

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta filozofická

Bakalářská práce

**Aktivní způsob života seniorů jako
subkultura?**

Tereza Maříková

Plzeň 2014

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta filozofická

Katedra antropologie

Studijní program Antropologie

Studijní obor Sociální a kulturní antropologie

Bakalářská práce

**Aktivní způsob života seniorů jako
subkultura?**

Tereza Maříková

Vedoucí práce:

RNDr. Vladimír Blažek, CSc.

Katedra antropologie

Fakulta filozofická Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2014

Prohlašuji, že jsem práci zpracoval(a) samostatně a použil(a) jen uvedených pramenů a literatury.

Plzeň, duben 2014

.....

Zde bych ráda poděkovala vedoucímu své práce RNDr. Vladimíru Blažkovi, CSc. za jeho obrovskou ochotu, kterou projevil, když jsem se s prvním tématem a vedoucím dostala do nesnází, a ujal se vedení mé nové práce i přes svou plnou obsazenost. Dále mu děkuji za moudré rady, stoprocentní spolehlivost a pilnou spolupráci při tvorbě této práce, která by bez něho byla zcela jistě ztracena.

Poděkování patří i respondentům a všem, kteří se podíleli na jejich zajišťování.

Obsah

1	ÚVOD	1
2	CÍLE VÝZKUMU	2
3	STÁŘÍ	3
4	DNEŠNÍ MOŽNOSTI SENIORŮ	6
	4.1 Práce	6
	4.2 Volnočasové aktivity	7
	4.3 Pohyb	7
	4.4 Vzdělávání	9
	4.5 Společenský život	10
	4.5.1 Burza seniorů	10
	4.6 Cestování	11
5	AKTIVNÍ SENIOR	12
6	SUBKULTURA	13
7	METODOLOGIE	16
8	ANALÝZA	19
	8.1 Realistický přístup	19
	8.2 Narativistický přístup	19

9 VÝZKUM	20
9.1 Ženy.....	20
9.1.1 Zájmy	23
9.1.2 Členství v organizacích.....	27
9.1.3 Finance	30
9.1.4 Rodina	30
9.1.5 Zdraví.....	33
9.1.6 Víra	36
9.2 Muži	36
9.2.1 Zájmy	38
9.2.2 Členství v organizacích.....	40
9.2.3 Finance	41
9.2.4 Rodina	42
9.2.5 Zdraví.....	43
9.2.6 Víra	44
10 DISKUSE.....	46
11 ZÁVĚR	49
12 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	50
13 RESUMÉ	53
14 PŘÍLOHY.....	54
14.1 Příloha 1. Osnova k rozhovoru.....	54

1 ÚVOD

V naší republice žije již přes 2,3 miliony starobních důchodců, což je číslo poměrně dost vysoké a neustále se zvyšuje. [<http://www.cssz.cz/cz/o-cssz/informace/media/tiskove-zpravy/tiskove-zpravy-2013/2013-05-14-pocty-duchodcu-a-duchodu-za-1-ctvrtleti-2013.htm>] (25. 2. 2014)]. Také proto se senioři stávají určitým fenoménem, na jehož téma se vedou diskuse a řeší se různé problémy se seniory spojené. Nejčastěji se můžeme setkat s problémem ohledně špatné finanční situace, častou nutností pracovat i po další roky, aby se člověk v důchodu uživil, dále také můžeme zaznamenat kritiku přímo na samotné seniory za jejich často nevhodné chování i vulgarismus. Ve své práci se ale zaměřím na jiné téma, a to aktivní život seniorů.

Jistě každý zaznamenal, jak moc se během let mění životní podmínky, ať už v oblasti sociální, ekonomické či jiné. Pokrok techniky bez výjimky tvoří hlavní složku všech změn. Bez internetu se dnes neobejde v podstatě nikdo, ať chceme nebo ne, všude je zapotřebí minimálně email a telefonní číslo, abychom například mohli získat zaměstnání nebo členství v jakémkoliv klubu či sdružení, nebo také při studiu. Tento fakt se zdatelně dotýká i seniorů, kteří často s technickými vymoženostmi dokáží velmi dobře zacházet. Jejich současná aktivita ale sahá mnohem dál, pracující senioři tvoří již minimálně 5% ze všech pracujících občanů, což opravdu není zanedbatelné číslo [<http://www.czso.cz/csu/csu.nsf/ainformace/77D200489915>] (25. 2. 2014)]. Někteří pracují dobrovolně v rámci svého aktivního způsobu života, jiní jsou však nuceni svou nepříznivou finanční situací, takže nelze jednoznačně říci, že v tomto ohledu stoupá samotná aktivita seniorů. Další skutečností, která mě při přemýšlení nad tímto tématem zaujala je neustále přibývajícím počet různých sdružení a klubů specializovaných právě pro seniory.

2 CÍLE VÝZKUMU

Nyní je nutné stanovit si výzkumný problém, což je první věc, kterou by měl každý výzkumník na začátku udělat (Giddens 1999: 505). V tomto případě je výzkumným problémem subkultura. Ve své práci se zaměřím za prvé na to, zda právě spolky, určené přímo pro skupiny seniorů, mohou reálně tvořit subkulturu aktivních seniorů či nikoliv, a za druhé se pokusím shrnout faktory, ovlivňující seniorskou aktivitu, a také hlavní důvody aktivního způsobu života (například návaznost na mláďí, jakási kompenzace nebo třeba hledání něčeho nového...). Pro řešení těchto problémů jsem zvolila polostrukturované rozhovory s vybranými respondenty z řad aktivních důchodců.

3 STÁŘÍ

Stáří a dětství jsou životní fáze od sebe nejvíce vzdálené, a přesto mají k sobě blízko. Stáří i dětství jsou ohraničené nebytím, dítě přichází z nebytí, starý člověk do něho odchází. Dítě získává na síle a jeho schopnosti rostou, senior sílu ztrácí a jeho schopnosti klesají. Stáří je obdobím, kdy se jedinec vzpomínkami ve své mysli vrací do svého dětství, ke kořenům a konfrontuje prožitý život s hodnotami, které mu byly v dětství předávány a s představami, jež měl o životě (Sak 2012: 13). Stáří je životní fáze člověka ohraničená dvěma časovými body. Horní věková hranice stáří je ostře vymezena smrtí. Spodní věková hranice je rozmazána tím, že jevy a procesy, které tvoří stáří, do života člověka vstupují postupně. Teprve úhrn těchto jevů a procesů tvoří stáří jako takové. Nástup těchto procesů je velmi individuální, je ovlivněn mnoha faktory. Patří sem životní styl, zdravotní a sociální systém, kvalita životního prostředí, hodnotový systém, charakter práce a celá pracovní oblast (Sak 2012: 14). S předstihem deseti let se lidé na důchod většinou těší, avšak když přijde ten okamžik, mnoho nastávajících seniorů se začne bránit nástupu do penze, která je pro společnost brána jako legitimní začátek stáří. Často se tak stává, že seniory postihne strach z toho, že už jsou nejspíš skutečně staří a odkládáním odchodu do důchodu odkládají i svůj status seniora. Starého člověka nejen prezentujeme, ale i anticipujeme jako slabého, sehnutého, pomalu se pohybujícího, nepružně reagujícího a zapomínajícího. V podvědomí veřejnosti se k tomuto obrazu pojí ještě přítomná nebo hrozící hluchota, slepota, demence a inkontinence. A když nedevalvujeme staré lidi v uvedené rovině, pak totéž uděláme s jejich způsobem života. Vypadá-li však „náhodou“ stáří jinak, považujeme to za vzácnost, za výjimku potvrzující pravidlo. Lidé často nevěří, že ač jiný, může být způsob života stárnoucího a starého člověka smysluplný.

Stáří se tak může stát skutečným neštěstím pro jednotlivce a jeho rodinu. Na druhé straně známe přece také agilní starce, činorodé a produktivní do vysokého věku. Jenomže ti z obrazu stáří v obecném povědomí jaksi vypadli, a proto se nemůžeme divit, že současný obsah pojmu „být starý“ je pro začínajícího penzistu skutečně těžko přijatelný (Haškovcová 1990: 25).

Proto je důležité o své stáří pečovat, aby bylo co nejpříjemnější a člověk se i v seniorském věku cítil být potřebný, užitečný a zdravý. Zdraví je ve stáří možná největším problémem, který často způsobuje pasivitu seniorů a nemožnost být aktivní. Bolesti, špatná pohyblivost či nevyлéčitelná nemoc berou radost ze života a často i jeho smysl se zcela vytratí. Mnohá onemocnění se projeví teprve ve vysokém věku. Pro tyto nemoci tedy představuje přibývajících stáří rizikový faktor, a protože populace neustále stárne, je stále více lidí ohroženo nástupem různých onemocnění. Mezi choroby, vyskytující se se zvýšenou četností právě ve stáří, patří například cukrovka, onemocnění krevního oběhu nebo poruchy spánku. Špatný spánek, neustálé probouzení, nemožnost usnout pak mohou vést až k depresím a dalším psychickým, ale i fyzickým onemocněním.

Bez následků ve stáří nezůstane ani mozek a s ním spojená paměť. Se stárnutím se snižuje schopnost vybavit si události z bezprostřední minulosti, zatímco dlouhodobá paměť bývá většinou zachována. Rozlišuje se pozvolné ubývání kognitivní výkonnosti a chorobné změny v mozku, při nichž dochází k patologickým procesům poškozujícím nervovou tkáň a které jsou označovány jako neurodegenerativní onemocnění. Nejčastějším takovým onemocněním je Parkinsonova choroba a Alzheimerova choroba (Gruss 2009: 110). Alzheimerova choroba je onemocnění velmi vážné, přestože na první pohled vypadá člověk naprosto zdravě. V takové situaci se i z velmi vzdělaného a aktivního člověka, který byl doposud schopen například vést firmu nebo

přednášet na univerzitě, stává člověk často zcela závislý na pomoci ostatních. Bezpochyby zde dochází k sociální izolaci, mění se celá osobnost seniora a přichází zmatenost, nedokončené roztroušené myšlenky a často až neschopnost se o sebe postarat při každodenních domácích činnostech. Senior, postižený touto chorobou prakticky nemá už žádnou šanci se začlenit plně do společnosti. Stává se pro mladší lidi nepotřebným a zbytečným.

Stáří je pro nás všechny zkrátka nevyhnutelné a nemůžeme ho nijak obejít či zakrýt. Má své typické vnější poznávací znaky. Nelze je schovat a nelze je ani přehlédnout. Staří lidé zpravidla již vykazují snížení fyzických a psychických sil. Jejich zevnějšek prodělal řadu změn a stáří se stalo čitelné ve tváři, v gestech, v chůzi. Ani psychika nebyla ušetřena involučního procesu. Starý člověk nás nevnímá ostře, mluvíme pro jeho potřeby příliš tiše, příliš nezřetelně, příliš rychle. Nerozumí mnohému z toho, co říkáme a děláme, a my mladší nemáme zase mnoho chuti porozumět jeho zestárlému světu. Typicky vyhlížející stařec nám nahání strach: takhle budeme, dožijeme-li se toho, vypadat jednou všichni (Haškovcová 1990: 21). Čelit představě stáří mohou senioři právě provozováním různých aktivit, které pomohou oddálit sociální izolaci i myšlenky na to, že už nemohou chodit dál do zaměstnání, protože jsou staří. Navazování nových kontaktů a zavedení aktivit však není pro každého. Lidé, kteří jsou odjakživa samotářští a ne příliš společensky založeni, podobné aktivity, provozované společně s ostatními seniory, mohou přímo nenávidět (Stuart-Hamilton 1999: 171). Tito senioři se pak často stávají doslova neviditelnými a společností zapomenutými.

4 DNEŠNÍ MOŽNOSTI SENIORŮ

4.1 Práce

Z kvantitativních výzkumů, prováděných na seniorech, vyplynulo, že celých 52 % seniorů aktivně projevuje zájem o práci na částečný úvazek. V daném výzkumu sami potvrzují, že je tato práce pro ně méně zatěžující než práce na úvazek plný. Jako hlavní motivaci pro pokračování v pracovním nasazení vnímají udržení si určitého finančního příjmu, který se odchodem do důchodu mnohdy výrazně sníží. V zaměstnání v důchodu ale vidí také velkou příležitost k uspokojování různých potřeb člověka, jako třeba pocit potřebnosti a užitečnosti, udržení si sociálních kontaktů, každodenní rytmus aktivit, hodnotu člověka v rámci společnosti (Bočková et al. 2011: 71).

Na druhou stranu může období důchodu získat nový rozměr prostřednictvím realizace jiných aktivit, než je pracovní činnost, příkladem může být využití času pro dobrovolné aktivity nebo realizace zájmů, na které člověk neměl čas po období pracovního života. Významnou roli v tomto věku hrají také vnoučata a péče o ně. Právě péče o vnoučata je významnou doménou žen, které se také dle personalistů těší do důchodu více než muži. Ženy obecně zastávají více než muži také domácí práce, které mohou dělat i v důchodu. Podle názoru psychologů jsou z výše zmíněných důvodů ženy připraveny na důchod lépe než muži. Ti naopak častěji podléhají stresům a depresím ze ztráty životního cíle, kterým často byla právě jejich práce. Z dalších výzkumů také vyplývá, že čeští senioři vnímají důchod jako ulehčení bez ohledu na to, zda odešli do důchodu teprve nedávno nebo jsou v něm již několik let (Bočková et al. 2011: 72).

