

Životní spokojenost a ekonomický status

A life satisfaction and an economic status

Bc. Ludmila Suchá

Diplomová práce
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií


INSTITUT
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Institut mezioborových studií Brno
akademický rok: 2012/2013

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Ludmila SUCHÁ**
Osobní číslo: **H128226**
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Životní spokojenost a ekonomický status**

Zásady pro vypracování:

Zadané a zvolené téma bude zpracováno podle pokynů obsažených v materiálu IMS "Metodika psaní odborného textu a výzkum v sociálních vědách" (IMS 2009). Případně podle dalších materiálů, z nichž některé jsou obsaženy v literatuře připojené k tomuto studijnímu textu. Zejména bude dbáno na dodržování zásad publikační etiky a pravidel společenskovedního výzkumu. Průběžné výsledky práce budou pravidelně konzultovány s vedoucí diplomové práce.

S vědomím těchto zásad a pravidel a po konzultaci s vedoucí bude práce zaměřena:

- na faktory ovlivňující životní spokojenost člověka ve vztahu k ekonomickému statusu,
- na hledání odpovědi na otázku, zda materiální dostatek dělá člověka skutečně šťastným,
- na možnosti sociální pedagogiky pomoci pozitivně vnímat a ovlivnit subjektivní postoj člověka vůči vlastnímu životu.

Součástí práce bude realizovaný kvantitativní výzkum zaměřený na zjištění vztahu životní spokojenosti a ekonomického statusu.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

Bakošová, Z. Sociální pedagogika jako životná pomoc. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava, 2011.

Kofman, F. Vědomý business: integrita, úspěch a štěstí. Praha: Portál, 2010.

Křivohlavý, J. Optimismus, pesimismus a prevence deprese. Praha: Grada, 2012.

Křivohlavý, J. Pozitivní psychologie. Praha: Portál, 2004.

Mühlpachr, P. Sociální práce jako životní pomoc. Brno: MSD, 2006.

Nürnberg, E. Síla pozitivního myšlení: jak získat životní nadhled a udržet starosti na uzdě. Praha: Grada, 2011.

Další literatura bude obsažena v Projektu diplomové práce a průběžně doplňována během práce na tomto textu.

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Geraldina Palovčíková, CSc.

Katedra psychologie

Datum zadání diplomové práce:

30. listopadu 2012

Termín odevzdání diplomové práce:

31. března 2014

V Brně dne 30. listopadu 2012


prof. PhDr. Pavel Mühlpachr, Ph.D.
vedoucí ústavu




doc. PhDr. František Vízdal, CSc.
vedoucí katedry

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

.....
LUDMILA ŠUCHA
.....
Jméno, příjmení studenta

V Brně 16. 1. 2014

.....
Anča
.....
Podpis

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlédnutí veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(1) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu, k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídnou k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Tématem diplomové práce je problematika vlivu ekonomického statusu na životní spokojenost. Práce se člení na teoretickou a praktickou část. Teoretická část se zabývá výkladem pojmů osobní pohoda, životní spokojenost a její determinanty. Následně je popsána problematika zaměstnání, vzdělání, pracovní motivace a životního stylu z hlediska naplnění životních potřeb a spokojenosti. Praktická část této práce je zaměřena na zjištění úrovně životní spokojenosti všech kategorií ekonomického statusu a vyhodnocení předem stanovených hypotéz. Formou dotazníkového šetření bylo zjištěno, že nejvíce životní spokojenosti prožívají zaměstnaní lidé ve věku od 36 do 45 let a podařilo se potvrdit hypotézy, že míru životní spokojenosti nejvíce ovlivňuje spokojenost v partnerství, dobrý zdravotní stav a spokojenost v zaměstnání. Naopak bylo ověřeno, že nezaměstnanost osobní pohodu výrazně snižuje.

Klíčová slova: životní spokojenost, osobní pohoda, ekonomický status, vzdělání, zaměstnání, motivace, životní styl.

ABSTRACT

This thesis deals with the influence of the economic status on life satisfaction. This work is divided into a theoretical and a practical parts. The theoretical part deals with the interpretation of concepts of personal well-being, life satisfaction and its determinants. The problem described employment, education, work motivation and lifestyle in terms of meeting the necessities of life and satisfaction. The practical part of this work focuses on the level of life satisfaction of all categories of the economic status and evaluation of pre-established hypotheses. A questionnaire determined the employed people age 36-45 experienced the most life satisfaction. The hypothesis confirmed that life satisfaction the most influences satisfaction in partnerships, good health and job satisfaction. Conversely the unemployment significantly reduced personal well-being.

Keywords: life satisfaction, personal well-being, economic status, education, employment, motivation, lifestyle.

Poděkování

Děkuji paní PhDr. Geraldině Palovčíkové, CSc. za odborné vedení, laskavý a lidský přístup při zpracování mé diplomové práce.

Dále děkuji všem respondentům za vyplnění dotazníku, pomohli mi tak realizovat výzkum, který je součástí této práce.

V neposlední řadě děkuji své rodině za trpělivost a morální podporu po celou dobu mého studia.

Motto

„ Vždy existuje řešení, pokud ho nevidíte, změňte úhel pohledu.“

Kdo volí minulost, žije v lítosti.

Kdo volí budoucnost, žije ve strachu.

Kdo volí přítomnost, žije ve spokojenosti.

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	8
I TEORETICKÁ ČÁST	9
1 ŽIVOTNÍ POHODA	10
1.1 DEFINICE A VYMEZENÍ POJMU ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI	10
1.2 VÝZKUMNÉ STUDIE OSOBNÍ POHODY.....	12
1.3 PSYCHOLOGICKÉ PODMÍNKY OSOBNÍ POHODY.....	14
1.4 VÝVOJ ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI V PRŮBĚHU ŽIVOTA	17
1.5 PODPORA A UDRŽOVÁNÍ OSOBNÍ POHODY	18
2 POZICE JEDINCE VE SPOLEČNOSTI	21
2.1 EKONOMICKÝ STATUS	21
2.2 PŘÍSLUŠNOST JEDINCE K SOCIÁLNÍM SKUPINÁM.....	23
2.3 SPOLEČENSKÉ ZMĚNY A ROZVOJ VZDĚLÁNÍ.....	23
2.4 OSOBNOST A PRÁCE	25
2.5 ŽIVOTNÍ STYL.....	30
II PRAKTICKÁ ČÁST	32
3 METODOLOGIE A VÝZKUM	33
3.1 CÍL VÝZKUMU A FORMULACE HYPOTÉZ.....	33
3.2 METODOLOGIE VÝZKUMU	33
3.3 ANALYTICKÁ ČÁST.....	35
4 VÝSLEDKY VÝZKUMU A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ	36
4.1 ZKOUMANÝ SOUBOR	36
4.2 VÝSLEDKY VÝZKUMU	36
4.3 ANALÝZA VÝSLEDKŮ A HYPOTÉZ.....	63
4.4 DISKUSE.....	67
ZÁVĚR	69
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	71
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	74
SEZNAM OBRÁZKŮ	75
SEZNAM TABULEK	76
SEZNAM GRAFŮ	77
SEZNAM PŘÍLOH	78

ÚVOD

„Najít správný směr mezi opatrností a odvahou, je to největší umění.“

Tomáš Baťa

Každý chceme prožít smysluplný život plný porozumění, životní pohody a šťastných okamžiků. Šťastí není žádný trvalý stav, jsou to malé okamžiky a naopak osobní pohoda je prožitek, který trvá spíše týdny, řadíme ho tedy ke stabilnějším emočním charakteristikám. Do života člověka přicházejí i chvíle nepohody, zármutku a bolesti, které jsou našimi velkými učiteli, bez nich by totiž nikdo nedocenil ty doby, v nichž je člověk opravdu šťastný a spokojený.

V životě nezáleží ani tak na tom, co objektivně je, ale na tom, jak to vnímáme. Dva jedinci za teoreticky stejných podmínek mohou realitu a míru vlastní spokojenosti vnímat velice odlišně. Životní spokojenost je velmi subjektivní pocit, který vnímáme na základě toho, jak máme nastavené pozitivní myšlení a jak se dokážeme s plynoucím životem a různými okolnostmi vyrovnat. Důležité je také obyčejné odpuštění a nepodlehnutí krizovým situacím. Řada životních zkušeností nejsou jednoduchá, ale můžeme věřit tomu, že vždy existuje řešení a pokud právě žádné nenacházíme, je třeba změnit úhel pohledu. Základem je mít ze svého života dobrý pocit ne „přes omezení“, ale „s přijetím omezení“, která máme. Spokojenější je vždy reálně myslící člověk, než „snílek“ toužící po sice lákavých, leč neuskutečnitelných ideálech. I v tomto směru může být sociální pedagogika nápomocná vést jedince k uvědomění si úžasných možností lidské mysli a podpořit jej v odvaze stát se zodpovědným za celý svůj život, zvláště pokud ještě nenalezl ty pravé a inspirující hodnoty a cíle.

