

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta filozofická

Bakalářská práce

**Ovdovělé seniorky (osamocení, způsob života, pomoc
rodiny).**

Tereza Jánská

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta filozofická

Katedra sociologie

Studijní program Sociologie

Studijní obor Sociologie

Bakalářská práce

Ovdovělé seniorky (osamocení, způsob života, pomoc rodiny).

Tereza Jánská

Vedoucí práce:

Prof. PhDr. Hynek Jeřábek, CSc.

Katedra sociologie

Fakulta filozofická Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2019

Prohlašuji, že jsem práci zpracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

Plzeň, duben 2019

Poděkování

Ráda poděkovala prof. PhDr. Hynkovi Jeřábkovi, CSc. za jeho trpělivost a cenné rady při zpracovávání a vedení mé bakalářské práce. Taktéž bych ráda poděkovala i svým participantkám za jejich ochotu a věnovaný čas.

Obsah

Úvod	6
1 Fenomén stáří	8
1.1 Staří nebo nemocní – stáří v optice seniorů + autonomie	9
1.2 Osamocení ve stáří	10
1.2.1 Manželství jako instituce konstruující ohrožení osamocněním	13
2 Sociální vztahy a vazby jako záchranná síť	15
2.1 Rodina – mezigenerační solidarita	15
2.2 Sousedství – sociální vztahy, komunity	17
3 Místo pro život jako pódium interakcí	19
3.1 Životní šance a interakce ovdovělých seniorů v kontextu města	20
3.2 Životní šance a interakce ovdovělých seniorů v kontextu venkova	21
4 Metodika	22
1.1 Metody sběru dat	23
4.2 Kódování a analýza	24
4.3 Etický kodex	25
5 Vlastní zjištění	26
5.1 (Ne)nahraditelnost manžela v době osamocnění, a rodina, sousedé či přátelé v jeho zástupné roli	26
5.2 Pomoc v nouzi, v době osamocnění	31
5.2.1 Pomoc rodiny	31
5.2.2 Sousedská pomoc	36
5.3 Samostatnost protkaná zdravím	39
5.4 Nic se neděje odděleně, aneb jak město/venkov ovlivňuje životní šance seniorek	40
Závěry	42
Seznam použité literatury	44
Resumé	46
Přílohy	47

Úvod

Ve své bakalářské práci se zabývám tématem ovdovělých senierek, jejich osamocení, které zapříčinil odchod manžela. Dále se zabývám způsobem života, na který má samotné osamocení vliv, a pomocí rodiny, rozšířenou ještě o pomoc sousedskou a pomoc přátel.

Ovdovění je jedním ze zásadních a neodmyslitelných milníků života. Často máme tuto demografickou událost spjatou s vyšším, již seniorským věkem a v průběhu života se na samotné osamocení snažíme připravit. Avšak tato událost zasáhne člověka velmi hluboko a otřese jím jako zemětřesení o té největší síle RichtEROVY stupnice. O to silnější má tato událost dopad, pokud se stane člověku mladému, který tento stav osamocení ještě ani očekávat „nemůže“. Proto bychom také mohli mladé ovdovělé více litovat a emočně s nimi soucítit. Největší zpřítomnění této skutečnosti však čeká ovdovělé seniory, kteří prožívají přítomnost smrti každý den. Jak tedy vnímáme ovdovění u seniorů? Můžeme ovdovění brát jako součást života a říct si, že senioři musí být s osamocení smířeni a již připraveni. Avšak reflexe samotnými ovdovělými seniory může být poněkud odlišná. V této práci se na tuto reflexi zaměřuji, stejně tak na konotace ovdovění, které můžou mít různé, často i negativní dopady na jejich budoucí život nebo vztahy jak s rodinou, tak s přáteli. Nejohroženější skupinou jsou pak zejména ženy seniorky, které se dožívají vyššího věku než muži, a tak se stávají vdovami častěji než muži vdovci.

Podíváme-li se na data Českého statistického úřadu, zveřejněná z roku 2016, zjistíme, že ovdovělých žen je v českém prostředí 13,5 %, zatímco ovdovělí muži představují pouze 2,9 % naší populace. Tato skutečnost mě vedla k zaměření se právě na ženy, ovdovělé seniorky, a na jejich zkušenosti, zaměřujíc se na osamocení, které formuje jejich pozdější životní šance, a život obecně.

Cíl této práce zaměřuji na zkušenost a zvládnání osamocení ovdovělými seniorkami. Tento fenomén proplétám i mezigeneračními, rodinnými a dalšími typy vztahů. Dále se zaměřuji i na strategie zastoupení funkce manžela, které během této fáze života seniorky používají ke zmírnění deprivace osamocení.

Během své práce se tedy pokouším odpovědět na otázky:

a) „Jak pocit osamocení formuje život a životní šance ovdovělých senierek?“

b) „Jak toto osamocení ovlivňuje vnímání solidarity a vztahy mezi ovdovělou seniorkou, její rodinou a přáteli/sousedy?“

c) „Jak je prožívání osamocení ovlivněno kontextem města a venkova a jejich odlišnými šancemi pro život?“

Práce je rozdělena do dvou částí, a to na část teoretickou a empirickou. V teoretické části se zabývám objasněním osamocení. Teoretickou část jsem rozčlenila na 3 kapitoly. První kapitola se týká vnímání stáří seniory, které později dopadá na jejich osamocení, zvládání osamocení a na jejich budoucí život. Ve druhé kapitole řeším sociální interakce, které mohou ovdovělé seniorky mít, a které mohou sloužit i jako pomoc při ovdovění a zvládání osamocení. Třetí kapitola se zaměřuje na kontexty města a venkova, ve kterém tyto interakce a životy seniorů probíhají.

V empirické části se věnuji metodám sběru dat, kódování a jejich analýze, tedy postupu, jakým jsem svůj výzkum postupně realizovala. Taktéž zde blíže představuji, jaké jsou aspirace této práce, jaký je její cíl, a kdo bude předmětem mého zkoumání. Po představení cíle a postupu realizace mého výzkumu přecházím k samotným výpovědím zapojených participantek, a ke zjištěním, zaměřená na zvládání jejich osamocení a způsob života, který mi samy odkryly. V poslední části mé bakalářské práce se věnuji závěrům a vyhodnocování těchto výsledků.

1 Fenomén stáří

Stáří je velký společenský fenomén. Je také multidimenzionálním jevem [Pacovský 1990, 30], proto jeho konotace prolínají různými dimenzemi sociálního života lidí. Od stáří můžeme odvozovat spokojenost člověka, jeho autonomii, sociální vztahy, a to jak mezigenerační, mezi jím a rodinou, tak sociální, např. mezi sousedy nebo přáteli, dokonce podle některých autorů i zdraví člověka.

Stáří je těžké vymezit. Jinak je vnímáno společností, odborníky, a jinak samotnými seniory. Podle Možného, byly životní fáze dané, a dějinně i sociálně neměnné [Možný 1998, 263]. Pokud se však podíváme do současnosti, stáří je vnímáno spíše jako sociální konstrukt [Haškovcová 2010, Sýkorová 2007].

Pacovský [1990] o stáří říká, že se jedná o poslední ontogenetickou etapu života člověka. Dodává, že se stáří od jiných vývojových stádií odlišuje biologickými aspekty, které sebou přináší [Pacovský 1990, 29].

Pokud se na stáří zeptáme samotných seniorů, je to velmi relativní a subjektivní pojem. Dana Sýkorová [2007] ve své práci ukazuje, že stáří je seniory vnímáno primárně skrze jejich zdravotní stav [Sýkorová 2007, 54-63]. Pokud se senior těší dobrému zdraví, ani sám sebe jako starého nevnímá. Často se senioři také distancují od chronologického věku. Stáří sice spojují s vyšším chronologickým věkem, zároveň však argumentují tím, že se cítí ještě mladí a věk je pouze „na papíru“. Obecně se častěji za staré považují spíše ženy a nejširší skupinou považující se za staré jsou ovdovělí senioři/seniorky [Sýkorová 2007, 54; Haškovcová 2010, 23]. Ti jsou ve všech kontextech nejrizikovější skupinou a nejohroženější i ve ztrátě své vlastní autonomie.

Ztráta partnera je jednou z rolových ztrát, která má velký podíl na pocitu stáří, a která je významnou známkou stáří. Ženy jsou častěji k těmto rolím připoutány, a může u nich dojít až k vytvoření určité spoluzávislosti, která jim poskytuje pocit bezpečí, a její ztráta se pro ně stává ohrožující [Giddens 2012, 100]. Každodenně tak seniorům připomíná, že život jednou skončí, a nese s sebou uvědomění, že i jim se život krátí [Sýkorová 2007, 56].

1.1 Staří nebo nemocní – stáří v optice seniorů + autonomie

Pokud se bavíme o stáří, nemůžeme opomenout vnímání stáří samotnými seniory, ani se tak vyhnout otázce zdraví. Senioři vnímají svoji způsobilost právě skrze svůj zdravotní stav. Jak můžeme připomenout, podle Sýkorové [2007] v přemýšlení o stáří zdůrazňují právě svoji zdravotní stránku a svoji fyzickou soběstačnost. Zdravotní stav je pro ně po této stránce zásadně rozhodující.

Pokud se senioři těší dobrému zdraví, ani sobě nepřipisují tak vysoký věk. Velmi často na otázky stáří odpovídají odpověďmi typu „*dokud ještě mohu, necítím se stará*“, „*když jsme zdraví, jsme ještě mladí*“ nebo „*...Když se cítím zdravá, nepřipouštím si věk, když je nějaký neduh, tak to musí být*“ [Sýkorová 2007, 54]. Zároveň si však uvědomují i zdravotní komplikace, které se se stářím pojí, jak o tom vypovídá jedna žena „*...Celkově, s věkem si tak připadám, cítím se unavená, někdy jsem bez nálady*“, „*mít na to věk, abych trpěl, trpěla zdravotními potížemi, nemocemi*“, nebo „*nepředstírám zdraví, sílu, tak jak přicházejí léta, tomu musí být uměřený život. Starší člověk má nemoci, to je přirozené*“ [Sýkorová 2007, 54-55].

Dále stáří spojují taktéž s fyzickou soběstačností, fyzickým nebo duševním zdravím, kolísáním mezi pocitem mládí a stáří, které přičítají senioři času, mobilitě, nebo fyzickému chátrání těla [Sýkorová 2007, 54-58].

Na toto hodnocení - jak vnímat stáří, upozornila ve výzkumu Sýkorové respondentka „*...snad podle vzhledu, kdo má vrásky, šediny a hůlku a tlusté brýle_ A taky, komu to už nemyslí a předtím mu to myslelo. A kdo je cítit stařešinou – kdo smrdí*“ [Sýkorová 2007, 58].

Ve vnímání stáří seniorů jejich dětmi je důležitá vzájemná znalost seniora s jeho potomkem a efekt souběžného stárnutí. To znamená, že stárne senior i potomek, a kvůli svému vlastnímu stárnutí se potomek na seniora nedívá jako na stále staršího člověka. Stárnutí tak nevnímá. Zároveň vyzdvihují taktéž zdravotní stav seniora a jeho samostatnost, která se zdravotním stavem jedince úzce souvisí. Tedy „*Pokud jsou rodiče stále relativně zdraví, a tudíž soběstační, navíc vitální, plní zájmu o dění kolem sebe, jsou-li „mladí uvnitř“ a sami si stáří nepřipouštějí, dokáží vychutnat přítomnost, plánovat do budoucnosti a věnují se aktivitám jako dříve – pak v očích dětí nejsou staří*“ [Sýkorová 2007, 63]. Je důležité, aby potomci vnímali seniora jako stále zdravého, který se o sebe dokáže postarat sám. Senioři hodnotí jejich potomci ve vztahu ke stáří, ale stále kritičtěji než oni samotní [Sýkorová 2007, 64].

Senioři tedy v přemýšlení o stáří kladou největší důraz na svůj zdravotní stav. Od toho formují dále své pozdější aktivity, vztahy nebo svou životní spokojenost. Jak je to ale s jejich autonomií? Jak důležitou roli připisují senioři zdravotnímu stavu, pokud se bavíme o tomto fenoménu?

Ve stejné knize autorka Dana Sýkorová ilustruje i tento fenomén. Důležitou součástí autonomie je fyzická a finanční soběstačnost. Ta je podstatná pro vnímání samotných seniorů. Jedním z jejích aspektů je absence pomoci druhých. Pro seniora ve strategii udržení vlastní autonomie je důležité zvládat každodennost života sám za sebe, bez pomoci druhých. Zdůrazňují, že nechtějí být nikomu „na obtíž“, nebo nechtějí nikoho otravovat se svými problémy [Sýkorová 2007, 85]. To se nese ruku v ruce se zdravím seniorů. Pokud jsou senioři zdraví, také se o sebe zvládají i sami postarat. Postupně se tato oblast věcí, které si senioři zvládají udělat sami, zužuje, a tím se zužuje i jejich vnímání soběstačnosti nejdříve z veškerých aktivit, později pouze na elementární osobní aktivity. Pokud však stále zvládají plnit tento úzký okruh, nejsou na autonomii kráceni.

Dalším důležitým aspektem autonomie je pro seniory svoboda, a to převážně svoboda rozhodování nebo svoboda názoru [Sýkorová 2007, 86].