Zaměstnání v důchodovém věku tedy plní i jiné funkce, než jen finanční přilepšení. Lidé často nechtějí práci opustit kvůli kontaktům s

okolím a kvůli životní náplni, kterou mnohdy po dlouhá léta tvořila jejich práce. Sehnat dnes zaměstnání v důchodu není nic nemožného, zaměstnavatelé často pro volná místa shání speciálně důchodce, kteří pak pracují například na pozici vrátného, trafikantky, aj.

4.2 Volnočasové aktivity

V České republice je většina volnočasových aktivit pro seniory organizována neziskovým sektorem a nižšími územními celky státu, např. v rámci obecních úřadů. V menší míře pak nějakou formu aktivit přímo zajišťují krajské úřady.

Možnosti volnočasového vyžití se také liší podle velikosti obce, ve které senior žije. Ačkoliv v menších vesnicích jsou možnosti organizované jinými institucemi omezené, existuje zde větší šance na vytvoření svépomoci mezi obyvateli i potenciál pro rozvoj aktivit z podnětu samotných seniorů. Samotná obec je v takové aktivitě může podpořit například poskytnutím zázemí či dalšího vybavení. Naopak ve větších městech, kde je obecně soudržnost občanů nižší, lze předpokládat větší výběr aktivit, které jsou pro seniory přímo určeny a které jim poskytují jiné organizace a instituce (Bočková et al. 2011: 136).

4.3 Pohyb

S přibývajícím věkem většinou klesá pohybová aktivita. Pokud však senioři nemají velké zdravotní problémy a mají chuť a možnost udržovat se dále ve fyzické kondici, dnes není žádný problém najít pro pohyb a cvičení vhodné místo. Mnoho cvičebních programů je určeno speciálně pro seniory. Například v Plzni nabízí Fit club Vitalita cvičební program pro seniory zaměřený na zlepšení fyzické kondice a načerpání nové energie a chutě do života. Toto rekondiční cvičení má zamezit bolestem při pohybu, zlepšit rovnováhu těla, koordinaci pohybů a hlavně zlepšit krevní

oběh. Cvičení zahrnuje i práci s overballem, protahovacími pásy a lehkými činkami (Procházková 2014: 21).

V jiných městech mají senioři například také možnost venkovního cvičení na speciálních cvičebních strojích, které jsou uzpůsobeny tak, aby na nich i lidé v důchodovém věku dokázali cvičit. Mohou se tak zcela zdarma a zdravě pohybovat na čerstvém vzduchu [<http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripsy/most-venkovni-posilovny-pro-seniory> (1. 3. 2014)].

V roce 2012 dokonce proběhl ve sportovním areálu na Kotlářce v Dejvicích Olympijský den seniorů. Ten uspořádala MČ Praha 6 ve spolupráci s 4 Fitness Consulting. Podobné olympiády pro seniory jsou již poměrně běžné [<http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripsy/praha-6-olympijsky-den-senioru> (1. 3. 2014)].

V minulém roce také v Praze proběhl i běh seniorů Seniorská míle, kde se zúčastnili senioři ve věku šedesát a více let i se svými vnoučaty. Tento závod již po dvanácté zorganizovalo občanské družství Život 90 [<http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripsy/hl-m-praha-seniorska-mile-2013> (1. 3. 2014)].

Ani menší obce nezůstávají pozadu. Valašské Meziříčí umožňuje seniorům kondiční sporty, jako plavání, turistiku, cvičení, spinning a dokonce i taneční kurzy. Vše pod vedením společnosti Minerva, o.p.s [<http://www.dobrapraxe.cz/cz/tema/valasske-mezirici-sedesat-a-vic-neznamena-nic> (1. 3. 2014)]. Podobných akcí pro seniory, ať už jednorázových či celoročních, je opravdu mnoho, zde však postačí tento malý přehled o tom, jak snadné je najít si tu svou aktivitu, vhodnou pro aktivní život.

4.4 Vzdělávání

Velikou výhodou dnešní doby je bezesporu možnost studia v jakémkoliv věku, a to i v důchodovém. Mnoho důchodců tak rádo využívá studium na akademii třetího věku, která se stala velmi oblíbenou. V Plzni je univerzita třetího věku realizována při Západočeské univerzitě v rámci sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením jako neprofesní celoživotní vzdělávání. Jejím cílem je pomoci posluchačům smysluplně trávit svůj čas, vzdělávat se, dovídat se další informace ze světa vědy a současně se seznamovat s novými lidmi. Podmínkou pro studium dokonce není ani maturita [<http://socialnisluzby.plzen.eu/oblasti-sluzeb/seniori/poskytovatele-2/univerzita-tretiho-veku.aspx> (1. 3. 2014)]. Dále toto studium zajišťuje organizace TOTEM – regionální dobrovolnické centrum. V roce 2012 v Plzni studovalo hned 192 seniorů, kteří si mohli vybrat ze čtyř oborů – Historie a místopis, Člověk ve společnosti, Nauka o člověku, Věda a technika [<http://www.dobrapraxe.cz/cz/tema/plzen-akademie-tretiho-veku> (1. 3. 2014)].

V Praze spadá univerzita třetího věku pod PFE ČZU, tato univerzita dokonce umožňuje seniorům z menších regionů, kteří z jakýchkoliv důvodů nemohou docházet na prezenční studium, vzdělávání ve virtuální podobě, tzv. VU3V – Virtuální univerzita třetího věku. Zde se mohou senioři věnovat předmětům jako je Astronomie, Etika jako východisko z krize společnosti, Kouzelná geometrie, Lesnictví, Pěstování jedlých a léčivých hub, Vývoj a současnost EU, Vývoj informačních technologií a mnoho dalších. V rámci U3V mají senioři také možnost využít mnoho slev na různá divadelní představení nebo se mohou zúčastnit literární soutěže [<https://e-senior.czu.cz/> (2. 3. 2014)].

Univerzity třetího věku však nejsou jediné, které nabízejí nějaké vzdělávání pro seniory. Existuje též možnost kurzů pro seniory, kde se tito

naučí ovládat práci s počítačem
[<http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripsy/most-vzdelavani-senioru-z-oblasti-it-pomoci-uredniku> (2. 3. 2014)].

4.5 Společenský život

Nezbytnou součástí života každého z nás je společnost a společenské aktivity. Lidé v důchodovém věku, kteří už nechodí do zaměstnání, často přichází o kontakty s ostatními. Přátelé z dřívějších let už mnohdy nežijí a potomci mají už dávno své rodiny a nemají čas trávit se seniory tolik volného času, jak by bylo třeba. V takové situaci může být velmi obtížné získat nové přátele a začlenit se mezi ostatní seniory a často pak nastává sociální izolace. Pro předcházení takovým případům vznikají různé organizace, spojující aktivní seniory dohromady a pořádají pro ně mnoho společných aktivit.

4.5.1 Burza seniorů

Velkým pomocníkem při začleňování do společnosti je například Burza seniorů, která zahájila svou činnost v roce 2005 ve spolupráci s o.s. GEMA. Jejím úkolem je vytvářet různorodé programy pro seniory s cílem udržení a zvyšování aktivního přístupu seniorské populace a tím znovu-zачleňování této skupiny do společnosti. Jednotlivé aktivity si vytváří senioři sami, zvláště oblíbené jsou výtvarné dílny, výlety po přírodních krásách, vycházky do muzeí, organizace a společná návštěva divadel. Ke zvyšování kognitivních schopností slouží výuka anglického jazyka a kurzy trénování paměti. Sportovní vyžití je zajištěno hraním bowlingu a letního petanque a vše završují přednášky se zdravotní problematikou.

Výtvarníci z Burzy seniorů se také zúčastňují výstav „Šikovné ruce seniorů“, kde prezentují své výtvary. Připravovaný program Burzy seniorů

vychází pravidelně v časopise Osmička
[http://www.gerontocentrum.cz/burza_senioru (2. 3. 2014)].

4.6 Cestování

Cestování je dnes omezeno „pouze“ finančně, jinak je možno dostat se prakticky kamkoliv a v jakémkoliv věku. Vedle zájezdů pro rodiny s dětmi či samotné děti jsou pořádány i zájezdy pro seniory. Na výběr je opravdu mnoho možností, cestování seniorů s vnoučaty, s domácím mazlíčkem, samostatně nebo ve skupince jiných seniorů. K dispozici jsou i různé slevy pro seniory a speciální programy upravené tak, aby každý senior bez problémů výlety zvládal. Je tedy jen na seniorech, jaký zájezd je pro ně nejvhodnější a finančně nej dostupnější. Pro seniory, kteří nemají dostatek peněz či zkrátka jen nechtějí do zahraničí, existují i možnosti krátkých relaxačních pobytů v přírodě a není nutné opouštět republiku. V nabídce jsou jak pobyty s poznávacími výlety, tak i pobyty pro kardiaky, diabetiky nebo třeba pobyt zaměřený na trénink paměti [<http://www.cestovaniproseniory.cz/> (2. 3. 2014)].

Z tohoto malého výčtu možností, které se dnes nabízejí seniorům je vidět, že kdo aktivní být chce, nemusí své koníčky provozovat jen doma, ale může se i zapojit do společných akcí se seniory, kteří mají stejné zájmy. Aktivita nebo pasivita seniorů tedy není nijak ovlivněna tím, že by nebylo dost možností jak se stát aktivním.

5 AKTIVNÍ SENIOR

Pro další práci s tímto tématem je nezbytné si vymezit dva zásadní pojmy, a to aktivního seniora a subkulturu.

Pojem aktivní stárnutí byl poprvé použit Světovou zdravotnickou organizací koncem 90. let dvacátého století. Jedná se o zvyšování příležitostí ke zdraví, participaci a ochraně tak, aby byla podpořena kvalita života v průběhu stárnutí. Aktivní stárnutí umožňuje lidem rozvíjet jejich fyzický, sociální a duševní potenciál během životního cyklu. Záměrem je prodloužit naději na zdravý život a jeho kvalitu pro všechny lidi. Tento koncept předpokládá mimo jiné i zvýšení účasti seniorů na formálním trhu práce (Bočková et al. 2011: 137).

Přímo pojem aktivní senior jsem si pro svou práci vymezila sama. Za aktivního seniora považuji člověka ve věku minimálně 60 let, který je bezpodmínečně v důchodu a pracuje-li ještě, tak maximálně na částečný úvazek. Dále disponuje určitými aktivitami, které ho nějakým způsobem udržují v kondici ať fyzické, nebo duševní. Své aktivity vykonává pravidelně, přičemž alespoň jednu z nich minimálně dvakrát do měsíce.

Určit pravidelnost vykonávání aktivit je náročné, nelze jednoznačně říci, od kdy už je či není senior aktivní, proto zde uvádím rozmezí dvou týdnů. Nutnost být v důchodu je pro můj výzkum samozřejmostí, protože v moderní době se odchod do důchodu často odkládá i přes vysoký věk a člověk v důchodovém věku, pracující na plný úvazek už není výjimkou.

6 SUBKULTURA

První zmínky o tom, co dnes nazýváme subkulturou, vychází z Chicagské školy. Ta se zabývá studiem subkultur již od 20. let dvacátého století, ačkoli se ještě nejednalo o cílené zaměření na „subkultury“, protože tento pojem ještě nebyl znám a nedefinován. S první definicí přišel až Milton Gordon. Původní studium subkultur zkoumalo diverzitu lidského chování v městském prostředí (Thornton; Gelder 1997: 3). Až o mnoho let později se pozornost sociologů obrátila od diverzity norem k empiricky orientovaným analýzám sociálních a kulturních zdrojů deviantního chování. Prostřednictvím konceptu subkultury byla věnována pozornost výzkumu deviance a delikvence mladistvých, kteří žili v ghettech a slumech, jako sociálnímu problému světa (Hebdige 2012: 120).

Toto však byly jen první, nejasné počátky pojmu subkultura. První definice pochází až o mnoho let později od Miliona Gordona z roku 1947. Gordon subkulturu chápe jako pododdělení národní kultury, složené z kombinace sociálně situačních složek, jako je třídní status, etnický původ, městské nebo venkovní osídlení a náboženská příslušnost, které tvoří svou kombinací fungující jednotu, jež integračně upevňuje na ni se podílející jedince (Geist 1992: 474). Gordon pojem subkultura pojímá jako jakékoliv společenství lidí, charakterizované určitými společnými znaky uvnitř vyššího celku. Jeho kolega John Irwin za subkulturu označoval nejenom životní styl, ale i systém hodnot a sociální svět nějaké skupiny. Subkulturu vnímal jako soubor vzorů, které jsou dodržovány malou sociální skupinou (Smolík 2010: 72). Lidé si ve větší míře uvědomují existenci subkultur, odlišných životních stylů či sociálních světů, a stále častěji strukturují své vlastní chování, rozhodují se a plánují své příští jednání na základě své koncepce těchto explicitních subkulturních entit (Smolík 2010: 72).

Jako další bych zmínila vysvětlení pojmu subkultury od Miroslava Petruska z jeho sociologického slovníku. Subkulturu zde popisuje jako soubor specifických norem, hodnot, vzorů chování a životní styl charakterizující určitou skupinu v rámci širšího společenství, případně dominantní či hlavní kultury, jíž je tato skupina konstitutivní součástí. Termín subkultura se také vztahuje na specifickou skupinu, která je tvůrcem a nositelem zvláštních, odlišných norem, hodnot, vzorců chování a zejména životního stylu, i když se podílí na dominantní kultuře a na fungování širšího společenství. V každém případě je důležitým znakem subkultury viditelné odlišení od dominantní kultury. Subkultury nevznikají pouze v malých, izolovaných preindustriálních společnostech. Čím komplexnější je kultura a čím diferencovanější je populace, tím je pravděpodobnější vznik různých subkultur. Základem utváření subkultur může být etnická příslušnost apod., většinou však subkultura vzniká na základě kombinace více činitelů. Subkultury byly zkoumány zejména v kontextu sociální stratifikace, etnické diferenciaci, náboženské orientace, městského způsobu života a deviantního chování (Petrušek 1996:1248).

