 1980. 203 s.

DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada 2001. 420 s. ISBN 80-7169-988-8

DUFEK, Jaroslav; MINAŘÍK, Bohumil. *Stárnutí obyvatel České republiky a vývoj zatížení produktivní populace*. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita 2008. 80 s. ISBN 978-80-7375-253-8

GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo 1999. 595 s. ISBN 80-7203-124-4

HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál 2000. 774 s. ISBN 80-7178-303-X

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Manuálek sociální gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví 2002. 72 s. ISBN 80-7013-363-5

JIRÁSKOVÁ, Věra, a kol.: *Mezigenerační porozumění a komunikace*. Praha: Eurolex Bohemia 2005. 198 s. ISBN 80-86861-80-5

KALVACH, Zdeněk, a kol. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada 2004. 861 s. ISBN 80-247-0548-6

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. Praha: Svoboda 1988. 235 s.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova Univerzita 2009. 203 s. ISBN 978-80-210-5029-7

PALMORE. E. B. *Ageism: Negative and Positive*. New York: Springer Publishing Comp. 1999. In VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita 2008. 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6

PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se starými lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. Praha: Portál 1998. 160 s. ISBN 80-7178-184-3

PLAŇAVA, Ivo. *Průvodce mezilidskou komunikací: Přístupy – dovednosti – poruchy*. Praha: Grada 2005. 146 s. ISBN 80-247-0858-2

POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada 2010. 158 s. ISBN 978-80-247-3271-8

POSPÍŠIL, Miroslav. *Řešení konfliktů a stresů: manipulace v komunikaci, aneb jak lépe řešit konflikty, stresy, žít šťastně a odpovědně, posílit svou důstojnost a sebevědomí*. Plzeň: M. Pospíšil 2007. 306 s. ISBN 978-80-903529-1-9

STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál 1999. 320 s. ISBN 80-7178-274-2

TANSKÁ, Nataša. *Proč jdeme mladým na nervy?*. Praha: Motto 2001. 124 s. ISBN 80-7246-098-6

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti 2002. 45 s. ISBN 80-238-9506-0

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press 2009. 240 s. ISBN 978-80-251-2104-7

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál 2000. 528 s. ISBN 80-7178-308-0

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

VIDOVIČOVÁ, Lucie; RABUŠIC, Ladislav. *Senioři a sociální opatření v oblasti stárnutí v pohledu české veřejnosti. Zpráva z empirického výzkumu*. Brno: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí. 2003. 67 s.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita 2008. 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace - ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. Brno: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí 2005. 54 s.

INTERNETOVÉ ZDROJE:

Český statistický úřad. *Projekce obyvatelstva České republiky do roku 2065*. [online]. 19.5. 2009 [cit. 2011-03-02]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2009edicniplan.nsf/publ/4020-09->>

Český statistický úřad. *Vývoj obyvatelstva ČR v roce 2009*. [online]. 13.9. 2010 [cit. 2011-03-01]. Dostupné z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4007-10>>