

# SOCIÁLNĚ PSYCHOLOGICKÉ ASPEKTY STÁRNUTÍ

KAMILA SVOBODOVÁ

---

## The Socio-Psychological Aspects of Ageing

The aim of this article is to draw attention to the problem of old age and ageing from a micro-social perspective. Attention is primarily devoted to the impact of retirement on the life of the individual, and the article also looks at the psychological aspects of ageing, i.e. the ways in which senior citizens perceive and experience old age.

Demografie, 2007, 49: 87–95

---

V současné době nabývá stále více na významu otázka stárnutí společnosti, přičemž tento proces bývá ponejvíce spojován s obavami z ekonomických a sociálních problémů. Středem probíhající diskuse u nás, podobně jako ve většině jiných vyspělých zemí, je teze, že po odchodu do důchodu se staří lidé stávají „hrozbou“ z hlediska finanční a sociální podpory a že mladá generace nebude schopna vyprodukovat tolik, aby uživila neustále se zvětšující počet starých lidí. Odchod do důchodu je závažným životním krokem, který se neomezuje pouze na ukončení ekonomické aktivity, ale jedná se v první řadě o krok, který může mít výrazný dopad na celkovou životní situaci jednotlivce. V této souvislosti by proto neměl být opomíjen individuální přístup ke stárnutí. Ukončení ekonomické aktivity navíc ani zdaleka není jedinou závažnou životní událostí, se kterou bývá stárnoucí člověk konfrontován. Vzhledem k faktu, že stáří je závěrečnou fází života člověka, nepříznivé události se obvykle hromadí, což má negativní vliv na sebeobraz a prožitky staršího člověka. Cílem tohoto článku je poukázat nejprve na různorodost v určení období seniorského věku, kdy z důvodů obtíží ve vymezení této životní fáze bývá za znak počátku stáří mnohdy používán právě přechod do důchodu. V další části textu bude věnována pozornost vlivu ukončení ekonomické aktivity na život jedince a nakonec bude pojednáno o tom, jakým způsobem může senior své stáří vnímat a prožívat.

Data pro tento článek<sup>1)</sup> byla čerpána z výzkumu **Muži a ženy v ČR: životní dráhy a mezigenerační vztahy** (GGs: Generations and Gender Survey)<sup>2)</sup>. Sběr dat probíhal v únoru až září roku 2005 a pravděpodobnostním stratifikovaným výběrem se podařilo získat datový soubor o velikosti 10 006 respondentů české národnosti ve věku 18–79 let. V článku však bude pracováno, vzhledem k jeho tématickému zaměření, vždy pouze s odpověďmi relevantní části dotazovaných.

## Různorodost v pojetí stáří a stárnutí

V odborné literatuře můžeme najít několik přístupů, jak definovat stárnutí. Stárnutí je závěrečnou fází lidského vývoje a je třeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny. V průběhu řady let se mění lidské fyzické a psychologické znaky charakterizující obvykle střední věk ve znaky charakterizující stáří, přičemž je velice nesnadné určit dobu, kdy se člověk definitivně „stane“ starým. Výzkumníci jsou si tohoto problému velice dobře vědomi

---

<sup>1)</sup> Tento příspěvek byl řešen v rámci projektu TP–5 *Moderní společnost a její proměny* (registrační číslo 1J 023/04–DP2) *Rodina, partnerství a demografické stárnutí: Generace a gender (Generations and Gender Survey: prospective longitudinal study)* a Výzkumného záměru 0021620831 *Geografické systémy a rizikové procesy v kontextu globálních změn a evropské integrace*.

<sup>2)</sup> Českou část mezinárodního projektu, který proběhl také v Kanadě, ve Spojených státech a v řadě evropských zemí (např. Francii, Nizozemsku, Maďarsku, Belgii, Estonsku, Bulharsku, Německu, Polsku), realizovala PŘF UK, VÚPSV a SC&C.

a pokoušejí se vytvořit řadu metod konstrukce objektivního měřítka stáří (*Stuart-Hamilton*, 1999). Nejběžnějším měřítkem stárnutí je **chronologický (kalendářní) věk**<sup>3)</sup>. Ten je sám o sobě ovšem bez informace, neboť jde v podstatě o náhodně zvolenou míru. Další běžně používanou mírou je **sociální věk**<sup>4)</sup>. Ten se vztahuje ke společenskému očekávání chování přiměřeného určitému biologickému věku. V moderních západních společnostech se za znak počátku stáří považuje ukončení pracovního poměru a odchod do důchodu. Znamená to, že jedinec přestává být angažován v pracovním procesu a začíná pobírat starobní důchod. Tímto je utvořena zvláštní sociální kategorie – kategorie starých osob, definovaných jako závislá skupina, jejíž členové by neměli pracovat, ale naopak potřebují ekonomickou a společenskou asistenci, kterou mají poskytovat mladší členové společnosti. Věk vymezující odchod do důchodu se většinou pohybuje v rozmezí 60 až 65 let.