Další popis subkultury můžeme najít v jiném sociologickém slovníku, kde je subkultura označena za kulturu dílčí skupiny, která se více nebo méně odlišuje od převládající, většinové a „oficiální“ kultury. Příslušníci skupiny se mohou od většiny odlišovat sociálním postavením, věkem, povoláním nebo například regionem (předměstí metropole apod.). Škála projevů vyjadřujících distanci od převládající kultury je široká, od drobných změn až k radikálnímu popření (pak se mluví o kontrakultuře). Zcela izolovaná však subkultura není od dominantní kultury nikdy. Pojem subkultura se používá například při zkoumání životního stylu skupin mládeže, určitých sociálních a etických vrstev, protestních hutí, hodnotových představ delikventů (Jandourek 2001: 243).

Subkulturami se zabývali také E. Curtis a R. Lambert, kteří subkulturu považují za lokální kulturu a vidí v ní více nebo méně odlišný

soubor náboženství, norem a hodnot, které mají určité s ní více nebo méně společné prvky. A jako posledního zmíním R. Holmese a jeho definici, kde subkulturu chápe jako skupinu, která je částí širší kultury, ale má své odlišné normy, hodnoty a životní styl (Geist 1992: 474).

Míra rozdílnosti subkultury od celé kultury, jíž je součástí, je jednak pohyblivá, jednak se může minimálně odlišovat nebo může být zcela v opozici proti celé kultuře. Velikost a charakter rozdílů je dán celou řadou faktorů, jako je povolání, náboženství, původ, národnost, etnikum, rasa, sociální pozice, ale také věk a zájmy, což je pro tuto práci klíčové (Geist 1992: 474).

Souhrnem všech výše uvedených definic bych zmínila hlavní znaky, ze kterých budu dále vycházet. Jedná se tedy o skupinu lidí, kteří se určitým způsobem odlišují od většinové společnosti, do které sami patří, ale v určitém ohledu z řady vystupují. V našem případě se bude jednat o skupiny lidí, kteří již nastoupili do důchodu a žijí aktivně. Nejedná se tedy o přímou opozici či nějaký vzdor proti společnosti, pouze o tvoření „samostatné jednotky“ aktivních seniorů, kteří se schází za účelem vykonávání svých aktivit a dokonce jim jsou k dispozici i kluby a sdružení určené přímo pro ně.

7 METODOLOGIE

Pro svůj malý terénní výzkum jsem se rozhodla použít kvalitativní metodu polostrukturovaných rozhovorů, která se mi vzhledem k povaze mého zaměření zdála nejvíce vhodná a efektivní. Kvalitativní výzkum je na rozdíl od kvantitativního zaměřen na lidské subjekty, jde do hloubky zkoumaných jevů, ale zároveň se vyznačuje snahou začlenit je do širšího kontextu (Maňák, Švec et al. 2005: 55). Při kvalitativní analýze jde o systematické nenumerické organizování dat s cílem odhalit témata, pravidelnosti kvality a vztahy (Švaříček, Šed'ová et al. 2007: 207). Polostrukturovaný rozhovor je jedním z typů hloubkového rozhovoru, vychází z předem připraveného seznamu témat a otázek. U každého rozhovoru je důležité navodit tzv. raport, což lze vysvětlit jako navázání přátelského vztahu a vytvoření otevřené, příjemné atmosféry pro respondenty, kteří jsou pak ochotnější spolupracovat (Gavora 2000: 110).

Polostrukturované rozhovory mi poskytly možnost dostat se tak do užšího osobního kontaktu s respondenty a mohla jsem daná témata rozvíjet individuálně a získat tak kvalitnější data než při kvantitativním výzkumu prostřednictvím dotazníků. V jednom případě jsem se pokusila ze vzdálenostních důvodů použít místo osobního rozhovoru dotazník s otevřenými otázkami, přesně kopírující otázky z osnovy pro rozhovor. Záhy jsem se ale přesvědčila o nevýhodách, které přináší tato metoda, v mém případě naprosto nepoužitelná. Respondent velkou část otázek vůbec nepochopil a odpovídal velmi chaoticky. Jako reprezentativní příklad snad postačí otázka, kde se ptám, jak je na tom respondent s pravidelným pohybem, zda ho má dostatek, a že se počítá i případné delší venčení psa. Emailem mi pak přišla odpověď: „*Nemám psa.*“ Otázky, které pochopeny byly, se většinou dočkaly jen jednoslovných odpovědí, i přes mou prosbu o formu jakéhosi vyprávění. A zbytek otázek zůstal naprosto bez odpovědi z důvodů zachování soukromí. Tento

dotazník samozřejmě nemohl být použit, proto byl respondent z dalekého města nahrazen jiným, dostupným seniorem.

Osobní rozhovory byly tedy naprostou nutností, abych získala kvalitní a zpracovatelné informace ke své práci. I tak byl ovšem problém u některých respondentů s komunikací. Často se jim příliš nezamlouvalo nahrávání na diktafon i některé osobní otázky na rodinný život apod. V závěru pak takové rozhovory byly touto nervozitou značně ovlivněny, neboť se respondenti nerozpovídali tak, jako ostatní, kteří se při rozhovoru cítili dobře a nevnímali mé otázky jako slídění.

Moji respondenti jsou většinou z Plzně a nejbližšího okolí. Ve svém rodinném kruhu jsem získala pro rozhovor hned tři seniory, s nimiž byla nejpříjemnější a nejefektivnější spolupráce. Zbytek respondentů se ke mně dostalo prostřednictvím seniorů z mé rodiny a také za pomoci mých přátel, jejichž známí či příbuzní senioři byli obeznámeni s mou bakalářskou prací a následně byli ochotni spolupracovat. Celkem se mi povedlo sehnat 16 respondentů, 8 žen a 8 mužů. Samotný rozhovor probíhal většinou v bytě u zprostředkovatele, kam jsme byli já a senior pozváni a seznámeni. Na rozhovor jsme už v místnosti byli sami a mohli jsme tak v klidu pracovat. Ve dvou případech se rozhovor odehrával v tělocvičně po tréninku vzpírání, které oba senioři dodnes provozují. Myslím, že ve všech případech se mi povedlo navodit vhodnou přátelskou atmosféru, která je pro každý rozhovor nezbytnou nutností (Pergler et al. 1969: 287).

Každý respondent byl před rozhovorem seznámen s mými cíli práce, s jejich anonymitou i s faktem, že mě osobně jejich soukromý život ani finance nezajímají, a že jejich odpovědi poslouží pouze jako materiál k mé práci, nikoli k dalšímu šíření či zneužití.

Otázky, které byly respondentům kladeny, byly směřovány na několik různých oblastí. V první řadě se jednalo o velmi krátký osobní

dotazník, ve kterém senioři vypisovali svůj věk, počet let v důchodu, město, ve kterém žijí apod. Následovaly mnou pokládané otázky, rozdělené do čtyř tématických okruhů. Zájmy, sociální vztahy, zdraví a víra. Otázky byly zaměřeny především na druh jejich aktivit, na důvody, proč si vybrali právě tyto aktivity a co jim přinášejí v životě. Zajímalo mě, zda jejich zájmy přetrvávají z mládí nebo se k nim uchýlili až v důchodovém věku z důvodů hledání něčeho nového nebo jako výplň volného času, nabytého po odchodu ze zaměstnání.

Dále jsem se snažila zjistit, kolik respondentů je přímo členem nějakého klubu či sdružení, určeného speciálně pro aktivní seniory, což mi pomůže při konečném potvrzení či vyvracení hypotézy ohledně tvoření subkultury. Dalším důležitým tématem byly finance, přes které jsem se snažila zjistit, zda nějak ovlivňují aktivitu seniorů.

Neméně důležité otázky tvořily sociální vztahy, kdy byli respondenti dotazováni ohledně jejich vztahů s rodinou a partnerem. Zde bylo mým cílem udělat si přehled o jejich rodinném zázemí, o podpoře ze strany rodiny a o aktivitách partnera. Okruhů otázek bylo poměrně dost a bylo nutné sdělení informátorů značně redukovat a vyzdvihnout to nejdůležitější, protože kdyby měl badatel reprodukovat všechna sdělení svých informátorů a popsat všechny jejich činy, nedokázal by odmítnout, ale ani potvrdit žádnou hypotézu. Utopil by se v podrobnostech a výzkum by byl zbytečný. Smyslem každého antropologického projektu je najít ve shromážděném materiálu určitou pravidelnost a zasadit materiál do uspořádaných vzorců (Eriksen 2008: 44).

8 ANALÝZA

Začátkem analýzy by si každý výzkumník měl položit otázku, jak vlastně chápe status svých dat. Obecně jsou rozlišovány dva rámcové způsoby, jak přistupovat k analýze.

8.1 Realistický přístup

Prvním z nich je přístup realistický, kdy se výpovědi respondentů či záznamy jejich aktivit považují za popis určité vnější skutečnosti nebo vnitřní zkušenosti. Tento přístup nutně implikuje otázku věrohodnosti výpovědí respondentů, stejně jako otázku zkreslení dat pozorovatelem. V takto pojatém výzkumu čelí badatel nebezpečí, že bude nekriticky přejímat tvrzení respondentů (Švaříček, Šedřová et al. 2007: 208).

8.2 Narativistický přístup

Druhým přístupem je přístup narativní, kdy se výzkumník vzdává snahy získat „pravdivý“ popis reality a namísto toho analyzuje rozhovor jako společenskou interakci, v níž respondent vyjednává svoji verzi skutečnosti a vlastní identity. Narativistický přístup eliminuje riziko nemístné naivity, ovšem v konečném důsledku je s to přinášet jen omezený okruh informací. Jeho prostřednictvím můžeme získat poznatky týkající se společenských a lingvistických aspektů komunikace, rezignujeme však na možnost uchopit lidskou subjektivitu (Švaříček, Šedřová et al. 2007: 208).

Metoda mého malého výzkumu se nejvíce přibližuje přístupu realistickému, snažím se prostřednictvím osobních rozhovorů zachytit skutečné informace, které by něco vypovídaly o životě aktivních seniorů a jimi sdělená data považuji za pravdivá.

9 VÝZKUM

Samotný výzkum prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů doprovázela řada komplikací. Někteří respondenti měli obtíže s přetransformováním kladených otázek do svého myšlení a často tak docházelo k nedorozumění, či úplnému nepochopení. Například naprosto banální otázka: „Jakým způsobem vás rodina podporuje ve vašich zájmech?“, vyvolala v mnohých nečekaně bouřlivé reakce: *„To je snad moje věc, čím se zabývám a co dělám ve svém volném čase ne? Jsem svobodný člověk a dělám si, co já uznám za vhodné, nikoho se na to neptám!“* (Respondentka 3). *„Nechávají mě moje koníčky provozovat, nevidím důvod, proč by mi do toho měl někdo mluvit, já jim také neříkám co mají dělat...“* (Respondent 2). Také získat od některých respondentů údaje o jejich finanční situaci či rodinných vztazích nebylo zrovna jednoduché. Nakonec byli všichni více či méně ochotni spolupracovat.

9.1 Ženy

Nejprve bych chtěla uvést pár informací k jednotlivým respondentkám. Všechny rozhovory jsou zcela anonymní, proto budou respondenti označeni pouze čísly.

Respondentka 1

Věk: 72 let, vdaná 50 let, bydlí s manželem v bytě v Třemošné, počet let v důchodu: 13, hlavní aktivity: studium na Univerzitě třetího věku, členství ve společenství seniorů (křesťansky zaměřeno), dobrovolnice ve sdružení Ty a Já.

Respondentka 2

Věk: 85 let, 14 let vdova, bydlí v Plzni u dcery v rodinném domku, kde má svůj byt, počet let v důchodu: 28, hlavní aktivity: členství ve Svazu

důchodců Plzeň-Slovany, členství v Konfederaci politických vězňů, divadlo, zahrada.

Respondentka 3

Věk: 87 let, 20 let vdova, bydlí v Plzni u dcery a její rodiny v rodinném domku, počet let v důchodu: 20, hlavní aktivity: zahrada, čtení, chov slepic, králíků, kachen a krůt.

Respondentka 4

Věk: 66 let, 30 let vdaná, žije s manželem a jeho synem v bytě v Lázních Kynžvart, počet let v důchodu: 10, hlavní aktivity: čtení náboženských knih, výchova manželova syna, internet, sběr bylinek.

Respondentka 5

Věk: 68 let, 20 let vdaná, žije v chalupě v Sedlčanech s manželem, počet let v důchodu: 7, hlavní aktivity: cykloturistika pro seniory, golf, zahrada, internet a cestování. Pracuje jako konzultantka azylového zařízení pro matky s dětmi.

Respondentka 6

Věk: 72 let, 38 let vdova, žije sama v bytě v Plzni, počet let v důchodu: 15, hlavní aktivity: hra na housle, velmi aktivní duchovní život, vedení křesťanských kroužků atd., občasný přivýdělek jako houslistka.