V diplomové práci budeme zjišťovat, jaký vliv má ekonomický status na životní spokojenost. Cílem každého jedince je dosáhnout nejvyšší možné míry životní spokojenosti a být v životě uznáván druhými lidmi. Celá práce je rozdělena do teoretické a praktické části a každá část je dále rozdělena do dvou kapitol. V teoretické části první kapitoly je vysvětlen pojem osobní pohoda, životní spokojenost a její determinanty, ve druhé kapitole je popsána problematika vzdělání, zaměstnání, pracovní motivací a životního stylu z hlediska naplnění životních potřeb a cílů. Praktická část této práce je zaměřena na zjištění úrovně životní spokojenosti všech kategorií ekonomického statusu a vyhodnocení předem stanovených hypotéz. V příloze pak můžeme najít dotazník, který jsme respondentům předkládali v písemné i elektronické podobě.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 ŽIVOTNÍ POHODA

„Nikdy se ničeho velkého nedosáhlo bez nadšení.“

R.W.Emerson

Lidé se životní pohodou zabývali už od pradávna, avšak mezi první inovátory na psychologickém poli, kteří se odchýlili od nemocí duše a poruch vývoje osobnosti k lepším a pozitivnějším stránkám lidské osobnosti, jsou považováni Abraham Maslow, Alfred Adler, M. Seligman, Albert Bandura a M. Csikszentmihaly. Psychologie osobní pohody jako samostatná psychologická disciplína vznikala v průběhu výzkumů. Tyto výzkumy začaly probíhat od počátku osmdesátých let dvacátého století (Blatný, 2005).

V současné době se osobní pohodou zabývá mnoho autorů, a to nejenom psychologů, sociologů, ale také filosofů a spisovatelů. Již od pradávna se celé generace lidí zajímají o to, jak být se životem spokojeni, šťastni, co pravé štěstí znamená, co ho utváří, a jak se projevuje. Nelze se proto divit, že pojetí životní spokojenosti není jednoduché definovat.

Seligman (2003) se zamýšlí nad otázkou, zda štěstí pramení spíše z prokázání laskavosti nebo ze zábavy. S přáteli si zadali úkol: věnovat se jedné příjemné činnosti, vykonat jeden filantropický skutek a následně oba zážitky popsat. Následně bylo zjištěno, že pokud byly filantropické činy spontánní a vyžadovaly si prokázání určité silné stránky, vyvolal laskavý skutek podstatně příjemnější emoce, než pouhé vykonání příjemné činnosti, jako je například shlédnout film nebo si dopřát zmrzlinový pohár. Na rozdíl od potěšení je laskavý skutek zdroj požitku. Laskavost nedoprovází oddělitelný proud pozitivních emocí jako je radost, spíše spočívá v naprosté angažovanosti.

Nejpravdivějším měřítkem životní spokojenosti je šťastný a smysluplný život, který žijeme každý den a v každém okamžiku každého dne.

1.1 Definice a vymezení pojmu životní spokojenosti

„Štěstí tvého života závisí na druhu tvých myšlenek.“

Markus Aurelius Antonius

Abychom správně porozuměli tomu, co obsahuje pojem „well-being“ (tělesná i duševní pohoda), měli bychom také rozumět silným stránkám osobnosti a ctnostem. Jak uvádí Seligman (2003), jestliže celková pohoda vychází z uplatnění našich silných stránek

a ctnosti, pak jsou naše životy prostoupeny autentičností.¹ Pocity jsou stavy, momentální jevy, které nemusejí být opakovaně se vyskytující rysy osobnosti. Optimisté mají tendenci své problémy interpretovat jako přechodné, které se týkají jedné situace. Naopak pesimisté se domnívají, že jejich problémy nikdy neskončí a navíc se nedají zvládnout. Optimismus je jednou ze silných stránek, kterou lze dosáhnout větší celkové pohody.

Subjektivní životní pohoda (well-being) je definována jako „kognitivní a emocionální vyhodnocení vlastního života“ (Diener, Lucas, Oishi, 2002, cit. z Křivohlavý, 2004). Životní spokojenost je jedním z klíčových pojmů v širší oblasti psychologie osobní pohody a z toho důvodu je nutné se nejprve podívat, neboli vymezit si pojem osobní pohoda, neboli well-being, dále pojem subjektivní osobní pohoda, objective well-being.

V minulosti se psychologie zaměřovala především na chorobné projevy jedince, jeho diagnostiku a léčbu. V současné době se stále více psychologů, sociálních pracovníků a pedagogů zaměřují spíše na pozitivní aspekty života. Jedním z nejvýznamnějších trendů současné psychologie je posun ke studiu pozitivních aspektů lidského života. Tento proud se nazývá pozitivní psychologie a její zastánci se zaměřují především na procesy odpuštění a smířování, které mají zásadní význam v mezilidských vztazích. Pozornost se věnuje i dalším tématům jako je štěstí, naděje, kvalita života, osobní pohoda, pozitivní emoce, radost, optimismus, vděčnost apod.

Spokojenost je dána pozitivním fyzickým a psychickým stavem. Takovým, v němž máme možnost úspěšně uspokojit své potřeby. Eventuálně bez problémů rezignovat na uspokojení potřeb námi k neuspokojení vybraných. Svobodná volba je důležitá. Podstatný je pocit přiměřené seberealizace a sebevědomí. Vyplývá ze srovnání aktuálně prožívaného stavu s tím, oč usilujeme a co si jednoznačně přejeme (Nüumberger, 2011, s. 101).

Jak je z výše uvedeného zřejmé, již samotné názvosloví týkající se životní spokojenosti je velmi nejednoznačné a široké. Jednou z nejvíce užívaných a všeobecně přijatých definic je následující Životní spokojenost jsou „subjektivní souvislosti lidského

¹ Pravost, původnost, hodnověrnost.

prožívání a hodnocení vztahu nejen k sobě, ale i k okolnímu světu a jeho psychologického zpracování." (Blatný, 2005, s. 87).

Dále bývá termín „životní spokojenosti“ většinou vnímán jako: „měřítko uspokojení, kterým jedinec posuzuje všeobecnou kvalitu jeho vlastního života jako celku, nebo jak se člověk ztotožňuje se životem, který vede. Znázorňuje tedy určitý kognitivní proces. Obsahovou blízkost osobní pohody a životní spokojenosti dosvědčuje i ta skutečnost, že osobní pohoda je nejčastěji shrnuta do dvou skupin. První skupina představuje emoční stav, zážitek nebo pocit radosti a druhá skupina představuje kognitivní děj, proces úsudku a vědomé hodnocení vlastního života. Znamená to tedy, že životní spokojenost tedy můžeme vnímat jako složku osobní pohody, která charakterizuje její kognitivní součást neboli prvek.

Jak jsme si již výše uváděli, osobní pohodou se v dnešní době zabývají psychologové, sociologové, pedagogičtí pracovníci, ale i medicína. Světová zdravotnická organizace (WHO)² osobní pohodu v roce 1948 zahrnula do definice pojmu „zdraví“, jež vymezuje: „nikoli jako pouhou absenci nemoci či poruchy, ale jako stav úplné duševní, tělesné a společenské pohody (well-being)" (Výrost, Slaměník, 2001, s. 20).

Pokud si můžeme shrnout různé definice, je třeba chápat subjektivní pohodu jako stav emoční a kognitivní, který zahrnuje pozitivní emoce, pocity radosti a štěstí, tak procesy kognitivního hodnocení současného i celkového pocitu, o tom jak se člověku daří v životě, jak to vnímá. Stejně tak můžeme osobní pohodu popisovat v termínech, well-being, subjective well-being či SWB a považovat je víceméně za totožné. Na životní spokojenost však doporučujeme nahlížet jako složku osobní pohody, která popisuje její kognitivní stav. (Diener, Lucas, Oishi 2002, cit. dle Křivohlavý, 2004)

1.2 Výzkumné studie osobní pohody

Osobní pohodou se v České republice i na Slovensku zabývala celá řada autorů. Z údajů od reprezentativního souboru české populace, které publikovali Šolcová a Kebza (2005) nevyplývalo, že by byla osobní pohoda utvářena rodem nebo věkem. Osobní

² **Světová zdravotnická organizace (World Health Organization, WHO, též SZO)** je agentura Organizace spojených národů. Je koordinační autoritou v mezinárodním veřejném zdraví. Centrálu má v Ženevě ve Švýcarsku. WHO byla založena Spojenými národy 7. dubna 1948. Tento den se na celém světě slaví jako Světový den zdraví.

pohodu podle regresní analýzy utváří úroveň sebeuplatnění, subjektivně hodnocený zdravotní stav, úroveň vzdělání a psychická odolnost. Dále např. Tišanská a Kožený (2004) sledovali životní spokojenost a osobnostní charakteristiky českých senierek. Zjistili, že anticipovaná míra sociální opory je podstatným faktorem, který ovlivňuje úspěšnou adaptaci na stáří a zároveň že schopnost zajistit si tuto oporu je výrazně ovlivněna temperamentem. Škálu emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody pro měření osobní pohody v souvislosti s manželským stavem a osobnostními charakteristikami použila Kačmárová (2007). Na Slovensku se vztahům emočního prožívání, optimismu a osobnostních charakteristik se věnovala také Ficková (2002). Dle jejího zjištění je u adolescentů spolehlivým ukazatelem emočního prožívání především náchylnost k emoční a duševní labilitě, která má především vztah k prožívání negativních emocí.

Souvislostmi mezi sebehodnocením, životní spokojeností a osobnostními vlastnostmi se zabýval Blatný (Blatný, 2001). Ve dvou studiích zjišťoval vztah mezi osobní pohodou a osobnostními charakteristikami. Z těchto studií vyplynulo, že adolescenti s vyšším sebehodnocením a spokojeností se svým životem se posuzovali jako emočně vyrovnaní, svědomití, komunikativní a otevření novým zkušenostem.