Ve vnímání autonomie panují rozdíly také mezi pohlavími. Ženy jsou stereotypně vnímané jako pečovatelky, a to ve smyslu péče o členy rodiny, tak péči o sdílenou domácnost. To má později vliv i na jejich vnímání autonomie, kterou spojují více se schopností zvládat vše samostatně, bez cizí pomoci. Muži jsou zato spojováni s mocí, autoritou, nebo s prosazováním vlastní svobodné vůle, a také díky tomuto vlivu prožívají svoji autonomii spíše směrem k osobní svobodě [Sýkorová 2007, 87].

1.2 Osamocení ve stáří

Ztráta partnera s sebou přináší jeden z nejzásadnějších momentů života seniorů/seniorek a nutnost změny v jejich životních strategiích. Smrt je v naší společnosti tématem, o kterém se moc často nehovoří, téměř jako by toto téma bylo tabu. Vyvolává v nás silně negativní emoce, které si převážně chceme nechat pro sebe, s nikým je nesdílet, a nejlépe je schovat někam opravdu hluboko a daleko, aby se v nás již nikdy neprojevil a smutek byl jen dávným odrazem štěstí. Bohužel se ale těmto emocím nelze vyhýbat. Pokud je pohřbíme někde hluboko uvnitř sebe, vždy se vynoří

nějaká situace, která nechá smutek vyplavat napovrch, a pokaždé se stále silnější intenzitou. A smrt je jistotou hlubokého smutku. Každý člověk, každý den, musí čelit konečnosti dní svých, i dní svých blízkých nebo známých [Nešporová 2009].

Nejsilnější zpřítomnění této skutečnosti nás čeká, pokud se se smrtí setkáváme tváří v tvář. A přesně tomu čelí ovdovělé seniorky dennodenně.

Jak se můžeme dočíst v mnoha textech, ovdovělé seniorky jsou jednou z nejrizikovějších, nejohroženějších skupin v naší společnosti. Jsou ohrožené chudobou, protože ztratí podstatnou část příjmu, a také jsou ohrožené větší mírou osamocení. S obrazem smrti je také spojeno jejich sebe hodnocení, hodnocení jejich stáří [Sýkorová 2007].

V České společnosti je poměrně výrazný rozdíl mezi počtem ovdovělých senierek a ovdovělých seniorů. Jak můžeme vidět na grafu č. 1, který zobrazuje poměr ovdovělých žen a mužů, když překročí práh 60 let, rozdíl je opravdu markantní. Ovdovělých žen nad 60 let je ve společnosti 557 834, zatímco mužů jen 115 389.

Pro ilustraci a porovnání jsem vytvořila graf č. 2, který zobrazuje poměr žen a mužů v České republice, a to jak pro populaci nad 60 let, která je cílovou skupinou i této práce, tak pro skupiny nad 70 let a nad 80 let. Na tomto poměru můžeme vidět prohloubení nerovného zastoupení ovdovělých žen a mužů s přibývajícím věkem.

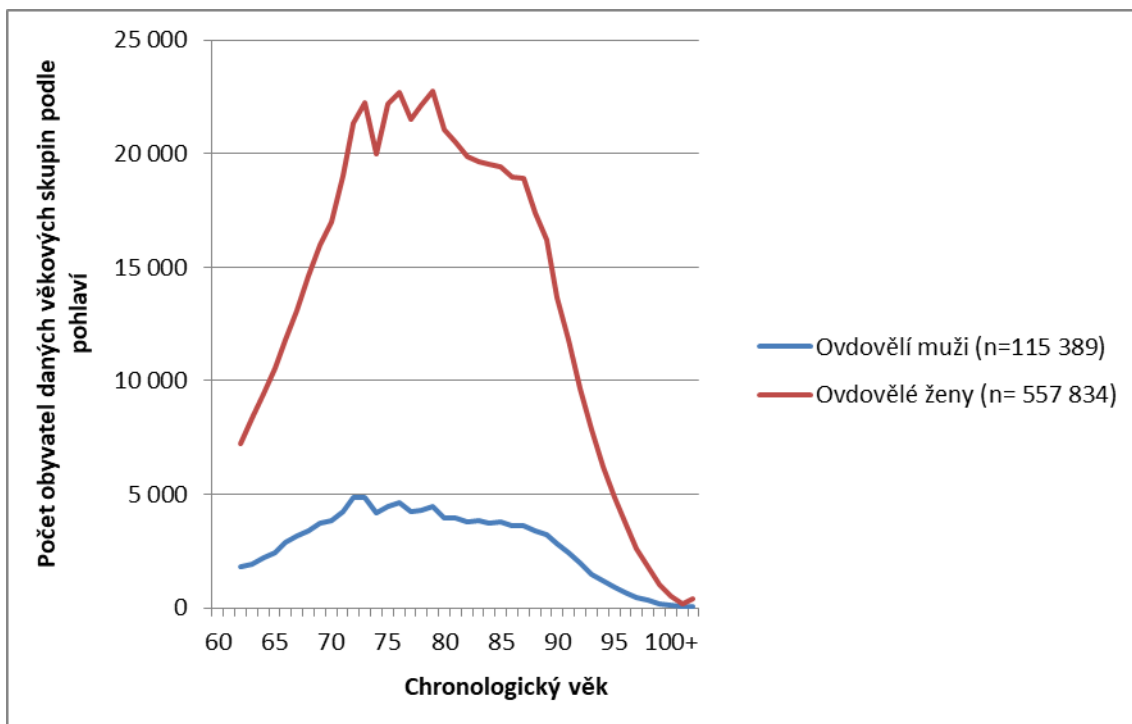
Ovdovělí senioři tvoří 1/4 celkového počtu seniorů nad 60 let, a ovdovělí muži tvoří pouze téměř 1/5 ovdovělých seniorů nad 60 let.

Data jsou aktuální k poslednímu roku, tedy k roku 2017 a jsou využita a zpracována z Českého statistického úřadu.

Kromě výrazné přesily ovdovělých žen, jsou seniorky ohrožené také po finanční stránce. To souvisí s genderově nerovnoměrným platovým ohodnocením, které se po odchodu do penze transformuje na důchod. O platové situaci na trhu práce se zmiňuje i Stínová zpráva z roku 2015. Ta uvádí, že muži a ženy jsou odměňováni jinými platovými podmínkami za odvedení stejné práce [Stínová zpráva 2015, 27-28].

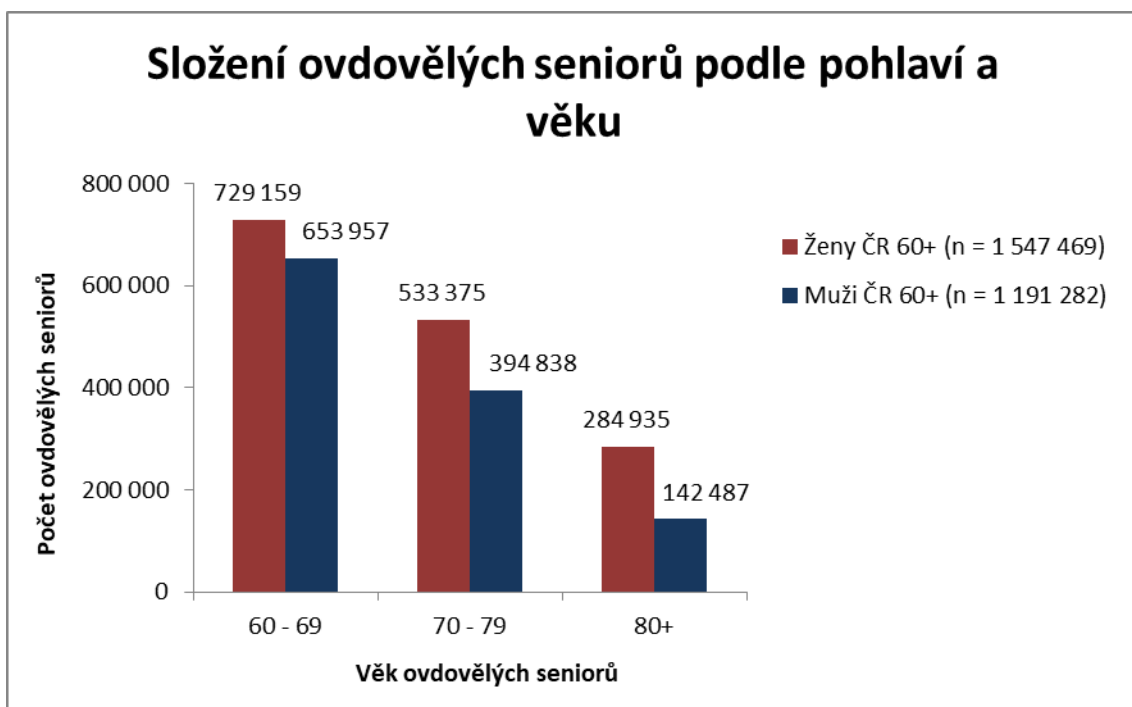
Ovdovění je jedním z klíčových momentů seniorského života žen. Formuje jejich životní plány, jejich jistoty, přemýšlení o budoucnosti, dokonce i to, jakým způsobem uvažují tyto ženy o sobě samých.

Graf č. 1: Zobrazení poměru ovdovělých žen a mužů nad 60 let v České republice



Zdroj dat: ČSÚ 2019, vlastní zpracování

Graf č. 2: Složení ovdovělých seniorů v české společnosti podle pohlaví a věku



Zdroj dat: ČSÚ 2019, vlastní zpracování

Tato skutečnost je jedním z důvodů, proč jsou ohroženy více starší ženy, a proč se v této práci zaměříme právě na ovdovělé ženy, seniorky.

Každý člověk je jedinečný, a tak i seniorky mají různé strategie, jak se s touto životní změnou vypořádat. Často se snaží zapomenout tím, že svůj čas vyplní novými aktivitami, nebo změni svůj styl života.

Nejradikálnější strategií je taková, kterou Hasmanová Marhánková [2012] pojmenovala volbou důsledného úniku. V rámci této strategie seniorka opouští veškeré věci, které jí připomínají její bolest a ztrátu manžela. Kromě opouštění těchto nešťastných věcí mění seniorky i prostředí, bydliště nebo hledání nových sociálních kontaktů a nových přátel.

V šetření Hasmanové Marhánkové volila převážná většina jejích respondentek strategii „změny směru“. Tato méně invazivní strategie hledala odreagování v nových aktivitách a činnostech, které změni původní obsahy jejich života [Hasmanová, Marhánková, Kreidl [eds.] 2012, 202-204].

Ztráta milovaného partnera a manžela může mít na seniorky velmi negativní účinky. Možnosti, které seniorky volí, ukazují potřebu zapomenout na bolestivou ztrátu partnera, tedy můžeme předpokládat, že jejich manželství za života partnera bylo pevné, a proto má tak silný vliv na jejich vypořádání se se ztrátou a pozdější život. Jak se zdá, manželství je tedy důležitým aspektem života seniorek a ztráta této instituce vyvolává v seniorkách pocit nejistoty a marnosti.

1.2.1 Manželství jako instituce konstruuující ohrožení osamocněním

Manželství je jednou ze sociálních institucí, která přináší jedinci určitou životní jistotu. Její význam však nemusí být pro každého stejný. Zatímco jeden může spatřovat pozitiva manželství v jeho funkčnosti, druhý bude vyzdvihoval emocionální ukotvení a lásku ke druhému člověku, a tím i určitou emoční stabilitu. Tyto názory se neliší pouze mezi jednotlivci, ale taktéž napříč prostorem a časem. Otázkou tedy je, jak přemýšlíme o manželství, a co formuje toto myšlení?

Giddens [2000] ve své knize Unikající svět mluví o proměně rodiny. Dřívější zvyk, kdy rodina byla převážně ekonomickou entitou, se začal transformovat, postupně se od této ekonomické smlouvy začalo upouštět a manželství začalo být vnímáno jako

akt lásky. Podstatou manželství je tedy romantická láska, která není tak starým fenoménem [Giddens 2000, 76]. Tato proměna se začala formovat, když se do centra dění dostal místo této funkční jednotky pár, tedy partnerství muže a ženy. Změna přišla s postupným zmenšováním ekonomické role rodiny a stále se zvyšující důležitosti lásky a sexuální přitažlivosti mezi mužem a ženou v hledání potenciálního partnera, i v manželství. S tím přichází i značná významnost intimity nebo emocionální komunikace v partnerství [Giddens 2000, 77]. Intimita nahrazuje starší tradiční pouta ve 3 hlavních rovinách; v oblasti sexuálních a milostných vztahů, vztahů mezi rodiči a dětmi, a přátelství [Giddens 2000, 79], které podstatným způsobem staví na demokratických principech jako je např. rovnost nebo otevřenost [Giddens 2000, 80-84]

Manželství by později mohlo být příčinou prohloubení smutku po ztrátě partnera, a tento hluboký smutek by mohl vést k prohloubení pocíťovaného osamocení.