Respondentka 7

Věk: 70 let, 3 roky vdova, žije sama v bytě v Plzni, počet let v důchodu: 11, hlavní aktivity: studium na Univerzitě třetího věku, jízda na kole a čtení.

Respondentka 8

Věk: 74 let, 10 let vdova, žije sama v bytě v Plzni, počet let v důchodu: 16, hlavní aktivity: studium na Univerzitě třetího věku, pěstování houby hlívy a chování koček z útulku, práce v novinovém stánku.

Respondenti ženského pohlaví se pohybují ve věkovém rozmezí od 66 do 87 let. Většina z nich bydlí v bytě, jen tři vlastní svůj rodinný dům. Příjmy dotazovaných žen ani v jednom případě nepřesáhly hranici 15 tisíc korun, a to i přesto, že některé z nich ještě na částečný úvazek či brigádně pracují: „*No já už jsem sice v důchodu, ale ještě prodávám v trafice, ona je to klidná práce, je to jen brigáda, takže peněz moc není, ale když to přičtu k důchodu, je to znát...*“ (Respondentka 8). „*Když mě v divadle potřebují, zavolají mi a já za někoho zaskočím. Moc lidí už tam sice neznám, pracovala jsem tam před důchodem, ale hrát ještě umím, to teda jo...*“ (Respondentka 6). „*..... Ještě pracuji jako konzultantka víte, je to azylové sdružení pro matky s dětmi, dělám to ráda a dobrovolně, pro peníze ani tak ne, spíš jako pro zábavu...*“ (Respondentka 5).

Z osmi dotazovaných žen - senierek 3 uvedly, že jejich koníčky jen navazují na mládí, a nijak tedy svůj život neobohatily v důchodovém věku: „*Dá se říci, že většina přetrvává, jen studuji na jiné univerzitě, takže jestli se ptáte, zda mám nějaký koníček nově ve vyšším věku, tak ne.*“ (Respondentka 1). Naopak až v důchodu se svým zájmům začaly věnovat 4 ženy a jedna měla zájmy také z mládí, avšak až v důchodovém věku svůj koníček „rozjela ve velkém“. Jedná se o respondentku č. 6, která je velmi silně věřící a po smrti manžela začala organizovat různé kroužky a kluby pro křesťany, některé zaměřené přímo pro seniory, jiné zase pro manžele či děti. Dále také pořádá každý týden sezení přímo u sebe v bytě, kde se schází kolem 15 věřících lidí, kteří se pak společně věnují duchovním věcem.

9.1.1 Zájmy

Odovědi na otázky ohledně zájmů se velice lišily, avšak našly se i jednotné odpovědi, které poukazují na oblíbenost některých seniorských koníčků. Hned tři ženy studují na Univerzitě třetího věku, přičemž „sborově“ odůvodňují svůj zájem o vzdělání touhou po užitečnosti, po uznání, že ještě „za něco stojí“ a nejsou svým příbuzným na obtíž. V těchto odpovědích jsem ze stran respondentek zaznamenala opravdu velmi silné pocity ctižádosti, které jsou naplněny i v pozdním věku, což jim dodává pocit mládí a potřeby: *„Studium mi přináší hlavně uspokojení, že jsem schopná ještě něco udělat, že můžu pomáhat vnukovi s matematikou a řešit jeho různé problémy ve škole... přijde-li soused s příklady pro svého syna, ještě jsem schopná je řešit a mám z toho velikou radost.“* (Respondentka 1). *„Mám z toho výborný pocit, vracím se tím do svých mladých let, s kolegy seniory dramaticky řešíme, jaké téma semestrální práce si vybereme a opravdu se tak dostáváme do mladších let, ohromně mi to prospívá, navíc jsem užitečná, nejsem žádná senilní bába, co neumí vzít do ruky mobil nebo si nespočítá nákup a nevzpomene si ani co měla včera k obědu..“* (Respondentka 7).

Všechny tři studentky U3V byly patřičně hrdé na své studium, někdy opravdu velmi intenzivně: *„Je vidět že tohle pozdní studium zvyšuje mou inteligenci, když moji synovci potřebují něco do školy, jdou napřed za mnou, než za svými rodiči, což asi o něčem svědčí...“* (Respondentka 8)

Studium na U3V, jak vidno, velmi posiluje sebevědomí a pocity užitečnosti, které mnohým důchodcům chybí a brání jim tak ve snaze o vedení aktivního života i v pozdním věku.

Nejvíce však mezi seniorkami dominuje záliba ve čtení, celých šest seniorek relaxuje u čtení knih, dvě pak čtou výhradně knihy s náboženskou tematikou. Čtení nejen že jim dodává klid a pohodu, ale i v nich některé respondentky prožívají příběhy knižních postav: *„Tak čtení mi*

zlepšuje paměť i náladu, ze svého života už moc aktuálních zážitků nemám, tak ráda prožívám dobrodružství v knihách...“ (Respondentka 3).
„No mě není dobře jen při čtení, ale i přes celý den, kdy se těším na večer, až si zase otevřu rozečtenou knížku... Hrozně ty příběhy prožívám, často pak celé dny přemýšlím nad tím, co tam nějaká postava udělala nebo naopak neudělala a tak, je to zajímavější než přemýšlet kdy mi přijde důchod a kolik mi ještě zbývá na jídlo...“ (Respondentka 7).

Dalším koníčkem, který se objevil u více respondentek, je péče o zahradu. Hned tři respondentky uvedly zahradničení ve svých hlavních zálibách, dvě další by pak šlo také zařadit k jakémusi pěstování či k práci s květinami a rostlinami, ale tyto dvě respondentky nevlastní zahradu, takže se nejedná o typické zahradničení. Respondentka č. 8 velmi zaujala svou zálibou v pěstování houby hlívy. V rozhovoru kvůli mé zvědavosti popsala, jak se taková věc dělá v bytě: *„Ono je to vlastně úplně jednoduchý, to si zajdete do lesa, chce to trochu znát druhy dřev a poznat jejich stáří, víte, musíte si vybrat to správný dřevo, aby vám hlíva vyrostla. Musíte najít nějaký kus pařezu, nebo větší větev, zkrátka větší kousek dřeva. Mělo by to být maximálně tři měsíce od pokácení, aby se hlíva usadila a utvořila houbovou kolonii. No a do toho kusu dřeva vyvrtáte dírky, do kterých nacpete kolíčky s houbovinou, ty už předem koupíte za pár korun v každém větším supermarketu. Pak dáte to dřevo do pytle, aby se to pěkně pařilo, pravidelně to vlhčíte a necháváte to v tom pytli kdekoliv doma, kde je teplo. No a zhruba za tři měsíce už můžete sklízet úrodu...“ (Respondentka 8).*

Další respondentka, u které se nejedná přímo o péči o zahradu, je paní s číslem 4. Ta ve svých zájmech uvedla sběr bylin a následné vaření čajů a dělání mastiček. Byliny sbírá v nedalekém lesíku s loukou a ve své zálibě se opravdu vyzná: *„...To byste ani nevěřila, jak výborně bylinky léčí. Když máme někdo doma problémy se střevama, hned vařím čaje z*

měsíčku nebo z puškvorce. Taky třezalka se na to hodí, ale ta je spíš něco jako přírodní antidepressivum...“ (Respondentka 4).

Nicméně tři seniorky se věnují přímo zahradničení, a zjevně jim to přináší opravdu velkou radost. Všechny tři mají to štěstí, že vlastní svůj dům s pozemkem a věnovat se s takovým bydlením zahradě je v podstatě samozřejmostí. Respondentka s číslem dvě vypověděla takto: *„Já ve svém věku už toho moc fyzicky nezvládám, takže si na zahradu беру takovou malou rybářskou stoličku, usadím se a pracuji. Někdy i jen tak sedím a odpočívám u kyték, je to příjemné prostředí a ten čerství vzduch... To je nenahraditelné. Někdy mi dělá potíže na jaře zasévat, protože je to někdy fyzicky dost náročné, to mi pak pomáhá dcera, ale jinak všechno zvládám sama. Nejradaši pleju, nevím jak to vysvětlit, ale prostě mě to baví...“ (Respondentka 2).* Zbylé dvě seniorky preferují spíše užitečné rostlinstvo, především zeleninu: *„Víte, já na ty kytičky zas tak moc nejsem... Mě práce na zahradě vlastně baví nejvíc tím, že mi to pak k něčemu bude. Já jsem hodně praktický člověk a obyčejné kytky by mi akorát zabíraly místo, kde můžou být místo toho okurky nebo mrkve.“ (Respondentka 3).* *„Manžel má rád takový ty zeleninový saláty, většinou na to chlapi moc nejsou, ale on jo. Takže většinu zahrady tvoří právě zelenina. Okrasný kytky mám samozřejmě taky, ale jsou spíš jenom pro okrasu.. No tak k čemu taky jinýmu, vidíte...“ (Respondentka 5).*

Kromě užitku a krásy květin vidí paní s číslem 5 výhody ještě v další skutečnosti: *„Je to úplně kouzelný, když ráno vstanete, podíváte se ven a ono vám to přes noc povyrostlo. Něco musím těm neužitečným kytkám nechat, nejhezčí je čekat až se otevřou květy. Když si kupuju semínka na nový kytky, vždycky se těším, jak budou pak vypadat, až vykvětou...“ (Respondentka 5).*

Třetí nejčastější záliba, která se objevila ve výpovědích informátorů je duchovní život a navštěvování křesťanských zařízení. Dvě

respondentky se věnují této oblasti velmi aktivně a pravidelně chodí na schůzky s dalšími věřícími a jsou členkami křesťanských sdružení: *„Jsem už léta členkou Společenství seniorů v Domečku, to je místo, kde se každý týden scházíme a společně řešíme svoje problémy, modlíme se nebo si i jen tak povídáme, podle nálady...“* (Respondentka 1). *„No já se tomu věnuji fakt hodně aktivně, sama vedu několik sdružení pro křesťany, je to výhradně pro ně, ale když si chce popovídat i někdo jakoby zvenčí, také ho rádi přijmeme. Nebudu zveřejňovat, jaké sdružení přímo vedu, sice je to anonymní, jak říkáte, ale vedu to jen já a není těžké si to zjistit, a já mám ráda své soukromí a svůj klid.“* (Respondentka 6).

Třetí důchodkyně jen občas dojde do kostela na mši, ale jinak se víře věnuje jen doma čtením náboženských knih: *„Náboženské čtení mě povznáší, uklidňuje a dává mi smysl života. Bez víry bych tu asi moc spokojená nebyla, nemám pro co jinýho tu chtít zůstat, kromě té chvílky, která mi zbyde na tohle čtení, tak pořád jen běhám kolem líného manžela a jeho pubertálního syna. Víra mi v tom dodává sílu a ikdyž nikam pravidelně nedocházím, považuji to za svůj hodně důležitý koníček.“* (Respondentka 4).

V pořadí čtvrtým opakujícím se koníčkem je sport. Z osmi respondentek se sportu věnují pouze dvě. Respondentka 5 se věnuje cykloturistice a hraní golfu: *„Kromě zahrady a náboženství se taky těším ze sportu. Máme takovou cyklopartu a jezdíme s kolama na výlety. Občas je to opravdu náročný, nevím, jak dlouho to ještě budu moct provozovat, ale pár let snad ještě jo. Dál taky hraju golf, ale to jen rekreačně. A golf bych možná ani nebrala jako sport, člověk se tam zas tak nenadře...“* (Respondentka 5). Další aktivní seniorka není přímo členem nějaké „cykloparty“, ale na kole jezdí také: *„No jezdím na kole, ale jenom tak sama, většinou se jezdím projet do lesa, ale znáte to, běhají vám do cesty psi nebo děti, takže to je občas jako zkouška nervů, místo odpočinku, ale i tak jezdím ráda...“* (Respondentka 7).

V mém výzkumu tedy sport netvoří právě vysoké procento oblíbenosti, i přesto se však 2 sportovkyně najdou. Stejný počet respondentek aktivně pracuje s internetem a s počítačovými programy: *„Umím i dělat prezentace nebo tabulky a grafy. Mám na to programy, ale ty zadarmo, OpenOffice, jinak je to moc drahý. Dělán hlavně prezentace z fotek z dovolený a pak to posílám známým na email...“* (Respondentka 5). *„S internetem zacházím bez problému, dokonce mám i Skype a Facebook, a moji známí, co jsou taky v důchodu, většinou taky...“* (Respondentka 4).

Také cestování se věnují dvě respondentky: *„Cestuji poměrně často, určitě dvakrát do roka, ale spíš častěji. Jezdíme do zahraničí i s kamarádama z cykloparty, jede nás hodně, takže máme velký slevy...“* (Respondentka 7).

Zbylé zájmy tázaných senierek už se v žádných případech neshodují. Zaujala mě však aktivita seniorky s číslem 3, která uvedla, že jejím velkým koníčkem je chov slepic, králíků, kachen a krůt. Dále bych pro zajímavost zmínila respondentku 2, která pravidelně chodí do divadla, paní s číslem 5, jejíž zálibou a dřívějším zaměstnáním je hraní na housle a seniorku 8, ta se zase baví chováním koček, které si pořizuje vždy z útulku: *„Mám doma čtyři kočky, zrovna v říjnu jsem si přivezla z útulku kocourka bez jedné tlapičky. Hned jak jsem ho objevila, jela jsem si pro něj, ale další kočky už asi zatím neplánuju.“* (Respondentka 8).