Většina gerontologů pro označení začátku stáří, neboli mezního věku, rovněž volí hodnoty mezi 60 a 65 lety. Takto jej vymezují především z toho důvodu, že zhruba v tomto období dochází k evidentním fyzickým a psychologickým změnám. Někteří vědci dále dělí stáří na mladší stáří, vymezené roky 65–75, a pokročilé stáří, jež představuje kalendářní věk 75 a více let, ačkoli názory gerontologů se na konkrétní mezní věk poněkud liší – někteří jsou například přesvědčeni, že pokročilé stáří začíná až osmdesátým rokem. Další používaná varianta rozděluje lidi starší 65 let na kategorie třetího a čtvrtého věku. „Třetí věk“ označuje aktivní a nezávislý život ve stáří, zatímco „čtvrtý věk“ znamená období, kdy je člověk při zajišťování základních potřeb odkázán na druhé (*Stuart-Hamilton*, 1999).

### Sociálně kulturní vlivy

Pohled na stáří a posuzování starých osob bylo a stále je ovlivněno ideami, představami a stereotypy o tom, co znamená stárnout a být starý. Postoje ke stáří, stejně jako k jiným fázím životního cyklu, nejsou pouze výsledkem osobní zkušenosti, ale jsou také sociálně a kulturně podmíněny odlišně pro různé společnosti. V některých kulturách jsou staří lidé vnímáni jako zkušení, rozvášní a moudří, zatímco v jiných kulturách představuje stáří synonymum pro ztrátu vitality a schopnosti jasného uvažování a vyjadřování, resp. staří lidé ze stejných kulturních a sociálních skupin mohou mít zkušenosti a způsoby svého každodenního života odlišné od starých lidí z jiných skupin.

Pokud chceme porozumět stárnoucí osobnosti, je třeba vedle vnitřních faktorů zvažovat rovněž vnější vlivy ovlivňující sebeobraz starého člověka a jeho životní spokojenost. Jak uvádí *Stuart-Hamilton*, stereotyp „typického“ starého člověka převažující ve společnosti může mít vliv na sebedůvěru starých lidí (*Stuart-Hamilton*, 1999). Obecně platí, že čím více jim starý člověk podléhá, tím nižší je jeho sebehodnocení. Jádrem problému tkví v tom, že stáří je připisáným statutem, s nímž je spojeno určité chování neboli role. Obzvláště odchod starých lidí z pracovní sféry tak podle mnohých autorů (*Rabušic*, 1995; 1997) přispívá k tomu, že na staré lidi je pohlíženo jako na slabé, neužitečné a závislé, s tendencí vylučovat je ze společenského dění a v podstatě od nich nic neočekávat. Na druhé straně ztráta prestiže a respektu starých lidí, a tedy i ztráta moci, může vyvolávat pocit lítosti a soucitu se starými lidmi, jenž se snadno přetvoří v postoj, že to jsou lidé, kterým je třeba pomáhat (*Rabušic*, 1995). Tento paternalistický přístup ke starým lidem je dnes jedním ze silných postojů patrných nejen u nás, ale i v mnoha dalších zemích.

<sup>3)</sup> Věk bývá charakteristikou, která se při definování stáří užívá nejčastěji (také proto, že s věkem koreluje fyzický zdravotní stav). Kalendářní, chronologický věk jakožto definiční znak stáří má ale své obtíže. Způsob, podle čeho je možné rozlišit starého člověka od člověka „ne-starého“, vlastně neexistuje. Bylo zjištěno, že počet definic stárnutí se pohybuje okolo tří set a konsenzus o tom, jak stáří definovat, stále neexistuje – ani v medicíně, ani ve společenských vědách (*Vidovicová – Rabušic*, 2003).

<sup>4)</sup> Znamky stárnutí jak tělesné, tak duševní, mohou být posuzovány také měřítky **biologického věku**, resp. **psychologického věku**.

Pokud se zaměříme pouze na vliv odchodu do důchodu na stárnoucího člověka, je ve většině případů pocíťován jako ztráta – hlavní dopad má zejména na psychický stav jedince, kdy starý člověk mnohdy pocíťuje ztrátu seberealizace, užitečnosti pro jiné a v neposlední řadě ztrátu sociálních kontaktů. Po odchodu do důchodu se totiž mění jednotlivé složky statusu, který měl člověk v průběhu svého předchozího života. Mízí objektivní charakteristika profese a její prestiž, může se také výrazně snížit podíl na moci, snižuje se příjem a mění se životní způsob. Celkově se tedy z tohoto hlediska může značně snížit sociální status jedince, což pochopitelně přináší nejrůznější důsledky pro očekávané chování individua (*Stuart-Hamilton*, 1999).

V tomto kontextu se tedy budeme zabývat vlivem odchodu do důchodu na život jednotlivce a tím, do jaké míry se rozhodnutí odejít do důchodu pojí s dalšími životními okolnostmi. Vycházet přitom budeme z výsledků výzkumu GGS, ve kterém byly zjišťovány názory lidí, jichž by se akt odchodu do důchodu mohl v nejbližších třech letech týkat a kteří tedy o tomto závažném životním kroku a aspektech s ním spojených pravděpodobně uvažují.

