

## OPONRNTSKÝ POSUDOK

Pripadla mi česť vypracovať oponentský posudok k dizertačnej práci pána PhDr Oldřicha Čepelku s témou “Verejně prospěšné aktivity seniorov”.

V úvode autor zdôvodňuje zvolenú metodiku teoretického skúmania problému a výskum na základe teoretických poznatok zvolenej problematiky. Ide o významnú problematiku starnutia spoločnosti a potrebu zisťovania potrieb seniorov v komplexnej rovine v spolupráci so staršou populáciou. Preto autor zvolil realizovateľné ciele a pripravil zodpovedajúcu metodiku výskumu napriek neštandardnej spoločenskej atmosfére v čase pandémie. Autor akceptoval názor národného koordinátora výskumu a zvolil takú cestu výskumu, na ktorej jeho snaženie bolo úspešné.

Kombinácia kvantitatívnej metódy spolu s kvalitatívnou bola doplnená o introspektívne poznanie aby napomohla hlbšie zistiť atmosféru života 3. veku. Podrobné úvahy o teoretických metodologických postupoch vyjadruje štúdium dostatočného odborného materiálu v oblasti sociálnej metodológie. Mnoho vysvetlení k metodike, množstvu teoretických pohľadov a napokon vysvetlenie snahy obhájiť všerozmernosť získavania údajov pre výskum akoby sa poisťovali pred prípadným výpadkom určitého problému badania.

V danej časti dizertačnej práce by sa žiadalo rozdeliť seniorov na starých ľudí so všeobecne realistickým zmýšľaním, pozitívne naladených auto i allopsychologicky a druhú skupinu seniorov typu seifertovského “vše, co už není, hezčí je..”, t.j. ľudí so starou kultúrou myslenia a spomienok na ušlé časy inej spoločenskej formácie v ktorej vyrastali a žili. Až o ďalších 30 rokov bude možné objektívne hodnotiť kohortu seniorov.

Pri popisovaní gerontologických teórií, resp. modelov starnutia chýbajú českí gerontológovia, ktorí danej problematike sa seriózne venovali. Predovšetkým profesor Vladimír Pacovský a celý rad iných významných českých geriatrov gerontológov (napr. E. Topinková, Z. Kalvach, H. Haškovcová a iní). Ich život a tvorba sa odohrávali v čase niektorej citovanej zahraničnej literatúry. Problematika aktivít seniorov v Čechách a na Slovensku je trvalo aktuálna už najmenej 50 rokov.

Zaujímavý literárny prehľad o zdravom a aktívnom starnutí podáva často protichodné, aj keď zaujímavé pohľady. Tvrdenie, že program aktívnej staroby je predurčený

predovšetkým pre strednú triedu je nepresvedčivý tak, ako je nepresvedčivý názor, že nižšia vrstva obyvateľstva nepotrebuje program. Tieto myšlienky nie je potrebné zovšeobecňovať pre príliš subjektívny charakter názorov autorov zaťažený klasickými západnými socialistickými a východnými komunistickými názormi ovplyvňovanými WHO, v čele ktorej stáli a stoja ľudia na platforme socialistických myšlienok. Najkrajší český a slovenský výraz pre význam aktivity tretieho veku je slovo "pohoda". Pohodový a nezávislý život na penzii. Vyjadruje pohodového penzistu, ktorý napriek rozličným „nemúckám“ staroby, ako to písal V. Pacovský, je fyzicky a psychicky aktívny a tým aj spoločensky zaujímavý a užitočný bez potreby organizácie jeho života a dostupnosti spektra nabídky aktivít. Je to asi podobne náboženským aktivitám starých ľudí. Vo svojom počínaní sú nezávislí a sami si limitujú cestu nahor do kostola, ktorí zväčša je na kopci. V slobodnom svete penzisti majú právo na slobodné rozhodovania sa a program zdravého starnutia má fungovať ako knihovňa, kde si klient v pohode vyberie svoj originál... Napokon v kapitole o copingu tento názor je podporovaný dodatkom o význame sociálnej siete.

Od str. 80 správne porovnávajú názory J. Rottera, D. Riesmana, D. Gutmanna a iných autorov o zmenách správania sa s pribúdajúcim vekom, podporovaných stresovými reakciami, kognitívnymi zmenami. Podchytenie Lazarusových mentálnych zásad jedinca v staršom veku dokazuje zrelosť a pekný teoretický prehľad danej tematiky.