Z výše uvedeného je patrné, že můžeme vysledovat, že uvedené teorie se dělí na dvě základní kategorie. První je tzv. model osobnosti (přístup shora - dolů) jež charakterizuje osobní pohodu jako stabilní linii, která je primárně odvozena od osobnosti, tzn., že každý jedinec vnímá určité věci svým jedinečným způsobem. Úroveň osobní pohody je tedy určována tím, že jedinec prožívá větší množství různých událostí pozitivně, což je dáno jeho základním osobnostním nastavením, které můžeme nazvat jako pozitivní a optimistické. Jednoduše lze konstatovat, že optimisticky naladěni lidé vidí na světě jen to nejlepší a pesimisté pravý opak. Do druhé kategorie lze zařadit všechny teoretické koncepce tzv. přístupy zdola - nahoru, ty se věnují objektivním podmínkám osobní pohody. Předpoklad těchto teorií je: „že pokud člověku okolnosti dovolí uspokojovat základní lidské potřeby bez větších problémů, bude šťastný.“ (Blížkovská, 2003, s. 56). V uvedeném přístupu je osobní pohoda také odvozována od prožitých životních událostí, a z toho důvodu není považována za stabilní rys osobnosti, ale za stále se lehce měnící stav, dle právě prožívaných životních situací. Většinou bývá osobní pohoda vymezena jako souhrn malých radostí.

Například Blatný (2006) uvádí, že: „Pozitivní emoční stav je soubor specifických pozitivních emocí, afektů a nálad a negativní emoční stav je souhrnem specifických negativních emocí, afektů a nálad. Osobní pohoda je dána vyšší mírou pozitivních emocí a naopak nízkou mírou emocí negativních.“

Prediktory, faktory a složky osobní pohody

Zde se budeme věnovat jednotlivým faktorům a složkám osobní pohody, a také se v krátkosti zmíníme o všeobecných složkách osobní pohody, a to především o její emocionální složce - pocitu radosti a štěstí.

Mezi nejvýznamnější složky osobní pohody patří kvalitní, vzájemné společenské nebo přátelské vztahy s druhými lidmi, prožívání osobního úspěchu, pocit vlastní kompetence a autonomie. K dalším podmínkám stavu osobní spokojenosti a pohody je možné zařadit sociální kontakty a s blízkými příbuznými a dobrými přáteli, sexuální aktivita, spokojenost v zaměstnání i osobním životě, zdravý životní styl, sport, jídlo a pití. Dále je nutno doplnit, že za hlavní determinanty osobní pohody je nutno považovat dobrý zdravotní stav, subjektivně prožívanou osobní spokojenost a uspokojivé postavení jedince v sociální hierarchii (Kebza, Šolcova, 2005).

1.3 Psychologické podmínky osobní pohody

„Budete-li se snažit, porozumět celému vesmíru, nepochopíte vůbec nic. Jestli-že se pokusíte porozumět sobě, pochopíte celý vesmír.“

Buddha

Psychologické podmínky osobní pohody vnímáme jako úkazy, které vycházejí z osobnosti jedince, které mohou být jak vrozené tak naučené, nebo týkají přímo či nepřímo osobnosti jedince.

Mezi hlavní psychologické podmínky osobní pohody můžeme považovat temperament a stálé osobnostní rysy. Základním osobnostním jevem, který podporuje většina výzkumů je extraverte³ a stabilita osobnosti. Tento všeobecný názor je možné

³ Přístupnost vnějším podnětům, snazší přizpůsobivost, otevřenost vůči ostatním.

prokázat tím, že extravertní osoby si sami více zajímají o aktivity, které podporují pocit radosti a osobní pohody, např. vyhledávají různé sportovní a sociální akce, kde mohou být ve styku s ostatními lidmi, s nimiž snadněji navazují kontakt. Extraverti se více smějí, udržují stálý oční kontakt, chovají se volně a bezprostředně, jsou hlasitější, zajímají se o různé věci, poskytují komplimenty, bývají vtipní a rádi baví ostatní. (Kebza, Šolcova, 2005, s. 17)

Optimismus je další vlastností osobnosti, která souvisí se subjektivní pohodou. Skládá se, jak z emoční, tak poznávací (kognitivní) komponenty.

Dosedlová (2008) vnímá optimismus: „jako adaptivní, vývoj lidské civilizace stimuluje charakteristiku podmíněnou geneticky. Definovala ho jako náladu či postoj, který je spojený s očekáváním žádoucí sociální a materiální budoucnosti.“ Pozitivní pohodu sytí příjemné pocity, jako je například očekávání pozitivní budoucnosti. Nadto optimismus sytí osobní pohodu prostřednictvím aktivního chování, zdravým životním stylem, zdravou stravou a hlavně strategiemi na zvládnání stresu, jakož, např. plánování, pozitivní přerámování negativní situace smyslem pro humor apod. Optimisté si rovněž uchovávají názor, že své vliv ve světě mají téměř pod všeobecnou kontrolou, a sami sebe vidí v mnohem lepším světle, než jací ve skutečnosti jsou. Naopak lidé, kteří jsou nešťastní, věnují pozornost převážně negativním a nepříjemným událostem, mají na sebe přehnané nároky a jsou k sobě příliš kritičtí.

Dalším psychologickým jevem je naděje, která podporuje emoce i celkovou spokojenost. Dosedlová (2008) uvádí, že naděje: „*posiluje víru, že člověk najde způsob, jak dosáhnout žádoucího cíle, a bude motivovaný tento způsob užít.*“

Mezi další významné předpoklady osobní pohody patří také přátelské vztahy s ostatními lidmi, z nichž nejdůležitějším předpokladem je spokojené partnerství či manželství. Hamplová (2004) potvrzuje, že život v partnerství pozitivně koreluje se subjektivní pohodou jen tehdy, jsou-li oba partneři ve svazku spokojeni, pokud spokojeni nejsou, jejich míra osobní pohody se spíše snižuje. Mezi velmi časté příčiny partnerských neshod může být podle Kratochvíla (2006) soužití s rodiči jednoho z partnerů. Hlavním důvodem je přílišné zasahování rodičů nejen do chodu domácnosti, ale i do jejich partnerského vztahu. Naopak spokojený a kvalitní manželský vztah zvyšuje subjektivní pohodu. Ve spokojeném manželství si partneři navzájem poskytují materiální a emocionální podporu, a sdílejí společně alespoň část volnočasových aktivit. Stejnou

funkci mohou plnit i blízcí příbuzní, přátelé, děti, spolupracovníci a sousedé (Blatný, 2005, s. 65).

Dalším výrazným indikátorem osobní pohody je uspokojení z práce. Arnold a kol. (2007) uvádí, že je pravděpodobné, že člověk, který je nespokojený v práci, bude obecně šťastný. Pracovní spokojenost je naplňována vnitřní spokojeností, zde si můžeme představit spokojenost s vlastním zaměstnáním, vztahy na pracovišti mezi kolegy a nadřízenými, s výší platu, dále jaká je vyhlídka na povýšení a spokojenost se supervizí. Lépe placená a kvalifikovaná práce a zapřičiňující vyšší vnitřní motivaci a kvalitní vztahy na pracovišti patří mezi nejvýznamnější předpoklady osobní pohody. Dále, je stěžejní vyhledávat zaměstnání, které souzní s jedincovou osobností, s jeho zájmy a dovednostmi. Jinými slovy, zaměstnání, které nám poskytuje výzvy, smysl pracovní aktivity, pocit autonomie, uvědomění si vlastních dovedností a pozitivní zpětnou vazbu je jedním z hlavních ukazatelů osobní pohody.

Seligman (2003) ve své knize uvádí, že učenci rozlišují tři typy „pracovního zaměření“ a to je zaměstnání, profese, poslání.

Zaměstnání děláme kvůli výplatě a nečekáme od něj žádné jiné odměny. Je jen prostředkem k nějakému jinému cíli (volný čas nebo výživa rodiny) a když nedostaneme výplatu, dáme výpověď.

Profese v sobě zahrnuje větší osobní investici do práce, kterou neměříme pouze penězi, ale také pokrokem. Každé povýšení a vyšší plat nám přinese větší prestiž a více moci. Poslání je vášnivou oddaností práci kvůli ní samé. Jedinci s posláním svou práci berou jako příspěvek k obecnému zájmu. Práce je uspokojivá sama o sobě, bez ohledu na peníze a povýšení, když povýšení není možné a peníze dojdou, práce pokračuje.

Životní spokojenost rovněž ovlivňují volnočasové aktivity, které poskytují potěšení již z činnosti samé. Zabezpečují jedinci relaxaci, přinášejí zábavu a radost, spojení s přáteli a ostatními lidmi. Čím více tato aktivita vyžaduje aktivní účast a úsilí, tím vyšší je míra osobní pohody, např. umění a sport (Blatný 2005).