### Odchod do důchodu a jeho vliv na život jednotlivce

Otázkami směřujícími na osoby v předdůchodovém věku<sup>5)</sup> sice nezjistíme skutečný dopad odchodu do důchodu na psychický stav a životní situaci člověka, zjistíme však, jaká očekávání se k tomuto závažnému životnímu kroku pojí. Respondenti ve výzkumu GGS si velmi jasně uvědomují, že po odchodu do důchodu se zhorší jejich finanční situace, na čemž se shodují zhruba tři čtvrtiny dotazovaných bez rozdílu v tom, jak snadno či naopak obtížně v současné chvíli se svými příjmy vycházejí. Naopak pozitivní důsledek odchodu do důchodu spatřuje zhruba stejně vysoký podíl osob v očekávaném rozšíření možností dělat, co chtějí. Více radosti a uspokojení ze života očekávají od odchodu do důchodu přibližně dvě pětiny respondentů, u stejného podílu osob k žádné změně v tomto smyslu nedojde (tab. 1). U této otázky ovšem nalezneme rozdíly v odpovědích v závislosti na nejvyšším ukončeném vzdělání – lidé se základním vzděláním si mnohem častěji než ti ostatní myslí, že jejich radost a uspokojení ze života vzroste, vysokoškoláci naopak ve vyšší míře vyjadřují obavy z toho, že absence pracovní aktivity jejich uspokojení ze života sníží. Tato skutečnost patrně souvisí s tím, že vysokoškoláci vykonávají mnohem častěji profese, které je naplňují a baví, a ztráta současného zaměstnání tedy pro ně může do jisté míry představovat ztrátu seberealizace. Zhruba třetina osob v předdůchodovém věku si dále myslí, že odchod do důchodu by mohl mít pozitivní vliv na vztahy s jejich partnerem, s dětmi, případně vnoučaty a též na jejich zdravotní stav (většina dotazovaných ovšem žádný, ani pozitivní ani negativní, vliv na tyto aspekty neočekává) (tab. 1).

Na jedné straně tedy odchod do důchodu ovlivňuje některé aspekty života staršího člověka, na straně druhé je tu i vliv opačný, kdy některé okolnosti mohou mít podstatný vliv na rozhodnutí do starobního důchodu odejít či tento odchod odložit. Hodně či dokonce velmi mnoho může odchod do důchodu u nadpoloviční většiny respondentů předdůchodového věku záviset na finanční situaci, případně na jejich zdraví (nižší předpokládaný vliv zdravotního stavu na rozhodování týkající se odchodu do důchodu se prokázal u osob, které v současné době hodnotí své zdraví jako dobré nebo velmi dobré). O něco méně než polovina osob přikládá ve vztahu k odchodu do důchodu značný význam své současné práci, nejméně, ve srovnání s ostatními okolnostmi, bude toto rozhodování záviset na rodinném životě respondenta (zde odpověděla třetina dotazovaných, že jejich rozhodování nebude na rodinném životě záviset vůbec, o něco více než třetina se domnívá, že jen částečně) (tab. 2).

<sup>5)</sup> Na zmíněné otázky měli odpovídat pouze lidé, kterých se odchod do starobního důchodu nebo do předčasného starobního důchodu může v nejbližších třech letech týkat. Vzhledem ke skutečnosti, že podle zákona 155/1995 Sb. o důchodovém pojištění je v současnosti možno nastoupit do předčasného důchodu tři roky před dosažením důchodového věku, byly brány v potaz odpovědi mužů ve věku 56 a více let a žen ve věku 51 a více let. Spodní věková hranice byla takto zvolena s přihlédnutím k nejnižší věkové hranici pro odchod do důchodu v roce 2008 (tj. tři roky po sběru dat), která je stanovena pro muže na 62 let a pro ženy na 57 let (např. Kux, 2005).

Tab. 1 Jaký si myslíte, že bude mít odchod do starobního důchodu vliv na jednotlivé aspekty Vašeho života?, v % (What effect do you think retirement will have on individual aspects of your life?, in %)

Ukazatel	Mnohem lepší	Lepší	Ani lepší, ani horší	Horší	Mnohem horší	N
Finanční situace	0,4	4,0	18,8	59,2	17,6	448
Možnost dělat, co chcete	22,4	50,7	21,3	4,5	1,1	446
Radost a uspokojení ze života	8,1	34,5	41,2	13,7	2,5	444
Vztahy mezi Vámi a Vaším partnerem*	3,7	29,2	60,7	5,2	1,2	325
Vztahy mezi Vámi a Vašimi dětmi, příp. vnoučaty**	7,4	29,8	61,5	1,0	0,3	392
Váš zdravotní stav	5,8	27,9	51,0	13,5	1,8	445
Co si lidé kolem Vás budou o Vás myslet	0,9	5,4	87,3	5,0	1,4	443

Pozn.: Do analýzy byly zahrnuty pouze odpovědi žen ve věku 51 a více let a mužů ve věku 56 a více let, kteří ještě nejsou ve starobním důchodu.