Modely starnutia sú ovplyvňované nielen ekonomickou vyspelosťou danej krajiny, ale aj kvalifikovaným prístupom politikou k veciam verejným, vrátane podpory generácií, ktoré sú odkázané na zabezpečenie štátom. V postkomunistických krajinách „riešenia“ dôchodcov sú ovplyvňované starými spôsobmi myslenia. V skutočných demokraciách toto sa rieši v systéme kapitalistického prostredia, kde človek počas produktívneho života sa pripravuje na dôchodkový vek v prostredí daného sociálneho modelu krajiny.

Rozličné modely zdravého starnutia sú obvykle rozporuplne a autor správne cituje skúseného Z. Kalvacha „Pro spokojenost a sebeúctu ve stáří je totiž důležité zachování osobní identity, nezlomení vlastního životního příběhu: já jsem stále já i ve stáří, i v nemoci, i v neštěstí. Stále žiju svůj jedinečný životní příběh“. Týmto bolo povedané všetko. V týchto slovách je produktivita a zdravé a úspešné starnutie. Rozsiahle zdelenie autora o úspešnom starnutí je vcelku konfliktné a subjektívne v závislosti od citovaného autora. Príkladom úspešného starnutia sú umelci, vedci, ale aj jednoduchí ľudia, ktorí sa tešia v kruhu trojgeneračnej rodiny pri uspokojivom fyzickom a psychickom zdraví. Naopak, neúspešná staroba prenasleduje politikov.

„Rozborem 28 štúdií dospelí C. Depp a D. Jeste k záveru, že medzi úspešne stárnoucí lze zařadit asi třetinu seniorů (Depp 2006). Je však třeba podotknout, že tyto studie a) vycházely z různých definic a tedy i z rozmanitého okruhu indikátorů úspěšného stárnutí, b) byly nejčastěji prováděny v ubytovacích zařízeních pro seniory“ potvrdzuje nepravdepodobnosť hodnotenia úspešného starnutia v chápaní zodpovedajúcemu významu tohto slova.

Značnú časť literárneho prehľadu v dizertačnej práci je venovaná Rüeeggerovo pojetí generativite so záverom „pocit životního nasycení, tedy pocit, že jsem svůj život nepromarnil, ale zároveň jej nechci za každou cenu prodlužovat. K tomuto pocitu lze dospět na základě prožitku smysluplnosti celého dosavadního života.“ A ďalej „Rüeeggerovo pojetí stárnutí směřuje k uznání rozmanitých aktivit jako základního projevu života ve stáří a suverenita je klíčovým znakem „umění stárnout“. Subkapitola Závěry o modeloch starnutia podáva analýzu komplexného prehľadu zbytočne rozsiahlej teoretickej časti.

Kapitola 2 Konceptuálny rámec výskumu seniorských aktivít vyjadruje pojmy a navrhuje definície, analyzuje problém verejného záujmu v kontexte spoločenskom, politickom a hodnotovom. Charakteristiky verejného záujmu boli nápomocné pre výskum autora práce.

Subkapitola Aktivity vychádza z teoretických názorov rozličných autorov. Upozorňuje na aktivity psychologické a sociálne. Štyri podmienky aktivity, to sú: postoj, motivácia, schopnosť a životné podmienky zaručujú spokojnosť starého človeka. Zo všetkého množstva pohľadov na aktivitu seniorov asi najvýstižnejší bol Havighurst. Starnúci človek ešte dokáže zmeniť do určitého stupňa zaužívaný svoj stereotyp životného štýlu ale v starobe s pribúdajúcim fyzickým a funkčným poklesom organizmu senior sám limituje svoj výkon.

Význam individuálnych a spoločenských aktivít v porovnaní s osamelosťou a sociálnym vylúčením, resp. sociálnou podporou je čerpaný z objektívneho zistení širokého spektra autorov. „Mezi aktivitami a jejich účinky na zdraví a formování postojů seniorů často existuje obousměrný vztah“ a „Aktivita plaší osamělost a nemoce“ konštatuje autor práce, avšak netreba zabúdať, že tento model môže byť iba propagovaný, nie však organizovaný v našich podmienkach.