Věk, pohlaví, vzdělání, příjem jsou také faktory, které se váží k subjektivní pohodě. Vládně zde však jistá nejednoznačnost, výsledky výzkumů se částečně rozcházejí, uvedeme si zde proto několik závěrů. Hamplová (2004) uvádí, že mladí lidé jsou většinou spokojenější než lidé staří, tuto skutečnost dává do kontextu se zhoršujícím se zdravím, ekonomickou a sociální situací. Dále bylo zjištěno, že mezi ženami a muži nebyl prokázán

žádný vztah se životní spokojeností. Vzdělání také není výrazným ukazatelem subjektivní pohody. Autorka uvádí, že výsledky jsou v tomto případě logické: „muži se základním vzděláním představují skupinu s nejhorsími ekonomickými a pracovními perspektivami a na rozdíl od žen nemají možnost využít rodičovství jako sociálně uznávanou životní alternativu." (Hamplová, 2004, p. 35). Zaměstnání ovšem s osobní pohodou souvisí, a to tak, že je-li jedinec spokojen se svou prací, vzrůstá i jeho celková životní spokojenost. Tato korelace je však menší než mezi spokojeností s rodinným životem a osobní pohodou.

Autoři, kteří se zabývají socioekonomickým statusem (SES) dávají vyšší míru životní spokojenosti do souvislosti s vyšší úrovní vzdělání, zvláště u žen se pak projevila významná korelace mezi dosaženým vzděláním a sebedřívjetím, zvládáním svého prostředí a vztahy s druhými. Další výzkumy prokazují, že lidé s vyšším vzděláním, celkově fyzicky atraktivní a starší osoby inklinují k vyšší míře osobní pohody. Ženy bývají obvykle šťastnější v mladším věku, vědomy své fyzické atraktivity. Naopak muži bývají spokojenější ve středním věku, kdy jsou finančně zabezpečeni, dosahují vyšší kariéry a postupu na společenském žebříčku (Kofman, 2010).

Závěrem lze konstatovat, že: „subjektivní pohoda je rys, který je ovlivňován prostředím, genetickými vlivy a jedinečnými zkušenostmi jednotlivce." (Šolcova, Kebza, 2005, p. 73).

1.4 Vývoj životní spokojenosti v průběhu života

Překvapivou charakteristikou životní spokojenosti, která je velmi významná, je její tendence ke stabilitě v čase. Při výzkumech lze totiž úroveň spokojenosti odhadnout na základě dřívějších měření a výsledky budou podobné, neboť kdo byl spokojený před několika lety, bude s větší pravděpodobností zhruba stejně spokojený i v současné době, a naopak.

Jak uvádí Vágnerová (2005) z dlouhodobého hlediska ovlivňuje míru spokojenosti temperament člověka. Otázka stability úrovně životní spokojenosti je zásadní. Člověk zcela přirozeně neustále usiluje o stav spokojenosti, ať už to nazývá jakkoliv a volí jakékoliv prostředky. I psychologové se snaží nasměrovat své aktivity ke zvýšení duševního komfortu svých klientů. Veškeré snažení by však bylo zbytečné, pokud by úroveň životní spokojenosti nebylo možné z principu změnit.

Významnou pozici v problematice životní spokojenosti zastává koncept individuální úrovně životní spokojenosti. Jde o relativně stálou hladinu spokojenosti, která se může měnit působením okolních vlivů směrem nahoru a dolů. Lidé mohou zpočátku na vnější události slně reagovat, ale za čas se opět vrátí k původní hodnotě spokojenosti.

Také podle Nakonečného (1995) je pocit životní spokojenosti poměrně konzistentní a v průběhu času a v různých situacích se osobní pohoda výrazně nemění. Nemění se víceméně úroveň osobní pohody, ale pouze její zdroje. V průběhu života však přicházejí fáze, kdy se cítíme šťastní i méně šťastní. Dále s přibývajícím věkem objem pozitivních emocí, které prožíváme, klesá a životní spokojenost naopak s věkem opět mírně stoupá. Dospělí mají ve středním věku největší pocit samostatnosti a starší lidé mají silnější pocit kontroly nad prostředím (lepší zvládnání životních situací), nežli mladí. Po celý život zůstávají vztahy mezi životním smyslem a sebeakceptací pro osobní pohodu stejně důležité. Během mládí má osobní pohoda více výrazovou podobu, odvíjí se od počtu a intenzity emocionálních prožitků. Ve vyšším věku dominuje rozumové hodnocení života. Mladší věkové skupiny zažívají větší pocit osobního růstu.

1.5 Podpora a udržování osobní pohody

Z různých výzkumů vyplývá, že nikdo z lidí nechce být nešťastný. Většina lidí je průměrně až výrazně kladně spokojena, pouze malé procento lidí je skutečně nespokojených.

K hlavním postupům udržení si osobní pohody lze zařadit:

- přehodnocování svých životních zážitků a zkušeností (například: „*mám se špatně, ale jsou lidé, kteří jsou na tom ještě hůř*“),
- vyhledávání pozitivních stránek nepříjemných událostí,
- výběr cílů tak, aby jejich naplnění přineslo uspokojení,
- kompenzace nespokojenosti v některých oblastech života tím, že čerpají radost z oblastí, kde se jim daří (práce - rodina),
- neupínání se pouze k jednomu životnímu cíli.

Je patrné, že pro osobní pohodu je hlavní pozitivní myšlení, pozitivní přístup ke světu a lidem, mít vlastní životní cíl a omezení stresových situací. Udržování osobní pohody je přirozenou lidskou touhou. Stav nepohody a stresu není tedy normální a nelze jej ani dlouhodobě snášet a zvládat.

Pokud je člověk schopen dobře podporovat svou osobní pohodu, měl by se vyhnout minimálně tomu, aby byl ve svém životě nespokojen.

V současné době stoupá zájem o psychologické téma optimálního vývoje člověka a vedle pojmů optimální vývoj jsou přidávány i další termíny jako úspěšný vývoj, optimální stárnutí a zdravé stárnutí. Obecně lze říci, že odborníci z různých psychologických disciplín dospěli ke stejným výsledkům - potřeba šťastného či alespoň dobře prožitého života. Z novějších psychologických směrů se zabývá optimálním vývojem člověka zejména pozitivní psychologie, která se snaží porozumět pozitivním silám v člověku a rozvíjet je.

Životní spokojenost je celosvětově vnímána jako jeden z nejdůležitějších a nejhodnotnějších cílů lidského snažení. Může se dokonce stát jeho hlavním smyslem. Přináší nám nejen pocity radosti, uspokojení a vědomí, že je nám hezky na světě, ale i určitý respekt a úctu k životu, ke světu i nám samým. Subjektivní pohoda pozitivně ovlivňuje naše zdraví, průběh nemoci a uzdravení, což je možné doložit i tím, že tytéž faktory, které ovlivňují osobní pohodu, jsou zároveň i prediktory ovlivňující celkové zdraví člověka. Osoby, které jsou se svým životem spokojeni, na něj nahlízejí úplně jiným způsobem než lidé, kteří spokojeni nejsou. Vytvářejí si více kvalitních sociálních kontaktů, jež jim přinášejí potěšení, podporu v nepříznivých situacích, uvolnění, relaxaci a uspokojení. To samé můžeme říci i o volnočasových aktivitách, které vyhledávají. Může to být i umění, či sport, který je podle mnohých autorů nejlepším lékem a ochrannou proti stresu. Pozitivně smýšlející lidé rovněž nahlízejí na svět s větším optimismem, považují ho za přátelský a předvídatelný. Celkově jsou tedy aktivnější, udržují si svůj zdravý životní styl, mimo jiné podporující jejich fyzické zdraví a odolnost vůči zátěži, smýšlejí o svém životě v lepší světle a lépe se vyrovnávají s nepříznivými životními událostmi (Dosedlová, 2005).

Další zdroj chování, který vede ke spokojenosti, jak uvádí Blatný a kol. (2001, s. 204) je svědomitost, která sice nepřímo ovlivňuje životní spokojenost, ale ve své důsledku ke spokojenosti vede. Podstatou svědomitosti je aktivita, jako je například aktivní plánování a organizování. Další prvkem, který vede k pocitu životní spokojenosti je optimismus. Jde o predispozici, která nás také vede k pocitu a přesvědčení, že v životě nakonec převáží dobré věci nad špatnými, čili že všechno dobře dopadne.

Významnou roli při určování osobní pohody má i to, zda daný jedinec má jasně nastavené životní plány a cíle a v jakém souladu jsou ve srovnání se skutečným stavem věcí. Obecně je možné konstatovat, že nenaplnění osobních cílů vede k nespokojenosti a naopak dosažení určených cílů, vede k vnitřnímu naplnění a pocitu uspokojení. Cíle, které si jedinec určuje, by měly být reálné, přiměřené jeho schopnostem a možnostem. Blatný (2001) zde upozorňuje na skutečnost, že k největším hrozbám pro subjektivní pohodu patří příliš vysoké ambice. Důležité jsou dílčí úspěchy, protože pokud má jedinec příliš vysoké ambice, nemusí cíle vůbec dosáhnout.

Křivohlavý (2004, s. 40) uvádí, že energii na cestě k určitému cíli je třeba čerpat i ze vzpomínek na to, co se nám dříve v minulosti dařilo udělat. Při povzbuzování naděje se stále častěji setkáváme s formou příběhů, které by nás měli pozitivně navést a probudit v nás nezdolnou sílu a naději, že životní překážky, které se vyskytly, je možné zvládnout.

2 POZICE JEDINCE VE SPOLEČNOSTI

Status je pozice jedince, kterou člověk zaujímá vzhledem k druhým lidem v rámci daného sociálního systému. Je možné hovořit i o statusu rodiny, etnické skupiny apod. Určuje práva a povinnosti držitele vůči jiným a určuje, jaké chování budou jiní od něho očekávat v různých situacích. V tomto smyslu je základem sociální role, které jsou jeho dynamickým aspektem.