\*) Nezahrnuje respondenty, kteří v současnosti nemají partnera.

\*\*\*) Nezahrnuje respondenty, kteří v současnosti nemají děti.

Tab. 2 Do jaké míry by Vaše rozhodnutí odejít v nejbližších 3 letech do starobního důchodu záviselo na následujících oblastech?, v % (To what extent would your decision to retire within the next three years depend on the following factors, in %)

Ukazatel	Vůbec ne	Částečně	Celkem hodně	Velmi mnoho	N
Vaší finanční situaci	14,8	29,8	25,4	30,0	426
Vašem zdraví	18,5	29,5	27,4	24,6	427
Vaší práci	21,0	33,9	26,5	18,6	419
Vašem rodinném životě	33,3	37,1	20,9	8,7	393

Pozn.: Do analýzy byly zahrnuty pouze odpovědi žen ve věku 51 a více let a mužů ve věku 56 a více let, kteří ještě nejsou ve starobním důchodu.

Ačkoliv rodinnému životu přikládá ve vztahu k rozhodnutí o ukončení své ekonomické aktivity důraz nejmenší podíl dotazovaných, jednotliví rodinní příslušníci a lidé z blízkého okolí mnohdy mohou chtít svými názory toto rozhodování ovlivnit. Na základě dat z analyzovaného výzkumu se ukázalo (tab. 3), že podle dvou pětín dotazovaných si jejich partner myslí, že by měl respondent v nejbližších třech letech do důchodu odejít. Pokud je partner již sám v důchodu, chtěl by po respondentovi ukončení jeho pracovní aktivity dokonce ve dvou třetinách případů (bez ohledu na to, zda je prvním důchodcem v páru muž nebo žena). Pro odchod svých rodičů do důchodu by byl též, podle názoru respondentů, nezanedbatelný podíl jejich dětí (domnívají se to zhruba dvě pětiny dotazovaných), podobný názor zastává i přibližně čtvrtina přátel a příbuzných respondentů v předdůchodovém věku. Statisticky významně častěji by si rodina a přátelé přáli ukončení pracovní aktivity svého blízkého, čím více se respon-

Tab. 3 Nakolik souhlasíte či nesouhlasíte s uvedenými tvrzeními o tom, co si někteří lidé mohou myslet o Vašem odchodu do důchodu v nejbližších 3 letech?, v % (How much do you agree or disagree with the statements representing what some people could think about your retirement within the next three years?, in %)

Ukazatel	Rozhodně ano	Ano	Ani ano, ani ne	Ne	Rozhodně ne	N
Váš partner si myslí, že byste měl/a odejít do důchodu*	9,6	34,3	21,2	22,4	12,5	312
Vaše děti si myslí, že byste měl/a odejít do důchodu**	8,5	32,3	23,7	22,6	12,9	363
Většina Vašich příbuzných si myslí, že byste měl/a odejít do důchodu	5,5	21,3	35,1	22,3	15,8	399
Většina Vašich přátel si myslí, že byste měl/a odejít do důchodu	4,3	21,4	35,9	23,6	14,8	398

Pozn.: Do analýzy byly zahrnuty pouze odpovědi žen ve věku 51 a více let a mužů ve věku 56 a více let, kteří ještě nejsou ve starobním důchodu.

\*) Nezahrnuje respondenty, kteří v současnosti nemají partnera.

\*\*\*) Nezahrnuje respondenty, kteří v současnosti nemají děti.

dent blíží důchodovému věku. Naopak je tomu v případech, kdy se tento člověk těší dobrému či velmi dobrému zdraví, a také, pokud má vysokoškolské vzdělání.

### Psychologické aspekty stárnutí

Jak už bylo na začátku tohoto textu zmíněno, v období důchodového věku se častěji než ve věku středním vyskytují závažné události. Ztráty a velké životní zvraty sice nejsou jen specifickým jevem stáří, protože téměř každý jedinec během života zkušenost se ztrátou získá, pro stáří je však charakteristické, že se ztráty a životní zvraty nahromadí, případně se vzájemně posilují a staří lidé se pak stávají slabší a zranitelnější (Rheinwaldová, 1999). Mezi tyto závažné životní události patří již zmíněný odchod do důchodu a s ním spojená změna sociálního statusu, biologické a fyzické změny, zdravotní problémy, smrt partnera, blízkých lidí a vrstevníků či změna bydlení, případně vstup do domova důchodců (Haškovcová, 1990; Pichaud – Thareauová, 1998; Vojtěchovský, 1992).

