

UNIVERSITA KARLOVA V PRAZE
FILOSOFICKÁ FAKULTA

KATEDRA PEDAGOGIKY

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**Senioři jako specifická skupina
v procesu celoživotního vzdělávání**

(Seniors as a Specific Group in the Process of Lifelong Learning)

Autor: Karolína Tučková
Studijní obor: Pedagogika
Forma studia: prezenční
Vedoucí práce: Doc. PhDr. Jiří Pelikán, Csc.

Brandýs nad Labem – Stará Boleslav

2009

ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny prameny, z nichž jsem pro svou práci čerpala, a to způsobem pro vědecké práce obvyklým.

V Brandýse nad Labem - Staré Boleslavi dne 3. 1. 2009

.....
Karolína Tučková

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji panu Doc. PhDr. Jiřímu Pelikánovi, CSc. za pomoc při tvorbě mé práce, především pak za odborné konzultace a podnětné připomínky, které mi poskytl.

Karolína Tučková

OBSAH

1. ÚVOD.....	1
2. HISTORICKÝ VÝVOJ VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	2
2.1. První požadavky na vzdělávání seniorů.....	2
2.2. Počátky institucionalizovaného vzdělávání seniorů ve světě	4
2.3. Počátky institucionalizovaného vzdělávání seniorů v ČR.....	5
3. VÝZNAM VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	7
3.1 Význam vzdělávání seniorů pro společnost	7
3.1.1 Demografická situace.....	8
3.1.2 Znaký seniorské populace	9
3.1.3 Zásady OSN pro seniory	11
3.1.4 Vzdělávání seniorů v Národním programu přípravy na stárnutí.....	12
3.2 Význam vzdělávání pro jedince seniorského věku.....	13
3.2.1 Funkce vzdělávání seniorů	13
3.2.2 ROSA.....	14
3.2.3 Motivace seniorů ke vzdělávání.....	15
4. SPECIFIKA SENIORŮ VE VZDĚLÁVACÍM PROCESU	17
4.1 Senior	17
4.2 Změny kognitivních funkcí	19
4.2.1 Percepce.....	20
4.2.2 Pozornost	21
4.2.3 Paměť	21
4.2.4 Rozumové schopnosti	22
4.3 Intelaktuálně determinované učební schopnosti	22
5. DIDAKTICKÉ ASPEKTY VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	25
5.1 Cíle a obsah vzdělávání seniorů	26

5.2. Metody vyučování.....	27
5.2.1 Monologické metody	29
5.2.2 Dialogické metody.....	29
5.2.3 Problémové metody.....	30
5.2.4 Výcvikové metody	30
5.3 Vzdělavatel seniorů.....	31
6. VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ JAKO SOUČÁST CELOŽIVOTNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ.....	34
7. MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V ČR	36
7.1. Univerzity třetího věku.....	36
7.2. Akademie třetího věku.....	37
7.3. Kluby důchodců, seniorská centra	38
8. ZÁVĚR	40
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	41
PŘÍLOHY	

1. ÚVOD

Dnešní západní civilizace je orientována především na mládí, novost, dynamičnost. Je přehlčena hesly o nutnosti být zdravý, svěží, úspěšný a ideálně i krásný. Co je staré, opotřebované, nevýkonné či pomalé, musí ze světa pryč. Okamžitě nahradit! Máme přeci spoustu zboží s nálepkou nové a lepší.

Slogany podobného typu se staly prvotním impulzem k sepsání mé práce. Sama jsem totiž přesvědčena, že i „staré“ má na světě svůj význam. Například výzva krize lidských hodnot přímo vyžaduje zvlášť aktivní roli seniorů, protože právě oni jsou možná posledními nositeli řady hodnot, které současná doba a její kultura ničí.

Dále mě k zájmu o vzdělávání seniorů přivedla má lektorská činnost ve Školičce internetu pro seniory, kterou zaštiťuje Nadační fond Elpida. Poprvé jsem se tam osobně setkala se seniory, kteří skutečně dychtí naučit se něčemu novému, kteří i v takto pokročilém věku chtějí dát svému životu další rozměr. Kromě jejich entuziasmu pro další vzdělávání jsem si však povšimla i spousty problémů dané především jejich vysokým věkem, které jim učení částečně stěžují. To mělo vliv i na strukturu mé práce.

Práci jsem rozdělila do šesti dílčích částí. První dvě části čtenáře uvádějí do problematiky náhledem do historie, hledáním významu vzdělávání seniorů a jeho obhájením. Další dvě kapitoly se více zabývají samotnou osobností seniora ve vzdělávacím procesu a procesem učení se, který je hodně ovlivněn specifickostí daného vývojového stadia. Poslední dvě kapitoly se soustřeďují na místo vzdělávání seniorů v procesu celoživotního vzdělávání a na konkrétní možnosti jeho naplnění.

Cílem mé práce bylo zmapování a provedení analýzy problematiky edukace seniorů, a to ve vztahu ke společnosti i k samotným jedincům. Práce má tedy charakter přehledové studie.

Ke zvolenému tématu jsem měla dostatek literatury a materiálů, všechny uvedené zdroje jsem však nezpracovala, některé jsem použila pouze ke studiu. Velkou inspirací mi byly zejména práce autorů Zdeňka Palána, Ladislava Rabušice, Pavla Mühlpachra, Emila Livečky a Marie Vágnerové. Velice podnětné vzhledem k mému tématu byly i sborníky příspěvků z konferencí o seniorském vzdělávání.

2. HISTORICKÝ VÝVOJ VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Žijeme v moderní době 21. století. Ve století, které by v budoucnu mohlo získat přívěsisko století rychlosti, spěchu, výkonu. Jsme čím dál tím více progresivnější, ekonomicky úspěšnější, modernější. Fascinováni budoucností. A právě ve snaze dohlédnout co nejdál a jít neustále vpřed snadno zapomínáme, co všechno je za námi. V rychlosti našeho (po)kroku jsme mnohdy dezorientováni a není nám jasné ani to nejzákladnější. Odkud a kam vlastně směřujeme? Jakého cíle chceme dosáhnout?

Často se zdá, že pohledem do historie jen ztrácíme čas. Jaké je to pak ale překvapení, když například zjistíme, že „naše“ inovativní myšlenka byla rozpracována již o staletí dříve. Není už třeba ve své původní podobě plně aplikovatelná, ale může být stále hodně inspirativní. Může se stát základem. Může určit správný směr. Nebo naopak – může varovat, že tudy cesta nevede.

Proto se mi i v dnešní době jeví více než důležité se historií zabývat. Znat původ věcí a jejich následný vývoj. Vědět odkud jsme přišli a kudy můžeme jít za svým cílem bezpečně dál.

A tak bych ráda, stojíc si za svým přesvědčením, nejprve uvedla náhled do historie problematiky vzdělávání seniorů. Jako stěžejní dějinné momenty se mi pro tuto oblast jeví první požadavky na vzdělávání seniorů, dále počátky institucionalizovaného vzdělávání seniorů ve světě a následně i v prostředí České republiky.

2.1 První požadavky na vzdělávání seniorů

Historicky první, kdo vnesl požadavek celoživotního vzdělávání a výchovy byl Jan Amos Komenský. Učinil tak ve čtvrté části díla Obecná porada o nápravě věcí lidských¹, kterou nazval Pampaedia (v překladu Univerzální vzdělávání, či Vševýchova). Poprvé zde rozvíjí teorii celoživotního utváření člověka, respektive všech lidí na světě.

¹ lat. De rerum humanarum emendatione consultatio catholica, psáno v Lešně v letech 1654 – 56

Hned v první části Pampaedie je vytyčen hlavní obecný cíl, a sice vzdělávat všechny – ve všem – všestranně². Dále zde Komenský pojednává o školách, knihách a učitelích, jejichž prostřednictvím se vzdělávání může uskutečňovat. Zbývajících osm kapitol je pak věnováno procesu celoživotního utváření všech lidí v osmi školách života. Jedná se o školu zrození, školu útlého dětství, školu dětství, školu dospívání, školu mladosti, školu dospělosti, školu stáří a školu smrti. Jednotlivé školy Komenský ještě dále periodizoval a podle stupně vývoje určoval, jak má vypadat práce pedagoga a co má být v daném věkovém období těžištěm sebevzdělávání.

Můžeme si povšimnout, že zcela nově jsou zde zmiňovány a samostatně řazeny škola zrození, škola dospělosti a školy stáří a smrti. Některé myšlenky ze školy zrození najdeme již v radách z Informatoria školy mateřské, ale škola dospělosti a škola stáří až do konce života jsou naprosto inovativní.

Ve škole dospělosti klade Komenský hlavní důraz na volbu povolání, způsob pojetí práce, další vzdělávání a nalezení smyslu v práci nejen pro sebe, ale i pro společnost. Ve škole stáří se pak jedná především o celkovou bilanci života, o předávání zkušeností mladším generacím a o moudré využívání životních zkušeností.

Komenského systém teorie celoživotního vzdělávání byl však originální i v mnoha dalších směrech. Nejenže představoval ucelený systém celoživotního vzdělávacího procesu, který zahrnoval cíle, obsahy, metody i prostředky výuky, ale zároveň byl vázán i k sociální všenápravě. Problematika vzdělávání je zde úzce spojena s filosofií lidského života a s otázkami přeměny společnosti. Komenský v Pampaedii totiž také naznačuje možnosti, jak lze přes principy poznání světa jako celku, úplnost a všestrannost, mnohostranný rozvoj, morální, duchovní a sociální hodnoty kultivovat lidstvo.

Kromě požadavku celoživotního vzdělávání a učícího se světa Komenský také jako první prosazuje teorii individualizace vzdělávání, prosazuje vzdělávání všech sociálních skupin bez jakékoliv diskriminace, včetně té věkové: „První, čeho si přejeme, jest, aby tak plně a k plnému lidství mohl být vzděláván ne nějaký jeden člověk nebo několik jich nebo mnoho, nýbrž všichni lidé vespolek i každý zvlášť, mladí i staří, bohatí i chudí, urození i neurození, mužové i ženy, zkrátka každý, komu se dostalo

² známé také jako *omnes – omnia – omnino*

údělu narodit se člověkem, aby konečně jednou bylo celé lidské pokolení vzdělané ve všech věkových stupních, stavech, pohlavích a národech.“³

Výše zmíněné jen potvrzuje, že Komenský byl skutečně osvícený pedagog a jeho myšlenky byly nadčasové. Některé se dokonce dočkaly realizace až o několik století později. Představy o školách dětského věku se v praktickém životě sice naplnily relativně záhy, ale škola dospělosti a škola stáří byly ještě dlouho opomíjeny. K realizaci této ideje, jak uvidíme dále, dochází v Evropě totiž až v průběhu druhé poloviny 20. století. Nejprve se objevily požadavky na výchovu dospělých, posléze postupně i na bezprostřední přípravu na stáří. Potřeba celoživotního vzdělávání se pak začíná prosazovat teprve v sedmdesátých letech 20. století. Příprava na život v seniorském věku se zde ale stává již jeho nedílnou součástí.

2.2 Počátky institucionalizovaného vzdělávání seniorů ve světě

Potřebu přípravy na stárnutí a potřebu vzdělávání seniorů začali ve světě jako první prosazovat lékaři a specialisté z odborných gerontologických a geriatrických pracovišť. První vzdělávací kurz přípravy na stáří byl uskutečněn v roce 1949 ve Spojených státech, v roce 1950 pak v Anglii. Tam také následně vznikl Národní výbor pro blaho starých lidí, který inicioval vznik studijní skupiny zaměřující se na přípravu na důchod a k tomuto tématu také organizoval víkendové kurzy. Organizování podobných kurzů bylo v roce 1972 doporučeno Radou Evropy a následně mnoha zeměmi akceptováno.

Za zlomový rok v historii vzdělávání seniorů snad můžeme bez obav označit rok 1973. Tehdy totiž ve Francii, konkrétně na univerzitě v Toulouse, vznikla myšlenka založit vzdělávací instituci pro seniory. Pierre Vellas, sociolog a profesor mezinárodního práva, si při návštěvě domova důchodců povšiml, že je zde řada lidí pasivních, že tráví čas nečinností. Zorganizoval pro ně tedy kurz přednášek a seminářů o malířství nazvaný Letní škola Univerzity v Toulouse. Myšlenka se začala rychle šířit a postupně i další francouzské univerzity začaly pořádat své semináře pro seniory, které dostaly obecný název univerzity třetího věku. Pierre Vellas dal těmto univerzitám do vínku 4 základní cíle, a sice:

³cit. KOMENSKÝ, Jan Amos. *Vševýchova/Pampaedia*. s. 4

- 1) Přispět k rozvoji fyzického, duševního a sociálního zdraví seniorů pomocí cvičení, mentálních aktivit, společenských aktivit a otevřením se dnešní společnosti, pomocí umělecké tvořivosti a vzájemné spolupráce.
- 2) Zajistit nepřetržitý výukový program pro seniory, do jehož průběhu budou nějakým způsobem zapojeni i zástupci ostatních věkových skupin.
- 3) Iniciovat výzkum zabývající se stářím.
- 4) Ustanovit výukové programy o gerontologii včetně programů, které budou ve společnosti zvyšovat povědomost o problematice stáří.