V moderní společnosti je sociální status ovlivněn především dosaženým vzděláním, příjmem, vlastnictvím, sociálním oceněním vykonávané profese, podílem na moci a rozhodování a dalšími faktory.

Sociální status můžeme rozdělit na status vrozený, jako je pohlaví, věk a rasa. Dále status připsaný a status získaný.

Status vrozený – pohlaví, rasa, věk.

Postavení získané bez vlastního úsilí je tzv. připsaný status, k němuž dochází např. děděním, toto dědictví může nositele zvýhodňovat, ale i znevýhodňovat, což nositel může ovlivnit málo nebo vůbec ne.

Socioekonomický status však Hauser a Carr (1994) vnímají třemi způsoby:

- a) pojmenování kterékoli proměnné jako je např. příjem, vzdělání, zaměstnání,
- b) jako souhrnný návrh formovaný dalšími proměnnými,
- c) jako stupnice zaměstnání.

2.1 Ekonomický status

„Každý člověk je zámožný, pokud má zdravé ruce a rozum.“

Tomáš Baťa⁴

Ve všech společnostech je sociální status distribuovaný více méně hierarchicky s tendencí přiznávat nejvyšší status omezenému počtu lidí. Vyšší status je považovaný za nedostatkový a stává se předmětem usilování podobně jako jiné nedostatkové statky.

⁴Citáty Tomáše Bati [online].2014 [cit. 23-02-2014] Dostupné z www: <http://citaty.yin.cz/t/tomas-bata/>

Získaný sociální status je např. zaměstnání, dosažené vzdělání, finanční hodnocení. Je to socioekonomická pozice, která vlastně zařazuje člověka v společenské struktuře. Mezi hlavní ukazatele patří objektivní charakteristika a prestiž určité profese, dosažená kvalifikace a stupeň vzdělání, moc a společenský vliv, kterým člověk disponuje, dosažené příjmy, životní styl, oblékání apod.

Například finanční hodnocení, které zapadá do celkového socioekonomického statusu, má na celkový pocit osobní pohody zásadní význam. Může se však jevit, že tento vztah platí jen do dosažení určité minimální úrovně, která zajišťuje jakýsi práh ekonomického standardu či nedostatku.

Mayers a Diener (1995) uvádí, o vlivu socioekonomického statusu na zdraví a osobní pohodu výstižně uzavřeli, *že nedostatek obojího může přinést zoufalství, avšak to, že je máme, nijak nezaručuje, že budeme šťastni. Obojí jsou nezbytnou, ale nikoliv dostačující podmínkou osobní pohody* (Šolcová, Sborník příspěvků z konference, 2004, s. 28).

Vztah ekonomických aspektů lidského života na životní pohodu je předmětem zájmů nejen psychologů, ale i ekonomů. Například známí švýcarští političtí ekonomové, A. Stutzer a B. Frey (2001) upozorňují na tu okolnost, že zatímco je předpokládána pozitivní korelace mezi rostoucím příjmem a individuálním štěstím, menší pozornosti se dostává zjištění, že lidé přikládají větší význam svému relativnímu příjmu, než jeho absolutní výši⁵ (Šolcová, Sborník příspěvků z konference, 2004, s. 28).

Singer a Ryffová (1998) konstatují, že vyšší úroveň vzdělání, jako významné složky socioekonomického statusu se zvyšuje úroveň a to zejména v dimenzi smyslu života, stejně, platí u obou pohlaví i při kontrole vlivu IQ i vzdělání, příjmů a postavení rodičů. Kromě toho se u žen prokázal významný vliv vzdělání na dimenze zvládání prostředí, sebepřijetí a vztahy s druhými (Dosedlová, 2008, s. 26).

Mezi nejtěžší stresory, jak uvádí Kebza, Šolcová (2001) patří ztráta zaměstnání, která má výrazně negativní vliv na pocit osobní pohody se závažnými důsledky pro zdravotní stav.

⁵ Relativní příjem se zjišťuje pomocí dvou proměnných, koruny a času, obvykle vyjádřeno v korunách (například - dva usilovně pracují a oba získají 10.000 Kč, jen se liší tím, že jeden bude pracovat 60 hodin týdně a druhý pouze 10 hodin. Z hlediska relativního příjmu je druhý pracovník bohatší.

2.2 Příslušnost jedince k sociálním skupinám

Nejsme izolovaní jedinci, ani nežijeme pouze jako členové obrovské anonymní skupiny společnosti. Všichni jsme příslušníky nesčetného množství skupin. Značná část života probíhá ve společnosti a ve spolupráci s jinými lidmi. V podstatě od svého narození je člověk členem nějaké skupiny a tato skutečnost je platná až do konce života. To, že člověk žije v závislosti na jiných osobách, utváří jeho život a psychiku.

Vágnerová (2005, s. 309) konstatuje, že každý člověk má potřebu patřit do nějaké sociální skupiny, být její součástí, respektive se s ní identifikovat. Příslušnost k sociální skupině uspokojuje různé potřeby, obvykle tytéž, které mohou uspokojovat také vztahy mezi jednotlivci. Síla a přitažlivost jakékoliv sociální skupiny je tím větší, čím více může tyto potřeby uspokojit.

Lidi lze diferencovat i podle toho, do jaké sociální vrstvy patří, protože ta ovlivňuje rozvoj mnoha jejich vlastností, postojů, hodnot a názorů. Nejvýznamnější sociální skupina je pro mnoho lidí rodina, která formuje jedince zásadním způsobem, vytváří specifické emoční vazby.

Dvořáčková (2012, s. 46) uvádí, že: *„každý z nás potřebuje někam patřit, mít svoji roli v rodině, v práci a ve společnosti. U seniorů přibývá mnoho sociálních změn a ztrát, které jsou často obtížně přijímán“*. Jde o ztrátu pracovního kolektivu, odchod dospělých dětí, sociální izolaci, neschopnost se o sebe postarat aj.

V životě jedince dochází z vývojového hlediska ke směřování k stále vyšší integritě osobnosti, kde nejdůležitějšími vývojovými podmínkami jsou rodina, společenský život a práce (Keller, 2006, s. 85).

2.3 Společenské změny a rozvoj vzdělání

„Vzdělání je základ úspěchu.“

Dalajlama

Přístup k vyššímu vzdělání byl v 19. století a dlouho do století dvacátého omezen jen na členy privilegovaných vrstev a už jen vlastnictví maturitního vysvědčení, nebo dokonce vysokoškolského titulu spolehlivě zaručovalo svému majiteli privilegované postavení. Trh práce byl v té době vyhrazen převážně pro lidi bez vzdělání a tak vzdělaní lidé nemuseli na trhu práce mezi sebou soupeřit. Ke konci 19. stol. získalo vysokoškolské vzdělání asi

1% mužů a téměř žádné ženy a teprve v padesátých letech 20. století začala účast na terciálním vzdělávání⁶ překračovat jen v některých evropských zemích hranici 10%.

V současné době patří rozvoj vzdělání a vzdělanosti mezi nejdůležitější indikátory dané země, nad to není pochyb. Stejně tak je nepopiratelné, že fungování vyspělé ekonomiky předpokládá kvalitativně jinou úroveň pracovní síly, než kolik stačilo v průmyslové fázi moderní společnosti. Ve vyspělých zemích dochází po druhé světové válce k výrazným změnám celého systému vzdělávání. V padesátých letech 20. století radikálně narůstá počet lidí s maturitou a nástupem 60. let se pak tato vlna přelévá na vysoké školy. Jak uvádí Keller (2006), vzdělání má v této demokratizující fázi sloužit jako výťah, s jehož pomocí se široké vrstvy obyvatel dostanou sociálně o několik pater výše v sociální struktuře a stanou se součástí širokých a v blahobytu žijících středních vrstev.

Vyšší vzdělání je spojeno nejen s vyšší zaměstnaností, ale i s příjmem a tedy i s vyšší životní úrovní. Dále se také považuje vyšší vzdělání za klíčový faktor ekonomického růstu a technologického rozvoje. Hodnotu diplomu tedy můžeme posuzovat minimálně ze tří hledisek: nakolik zvyšuje šance získat zaměstnání, nakolik ovlivňuje výši platu a do jaké míry zajišťuje postavení ve společnosti, tedy sociální status (Keller, 2006, s. 70).

Složitější je odpověď na otázku, do jaké míry zaručí vyšší vzdělání svým držitelům vyšší sociální status, než jaký mají lidé s nižším vzděláním. Na každé úrovni sociální hierarchie totiž platí, že ti, kdo si chtějí udržet svoji pozici, musejí déle studovat. Uplatnění se na trhu práce záleží i na řadě sociálních charakteristik, mezi nimi i na pohlaví uchazečů. Přestože dívky jsou na všech stupních vzdělávacího systému úspěšnější než chlapci (dosahují lepších známek), v zaměstnání je tomu naopak, ženy obsazují častěji podřízené a hůře placené pozice (Keller, 2006, s. 80).

⁶ Vzdělávání pokračující po maturitní zkoušce, a to nejen na vysokých školách, ale např. i na vyšších odborných a jazykových školách.