O vlivu odchodu do důchodu na osobnost člověka jsme již hovořili, nyní se ještě krátce zmíníme o dopadech dalších obtížných životních událostí. Partnerova smrt je bezpochyby jednou z nejtěžších zkoušek, se kterou se lidé musejí vyrovnávat. Mnoho vdov a vdovců nakonec smutné období překoná a může začít „znovu žít“. Ale u některých lidí, a zejména u starších, se už tato rána nikdy nezahojí. Navíc kromě partnera mizí z blízkosti staršího člověka postupně také stejné staří přátelé, což mívá vliv na to, že starší lidé mají tendenci udržovat čím dál méně styků a stále více je doprovází samota. Také vstup do zařízení sociální péče je vážnou událostí. Staří lidé odcházejí do různých zařízení sociální péče tehdy, když z důvodu zhoršeného zdravotního stavu doma všechno bezpečně nezvládnou, když se jim v důsledku ovdovění samota stane nesnesitelnou nebo když se o ně jejich děti bojí či nejsou schopny nebo ochotny se o své staré a nemocné rodiče postarat. Ve většině případů si tito lidé uvědomují, že je to do konce života. Opustit svůj dům nebo byt tedy znamená rozloučit se s minulostí, se vším, co tvořilo dosavadní život (Pichaud – Thareauová, 1998). Všechny výše uvedené změny člověkem hluboce otřásají a traumatizují ho. Někdy se člověk se ztrátou vyrovná za krátkou dobu, ale často tato těžká období, zejména u starších lidí, trvají léta, někdy i po zbytek života.

V období seniorského věku tedy člověka často provází nejen psychická bolest, ale i samota. Pichaud a Thareauová (Pichaud – Thareauová, 1998) ve své studii uveřejňují výsledky výzkumu na téma pocit osamění u lidí starších 60 let ve Francii, ze kterých vyplývá, že každý třetí Francouz ve věku nad 60 let trpí pocitem osamění – 25 % občas, 5 % často, 3 % neustále. Podle autorů přichází v úvahu mnoho faktorů, které mohou vést k samotě a k izolaci starých lidí. Jsou to životní podmínky, například věk člověka, zda je vdovec nebo vdova, zda žije sám. Dále je to fyzický stav – nemoc, handicap, který brání člověku vycházet z domu nebo se dokonce pohybovat, smyslový deficit (oslabený sluch či zrak), a psychický stav – ovlivněný kupříkladu ztrátou blízkého člověka nebo i zvířete. V neposlední řadě mohou samotu ovlivnit i sociální nebo ekonomické jevy – nedostatek prostředků, aktivit, vykořenění, předsudky.

Do jaké míry se pocity osamocení, nedostatku kontaktů, smutku apod. projevují u české seniorské populace ukáží opět data z výzkumu GGS, který se snažil pomocí některých otázek zjistit aktuální duševní rozpoložení a prožitky dotazovaných.

### Duševní pohoda a pocity seniorů

Ačkoli mnoha seniorům ve věku 60–79 let podle výsledků výzkumu kontakty s lidmi nechybějí, mají se na koho spolehnout či v případě potíží obrátit, ani se necítí odmítaní, jsou bohužel i tací, u kterých tomu tak není. Nabízí se tedy otázka, jakými vnějšími okolnostmi může být tato skutečnost ovlivněna. Odpověď na ni se pokusíme nalézt pomocí následující analýzy.

Na základě faktorové analýzy bylo možné z předložených výroků vztahujících se k nynějším životním zkušenostem (tab. 4, 5) utvořit dva odlišné faktory (celkově vysvětlující 69 %

Tab. 4 Do jaké míry se Vás poslední dobou týkaly uvedené výroky vztahující se k Vaším nynějším životním zkušenostem? osoby ve věku 60 a více let, v % (To what extent do the statements relating to life experiences apply to you in recent years? People aged 60 and over, in %)

Ukazatel	Ano	Částečně	Ne	N
Je spousta lidí, na které se mohu v případě potíží obrátit	40,1	43,4	16,5	2384
Zažívám pocit prázdnoty, marnosti	8,9	26,1	65,0	2378
Chybí mi kontakt s lidmi	9,6	22,9	67,5	2381
Znám mnoho lidí, na které se mohu naprosto spolehnout	34,9	46,4	18,7	2376
Často se cítím odmítnutý	5,1	18,9	76,0	2374
Znám dost lidí, kteří jsou mi blízcí	51,7	37,5	10,8	2379

Tab. 5 Faktorová analýza - faktorové zátěže (Factor analysis - factor weight matrix)

Ukazatel	Faktor sociálních kontaktů	Faktor sociální izolace
Znám mnoho lidí, na které se mohu naprosto spolehnout	<b>0,867</b>	0,109
Je spousta lidí, na které se mohu v případě potíží obrátit	<b>0,852</b>	0,112
Znám dost lidí, kteří jsou mi blízcí	<b>0,824</b>	0,153
Zažívám pocit prázdnoty, marnosti	0,103	<b>0,803</b>
Chybí mi kontakt s lidmi	-	<b>0,802</b>
Často se cítím odmítnutý	0,148	<b>0,779</b>
Podíl vysvětlené variance, %	36,7	32,4

Pozn.: Použitá metoda - Principal Component Analysis, rotované řešení (Varimax with Kaiser Normalization).  
V tabulce jsou uvedeny pouze faktorové zátěže vyšší než 0,100; N = 2424.

variance), jež mohou být nazvány faktor sociálních kontaktů a faktor sociální izolace. Faktor sociálních kontaktů zahrnuje položky týkající se možnosti obrátit se v případě potíží na spoustu lidí, možnosti na mnoho lidí se spolehnout a též skutečnosti, že člověk zná dost lidí, kteří jsou mu blízcí. Faktor sociální izolace naopak souvisí s tím, že člověku kontakty s lidmi chybí, často se cítí odmítnutý a zažívá pocity prázdnoty a marnosti.