Tento specifický vzdělávací program univerzit třetího věku se postupně rozšířil po celém světě. Ve Francii jsou vzdělávací kurzy pro seniory tradičně stále spjaty s univerzitami (jedná se o tzv. francouzský model, který se uplatňuje i v ČR), naproti tomu ve Velké Británii jsou kurzy a další aktivity pro seniory pořádány především v rámci soukromého neziskového sektoru. Organizační spojení s univerzitami je zde minimální, většinou však vůbec žádné (jedná se o tzv. britský model).

Rostoucí počet univerzit třetího věku (zkráceně U3V) vyvolal potřebu koordinovat jejich aktivity na mezinárodní úrovni. V roce 1977 tak vzniklo Mezinárodní sdružení U3V, nazvané AIUTA⁴, které sídlí v Toulouse ve Francii. Hlavním cílem AIUTA sdružení je udržování kontaktů a vzájemné podpory mezi členy a spolupráce se všemi organizacemi, jejichž činnost se týká vysokoškolského vzdělávání a životních podmínek seniorů.

2.3 Počátky institucionalizovaného vzdělávání seniorů v ČR

Vzdělávání seniorů v České republice začalo podobně jako ve světě probíhat na bázi osvěty, a to formou specializovaných přednášek v klubech důchodců nebo v kulturních střediscích. Od poloviny osmdesátých let získávaly na popularitě ucelené několikaměsíční vzdělávací cykly nazvané akademie třetího věku. V rámci projektu Program přípravy na stárnutí, který vyhlásilo tehdejší Federální ministerstvo práce a sociálních věcí, zde plnili hlavní úlohu především lékaři – geriatři. Stěžejním tématem

⁴ Association Internationale des Universités du Troisième Age

přednášek byla problematika stárnutí, avšak obsah nebyl zaměřený jen na oblast zdravotnictví, ale i na problematiku sociální a na okruhy zájmových sfér seniorů.

První univerzita třetího věku na území tehdejšího Československa vznikla v roce 1986. U jejího zrodu stála pobočka Československého červeného kříže, Československá geriatrická společnost v Olomouci, Univerzita Palackého a olomoucká Fakultní nemocnice. Hlavním koordinátorem těchto subjektů a zároveň propagátorem myšlenky založení univerzity třetího věku byl MUDr. Jaromír Vachutka. Nejčastějším tématem tehdejšího vzdělávacího programu byla péče o člověka ve zdraví, nemoci a tísní, převládalo tedy opět zdravotnické zaměření.

O rok později byla založena první univerzita třetího věku v Praze, a sice na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Brzy se přidaly další vysoké školy a v současné době nabízí studium pro seniory prakticky každá vysoká škola v České republice⁵.

I v podmínkách České republiky vyvolal rostoucí počet univerzit třetího věku potřebu koordinace. Došlo k tomu v první polovině 90. let minulého století. V roce 1993 byla založena Asociace univerzit třetího věku České republiky, která sídlí v Brně. Je členem Mezinárodního sdružení U3V – AIUTA. Hlavními úkoly Asociace je zabezpečit vzájemný přenos informací mezi svými členy a dále udržování mezinárodních kontaktů s vedoucími evropskými organizacemi.

Z výše zmíněného můžeme vyvodit, že vzdělávání seniorů se postupně stává nedílnou součástí výukového procesu v rámci programu celoživotního vzdělávání. Vysokoškolská kurikula s touto formou systematického vzdělávání počítají a i v budoucnu ji jistě budou zahrnovat do svých výukových plánů. Vysoké školy také dohlíží na kvalitu vzdělávání a přispívají tak k jeho vysoké úrovni.

Je tedy evidentní, že společnost vyhodnotila vzdělávání seniorů jako přínosný jev, který hodlá nadále podporovat a rozvíjet. V následující kapitole bych ráda poukázala na to, proč k tomuto rozhodnutí došlo, resp. jaký má vzdělávání seniorů význam.

⁵ blíže viz příloha č. 1

3. VÝZNAM VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Hledáme-li v jakékoliv oblasti lidského počínání význam, ptáme se většinou po smyslu dané činnosti. Hodnotíme, zda je přínosná, či nikoliv.

Ráda bych v této kapitole dokázala, že vzdělávání seniorů cenu má. Zvolila jsem si pro to hned dva okruhy, ve kterých pro toto tvrzení můžeme najít důkazy, a sice společnost a seniorskou populaci. Pokusím se zde vysvětlit, proč je společnost ochotna do vzdělávání seniorů investovat nemalé peníze, proč se sami senioři chtějí dále vzdělávat, atp. Zkrátka vysvětlit, v čem spočívá onen přínos vzdělávání seniorů.

3.1 Význam vzdělávání seniorů pro společnost

Vzdělávání seniorů má dle mého názoru pro společnost dvojí význam. První oblastí, v níž můžeme vzdělávání seniorů označit jako přínosné, je oblast ekonomická. Jak uvidíme dále, dochází k velkým demografickým změnám, kdy jsou v populaci stále více zastoupeni lidé, kteří již ukončili ekonomicky aktivní etapu svého života. Jejich fyzický a duševní stav je však stále natolik dobrý, že by se mohli i nadále podílet na životě společnosti a svými zkušenostmi i dovednostmi významně zvýšit její produktivitu. Vzdělávání seniorů také zajišťuje duševní trénink, který je nezbytnou podmínkou vysoké kvality jejich života a celkové pohody. Ve svém důsledku to dokonce přispívá i k tělesnému zdraví. Tím samozřejmě klesají nároky i náklady na starobní sociální a zdravotní péči. Stát tak místo dodatečných výdajů získává úspory, které jsou stále větší než částka, kterou do vzdělávání seniorů investuje.

Druhou oblastí, pro kterou má vzdělávání seniorů význam, je oblast sociální. Dotací vzdělávacích programů pro seniory stát de facto deklaruje humánní přístup ke svým obyvatelům. Senioři v takovéto společnosti zůstávají stále její součástí a nejsou státem nijak diskriminováni.

Přiblížím dále, jaké jsou prognózy populačního vývoje, jaké charakteristické znaky nese seniorská populace a jak na tyto informace zareagovaly některé nadstátní a státní instituce.

3.1.1 Demografická situace

Demografický vývoj v České republice, podobně jako ve všech ostatních ekonomicky rozvinutých státech, je charakterizován stárnutím lidské populace. Tento stav je určován dvěma základními faktory, které jsou pro moderní společnosti typické. Jedná se o klesající natalitu a klesající mortalitu. V tomto vývoji hrají na jedné straně významnou roli fenomény jako nízká míra sňatečnosti, vstup do manželství ve vyšším věku, oddalování doby narození prvního dítěte, nižší počet dětí v rodině, na druhé straně pak neustálé prodlužování se průměrné délky života. V důsledku tohoto měnícího se poměru porodnosti a úmrtnosti se celkově proměňuje i věková skladba obyvatelstva, ve které podstatně přibývá starých lidí. Podle demografických analýz a prognóz OSN je situace v České republice natolik závažná, že bychom se v polovině 21. století mohli stát společně s Itálií a Řeckem státem s nejvyšším podílem seniorů na světě.

Pro populační vývoj ČR bude do roku 2050 charakteristická jistá nepravidelnost. Jednotlivými věkovými kategoriemi budou totiž střídavě procházet silné a slabé generace narozené v někdejších vlnách vysoké a nízké porodnosti. To povede k velkým změnám i v počtu osob v jednotlivých věkových skupinách⁶. Jak budou početně různě velké populační ročníky procházet jednotlivými věky, resp. jak budou stárnout generace lidí narozených v období populačního baby-boomu v polovině sedmdesátých let, bude se měnit také těžiště skupiny ekonomicky aktivních osob. Jestliže je dnes nejvíce osob ve věku okolo třiceti let, za třicet let budou nejpočetnějšími ekonomicky aktivními osobami muži a ženy ve věku 60 let.

K nejvýraznějším změnám dojde ale bezesporu ve věkové kategorii lidí starších 65 let. Obyvatelé v tomto věku budou přibývat nejrychleji. V růstu jejich počtu se budou odrážet zejména nepravidelnosti věkové struktury a očekávané pokračující prodlužování se naděje dožití. Osoby starší 65 let tvoří v současnosti přibližně jednu sedminu všech obyvatel, do roku 2050 se jejich podíl dle prognóz přiblíží až k jedné třetině⁷. V absolutním počtu to bude znamenat skoro 3 miliony seniorů, oproti dnešním 1,4 milionu.

⁶ blíže viz tabulka č. 1 – příloha č. 2

⁷ blíže viz graf č. 1 – příloha č. 2

Z výzkumů je patrné, že se populační stárnutí stane jedním z charakteristických znaků moderních společností. Je třeba přijmout tuto skutečnost jako fakt a přestat ji vnímat leckdy až apokalypticky. Podíváme-li se na tento jev jiným, pozitivnějším pohledem, můžeme stárnutí společnosti označit za novou výzvu, novou příležitost, které může využít takřka kdokoliv.

Dříve než přistoupím k reakcím OSN a našeho státu na tuto problematiku, zmíním ještě některé znaky, které jsou v našem prostředí pro seniorskou populaci charakteristické.

3.1.2 Znaky seniorské populace

Každá populace je něčím charakteristická, nese určité znaky, podle kterých ji můžeme identifikovat. Jistě by se jich dalo nalézt velké množství, pro účel své práce jsem si však zvolila jen čtyři: různorodost, ohroženost, ekonomickou limitovanost a změnu struktury volného času.

S cílem vyvarovat se jakékoliv generalizace (neboť mám stále na paměti, že každou populaci tvoří jednotliví lidé, které nemůžeme shrnout do žádných charakteristik) bych jako první znak seniorské populace zmínila její mimořádnou heterogennost. Hovoříme-li o seniorech, musíme si vždy ujasnit, kterou seniorskou subpopulaci máme na mysli. Zda mluvíme o stáří sociálním (ve smyslu penzionování), o stáří kalendářním (které je striktně určováno věkem), nebo třeba o stáří funkčním. Z hlediska periodizace lidského života je stáří poměrně dlouhým obdobím a není proto divu, že jsou mezi jedinci do tohoto období spadajícími velké rozdíly, ať už z hlediska zdravotního, psycho-sociálního, výkonového, ekonomického, apod.

Jedním ze znaků, který je ale téměř všem členům seniorské populace společný je ohroženost, jejich snadná zranitelnost. V některých státech, které se snaží být více ekonomicky prosperující než sociální, stojí senioři bohužel spíše na okraji společnosti, společenského zájmu. Nezřídka jsou vnímáni jen jako obtíž, jako zátěž pro ekonomiku státu. Čím dál více se tu také setkáváme s věkovou diskriminací, s tzv. ageismem, kdy jsou senioři apriorně vyřazováni z různých aktivit a činností a ze společnosti mladších generací.

Na ohroženost seniorů se dá ale nahlížet i jinak, např. z hlediska kriminálního. Senioři se kvůli zhoršené orientaci stávají pro mnohé (a bohužel často i pro členy vlastní rodiny) snadnou obětí. Dále je zde hrozba úrazů, které již mohou být v tomto věkovém stadiu fatální. Málo se také mluví o sebevražednosti seniorů, která však dosahuje v porovnání s ostatními věkovými skupinami největších čísel. Nezanedbatelná je i ohroženost seniorů chudobou.

Chudoba evokuje další ze znaků seniorské populace, a sice její ekonomickou limitovanost. Výše průměrného důchodu se sice neustále zvyšuje, ale ceny zboží tento trend sledují také. Podle MPSV činí nyní výše průměrného starobního důchodu 9616 korun. Musíme však vzít v úvahu, že je to částka průměrná, a že ani tak po zaplacení výloh na bydlení a živobytí nezbyvá seniorům příliš velká suma peněz k dalšímu volnému použití.

Posledním ze znaků seniorské populace, který bych chtěla zmínit, je změna struktury jejich volného času. Senioři často nevědí nebo neuvažují nad tím, jak s volným časem naložit. Jejich dny jsou pak často nestrukturované a většina času je naplněna nečinností. Mnozí upadají do pasivity, neudržují ani žádné kontakty s okolím a de facto tak sami sebe segregují od zbytku společnosti.

Demografické údaje ukazují, že populační stárnutí je pro vyspělé státy nevyhnutelné. Zároveň také vidíme, že charakteristiky seniorské populace nejsou nijak pozitivní. Představují spíše problémy, které je třeba co nejrychleji řešit. V České republice již nyní existuje Národní program přípravy na stárnutí populace na období let 2008 – 2012, který je koncipován jako celospolečenský program. Zahrnuje mnohé z principů aktivního stárnutí, po jejichž implementaci volá dnes už celý vyspělý svět, ať už na úrovni OSN, Evropské unie, či politiky jednotlivých států⁸.