9.1.2 Členství v organizacích

Dalším důležitým bodem, který je třeba zmínit, je členství senierek v různých institucích, kde provozují své záliby a zda jsou tyto kluby a sdružení určené pro širokou veřejnost, nebo pouze pro seniory. Jak bylo zmíněno výše, tři respondentky jsou členkami U3V, která je bezpochyby určena právě seniorům. Jedna z těchto senierek dále navštěvuje

Společenství seniorů v Domečku, což je křesťanská instituce: „*Chodím tam pravidelně dvakrát týdně, chodí tam všichni věřící, kteří mají zájem, ale máme to rozdělené, já chodím do Společenství seniorů, jiní do Společenství pro manžele, pro děti, pro vdovy a tak různě.*“ (Respondentka 1).

Dá se tedy říci, že zde se jedná přímo o spolek určený seniorům i přesto, že hlavním pojítkem mezi Domečkem a jeho členy je víra. Respondentka č. 2 je zase členkou Svazu důchodců Plzeň-Slovany, kde již název napovídá, že i zde se jedná o svaz určený přímo pro seniory. Tato paní je dále členkou Konfederace politických vězňů: „*Jsem členkou KPV, to je Konfederace politických vězňů, pracuji tam ve výboru, víte. Se členy KPV se vídám jednou měsíčně v Alfě, předáváme si různé informace nebo jen tak posedíme... A také 4 - 5x ročně jezdíme s KPV na zájezdy.*“ (Respondentka 2). Zde se schází také se seniory, avšak tato konfederace není primárně pro seniory určena: „*No v KPV se schází pouze bývalí političtí vězni, a jelikož manžel jím v padesátých letech byl přes deset let, chodíme tam spolu, pořádají se různé výlety a povídání... jako důchodci to jsou také, ale primárně jsou to vězni.*“ (Respondentka 2). Seniorka s číslem 2 také pravidelně navštěvuje divadlo, na jehož představení chodí s dalšími důchodkyněmi: „*Chodíme do divadla každý měsíc minimálně jednou, máme často seniorské slevy na lístky, ale chodily bysme i bez nich, to rozhodně...*“ (Respondentka 2).

I respondentka 3 je členkou nějakých spolků či klubů: „*Do Svazu protifašistických bojovníků chodím dvakrát do roka, tam zaplatím příspěvky a sejdu se se svými vrstevníky, takže tuto aktivitu provozují společně s dalšími seniory, ale jen jednou za půl roku. Jinak ve spolku chovatelů jsou i senioři, ale i mladší lidé, takže se nedá říci že bych se tomu věnovala výhradně se seniory...*“ (Respondentka 3). Tyto aktivity ale nelze zahrnovat mezi aktivity spojené se seniory, Svaz protifašistických bojovníků je na stejném principu jako Konfederace politických vězňů,

nejedná se o spolek založený na základě společné identity v rámci věkového omezení či nutnosti být v důchodu, nýbrž na bývalém statusu politického vězně či v tomto případě na společném zájmu o protifašistický boj. Další aktivitu této seniorky také nelze započítat do aktivit pro seniory, jedná se o jakýsi spolek chovatelů slepic, králíků, kachen a krůt. Respondentka 4 jako jediná nenavštěvuje žádný spolek ani klub, její zájmy jsou čistě individuální a provádí je sama. Oproti tomu pátá seniorka je členkou hned ve třech klubech, a to golfový klub, křesťanské sdružení a spolek cykloturistů. Cyklistiku provozuje výhradně se seniory, zatímco golf a duchovní život jsou záležitostmi všech věkových skupin: *„V cyklopartě je 60 lidí a stýkáme se hodně často, trávíme spolu i dovolené, i dvakrát do roka. Jsou to senioři, stejně jako já... Ono je těch cykloskupinek více, ale já jsem v té seniorské. Ono je to užitečné, dělit to podle věku, potom se nestává, že by někdo nestíhal s ostatními a tak, všichni už máme nějaká ta omezení a nezvládneme to, co mladí. No a v náboženských skupinách se vyskytují téměř každý týden – modlitba, meditace, přednášky. Ale tam je nás tak nějak pokaždé jinak, a nejsme tam jen senioři, prostě všichni věřící lidé, kteří mají zájem o toto sdružení. Ani golf není jen se seniory, jsou tam prostě golfisti...“* (Respondentka 5). Cestování se pak věnuje především s manželem a s přáteli z cykloturistiky, takže se seniory: *„Jak už jsem říkala, dovolenou trávíme společně s lidma z cykloparty, ale jinak dál ještě cestuju s manželem hlavně na řecké ostrovy, tam se rádi vracíme...“* (Respondentka 5).

Seniorka č. 6 je členkou v křesťanském spolku, avšak jako vedoucí několika společenství, která jsou rozdělena podle věku, rodinného stavu a podobně, stejně jako uvedla respondentka 1. Dvě poslední seniorky jsou obě členkami U3V, jinak své aktivity provozují samy.

Z tohoto souhrnu je patrné, že většina zkoumaných seniorek navštěvuje minimálně jeden spolek, sdružení či klub, který vznikl přímo za účelem sdružování seniorů, ať už v oblasti sportu, náboženství či

vzdělávání. Tři respondentky nenavštěvují žádnou instituci nebo takovou, která není určena pouze pro seniory, avšak dvě jsou členkami ve dvou seniorských sdruženích, a tři zbývající vždy po jednom spolku. Z těchto informací lze jednoznačně říci, že sdružení pro seniory se těší veliké oblibě a jsou velmi populární ve všech oblastech zájmů. V tomto ohledu tedy aktivní seniorky splňují znaky subkultury, kdy daná skupina lidí provozuje společně své aktivity a odděluje se tím od okolí, které do daného společenství nemá šanci proniknout.

9.1.3 Finance

Zde jen krátce zmíním názory seniorek na souvislost jejich aktivit s finanční situací. V rozhovoru byly tázány na to, zda je případný nedostatek financí omezuje či jim naplno brání v nějakých aktivitách, které by jinak rády provozovaly. Odpovědi byly celkem jednoznačné. Kromě respondentky 1, která by ráda nakupovala více knih, a respondentky č. 5, která by s více penězi více cestovala, odpověděly všechny seniorky záporně, tedy finance je nijak neomezují a jejich koníčky by s lepší finanční situací zůstaly stejné.

9.1.4 Rodina

V této části se budeme zabývat rodinnými vztahy respondentek, konkrétně zda žijí v manželství či partnerství nebo samy, dále jestli je jejich partner také aktivním seniorem, jak by ohodnotili celkový vztah s nejbližšími příbuznými a zda je tito příbuzní podporují v jejich aktivním životě. Začněme opět respondentkou 1. Její vztahy se zdají být v naprostém pořádku: *„No, tak jsem vdaná, mám jednoho bratra, s jeho rodinou se pravidelně stýkám a navzájem si pomáháme podle potřeby. Dál máme s manželem jednu dceru, s její rodinou se stýkáme opravdu velmi často, vlastně téměř denně, takže vztahy jsou, myslím, velmi dobré, nemáme žádné výrazné neshody ani problémy.“* (Respondentka 1). Její

rodina ji nejspíše i dostatečně podporuje v jejích zájmech: „*Třeba mi občas koupí nějakou knížku, ale jinak není moc v čem podporovat, berou to jako mojí osobní věc a nijak mi do toho nemluví.*“ (Respondentka 1).

Tato paní je vdaná úctyhodných 50 let a k soužití se svým manželem se vyjádřila takto: „*Ano, jsem spokojená, a jsem ráda, že i manžel je spokojený, myslím, že jsme si navzájem stále oporou.*“ (Respondentka 1). Její manžel je taktéž aktivním seniorem a věnuje se historické četbě a práci s počítačem. Rodinné vztahy jsou zde tedy nejspíš naprosto ideální a nic nebrání rozvoji nových aktivit, které jsou už jen doplňkem spokojeného života. Podobné vztahy se objevují i u respondentky 2: „*Já žiju v samostatném bytě v rodinném domku se zahradou, kde bydlí moje dcera s rodinou, mají čtyři děti, rozumíme si výborně, všichni se máme rádi, velice dobře spolu vycházíme. Dcera, zeť a starší vnučky mi vždycky ochotně pomůžou s něčím, na co já sama už nestačím, a to ani nemusím naznačovat, že bych nějakou pomoc potřebovala, nabídnou se sami, vždycky se zajímají o to, co potřebuju. I v době mojí nemoci se o mě pečlivě starají.*“ (Respondentka 2). Rodina jí navštěvuje pravidelně: „*Minimálně jednou měsíčně mě navštěvuje starší dcera s rodinou, oni bydlí v Sušici. Její dvě dcery mě navštěvují mnohem častěji, ale není to tím, že by moje dcera neměla takový zájem, oni totiž studují vysokou školu a přes týden jsou tady v Plzni, tak se často zastaví u mě... a pak asi tak 4 – 5x do roka přijede moje neteř z Merklína. A mám osm vnoučat!!*“ (Respondentka 2). Na dotaz ohledně podpory v jejích zájmech se dostavila výše zmíněná reakce, zapříčiněná nepochopením otázky. Seniorka 2 žije téměř 14 let sama, od doby, kdy jí zemřel manžel. Vztahy jsou na první pohled ideální i u respondentky 3: „*Vztahy u nás v rodině jsou, myslím, naprosto bez problémů, s jednou dcerou dokonce bydlím a nemáme žádné potíže. I obě mé dcery se mají rády a jejich děti také, opravdu nemyslím, že by se někde objevil nějaký větší problém.*“ (Respondentka 3).

O dost méně harmonické vztahy se objevují u seniorky 4, která je aktivní převážně v domácnosti: *„Tak ono je to docela jednoduché, manžel je buď pryč, a nebo leží na gauči, nárazově mi s něčím pomůže, ale to opravdu jen svátečně. Jeho dítě – patnáctiletý výrostek, právě v silném stadiu puberty, mě denně rozčiluje nechutí k učení, k uklízení atd. Spolu máme dva syny, ti mě i s rodinami navštěvují a občas něco pomůžou no... Občas.“* (Respondentka 4). O podpoře od rodiny se vyjádřila takto: *„No tak určitě jsou rádi že nejsem senilní a neležím u televize a nekoukám na telenovely, ale že by mi nějak extra fandili... Ono ani není v čem podporovat, jak byste někoho podpořila ve sbírání bylinek a v četbě?“* (Respondentka 4). O soužití s manželem se příliš vyjadřovat nechtěla, zmínila jen jeho aktivity: *„No, doma aktivní není ani trochu, ale jinak asi ano, pěstuje a loví ryby, jeho koníčkem je myslivost, houbaření, chov králíků a psů, kamarádi a hospoda.“* (Respondentka 4).

Respondentka 5 dává přednost spíše společenskému životu, než rodině: *„Vztahy mohu hodnotit jako dobré, s vymezenými pravidly a hranicemi. Můj život není vysloveně rodinný, spíše společenský, tím myslím svou práci, sport a náboženství...Je to zvláštní, ale rodina pro mě není na prvním místě, víte...“* (Respondentka 5). Seniorka 5 je bezdětná a s manželem je 20 let, děti a vnoučata má jen on. O jejich soužití se vyjádřila celkem odměřeně: *„No jako je fajn, že jsme spolu, podporujeme se, sportujeme spolu a jezdíme na dovolené. Manžel je velmi tolerantní a v ničem mě neomezuje, ale není nábožensky založený, což mi někdy dost vadí. Života v církvi se odmítá účastnit a tak jdeme často každý jinou cestou.“* (Respondentka 5).

Zbylé tři respondentky jsou vdovy, paní č. 6 dokonce již 38 let. Všechny tři popsaly velmi dobré vztahy bez větších problémů. Jak se tedy zdá, u drtivé většiny respondentek je udržován pravidelný kontakt s rodinou a seniorky tak mají předpoklad k tomu, aby se necítily osamocené

a nepotřebně a aby se i přes svůj věk snažily dále udržovat svůj život aktivní.

9.1.5 Zdraví

Odpovědi na otázky ohledně zdravotních komplikací nijak nepřekvapily. Ve vyšším věku obvykle zdravotních potíží přibývá a ani aktivním seniorkám se tato skutečnost nevyhýbá. Každá z respondentek měla možnost se k tomuto tématu vyjádřit: *„No cítit se v tomto věku zdravá je asi téměř nemožné, samozřejmě mám zdravotní problémy, hlavně se srdcem, to mě trápí nejvíc. Také jsou to křečové žíly, bolest páteře a kyčlí...“* (Respondentka 1). Bolesti a fyzické omezení od aktivit neodrazují ani respondentku 2: *„Zdravá rozhodně nejsem, mám potíže se srdcem, konkrétně je to mitrální regurgitace do obou síní a porucha funkce levé komory... Dále jsem po operaci bederní páteře, na krční páteři mám mnohočetné výrůstky, chodím dost předkloněná, bolí to... A taky už špatně slyším, musím používat naslouchadlo.“* (Respondentka 2). Respondentka 3 se k tématu zdravotních potíží vyjádřila takto: *„No kdo by je v mém věku neměl že... Velmi špatně už vidím, takže čím dál více omezují mé oblíbené čtení, pak mě také dost bolí klouby, asi jako všechny v mém věku. Celý život jsem byla ve stresu, takže už jsem opravdu hodně unavená.“* (Respondentka 3). Ani další seniorka není bez potíží: *„No zdravotní komplikace rozhodně mám, kdo by v tomhle věku neměl že... Poslední dobou mám bolesti kloubů, hlavně rameno a koleno. Taky mě bolí záda, s tím mám problémy dost. A když mě zrovna nic nebolí, myslím si, že jsem buď mladá, nebo mrtvá.“* (Respondentka 4).