Do analýzy jsme dále zahrnuli nezávislé proměnné, kterými bylo pohlaví, vzdělání, věk, zdravotní stav, skutečnost, zda má respondent partnera či děti, fakt, zda důchodce pracuje či nikoliv<sup>6)</sup>, a příjmová situace. Jejich vliv na duševní rozpoložení seniorů jsme testovali pomocí porovnávání průměrů faktorových skóre<sup>7)</sup> příslušných skupin respondentů.

Z výsledků analýzy vyplynulo, že vybrané skupiny osob se mezi sebou statisticky významně odlišují (tab. 6). Starší ženy si ve srovnání s muži myslí, že mají ve svém okolí více lidí, kteří jsou jim blízcí a na něž se mohou obrátit a spolehnout, zároveň však též častěji podléhají negativním pocitům a hůře prožívají, pokud jim kontakty s druhými lidmi chybí. Z hlediska vzdělání a věku nebyl u dotazovaných osob shledán žádný významný rozdíl v posuzování lidí, jež jsou jim blízcí<sup>8)</sup>, v pocitech sociální izolovanosti ovšem u respondentů obou pohlaví odlišnosti nalezeny byly - lidé se základním vzděláním a starší osoby (ve věku 70-79 let) podléhají více než ti ostatní pocitům prázdnoty a odmítnutí a negativním pocitům plynoucím z nedostatku kontaktů. Pocity izolovanosti se též prohlubují spolu se zhoršujícím se zdravotním stavem seniora. Lidé, jež označili svůj zdravotní stav jako špatný či dokonce velmi špatný, si

<sup>6)</sup> Proměnná „pracující důchodce“, utvořená konkrétně pro tuto analýzu (viz tab. 6), zahrnuje pouze osoby ve věku 60 let a starší, které jsou již ve starobním důchodu, přičemž kategorie „ano“ znamená, že důchodce zároveň pracuje. Důvodem tvorby takto orientované proměnné bylo odlišit pracovní činnost starobních důchodců od ostatních osob starších 60 let (neboť ne všechny osoby ve věku 60 a více let jsou již v důchodu, tj. někteří lidé v tomto věku mohou být tedy stále ekonomicky aktivní). Z 2424 osob ve věku 60 let a starších je ve starobním důchodu 94 %, z nich pracuje necelých 5 % osob.

<sup>7)</sup> Čím nižší hodnota průměrných faktorových skóre, tím více má respondent sociálních kontaktů a zároveň tím méně často se cítí být sociálně izolován.

<sup>8)</sup> Při podrobnější analýze provedené odděleně podle pohlaví se ovšem ukázalo, že muži ve věku 60-69 let mají ve srovnání s těmi staršími ve svém okolí blízkých lidí více.

Tab. 6 Průměrné hodnoty faktorových skóre (Average values of factor scores)

Ukazatel	Faktor sociálních kontaktů	Faktor sociální izolace
Pohlaví	***	***
muž	0,082	-0,081
žena	-0,067	0,067
Vzdělání	-	***
ZŠ, bez maturity	0,006	0,091***
maturita	-0,008	-0,141
VŠ	-0,037	-0,243
Věk	-	***
60-69 let	-0,028	-0,124
70-79 let	0,035	0,158
Zdravotní stav	***	***
dobrý/velmi dobrý	-0,127	-0,233***
uspokojivý	-0,033	-0,038***
špatný/velmi špatný	0,293***	0,474***
Má partnera	***	***
ano	-0,086	-0,205
ne	0,106	0,252
Má děti	***	***
ano	-0,060	-0,038
ne	0,320	0,200
Pracující důchodce	**	***
ano	-0,303	-0,426
ne	0,018	0,031
Vycházení s příjmy	***	***
snadné	-0,139	-0,215
obtížné	0,080	0,115

Pozn.: \*\*\*statisticky významné na hladině významnosti 1 %, \*\*1 %.

Statistická významnost uvedená přímo u hodnot faktorových skóre znamená, že se daná skupina respondentů odlišovala od zbylých skupin v rámci příslušného třídicího znaku.

U proměnných dělicích respondenty do dvou kategorií byly průměry faktorových skóre porovnávány pomocí t-testu, u proměnných obsahujících tři kategorie byla použita metoda One-Way ANOVA (test Bonferroni).

častěji než ti ostatní myslí, že ve svém okolí nemají příliš mnoho blízkých lidí, na které se mohou spolehnout a v případě potřeby obrátit.