⁸ Za „stěžejní“ dokumenty jsou zde považovány následující:

- „Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí“, přijatý Valným shromážděním OSN v roce 1982
- „Zásady OSN pro seniory“, přijaté v roce 1991
- „Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí“, přijat v roce 2002

3.1.3 Zásady OSN pro seniory

Zásady pro seniory přijalo Valné shromáždění OSN v prosinci roku 1991. Zároveň byly vyzvány všechny státy, jichž se seniorská problematika týká, aby tyto zásady včlenily do svých národních programů a do své politiky a právních předpisů kdykoliv to jen bude možné.

Tyto zásady upravují život seniorů v pěti oblastech. Věnují se tématu nezávislosti, zařazení do společnosti, seberealizace, důstojnosti a péče. OSN tak opět doporučuje, aby státy nezapomínaly na sociální a humánní přístup ke svým obyvatelům.

V oblasti nezávislosti seniorů je požadováno, aby byly naplněny jejich základní životní podmínky (jídlo, pití, obydlí, apod.), aby měli možnost stále pracovat a zajistit si tak příjem, a aby mohli spolurozhodovat, kdy a za jakých podmínek s prací skončí. Dále je to požadavek na možnost žít ve svém domově a ve vyhovujícím prostředí, jak nejdéle je to jen možné. V neposlední řadě pak nezávislost naplňuje také přístup ke vzdělávacím a výcvikovým programům pro seniory.

Zařazení do společnosti upravuje styky se společností, aktivní účast seniorů na životě společnosti (byť třeba jen v lokálním prostředí), sdílení schopností a znalostí s mladšími generacemi. Měly by se rozvíjet příležitosti pro uplatnění seniorů ve společnosti, například vytvářením dobrovolnických pozic, které odpovídají jejich zájmům a schopnostem.

K tématu seberealizace seniorů zmiňuje OSN jako nejdůležitější body možnost plně využívat příležitostí k rozvoji svých schopností, k čemuž opět mohou přispět různé vzdělávací, kulturní a rekreační nabídky společnosti.

V problematice důstojnosti je zdůrazněno, že by stát měl seniorům zajistit důstojný a bezpečný život, bez jakékoliv diskriminace. Za důležitý bod zde považují požadavek na hodnocení seniorů nezávisle na jejich ekonomickém přínosu.

V neposlední řadě OSN zmiňuje oblast péče, především té zdravotní, která však zahrnuje úroveň tělesného, duševního i emočního zdraví, a která by měla být seniorům zajištěna jak ze strany rodiny, tak ze strany státu.

Jak již bylo zmíněno, mnohé z těchto zásad zahrnuje také český Národní program přípravy na stárnutí. Tendence k podpoře seniorské populace je už zde,

myslím, více než jasná, proto se dále v rámci dokumentu Národního programu zaměřím především na úlohu vzdělávání.

3.1.4 Vzdělávání seniorů v Národním programu přípravy na stárnutí

Český Národní program přípravy na stárnutí je svým obsahem hodně podobný zásadám OSN pro seniory. Program vychází z předpokladu, že ke zvýšení kvality života ve stáří a k úspěšnému řešení problémů spojených s demografickým vývojem společnosti je nezbytné zaměřit se nejdříve na následující strategické oblasti a priority:

- aktivní stárnutí
- prostředí a komunita vstřícná ke stáří
- zlepšení zdraví a zdravotní péče ve stáří
- podpora rodiny a pečovatелů
- podpora participace na životě společnosti spojená s ochranou lidských práv.

Podpora vzdělávání seniorů je zmíněna hned v úvodu, jako součást aktivního stárnutí. Vzdělávání seniorů je tu nahlíženo jako jedna z podpůrných složek vedoucích ke zvýšení kvality života ve stáří a ke zvýšení prosperity ve stárnoucí společnosti.

Převažuje zde snaha podpořit ekonomickou aktivitu seniorů a snaha zvýšit jejich konkurenceschopnost na trhu práce. Vyšší vzdělání samozřejmě poskytuje více možností. Nejedná se však jen o zajištění žádoucích kvalifikací, ale také o zvýšení zdravotních a finančních kompetencí stárnoucí populace.

Předpokladem pro ekonomickou aktivitu seniorů je společenské přijetí celoživotního přístupu k práci a zaměstnatelnosti a vytvoření rovných příležitostí pro zvyšování znalostí a dovedností v průběhu života. Vzdělávání starších generací a jeho vliv na produktivitu práce může významně kompenzovat problémy spojené se stárnutím populace. Je třeba předvídat poptávku po pracovních silách a posílit vazby vzdělávání na požadavky trhu práce.

Program se zabývá i kvalitou života lidí v seniorském věku. Vzdělávání tu hraje nezanedbatelnou roli především při zvyšování adaptability seniorů a při zvládání sociálních a společenských změn. Vzdělávání orientuje seniory na nové perspektivy

a hodnoty, umožňuje jim lepší zapojení se do občanského života, má pozitivní vliv na zdraví a zabraňuje také sociálnímu vyloučení.

Je evidentní, že se stát/společnost snaží pro seniory vytvořit podpůrné, integrující a vstřícné prostředí. Doufám, že se mi podařilo ukázat, že vzdělávání seniorů v této snaze hraje nezastupitelnou roli. Proto je – a snad není příliš opovážlivé říci, že čím dál tím více bude – státem i společnostmi podporováno.

3.2 Význam vzdělávání pro jedince seniorského věku

Jak již bylo řečeno, vzdělávání seniorů má velký význam pro stát, pro jeho ekonomiku a pro sociální oblast. Nyní bych ještě ráda zdůraznila individuální přínos. Pokusím se zde najít odpovědi na otázky, co vede seniory k tomu, aby se dále vzdělávali, jak mohou s novými vědomostmi naložit, jak je využít. Tedy vysvětlit, v čem spočívá význam vzdělávání pro samotné seniory.

3.2.1 Funkce vzdělávání seniorů

Pozitivní vliv na jedince ukazují již samotné funkce, které vzdělávání seniorů plní. Zmiňme alespoň ty nejdůležitější:

- *funkce preventivní* - vzdělávání může pozitivně ovlivnit průběh stárnutí a kvalitu života ve stáří
- *funkce anticipační* - senioři jsou díky vzdělávání lépe připraveni na to, co je čeká, lépe se vyrovnávají se změnami
- *funkce rehabilitační* - vzdělávání přispívá k udržování dobrého fyzického i psychického stavu
- *funkce adaptační* - senioři se lépe přizpůsobují měnícímu se prostředí
- *funkce stimulační* - vzdělávání je velice podnětné, může vést např. k rozvoji volnočasových aktivit, k novým zájmům, atp.
- *funkce komunikační* - senioři komunikují s okolím, neuzavírají se sami do sebe

- *funkce kompenzační* - vzdělávací aktivity mohou nahradit například nedostatek sociálních kontaktů
- *funkce aktivizační* - senioři se díky nově získaným znalostem zapojují do společenského dění, což přináší pocit uspokojení, důstojného stárnutí
- *funkce relaxační* - vzdělávání přispívá k vnitřní harmonii člověka, příjemně naplňuje volný čas

Vzdělávání seniorů tedy kromě nejzákladnější vzdělávací funkce, kdy se jedná především o získávání nových poznatků a informací, plní i funkce kulturně-kultivační a sociálně-psychologické. Významem vzdělávání seniorů především z psychologického hlediska se ve svých pracích pod heslem ROSA zabýval intenzivně také Jan Srnec.

3.2.2 ROSA

Jan Srnec, organizátor a lektor kurzů univerzity třetího věku, se zabýval přínosem vzdělávání pro seniory. Kromě nejvýznamnější funkce dalšího vzdělávání, vymezil ještě několik dalších, které souhrnně označuje heslem ROSA. Jednotlivá písmena ve slovu ROSA zastupují podle Srnce čtyři základní složky strategie úspěšného či aktivního stárnutí, a sice: R – racionální postoj, O – orientace na budoucnost, S – sociální kontakty a A – aktivita. Přiblížím dále, co se pod jednotlivými hesly skrývá.

R – racionální postoj

První složkou strategie úspěšného/aktivního stárnutí je zaujmutí racionálního postoje. De facto se jedná o „rozumný přístup“ ke svému stáří. Vzdělávání seniorů mimo jiné směřuje k tomu, aby senioři porozuměli stárnutí obecně a přibližně věděli, jaký může mít průběh. Aby byli informováni o změnách, které jsou ve stáří obvyklé či snad nevyhnutelné. Aby se na tyto změny uměli připravit a aby se s nimi dokázali adekvátně vyrovnat.

O – orientace na budoucnost

Další složkou aktivního stárnutí, ke které vzdělávání také přispívá, je orientace na budoucnost. Pod tímto pojmem je skryto především plánování, ať už v krátkodobé či dlouhodobé perspektivě. Stáří by nemělo být vnímáno jako konečná fáze života,

ve které už žádná činnost nemá smysl. Máme-li stárnout aktivně a v rámci možností radostně, je třeba umět se stále na něco těšit, klást si cíle, které nás motivují k činnosti. Senioři by neměli uváznout v minulosti, důležité je hledět do budoucna. Udržet krok s dobou a dokázat se v ní zorientovat.

S – sociální kontakty

Pro aktivní stárnutí je dále nezbytné udržovat sociální kontakty. Pěstovat stále přátelské vztahy, umět přijímat i dávat lásku. I vzdělávání přispívá k tomu, že se senioři nepřestávají zajímat o dění kolem sebe. Nerezignují na svůj společenský život, ale naopak se neustále snaží o udržování sociálních vazeb.

A – aktivita

Poslední složkou aktivního stárnutí je aktivita. Díky vzdělávání senioři neupadají do apatie, pasivity a nicnedělání, získávají nové podněty, mají zájem o věci a jsou činní duševně i tělesně. Zkrátka „něco“ dělají. Důležité je také přesvědčit seniory, aby se nevzdávali svých koníčků a zálib jen proto, že si třeba už připadají staří a nedaří se jim zvládat věci tak precizně a rychle jako dříve.

Znovu se tedy ukazuje, že vzdělávání seniorů nemá význam jen v oblasti získávání informací, ale plní i mnohé jiné funkce. V některých případech mohou být tyto další výše zmíněné funkce pro jedince dokonce důležitější. Uvedu proto ještě dále, co samotné seniory ke vzdělávání nejčastěji motivuje.

3.2.3 Motivace seniorů ke vzdělávání⁹

Podle studie *Learning in Later Life* jako hlavní motivaci k dalšímu vzdělávání senioři nejvíce zmiňují potřebu rozšířit si své dosavadní znalosti a touhu zůstat duševně aktivní. Některé láká možnost naučit se něčemu zcela novému. Velkým motivem je ale často i možnost věnovat se tomu, co je po celý život zajímalo a lákalo, ale k čemu doposud (během svého dosavadního života) neměli nikdy vhodnou příležitost, dostatek času či prostředků.

⁹ blíže viz studie *Learning in Later Life: Motivation and Impact*

Druhá nejpočetnější skupina motivů je spíše osobní povahy. Tito lidé chtějí především dosáhnout osobního uspokojení. Vzdělávají se hlavně proto, aby smysluplně využili čas a dali svému životu v seniorském věku nějaký smysl.

Dále se nezřídka pro seniory stává motivací i možnost získat díky nabytým vědomostem pracovní místo, možnost pomoci vlastní rodině, pomoci v komunitě, nebo získat potřebné znalosti a dovednosti pro dobrovolnickou práci.

V neposlední řadě mnohé seniory k dalšímu vzdělávání motivuje sociální zařazení. Kromě toho, že se senioři stávají studenty a snaží se tak udržet krok s dobou, tak také potkávají mnoho nových lidí se stejnými zájmy, potkávají se a navazují kontakty i s mladšími generacemi, apod.

Z výzkumů dále vyplývá, že vzdělávající se senioři se cítí spokojeně a dobře. Většina z nich konstatuje pozitivní dopad na alespoň jednu z následujících oblastí:

- radost ze života
- vlastní sebevědomí
- sebepojetí
- spokojenost se svým životem
- schopnost vypořádat se s každodenním životem.

Beze sporu se dá tedy říct, že vzdělávání seniorů má velký význam i pro ně samotné. Důkazem budiž také míra poptávky po vzdělávacích kurzech a zaplněné přednáškové sály.

4. SPECIFIKA SENIORŮ VE VZDĚLÁVACÍM PROCESU

V této kapitole bych se ráda věnovala samotným seniorům a stáří jako vývojovému stadiu. Některé charakteristiky stáří byly zmíněny již výše a nebylo by účelné je znovu opakovat. Proto se v rámci této kapitoly zaměřím hlavně na vymezení pojmu senior a na souvislosti věku a učebních schopností seniorů. Popíšu především, k jakým změnám dochází v oblasti kognitivních funkcí a jaký to má vliv na proces učení.