Jako protipól romantické lásky bychom mohli vyzdvihnout rychle narůstající sílu individualizace, která se šíří pod všudypřítomnou fluiditou sociálních aspektů, jak poukazuje Zygmunt Bauman v *Tekuté modernitě* [2002]. Její vliv lze snadno demonstrovat na jejích důsledcích na trhu práce, kde se zvyšuje aktivita žen, rozšíření nesezdaných soužití, odkládání rodičovství, rostoucí počet rozvodů nebo právě v ústupu významu instituce manželství. Individualizace se do 20. století týkala pouze mužů, ale po 20. století se začíná týkat také žen, a později i dětí. Podle Becka se v procesu individualizace problematizuje samotný život jedince, protože s přibývajícimi možnostmi se život lidí stává stále složitějším. Člověk tak ztrácí svou stabilitu a pevné zakotvení ve společnosti. Individualizaci nelze hodnotit čistě negativně, protože se v ní prolínají vlivy jak negativní, tak ale i pozitivní. Pozitivní vlivy se ubírají směrem k jednotlivci. Týkají se možnosti svobodného rozhodování a svobody obecně, která s sebou však nutně nese pocit nejistoty, který může být některými vnímán jako riziko nebo ohrožení. Tím se posouváme k negativním dopadům individualizace. Ve světle svobody a důrazu na jednotlivce je individualismus vnímán jako oslabení jednoty a integrity společnosti, a to důsledkem prisuzování většího významu samotné svobody než stability [Dudová, Vohlídalová 2005, 1-3].

Ztrátou pevnosti vztahů vlivem individualizace by mohlo být osamocení seniorů pak lépe snesitelné a pro ovdovělé seniorky nadějí pro snazší vyrovnání se se ztrátou partnera.

2 Sociální vztahy a vazby jako záchranná síť

Sociální vztahy a vazby jsou důležité jako pomoc seniorům v rovině emocionální a napomáhají k udržení autonomie, soběstačnosti seniorů. Pomocnou ruku mohou senioři najít u své rodiny, která je v jejich hledáčku často na prvním místě, ale i u přátel, nebo v sousedství.

Jak upozorňuje Kuchařová [2002], nejčastějším poskytovatelem pomoci je rodina, která svou pomoc nejčastěji projevuje emocionální nebo psychickou podporou [Kuchařová 2002].

Mimo rodinu jsou to také sousedé a další členové komunity, kteří zahrnují např. známé, přátele nebo obsluhu v místních službách, kteří poskytují významnou pomoc a sociální podporu, při řešení různých problémů seniory [Sýkorová 2007]. Tyto vztahy však s přibývajícím věkem slábnou, zejména u mužů [Řeháková 2003].

Blízké vztahy seniorů mají blahodárný dopad na kvalitu jejich života, i na samotné zdraví seniorů [Matoušek 2003, cit. dle Jeřábek a kol. 2013, 189].

Na poli sociálních vztahů, spokojenost seniorů významně ovlivňuje prostředí domova. Domov je místo, kde probíhají intimní interakce mezi lidmi, kteří mezi sebou mají blízké sociální vztahy, které trvají. Podle Rowles a Ravdal [2002: 88] existuje domov ve třech rovinách – v rovině domova fyzického, osobního a sociálního. Jeho hlavní charakteristikou a významem pro jedince je pocit bezpečí. O tom svědčí i poznámka Lawtona [1989: 153], který domov propojil se stářím a zdůraznil, že „domov je maximalizovaná autonomie“ [Rowles, Ravdal 2002, Lawton 1989, cit. dle Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 25].

Můžeme tedy předpokládat, že ovdovělé seniorky by mohly najít útočiště ve svém osamocení v rodinných, přátelských a sousedských vztazích, těšit se lepšímu zdraví, a nebyt tak kráceny na své autonomii.

2.1 Rodina – mezigenerační solidarita

Anthony Giddens [2000] označuje rodinu za „skořápkovou instituci“. Tento pojem popisuje instituce, které mají stále stejnou skořáčku nebo svůj obal, tedy to, co je navrchu, avšak její obsahy se v čase mění. Stejně jako se mění skořápkové instituce, se průběhem historie změnila i podoba rodiny. V tradiční společnosti převládal model

vícegenerační rodiny. V současné době se vícegenerační model rodiny neztratil, avšak převládá spíše model menší rodiny, nukleární, který vznikl rozpadem vícegenerační rodiny. Kromě těchto typů rodin, je rodinná struktura v současné době velmi rozmanitá. Rodiny mohou mít např. podobu dvougeneračního rodinného seskupení, nebo až dokonce čtyřgeneračního rodinného seskupení [Haškovcová 2010, 52].

Uvnitř těchto rodinných seskupení probíhají jednotlivé interakce mezi členy rodiny a tvoří podobu sítě velmi silných vazeb.

Starý člověk má v rodině několik úloh. Poskytuje materiální pomoc mladším členům své rodiny, prokazuje stále zájem o rodinné problémy, a zároveň očekává takový zájem i o svou osobu [Haškovcová 2010, 53]. To se prokazuje i v péči o seniory „na stará kolena“. S přibývajícím věkem seniorům přibývá zdravotních neduhů, které s sebou nesou potřebu péče, kdy tuto úlohu plní velice často jejich děti, jejich potomci [Haškovcová 2010, 54]. Zde se ukazují rozdílné životní, rodinné strategie, a to jak u seniorek, které žijí v samostatné domácnosti, tak i u seniorek žijících ve sdílené domácnosti.

Základním předpokladem rodinných vazeb jsou tři teorie v mezigenerační solidaritě v péči o seniory. Tyto teorie jsou teorií reciproční, teorií závazku a vztahovou teorií.

Reciproční teorie je založena na principu soudržnosti. Předpokládá poskytovanou a získávanou pomoc vytvářenou na základě reciprocity uvnitř rodiny, kterou mají její členové normativně zakotvenou. Podle ní děti vnímají jako povinnost pomoci rodičům v případě nutnosti, pokud jim jejich rodiče poskytovali taktéž pomoc (tzn. např. obživu nebo ochranu) během jejich dětství. Narušením reciprocity vzniká uvnitř rodiny konflikt, a u dětí pocit viny.

Teorie závazku vychází z pocitu odpovědnosti postarat se o své rodiče, který je kulturně a morálně zakotven. Můžeme rozlišit dva koncepty, a to povinnosti dítěte a závazek vůči rodičům. Tato teorie tedy pojednává o mravní povinnosti a její forma se v různých společnostech mění.

Třetí, vztahová teorie nebo také teorie vazby, předpokládá určité vnitřní pouto, emocionální a afektivní vztah mezi rodiči a dětmi. Ochota pečovat o nesoběstačné rodiče je podmíněna láskou, vzájemností nebo pocitem starostlivosti [Jeřábek a kol. 2013, 126-127, Dudová 2015, 20].

2.2 Sousedství – sociální vztahy, komunity

Důležitým místem na poli interakcí je i sousedství, které je důležité jako síť vazeb, která probíhá mezi jednotlivci, tedy i mezi ovdovělými seniorkami.

Sousedství tvoří volné i pevnější vztahy jedinců uvnitř lokální skupiny. Charakterizuje ho pocit sounáležitosti a odlišení od okolí [Musil 1967, Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 23-25]. Podle Musila [1967] se sousedství vyznačuje vztahovou a funkční rovinou, které se současně doplňují.

Sousedem je člověk „...kdo bydlí, žije nebo působí vedle obydlí či působiště někoho jiného, kdo je v jeho těsné blízkosti“ [Havránek et al. 2011, cit. dle Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 87].

Při větší prostorové distanci příbuzných mohou sousedé a sousedské vazby nahrazovat seniorům pomoc rodiny, a to jak v každodenních aktivitách, jako je např. nakupování nebo procházky, tak i v aktivitách instrumentálních [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 87]. Tato pomoc je projevem jisté solidarity, která je součástí sousedských vztahů. Zároveň se vyznačuje i přátelstvím, kdy sousedé sdílejí vzájemnou důvěru a společně tráví volný čas [Turowski 1976 in Musil et al. 1985, cit. dle Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 88].

Největší důvěru sdílejí se sousedy, které znají již řadu let, a kteří jsou původními obyvateli domů. Naopak méně důvěrní jsou k sousedům novým. Ti bývají často mladší a senioři se kvůli tomuto aspektu od nich distancují. Není to však jediný aspekt, proč z těchto typů sousedských vazeb nevznikají přátelství. Určitou roli hraje i fakt, že senioři nemají příležitosti blíže své nové sousedy poznat, a tak tyto vztahy často končí na ceremoniální bázi [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 95].

Sousedství může mít dopady i na vnímání vlastní autonomie a sebepojetí. V kontextu činností, které jsou se sousedstvím spojené, může dojít k posílení pocitu jistoty, osobního bezpečí a udržení pocitu užitečnosti [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 96].

Sociální sítě jsou ale rozprostřeny i mimo tento okruh sousedství. Tvoří ho přátelé odjinud nebo členové různých sociálních komunit, jako je např. klub pro seniory [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 95].

Životní spokojenost seniorů je závislá na blízkosti vztahů jak mezi členy rodiny, tak v sousedství. Ohroženější skupinou jsou osamělí (ovdovělí) senioři, kteří mají větší riziko ztráty soběstačnosti a vlastní autonomie [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 46].

Sousedská blízkost se mění napříč typem bydlení, přičemž menší sousedskou blízkost pocítují senioři žijící v bytech a nízkorozpočtových domácnostech, i mezi jednotlivými městy [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 99].

Důležité sousedské vazby, charakteristické setkáváním a pomocí, se projevují jako podpůrná síť, která překonává omezení seniorů a ovlivňuje jejich každodenní mobilitu a dostupnost služeb [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 101]. Mobilita je ovlivněna i městským prostředím, zejména pak dostupností veřejné dopravy, která seniorům umožňuje lepší dostupnost zejména služeb [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 2013, 120-122].

3 Místo pro život jako pódium interakcí

Pokud hovoříme o ovdovělých seniorkách, nemůžeme opomenout kontext místa pro život, ve kterém senioři žijí, a který se jich přímo dotýká. Téměř veškeré interakce, vztahy či aktivity, se totiž odehrávají v místě/prostoru a čase. Toto místo, které může představovat město nebo venkov, je podle demografů prostorem fyzickým, a dále může představovat sousedství či domov, má dopady jak na spokojenost seniorů, jejich sociální vztahy, tak ale i na jejich osobní autonomii. Vztahy a interakce, které se v rámci místa života odehrávají, jsou v centru optiky této práce.

PROSTOR

Prostor představuje určitou část teritoria, která zahrnuje věci, přírodní artefakty nebo lidi. Podle Benka a Strohmayera [1997] je fyzický prostor “faktorem sociální produkce“ a podle Dear a Flusty [2001] rámuje činnosti lidí, jejich existence i setkávání. Tímto způsobem jsou ovlivněny lidské interakce a jejich vztahy, zároveň však dochází k opačnému směru působení, tedy že lidé tento prostor zpětně ovlivňují [Gieryn 2000, McDowell 2002, Musil 2006, cit dle Vidovičová, Gregorová 2010, Vidovičová, Gregorová 2010]. Dochází tak k produkci a reprodukci [Benko, Strohmayer, 1997] a fyzický prostor se stává součástí lokální identity těchto jedinců [Vidovičová, Galčanová, Petrová Kafková, Sýkorová 201323].

Ve vztahu jedinců, který se v rámci tohoto prostoru odehrává, jsou důležité pojmy jako „blízkost“ a „distance“ [Wahl, Lang 2004]. Prostřednictvím získané sociální zkušenosti se z prostoru stává místo, v němž se odehrávají sociální interakce nebo aktivity jedinců.

Důležitou roli v životních šancích seniorů hraje město a venkov. I když je podle Giddense [1999] tato úroveň jedna z nejvýznamnějších a má potenciál dynamických změn v postmoderní společnosti, v českém prostředí se tématům jako město, venkov či sousedství gerontosociologové věnují pouze okrajově [Giddens 1999, cit. dle Vidovičová, Gregorová 2010, Vidovičová, Gregorová 2010, 83].

3.1 Životní šance a interakce ovdovělých seniorů v kontextu města

Birren [1969] pojímá životní prostor v kontextu města skrze jeho fyzické, sociální a psychologické působení na život jedince. Městské prostory, veřejná místa či architektura se pak podílejí na formování urbánní identity [Vidovičová, Galčanová, Sýkorová 2013, 24]. Město představuje fyzický prostor, v rámci kterého se odehrávají interakce na poli politických, sociálních institucí se symbolickými a kulturními konotacemi [Vidovičová, Galčanová, Sýkorová 2013, 24]. Kvalitu života lidí, žijících uvnitř měst ovlivňují specifické životní podmínky, které tento prostor může produkovat. Tyto podmínky mohou působit přímo či nepřímo a podporují kvalitu života a stárnutí na straně jedné, zatímco na straně druhé kvalitu života ohrožují nebo snižují, a to zejména u seniorů. Podporu mohou zprostředkovávat podle Smith [2009] prvky, které usnadňují přístup k potřebám každodenního života. Mezi tyto prvky zahrnuje především lepší dostupnost obchodů a služeb. Naopak zhoršení kvality života hrozí zejména seniorům, kteří jsou ohroženi sociální exkluzí [Smith 2009 cit. dle Vidovičová, Gregorová 2010, 83].

