

# VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

---

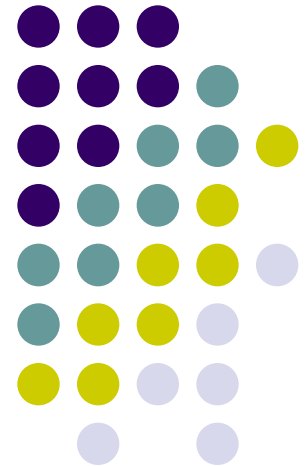
**Základní pojmy**

**Faktory podporující vzdělávání seniorů**

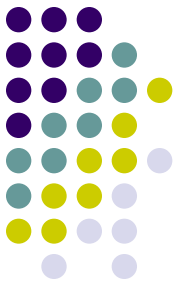
**Charakteristika cílové skupiny seniorů**

**Specifika vzdělávání seniorů**

**Instituce a programy**



# Základní pojmy



- **Gerontopedagogika**-pedagogická disciplína zabývající se výchovou a vzdělávání m seniorů
- **Gerontologie**-lékařský obor zaměřený na stáří
- **Gerontopsychologie**- obor zabývající se psychologckými aspekty stáří
- **Geriatricie**- péče a pomoc starým lidem
- **Sénium, stáří, senior, geront**
- **Důchodový věk, postproduktivní věk, důchodce**
- **Třetí věk, univerzita třetího věku**
- **Ageismus**-projev diskriminace starších lidí

# Mezinárodní aktivity



- **1992- Principy spojených národů pro starší lidi**

5 oblastí:

**nezávislost** (přístup k službám, k práci, ke vzdělávání)

**spoluúčast** (rozhodování, sociální činnost, zakládání hnutí)

**péče** (péče společnosti, přístup ke zdravotnickým a právním službám)

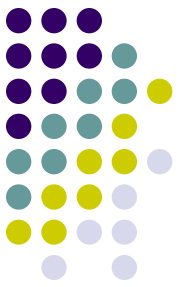
**seberealizace** (příležitosti k seberozvoji, vzdělávání, kulturním, rekreačním možnostem)

**důstojnost** (fyzické a duševní zneužívání, slušné zacházení, vykořisťování)

- **1999 – vyhlášen International Year of Older Persons**

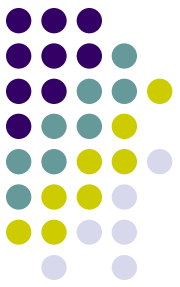
- **1. říjen-Mezinárodní den seniorů**

# Faktory podporující vzdělávání seniorů



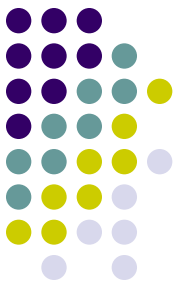
- Stárnutí lidstva, zvyšující se zastoupení starších lidí v populaci
- Prodlužování času života ve stáří, vyšší průměrný věk (muži cca 69 let, ženy cca 75 let)
- Mění se očekávání seniorů od života v období důchodu, vyrovnávání deficitu stáří
- Snaha o kvalitu a důstojnost života ve stáří
- Místo generace starších lidí v demokratické společnosti, nové modely života ve stáří
- Sekundární ekonomické aspekty, zaměstnávání
- Faktor změny v životě staršího člověka

# Etapy věkového období ve stáří



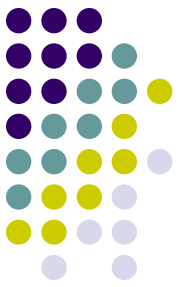
- **Sénium**-celé období věku po 60.roce, **senior**
- **Starší věk**-od 60 do 74 let, starší člověk, mladý senior
- **Stáří** – od 75 do do 89 roků, starý člověk, starý senior
- **Dlouhověkost**- od 90 let, dlouhověký člověk, velmi starý senior

# Projevy a individuálnost stárnutí



- Stárnutí je přirozená součást života každého jedince
- Individuální rozdíly ve stárnutí
- Individuálnost stárnutí je ovlivněna: *geneticky, působením chorobných změn, životním stylem, životním prostředím.*
- Nové strategie myšlení a konání stáří: *důkladnost, spolehlivost, trpělivost, věcnost, systematická a logická paměť*
- Vitální mechanismus života zpomaluje involuční procesy a prodlužuje život
- **Fyziologické projevy stárnutí:** snižování odolnosti, úbytek fyzické síly a energie, poruchy funkce tělesných orgánů, snižování motorické a senzorické kapacity
- **Psychické projevy stárnutí:** změny v percepce, v rozumových schopnosech, v emocionalitě, v adaptaci

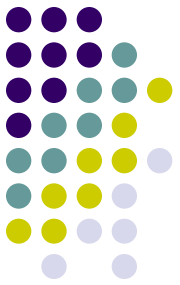
# Senioři jako cílová skupina vzdělávání



## Charakteristiky profilující vzdělávání seniorů:

- Zájmy a záliby, tvořivost
- Motivace ke vzdělávání
- Dosažené vzdělání
- Sociální prostředí
- Společenská angažovanost
- Zdravotní stav
- Zvládání období odchodu do důchodu
- Hledání životního programu a nových aktivit
- Vyrovnávání se s krizemi a omezeními ve stáří

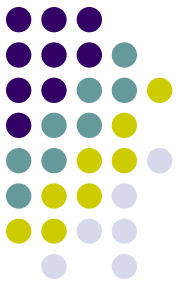
# Motivace ke vzdělávání ve stáří



- **Rozšířit si a doplnit poznatky nebo získat nové**
- **Porozumění sobě**
- **Naučit se kompenzovat pokles své výkonnosti**
- **Připravit se na vlastní stáří**
- **Dát svému životu pevnější strukturu a řád**

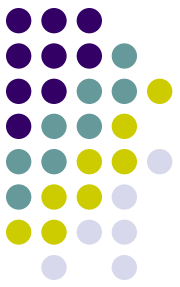


# Tři úrovně v oblasti vzdělávání seniorů



- Preseniorské vzdělávání-příprava na stáří
- **Vlastní seniorské vzdělávání**-rozmanité programy a instituce
- **Proseniorské vzdělávání**-příprava specialistů pro vzdělávání seniorů

# Vzdělávací instituce a programy



- **Univerzita třetího věku**- dvou a tříleté ucelené programy různého zaměření, přístup od 60 let, maturity, univerzitní procedury
- **Akademie třetího věku**-krátkodobé formy vzdělávání, témata kulturní, umělecká, historická, medicínsko-gerontologická, občansko-sociální, příprava na starší věk, rekondiční cvičení, hobby-aktivity
- **Kluby důchodců**-široké spektrum aktivit zájmového charakteru (*ruční práce, výlety, besedy s lékařem, nacvičení divadla atd.*)
- **Seniorská centra**-občanská sdružení pro sblížování se staršími občany
- **Zájmové organizace a spolky**-např. zahrádkáři, chovatelé aj.

# Další programy pro seniory

- **Letní univerzitní kurzy pro seniory (Kanada, Německo)**
- **Programy podpory společenské angažovanosti seniorů**
- **Poznávají zájezdy**
- **Programy veřejných knihoven**
- **Programy přípravy na zdravé stárnutí**
- **Tréninky paměti**
- **Programy tělesné a pohybové výchovy**
- **Adaptační programy v domovech důchodců**
- **Rehabilitační programy**
- **Individuální zájmové vzdělávání**