4.1 Senior

Senior je slovo, které každý zná. Slovo, které získává na popularitě a které nahrazuje slova podobná, jež byla možná výstižnější, ale zároveň i trochu stigmatizující, jako například důchodce, starý člověk, stařec. Vymezení počátku stáří a pojmu senior je stále nejednotné. Existuje mnoho přístupů, které definují nejrozličnější okolnosti, za kterých člověk přestává být dospělým (z hlediska vývojových stadií) a stává se starým. Na této hranici se nedokážou shodnout ani největší odborníci. Je totiž naprosto individuální. Zajímavé je ale právě množství pohledů, kterými můžeme na stáří nahlížet. Jmenujme ty nejznámější:

Biologické stáří

Biologické stáří označuje míru involučních změn. Pokusy o určení biologického stáří, které by bylo objektivnější než věk kalendářní, však selhaly. Lidé stejného věku se totiž mohou výrazně lišit mírou involučních změn a svojí celkovou funkční zdatností. Teorie „mladý člověk je zdravý a silný, starý člověk je nemocný a slabý“ zkrátka neplatí stoprocentně.

Existují dva odlišné pohledy na příčiny stárnutí a stáří. První, gerontologický přístup, říká, že stárnutí a umírání jsou procesy zákonité, které jsou kódovány genetickou informací. Zastává názor, že existuje přirozená smrt, tzv. smrt stářím, které se nelze vyhnout.

Druhý přístup, epidemiologický, tvrdí, že stárnutí a stáří jsou podmíněny vnějšími a chorobnými vlivy (např. interakce s nezdravým prostředím, úrazy, apod.). Zastávají názor, že smrt stářím neexistuje. Smrt přichází pouze jako nehoda.

Kalendářní (chronologické) stáří

Kalendářní stáří je vymezeno dosažením určité, arbitrárně stanovené věkové hranice. Toto vymezení však nefunguje stoprocentně, také totiž zcela nepostihuje interindividuální rozdíly. I arbitrární věkovou hranici je třeba neustále posouvat, neboť se prodlužuje délka života a postupně se také zlepšuje zdravotní a funkční stav nově stárnoucích generací.

Současné, nejčastěji uplatňované členění seniorů dle věku vypadá následovně:

65 – 74 let: mladí senioři – problematika penzionování, ztráta profesní role a společenské prestiže, změna struktury volného času

75 – 84 let: staří senioři – problematika adaptace, tolerance zátěže, specifického stonání, osamělosti, ztráty partnera, pobyt v domovech důchodců

85 a více let: velmi staří senioři – problematika soběstačnosti a zabezpečení

Moderní gerontologové však prohlašují, že věkové rozmezí pro staré seniory by se mělo posunout dále. Pro toto rozhodnutí svědčí celá řada 80ti a 90ti-letých fyzicky a duševně výkonných a svěžích lidí. Na toto zareagovala také WHO, která sestavila vlastní periodizaci seniorského věku. Vypadá následovně: 65 – 75 let je označováno jako rané stáří, pokročilý věk je pak vymezen od 75 let až do 90 let, a lidé starší 90 let spadají do období takzvané dlouhověkosti.

Sociální stáří

Sociální stáří je spojeno s proměnou sociálních rolí a potřeb, životního stylu a ekonomického zajištění. Za počátek sociálního stáří je obvykle považován odchod do důchodu či vznik nároku na starobní důchod. Sociální periodizace lidského života

pak vypadá následovně: první věk (tzv. předproduktivní) zahrnuje období dětství a mládí, učení, profesní přípravu, získávání sociálních zkušeností; druhý věk (tzv. produktivní) zahrnuje období dospělosti, produktivitu biologickou i ekonomicko-sociální; třetí věk (tzv. postproduktivní) označuje období stáří. Někdy je definován i čtvrtý věk, který popisuje období naprosté závislosti a nemohoucnosti.

Ráda bych zde ještě jednou zdůraznila, že na jakémkoliv členění je třeba nahlížet pouze orientačně. Mezi jedinci seniorského věku existují velké rozdíly, které by nás měly varovat před tendencí k zobecňování.

4.2 Změny kognitivních funkcí

Vzhledem k tématu mé práce se zde (v rámci charakteristiky stáří) chci zabývat především změnami kognitivních funkcí, neboť ty nejvíce ovlivňují schopnost seniorů se dále vzdělávat.

V průběhu stáří dochází k proměně celkové struktury poznávacích procesů. Seniorům se postupně snižuje kognitivní plasticita, tedy schopnost využít plně svůj potenciál. To se projevuje především během zaznamenávání, ukládání a zpětného vybavování informací.

Dochází ke zpomalení poznávacích procesů a k postupnému prodlužování se reakčních časů. Senioři tak například ke zvládnutí určitého úkolu potřebují až dvojnásobek času oproti mladým studentům. Seniorům netrvá déle jen zpracování informací, ale pomalejší jsou i při volbě rozhodnutí. To pro mnohé samo o sobě představuje zátěž. Senioři si také často uvědomují, že již nejsou schopni pracovat rychle a zároveň bezchybně. Proto raději volí pomalejší tempo. Zpomalení kognitivních procesů nepředstavuje v běžném životě seniorů žádné omezení, protože většina jejich aktivit není časově limitována.

Změny v kognitivních procesech jsou způsobeny nejčastěji změnami ve fungování mozku. Dochází ke zpomalení přenosů informace do příslušného mozkového centra a také ke zpomalení přenosu signálu mezi jednotlivými mozkovými oblastmi. To je způsobeno úbytkem neuronů a narušením synapsí.

Nastíním dále, jak se výše zmíněné promítá do jednotlivých oblastí, a sice do percepce, pozornosti, paměti a rozumových schopností.

4.2.1 Percepce

Percepce neboli vnímání, přijímání podnětů z okolí, bývá u seniorů často ztížena zhoršujícím se smyslovým vnímáním. Percepční problémy mohou ztížit orientaci v prostředí a mohou také ovlivnit ostatní poznávací procesy, které jsou závislé na rychlém a přesném příjmu informací.

Výzkumy ukazují, že přibližně u 90% osob lze po 60. roce jejich věku konstatovat výrazné zhoršení zrakové percepce. Sluchové funkce jsou poškozeny asi u 30% takto starých lidí. Zhoršení vidění a slyšení má navíc v závislosti na věku progresivní charakter.

Důsledkem není jen pokles ve výkonové oblasti seniorů. Negativně jsou tímto ovlivněny i jejich rekreační a relaxační možnosti (četba, poslech hudby, apod.), dále také sociální vztahy, dostupnost komunikace s druhými lidmi.

Samozřejmě, že se tyto nedostatky dají řešit různými kompenzačními pomůckami. Vágnerová k tomu ale píše¹⁰, že například naslouchadla ve společnosti symbolizují určitý úpadek kompetencí, svého nositele stigmatizují. Navíc zesílení zvuku zabírá i šumy, které mohou být pro posluchače rušivé. Je tím také mnohem více zatížena jedincova pozornost, což může vést k únavě či k emočnímu rozladění (napětí, afektivní výbuchy, deprese).

Mnozí senioři se ve snaze vyhnout se těmto nepříjemnostem vyhýbají i mnohým aktivitám a činnostem. Důsledkem je podnětové strádání. Tomu se dá ale v procesu vzdělávání snadno předcházet, soudobé technologie umožňují totiž audiovizuální prezentace, dokonalé ozvučení učeben, atp.

¹⁰ blíže viz VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: Dospělost a stáří*. s. 319-320

4.2.2 Pozornost

Pozornost v průběhu stáří postupně klesá. Schopnosti zaměřit se na potřebné informace, vydržet se delší dobu soustředit, přesouvat nebo rozdělit svoji pozornost dle potřeby na jiné objekty, či schopnosti přijímání informací z více zdrojů současně se u seniorů postupně zhoršují.

Při přenášení pozornosti z jedné činnosti na jinou reagují starší lidé pomaleji a dělají také hodně chyb. Nejsou schopni zcela dobře rozdělovat pozornost nebo ji selektivně zaměřit jen na jeden ze současně působících podnětů. Je pro ně velice složité zpracovat více informací najednou, neboť mají omezenou kognitivní kapacitu.

Opět je třeba zdůraznit, že omezená funkčnost pozornosti seniory v běžném životě nijak neomezuje. Během vzdělávání seniorů je ale třeba na tyto poznatky brát ohled.

4.2.3 Paměť

Paměť se v průběhu stáří zhoršuje (stejně jako ostatní kognitivní funkce), což zřejmě nejvíce ovlivňuje proces učení se. Zhoršují se všechny fáze – zpracování, ukládání i vybavování informací. Není to však dáno jen biologickými změnami. Velkou roli zde hrají i genetické předpoklady, aktuální zdravotní stav seniora a dále neopomenutelně životní zkušenosti a vůbec postoj k duševní činnosti. Je prokázáno, že na stav a funkčnost paměti má nemalý vliv vzdělání, dosažená úroveň rozumových schopností a především míra užívání paměti.

Lidé s nižším vzděláním mají ve starším věku s pamětí větší problémy. Ty jsou dány i jejich tendencí k rezignaci na větší duševní námahu, pasivitou, intelektuální nečinností a malým množstvím zájmů.

Jak je výše naznačeno, paměť se dá částečně trénovat. V rámci vzdělávání seniorů existují samostatné kurzy, nazvané obvykle trénink paměti. Cvičením se funkce paměti uchovávají po delší dobu na přijatelné úrovni.

4.2.4 Rozumové schopnosti

V průběhu stáří dochází také k proměně intelektových funkcí. Oproti výše zmíněnému jsou tyto více variabilní, individuálnější. Závisí také na mnoha biologických a sociálních faktorech. Svoji roli tu tedy hrají jak dědičné dispozice, tak sociální prostředí, ve kterém se senior doposud pohyboval. Vliv na rozumové schopnosti má např. dosažené vzdělání, dosavadní způsob života, ale i osobnostní nastavení, apod. Ke zhoršení rozumových schopností může samozřejmě dojít i chorobnými procesy (např. demence), nebo mohou být sekundárním následkem jiného onemocnění.

Změny způsobené stárnutím ale nepostihují všechny složky inteligence stejně. Podívejme se ještě na rozdíly mezi fluidní a krystalickou inteligencí. Krystalická inteligence se příliš nemění. Senioři si uchovávají schopnost používat dříve osvojené znalosti i způsoby uvažování a řešení určitých známých problematických situací. U fluidní inteligence naopak dochází k viditelnému zhoršení. Jak jsem již zmínila výše, příčina je ve zhoršení funkcí centrální nervové soustavy. Zhoršuje se schopnost práce s informacemi, pozornost, paměť, pracovní tempo. Úbytek fluidní inteligence seniory ohrožuje jen v neznámých, zcela nových situacích, na které pak reagují jako na zátěž a snaží se jim spíše vyhnout.

Je prokázáno, že po dalším vzdělávání většinou touží senioři, kteří jsou vzdělanější, mají vyšší inteligenci a jsou neustále (i v pokročilém věku) intelektuálně činní a aktivní. Tito pak také mohou dosáhnout maximálního nadhledu a schopnosti komplexního uvažování, které je označováno jako moudrost. Faktem ale zůstává, že ubývá flexibility, kreativity a bystrosti¹¹.

4.3 Intelektuálně determinované učební schopnosti

V návaznosti na výše zmíněné bych se v této kapitole ještě ráda v krátkosti věnovala čtyřem psychicky podmíněným znakům učení, a sice kapacitě učení, lehkosti

¹¹ srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: Dospělost a stáří* .s. 327

učení, trvanlivosti výsledků učení a učební intenzitě. Jak se tyto faktory proměňují v závislosti na věku, blíže znázorňuje graf.¹²

Kapacita učebních schopností

Kapacita učebních schopností de facto určuje množství informací, které je jedinec schopen učením pojmout a zpracovat. V průběhu dospělosti kapacita stagnuje nebo ještě drobně narůstá, ve starším věku však už konstatujeme snižování kvality tohoto znaku. Opět zde lze zdůraznit souvislost s pamětí a s jejím trénováním.

Lehkost učení

Lehkostí učení rozumíme rychlost, jakou mohou být osvojena určitá kvanta učiva. Řada zobecněných empirických poznatků zde ukazuje určitý pokles již v počátku pozdního věku dospělosti, který dále pokračuje v období stáří. Senioři tak potřebují k osvojení nového učiva mnohem delší dobu. Při výzkumech se zjistilo¹³, že např. dvacetiletí účastníci potřebovali jen 75% času, který byl určen jako obecně nutný čas k zvládnutí látky (tj. 100%), zatímco starší lidé potřebovali ke zvládnutí stejného objemu asi 150% tohoto obecného průměru.