Senioři žijí celý život převážně na jednom místě, nebo se pohybují v jeho blízkém okolí. Pro české seniory je tímto místem zejména urbanizovaný prostor, tedy město. Emoční svázanost s jejich domovy můžeme reflektovat v textech Vidovičové a Gregorové [2010] nebo Dany Sýkorové [2012]. Proto senioři také pociťují větší míru stresu z obavy, že o své domovy přijdou. Kromě jejich závislosti na známém prostředí, ve kterém pociťují jednu ze svých životních jistot, jsou senioři stresováni i radikálními změnami městského prostoru, zejména kvůli jejich věku [Sýkorová 2012], snížené adaptabilitě na nové prostředí, nebo především důsledkem snižování jejich prostorové mobility, která se neustále prohlubuje díky ztrátě tradičních důvodů ke změně bydliště [Vidovičová, Gregorová 2010, 81].

Zároveň čelí senioři neustálému tlaku a strachu z možné nutnosti budoucího přesídlení. Tento strach souvisí s gentrifikací, tedy postupnou revitalizací prostředí a postupného odsouvání a nahrazování původních obyvatel novými, příjmově silnějšími vrstvami.

Senioři často nemají tolik prostředků, a tak nedokáží držet krok s obnovami města, které souvisí i s některými opatřeními na ochranu životního prostředí, a tak jsou skupinou, která ze svých domovů odchází mezi prvními [Vidovičová, Gregorová 2010].

Zároveň může tento strach figurovat i jako solidarizační prvek. Seniory pojí čelení stejným problémům, kterými může mimo jiné být i ohrožení gentrifikací [Sýkorová 2012, 123].

Čeští senioři gentrifikaci přiřazují větším městům, jako je prostor hlavního města Prahy [Sýkorová 2012, 118]. Zároveň se porovnávají se svými vrstevníky, kdy upozorňují na jedince, kteří na tom jsou hůře. Do této rizikové skupiny řadí hlavně lidi bez životního partnera, tedy ovdovělé, kteří jsou ohroženi vysokými nájmy [Sýkorová 2012, 122].

3.2 Životní šance a interakce ovdovělých seniorů v kontextu venkova

Venkovský prostor je pro formování životních šancí seniorů stejně důležitý jako prostor městský.

Podle Bernard a kol. [2018] se prostor venkova dělí zvláště na 3 kategorie, a to na rozvíjející se bohatou venkovskou oblast, průměrný venkov a periferní venkov, přičemž prostor periferního venkova se vyznačuje různými formami sociálního znevýhodnění [Bernard a kol. 2018, 151]. Mezi těmito typy panují rozdíly v životních šancích a podmínkách obyvatel.

Nejllepší životní spokojenost a šance s sebou přináší prosperující venkov. Tato skutečnost je závislá na blízkosti velkých měst, jelikož jsou tyto oblasti umístěné v jejich zázemí, které sebou přináší i lepší dostupnost. Avšak vztahy mezi komunitou nejsou tak pevné, kvůli odlišným postojům a hodnotám „starousedlíků“ a lidí přistěhovaných z města.

Největší pocit bezpečí a nejsilnější vazby se prokazují na průměrném venkově [Bernard a kol. 2018, 152-153]. Ty jsou důležité při vzájemné pomoci. Tato platforma by tedy mohla být funkční nejen ve výpomoci s rodinou, společné dopravě do práce, ale i v případě osamocení.

Znevýhodnění čelí zejména lidé žijící na periferiích, kde zažívají horší dostupnost služeb a horší příležitosti. Toto limitování jejich životních šancí je zapříčiněno vzdáleností od center, a tedy i jejich horší dostupností [Bernard a kol. 2018, 71]. Kromě těchto příležitostí jsou lidé z periferního venkova ohroženi i na pocitu bezpečí a nevytvářejí tak pevné vztahy uvnitř komunity [Bernard a kol. 2018, 155].

Nelze tedy říci, že stejné šance mají všechny ovdovělé seniorky napříč různými typy venkova. V případě ovdovělých seniorek by tedy tyto skutečnosti mohly vést k prohloubení pocitu osamocení a ztížit tak jeho zvládnání. Spokojenost však závisí na jejich subjektivním vnímání a hodnocení [Bernard a kol. 2018, 154].

4 Metodika

Cílem mé bakalářské práce je ovlivnění vztahů a života seniorek důsledkem osamocení v kontextu města a vesnice, a strategie vypořádání se s tímto jevem, které ovdovělé seniorky volí. Jako výzkumné otázky jsem si zvolila:

- a] „Jak pocit osamocení formuje život a životní šance ovdovělých seniorek?“
- b] „Jak toto osamocení ovlivňuje vnímání solidarity a vztahy mezi ovdovělou seniorkou, její rodinou a přáteli/sousedy?“
- c] „Jak je prožívání osamocení ovlivněno kontextem města a venkova a jejich odlišnými šancemi pro život?“.

Z důvodu vyšší míry ovdovění u žen je má bakalářská práce brána optikou právě ovdovělých seniorek.

V ohnisku mého zájmu byly jejich mezigenerační vztahy v rodině, které jsou postiženy rozpadem manželství. Zde mě zajímalo, jak se rodina přizpůsobuje ztrátě jednoho ze svých členů, zda jsou vůči své matce, ovdovělé seniorce, solidární, zda jí poskytují v případě potřeby dostatečnou pomoc. Kromě toho, jaké volí strategie při pomoci seniorce nebo zda pociťují větší potřebu emocionálního ukotvení v rámci rodiny, když ztrátou partnera seniorka o svoji emocionální jistotu přišla, z pohledu ovdovělé seniorky. Dále mě zajímalo, jaké jsou jejich vztahy se sousedy v blízkém okolí, jako např. v městském panelovém domě, za předpokladu, že zde žijí nebo ve venkovském prostředí, kde často bývá chalupa vedle chalupy, pokud se tedy nebavíme o periferním venkově. Zda jsou tyto vztahy jejich důležitou integrální součástí a fungují jako blízká pomoc při možných problémech, které by za jiných podmínek řešil manžel, či zda jsou pro ně pouze zanedbatelnou součástí života a fungují pouze na ceremoniální bázi.

Kromě vztahů mne zajímalo i samo manželství, jeho prožívání v životě seniorky, určitá závislost na tomto svazku, které je spojená s láskou k milovanému muži nebo

funkce manžela a jeho důležitost pro seniorku, a zda a jakým způsobem je v životech seniorek důležitý i prostor ve kterém žijí pro jejich samostatnost nebo celkovou spokojenost v životě.

1.1 Metody sběru dat

Pro realizaci svého výzkumu jsem využila přístupu kvalitativní metodologie. Pro získání potřebného počtu respondentek jsem vzhledem k citlivosti tématu použila metodu nabalování, nebo také sněhové koule, při které jsem jako hlavní zdroj využila své prarodiče a jejich blízké okolí. Skrze tento výchozí bod jsem se snadněji dostávala k dalším respondentkám. Díky této metodě se mi také dobře dařilo, aby můj vzorek čítal jak respondentky z vesnice, tak z města. Respondentky se tedy často navzájem znaly a právě díky tomu ke mně byly často vstřícnější a nedělalo jim problém mluvit se mnou otevřeně, bez přikreslení, často i projevovat emoce.

Výzkumný vzorek jsem si stanovila na 10 respondentek, přičemž hlavním kritériem bylo vdovství, věk a pohlaví. Vybírala jsem právě ženy v seniorském věku, protože ty v naší společnosti bývají nejčastěji postižené ovdověním. Respondentky se pohybovaly ve věkové hranici od 70 do 89 let. Jako doplňkový zdroj v péči a mezigeneračních vztazích mi posloužily jejich děti, a to jak dcery, tak synové, kterých jsem se doptala pro dotvoření si úplného pohledu na tyto témata.

Pro samotné dotazování respondentek jsem používala formu polostrukturovaných rozhovorů, u kterých jsem si určila základní strukturu témat a náčrt otázek, a zároveň je mohla podle vhodnosti během rozhovoru průběžně upravovat a strukturovat. Tento postup byl přínosný zejména u témat, která byla pro mé respondentky choulostivá a případná změna tématu jim poskytovala potřebné rozptýlení. Metodologii jsem doplnila o standardizované rozhovory s dotazníkem ke změření úrovně samostatnosti nebo naopak závislosti seniorek v základních každodenních životních úkonech, které byly důležité v kontextu mezigenerační péče a solidarity. Samostatnost/závislost jsem měřila podle indexů BADL (Basic Activities of Daily Living) a IADL (Instrumental Activities of Daily Living). Indexem BADL se rozumí samostatnost/závislost seniora při základních denních aktivitách jeho života jako např. příprava, podávání a přijímání stravy nebo péče o tělo, ústa nebo vlasy. Index IADL zjišťuje samostatnost/závislost seniora při jeho zabezpečování

instrumentálních aktivit denního života jako např. komunikace slovní, písemná, neverbální, nakládání s penězi nebo jinými cennostmi nebo běžný úklid v domácnosti. Jako základní parametry pro měření těchto indexů jsem využila dvojici soustav 18 sledovaných ukazatelů podle §9 zákona č. 108/2006 o sociálních službách, zveřejněným Ministerstvem práce a sociálních věcí [2006].

Rozhovory jsem prováděla od prosince 2018 do března 2019, podle možností respondentek. Výběr prostředí, určený pro rozhovor, jsem nechala na respondentkách. Nejjednodušším řešením pro ně bylo dotazování u nich samotných doma, v jejich přirozeném prostředí, kde se cítily nejlépe i vzhledem k citlivosti témat, kterých jsem se během rozhovorů dotýkala. Také jsem se díky tomuto prostředí mohla dozvědět něco málo o jejich ekonomické situaci, a o jejich reálném životě. Jeden rozhovor proběhl formou e-mailu, kvůli zdravotním komplikacím respondentky. Dotazování se časově pohybovalo od 30 do 45 minut.

Před každým rozhovorem jsem se respondentek zeptala na základní informace o nich, tedy na věk, počet a pohlaví jejich dětí, dobu strávenou v manželském svazku a délku doby od manželovy smrti. Odpovědi jsem vždy zaznamenala do záznamového archu.

Během těchto rozhovorů jsem využila diktafon jako zdroj nahrávání, záznamový arch pro zaznamenání zásadních bodů ve výpovědích, a dále také svoji paměť pro dokreslení atmosféry a pocitů dotazovaných respondentek, které se psanou formou zachytit nedají.

4.2 Kódování a analýza

Celé dotazování bylo vždy zaznamenáváno na diktafon. Po dokončení rozhovorů jsem začala s jejich přepisem. Všechny rozhovory jsem přepisovala doslovně, a to včetně hovorových výrazů, odmlk atd., aby byla zachována jejich původní podoba a autenticita. Při přepisování rozhovorů jsem každé ovdovělé seniorce přiřadila jedno fiktivní jméno, aby byla zachována jejich anonymita.

Po přepisu rozhovorů jsem v rozhovorech začala hledat nejčastěji se vyskytující témata, a přiřazovat tak jednotlivým tématům důležitost. Nejdůležitější a nejčastěji se opakující témata jsem si vypsala stranou, a následně jsem k nim přiřazovala jednotlivé

výpovědi mých respondentek. Tak jsem získala přehledný soubor, který mi následně zjednodušil jejich samotnou analýzu.

Pro analyzování rozhovorů jsem využila obsahové tematické analýzy dat. Na jejím základě jsem identifikovala důležitá témata, která se v mých rozhovorech vyskytovala, se kterými jsem později pracovala [Hájek 2014]. Tato analýza mi poskytla oporu, aby se mi lépe dařilo zorganizovat jednotlivá témata, která jsem později řadila do kapitol vlastního zjištění, a v těchto kapitolách důležitá témata detailněji popisovat. Při samotné analýze jsem se soustředila na fenomén osamocení, který formuje život a životní šance ovdovělých senierek, jejich duševní pohodu. Osamocení taktéž ovlivňuje podoby vztahů ovdovělých senierek s jejich rodinou, přáteli nebo sousedy. Zaměřila jsem se tedy na to, jak ovdovělé seniorky prožívají osamocení, které zapříčinila smrt manžela, jak se s ním vypořádávají, jaké využívají prostředky k lepšímu zvládnání tohoto osamocení. Dále jsem se zaměřovala na jejich sociální vztahy, zda se uvnitř těchto vztahů po úmrtí manžela něco změnilo, zda zůstaly stejné, jak fungují při pomoci seniorkám, zda naplňovaly očekávání osamocených senierek o pomoci. Taktéž jsem se soustředila i na jejich samostatnost, která je úzce spojena s jejich zdravím, na to jak formuje pocity osamocení u ovdovělých senierek, jakých pro respondentky nabývá významů, a prostředím, ve kterém se pohybovaly, které bylo kontextem jejich interakcí, a jak seniorky vnímaly možnosti tohoto kontextu, zda se lišily uvnitř města, či vesnice.

4.3 Etický kodex

Před každým rozhovorem jsem respondentkám představila téma své bakalářské práce. Následně jsem je ujistila, že veškeré informace, které se budou jejich rozhovoru týkat, budou sloužit pouze pro účely mé bakalářské práce, a nebudou zneužity a veškeré jejich požadavky budu při zpracovávání své bakalářské práce respektovat. Dále jsem se jich zeptala, zda budou souhlasit s nahráváním rozhovoru na diktafon. Pokud souhlasily, začala jsem rozhovor nahrávat.