Zdravotní problémy všeho druhu uvedlo šest z osmi respondentek. Pouze paní č. 5 a 6 nemají žádné potíže a cítí se být zdravý: *„Asi je to neobvyklé, ale jsem zcela zdravá, neberu ani žádné léky, žádné problémy nemám.“* (Respondentka 5). *„Nemám moc co k tomu říkat, jsem zdravá, máme to v rodině i dlouhověkost a dlouhé zdraví taky. Ale občas se tomu*

divím, nic pro to nedělám, ani se nesnažím sportovat...“ (Respondentka 6).

Ze slov seniorek je jasné, že problémy se zdravím provází drtivou většinou důchodců. Nedá se tedy říci, že by fyzické zdraví nějak výrazně ovlivňovalo aktivity respondentek. Jak bylo zmíněno výše, pouze dvě seniorky se věnují sportu, ale i některé další respondentky uvádí, že pohybu mají dostatek: *„Chodím si pravidelně sama nakupovat, jen větší nákupy jako minerálky nebo mouku mi nakupuje a vozí zeť. Taky často vodím vnučku do školky a zpět a odpoledne s ní často chodím na procházky.“ (Respondentka 2).* *„No vzhledem k tomu, že jsem na nohou skoro celý den, většinou sice jen v rámci domova, ale i to je dost, tak myslím, že mám pohybu dost. Pořád vařím, uklízím, krmím zvířata...“ (Respondentka 4).*

Další otázka na toto téma směřovala na stravovací návyky a pravidelnost v jídlu: *„No tak snaha určitě je, ale jak se říká, skutek utek, moje aktivity zaberou dost času, hlavně dojíždění. Pak také neustálé chození po doktorech... zkrátka nejím pravidelně a večer vždy uvařím to, co si doma dohodneme s manželem.“ (Respondentka 1).*

Naopak paní č. 2 se stravou nemá žádný problém: *„Ano, myslím, že rozhodně jím zdravě, nikdy jsem neměla ráda tučná jídla, jím hlavně lehká jídla a hodně ovoce a zeleniny.“ (Respondentka 2).* Respondentka 3 kvalitu svého stravování nedokáže jednoznačně posoudit: *„Já jsem nikdy nebyla vybíravá, vždycky jím co je. Zažila jsem bídu za války i po ní, vlastně stále. Takže si vážím všeho. Vlastně ani nevím, jestli jím zdravě nebo ne, nijak to nezkoumám, jím na co mám peníze.“ (Respondentka 3).* Respondentka 4 se sice snaží o zdravou stravu, ne vždy je však úspěšná: *„No snažím se jíst zdravě a zhubnout, ale většinou neodolám a jím i dobroty, které se u nás doma objeví, nebo dojíždám po ostatních. Moc ráda mám zvěřinu a ryby, co domů nosí manžel.“ (Respondentka 4).*

Podobného rázu byly i všechny zbývající odpovědi. Téměř všechny seniorky uvádí, že se snaží jíst pravidelně a zdravě, avšak pouze jedné se to podle jejích slov daří. Okruh zdraví zahrnuje ještě jednu podotázku, a to péči o vzhled. Zde se snažím zjistit, zda aktivní život a udržování se v kondici nutně zahrnuje i aktivní péči o zevnějšek. V odpovědích respondentek se potvrzuje spíše opak, že zevnějšek už v jejich životě nezabírá to hlavní místo a dávají přednost jiným hodnotám. Neznamená to však, že by o sebe nepečovaly, ale zkrášlovací procedury jako lak na nehty, make-up a výrazné líčení nemají jejich obdiv: *„Jsem, jak se říká pole neorané, udržuji se pouze občasnou návštěvou kadeřnice, jinak líčení jsem po operaci očí vypustila úplně a lak na nehty? To už pro mě dávno není.“* (Respondentka 1). *„No o svůj zevnějšek tedy moc nepečuji, nehty nelakuji, vlasy nebarvím, nelíčím se... Jen 2x do roka si nechám udělat trvalou, jinak kadeřníka navštěvuji jen při slavnostních příležitostech. Ale používám krém PONS, mám totiž velmi vrásčitý obličej, a taky si mažu ruce krémem na ruce.“* (Respondentka 2). *„Víte, já jsem na tu péči o vzhled nikdy moc nebyla, vždy se udržuji čistá, to ano, ale vlasy mám celý život přírodní, i rodina chtěla mít šedivou babičku, a ne nějakou obarvenou paní, co si myslí, že jí je 20. Takže ze všech těch přepychů využiji jen občas kadeřníka na ostříhání a pedikúru, jinak vůbec nic.“* (Respondentka 3).

Větší zájem o úpravu zevnějšku projevila pouze jediná respondentka, a to paní č. 5: *„No samozřejmě, barvím si vlasy, lak na nehty tedy nepoužívám, maximálně bezbarvý, aby se mi nehty nelámaly, jinak ne. Dost často se líčím a chodím ke kadeřnici. Myslím tedy, že o sebe pečuji jak se dá.“* (Respondentka 5). Dá se tedy říci, že nalíčená a moderně upravená seniorka nevyovídá vůbec nic o tom, jak je v životě aktivní či nikoliv. Snaha o mladší vzhled nejspíš nijak nesouvisí s mírou aktivity ve stáří.

9.1.6 Víra

Posledním bodem v rozhovoru bylo krátké téma ohledně vztahu respondentek k náboženství. Cílem otázek, kladených na toto téma bylo zjistit, na kolik může respondentky udržovat v psychické pohodě víra a za jakých okolností se k danému náboženství dostaly. Tedy zda vyrůstaly ve věřící rodině nebo jestli v náboženství našly oporu třeba po smrti manžela nebo v jiné těžké životní chvíli. Odpovědi byly naprosto jednoznačné, bez výjimky všechny respondentky jsou křesťanského vyznání, většinou římskokatolického. Sedm z nich vyrůstalo ve věřící rodině, pouze respondentka 3 pochází z ateistické rodiny a k víře ji přivedl až zázrak v jejím životě: *„Můj tatínek byl v okupaci odsouzen k trestu smrti, ale nakonec se jako zázrakem vrátil domů, to opravdu nikdo nečekal, že to takhle dopadne. V ten den a v tu chvíli jsem si najednou byla jistá, kdo za tím stojí....“* (Respondentka 3).

Pro všechny seniorky jejich víra znamená především klid, duševní harmonii a oporu v každé životní situaci. Všechny také uvedly, že jim víra dodává odvahu, smysl života a chuť dále pokračovat.

9.2 Muži

Získat osm mužů – seniorů pro rozhovor bylo mnohem náročnější než shánět ženy. Ať už je to náhoda, nebo to platí obecněji, seniorů mužského pohlaví je v mém okolí zřetelně méně než žen. A hledat mezi nimi ještě ty aktivní, to vůbec nebylo snadné. Přesto se povedlo předem daný počet seniorů naplnit a zde jsou základní informace o každém z nich:

Respondent 1

Věk: 63 let, 40 let ženatý, žije v bytě v Plzni s manželkou, počet let v důchodu: půl roku, hlavní aktivity: mineralogie, auto, hra na kytaru v hudební skupině, rybaření, pracuje brigádně jako řidič MHD.

Respondent 2

Věk: 72 let, 2 roky vdovec, žije sám v bytě v Plzni, počet let v důchodu: 13, hlavní aktivity: kopaná, házená, hokej, vzpírání.

Respondent 3

Věk: 67 let, 45 let ženatý, žije s manželkou v bytě v Plzni, počet let v důchodu: 4, hlavní aktivity: fotografování, točení videa, kutilské práce, zahradničení na chatě, sportovní střelba, auto.

Respondent 4

Věk: 65 let, 38 let ženatý, žije s manželkou a dcerou s rodinou v domě u Plzně, počet let v důchodu: 3, hlavní aktivity: kopaná, vzpírání.

Respondent 5

Věk: 76 let, 5 let vdovec, žije sám v domě v Nýřanech, počet let v důchodu: 13, hlavní aktivity: houbaření, malování, zahradničení.

Respondent 6

Věk: 66 let, 20 let ženatý, bydlí s manželkou v rodinném domě v Plzni, počet let v důchodu: 5, hlavní aktivity: plavání, rybaření, truhlářské a řezbářské práce.

Respondent 7

Věk: 65 let, 3 roky rozvedený, žije s partnerkou v domě v Chebu, počet let v důchodu: 5, hlavní aktivity: rybaření, myslivost, houbaření.

Respondent 8

Věk: 64 let, 12 let vdovec, žije sám v domě u Plzně, počet let v důchodu: 2, hlavní aktivity: výcvik psů na cvičišti, modelářství.

Respondenti mužského pohlaví se pohybují ve věkovém rozmezí od 63 do 76 let. Stejně jako je tomu u žen, ani v jednom případě měsíční příjem nepřesáhl 15 000 Kč. Občasný přivýdělek využívá pouze jeden senior, který podle potřeby dopravních podniků pracuje jako řidič MHD. Z mých respondentů naprosto všichni odpověděli, že jejich zájmy navazují na mládí, pouze u dvou seniorů se vyskytla jedna záliba, kterou provozují až v důchodovém věku. Vedle toho ale mají i další zájmy, kterým se věnují již od mládí: *„Házená, kopaná i hokej mi přetrvává z mládí, to jsem sportoval pořád, takhle v pozdějším věku jsem to ještě obohatil o to vzpírání, protože si chci vylepšit postavu, a funguje to...“ (Respondent 2).* *„Všechno to mám z mládí, ale video až v důchodu, za prvé v mém mládí ještě nebyly kamery takhle dostupné, a za druhé jsem začal točit až co mám vnoučata, vlastně pořizuju videa hlavně s nima...“ (Respondent 3).*

Drtivá většina zájmů není tedy pro respondenty ničím novým a aktivními byli už v mladším věku.

9.2.1 Zájmy

Zájmy mužů - seniorů se zdají být méně členité a v mnoha ohledech se shodují. Největší podíl si u mužů získal sport. Celá polovina respondentů se věnuje nějakému druhu sportu: *„Já vlastně hlavně sportuju, hlavně hokej, pak taky hraju házenou, kopanou a už pár let i vzpírám...“ (Respondent 2).* *„Kopanou hraju od 11 let, vzpírám od 17, obojí mi vydrželo dodnes, je to můj největší kůň, nic víc vlastně ani nedělám...“ (Respondent 4).* Senior č. 3 se zase věnuje sportovní střelbě: *„Já rád střílím, ale jen jako sportovně malorážkou...“ (Respondent 3).* Dále ještě sportuje respondent 6, který chodí pravidelně plavat: *„Já jsem plaval*

vždycky, ale teď ještě víc, protože mi to pomáhá na záda a mám i jako důchodce slevy a i určitý hodiny zadarmo...“ (Respondent 6).

Druhým nejoblíbenějším zájmem je rybaření. Ryby loví tři respondenti, z toho jeden je přímo vyučený rybář a stará se o vlastní rybník: *„Já jsem to lovil odjakživa, už jako děcko, takže mi to pochopitelně zůstalo, ale ty ryby já tam většinou nevracím, ono se to k obědu vždycky hodí..“ (Respondent 7).*

Shodné jsou ale i další záliby, dva senioři rádi houbaří, dva se zase věnují automobilům: *„Chodit na houby je pro mě vlastně vzpomínání na dětství, na mého tatínka, jak mě učil co se sbírá a co ne...“ (Respondent 5).* *„Ono auto už je potom jako člen rodiny, to se nedá nic dělat. Ale já ho jen neleštím, docela se v tom vyznám a sám si auto opravuju, a starám se i o auta kamarádů, je to pro ně levnější než kdyby jeli do servisu...“ (Respondent 3).*

Poslední shoda je u dvou seniorů, kteří se věnují mužským ručním pracím. Respondent č. 3 uvedl, že často upravuje bydlení a někdy si i jen tak pro zábavu kutí. Senior 6 se podobným věcem věnuje také, avšak na profesionální úrovni: *„Já jsem truhlář a řezbář, takže co chci, to si vyrobím, a že toho není málo. Dělán to doted', protože když to jednou umím, už to nezapomenu a vždycky je co ještě doma dodělat... Baví mě to, fakt..“ (Respondent 6).*

Další záliby už se vyskytují vždy po jedné. Respondent 1 se zajímá o mineralogii a také hraje v hudební skupině, která hraje již od 80. let. Nepřál si však, aby byl název uveřejněn. Senior 3 má také další dvě, zatím neuvedené aktivity. Jeho největším koníčkem je fotografování a kamerování: *„Tohle mě opravdu naplňuje, je to zábava, která nezmizí, něco po ní zůstane, něco tvořím... Je úžasný co dnešní technika umožňuje, když jsem byl mladší, tolik mě to nebavilo, jako teď...“ (Respondent 3).* Dále ještě pracuje na zahrádce, kterou má na chatě:

„Takový ty kytky a podobně, to nechávám na manželce, já jsem spíš na jiný věci, třeba jsem kopal jezírko, upravoval ten terén a tak, ořezávám stromy, prostě takový ty věci kolem...“ (Respondent 3).