Trvanlivost (stabilita) výsledků procesu učení

Trvanlivostí výsledků myslíme hloubku nebo naopak povrchnost poznatků, je tím míněna schopnost „vzpomenout si, rozpomenout se“. Také v této oblasti můžeme u seniorů konstatovat pokles. U starších lidí totiž dochází k silnějšímu působení selekce, tedy k jakémusi výběru. Zda vůbec a jak dlouho si bude senior informaci pamatovat, pak hodně záleží na významu, jaký této informaci připsal.

Intenzita procesu učení

Intenzitou učení zde rozumíme ochotu k učení se, ke studiu. Svojí podstatou spočívá v přesvědčení o samotné hodnotě studia a o jeho nutnosti v jakémkoliv věku. Zde lze u motivovaných jedinců sledovat zřetelný vzestup počátkem středního věku dospělosti, který dále ve stáří pokračuje. Připomeňme si zde ještě již výše zmíněnou souvislost s potřebným časem k učení.

¹² blíže viz graf č.2 – příloha č.3

¹³ blíže viz LIVEČKA, Emil: Úvod do gerontopedagogiky, s. 108 – 132

Lze tedy shrnout, že seniorům učení ztěžuje spousta problémů, ať už tělesné či intelektuální povahy. Všechny tyto problémy se ale v rámci vzdělávání dají řešit didakticky diferencovaným organizováním procesu výuky, o kterém se zmíním v další kapitole.

5. DIDAKTICKÉ ASPEKTY VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Vzdělávání seniorů má svá velká specifika, která jsou nesrovnatelná se vzděláváním dětí a mládeže. V období staršího věku se vnímání vzdělávání osvobozuje od pocitu povinnosti, přestává mít úlohu nevyhnutelné aktivity pro získání určité kvalifikace. Pro seniory se vzdělávání stává více hodnotou samo o sobě. Je často vnímáno jako prostředek naplnění smyslu života a nezřídka také naplňuje jedincovy sny a touhy z mládí.

Při vzdělávání seniorů si je třeba uvědomit, že vzděláváme vyzrálé jedince, kteří s sebou do vzdělávacího procesu přinášejí své životní zkušenosti a z nich odvozené názory. V návaznosti na ně pak také posuzují všechny nové informace a rozhodují se, zda je přijmou do svého poznatkového systému, či nikoliv.

Nezřídka se setkáváme se seniory, kteří mají uzavřenou metodu myšlení. Mnoho starých lidí si udržuje svoji integritu a jakýsi pocit bezpečí tím, že odmítají přijmout jakékoliv nové vlivy a informace, které by je mohly nějakým způsobem ohrozit, narušit jejich klid. Tito lidé jen velice složitě a neochotně korigují své názory. Je pochopitelné, že senioři mají nedůvěru k „novému“, obavu z rychlých změn a neočekávaných situací. Také právě proto je zapotřebí rozvíjet metodiku vzdělávání seniorů, která bude nápomocná při odstraňování těchto obav.

Didaktickými aspekty vzdělávání seniorů se zabývá speciální část androdidaktiky. Jedná se o gerontodidaktiku, která je však dle názorů mnoha odborníků stále spíše na počátku svého vývoje. Mühlpachr¹⁴ také upozorňuje, že je třeba stále rozvíjet metodiku vzdělávání seniorů (kam zahrnuje i metodické poradenství pro lektory vyučující seniory), výběr témat, hodnocení efektivnosti výstupů. Podotýká dále, že zájem seniorů o další vzdělávání je čím dál tím větší, a proto je potřeba směřovat k takovému stavu, kdy seniorské programy budou charakterizovány metodikou vzdělávání a nikoliv především věkem posluchačů.

Podívejme se nyní na schéma didaktického procesu a na jeho hlavní složky¹⁵.

¹⁴ blíže viz MÜHLPACHR, Pavel. Gerontopedagogika. Brno: Masarykova univerzita, 2004.

¹⁵ blíže viz příloha č. 4

Jak vyplývá ze schématu, konceptem vzdělávacích aktivit zde máme na mysli jakýsi ideový rámec, záměr jednotlivých vzdělávacích kursů. Vzdělávací potřeby se pak vztahují k jedincům, jedná se o pocíťovaný nedostatek – v našem případě nedostatek informací, vědomostí, dovedností, návyků. Potřeba vzdělávání může být u seniorů vyvolána např. potřebou porozumět době, měnícímu se okolí, potřebou zvýšit si sebevědomí, prestiž, poznat nové lidi se stejnými zájmy, získat uznání v rodině, atp. Tyto potřeby se stávají pro seniory impulzem k dalšímu vzdělávání se.

Koncept vzdělávání i potřeby seniorů ovlivňují učební cíle, obsah vzdělávání, metody vyučování a kladou také specifické nároky na osobnost lektora. Těmito tématy se budu zabývat v dalších podkapitolách.

5.1 Cíle a obsah vzdělávání seniorů

Na začátku každého vzdělávacího kurzu by měly být jasně stanovené cíle. Tím nejobecnějším je předání vědomostí a dovedností cílové skupině. Vymezení konkrétnějších cílů s sebou pak nese velké výhody, a to jak pro lektora, tak pro účastníky kurzů.

Lektor se může díky jasně stanoveným cílům lépe připravovat na svá vystoupení, lépe si dokáže rozvrhnout učební látku, snáz odhaduje potřebný čas pro zvládnutí daných činností a může si také lépe ověřovat, jak dobře účastníci kurzu zvládli, co se od nich požadovalo.

Účastníci kurzu by měli být s cíli seznámeni hned na začátku a i v průběhu by jim měly být neustále připomínány. Znalost cílů přináší (pro seniory hodně významnou) jistotu – od začátku kurzu vědí, co se od nich očekává, co bude požadováno. Znalost cílů se také může stát motivací, či příčinou efektivnějšího učení se, během kterého si sami senioři mohou průběžně zjišťovat, jak se jim daří cíle naplňovat.

Vzdělávání seniorů se stejně jako vzdělávání obecně snaží naplnit tři skupiny základních cílů, a sice cíle kognitivní, afektivní a psychomotorické.

Kognitivní cíle jsou zaměřené na rozvoj poznávacích procesů. Jedná se tedy o prohlubování vědomostí, případně získávání zcela nových. Můžeme sem zařadit například poznávání zaměřené na sféru zdravotnictví, přípravu na stáří, atp.

Cíle afektivní se obecně zaměřují na utváření postojů a hodnotové orientace. U seniorů se jedná především o vytváření vztahu k „novému“ období života, o vytváření vztahu k jiným věkovým skupinám a o vytvoření takového žebříčku hodnot, který napomůže chápat toto období života jako smysluplné.

Psychomotorické cíle se týkají způsobilostí v praktických činnostech, u seniorů především způsobilostí tělesných. Zde je patrně nejdůležitější připomenout význam pravidelné, cílené ozdravující pohybové aktivity.

Pro upevňování motivace seniorů je více než důležité, aby stanovené cíle byly reálné a dosažitelné. Příliš náročné cíle mohou vést k neúspěchu, mohou vyvolávat depresivní pocity a způsobit nechuť k učení. Naopak málo náročné cíle nebudou seniory dostatečně motivovat, budou mít pocit, že jim vzdělávání nic nového nepřináší.

Domnívám se však, že vzhledem k vyspělosti a vyzrálosti seniorů je zde mnohem důležitější, jaké cíle si kladou oni sami, než jaké cíle jim určuje lektor.

Co se obsahu vzdělávání seniorů týče, jsem přesvědčená, že při jeho tvorbě je nejdůležitější podmínkou, aby vycházel z poznanych zájmů seniorů. Staří lidé dávají většinou přednost takovému obsahovému zaměření, které odpovídá jejich potřebám nebo které jim umožňuje věnovat se oblasti jejich velkého zájmu.

Pro mnohé seniory je velice důležité, aby ze vzdělávání měli praktický užitek. Tito, a troufám si říci, že se jedná o většinu vzdělávajících se seniorů, si vybírají kurzy zaměřené např. na zdravotní oblast, psychologii a pedagogiku, na právní oblast, správnou výživu a životní styl, na práci s novými komunikačními technologiemi atp.

5.2 Metody vyučování

Na metody vyučování můžeme nahlížet jako na nástroje řízení a regulace procesu učení, v našem případě stárnoucích lidí. Těžko bychom pro seniory hledali jednu „optimální“ metodu, která by dokonale fungovala za všech okolností. O volbě metody je třeba rozhodovat dopředu podle toho, jakého cíle chceme dosáhnout, jaké učivo prezentujeme. Někdy je však třeba také rychlé reakce a operativního zvolení

vhodné metody v závislosti na tom, jak účastníci reagují, jaká je momentální situace vzdělávaných, jaké mají aktuální potřeby a zájmy, atp.

Gerontopedagogika navíc podle Livečky¹⁶ musí respektovat řadu didaktických zásad, které jsou odlišné od těch uplatňovaných ve vzdělávání mladších věkových skupin. Při volbě konkrétní metody je třeba respektovat především následující:

- 1) Při aktivizaci výuky a participaci účastníků hraje významnou roli inteligenční faktor. V pedagogické praxi to znamená, že se lidé s vyšší inteligencí dají snáze motivovat k učení a k zapojení se do jeho průběhu. Tito jedinci jsou také schopni udržet relativně dlouhou dobu vnímání a pozornost na žádoucí úrovni, a to i při použití monologických metod (např. přednáška).

Starší lidé s průměrnou inteligencí, a především ti s málo cvičenou pamětí, potřebují většinou posilňovat slovní informace ještě vizuálně. Tím je tedy dán i požadavek na propojování metod s demonstrací různých pomůcek, na audiovizualizaci.

- 2) Rozsah prezentovaných informací by měl být úměrně velký. Livečka doporučuje 5-10 minut věnovat vytyčení cíle, motivaci účastníků a docílení optimální úrovně jejich učební aktivity. Teprve pak doporučuje prezentaci informací, která by však neměla bez přestávky přesáhnout 45 minut.

- 3) V úvahu je třeba brát i operační cíle, které lektor svým řízením výuky seniorů sleduje. Výše jsem rozdělila cíle na kognitivní, afektivní a psychomotorické a uvedla k nim i příklady. Je doufám zřejmé, že v každé skupině cílů vytváří jiná metoda předpoklad k docílení optimálních výsledků.

Důležité je zde také podotknout, že ve struktuře cílů a obsahů vzdělávání seniorů se podíl kognitivních cílů zmenšuje ve vztahu k podílu cílů afektivních, jež se zaměřují na postojoyé změny. Afektivní cíle jsou svoji povahou těsně spjaty s citově podbarvenými hodnotami. Můžeme jich dosáhnout jen tehdy, budeme-li v průběhu vyučovacího procesu docilovat pozitivních pocitů. Didaktická praxe tu zmiňuje význam faktorů sympatií, a to zvláště ve vztahu senior – lektor.

¹⁶ srov. LIVEČKA, Emil. Úvod do gerontopedagogiky. s. 161 – 171

Uvedu dále některé vhodné metody, které se dají použít při vzdělávání seniorů. Pro účel své práce jsem si zvolila jejich rozdělení na metody monologické, dialogické, problémové a výcvikové.

5.2.1 Monologické metody

Mezi monologické metody řadíme přednášku, výklad, vyprávění, vysvětlování a instruktáž. Monologických metod je vhodné použít zvláště v případech, kdy se jedná o bázlivé seniory, kteří jsou si nejistí v sociálních kontaktech a tím i zdrženliví v komunikaci, v samostatném prosazování se. Nevýhodou těchto metod je, že poskytují lektorovi jen minimální zpětnou vazbu. Přesto je jejich užití vhodné všude tam, kde je třeba sdělit hodně informací většímu počtu účastníků (zpravidla více než 20 lidem) a kde jsme zároveň omezeni časovým fondem, disponibilními prostředky, apod.

Empirické zkušenosti ukazují, že senioři nedokážou soustředěně vnímat lektora déle než 30 – 45 minut. Jeho pedagogický úspěch se pak promítá do míry aktivity a participace účastníků na diskusi, v již by měla přednáška vyústit. Lektor by měl dokázat propojit přednášku a komentáře účastníků a účastníky do diskuse motivovat. Tento postup však předpokládá menší skupinu do 20 účastníků, ve které je ještě možné následující diskusi moderovat a řídit.

5.2.2 Dialogické metody

Samotná diskuse spadá do dialogických metod. Ty mohou plnit funkci nejen sdělovací, ale i procvičovací a kontrolní. Předpokladem pro užití těchto metod je komunikativnost účastníků a dostatek času. Pro diskusi seniorů jsou vhodnější malé skupiny, které spíše odpovídají navyklé komunikaci v rámci rodiny či přátel.

Dialogických metod se dá využít jako reakce na lektorovu přednášku, kdy senioři diskutují a porovnávají nové informace se svými zkušenostmi

ze společnosti, z práce, ze života. Zde je také příležitost pro lektora, aby korigoval chyby a zpevňoval projevy správného uvažování účastníků.