Anonymitu jednotlivých respondentek zajišťují fiktivní jména, která jsem jim přiřadila, a díky kterým není jednoznačný autor těchto výpovědí. Veškeré osobní údaje o respondentkách, nahrávky jednotlivých rozhovorů a jejich přepisy slouží pouze pro mou osobu, nikdo jiný k nim nemá přístup. Tato data jsou uložena v elektronické složce v počítačovém zařízení.

5 Vlastní zjištění

Jak jsem již předeslala v předchozí metodologické kapitole, u svých respondentek jsem identifikovala 4 zásadní témata, o kterých se zmiňují všechny respondentky, a která jsou důležitá v životě osamělých ovdovělých žen, senierek. Tyto témata spolu navzájem komunikují, jsou provázaná a ovlivňují se. Hlavním tématem tedy bude manželství, které je pro seniorky důležité při volbě strategie, kterou se vypořádávají se svým osamocněním, pomoc v době osamocnění, rozdělená na pomoc od rodiny, která bývá považována za primární, ke které se člověk obrátí v případě nouze, tak pomoc sousedskou, která může být další záchrannou v případě potřeby. Dalším tématem je samostatnost a zdraví, které udává seniorovi směr jeho života, případně seniora může velmi limitovat v jeho životních šancích. Posledním tématem bude prostor – městský a venkovský, který je obsažen ve všech předchozích tématech, protože veškeré interakce pomoci atd. se odehrávají v místě a čase.

5.1 (Ne)nahraditelnost manžela v době osamocnění, a rodina, sousedé či přátelé v jeho zástupné roli

Manželství se zdá být důležitým determinantem pro spokojený život seniorů, a tedy i jejich sociálního života. Co tedy hrozí, pokud o tuto instituci úmrtím manžela přijdeme? V první řadě záleží, jakou hodnotu významu manželství senioři a seniorky připisují. Jak jsem již poukázala v kapitole „Manželství jako instituce konstruuující ohrožení osamocněním“, v manželství můžeme hledat lásku, která nám přináší emoční uspokojení nebo můžeme i v manželství zůstat individualisty a milovat, ale klást důraz na sebe a svoji svobodu. Tento význam později přenášíme i do doby po rozpadu manželství ovdověním.

V mém vzorku se objevily obě dvě strany významů. Senioři nejsou homogenní skupinou a každý senior je jiný, jedinečný; má jinou povahu [Rabušic 1995]. S tímto svým dílem přispívá povaze manželství a vztahu s partnerem. O tom svědčí i výpověď jedné z mých participantek.

Izabela: „[...] já jsem byla taková jako spíš dominantní, ale já jsem byla už jako vod dětství taková, protože vlastně jsem měla pod sebou ty naše děti, že jo, ty mladší sourozence, a musela jsem je vopatrovat. [...] Takže to já jsem byla vždycky to, vždycky jsem to organizovala, i když teda byl muž, že jo, tak já jsem plánovala naše rodinný dovolený, zařizovala a všechno takhle, jo. [...]“

Povaha seniora a jeho životní preference se projevují i ve vnímání manželství a pozdějšího osamocení.

S manželstvím se proměňuje i míra intimity a závislosti. S příchodem demokratických principů se intimita měnila, a začala stavět na jejích základech. Tato povaha nevypovídá pouze o právu na svobodný a rovný život, ale taktéž i o omezení moci. V osobních vztazích pak demokratické principy uplatňujeme především skrze prosazování vlastního já a svoji autonomii, která dává vztahům hranice [Giddens 2012, 195-199]. Zatímco intimita cílí na vlastní autonomii a integritu manžela, uvnitř svazku dochází i k tzv. spoluzávislosti, tak, jak ji definoval Giddens [2012]. Ta staví na pocitu bezpečí, který přináší druhý člověk. Závislostí se pak může stát i samotný vztah, a ztrátou tohoto partnerství dochází k prohlubování nejistot [Giddens 2012, 99-100].

Neoddělitelnou součástí manželství, tak jak ji převážně vnímají seniorky z mého vzorku dnes, je romantická láska. Láska protkává život manželů, jejich vzájemný vztah. Vytváří silné pouto mezi manželi a určitou míru závislosti na partnerovi. Při realizaci rozhovorů s ovdovělými seniorkami mnohokrát vzpomínka na zesnulého manžela vyvolala silně negativní emoci, která byla spojena právě s láskou, kterou chovaly ke svým zemřelým partnerům. Ovdovělé seniorky projevovaly velkou citlivost, pokud se bavily o době, kdy byl jejich manžel ještě živ, v případě, že mluvily o svém vztahu k partnerovi nebo vztahu partnera k jejich dětem, nebo pokud zmiňovaly různé charakterové vlastnosti svého zemřelého partnera.

Zároveň však můžeme spatřovat záchvěv naděje v jejich samostatnosti a taktéž v individualizaci. I když všechny mé respondentky byly ovlivněné ztrátou partnera a toto soužití jim velmi chybělo, některé z mých participantek spatřovaly lehká pozitiva po ztrátě manžela právě v čase, který získaly tím, že nemusely o své manžely pečovat.

Zdena: „[...] můžu si dělat, co chci, věnovat se čemu chci, nikdo mi do toho nekecá [...].“

Izabela: „[...] Říkám, já jsem se nikdy neměla tak dobře, jako se mam teď. Nic mi nechybí! No dřív jsem musela, teda, i když byl živ muž, tak to bylo pro celou rodinu, ty děti potom potřebovaly mě jako, tak se nemohlo takhle rajzovat, jako můžu teď. Mám teď všechno pro sebe, voni po mně žádný peníze nechtěj [...].“

Zástupnou roli ve strategiích zvládnání osamocení ovdovělými seniorkami hrají jejich koníčky a záliby. Seniorky se často odkazují k výplni času, který dříve trávily se svými zemřelými manžely. Takovými prvky může být cestování, četba nebo různé druhy aktivit, jako jsou procházky nebo projížďka na jízdním kole.

Izabela: „[...] Jinak jako ráda sportuju, no sportuju, no může bejt, jezdím na kole, jo, třeba i 20km, to prostě strašně ráda, ráda chodím do přírody na procházky. Čtu! . Nebo luštím křížovky, na televizi sleduju zajímavý filmy, nebo to, než jste přišla, tak jsem putovala po španělském pobřeží. No a ráda jezdím taky na takovýhle zájezdy, no, třeba, to už jsem byla vdova, no tak jsem si k padesátinám tenkrát koupila zájezd na 14 dní do Skandinávie, byl to takovej jako spíš turisticko-nadivoko, taky jsme spali třeba v kempu nebo ani ne v kempu, spíš v takovym tom motorestu, nebo tak jo, a ve volné přírodě, a další den jsme spali třeba v nějakym hostlu, a takhle, takže to jsem viděla dánsko, norsko, švédsko, fínsko, prostě všechno! Úplně nádherný, báječný! [...].“

Dorota: „[...] Já jsem s knížkama jako šílená. To jsem možná největší čtenář místní knihovny, protože každých čtrnáct dní si s sebou přitahnu takových 5-8 knížek, já taky jako za den přečtu tak jednu knížku, podle toho, jak je to silný, jak je to zábavný. [...] Někdy, když nemůžu, tak mi zajde do knihovny dcera a zase nějaký to počteníčko mi přinese vona. [...].“

Olivie: „[...] Normálně. Mi tady furt jede televize, u toho luštím nebo čtu. [...].“

Anna: „[...] zbyla mi tady zahrádka. Kousek vod baráku. Von teda na ní dřív pracoval spíš manžel, to byla jeho libůstka, ale teď se vo to staram já. [...] Každěj rok říkám, že ten příští už nic nevyseju, ale pak začne jaro a už je to tam zas. [...].“

Manžel měl v každodenních aktivitách větší význam, než si ovdovělé seniorky vůbec připouštěly. Pokud jsem se jich ptala na jejich způsob života, a zda se po odchodu manžela v jejich běžném dni něco změnilo, pohlížely na svůj život stále stejně.

Avšak později, když hovořily o svých mužích, v rozhovorech poukazovaly na výhody, které jim manželství poskytovalo, a to právě zejména v průběhu běžného dne a aktivitách s tím spojených. I když se seniorky zmiňovaly, že po odchodu manžela neproběhla žádná změna v kontextu jejich běžného života, či jejich běžných aktivit, jejich výpovědi mluvily poměrně odlišně. Ačkoliv si samotnou situaci nemusely mé ovdovělé seniorky plně uvědomovat, téměř vždy se prokázala odlišnost jejich způsobu života před a po ovdovění. S manželem byly často mé participantky více aktivní a více se zapojovaly do života, zatímco po ztrátě manžela, i když své aktivní uplatnění hledaly v jiných sférách, které během rozhovoru vyzdvihovaly, o tyto možnosti přišly, neboť ztratily člověka, který s nimi tyto aktivity podnikal.

Dorota: „[...] No nezměnilo se nic. Ten život je takovej pořád stejnej. Pořád vo dětech. [...] Von muj muž byl hodně akční, rád cestoval a sportoval, tak to jsme hodně jezdili. Vždycky zavelel a jeli sme na kolo nebo na výjet [...].“

Milena: „[...] no staram se o domácnost stejně jako dřív, chodí ke mně děti. Takže jako, stejný to bude. [...] Nemam řidičák, takže to vlastně vždycky jezdil muž, no teď jak není, tak když mě nevyvezou děti, tak moc nejezdím. Jako k doktorovi a tak to jo, ale na nějaký velký vejlety jako sme jezdívali to není. [...]“

Zaměření na různé druhy aktivit je důležitou strategií ve zvládnání osamocení. Na to upozorňuje i Hasmanová Marhánková [2013].

Této strategie využila i ovdovělá seniorka Izabela, která ovdověla již v pětáctýřiceti letech.

Izabela: „[...] Já sem se tenkrát rozhodla jít ještě studovat. Do toho mě teda dotlačil manžel, jo. To jsem si pak říkala, taková bláznivá ženská sem byla, jít študovat v padesáti letech. No takže jsem se hodně učila večer, no, přes den sem se věnovala dětem, takže vono nebyl ani prostor, aby mě to nějak smetlo. [...]“

Dalším důležitým prvkem snazšího zvládnání osamocení může být sledování televizoru, které by se mohlo zdát jako banální záležitost, ale v případě osamocení ovdovělých seniorek je zvuk a výplň zvukoprázdna důležitou součástí, která navozuje pocit, že se ovdovělé seniorky necítí být naprosto samy, jelikož neustále slyší zvuk hlasu jiného než svého samotného.

Zdena: „[...] *Vždycky když ráno vstanu, zapnu televizi. Pak si du třeba uvařit a tak. No a ta televize mi jede celý den. Teda když nemáme zrovna sraz s holkama. [...]*“

Barbora: „[...] *Takže ráno vstanu, vyvenčím psa, s tím chodím tak třikrát denně. Když přijdem, tak dam najíst jemu i sobě, von má rád to samý co já, takže to vždycky snídáme spolu a pak zapnu televizi. [...] Vona ta televize je jako taková kulisa. Já na to ani nemusím koukat. [...]*“

Při těchto strategiích zvládnání osamocení nesmíme zapomenout na samotnou dobu, která od ztráty manžela uplynula. Jak mohu usuzovat z výpovědí participantek z mého vzorku, čím déle žijí seniorky bez partnera, tím více se se samotnou ztrátou vyrovnávají a hledají radosti života v jiných sférách.

Mnozí by mohli připomenout i délku trvání manželství, avšak to by nemuselo být tak zásadním faktorem ve zvládnání osamocení, alespoň jak ukazují výpovědi od mnou oslovených participantek.

To, jak pociťují seniorky své osamocení po ztrátě manžela, nutně ovlivňuje podoba jejich manželství. Jak by tomu napovídala zjištění z mého vzorku, v naší společnosti stále ještě převažuje romantická láska v manželství nad jednotlivými funkcemi obou manželů, a nad samotným individualismem v manželství. Láska nás svazuje k partnerovi a my si k němu tvoříme určitou formu závislosti. Tato závislost může upevňovat vztah za života obou manželů, ale zároveň sebou nese negativní dopady po ztrátě partnera. Ztrátou svazku se u většiny mých participantek vytvořila frustrace a pocit smutku, který po ovdovění nedokáže vyplnit žádná aktivita, ani vazba k rodině či jejich blízkým přátelům. Manžel je pro ně nenahraditelný. Osamocení tedy nesou velice emotivně a jeho zvládnání je pro většinu z nich obtížným břemenem, které

musí zbytek života nést. Aby bylo toto břemeno alespoň o něco lehčí, hledají útěchu a pomoc u svých blízkých.

5.2 Pomoc v nouzi, v době osamocení

V těžkých chvílích hledá každý někoho, s kým by se mohl o svůj smutek a těžkosti podělit. Nejčastěji hledáme tuto pomoc u těch, co jsou nám nejbliže, a tak hlavní roli hrají především rodinné vazby. Kromě rodiny se často obracíme také na své přátele. Jelikož jsou seniorky často svázané s místem svého bydliště, přátelské vztahy tak převážně vnikají v sousedském okruhu, nebo v prostoru města či vesnice, ve které žijí, častokrát i celý svůj dosavadní život. Důležitou roli nese sdílení stejné životní situace, kterou seniorky pociťují, protože tento pojící prvek může seniorkám přinést úlevu a vzájemnou pomoc.