Senior s číslem 5 také rád pracuje na zahradě, ale přesně naopak: *„Já si opravdu pěstuju kytičky, vždycky to dělala Lída, ale od doby, co tady není, jsem se o to začal starat já, je to taková její památka...“ (Respondent 5).* Tento senior se také rád věnuje olejomalbě. Poslední respondent chodí se svými dvěma ovčáky na cvičiště a svým psům se opravdu intenzivně věnuje: *„Je to tvrdá práce, taková ta skoro až mravenčí, ale výsledky stojí za to, psi prostě musí poslouchat a tady je naučí tohle a i mnohem víc...“ (Respondent 8).* Vedle výcviku psů má ještě jeden, o dost klidnější koníček, a to modelářství: *„Je to asi dost staromódní, dneska už to moc lidí nezajímá, ale já prostě rád sestavuju modely, a je jedno co to je, jestli je to letadlo nebo barák...“ (Respondent 8).*

V porovnání se zájmy žen je na první pohled patrných několik rozdílů. Žádný z mužů nenavštěvuje U3V ani se jinak nevzdělává. Dále žádný z respondentů nevedl zálibu ve čtení, která u žen bez pochyb vedla. Ženy zase projevily menší zájem o sport, který dominuje u mužů.

9.2.2 Členství v organizacích

U žen se členství v alespoň jednom spolku pro seniory týkalo hned pěti respondentek. Muži dopadli podstatně rozdílně. Respondenti 2 a 4 jsou velmi aktivní v oblasti sportu, přičemž jsou členy sportovních klubů, které jsou sice určeny pro širokou veřejnost, ale dále jsou jednotlivé disciplíny děleny podle věkových skupin. A jejich skupina je právě skupina určená pro seniory. Konkrétně se jedná o TJ Slavoj Plzeň a Slavia Plzeň: *„Na kopanou je nás celkem 25 dědků, v celé soutěži je nás zhruba 250, soutěží různé týmy... Ve vzpírání je nás tam tak 150, ale senioři jsme tam*

v současné době jen čtyři.“ (Respondent 4). Jejich koníčky lze tedy zařadit mezi aktivity, pro které existuje speciální zařízení, umožňující i seniorům sportovat. Tři respondenti jsou členy rybářských svazů, ve kterých se sice nachází většinou senioři, avšak nikoliv z důvodu věkového řazení či omezení: „Většinou už to jsou starší chlapi, těch mladých se už dneska moc nenajde, i přesto že je úplně fuk kolik vám je...“ (Respondent 1). Jiný senior, číslo 3, je zase členem střeleckého svazu, ale ani ten není určen speciálně pro seniory. Dále členství uvedli už jen dva senioři. Respondent 7 je členem mysliveckého svazu: „Ale jo, jsem ve svazu rybářů a taky jsem členem mysliveckého svazu. Ale na houbaření žádný papír nemám, to opravdu ne.“ (Respondent 7). Poslední senior dochází pravidelně na psí cvičiště Pohoda, avšak tato organizace se specializuje na psy, nikoliv na seniory.

Ze získaných informací je tedy jasné, že moc velký zájem o speciálně seniorské aktivity muži z mého výzkumu neprojevují. Sice je celých 6 respondentů členem nějakého svazu nebo klubu, ale pouze dva z nich se týkají přímo seniorů, což teorii o možnosti tvoření subkultury příliš nepodporuje.

9.2.3 Finance

Ohledně financí jsou na tom muži odlišně než ženy. Ty byly ve vztahu ke svým aktivitám se svým příjmem vcelku spokojené, muži to ale vidí jinak, pouze dva uvedli, že je finance nijak neomezují. Z odpovědí ostatních seniorů vyplynulo, že pokud je finanční situace neomezuje v aktivitách, které již mají, cítí se omezováni v přibírání případných nových aktivit: „Ano, rozhodně bych rád častěji jezdil na lyže, ale finanční situace mi to nedovoluje, bohužel. A kdybych měl víc peněz, určitě bych na další aktivity přišel, ale to lyžování je jistota, to bych opravdu moc rád, takhle ale lyžuju jen jednou ročně, občas musím i vynechat.“ (Respondent 4). „Já bych tak rád cestoval, v tom mě peníze omezují. Cestoval jsem dřív,

když jsem ještě dělal, a teď mi to dost chybí. Nemyslím nějaký dlouhý cesty na Kanárský ostrovy, stačí tady po republice nebo jen do sousedních států, ale ani na to už teď není. Jinak v mých současných aktivitách mě to neomezuje.“ (Respondent 5). Respondent 7 finanční otázku při placení svých koníčků pojal po svém: „Rád bych častěji chodil s kamarádama do hospody, ale to se asi za koníček u vás nepovažuje...“ (Respondent 7).

Muži-senioři se tedy necítí být ohroženi finančním nedostatkem v oblasti svých současných aktivit, ale spíše jim peníze schází k dalšímu osobnímu rozvoji a k častějšímu provozování aktivit, které se kvůli financím nestaly těmi hlavními.

9.2.4 Rodina

Muži byli celkově mnohem méně komunikativní než ženy, a zvláště u rodinných vztahů bylo těžké je rozpovídat. Přitom ve většině případů své vztahy popsali velice kladně a bezproblémově: „Mám tři děti a čtyři vnoučata, nemám co víc k tomu říct, vztahy máme výborný, jednou za čtrnáct dní za mnou děti jezdí i se svojí rodinou...“ (Respondent 2) „Za mnou jezdí dcera se synem, dcera sice bydlí v Domažlicích a syn v Tlučným, ale i tak za mnou oba jezdí většinou každé víkend. No a jsem pětinasobnej dědek, takže o zábavu je fakt postaráno, vnoučata jsou teď z rodiny nejdůležitější.“ (Respondent 3).

I o soužití s manželkou se vyjadřovali vesměs pozitivně: „Mé soužití se manželkou je velmi dobré, jsem totiž vdovec...“ (Respondent 8). Vdovcem jsou ještě další dva senioři, jeden z nich teprve dva roky, takže se o situaci nechtěl vyjadřovat. Ostatní respondenti jsou ženatí: „S manželkou v pohodě, žádnou husu bych si nevzal, takže máme pěkný vztah i teď.“ (Respondent 1). „No to víte, někdy je to dobrý, jindy zase horší, těžko můžu popisovat soužití za dobu 45 let...“ (Respondent 3). Jen

respondent 7 je rozvedený a nyní žije u své současné partnerky v Chebu: *„Vztah s manželkou je už dobrý, co jsme od sebe, a s novou partnerkou si taky nemám na co stěžovat...“ (Respondent 7).*

I u mužů to tedy vypadá, že mají velmi dobré poměry v rodině a nejsou tak vystavováni dlouhodobému rodinnému stresu, který by bránil v přívalu nové energie, potřebné k udržování aktivního života i v pozdním věku.

9.2.5 Zdraví

Zdravotní stav mužů se zdá být mnohem lepší než u žen, alespoň podle jejich slov: *„Mně nic není, asi mě ani nic nebolí, a když, tak to nevnímám.“ (Respondent 1).* *„Myslím, že jsem zdravěj, přiměřeně věku samozřejmě. Ale že by mě bolely klouby a tak, to ne...“ (Respondent 3).* *„Celkem jo, žádný problémy nemám, prej mám vyšší cholesterol, ale nijak se to neprojevuje, tak co...“ (Respondent 7).* *„Jsem zdravěj jako řípa...“ (Respondent 5).*

Oproti ženám mají muži více pohybu: *„Tak vzhledem k mým zájmům jsem v pohybu skoro pořád..“ (Respondent 2).* *„Mě k pohybu nutí hlavně manželka, pořád mě někam tahá do lesa na vycházky a tak, já jsem od přírody lenoch.“ (Respondent 3).* *„Jsem každou chvíli v lese, takže ne že bych sportoval, to ani náhodou, ale nějaký ten pohyb určitě mám.“ (Respondent 7).* *„Já chodím běhat se psama, občas je to náročný, ale ještě to zvládám, takže pohyb dobrej..“ (Respondent 8).*

Se stravou jsou na tom obě pohlaví podobně. Ženy se ale o zdravou stravu alespoň snaží, muže zdravé jídlo nezajímá: *„Já jsem sice od malička sportovec, ale zdravá strava mi nic neříká. Rád mlsám sladkostí, a toho se vzdávat nehodlám, zvlášť v tak vysokém věku už je to asi jedno...“ (Respondent 2).* *„Mě zdravý jídlo vyloženě nechutná, takže*

jím prostě nezdravě..“ (Respondent 4) „Takovýchle věci jsou pro ženský, chlapi mají jíst špekáčky s pivem, a to taky dělám...“ (Respondent 7).

O zdravou stravu se tedy nesnaží dokonce ani senioři se sportovním duchem, a přesto se cítí být naprosto zdraví. Ohledně vzhledu a péče o něj se ale muži naprosto shodují se ženami, udržují se v čistotě a upraveně, ale nějaké zkrášlovací metody jsou jim cizí: *„Jsem taková nedbalá elegance. Spíš nedbalá než elegance.“ (Respondent 4). „Pouze dodržuju hygienu, holím se a tak, ale jinak nic, nevím, co bych měl jako dál se sebou dělat, nejsem ženská...“ (Respondent 7). „Prosím vás, jak to myslíte, jak bych já měl pečovat o svůj vzhled? Sprchuju se, holím se a oblíkám si čistý oblečení, víc nic, a ani mě jiný možnosti nenapadají...“ (Respondent 8).*

Atraktivní vzhled tedy není příliš důležitý pro ženy, a už vůbec ne pro muže, kteří péči o vzhled přiřazují spíše k ženám.

9.2.6 Víra

Poslední otázky se týkaly vztahu respondentů k náboženství, stejně jako u žen. Ženy byly bez výjimky věřící, téměř opačně je tomu u mužů. Věřící je pouze jeden senior: *„Já jsem římský katolík, i rodiče byli věřící, vlastně celá naše široká rodina...“ (Respondent 4).* O svém osobním vztahu k víře se vyjádřil stručně a jasně: *„Víra pro mě znamená, že nekradu a chci lidem dělat dobro.“ (Respondent 4).*

Ostatní senioři jsou nevěřící: *„Ne, já věřící nejsem. Není důležitý, kdo jaký náboženství vyznává, ale jak se chová v práci, v životě a v rodině...“ (Respondent 1).* Tohoto seniora dané téma poměrně zaujalo a ještě dodal: *„Jak říká Dalajláma, není vyššího náboženství, než je pravda...“ (Respondent 1).*

Muži - senioři netíhnou k náboženství tolik jako vybrané ženy, síla víry tedy není tak důležitá v tom, zda má člověk ve stáří ještě důvody k aktivnímu životu.

10 DISKUSE

Při zpomalování stárnutí bývají uváděny jako rozhodující tři základní faktory (Štílec 2004: 14):

- zlepšení kvality výživy a snížení celkového objemu konzumovaných potravin
- přiměřený rozsah obecných aktivit (duševních i pracovních)
- odpovídající objem tělesných a relaxačních cvičení

U seniorů, kteří spolupracovali v rozhovorech, jsem čekala výsledky, potvrzující existenci těchto tří faktorů. Jasně se prokázala jen jedna skutečnost, a to rozsah obecných aktivit, díky kterým byli tito respondenti vybráni. Co se týče kvality výživy, výsledky rozhodně neodpovídaly zdravým stravovacím návykům. Ženy se sice podle svých slov o zdravou stravu snaží, ale z jistých, mnou nezjištěných důvodů se jim to ve většině případů nedaří. Muži rovnou přiznali, že jí vyloženě nezdravě a měnit to nehodlají. Ke sportu ale mají mnohem lepší vztah než ženy, které dávají přednost spíše studiu a rozvoji psychické stránky člověka. Ženy se také cítí být více unavené a nemocné, často se doteď intenzivně starají o členy rodiny a i k tomu ještě přibírají volnočasové aktivity. Z mého pohledu z žen vyzařovala jistá hrdost na to, že jsou i ve svém věku aktivní, a že toho za život tolik stihly, naopak muži na mě působili více vyrovnaně, nijak víc nerozvíjeli svou minulost ani současnost, nevyjadřovali se tak emocionálně jako ženy, u kterých na mě často doléhal pocit, že po mě nepřímo vyžadují uznání za jejich aktivity. Z rozhovorů se nepotvrdila ani myšlenka, kterou ve své knize uvádí L. Bočková (Bočková et al. 2011: 72), že ženy jsou na důchod lépe připraveny než muži, neboť zastávají domácí práce a pečují o vnoučata, zatímco muži se většinou věnují až do důchodu nejvíce práci, která s nástupem do penze končí. Částečně lze říci, že je tato věta pravdivá,

ženy skutečně uvedly pestřejší výběr aktivit včetně domácích prací a péče o členy rodiny, avšak nejsem si jistá, zda to ženám vždy prospívá víc než „pouhé“ aktivity mužů. Muži nejsou tak unavení a přepracovaní, dokonce neuvedli ani žádné zdravotní komplikace. Otázkou je, jak hypotéza paní Bočkové platí na důchodce, kteří nejsou aktivní, tam se výsledky možná výrazně liší.

Dále by se dalo říci, že ženy častěji využívají přímo seniorských aktivit prostřednictvím seniorských sdružení, zatímco muži dávají přednost aktivitám, provozovaným samostatně nebo ve sdružení s ostatními lidmi, ne však s omezením na seniory. Skupiny lidí ve sdruženích, která uváděli senioři, bych ve většině případů označila za sekundární. Sekundární skupina je charakterizována tím, že členové získávají ke svým „kolegům“ určitý vztah teprve zprostředkovaně na základě toho, že jsou členy téže skupiny a nikoli tak, že se vztah ke skupině jako celku utváří skrze vztahy k jejím jednotlivým členům, jak je tomu u skupin primárních (Keller 2004: 188). Ženy se příliš nebrání poznávání nových lidí, protože jejich aktivity a členství vypovídají o skupinové zájmové činnosti. Členství mužů se týkalo převážně aktivit, u kterých bez členství není možné je legálně provozovat (střelba, rybaření, myslivost). Aktivní ženy nejspíš budou mít v důchodovém věku víc nově vzniklých kontaktů než aktivní muži.