5.2.3 Problémové metody

Senioři potřebují nejen množství znalostí a dovedností, aby se dokázali orientovat ve světě a ve společnosti, ale potřebují také řadu intelektových schopností, z nichž zde za nejvýznamnější můžeme snad označit dovednosti rozhodovací a hodnotové soudy. Výcvik těchto dovedností nelze zajistit výkladem, nebo diskusí. Je třeba seniorům simulovat problémovou situaci a umožnit jim osvojit si na ní dovednosti získávání informací, analyzování a hledání řešení. Při použití těchto metod jsou účastníci většinou hodně motivováni a aktivizováni.

Problémové metody jsou při výuce seniorů aplikovány většinou při sledování následujících cílů: naučit je aplikovat získané vědomosti a dovednosti, naučit je oddělit podstatné od nevýznamného, cvičit seniory v tvůrčím hledání optimálních variant řešení, resp. rozhodování, vychovávat je k racionálnímu myšlení zvláště v oblasti rozhodování se o nových způsobech bydlení a komunikačních vztazích ke členům rodiny a širší komunity (např. i k mladším generacím) a dále vést je ke kritickému sebehodnocení vlastního výkonu a současně dávat další podněty k sebevzdělávání. Při vzdělávání seniorů se jako problémová metoda nejčastěji používá případová studie (kazuistika).

5.2.4 Výcvikové metody

Výcvikový styl výuky využívá techniky výcviku sociálně-psychologických schopností, aktivuje sociální učení. Pro účastníky seniorského věku představuje zajímavou, zábavnou a většinou zcela novou formu učení. Klade důraz na praktický nácvik dovedností, zážitkové učení, kombinaci různorodých typů aktivit a oboustrannou komunikaci mezi lektorem a účastníky. Cílem těchto metod je poskytnout účastníkům kurzu praktický zážitek a zkušenost.

Využívá se zde různých interaktivních her a cvičení, při kterých senioři získávají zážitky a zkušenosti sami se sebou i s druhými. Mohou pak reflektovat svoje pocity

a vzniklé potřeby. „V interaktivních hrách, jejichž tématem je např. „sebejistota“, se účastníci dostávají do situací, které jsou pro ně spojeny s nejistotou. Díky tomu, že navozené situace mají charakter hry a jsou pod sociální kontrolou, dochází ke zmenšení pocitu nejistoty, k pochopení daných situací a jejich lepšímu zvládnutí v reálném životě.“¹⁷

Senioři díky těmto metodám získávají více realistické poznatky o vlastních schopnostech, o vlastním chování, atd. Rozvíjejí své sebevědomí, učí se vhodným způsobem vyjadřovat svá přání, ale i svou případnou nespokojenost. Cvičí se v získávání přiměřené pozice ve skupině a získávají tak vědomí vlastní hodnoty a sebejistoty.

Všechny výše zmíněné metody kladou nemalé nároky na osobnost lektora. Budu se tedy dále zabývat tím, jaké by měl mít „dobrý“ lektor vlastnosti, schopnosti a dovednosti a popíšu také role, ve kterých během výuky vystupuje.

5.3 Vzdělavatel seniorů

Lektor kurzů je pro vzdělávající se seniory významnou osobou, kterou neustále sledují a nepřetržitě hodnotí. Není výjimkou, že se vztah k lektorovi a jeho hodnocení promítá do celkového vztahu seniora k učení.

Pro výkon této nelehké profese je třeba mít jisté osobností předpoklady. Jen s těmi jsou senioři ochotni svého lektora přijmout a učit se od něj.

Mezi důležité vlastnosti lektora seniorů patří:

- Vysoká inteligence
- Schopnost empatie – vcítění se do situace seniorů a pochopení
- Citlivost a takt
- Racionální orientace
- Životní nadhled, moudrost

¹⁷ cit. MUŽNÁ, Barbora, PLESNÍK, Vladimír. *Vzdělávací kurzy pro nezaměstnané osoby nad 50 let.* s. 38

- Rozhodnost
- Objektivita
- Životní energie a optimistické ladění, optimistický postoj k životu
- Otevřenost
- Flexibilita
- Životní zralost
- Vnitřní poctivost
- Respekt pro lidská práva
- Snaha pomáhat druhým
- Znalost sebe sama, zralé přijímání své osobnosti (včetně negativních stránek)
- Ochota odpouštět chyby a omyly (sobě i účastníkům)

Lektor by dále měl umět výborně komunikovat, a to verbálně i neverbálně. Ideálně by měl také dokázat navázat mezi sebou a seniory dobré vztahy, které jsou založené na pocitu důvěry a otevřenosti.

Vzhledem k tématům by měl být schopen nalézt a definovat problém, klást otázky, provádět shrnutí, nalézat cesty, jak problémy řešit, nabízet strategie a různé možnosti, atp.

Jak vidíme výše, pro seniory je velice důležité, aby k nim lektor přistupoval jako k rovnocenným partnerům. Podívejme se ještě, v jakých všech rolích může v rámci procesu vzdělávání lektor vystupovat. Mužná a Plesník uvádějí například: roli režiséra (lektor vytváří aktivity, ve kterých si sami senioři zkoušejí hrát nejrůznější role), roli herce (lektor sám simuluje rozhovory, hádky, atd. s cílem naučit seniory, jak v takovýchto okamžicích reagovat), roli informátora (lektor přináší seniorům mnohé informace pořízené z nejrůznějších zdrojů, doplňuje je vlastními názory a zkušenostmi, podněcuje však zároveň diskusi a polemiku), roli iniciátora (lektor motivuje, vyvolává diskusi, zmiňuje kontroverzní témata tak, aby se aktivně zapojili a vzájemně na sebe reagovali všichni účastníci kurzu), roli mediátora (vznikne-li ve skupině konflikt velkého rozsahu, je třeba, aby do něj lektor vstoupil a citlivě a s respektem jej dokázal vyřešit), roli terapeuta (lektor reaguje především na emoce účastníků a zasahuje do vztahů, volí často individuální přístup).

Dobrý lektor dokáže výše uvedených rolí vhodně a především přiměřeně užívat. Role herce a režiséra se hodí spíše na úvod kurzu. Ve střední části by měla být dominantní role informátora a iniciátora, může se zde promítnout i role mediátora nebo terapeuta. Na závěr kurzu je pak vhodné shrnout nejdůležitější body a propojit je do souvislostí.

V závěru této kapitoly bych ještě ráda uvedla, čeho si senioři na lektorech kurzů především váží. V první řadě oceňují jejich čestnost a upřímnost. Oceňují ale i jejich přirozenost a především to, že se nad ně lektoři nepovyšují, že nebojují s účastníky o moc, naopak že je citlivě vnímají, aktivně naslouchají, že o ně zkrátka mají zájem.

Seniory ceněný je také lektorův respekt vůči jejich zkušenostem, názorům a pocitům. Oceňují, že jsou lektoři přístupní i jiným názorům než svým vlastním.

V neposlední řadě pak senioři kladně hodnotí lektory, které jejich práce evidentně baví. Nadšenost lektorů je dokáže povzbudit a motivovat.

6. VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ JAKO SOUČÁST CELOŽIVOTNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

Dříve než přistoupím k popisu vzdělávacích možností pro seniory, zmínila bych ráda v krátkosti ještě obsah pojmu celoživotního vzdělávání, neboť se vztahuje k tématu mé práce a samotnému vzdělávání seniorů.

Celoživotní vzdělávání představuje proces průběžného, trvalého nabývání nových znalostí, dovedností, zkušeností a postojů. Umožňuje každému člověku, aby se kdykoliv během svého života zapojil do vzdělávacího procesu a doplnil si tak pocíťované nedostatky ve svém vzdělání. Celoživotní učení tedy podporuje neustálý rozvoj člověka, jeho kontaktů s okolím a společností. Obsah celoživotního vzdělávání není stabilní, sleduje a reflektuje aktuální vývoj.

V současné době se především v dokumentech vydávaných na evropské úrovni setkáváme s nově zavedeným pojmem „lifewide“. Přeloženo do češtiny to znamená učení „v celé šíři života“. „Tento pojem rozšiřuje dosavadní chápání celoživotního učení v časové dimenzi a obrací pozornost na variantnost forem, obsahů, učebních činností atd., tedy na celou komplementaritu formálního, neformálního a informálního učení.“¹⁸

Formální vzdělávání

Jedná se o vzdělávání, které je realizováno ve vzdělávacích institucích (př. škola). Základní charakteristikou jsou jednoznačně definované a legislativně vymezené funkce, cíle, obsahy, prostředky a způsoby hodnocení. Formální vzdělávání je koncipováno stupňovitě, umožňuje plynulou návaznost. Za absolvování se získává certifikát. Výsledkem je tu určitý dosažený stupeň vzdělání (základní, střední, vysokoškolské, apod.)

Neformální vzdělávání

Neformální vzdělávání je organizované a systematické, neuskutečňuje se však v rámci formálního vzdělávacího systému. Zaměřuje se na konkrétní sociální či věkové

¹⁸ cit. ZLÁMALOVÁ, Helena: Celoživotní učení – téma naší současnosti. s. 2

skupiny populace a může být realizováno různými institucemi, jako např. instituce vzdělávání dospělých, podniky, kulturní zařízení, nadace, apod.

Informální vzdělávání

Informální vzdělávání je rozdílně od výše zmíněných forem neorganizované, nesystematické a institucionálně nekoordinované. Jeho cíle a obsahy odpovídají potřebám sebezvývoje a sebevzdělávání. Toto vzdělávání je doprovodnou součástí každodenního života a nemusí být ani záměrné. Probíhá v rodině, mezi vrstevníky, v práci, ve volném čase, při čtení knih, cestování, apod. Zdrojem informací jsou také velice často masmédi.

Informální vzdělávání a neformální vzdělávání jsou hlavní formy vzdělávání se v seniorském věku. Následující kapitola bude proto věnována možnostem neformálního vzdělávání seniorů v České republice.

7. MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V ČR

Senioři tvoří ve vzdělávání velice heterogenní skupinu. Velké rozdíly mezi jednotlivci jsou v dosažené úrovni vzdělání, v profesním zaměření, v sociálním a rodinném zázemí, ve finančních možnostech, atp. Dále senioři přicházejí v různém zdravotním stavu, s odlišnou duševní a fyzickou výkonností, přinášejí s sebou různé zkušenosti, zájmy, liší se i v celkové životní orientaci. Tato rozmanitost by měla být reflektována a měly by na ni reagovat specifické vzdělávací příležitosti.

Pokusím se zde popsat základní vzdělávací možnosti pro seniory v České republice. Nejznámější formou jsou v našem prostředí univerzity třetího věku, akademie třetího věku a kluby důchodců a seniorská centra.

7.1 Univerzity třetího věku

Univerzity třetího věku představují jednu z forem celoživotního vzdělávání pro osoby postproduktivního věku, kterým poskytují všeobecné, zájmové a neprofesní vzdělávání. Jejich hlavním cílem je (prostřednictvím vysoce kvalifikovaných odborníků) systematicky seznámit seniory s nejnovějšími poznatky nejrůznějších vědních oborů, umožnit jim porozumět všem složitostem života, které přináší moderní doba, a třeba i pomoci nalézt způsoby řešení jejich problémů. Univerzity třetího věku poskytují seniorům vzdělávání na nejvyšší možné (tedy vysokoškolské) úrovni, čímž se odlišují od jiných forem osvětového a zájmového vzdělávání.

Obsahové a organizační zaměření může mít každá univerzita třetího věku zcela jiné¹⁹. Obvykle je upřednostňován systém cyklu přednášek. Kromě nich však mají posluchači možnost využívat i knihovny, laboratoře, atp., je jim umožněno podílet se na výzkumných pracích nebo dokonce organizovat výzkum vlastní. Senioři, kteří dokážou plně vyhovět akademickým požadavkům, se mohou účastnit normálních studijních programů školy, a to buď formou řádného vysokoškolského studia nebo jeho distanční formou či individuálním studijním plánem.

¹⁹ srov. PALÁN, Zdeněk. *Základy andragogiky*. s. 179

Posluchačem univerzity třetího věku se může stát každý zájemce, který splňuje dvě základní podmínky pro přijetí, a sice dosažení důchodového věku a maturitou ukončené střední vzdělání.

Nabízené kurzy většinou nebývají totožné s akreditovanými studijními programy, ale snaží se reagovat na poptávku seniorů. Dle výzkumů²⁰ mají senioři v současné době největší zájem o studium jazyků, počítačů (především internetu) a techniky obecně, dále o historii a literaturu, zdraví a životní styl, psychologii a sociální oblast. Doba trvání kurzů se standardně pohybuje od jednoho semestru do tří let. Ceny kurzů jsou většinou stanoveny v rozmezí 100 – 500 Kč za jeden semestr.