5.2.1 Pomoc rodiny

Jak jsem již zmiňovala výše, rodina je důležitou institucí v životě seniorek a zvládání jejich osamocení. Rodina se tedy stává primárními pečovateli, kteří prokazují ověřeným seniorkám zejména emocionální a psychickou podporu. Pokud hovoříme o péči a pomoci seniorkám, mezi seniorkami a jejich dětmi mohou vzniknout různé formy vazby a závazku mezigenerační solidarity. Jak zmiňují ve svých knihách Dudová [2015] a Jeřábek [2013], v mezigenerační solidaritě převládají tři typy teorií, a to teorie reciproční, teorie závazku a vztahová teorie neboli teorie vazby.

I pro mé vybrané ovdovělé seniorky byla rodina jedním z hlavních témat pomoci a ukotvení, po ztrátě jistoty, kterou jim poskytoval manželský svazek. Velice často mé respondentky zmiňovaly pomoc rodiny v kontextu života po ovdovění. V rodině hledaly zastoupení manžela v základních funkcích, jejíž úlohu měl plnit právě manžel, ale i v běžných aktivitách, se kterými se potýkaly dennodenně.

Pokud se jednalo o funkci manžela, děti seniorek ji mohly do určité míry nahradit. V tomto případě nebylo důležité, kolik bylo dětem po odchodu manžela. Všechny děti cítily povinnost a závazek svým matkám v těžkých chvílích pomoci. A to i v případě brzkého odchodu manžela, jak tomu bylo u mé participantky Izabely. Její děti pomáhaly své matce ze začátku hlavně v péči o domácnost, aby tak matce ulehčily.

Izabela: „[...] *No kluci byli úžasný! My sme teda jako vždycky drželi při sobě jo. [...] Klidně mi pomohli i s mytím oken. Já sem jim vždycky dala nějaký úkoly a přerozdělila sem tu práci, takže měli co dělat. Ale bez řečí vždycky šli, a to ten jeden byl puberták. [...]*“

Eliška: „[...] *Dcera mi sem vždycky jezdí pomoci. Někdy tady i přespí. Já spím tady na posteli a vona si ustele támdle na peci. [...] Hlavně mi holky vozí nákupy. Pro mě je to moc daleko. [...]*“

Pokud šlo o emoce ovdovělých senierek, mé konverzační partnerky téměř vždy zdůrazňovaly, že jejich manžel je jedinečný, a nikým nenahraditelný.

Barbora: „[...] *můj manžel je nenahraditelný, jen mi pomáhá syn, který se mnou žije ve společné domácnosti, ale nikdy mi nenahradí mého manžela. [...]*“

Dorota: „[...] *On byl úžasnej. Takovej hodnej, vždycky s každým hned kamarádil. No, všichni ho měli rádi. To už prostě teď není. [...]*“

Zároveň musíme propojit pomoc rodiny se zdravím a samostatností či závislostí ovdovělých senierek. Pomoc od rodiny hledaly zejména seniorky, které byly již v nějakém ohledu na rodině částečně závislé. Dokud byly ovdovělé seniorky ještě schopné obstarat si své věci samostatně, volily raději tuto variantu a na pomoc rodiny se obracely spíše v krajních případech. Pokud byly již v nějakém ohledu závislé, pomoc seniorky braly jako nutnost, bez které by se neobešly, ale spíše se styděly za to, že vůbec pomoc potřebují. Bez této pomoci by se tedy často raději obešly, ale zároveň byly svým dětem vděčné za starostlivost, kterou vůči nim samotným prokázaly.

Barbora: „[...] *Zatím vše zvládám sama, ale například pověsit záclony mi pomáhá vnučka, která ke mně jezdí každý týden. Ona tu studuje, tak u mě přespává a občas mi s něčím pomůže. [...]*“

Milena: „[...] *Vše zvládám sama. Moje dcera má taky svoje povinnosti, tak jí nechci zbytečně obtěžovat, když toho má sama dost. [...]*“

Alice: „[...]Všichni se o mě starají, vnučka se o mě stará, když střídá moji dceru a je hodná. Musela mě umejt a převlíct a bez nějakejch řečí. Je na mě hodně hodná, to muším říct pravdu. A když jsem z toho byla špatná, řekla, babi, ty toho naděláš. Umeje mi, převleče, je vnučka hodná jako dcera. Mají mě tady na starosti vnučka i dcera. [...]“

Děti ovdovělých senierek k této pomoci přistupovaly často mnohem pozitivněji, než jejich rodiče. Když o pomoci svým matkám, kterou jim nabízely a poskytovaly, mluvily, necítila jsem z jejich strany vůbec žádný negativní pocit, který by se mohl nést v duchu poskytování určité oběti kvůli péči o seniorky, např. kvůli množství času, který tento typ péče vyžaduje. Mnohem častěji zmiňovaly radost, kterou pociťovaly, že se o svoji matku mohou samotné postarat, a to i v případě, kdy seniorka již byla velmi nesamostatná, nesoběstačná jako paní Alice. Pokud mluvily o jejich vzájemném vztahu, objevovaly se zde občasné přehánky mezi ovdovělými seniorkami a jejich pečovateli, ale vše mezi sebou vždy brzy urovnali.

Dcera p. Alice: „[...] O mamku se staram ráda, i když teda, někdy taky blázní. Tak jí ale řeknu „mami, ty toho ale nasereš“, vona se uklidní, a sme zase v pohodě. [...]“

Podobně hovoří o vztahu během péče o svoji matku i dcera paní Sabiny, která má svoji matku taktéž ve své domácnosti, kde se o ni stará.

Dcera p. Sabiny: „[...] Ale to víte, že si lezeme taky na nervy. Není to každý den. Když je někdo nemocnej nebo tak tak mamka si stěžuje a říká, jéžíš, to se musí pořád něco díť, a já Říkám mami, dyť se taky musí každý den něco díť, dyť by to byla nuda. [...]“

Cenu určité oběti však zmiňovaly právě ovdovělé seniorky potřebující péči svých potomků a jejich rodin.

Alice: „[...] *Muší se vo mě starat. Je se mnou ale hodně svého času..je moc hodná. [...]*“

Pomoc rodiny také ovdovělé seniorky nevyhledávaly tak často, pokud žily ve městě. Se širokou dostupností služeb, kterou město nabízelo, se snažily seniorky být více samostatné a nevyhledávat pomoc rodiny, pokud to nebylo nezbytně nutné.

Anna: „[...] *Dojedu si na nákup. MHD mi zastavuje hned tady pod barákem, takže tam jen skočím a už jsem ve městě. Akorát už sem vobčas trochu unavená a nezvládnou toho tolik unést, tak na větší nákupy jezdím s dcerou. [...]*“

Zdena: „[...] *Většinu věcí si dělám sama, ale nákupy jsou daleko, takže abych měla co jíst, tak to mi vozí děti. [...]*“

Participantky z mého sledovaného vzorku taktéž hledaly strategii zvládnání osamocení v zaměření se na další životní role, které jsou s rodinou spjaté. Jednou z těchto náhradních rolí bylo prarodičovství [Hasmanová Marhánková, Štípková, 2018].

Pomoc tak nebyla nikdy pouze jednostranná. I ovdovělé seniorky byly zatížené představou seniorky, babičky, a tak se snažily svým dětem pomáhat na oplátku převážně v této oblasti. Svá vnoučata opatrovaly všechny osamocené seniorky bez výjimky. Samozřejmě více pomáhaly babičky, které byly samostatné, bez závislosti, a byly tak pro své děti a vnoučata dostupnější a v hlídání více flexibilní. Většina z mých participantek děti svých dětí opatrovala minimálně jednou týdně, některé participantky dokonce dojížděly na hlídání, pokud jejich děti bydlely v jiných městech, jako např. paní Izabela.

Izabela: „[...] *a tak jsem jezdila hodně často, holt když byly třeba večer pryč, vobá, snacha v divadle, syn někde na nějakym koncertě, no tak kdo měl hlídat? No tak babička byla v důchodu, tak jsem přijela že jo, zavolali, babička sedla na autobus, a byla tam no. Takže jsem taky byla ráda, že jsem měla ty děti u sebe. [...]*“

Tato role byla ale silně zatížena individualismem. Ovdovělé seniorky chtěly poskytnout svým dětem prostor pro výchovu jejich dítěte, pro jejich rodinu a pro jejich aktivity.

Role seniorek jako babiček sloužila tedy spíše jako role doplňková, zejména kvůli jejich ohledu na jejich děti. Do této části života se nechtěly míchat, ale byly vždy po ruce, pokud jejich děti potřebovaly.

Tato povaha jejich výpovědí by tedy svědčila o funkci reciproční teorie, tak jak ji zmiňují právě Dudová [2015], i Jeřábek [2013]. Reciproční teorie vypovídá o vzájemné pomoci, která je poskytována jak rodiči, tak jejich dětmi. Děti tak tedy pomáhají svým rodičům, pokud jim jejich rodiče poskytovali a poskytují taktéž pomoc, v tomto případě bychom mohli tuto pomoc vztáhnout k pomoci s vnoučaty. Kromě reciproční teorie bychom mohli na tento vzorek uplatnit i vztahovou teorii, která se v tomto případě s reciproční teorií prolínala a doplňovala. Tato teorie vazby je zatížena určitým vnitřním poutem, které může představovat láska mezi rodiči a jejich dětmi nebo starostlivostí dětí o jejich rodiče.

Zároveň je pomoc ovdovělých seniorek jejich dětem lépe zvládnutelná za příznivých podmínek, které poskytuje stát. Hojně vyskytovaným pozitivem, byla větší dostupnost veřejné dopravy, kdy Ministerstvo dopravy přišlo se 75% slevou na jízdném, která přišla v platnost v roce 2018.

Pomoc v rodině seniorkám je pro jejich život důležitá. Častěji než samotnou pomoc o svoji osobu, ovdovělé seniorky kvitují četností návštěv jejich rodiny a vzájemné setkávání. To je důležité pro duševní pohodu ovdovělých seniorek, kterým návštěva členů rodiny poskytuje potřebnou oporu a rozptýlení, které v době osamocení tak potřebují. Pomoc však neposkytují pouze potomci svým osamoceným matkám, ale pomoc se nese i opačným směrem, kdy se seniorky situují do rolí babiček.

Tyto vztahy jsou tedy taktéž formovány vzájemností pomoci, která má ale svá pravidla a udržuje tak babičky v určité distanci. Ovdovělé seniorky svým dětem poskytují prostor pro jejich koníčky, zájmy, záliby, i pro výchovu jejich dětí atd., a zároveň očekávají to samé na oplátku, tedy že jejich děti se jim nebudou plést do jejich věcí, pokud o to nebudou výslovně požádáni.

Podle tohoto vzorku bychom mohli předpokládat, že pokud mají ovdovělé seniorky alespoň jednoho potomka, který jim zajistí setkávání a případně pomůže v určitých instrumentálních věcech (především při větších nákupech potravin), které si seniorky již samy neobstarávají, a to i za předpokladu, že využívají výhod hromadné městské dopravy, či dopravy veřejné, nemusí mít osamocení na tyto seniory tak

negativní dopady. Avšak samotný počet potomků v této oblasti se jako tak důležitý nejeví. Důležitý je ale typ vazby, kterou mezi sebou seniorka a její potomek mají.

5.2.2 Sousedská pomoc

Kromě rodiny hledají ovdovělé seniorky oporu i u svých sousedů a přátel. Tyto typy vazeb poskytují mým respondentkám pocit sounáležitosti a prostor, ve kterém hledají další lidi, kteří trpí stejnou frustrací z osamocení jako ony samotné, se kterými mohou své příběhy sdílet, a tímto způsobem svému srdci ulevit. Zároveň jim poskytují pomoc v běžných denních úkonech a problémech, které nemohou nebo nechtějí řešit samotné.

Další důležitou součástí pomoci byla v životních strategiích senierek pomoc sousedská. I když se častokrát ovdovělé seniorky snažily zvládat své životní úkony samy,

Barbora: „...*musím si vystačit sama...*“

Zdena: „...*ale nejraději si nejdříve snažím poradit si s problémem sama...*“

spatřovaly mé participantky velikou dávku podpory i u svých vrstevnic a přítelkyň. Některé z nich kladly důraz především na hovory o manželech svých přítelkyň a dalších potěšeních i starostech jejich běžného života, pro jiné byly důležité především samotné schůzky s jejich přítelkyněmi, které se mohly stát určitou zástěrkou, proč se seniorky vracely do sociálního života a současně o sebe pečovaly.

Jak již psala Vidovičová, Galčanová a kol. [2013] sousedé a sousedské vazby zastupují funkci rodiny, pokud je rodina méně dostupná seniorkám. Stejně tuto skutečnost reflektovaly respondentky z mého výzkumného vzorku, kdy spatřovaly pozitiva sousedských vazeb, zejména pokud žily ve vesnici a jejich děti ve městech, i když vzdálenost obou míst bydliště nebyla markantně velká.

Eliška: „[...] *no scházet se často...mam tu susedky, tak ty bydlí blízko, takže se potkávam nejmíc s nima. S dětma spíš když za mnou přijedou no. [...]*“

Zdena: „[...] *Jak bydlím tady [ve vesnici], tak se s dětma se každé den nevidím. Spíš se sousedkama chodíme na babince. [...]*“

Se sousedy a přáteli také sdílely různé typy aktivit. Se sousedkami vyrazily každý den na procházky a sousedy, přátele využívaly i při cestování.