2.4 Osobnost a práce

„Chcete-li vybudovat velký podnik, vybudujte nejdříve sebe.“

Tomáš Baťa

V současné době se lidé stále více věnují svému zaměstnání, budováním kariéry a tomu podřizují vše. Pracovní adaptace je významnou součástí průběžného a celoživotního procesu vyrovnávání se člověka s podmínkami své existence. Jde o sféru života, která je výrazným zdrojem celkové životní spokojenosti jedince a může případně vytvářet vhodné kompenzační prostředí při nezdarech v jiných oblastech života (např. v rodinném životě). Úroveň pracovní adaptability se výrazně projevuje v sebehodnocení člověka, v jeho vztazích k druhým lidem, promítá se do celkové životní spokojenosti.

Neméně důležitá je i volba povolání, je v podstatě závažným životním krokem. Tato volba ovlivňuje mnoho faktorů, mezi které lze zahrnout rodinu, školu, vzdělání, sociální prostředí. Při volbě povolání by měl člověk vycházet z poznání sebe samého, a to svých schopností, vědomostí, intelektuálních a osobních předpokladů, potřeb, zájmů, životních zkušeností. Zároveň je třeba znát realitu na trhu práce, na kterém se chce určitý jedinec uplatnit.

Motivace a postoje k práci

„Když se zabýváme otázkou, jak je pracovní motivace spojena s tématikou spokojenosti, mohlo by se vyjít z toho, že člověk je spokojen v té míře, v jaké jeho očekávání, motivace nebo potřeby v pracovní oblasti nešly do prázdna, nýbrž se naplnily.“

Günter Wiswede

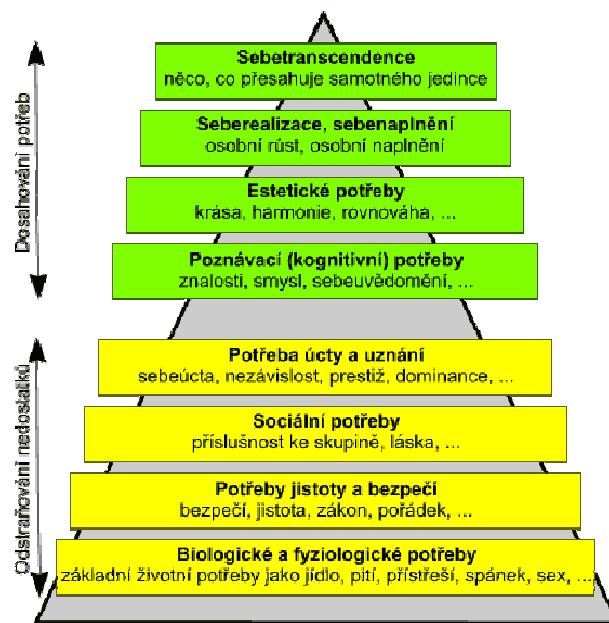
Pracovní postoj, je specifický druh aktivity člověka, při které člověk prostřednictvím práce dosahuje naplňování svých potřeb spojených se stavem uspokojení. Pracovní jednání přitom neznamená pouze dosahování výkonu a plnění výkonu, ale dosahuje také sociální interakce, jimiž pracovní vytváří svůj vztah k členům týmu, ke svým nadřízeným a v neposlední řadě i k organizaci.

Mít motivaci znamená něco víc, než být v práci spokojený, motivovaní lidé se snaží ze sebe vydat to nejlepší a to nejenom pro organizaci, ale i pro sebe. Motivace je vnitřní pocit, který nelze vnutit z venku. Pro ukázkou si zde nastíníme dva známé modely motivace,

kteřé se v teorii managementu běžně používají. Jde o „Hierarchii potřeb“ dle Abrahama Maslowa a motivační a hygienické faktory dle Fredericka Herzberga.

Maslowova hierarchie potřeb – Maslow uvádí, že potřeby jedinců rostou progresivně a tvoří hierarchickou strukturu, která je tvořena dvěma hlavními skupinami: potřebami odstranění nějakého nedostatku a potřebami dosažení něčeho. Nejsou-li uspokojeny základní potřeby, je pociťována úzkost a snaha odstranit nedostatek. Je-li potřeba uspokojena, není pocit žádný. To je významný rozdíl od potřeb B-skupiny, ve které nejen, že existuje dobrý pocit z naplnění těchto potřeb, ale naplněním této potřeby jsme dokonce motivováni tím více.: když je uspokojena nižší úroveň, ihned se hledá naplnění na další úrovni. To znamená, že i v zaměstnání uspokojená potřeba už nepřináší stimulaci. V praxi to znamená, že pracovníci nebudou podávat perfektní výkon, pokud se nebudou cítit v bezpečí, respektováni a oceňováni.

Obrázek č. 1: Maslowova hierarchie potřeb



Zdroj: Převzato: Vybrané teorie motivace při vedení lidí [online]⁷

Jednou z teorií, která, poměrně vhodně doplňuje Maslowovu hierarchickou teorii potřeb a systémové teorie je **dvoufaktorová teorie Fredericka Herzberga**.

⁷ <http://www.vedeme.cz/pro-vedeni/kapitoly-vedeni/65-teorie-motivace/85-teorie-motivace.html>

Herzberg prováděl intenzivní výzkum přístupu lidí k práci. Zjistil, že stejné faktory, o nichž se dříve věřilo, že jsou motivační, pouze přispívaly k prostému uspokojení z práce. Nazval je tedy „hygienické faktory“. Jejich špatná kvalita nebo úplná absence způsobila nespokojenost a motivaci nezvýšila. Naopak řada jiných faktorů motivaci aktivně podporuje, a to jsou tzv. motivátory. Jejich absence nemusí nutně způsobit nespokojenost, ale jejich přítomnost obecně vyvolává silnou motivaci, viz. Obrázek č. 2 níže.

Obrázek č. 2: Herzbergovy motivační a hygienické faktory

HERZBERGOVY MOTIVAČNÍ A HYGIENICKÉ FAKTORY	
HYGIENICKÉ FAKTORY	MOTIVÁTORY
- Politika podniku – pravidla a nařízení, která podnik dodržuje.	- Úspěch – dobře odvedená práce, dosažení a překročení stanovených cílů.
- Vedení – způsob řízení zaměstnanců, když plní své denní úkoly.	- Ocenění – uznání individuálních zásluh ze strany manažerů a kolegů.
- Mezilidské vztahy – vztahy s kolegy na pracovišti.	- Samotná práce – přesvědčení zaměstnanců o důležitosti jejich práce.
- Pracovní podmínky – pracovní doba, pracoviště, zařízení a technické vybavení.	- Zodpovědnost – možnost samostatného rozhodování v práci a svoboda v plnění úkolů.
- Platy a prémie – spravedlivé ohodnocení základním platem plus prémie, bonusem, dovolenou nebo podnikovým autem.	- Pokrok – povýšení na lepší místo, ale rovněž příležitost k dalšímu rozvoji.

Zdroj: Převzato z HELLER, R. *Manuál manažera*. Vyd.1.Euromedia Group, 2004, s.169

Jak je ve výše uvedené tabulce zřejmé, Herzberg ve své analýze oddělil uspokojení od motivace. Každá organizace může ovlivnit mnoho hygienických faktorů (uspokojení) a zároveň všechny motivační (HELLER, 2004, s. 168-170).

Pokud je jedinec správně motivovaný je energetičtější, plný nadšení, pracuje dlouhodobě na vysoké úrovni a vyhledává větší odpovědnost. Vysoce motivovaní členové týmu dokážou pozvednout ducha jednotlivce a nasměrovat ho k úspěchu. Naproti tomu nemotivovaní jedinci jsou nespokojení a zveličují i ty nejmenší problémy a dělá jim problémy se vyrovnat s jakoukoliv změnou. Nemotivovanost je jako infekce (Heller, 2004, s. 169).

Pracovní spokojenost

„Vycházejme z názoru, že celý svět byl stvořen, aby sloužil nám, a my jsme se narodili, abychom sloužili celému světu. Dělejme třeba sebenepatrnější věc, ale dělejme ji nejlépe na světě.“

Tomáš Baťa

Pracovní spokojenost jako jev je psychology systematicky studován od 30. let minulého století. Pracovní spokojenost jako psychologickou kategorii je nutné akceptovat ve dvou odlišnostech, na které upozorňuje Kollárik (1986):

- spokojenost v práci (zahrnuje komponenty vztahující se k osobnosti pracovníka, k bezprostředním např. fyzikální podmínky, obecnější podmínky jako je například fungování organizace, toto pojetí pracovní spokojenosti převažuje.
- spokojenost s prací, jde o obsahově užší význam spojený s výkonem konkrétní činnosti, s jejími psychickými a fyzickými nároky, specifickým pracovním režimem, společenským ohodnocením apod. (ŠTIKAR, 2003, s. 111).

Optimistický náhled, pocity úspěšnosti, uspokojení, radosti, náhled na život, ale patří sem také opaky těchto prožitků a stavů, vyjadřují míru naplňování našich potřeb, cílů a očekávání. Pracovník velice dobře vnímá, prožívá a vyhodnocuje průběh vykonávané činnosti, podmínky a výsledky své práce. Má tedy možnost v průběhu profesionálních aktivit dosáhnout úspěch a určitou míru spokojenosti. Úroveň pracovní spokojenosti případně nespokojenosti výrazně determinuje obecnou kvalitu života. Dále se projevuje ve významném vztahu k fyzickému a duševnímu zdraví jedince.