Po absolvování kurzu v jeho celém rozsahu získávají posluchači osvědčení o absolvování. Účastníci těchto programů nejsou vystavováni těžkým závěrečným zkouškám, ale je od nich vyžadována vysoká účast na přednáškách, v některých případech odevzdání seminární práce či vyjádření kvalifikovaných názorů při závěrečných diskusních setkáních. Vzdělávání na univerzitách třetího věku má totiž především charakter osobnostního rozvoje, nikoliv profesní přípravy. Z tohoto důvodu také osvědčení o absolvování neopravňuje jeho držitele k výkonu povolání nebo aktivní výdělečné činnosti v absolvovaném oboru. O slavnostní předání diplomů však absolventi nejsou v žádném případě ochuzeni.

7.2 Akademie třetího věku

Akademie třetího věku představují další možnou formu vzdělávání seniorů. Mohou stejně jako univerzity třetího věku připravovat pro své posluchače přednáškové cykly v rozsahu jednoho či více semestrů, častěji se však setkáváme s krátkodobějšími projekty, které jsou zaměřeny k aktuálním otázkám, většinou socio-kulturního charakteru.

Akademie třetího věku mohou být na rozdíl od univerzit třetího věku, které vznikají pouze při vysokých školách, zakládány jakoukoliv institucí. Akademie jsou proto častěji k nalezení v menších, neuniverzitních městech a přináší tak možnost

²⁰ viz SÝKOROVÁ, Dana, CHYTIL, Oldřich. *Autonomie ve stáří: Strategie jejího zachování*.

vzdělávání se i seniorům, pro které jsou univerzity např. z důvodu jejich zdravotního stavu těžko dostupné.

Akademie se od univerzit liší i formou studia, častěji než s přednáškami se setkáme s diskusí, klubovým programem. Akademie také pořádají různé exkurze či zájezdy a aktivně tak podporují začlenění seniorů do společnosti. Na aktivitu účastníků se klade velký důraz. Často se pak i ze samotných seniorů stávají organizátoři akcí.

Poměrně zajímavým projektem je Rozhlasová akademie třetího věku, která se vysílá na Českém rozhlasu 2 od roku 1991. Od té doby proběhlo již mnoho cyklů s nejrůznější tematikou – např. geriatrická psychiatrie, sociální komunikace, psychologie, etnologie, historie, literatura, meteorologie, psychosomatika, geografie, botanika a další. Úkolem pro posluchače – studenty – je odpovědět na otázky, které jsou položeny v závěru každé přednášky. Lektori pak doručené práce vyhodnocují a úspěšné absolventy odmění při slavnostním setkání diplomy.

S Rozhlasovou akademií třetího věku je spojena i řada aktivit – např. natáčení v rozhlasovém studiu, nedělní setkávání lektorů a posluchačů, různé zájezdy, studijně-rehabilitační pobyty, apod.

7.3 Kluby důchodců, seniorská centra

Kluby důchodců a seniorská centra představují dobrovolná seskupení starších občanů. Tyto instituce, podobně jako akademie třetího věku, mohou vznikat opravdu kdekoli, v každé obci. Jsou to místa určená ke scházení se, ke společenským akcím, klubovým činnostem a velice často také ke vzdělávacím programům. Program se snaží vycházet především ze zájmu seniorů a z problémů, které aktuálně jednotliví členové řeší.

Výhodou klubů a seniorských center je fakt, že jsou seniorům dobře dostupné, většinou přímo v místě jejich bydliště. Možná také proto je častým jevem, že se lidé z těchto institucí častěji zajímají i o vzhled města a aktivně se podílejí na plánování změn. Znamé z praxe je zapojení seniorů do projektu Město bez bariér, kdy senioři pro zastupitelstvo mapují překážky, které ve městě ztěžují život nejen jim, ale všem

lidem s handicapem. Mnoho měst také využívá názorů seniorů při komunitním plánování.

Existuje samozřejmě ještě velké množství dalších institucí a organizací, které pro seniory připravují různé vzdělávací a zájmové aktivity – např. městské knihovny, komunitní centra, domovy důchodců, apod.

8. ZÁVĚR

Vzdělávání seniorů se stává stále častějším jevem. I v České republice postupně přibývá míst, kde se senioři mohou zapojit do vzdělávacího procesu. Důvodem k tomuto vývoji je sílící uvědomění státní administrativy a nestátních organizací o důležitosti tohoto institutu. Z výsledků mé práce jednoznačně vyplývá, že přínos vzdělávání seniorů nejen pro ně samotné, ale i pro společnost jako celek nelze popřít. Významná je především kulturně-kultivační a sociálně-psychologická funkce vzdělávání seniorů. V situaci, kdy demografické studie předpovídají stále rostoucí poměr seniorů v populaci, se jeví důležitost jejich zapojení do aktivního života jako zcela zásadní. Tomuto trendu odpovídá i patřičná legislativní činnost některých mezinárodních organizací, jako např. OSN.

Je nepochybné, že samotný proces vzdělávání seniorů vykazuje řadu specifík a nelze při jeho realizaci vycházet ze stejných předpokladů jako při vzdělávání generací mladších. Přestože je třeba mít stále na paměti značnou heterogennost seniorů jako sociální skupiny, je možné pojmenovat např. obecné změny kognitivních funkcí v průběhu stárnutí. Mění se percepční schopnosti, paměť i schopnosti rozumové. Těmto změnám je třeba přizpůsobit také didaktické metody. Je nutné hledat vyváženou kombinaci monologických, dialogických, problémových i výcvikových metod tak, aby senioři byli jednak motivováni ke studiu samotnému a jednak schopni získané poznatky a dovednosti udržet v paměti a správně je použít.

Vzdělávání seniorů je součástí celoživotního vzdělávání. To představuje proces průběžného, trvalého nabývání nových znalostí, dovedností, zkušeností a postojů. Jak plyne z výše uvedeného, vykazuje však vzdělávání seniorů jistá specifika a je třeba k němu přistupovat obzvláště citlivě.

Konkrétních možnosti realizace vzdělávání seniorů jsou v České republice různé. Nejznámější jsou univerzity třetího věku, akademie třetího věku nebo kluby důchodců či seniorská centra. Dle mého názoru není možné jednoznačně určit, která varianta je neoptimálnější. Při hledání vhodné možnosti je třeba vždy vycházet z konkrétní situace jednotlivých seniorů.

Závěrem bych ráda vyslovila přání, aby se vzdělávání seniorů v budoucnu stalo samozřejmou nedílnou součástí vzdělávacího systému.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BOČKOVÁ, Věra. *Celoživotní vzdělávání – výzva nebo povinnost?*
Olomouc: Univerzita Palackého, 2000. 29 s. ISBN 80-244-0155-X

ČORNANIČOVÁ, Rozália. *Edukácia seniorov – Vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku.* Bratislava: UK, 1998. 159 s. ISBN 80-223-1206-1

DENCH, Sally, REGAN, Jo. *Learning in Later Life: Motivation and Impact.*
Leicester: Institute for Employment Studies, 2000. ISBN 1 84185 199 X

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří.* 1. vyd.
Praha: Panorama, 1990. 416 s. ISBN 80-7038-158-2

HAVLÍK, Josef. Celoživotní učení jako základní předpoklad pro zdravý životní styl seniorů. In *Senior Living: Sborník II. ročníku konference.*
České Budějovice: Ledax, o.p.s., 2008. s. 68-72. ISBN 978-80-254-1243-5

KADLECOVÁ, Kateřina. *Vzdělávání na doživotí: Další vzdělávání dospělých v Praze, jeho cíle, perspektivy a metody.*
Praha: Respekt institut, o.p.s., 2008. 109 s. ISBN 978-80-904153-0-0.

KLEGA, Vilém a kol. *Senioři a univerzity III. věku: sborník z příspěvků z pracovního semináře Olomouc 24. listopadu 1994.* Olomouc: Univerzita Palackého, 1995. 80 s. ISBN neuvedeno

KOMENSKÝ, Jan Amos. *Vševýchova/Pampaedia.*
Bratislava: Obzor, Národné osvetové centrum, 1992. 262s. ISBN 80-215-0216-9

KOMENSKÝ, Jan Amos. *Obecná porada o nápravě věcí lidských.*
Praha: Nakladatelství Svoboda, 1992. 563s. ISBN 80-205-0226-2

LANGMAIER, Josef, KREJČÍŘOVÁ, Dana. *Vývojová psychologie.* 2. aktualiz. vyd.
Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9

LIVEČKA, Emil. *Úvod do gerontopedagogiky.*
Praha: Ústav školských informací při MŠ, 1979. 233 s. ISBN neuvedeno

Memorandum o celoživotním učení. [on-line]. Praha, 2000. [cit. 12.12.2008]
Dostupný z WWW: <<http://www.nvf.cz/archiv/memorandum/obsah.htm#2>>

MUŽNÁ, Barbora, PLESNÍK, Vladimír. *Vzdělávací kurzy pro nezaměstnané osoby nad 50 let.* Krnov: 2006. 51 s. ISBN 80-239-7286-3

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika.*
Brno: Masarykova univerzita, 2004. 203 s. ISBN 80-210-3345-2

- MÜHLPACHER, Pavel.** *Andragogická didaktika.*
Praha: CODEX Bohemia, 1998. 271 s. ISBN 80-85963-52-3
- NĚMCOVÁ, Klára.** *Vzdělávání seniorů: případová studie vzdělávacího kurzu Školička internetu pro seniory I.* Brno: 2007. 67 s. Bakalářská práce
- PALÁN, Zdeněk.** *Lidské zdroje – výkladový slovník.*
Praha: Academia, 2002. 280 s. ISBN 80-200-0950-7
- PALÁN, Zdeněk.** *Základy andragogiky.*
Praha: Vysoká škola J. A. Komenského, 2002. 207s. ISBN 80-86723-03-8
- RABUŠIC, Ladislav.** *Česká společnost stárne.* 1. vyd.
Brno: Masarykova univerzita, 1995. 192 s. ISBN 80-210-1155-6
- RABUŠIC, Ladislav, VOHRALÍKOVÁ, Lenka.** *Čeští senioři včera, dnes a zítra.*
VÚPSV Brno. 2004, 90 s. ISBN 80-239-4218-2
- SPONAR, Tomáš.** *Tahle země je pro starý.* Vital plus. 2008, 04 2008, s. 16-17.
Dostupný z WWW: <http://www.vital-online.cz/005/PDF/strana_016.pdf>.
- SRNEC, Jan.** Gerontopsychologická diagnostika.
In: *BAŠTECKÝ, Jaroslav. Gerontopsychiatrie.*
Praha: Grada Avicenum, 1994. 317 s. ISBN 80-7169-070-8
- SÝKOROVÁ, Dana, CHYTIL, Oldřich.** *Autonomie ve stáří: Strategie jejího zachování.* Ostrava: Albert, 2004. 323 s. ISBN 80-7326-026-3.
- VAVŘÍN, Petr.** Historie a současnost univerzitního vzdělávání pro seniory.
In *Současnost a perspektivy seniorského vzdělávání na vysokých školách v České republice a v Evropě: Sborník z mezinárodní konference.*
Dostupný z WWW: <http://au3v.vutbr.cz/soubory/Rancirov_2007/index.html>
- ODBOR 22 MPSV. Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 :
Kvalita života ve stáří [online]. 2005, 1. 8. 2008 [cit. 2008-12-02].
Dostupný z WWW: <<http://www.mpsv.cz/cs/5045>>.
- Populační prognóza ČR do r. 2050 [online]. 2004, 26. 10. 2006 [cit. 2008-11-22].
Dostupný z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2004edicniplan.nsf/p/4025-04>>.
- Senioři v České republice [online]. 200, 28. 10. 2006 [cit. 2008-11-22].
Dostupný z WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2004edicniplan.nsf/p/4123-04>>.
- ODBOR 71 MPSV. Zásady OSN pro seniory [online]. 2005, 11. 5. 2005 [cit. 2008-12-02]. Dostupný z WWW: <<http://www.mpsv.cz/cs/1111>>.
- VÁGNEROVÁ, Marie.** *Vývojová psychologie II.: Dospělost a stáří.*
Praha: Karolinum, 2007. 400s. ISBN 978-80-246-1318-5

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří.*
Praha: Portál, 2000. 522s. ISBN 80-7178-308-0

WATSON, David. Niace promoting adult learning: The impact of Lifelong Learning on Poverty Reduction [online]. 2008 [cit. 2008-12-13].
Dostupný z WWW: <<http://www.niace.org.uk/lifelonglearninginquiry/news.htm>>.