Kapitola Druhy aktivít podáva názorové možnosti uplatnenie rozličných aktivít vo vzťahu k možnému zaluúčniu určitých typov seniorov podľa ich charakteristických osobnostných rys. Veta „Typologie nezohledňuje zdravotní stav, zdravotní omezení a znevýhodnění a nezabývá se ani mírou soběstačnosti a dalšími charakteristikami“ poukazuje na zložitosť členenia rôznorodé kohorty seniorov. Aktivity starších ľudí vo verejnom záujme sú ponúkané od dobrovoľnej spoločenskej angažovanosti až po politickú angažovanosť a je to doména obvykle mladších seniorov. S postupujúcim vekom participácia seniorov na veciach verejných je otázna z pohľadu generačných vzťahov. V prípade štúdií španielskych a talianskych autorov asi nebola objektivizovaná príslušnosť seniorov k prípadnej ľavicovému spoločenskému prúdu. Moderná európska spoločnosť preferuje zmenu a angažuje neformálni mladosť, vekovo starší politici len zriedkakedy sú úspešní a uvedomujú si alebo neuvedomujú si podporu spoločnosti. Rovnako tak je to aj s angažovanosťou seniorov na miestnej úrovni samospráv resp. politickej angažovanosti.

Otázky „Nakolik se Vám zdá, že Váš život má smysl?“ a „Máte dost energie pro každodenní život?“ navádzajú starému človeku neistotu a stratu sebadôvery. Skúsenosti oponenta z dlhoročnej geriatrickej praxe, ako aj vlastných vekových skúseností to potvrdzujú. Seniori sú individuálne citliví na pripomínání ich veku, resp. perspektívu ich života.

Dobrovoľnícke aktivity majú mnoho podôb ako autor uvádza v literárnom prehľade. V praxi by mala byť dostatočná reklama a agentúra, ktorá túto činnosť sprostredkuje, ktorá zabezpečuje edukáciu a poistenie, poradenstvo a formu angažovanosti dobrovoľníkov. Uvedené na str. 158 príklady aktivít ľudí nad 80 rokov veku sú zriedkavé a majú akademickú hodnotu. Coping Strategy Indicator s množstvom otázok nie realizovateľná nielen z praktického hľadiska, ale aj z pohľadu charakteru starej populácie a prípadného prínosu pre ich život.

„Cílem dobrého stárnutí (uměním stárnout) je podle Rüeeggera pocit životního nasycení, tedy pocit, že jsem svůj život nepromarnil, ale zároveň jej nechci za každou cenu prodlužovat“, tento postulát je rozporuplný a neprijateľný ako východisko pre skúmanie problematiky starnutia. Väčšina modelov starnutia vychádza z optimistického poňatia procesu starnutia a staroby a problematikou smrti sa zaoberá tanatológia. V živote totiž človek nepripúšťa si myšlienku vlastnej smrti, aj keď je si vedomý svojej konečnosti a často zanecháva závet pre rodinu.

Výskum seniorských aktivít je nielen vo verejnom záujme a prospešnosti, ale aj má význam ako edukácia populácie ako takej. Deťom pre radosť starým rodičov, strednej populácii ako príklad prípravy na svoju starobu a starej populácii ako seniorskú pohodu. Typológia seniorov sa uplatňuje v akademickom prostredí výskumu a teoretických úvah. Ostatné aktivity seniorov vo verejnom záujme nemajú masový charakter a sú ostrovčekmi aktivít v obci. U inštitucionalizovaných seniorov tieto aktivity sú organizované v rámci plánov sociálnej práce v zariadeniach sociálnej starostlivosti.

Rozsiahly prehľad teoretického materiálu zneistoval autora práce pri výbere čo najpojímnejšieho dotazníka a zvolenia metodiky jeho spracovania. Napriek tomu, autor dosiahol pekných výsledkov svojho skúmania. Viaceré odpovede potvrdili údaje odbornej literatúry. Na niektoré otázky redukovaného dotazníka NEO-PI-R ja by som ani neodpovedal lebo pripadajú mi neadekvátne, napr. „Jsem radostný, dobře naladěný, resp. překypující energii člověk...“ Dotazník spokojnosti prezrádza, že človek väčšinou je spokojný s tým čo momentálne má. Typológia seniorov by odhalila „šťastnejších“ alebo „nešťastnejších“ ako v minulosti. Výskum preukázal, ako uvádza autor, že „ofenzivní copingová strategie v našem pojetí se vyskytuje souběžně s pozitivní emoční pohodou a s širším spektrem aktiví“.