Jako faktor pozitivně ovlivňující život starších lidí se projevilo rodinné zázemí – lidé, jež mají partnera nebo děti, mají pochopitelně ve svém okolí více blízkých lidí, kteří jim v případě potřeby pomohou. Na druhou stranu senioři, kteří partnera či děti nemají, naopak mnohem častěji trpí pocity izolovanosti zapříčiněnými nedostatkem sociálních kontaktů. Podobně senioři, kteří jsou již v důchodu, ale zároveň vykonávají placené zaměstnání, hodnotí svou životní situaci pozitivněji než důchodci nepracující, a to jak co se týče množství blízkých lidí<sup>9)</sup>, tak absence negativních pocitů. Tito lidé se totiž díky svému zaměstnání dostanou do pravidelného kontaktu s jinými lidmi, dochází k uspokojení jejich potřeby seberealizace, mají pravidelný režim a náplň dne a současně i vyšší příjem, což má, vše dohromady, významný vliv na jejich životní spokojenost (Bartošová, 1997; Červenková – Kotýnková, 2001). V neposlední řadě, značný vliv na duševní pohodu jedince má i příjmová situace domácnosti. Je zajímavé, že lidé, kteří vycházejí se svými příjmy snadno, nejenže ve srovnání s lidmi vycházejícími se

<sup>9)</sup> U tohoto faktoru se však prokázal statisticky významný rozdíl pouze u mužů.

svými příjmy obtížně netrpí tak často negativními pocity, ale též deklarují, že mají ve svém okolí více blízkých lidí, na které se mohou spolehnout.

Nyní se nabízí otázka, jaké konkrétní negativní pocity provázejí seniory nejčastěji? A dá se opět vysledovat souvislost mezi negativními prožitky a pohlavím, rodinnou situací, zdravotním stavem a dalšími charakteristikami staršího člověka? Na uvedené otázky se pokusíme odpovědět v poslední části tohoto textu.

Jak už bylo naznačeno výše, nejčastějším negativním pocitem, který se u osob nad 60 let projevuje, je smutek. Z výsledků GGS vyplynulo, že tento pocit provázel za poslední týden alespoň někdy více jak polovinu dotazovaných seniorů. Dvě pětiny starších lidí se občas cítí být osamělými, u třetiny respondentů se v uplynulém týdnu alespoň někdy projevila pocit, že se nemohou zbavit sklíčenosti, a to ani s pomocí přátel a rodiny, dále pocit strachu a občas jim též bylo do pláče. Deprese postihuje seniory v menší míře než ostatní zmíněné negativní prožitky, přesto se s ní ve stáří setkáme více než v mladším věku. Nejméně se senioři potýkají s pocitem životního neúspěchu, který za poslední dobu prožívala pouze pětina dotazovaných osob ve věku 60–79 let (tab. 7).

Tab. 7 Jak často Vás v uplynulém týdnu provázely následující pocity? Osoby ve věku 60 a více let, v % (How often have you felt the following feelings in the past week? People aged 60 and over, in %)

Ukazatel	Zřídka nebo nikdy	Někdy	Často	Většinou nebo neustále	N
Byl/a jsem smutný/á	47,4	43,7	7,7	1,2	2372
Cítil/a jsem se osamělý/á	59,4	31,0	8,1	1,5	2371
Občas mi bylo do pláče	65,6	26,9	6,4	1,1	2370
Měl/a jsem pocit, že se nemohu zbavit sklíčenosti, ani s pomocí rodiny či přátel	66,3	28,3	4,4	1,0	2367
Měl/a jsem pocit strachu	66,6	27,4	5,0	1,0	2364
Měl/a jsem depresi	70,3	23,9	4,9	0,9	2372
Měl/a jsem pocit, že můj život je neúspěšný	74,7	20,4	3,7	1,2	2371

Na základě podrobnějšího třídění datového souboru je možné konstatovat, že (podobně, jako tomu bylo u pocitu sociální izolace) smutek, deprese, sklíčenost a ostatní negativní prožitky ve stáří častěji doprovázejí ženy<sup>10)</sup> (tato souvislost ovšem neplatí u pocitu životního neúspěchu, který prožívají ženy stejně často jako muži), osoby se zdravotními problémy, seniory, kteří nemají děti nebo partnera, a osoby, které obtížně vycházejí s příjmy domácnosti (nejvyšší dosažené vzdělání a fakt, zda starobní důchodce pracuje či nikoliv, tentokrát žádný zásadnější vliv na pocity a prožitky respondenta neměly). Závěrem je nutné zdůraznit, že množství lidí, kteří podléhají negativním prožitkům, se zvyšuje spolu s rostoucím věkem, a to nejen ve stáří, ale v průběhu celého života<sup>11)</sup>.

## Závěr

Předložený text se věnoval problematice stárnutí z mikrosociální perspektivy a snažil se o postihnoutí vlivu tohoto nevyhnutelného procesu na život jednotlivce. Jedním z nejdůležitějších kroků v životě staršího člověka je odchod do důchodu, který bývá mnohdy považován za kritérium vymezující konec středního věku a počátek stáří. Tento krok a s ním spojené ukončení pracovního procesu mívá řadu dopadů na sebepojetí i životní situaci jedince. Mezi jeden

<sup>10)</sup> Zmíněná skutečnost může být mimo jiné ovlivněna vyšší nadějí dožití při narození u žen nežli u mužů, která má za následek, že ženy častěji než muži žijí ve stáří bez partnera a tedy mnohdy osaměle.