Rozhovory byly rozhodně nejlepší volbou pro pochopení života aktivních seniorů a pro tvorbu svého osobního názoru pomocí pozorování a osobního kontaktu s respondenty. Jestli však může generace aktivních seniorů tvořit jakousi svébytnou subkulturu, mi ani po tomto výzkumu není zcela jasné. Faktem je, že aktivní senioři skutečně vyhledávají spíše společnost dalších seniorů a že speciálně pro ně vznikají sdružení a kluby. Ať už mají tato sdružení jakýkoliv počet zájemců, důležité je, že vůbec existují. Že si společnost všimla jistých znaků, jenž napovídají, že senioři tvoří určitou nepřímo oddělenou skupinu lidí, kteří své další

uplatnění ve většinové společnosti příliš nenalézají a je pro ně potřeba vytvořit samostatné zájmové programy. Těžko bude senior - sportovec dále sportovat, pokud v cyklistickém spolku budou samí mladí, kteří seniorovi hravě ujedou a těžko bude senior jezdit na turistické zájezdy, kde se na jeho věk nachodí nepřiměřené množství kilometrů v náročném terénu. Společnost tedy nepochybně v aktivních seniorech určitou svébytnost vidí a snaží se ji v mnoha ohledech plně podporovat, neboť tato odlišnost je neodbouratelná a sama o sobě neřešitelná. Subkultura tvoří jedince, kteří se nějakým způsobem odlišují od většinové společnosti, někteří i zcela úmyslně. Aktivní senioři se sice odlišují, avšak oni, na rozdíl od většiny jiných subkultur, vlastně nemají na výběr. V některých aktivitách, které jsou provozovány skupinově, už senioři nemají šanci se zařadit a držet tempo s mladšími, je tedy nutné vytvořit samostatné skupiny, které odpovídají jejich možnostem. Vlastně nevidím rozdíl v seniorech aktivních a pasivních. Obě dvě skupiny jsou omezené svým věkem a obě dvě jsou stářím odlišené od zbytku společnosti, která, ač se věkově liší již od dětství, není nikdy tak fyzicky omezená, jako právě staří lidé. Ti pak zdánlivě tvoří „samostatnou jednotku“, protože se již nemohou zapojovat do aktivního života tak, jako mladší jedinci. A senioři, kteří se přesto rozhodnou nepřestávat s aktivitou a pokračovat v dosavadních činnostech či najít si zájmy nové, pak mají možnost zařadit se do seniorských spolků zaměřených na jejich aktivity. Tyto spolky však nejsou příčinou jejich odlišnosti. Jejich odlišností je pouze věk a s ním spojené zdravotní a pohybové problémy. Samotné kluby jen pomáhají tuto odlišnost překonat, nikoliv ji vytvořit.

11 ZÁVĚR

Hlavním cílem této práce bylo zjistit, zda aktivity dnešních seniorů mohou odpovídat podmínkám, za kterých se daná skupina lidí už označuje za subkulturu. Hypotéza, že subkultura aktivních seniorů skutečně existuje, potvrzena rozhodně nebyla. Počet členství v seniorských institucích je tak nízký, že ho nelze brát jako důkaz existence subkultury. Ani sami senioři neprojevili žádné známky toho, že by se cítili být odlišeni od zbytku společnosti nebo že by se o to alespoň snažili. Svazů pro seniory využívají čistě kvůli svým zájmům, které, pokud to jde, provozují spíše samostatně nebo s přáteli. Vzdělávání v tomto věku je prostřednictvím U3V nejjednodušší, stejně jako sport seniorů vyžaduje menší fyzické nasazení, než jaké praktikují mladší sportovci, a tak dávají důchodci přednost seniorským oddílům. Neobjevila se tedy žádná tendence vědomě se odlišovat od společnosti a tvořit si svébytné seniorské skupiny, ačkoliv se tomu zpočátku tak zdálo, zejména u žen, které jsou častěji členkami seniorských svazů, do kterých mají přístup jen senioři.

12 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- Bočková, L.; Hastrmanová, Š.; Havrdová, E. 2011. *50+ Aktivně: Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut.
- Eriksen, T. H. 2008. *Sociální a kulturní antropologie*. Praha: Portál.
- Gavora, P. 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido.
- Gelder, K.; Thornton, S. 1997. *The subcultures reader*. Londýn/New York: Routledge.
- Geist, B. 1992. *Sociologický slovník*. Praha: Victoria Publishing.
- Giddens, A. 1999. *Sociologie*. Praha: Argo.
- Gruss, P. 2009. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie a celoživotního vývoje*. Praha: Portál.
- Haškovcová H. 1990. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama.
- Hebdige, D. 2012. *Subkultura a styl*. Praha: Dauphin.
- Jandourek, J. 2001. *Sociologický slovník*. Praha: Portál
- Keller, J. 2004. *Úvod do sociologie*. Praha: Slon.
- Maňák, J.; Švec Š.; Švec J. 2005. *Slovník pedagogické metodologie*. Brno: Paido.
- Pergler, P. 1969. *Vybrané techniky sociologického výzkumu*. Praha: Svoboda.
- Petrusek, M. 1996. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum.
- Procházková, S. 2014. „Cvičení pro seniory aneb jak zpomalit stárnutí.“ Plzeňská jednička 22 (1): 21.

Sak, P. 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing.

Smolík, J. 2010. *Subkultury mládeže: Uvedení do problematiky*. Praha: Grada Publishing.

Stuart-Hamilton, I. 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál.

Šedřová K.; Švaříček R. 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.

Štílec, M. 2004. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Praha: Portál.

Česká správa sociálního zabezpečení: Počty důchodů a důchodců za 1. čtvrtletí 2013 [online] [cit. 25. 2. 2014]. Dostupné z: <http://www.cssz.cz/cz/o-cssz/informace/media/tiskove-zpravy/tiskove-zpravy-2013/2013-05-14-pocty-duchodcu-a-duchodu-za-1-ctvrtleti-2013.htm>.

Český statistický úřad: Důchodci a jejich aktivita na trhu práce [online] [cit. 25. 2. 2014]. Dostupné z: <http://www.czso.cz/csu/csu.nsf/ainformace/77D200489915>.

Dobrá praxe: Databáze osvědčených postupů, inspirace pro obce a regiony. Most: venkovní posilovny pro seniory [online] [cit. 1. 3. 2014]. Dostupné z: <http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripky/most-venkovni-posilovny-pro-seniory>.

Dobrá praxe: Databáze osvědčených postupů, inspirace pro obce a regiony. Praha 6: Olympijský den seniorů [online] [cit. 1. 3. 2014]. Dostupné z: <http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripky/praha-6-olympijsky-den-senioru>.

Dobrá praxe: Databáze osvědčených postupů, inspirace pro obce a regiony. Hl. m. Praha: Seniorská míle 2013 [online] [cit. 1. 3. 2014].

Dostupné z: <http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripky/hl-m-praha-seniorska-mile-2013>.

Dobrá praxe: Databáze osvědčených postupů, inspirace pro obce a regiony. Valašské Meziříčí: Šedesát a víc, neznamená nic [online] [cit. 1. 3. 2014]. Dostupné z: <http://www.dobrapraxe.cz/cz/tema/valasske-mezirici-sedesat-a-vic-neznamena-nic>.

Dobrá praxe: Databáze osvědčených postupů, inspirace pro obce a regiony. Plzeň: Akademie třetího věku [online] [cit. 1. 3. 2014]. Dostupné z: <http://www.dobrapraxe.cz/cz/tema/plzen-akademie-tretiho-veku>.

Portál vzdělávání seniorů: Univerzita třetího věku – U3V [online] [cit. 2. 3. 2014]. Dostupné z: <https://e-senior.czu.cz/>.

Dobrá praxe: Databáze osvědčených postupů, inspirace pro obce a regiony. Most: Vzdělávání seniorů v používání PC nabídli úředníci [online] [cit. 2. 3. 2014]. Dostupné z: <http://www.dobrapraxe.cz/cz/stripky/most-vzdelavani-senioru-z-oblasti-it-pomoci-uredniku>.

Gerontologické centrum: Burza seniorů [online] [cit. 2. 3. 2014]. Dostupné z: http://www.gerontocentrum.cz/burza_senioru.

Cestování pro seniory: Novinky [online] [cit. 2. 3. 2014]. Dostupné z: <http://www.cestovaniproseniory.cz/>.

Sociální služby města Plzně: Univerzita třetího věku [online] [cit. 2. 3. 2014]. Dostupné z: <http://socialnisluzby.plzen.eu/oblasti-sluzeb/seniori/poskytovatele-2/univerzita-tretiho-veku.aspx>.

13 RESUMÉ

The aim of my research was find out which factors are important in decision making of old age pensioners. They have to make decision which life they will prefer: active or pasive. The decisive factors are their family relationships, support of near and possibly activity of their wife or husband. Important are also reasons, why they are so active.

Research method was semi-structured interviews with active seniors. For this study I found sixteen respondents who were willing to cooperate. Half were women, half men.

From this research it is obvious that most seniors are active for whole life. It is therefore a continuity of their youth. The activity is not new, it is granted for them. Very few seniors began with activities till in old.

Another aim of this study was to determine whether active pensioners can be a subculture or not. Hovewer, subcultural theory was not confirmed. Seniors do not meet enough characters of subcultures in order to create it. Everywhere there are many associations for active pensioners, but pensioners usually prefer activities with friends or alone. Clubs for seniors visiting especially those, who can not do their hobby without this institution. Existence of seniors's subculture consequently is not probable.

14 PŘÍLOHY

14.1 Příloha 1. Osnova k rozhovoru

ÚVOD

Jsem studentkou 3. ročníku Sociální a kulturní antropologie na ZČU. Vaše odpovědi budou použity při psaní mé bakalářské práce, která se snaží potvrdit či vyvrátit teorii o existenci subkultury aktivních seniorů, dále zjistit důvody, možnosti a důsledky aktivního stárnutí.

OSOBNÍ DOTAZNÍK

- Věk:
- Počet let v důchodu:
- Bydliště (město):
- Dům/byt:
- Počet členů v domácnosti:
- Finanční kategorie:
 - 0 – 9 000
 - 9 000 – 15 000
 - 15 000 a výš

ZÁJMY

- Jaký je váš názor na aktivní způsob života v důchodu? Myslíte si, že aktivních seniorů přibývá? (odůvodnit)
- Jaké jsou vaše hlavní zájmy a koníčky?

- Přetrvávají vaše záliby z mládí, anebo jste se jim začal/a věnovat až v důchodovém věku?
- Co vám přináší? (zlepšují kondici, paměť, dobrou náladu,..)
- Z jakého důvodu se věnujete právě těmto koníčkům? Popište u každého zájmu jeho důvody (zda se jedná o návaznost z mládí, kompenzaci čehosi či hledání něčeho nového atd.)
- Jste členem nějakého sdružení či klubu v oblasti vašich zájmů?

Provádíte vaše aktivity sami nebo s ostatními seniory? (pokud s ostatními, tak v jakém počtu a jak často)

- Kolik peněz vás měsíčně stojí vaše koníčky?
- Brání vám nedostatek financí v nějakém koníčku, který byste jinak rád/a provozoval/a? V jakém?

SOCIÁLNÍ VZTAHY

- Popište vaše vztahy s nejbližšími v rodině
- Kteří příbuzní vás pravidelně navštěvují a jak často?
- Máte vnoučata? Jaký s nimi máte vztah? Jak obohacují váš život?
- Jakým způsobem vás rodina podporuje ve vašich zájmech?
- Žijete v manželství/partnerství?

– Odpověď ANO:

- Popište své pocity z tohoto soužití
- Jak dlouho jste manželé/partneři?
- Jakým způsobem podporuje partner vaše aktivity, co na ně říká?
- Je také aktivním seniorem? Pokud ano, jaké jsou jeho zájmy?

- Odpověď NE:
 - Jak dlouho už nemáte partnera?
 - Z jakého důvodu? (rozvod, smrt...)

ZDRAVÍ

- Máte nějaké zdravotní komplikace? Cítíte se být zdrav/a?
- Jak byste popsal/a vaše stravovací návyky? (případně proč nejíte zdravě?)
- Jak jste na tom s pravidelným pohybem? (i procházky se psem)
- Pečujete nějak o svůj zevnějšek (barvení vlasů, líčení, lak na nehty...)? Jak konkrétně a při jaké příležitosti (neustále nebo jen při slavnostních příležitostech)?
- Toužíte stále po atraktivním vzhledu, nebo už dáváte přednost jiným hodnotám? (jakým?)
- Cítíte se atraktivní a ve formě?

VÍRA

- Hlásíte se k nějakému náboženství? (k jakému)
 - Odpověď ANO:
- Byl/a jste vychováván/a ve věřící rodině, nebo vaše víra přišla až později?
- Co pro vás vaše víra znamená v životě? Co vám přináší?
- Navštěvujete pravidelně nějakou křesťanskou či jinou instituci? (popř. s kým)

ZÁVĚR

Jaké výhody vidíte ve svém aktivním způsobu života?

Máte nějaké připomínky a dotazy k tomuto rozhovoru?