Výsledky výskumu potvrdili empiricky hodnotený skutočný stav českej spoločnosti („Předběžná analýza ukázala, že skupina 60-64 let se výrazně odlišuje od 65-74 také z různých demografických a socioekonomických hledisek“ ). Výskum jednoznačne preukázal, že kohorta ľudí do 75 rokov sa po všetkých stránkach odlišuje od kohorty na nad 75 rokov. Praktické skúsenosti z praktickej geriatrickej potvrdzujú mnohorozmernosť vekových faktorov vekovej zmeny. Očakávané je konštatovanie „Nejasný je výsledok samostatného studia jazyků a odborné literatury, které jsme v dotazníku odlišili od skupinových vzdělávacích akcí. V týdenně frekvenci se tomuto studiu věnuje 30 %, ale jen 24 % žen, kdežto ve frekvenci „alespoň jednou měsíčně“ je poměr vyrovnaný: 38 %, resp. 39 %“ a ďalšie konštatovanie „Spektrum běžných aktivit prováděných alespoň 1x týdně je statisticky vysoce významně spojeno s příslušností seniora k vyšší společenské třídě.“. Je otázne, či nebolo potrebné otázky rozdeliť podľa danej skutočnosti pôvodu seniora. Dizertačná práca potvrdila, že výskum nemôže byť zovšeobecňovaný na celú populáciu starnúcich a starých ľudí pre dynamiku mentálnych, kognitívnych, fyzických, psychologických a sociálnych vekových zmien. Napokon, autor s tým súhlasí na str 284 – „dosažený stupeň vzdělání, aktuální zdravotní stav a dostatek ekonomického, sociálního a kulturního kapitálu (příslušnost k vyšší společenské vrstvě) je nejlepším prediktorem strategie, kterou senior používá, aby se vyrovnal se změnami ve stáří a v procesu stárnutí“.

#### Vyhodnotenie :

1. Rozsiahly a podrobný teoretický prehľad umožnil autorovi dizertačnej práce vypracovať výskumnú metodiku a potrebné dotazníky zamerané pre predstaviteľov dvoch kohort seniorov – mladších (60-74 rokov) a staršej (75-80 rokov).
2. Výsledky výskumu neboli vždy vyhodnotené v súlade s teóriami aktivity seniorskej populácie pretože výskum bol robený s českou populáciou, ktorá nie je totožná s jednotlivými výskumnými populačnými skupinami západných autorov.
3. Spoločenské a voľnočasové aktivity českých seniorov vychádzajú z odlišnej mentality kohorty starých ľudí, ktorí sa formovali v inom sociálno-politickom prostredí a okrem vekových zmien starnúceho a starého organizmu ich život trvalo sa adaptuje a modifikuje pre odlišné spoločenské vzťahy po pretrhnutí kontinuity ich spoločenského života.
4. Ako preukázal výskum autora dizertácie, z gerontologického hľadiska staršia generácia je heterogénna, napriek rozličným „nemúckam“ nie je chorá, je aktívna a variabilná v rozličných oblastiach života. Rozdiely v genere zodpovedajú českej mentalite.
5. Konceptuálny rámec výskumu umožňuje aplikovať jeho výstupy v praxi a to ako metodický postup organizácie seniorských aktivít, edukáciu seniorov, ponuka výber seberealizácie v seniorskom veku.
6. Napokon, verejnoprospešné aktivity umožňujú seniorom mať vlastné zastúpenie na rozličných úrovniach spoločenského a politického života, preto „celá analýza

soustředila na 65+ (jak se též v začátcích prací také zvažovalo), neboť tak bychom získali z hlediska aktivit homogennější soubor“.

7. Mojou výhradou je absence v textu širších citací českých významných gerontologů a geriatrů profesora V. Pacovského, Z. Kalvacha, H. Haškovcové, E. Topinkové, I. Holmerové a slovenského gerontologa, který se venoval dané problematice prof. J. Hegyiho

### **Záver:**

**Dizertačná práca PhDr. Oldřicha Čepelky Veřejně prospěšné aktivity seniorů zodpovídá kritériám tohoto druhu práce a preto doporučujem menovanému udeliť vedecko-akademický titul Philosophiae doctor – PhD.**



**Prof. MUDr. Štefan Koval, PhD.**

**V Košiciach, 15.8.2022**