<sup>11)</sup> Tato závislost opět neplatila pouze v případě pocitu, že život dotazovaného je neúspěšný, což může být ovlivněno faktem, že s pocitem životního neúspěchu se pojí například neúspěch v zaměstnání nebo v partnerském vztahu, čemuž mnohdy čelí především mladší lidé.



z nejdominantnějších negativních důsledků bezesporu patří zhoršení finanční situace, naopak pozitivní dopad odchodu do důchodu bývá nejčastěji spatřován v rozšíření možností věnovat se koníčkům, zájmům apod., což úzce souvisí s nárůstem množství volného času po ukončení ekonomické aktivity.

Ve stáří se ovšem závažné události hromadí, člověk je stále častěji konfrontován se ztrátami a životními zvraty, a to vše může negativně ovlivnit psychický stav, sebeobraz a prožitky seniora. Mezi tyto závažné události bývá řazen mimo jiné právě odchod do důchodu, dále kupříkladu biologické a fyzické změny, prohlubující se zdravotní problémy nebo smrt partnera. Lidé ve stáří jsou pak nuceni stále častěji čelit samotě, nedostatku kontaktů s lidmi, mnohdy je provázejí pocity smutku, sklíčenosti či strachu. Z analýzy provedené v předloženém textu vyplynulo, že v daleko větší míře doprovázejí ve stáří tyto negativní prožitky a pocity sociální izolovanosti ženy, osoby bez rodinného zázemí, seniory se zdravotními problémy či osoby obtížně vycházející se svými příjmy, přičemž psychický stav seniora se obvykle zhoršuje spolu s jeho narůstajícím věkem.

#### Literatura

- Bartošová, M. 1997. *Vybrané zajímavosti z ekonomické činnosti českých seniorů*. In Rabušic, L. (ed). Česká společnost a senioři. Brno: ŠSS FF MU, s. 91–101.
- Červenková, A. – Kotýnková, M. 2001. *Začlenění seniorů v sociální struktuře soudobé společnosti*. Praha: VÚPSV.
- Haškovcová, H. 1990. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama.
- Kux, J. a kol. 2006. *Vývoj hlavních ekonomických a sociálních ukazatelů České republiky 1990–2005*. Bulletin 21. Praha: VÚPSV.
- Muži a ženy v ČR: životní dráhy a mezigenerační vztahy* (GGS: Generations and Gender Survey), 2005.
- Pichaud, C. – Thareauová, I. 1998. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál.
- Rabušic, L. 1995. *Česká společnost stárne*. Brno: MU v Brně/Georgetown.
- Rabušic, L. (ed). 1997. *Časové dimenze vstupu do důchodu*. In Rabušic, L. (ed). Česká společnost a senioři. Brno: ŠSS FF MU, s. 10–29.
- Rheinwaldová, E. 1999. *Novodobá péče o seniory*. Praha: Grada.
- Stuart-Hamilton, I. 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál.
- Vidovicová, L. – Rabušic, L. 2003. *Senioři a sociální opatření v oblasti stárnutí v pohledu české veřejnosti*. Zpráva z empirického výzkumu. Praha: VÚPSV.
- Vojtěchovský, M. 1992. *Nejzávažnější životní události ve stáří a jejich dopad na duševní a tělesné zdraví*. Naše beseda, č. 10, s. 5–6.

KAMILA SVOBODOVÁ absolvovala v roce 2003 studium demografie na Přírodovědecké fakultě UK a v roce 2005 studium sociologie na Filozofické fakultě UK. V současné době pokračuje v doktorandském studiu demografie na PřF UK a pracuje ve Výzkumném ústavu práce a sociálních věcí ve výzkumné skupině rodinné politiky.

#### Summary

*The author focuses on the problem of ageing from a micro-social perspective and attempts to capture the effect of this unavoidable process on the life of the individual. One of the most important changes in the life of an ageing individual is retirement. It is often regarded as a criterion that marks the end of middle age and the start of old age. This step, accompanied by the end of employment, tends to have numerous effects on the self-perception and life situations of individuals. Among the most pronounced negative effects is unquestionably a worsening of the individual's financial situation, while a positive aspect of retirement tends to be the enhanced opportunities for focusing on hobbies and interests, etc. This is directly linked to the increase in free time when a person ceases to be economically active. However, serious events tend to accumulate in old age, and a person is increasingly confronted with personal losses and major changes in life, all of which can have a negative impact on their psychological state, the way they perceive themselves and how they experience things. Alongside retirement, other serious events include physiological changes, i.e. a growing number of health problems or the death of a partner. The elderly are then increasingly confronted with isolation, a lack of contact with other people, and they often experience a sense of sadness, despondence or fear. The analysis revealed that in old age these negative experiences and feelings of social isolation to a larger degree affect women, people with no family, seniors with health problems, or people who have insufficient income. The psychological condition of senior citizens usually worsens as they age.*