ZLÁMALOVÁ, Helena. Celoživotní učení – téma naší současnosti [online].
2005 [cit. 2008-12-14].
Dostupný z WWW: <www.csvs.cz/struktura/ncdiv/Celozivotni_uceni_HK2005.rtf>

UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU PODLE ORGANIZÁTORŮ

- ČVUT - České vysoké učení technické v Praze
- ČZU - Česká zemědělská univerzita v Praze
- JCU - Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
- MU - Masarykova univerzita Brno
- MZLU - Mendelova zemědělská a lesnická univerzita v Brně
- SLU - Slezská univerzita v Opavě
- TUL - Technická univerzita v Liberci
- UHK - Univerzita Hradec Králové
- UJEP - Univerzita Jana Evangelisty Purkyně
- UK - Univerzita Karlova v Praze
- UPa - Univerzita Pardubice
- UPOL - Univerzita Palackého Olomouc
- UTB - Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
- VFU - Veterinární a farmaceutická univerzita Brno
- VŠB - Vysoká škola báňská Ostrava
- VŠE - Vysoká škola ekonomická
- VŠCHT - Vysoká škola chemicko-technologická v Praze
- VŠPJ - Vysoká škola polytechnická Jihlava
- VUT - Vysoké učení technické v Brně
- ZČU - Západočeská univerzita v Plzni

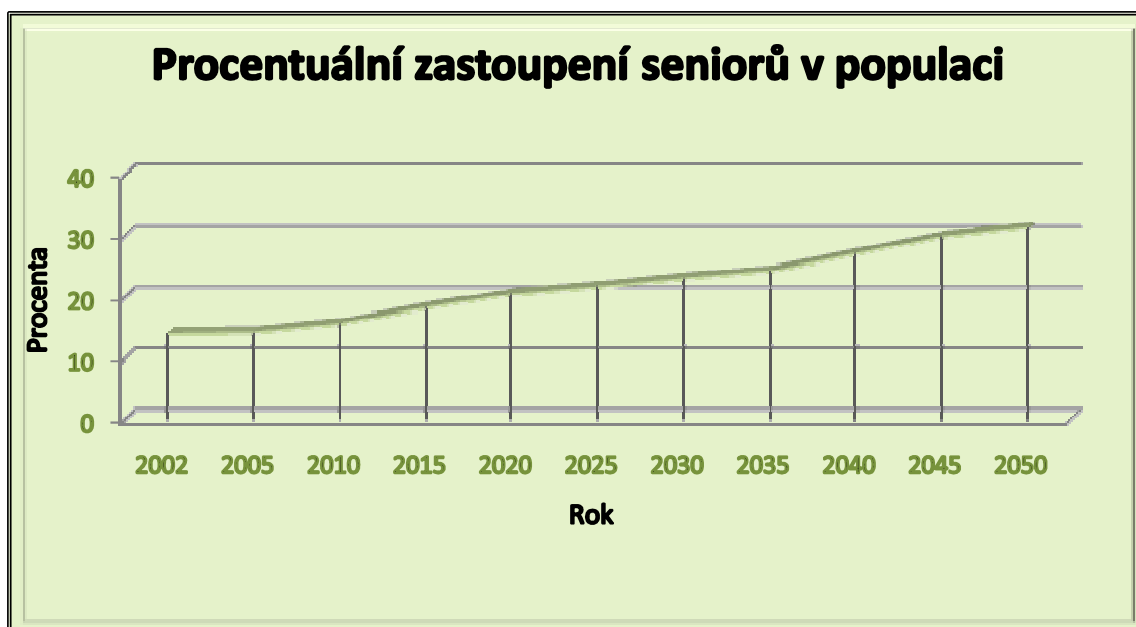
Příloha č. 2

Demografická struktura české populace a prognóza do r. 2050

Rok	Populace v tis.	0 - 14 let	14 - 65 let	65 let +
2002	10 204	15,6%	70,5%	13,9%
2005	10 236	14,5%	71,4%	14,1%
2010	10 283	13,6%	70,9%	15,5%
2015	10 301	13,8%	68,1%	18,1%
2020	10 284	13,7%	66,0%	20,3%
2025	10 217	13,2%	65,3%	21,5%
2030	9 387	12,6%	64,5%	22,9%
2035	9 957	12,3%	63,6%	24,1%
2040	9 796	12,2%	60,9%	26,9%
2045	9 380	12,4%	57,9%	29,7%
2050	9 438	12,4%	56,3%	31,3%

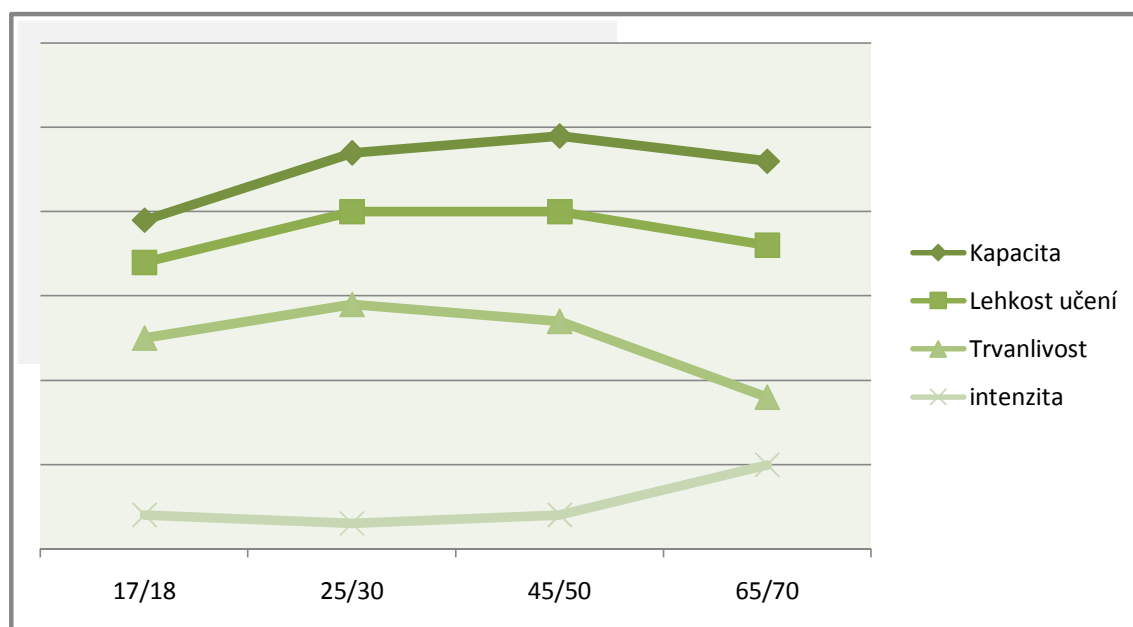
Tabulka 1: Demografická struktura české populace a prognóza do r. 2050

Procentuální zastoupení seniorů v populaci do roku 2050



Graf 1: Procentuální zastoupení seniorů v populaci

Kapacita učení, lehkost učení, trvanlivost výsledků učení a učební intenzita
v závislosti na věku



Graf 2²¹

²¹ srov. LIVEČKA, Emil: Úvod do gerontopedagogiky. s. 117

Schéma didaktického procesu

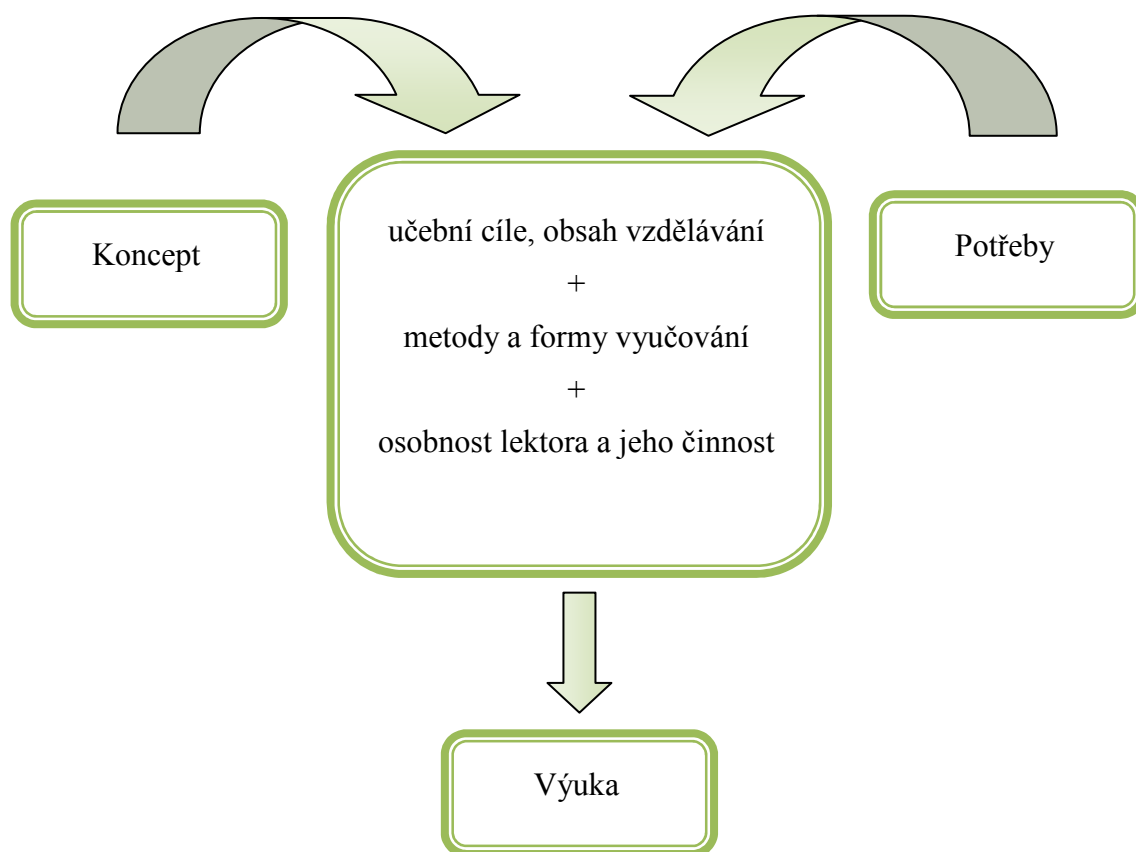


Schéma 1: Didaktický proces²²

²² srov. MUŽÍK, Jaroslav. *Andragogická didaktika*. s. 36

Anotace

TUČKOVÁ, Karolína. *Senioři jako specifická skupina v procesu celoživotního vzdělávání*. Praha: Filosofická fakulta Karlovy university, 2009. 43 s. Bakalářská práce.

Ve své práci jsem se zaměřila na zmapování a provedení analýzy problematiky vzdělávání seniorů. Práce je rozdělena do šesti dílčích částí a má charakter přehledové studie. První část se ve stručnosti zabývá historickým vývojem vzdělávání seniorů. Druhá část sleduje význam jejich vzdělávání, a to z hlediska celospolečenského (důraz je zde kladen na demografický vývoj) i z hlediska samotných jedinců. Důležitou částí této kapitoly je také motivace seniorů k dalšímu vzdělávání.

Třetí a čtvrtá část se více zaměřují na samotný proces vzdělávání seniorů. Ve třetí kapitole definuji stáří jako vývojové stadium a dále specifiky seniorů ve vzdělávacím procesu, včetně popisu změn kognitivních funkcí, ke kterým dochází a které mají nemalý vliv na proces učení. Čtvrtá kapitola je zaměřena na gerontodidaktiku.

Pátá kapitola vymezuje pojem celoživotního vzdělávání, šestá pak shrnuje základní vzdělávací možnosti pro seniory v České republice.

Klíčová slova: senior, vzdělávání, univerzity třetího věku

Annotation

TUČKOVÁ, Karolína. *Seniors as a Specific Group in the Process of Lifelong Learning*. Prague: Faculty of Philosophy - Charles University, 2009. 43 p. Bachelor's thesis.

My thesis focuses on discussing and analyzing the problems of seniors' education, mostly from the theoretical point of view. The whole theme is divided into six chapters. The first part briefly describes the historical development of education of seniors. The second chapter is concentrated on the importance of seniors' education, both from the view of society (the emphasis is placed on population growth) and from the view of seniors. An important part of this chapter is also a motivation for late life learning.

The third and the fourth parts are more focused on the process of education. In the third chapter I depict old age as a developmental stage and also the specificities of the elderly in the learning process, including a description of changes in cognitive functions that occur and have a considerable impact on the learning process. The fourth chapter is focused on gerontological didactics.

The fifth chapter defines the concept of lifelong learning. The sixth summarizes the basic educational opportunities for senior citizens in the Czech Republic.

Key expressions: senior, education, university of the third age

SOUHLAS S PŮJČOVÁNÍM BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Souhlasím s tím, aby moje bakalářská práce byla půjčována ke studijním účelům. Žádám, aby citace byly uváděny způsobem užívaným ve vědeckých pracích a aby se vypůjčovatelé řádně zapsali do přiloženého seznamu.

V Praze dne 3. 1. 2009

.....
Karolína Tučková

Pořadové číslo	Jméno čtenáře	č. ISIC karty	Bydliště	Datum