Izabela: „[...] *Taky jsem byla s kamarádkou v Římě jsem byla a na Vesuvu, a v Sorentu a tu Itálii mam prostě od shora až dolu prostě projetou. Několikrát jsem tam byla s cestovkou a jednou teda i tak jako putovní zájezd, no tak prostě každé rok tohlecnto dělám, že jedu někdy i dvakrát. [...]* Někdy jedu sama, někdy s kamarádkou, no podle času.“

Eliška: „[...] *Dopoledne vyrážíme s holkama na hůlky. To chodíme tady takhle nahoru, po tý silnici, a často dojdeme až skoro k další vesnici [...]*“

Pokud by vznikl v jejich životě nějaký problém, se kterým by potřebovaly pomoci, věděly, že se mohou na své sousedy obrátit, a ti jim v nouzi pomohou. Avšak tuto pomoc nehledaly a neočekávaly od veškerých sousedů, vždy si pečlivě vybíraly ty, ke kterým měly nejbližší, a se kterými sdílely vzájemnou důvěru. S ostatními sousedy, kde tato vazba nevznikla, udržovaly vztahy alespoň na ceremoniální bázi.

Dorota: „[...] *Jako jo, když je třeba, tak tady vedle je jeden pán, muj známej, takže kdyby se něco rozbilo, tak vim, že můžu zaklepat. Zrovna minulej měsíc tady byl. [...]*“

Anna: „[...] *Spíš se na sousedy neobracím. Řeším to nejdřív sama, a mam úžasnýho kluka, kterej když je třeba, tak mi pomůže. Oni tady bydlí spíš starší lidi, takže to už moc k tomu není a taky jsou tu cikáni. Ale mam tu sousedku kamarádku, tak s tou se navštěvujem a když něco, tak si společně zanádváme. [...]*“

S přáteli, které získaly ze svého sousedství, ale i mimo tento okruh, trávily svůj volný čas. Důležitou formou setkávání byly, jak bychom to mohly nazvat „pravidelné čaje o páté“. Seniorky se tak pravidelně scházely buď v domácím prostředí u jedné ze svých

přítelkyni, nebo v prostoru, který si stanovily za místo setkávání. Tímto místem byly často kavárny, cukrárny nebo, jak tomu bylo v případě paní Olivie, v kostele. Zde společně sdílely své životy a promítaly do těchto setkání svou seberealizaci.

Dorota: „[...] to se vždycky těším až bude středa a budu moc vyrazit za holkama. Chodíme vždycky tady do cukrárny k řece, ale spíš si vždycky dáme nějaký to vínečko. [...]“

Barbora: „[...] většinou chodím každý den dopoledne na kafe k sousedce. [...]“

Olivie: „[...] Chodím každý týden do kostela no, tak tam se vždycky potkáme s těma lidma. Když je nějaká těžkost, tak se podržíme, ale moc takhle mimo kostel se nescházíme. [...]“

Horší situace postihla respondentky, které byly starší, a jejich zdravotní stav jim již nedovoľoval možnosti tohoto scházení. Většinou šlo o ovdovělé seniorky, které bydlely ve sdílené domácnosti se svými potomky, právě kvůli svému zdravotnímu stavu. Bohužel se tyto respondentky neseťkávaly dennodenně s přítomností smrti pouze prostřednictvím úmrtí jejich partnera, ale často odcházely i jejich přítelkyně.

Alice: „[...] s jednou sousedkou tam vod nás sme se scházely často. No pak když sme byly starší, tak sme se scházely aspoň jedno do roka, ale teď už sme se dva roky neviděly jak sem u dcery. [...] Voni už taky spoustu jich umřelo. [...]“

Anna: „[...] i když to k sobě máme kousek, tak se moc nenavštěvujem. Spíš si voláme, ale to voláme fakt třeba každý den. [...]“

Sabina: „[...] kamarádky mi zůstaly kde sem bydlela, tady [u dcery] už žádný kamarádky nemam. To jediné sousedky její sem zaskočí, tak to poklábosíme. [...]“

Místo setkávání bylo ovlivněné tím, kde mé respondentky žily. Seniorky žijící ve městě se častěji scházely na veřejném místě, jak jsem již zmiňovala výše, šlo o kavárny nebo cukrárny, zatímco seniorky žijící ve vesnicích se častěji setkávaly

v domácím prostředí některé ze svých přítelkyň nebo v jejich domácnosti. Místo bydlení bylo taktéž limitujícím prvkem, pokud seniorky nebyly již tak pohyblivé, přestěhovaly se ke svým dětem a přátelé jim zůstaly v místě předchozího bydliště.

Sousedé a přátelé tedy poskytují ovdovělým seniorkám dlouhodobé uspokojení v sociální rovině. Představují prostor, ve kterém mohou být seniorky samy sebou a sdílet své radosti, i strasti. Vědomí možné pomoci při problémech v domácnosti, např. při poruše domácího spotřebiče, v seniorkách vyvolávají pocit bezpečí, a tak mohou klidněji žít. Zároveň však nehledají pomoc za každou cenu u jakéhokoli souseda, ale obracejí se zejména na ty, ke kterým si vytvořily důvěrný vztah, se kterými sdílí své životy. Nejvíce tyto vazby mé respondentky oceňovaly v trávení volného času, při vyražení na procházky, plánování dalších aktivit, a při pravidelném setkávání, které je navracelo zpět do života.

5.3 Samostatnost protkaná zdravím

Ke zjištění míry samostatnosti/závislosti ovdovělých senierek jsem použila indexy BADL a IADL, o kterých jsem mluvila v kapitole „Metodika“. Těmito indexy jsem si zjistila, jak moc jsou seniorky závislé na pomoci druhých, a buď tuto závislost, nebo samostatnost sledovala při odpovídání senierek během rozhovoru. Zejména jsem na tyto ukazatele kladla důraz právě při sledování pomoci rodiny, či sousedů.

Kromě odpovídání do přiložených dotazníků, zmiňovaly seniorky svoji samostatnost i během realizace samotného rozhovoru. To, že stále ještě zvládají různé dílčí úkony svého života, vždy vyzdvihovaly a pyšnili se svou schopností, co si stále ještě zvládnou obstarat samostatně.

Taktéž při řešení různých problémů, které mohly vzniknout v domácnosti, jako např. rozbití domácího spotřebiče, porucha vodovodního potrubí atd., se ovdovělé seniorky z mého vzorku před tím, než se začaly obracet na pomoc zvenčí, kterou jim zastupovala rodina či někteří sousedé a přátelé, snažily situaci zvládnout nejdříve samotné. Dbaly přitom na respektování osobního prostoru těchto osob, a nechtěly je zbytečně oslovovat, nebylo-li to nezbytně nutné.

I při pomoci rodiny a ve vztazích k nim byla samostatnost důležitá. Pro každou seniorku však obsah této samostatnosti znamenal něco jiného. Tyto významy formovaly na základě svého zdravotního stavu, tedy pokud se těšily dobrému zdraví, kladly důraz

na různé formy aktivit, které zvládaly obstarat samy. Pokud jejich zdravotní stav již nebyl výborný, ani dostačující, svou samostatnost zužovaly do tenčích seznamů. Nejčastěji hovořily „dokud ještě...“. Dokud si zvládaly tento seznam alespoň zčásti obstarat samotné, přispívalo to k jejich větší pohodě.

Alice: „[...] Beru důchod. Ona ještě spíš doplácí, když je třeba léky drahý, tak..

Ta závislost je v pohodě. Jsem tady spokojená moc, protože mám všechno, to bych v síbrťáku neměla. [...] Dycky se s dcerou smějeme, říkám, dokud si ještě dojdeš na záchod, je to dobrý. Hlavně, že, jo, dojdu si na ten záchod. [...]“

Samostatnost nabývala tedy pro ovdovělé seniorky a mé participantky významu především pro jejich duševní pohodu. Pokud si zvládaly samostatně obstarat každodenní věci, a mohly se tak určitým způsobem seberealizovat, své osamocení snášely lépe, jelikož jim lepší zdravotní stav a samostatnost dovoľovala různé typy aktivit. Svou roli také sehrála v možnostech a limitech setkávání, které taktéž pomáhalo s lepším zvládnutím osamocení.

5.4 Nic se neděje odděleně, aneb jak město/venkov ovlivňuje životní šance seniorek

Jako poslední z témat zmiňovaných ovdovělými seniorkami bych ráda zmínila místo pro život, a to jak místo venkova, tak města. Toto téma bylo obsaženo ve všech předchozích tématech, a vzhledem k četnosti jeho výskytu jsem se rozhodla pro krátké samostatné, celkové hodnocení životních šancí seniorek v tomto kontextu.

Prostor hraje pro seniorky roli neviditelného tématu, které explicitně nezmiňují, ale bezděčně mu připisují kontextovou významnost. Pokud se jednalo o manželství, seniorky mluvily o aktivitách s ním spojených, jako byla jízda na kole, navštěvování divadla atd., i aktivity zástupné manželství. Možnosti těchto aktivit formoval kontext prostoru. Zde představovalo možnosti pro ovdovělé seniorky zejména město, kde důležitým prvkem byla městská knihovna, kterou využívaly např. paní Izabela, paní Anna, či paní Milena. Četba pak představovala jednu ze strategií, jak vyplnit tiché místo a vyrovnat se s osamocením.

Když seniorky mluvily o svých sociálních vazbách, rodinných, sousedských a přátelských, a o jejich pomoci v době osamocení, potřeba této pomoci stála na možnostech, které prostor bydliště představoval. Nejdůležitější rovinnou představovala dostupnost služeb, které zmiňovaly téměř všechny ovdovělé seniorky. Výhodným místem této dostupnosti se stalo zejména město, kde seniorky oceňovaly služby, které byly na dosah ruky, a dostupnost městské hromadné dopravy, kterou se mohly dopravit např. k lékaři nebo na menší nákup, a tak nepotřebovaly nahrazovat manžela, který některé ovdovělé seniorky za svého života vozil, svými dětmi či sousedy. V tomto ohledu byly omezenější ovdovělé seniorky žijící ve venkovském prostředí, kterým se těchto možností nedostávalo. Ovdovělé seniorky z mého výzkumného vzorku žily v průměrných venkovech, kde často nebyl jediný obchod, a tak musely více využívat své sousedy nebo děti. Otázkou pro další možné zkoumání by mohlo být, zda tato vazba k dětem a sousedům, přátelům, tyto vztahy upevňují nebo zda způsobují větší distanci mezi jednotlivci.

Stejný typ možností se vyskytoval i u samostatnosti seniorek. Samostatnost byla také základním stavebním kamenem rodinných a přátelských vztahů.

Na základě těchto zjištění bychom mohli souhrnně říci, že kontext města a venkova měl pro výzkumný vzorek ovdovělých seniorek důležitou roli ve zvládnutí jejich osamocení a v poskytované míře pomoci od rodiny, přátel či sousedů.

Závěry

Ztráta partnera je jednou ze zásadních změn v životě senierek. Při této ztrátě dochází k osamocení ženy, a tato ztráta se promítá ve ztíženou emoční situaci jejího života. Osamocení je také důležitým aspektem mého zkoumání. Jak tedy osamocení ovlivňuje způsob života senierek, a jak se s tímto nemilým jevem vypořádávají?

Odpověď na tyto otázky jsem nastínila již v teoretické části mé práce. Hledala jsem faktory, které by osamocení mohly ovlivňovat a zároveň jím být ovlivňovány. Věnovala jsem tedy část věku a vnímanému stáří senierek, jejichž vnímání často souviselo s jejich zdravotním stavem. Zde jsem nastínila možné strategie pro zvládnutí osamocení podle Hasmanové Marhánkové [2012]. Dalším faktorem bylo místo pro život neboli prostor, ve kterém pomáhali osamocení senierek zvládat jejich přátelé, sousedé a jejich rodina. Jak hovoří Vidovičová, Galčanová a kol., mohli zastupovat v určitých aspektech manžela seniorky, nebo s ní trávili volný čas a krátili tak seniorce dlouhé chvíle. To vše se dělo v kontextu města a vesnice, kdy jim tento prostor poskytoval různé možnosti a limity v jejich životních šancích a formoval i míru potřeby pomoci od rodiny nebo známých. Na základě teoretické části jsem později formulovala i svůj výzkum a vstup do terénu, kdy mi byly zdrojem ovdovělé seniorky, nad 70 let. Teorie mi tak poskytla oporu pro mé pozdější bádání.