Dalajlama (1999) hovoří o tom, že byly provedeny vědecké studie, které provedl doktor Robert Rice ze SUNY⁸ v Buffalu, odborník v oboru pracovního uspokojení. Rice vedl skupinu, která provedla překvapivé zjištění, která jsou v rozporu s obecným očekáváním. Tato skupina zjistila, že lidé, kteří vykonávají důležitou práci, nejsou šťastnější než obyčejní zaměstnanci a ani nezáleží na tom, jestli jde o manuální nebo duševní práci. Při opakování těchto studií, bylo prokázáno, že přestože pracovní upokojení souvisí se spokojeným životem, tak na celkovou životní spokojenost má druh vykonávané práce velmi malý vliv.

⁸ Univerzita státu New York.

Ztráta zaměstnání

První psychologické výzkumy nezaměstnanosti pocházejí z 30. let 20. století. Byly odkryty dva nejdůležitější psychologické důsledky nezaměstnanosti a to sociální odlišnost (stigmatizace) a utrpení vzniklé z této sociální změny u dotčených jedinců. Při ztrátě zaměstnání dochází k určité redukci příjmů, zhoršení zdravotního stavu, dále dochází k apatiím a depresím, a je zaznamenán všeobecný pokles sociálních zájmů a aktivit (Štikar, 2003, s. 169).

Mezi nejtěžší stresory, jak uvádí Kebza, Šolcová (2001), patří ztráta zaměstnání, která má výrazně negativní vliv na pocit osobní pohody se závažnými důsledky pro zdravotní stav.

Totožné dokládá i rozsáhlá literatura, která řeší tělesné nemoci ve spojení se sociálním stresem. Celkově je přijato, že ztráta zaměstnání je závažnou. Mezi nezaměstnanými je více nemocných, méně adjustovaných a méně šťastných lidí, než mezi zaměstnanými. Duševní zdraví nezaměstnaných trpí i v důsledku toho, že jsou zbaveni pozitivního působení práce a to peněz, aktivit, proměnlivosti, strukturování času, sociálních kontaktů, statutu a identifikace se společností (Štikar, 2003, s. 172).

Studie zkoumající deprese, úzkost, životní spokojenost, sebehodnocení, pozitivní i negativní afekty shodně ukazují, že nezaměstnaní jsou méně adjustováni. Například ženy jsou více přizpůsobivější při dlouhodobé nezaměstnanosti díky slabší vázanosti na trh práce a díky těsnějšímu vztahu k rodinnému životu. Zkoumání byli i nezaměstnaní manažeři, ti reagovali šokem, obavami z budoucnosti, ztrátou statusu a sníženým sebehodnocením. Ukazuje se, že aktivity volného času jako jsou koníčky, četba apod. jsou pouze utišujícími prostředky, ale ne uspokojivou alternativou práce.

Výše uvedené neplatí samozřejmě pro každého, je zde i skupina jedinců, kterou dobře znají pracovníci úřadů práce a to jsou lidé, kteří pracovat prostě nechtějí a jsou velmi vynalézaví v tom, aby získali podporu v nezaměstnanosti, a svoji nechuť pracovat dovedně zakrývají.

2.5 Životní styl

„Ať už si myslíš, že to dokážeš, nebo nedokážeš, vždycky máš pravdu“

Henry Ford

Co je vlastně *životní styl*? Tento pojem razil průkopnický psycholog Alfréd Adler. Ten byl přesvědčen, že chceme-li pochopit lidské chování, musíme porozumět cíli, který si daný člověk klade. Věřil tomu, že každý z nás sleduje svou vlastní „životní dráhu“, která směřuje ke konkrétnímu cíli.

Životní styl je převládající způsob života jednotlivců i sociálních skupin. Zahrnuje reprodukční charakteristiky, typ pracovních vztahů, způsob sociální interakce, trávení volného času apod. Životní styl je ovlivněn tradicemi, prostředím, ekonomickou a sociální vyspělostí společnosti apod. (Diderot 1998).

Podle Marádové (2000) zdravý způsob života zahrnuje:

- zdravá výživa, dostatek spánku, pravidelný a vyrovnaný denní režim
- aktivní a pasivní relaxace, dostatek pohybu
- dodržování zásad osobní hygieny
- dodržování zásad duševní pohody
- dostatečnou a plnohodnotnou výživou
- odpovědné chování v nejrůznějších životních situacích
- odolnost vůči škodlivým návykům jako je kouření, alkohol a jiné drogy
- pohodu v mezilidských vztazích.

Mezi základní prvky životního stylu patří především pohybová aktivita a uspořádání volného času a odpočinku. Volný čas je čas, který nám vzniká po práci, a můžeme je libovolně využít. Je zaměřen ke zdokonalování jedince, ke zkvalitňování rodinného a společenského života k utužování mezilidských vztahů. Slouží ale především k odpočinku, regeneraci, nabírání nových sil po manuální i duševní práci apod.

Životním stylem se také rozumí pozitivní myšlení, je to životní postoj, který je v podstatě svým způsobem trvalou zárukou spokojenosti. Jsou lidé, kteří se s tímto pozitivním přístupem rodí, ale většina z nás se tomu musí teprve učit. Je to základ pro šťastný a spokojený život. Každý v životě prožívá čas od času těžké období, ztrácí víru i naději a v ten okamžik by měl najít v sobě sílu pracovat sám na sobě, protože pokud chceme v životě učinit pozitivní změnu, musíme začít sami u sebe.

Správný směr cesty nám může nastínit i pozitivní psychologie. Cestu, kterou pozitivní psychologie nabízí, je schůdná pro každého. Ne vždy je ale změna vedoucí ke šťastnějšímu životu snadná (Slezáčková, 2012, s 45).

Aby se člověk opravdu změnil, musí nejprve přijmout odpovědnost: musí se zapojit do nějaké činnosti. Samotné slovo „odpovědnost“ označuje tuto schopnost: „odpověď plus „dovednost“ – to znamená dovednost odpovídat (Yalom, 2006, s. 294).

Odpovědnost má mnoho komotací⁹. Důvěryhodného, spolehlivého člověka označujeme za „odpovědného“, což mimo jiné znamená ručit za své činy a to právně, finančně i morálně.

Uvědomovat si odpovědnost v podstatě znamená, uvědomovat si, že vytváříme své vlastní já, svůj osud, životní úděl, své pocity.

Životní styl, nebo-li způsob života zásadní měrou ovlivňuje náš zdravotní stav. Způsob života se na něm podílí z 50-60 %, životní prostředí asi z 10 %, úroveň zdravotní péče zhruba z 20 % (Kebza, 1998).

Baštecká (2009) uvádí, že životní styl se vytváří v raném dětství od narození do 5-6 let, kdy se dítě snaží nalézt jednoduchý řád ve světě kolem sebe a vytváří si pravidla, jež mu umožní lepší přizpůsobení se. Dále se utváří představa o tom, kdo jsem já, kdo jsou druzí, jací by měli být, čím se musím stát, abych v tomto světě uspěl, našel v něm odpovídající místo a jakým způsobem to udělat. Jedinec zahrnuje vnitřní i vnější dispozice do jedinečného cíle, a tomuto cíli pak směřuje veškeré kognitivní, emocionální a behaviorální aktivity. Cíl je však pro každého jedince jedinečný a hlavně odlišný od ostatních lidí.

⁹ Komotace je významový nebo stylistický odstín doplňující základní význam slova.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

3 METODOLOGIE A VÝZKUM

3.1 Cíl výzkumu a formulace hypotéz

Cílem této diplomové práce je zkoumat souvislosti mezi životní spokojeností a kategoriemi ekonomického postavení jako jsou studenti, osoby na rodičovské dovolené, zaměstnaní, nezaměstnaní a důchodci. Výzkumným cílem je také ověřit nakolik se teoretická východiska a předpoklady popsané v první části této práce shodují, nebo přibližují poznatkům zjištěným prostřednictvím výzkumu u vybrané kategorie osob. Sleduji faktory, které ovlivňují životní spokojenost ve vztahu k ekonomickému statusu, budu hledat odpověď na otázky, zda materiální dostatek dělá člověka skutečně spokojeným a nakonec se zaměřím na možnosti sociální pedagogiky pomoci pozitivně motivovat a kladně ovlivnit subjektivní postoj člověka vůči vlastnímu životu.

Pro výzkum byly stanoveny následující hypotézy:

H1: Lidé, spokojeni v práci, dosahují vyšší skóre celkové životní spokojenosti než lidé, kteří jsou nespokojeni se svým zaměstnáním.

H2: Práce ovlivňuje celkovou životní spokojenost více u mužů než u žen.

H3: Zaměstnaní lidé dosahují vyšší skóre celkové životní spokojenosti než nezaměstnaní.

H4: Lidé s kvalitním sociálním zázemím a oporou dosahují vyššího socioekonomického statusu než lidé, kteří dobré sociální zázemí a oporu nemají.

H5: Životní spokojenost dosahuje vyšší skóre u osob, které žijí v partnerském či manželském svazku než u osob, které žijí bez partnera.

H6: Zaměstnaní lidé dosahují vyšší skóre spokojenosti se zdravím, než osoby nezaměstnané a osoby v důchodu.