Jak můžeme reflektovat očima ovdovělých senierek, osamocení ovlivňuje jejich pocit spokojenosti a duševní pohodu. Vzhledem k povaze manželství, ve kterém většina senierek dříve zůstávala, ztráta partnera na ně měla velmi negativní dopad, protože přišly o milovanou osobu, jistotu a spoluzávislost (o které mluví Giddens [2012]), a prohloubil se tak jejich pocit osamocení. Stejně jako tomu bylo ve výzkumu Hasmanové Marhánkové [2012], v těchto chvílích se seniorky obracely na činnosti, kterými vyplňovaly svůj čas. Některé tyto aktivity sdílely se svými přáteli. Všechny do svých aktivit zapojovaly svou rodinu, což vypovídá o primárnosti funkce rodiny, stejně, jak o ní mluví Kuchařová [2002]. Tím se tedy prokázala nejčastější volba strategie „změny směru“. Tento fakt potvrzuje šetření Hasmanové Marhánkové. Horší dopady mělo osamocení na ženy, které již nebyly dostatečně samostatné, a byly tak vázané ke svým dětem. I tady ale spatřovaly pozitiva, která jim potomci poskytovali, vyzdvihovaly

jejich ochotu a dobré vztahy s nimi. Žádná z ovdovělých senierek mého vzorku nepocítila ztrátu své autonomie, a to především zpřítomněním „co všechno mohu ještě dělat“. Pokud si vystačily alespoň v těch nejmenších záležitostech, byly spokojené a jejich autonomie zůstala neporušena. Ke stejným závěrům došla i Dana Sýkorová [2007]. Rodina jim přinášela útěchu emocionální, i funkční. Nejvíce vyzdvihovaly byly nákupy nebo „vínečka“ s jejich potomky. Sousedé pomáhali tím, že pro seniorky představovali někoho, s kým mohou vycházet na procházky, cestovat, nebo chodit do města na setkání, která je udržovala v chodu sociálního života a zaplňovala tak prázdné místo po manželovi. Lépe osamocení zvládaly také ženy, které žily ve městě, protože to jim poskytovalo možnosti jejich samostatnosti, avšak ve vesnici (zde průměrný venkov) jim musely více pomáhat jejich děti, což je činilo závislými a prohlubovalo pocit nesamostatnosti. Taktéž jako u Bernarda a kol. [2018] zde však panovaly pevné typy sousedských vazeb, u kterých seniorky hledaly pomoc.

Můžeme tedy říci, že v době osamocení volí ovdovělé seniorky strategie zastoupení poskytované lásky manželem a aktivit s ním spojené, které hledají zejména u své rodiny. Doplněním jim poté jsou přátelské vazby, které udržují i se svými sousedy, avšak u těch nehledají pomoc primární. Pokud mají v rodině dobré vztahy, jejich závislost na zvládnutí osamocení nemá příliš velký vliv. Stejně dobře zvládají svoji situaci seniorky, které žijí ve své vlastní domácnosti, i seniorky, které sdílejí domácnost se svými potomky, kteří se o ně starají.

Tento závěr však kvůli velikosti výzkumného vzorku a povaze práce nelze brát jako konečný, ale mohl by představovat inspiraci pro další možné a rozsáhlejší bádání, ve kterém by se mohl autor zaměřit na osamocení ovdovělých žen na periferním venkově, kvůli jeho znevýhodnění.

Seznam použité literatury

- Bauman, Z., 2002. *Tekutá modernost*. Praha: Mladá fronta. ISBN 80-204-0966-1
- Benko, G., Strohmayer ed U. 1997. *Space and social theory: interpreting modernity and postmodernity*. Oxford: Blackwell. ISBN 0-631-19466-5.
- Bernard, J. (ed.). 2018. *Nic se tady neděje.. Životní podmínky na periferním venkově*. Praha: SLON. ISBN 978-80-7419-274-6
- ČSÚ. Veřejná databáze [online]. [cit. 21. 2. 2019]
- Dear, M. J., S. Flusty. 2001. *The Spaces of Postmodernity Readings in Human Geography*.
- Dudová, R., 2015. *Postarat se ve stáří: rodina a zajištění péče o seniory*. 1. vyd. Praha: SLON v koedici se Sociologickým ústavem AV ČR, v.v.i., Sociologické aktuality. 199s. ISBN 978-80-7419-182-4.
- Dudová, R., M. Vohlídalová. 2005. *Rodina a rodičovství v individualizované společnosti*. Gender, rovné příležitosti, výzkum 6 (1): 1-3. ISSN 1213-0028.
- Giddens, A. 2000. *Unikající svět*. Praha: SLON. ISBN 80-85850-91-5.
- Giddens, A. 2012. *Proměna intimacy*. Praha: PORTÁL. ISBN: 978-80-262-0175-5
- Hasmanová Marhánková, J., M. Kreidl (ed.). 2013. *Proměny partnerství: Životní dráha a partnerství v české společnosti*. Praha: SLON. ISBN 9788074191428
- Hasmanová Marhánková, J., M. Štípková. 2018. *Prarodičovství v současné české společnosti*. Praha: slon. ISBN 978-80-7419-265-4.
- Haškovcová, Helena. 2010. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9
- Havránek et al. 2011. *Vzájemná korespondence 1930-1978*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-7184-935-9.
- Hájek, Martin. 2014. *Čtenář a stroj: vybrané metody sociálněvědní analýzy textů*. Vyd. 1. Praha: SLON. ISBN 978-80-7419-161-9.
- Jeřábek, H. a kol. 2013. *Mezigenerační solidarita v péči o seniory*. Praha: SLON. ISBN 978-80-7419-117-6.
- Kuchařová, V. 2002. *Život ve stáří*. Praha: SOCIOKLUB – VÚPSV.
- Možný, I. 1998. „Stáří a nespojitý běh života.“ *Sociologický časopis* 34 (3): 263-265.
- Musil, J. 1967. *Sociologie soudobého města*. 1. vyd. Praha: Svoboda.

- Musil et al. 1985. *Lidé a sídliště*. 1. vyd. Praha: Nakl. Svoboda.
- Nešporová, O. 2009. *Smrt jako konec, nebo začátek? O (ne)víře v posmrtný život*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí. *Lidé města*, 11 (3).
- Pacovský, V. 1990. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum. ISBN 8020100768
- Rabušic, L. 1995. *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-1155-6.
- Řeháková, Blanka. 2003. „Vzorce přátelství v české společnosti.“ *Sociologický časopis / Czech Sociological Review* 39 (4): 509-528
- Smetáčková, I., (eds.). 2015. *Stínová zpráva o stavu genderové rovnosti v České republice v roce 2015*. Praha. ISBN 978-80-260-9118-9.
- Sýkorová, D. 2007. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Vyd. 1. Praha: SLON. ISBN 9788086429625
- Sýkorová, D. 2012. *Stáří lidé ve městě. Na okraj velkého tématu*. Praha: SLON, 48 (1).
- Vidovičová, L. 2008. *Stárnutí, věk a diskriminace - nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav. ISBN 9788021046276
- Vidovičová, L., L. Galčanová, M. Petrová Kafková, D. Sýkorová. 2013. *Stáří ve městě, město v životě seniorů*. 1. vyd. Praha, Brno: Masarykova univerzita a SLON. 2013. ISBN 978-80-210-6095-1
- Vidovičová, L., E. Gregorová. 2010. *Nová města a staří lidé*. *Sociální studia*, Brno: Masarykova univerzita 2010 (3): 81-93. ISSN 1214-813X.
- Wahl, H.W., F.R. Lang. 2004. *Aging in contexts across the adult life span: Integrating physical and social research perspectives*. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/235634920_Aging_in_contexts_across_the_adult_life_span_Integrating_physical_and_social_research_perspectives

Resumé

The bachelor thesis deals with the perception of loneliness of widowed seniors, its impact on their life, and strategies to deal with this phenomenon, which also shapes the need for help from their families or friends. This need for help or care also forms relationships between widowed seniors and the people who provide it. The thesis is divided into two parts. The first theoretical part is then divided into three chapters. The first chapter deals with the issue of old age, and the possible causes of loneliness and strategies to deal with it. The second chapter deals with the help of dealing with loneliness, which the social ties provide. The third chapter then deals with the place where this help and experience with loneliness takes place, and provides different life chances.

For the realization of such goal, I chose a qualitative methodology in my research, in which I conducted semi-structured interviews with widowed seniors aged between 70 and 89 years. The main research questions were: "How does the feeling of loneliness shape the life and life chances of widowed seniors?" and their different chances for life?", "How does this loneliness affect the perception of solidarity and relationships of the widowed senior with her family, friends, and neighbours?", "How is the experience of loneliness influenced by the context of the city and the countryside and their different chances for life?"

As is evident from the research, loneliness is one of the causes limiting the life chances of widowed seniors. Seniors lose the possibility of diverse activities and cope with the death of their husband with difficulty. The nature of their marriage and the idea of romantic love also has some influence on the feeling of loneliness. Although the most frequent help is provided by the seniors' family, their friends and meeting opportunities are also important. Most often, widowed seniors cope with the death of their husband either by replacing this role with another role [e.g., being a grandparent], or by doing other activities to fill their free time.

Přílohy

Test instrumentálních činností každodenního života (IADL)

1. Komunikace slovní, písemná, neverbální

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

2. Orientace vůči jiným fyzickým osobám, v čase a mimo přirozené prostředí

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

3. Nakládání s penězi nebo jinými cennostmi

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

4. Obstarávání osobních záležitostí

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

5. Uspořádání času, plánování života

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

6. Zapojení se do sociálních aktivit odpovídajících věku

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

7. Obstarávání si potravin a běžných předmětů [nakupování]

- zcela samostatně
- s pomocí nebo doprovodem druhé osoby
- neschopen

8. Vaření

- samostatně celé jídlo
- sám si jídlo ohřeje
- neschopen

9. Mytí nádobí

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

10. Běžný úklid v domácnosti

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

11. Péče o prádlo

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

12. Přepírání drobného prádla

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

13. Péče o lůžko

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

14. Obsluha běžných domácích spotřebičů

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

15. Manipulace s kohouty a vypínači

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

16. Manipulace se zámky, otevírání, zavírání oken a dveří

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

17. Udržování pořádku v domácnosti, nakládání s odpady

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

18. Další jednoduché úkony spojené s chodem a udržováním domácnosti

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

Test základních činností každodenního života (BADL)

1. Příprava stravy

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

2. Podávání, porcování stravy

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

3. Přijímání stravy, dodržování pitného režimu

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

4. Mytí těla

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

5. Koupání nebo sprchování

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

6. Péče o ústa, vlasy, nehty, holení

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

7. Výkon fyziologické potřeby včetně hygieny

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

8. Vstávání z lůžka, uléhání, změna poloh

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

9. Sezení, schopnost vydržet v poloze v sedě

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

10. Stání, schopnost vydržet stát

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

11. Přemísťování předmětů denní potřeby

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

12. Chůze po rovině

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

13. Chůze po schodech nahoru a dolů

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

14. Výběr oblečení, rozpoznání jeho správného vrstvení

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

15. Oblékání, svlékání, obouvání, zouvání

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

16. Orientace v přirozeném prostředí

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

17. Provedení si jednoduchého ošetření

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

18. Dodržování léčebného režimu

- samostatně bez pomoci
- s pomocí druhé osoby
- neschopen

Otázky pro polostrukturovaný rozhovor

Základní informace: Kolik je Vám let? Kolik máte dětí, jakého jsou pohlaví [synové/dcery], zda máte nějaká vnoučata, popř. kolik? Jak dlouho jste byla v manželství? A jak dlouho jste bez partnera?

DOBA PO OVDOVĚNÍ

Jak v současné době zvládáte hospodařit ve své domácnosti?

Zvládáte veškeré činnosti spojené s domácností zvládat sama nebo Vám s některými pomáhá rodina či sousedé? Pokud máte někoho na pomoc, kdo Vám pomáhá a v jakých činnostech/situacích?

Jak vypadá Váš běžný den?

Máte nějaké zájmy, kterým se věnujete [jako je např. četba knih, procházky, výlety s dětmi, hry s dětmi, cyklistika atd.]?

RODINNÉ A PŘÁTELSKÉ VAZBY A JEJICH POMOC

Navštěvují Vás Vaše děti nebo rodina, sourozenci? - Pokud ano, kdo nejčastěji?

Jak Vás navštěvují pravidelně?

Jaký máte vztah s Vašimi dětmi? Změnilo se něco ve Vašem vztahu po odchodu manžela?

Jste v nějakém ohledu na svých dětech závislá? (jak co se týče některých činností, tak i emočně)

Scházíte se kromě své rodiny s přáteli? Jaký s nimi máte vztah a jak často se s nimi scházíte? Je to pro Vás důležité?

Pokud by vznikl nějaký problém, na koho byste se obrátila? Pokud by se např. něco rozbilo atd., máte možnost se obrátit i na své sousedy?

Jaké máte vztahy se svými sousedy?

ŽIVOTNÍ ŠANCE V KONTEXTU MĚSTA/VENKOVA

Cítíte nějaké výhody života ve městě [např. dostupnost služeb atd.]/vesnici?

Přemýšlela jste někdy o životě na vesnici/ve městě?

Využíváte některých výhod, které město poskytuje? Uvnitř města funguje i Rada pro seniory, která zprostředkovává různé akce určené pro seniory i širší veřejnost. Víte o tomto fungování a účastnila jste se někdy takovéto akce nebo znáte někdo, kdo do této komunity dochází?

DOBA PŘED OVDOVĚNÍM

Jaký jste měla vztah s manželem? Pomáhal v domácnosti a s dalšími instrumentálními věcmi? Jaký měl Váš manžel vztah s Vašimi dětmi?

Jak vypadal Váš běžný den s manželem?

Kdo Vám byl největší oporou po ztrátě manžela?

Existuje v současné době někdo, kdo manžela alespoň v určitém směru zastupuje? Především v jeho funkci v domácnosti apod.