3.2 Metodologie výzkumu

Při výzkumu byla použita metoda sběru empirických dat pomocí dotazníkového šetření, jedná se o nejběžnější a široce využívanou metodu při provádění výzkumu. Jde o pokládání otázek písemnou formou za účelem získání názorů respondentů. Pro tuto

metodu jsem se rozhodla proto, že je finančně a časově nenáročná a zjištěná data se dají poměrně snadno statisticky vyhodnotit.

Dotazník životní spokojenost

K výzkumu životní spokojenosti ve vztahu k ekonomickému statusu byl použit dotazník rozdělený na dvě hlavní části. První výzkumná část se týkala demografických údajů, jako je pohlaví, věk, rodinný stav, vzdělání. Ve druhé části dotazníku byly otázky směřovány na bydlení, zaměstnání, spokojenost v zaměstnání a finance. Respondenti zaškrtovali v každé oblasti tvrzení, které nejvíce koresponduje s mírou spokojenosti daného jedince. Potřebná doba pro vyplnění dotazníku Životní spokojenosti nebyla pevně stanovena, ale u většiny respondentů se pohybovala v rozmezí 5 až 10 minut.

Metodologickým základem práce je kvantitativní výzkum, pro který jsem se rozhodla s ohledem na povahu tématu. Jedná se o téma, které si žádá výzkum mezi větším počtem různorodých kategorií osob a z toho důvodu je třeba zvolit takovou techniku, kterou je možné postihnout větší množství subjektů v krátkém časovém rozmezí.

Za tímto účelem jsem sbírala kategorizovatelné ukazatele prostřednictvím techniky dotazníku. Pro dané téma jsem oslovila různorodé kategorie osob s odlišným ekonomickým postavením, aby byla zajištěna maximální validita dotazníkového šetření, jednalo se o studenty, matky na rodičovské dovolené (zde se mi podařilo oslovit i dva muže na rodičovské dovolené). Následně bylo provedeno anonymní dotazníkové šetření. V dalších kapitolách budou vyčísleny výsledky z dotazníkového šetření, interpretace bude dále provedena pomocí grafů a tabulek s vlastním komentářem. Výsledky budou vyčísleny pomocí průměrného skóre (vážený průměr¹⁰) a procentního vyjádření.

Pro výpočet váženého průměru potřebujeme jednak hodnoty, jejichž průměr chceme spočítat, a zároveň jejich váhy.

Máme-li soubor n hodnot

$$X = \{x_1, \dots, x_n\}$$

¹⁰ **Vážený průměr** zobecňuje aritmetický průměr a poskytuje charakteristiku statistického souboru v případě, že hodnoty v tomto souboru mají různou důležitost, různou váhu. Používá se zejména při počítání celkového aritmetického průměru souboru složeného z více podsouborů.

a k nim odpovídající váhy

$$W = \{w_1, \dots, w_n\},$$

je vážený průměr dán vzorcem

$$\bar{x} = \frac{\sum_{i=1}^n w_i x_i}{\sum_{i=1}^n w_i}$$

3.3 Analytická část

Výzkumný vzorek respondentů byl vybrán z kraje Vysočina. Do analytické jednotky byly zahrnuty osoby nahodile pro větší validitu výzkumu. Předpokládaná velikost zkoumaného souboru byla 150 až 250 respondentů. Pro naši studii se nám nakonec podařilo oslovit celkem 186 respondentů, kteří byli ochotni vyplnit dotazník. Dotazník byl respondentům předkládán v písemné a elektronické podobě. Mladší respondenti upřednostnili vyplnění dotazníku v elektronické podobě a starší volili písemnou formu.

4 VÝSLEDKY VÝZKUMU A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ

4.1 Zkoumaný soubor

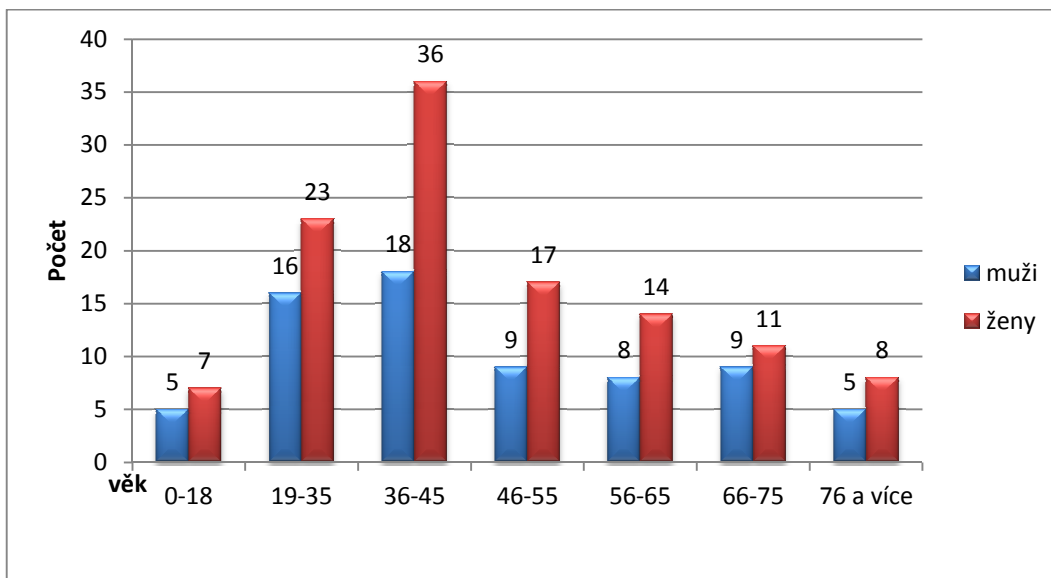
Výzkumný soubor tvořilo celkem 186 respondentů, kteří pokryli celou populaci, jedná se o studenty, ženy na rodičovské dovolené, pracující, nezaměstnané, podnikatele, důchodce. Pro tuto diplomovou práci bylo nutné pokrýt nejširší možnou skupinu lidí s různým ekonomickým statusem. Následuje deskriptivní analýza z demografických údajů, které byly z výše uvedeného vzorku zjišťovány. Jedná se o pohlaví, věk, vzdělání a zaměstnání.

Nejvíce respondentů se nacházelo ve věkové struktuře od 36 do 45 let.

4.2 Výsledky výzkumu

Z celkového výzkumného vzorku byl nejmladší respondent ve věku 15 let a nejstarší byla respondentka ve věku 82 let. V následujícím grafu si ukážeme přesné věkové vymezení a počet respondentů dle pohlaví.

Graf č. 1: Věk respondentů



Nejvíce respondentů bylo zastoupeno ve věkové kategorii 36 až 45 let, naopak nejméně respondentů bylo pokryto ve věkovém rozmezí od 0 do 18 let.

V následující Tabulce č. 1 si věk a četnosti respondentů vyjádříme detailněji.

Tabulka č. 1: Věková struktura respondentů

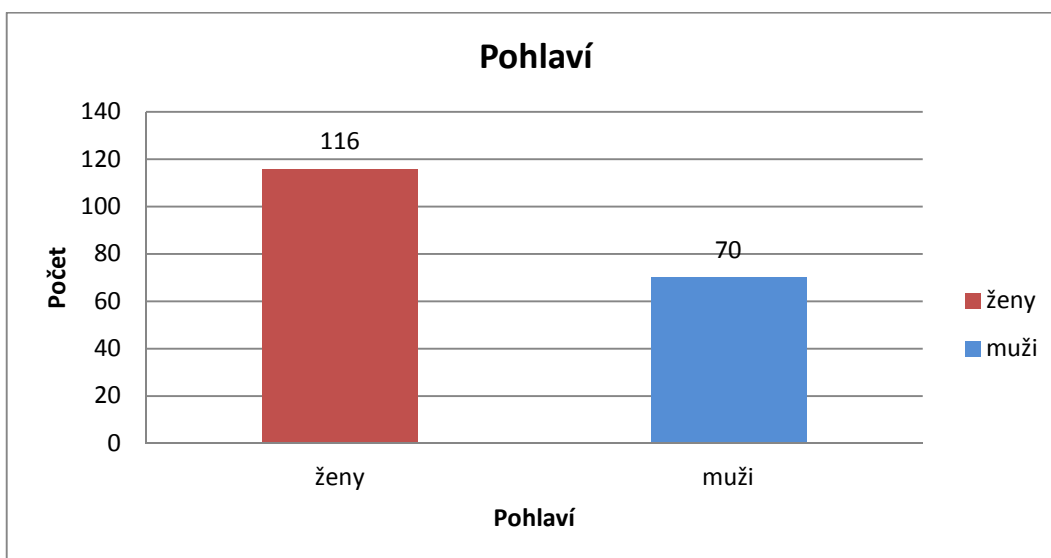
Tabulka četnosti: Věk				
Věk	Četnost	Kumulativní četnost	Relativní četnost v %	Kumulativní - relativní četnost v %
0-18 let	12	12	6,45	6,45
19-35 let	39	51	20,97	27,42
36-45 let	54	105	29,03	56,45
46-55 let	26	131	13,98	70,43
56-65 let	22	153	11,83	82,26
66-75 let	20	173	10,75	93,01
76 a více	13	186	6,99	100,00

Největší procento z výzkumného vzorku tvoří osoby ve věku 36 až 45 let, což z celého počtu činí 29,03 % a nejméně se nám podařilo oslovit osob ve věku od do 18 let.

Pohlaví

Poměr pohlaví nejlépe znázorňuje níže uvedený graf. Celý soubor respondentů tvoří 116 žen, což je 62,37 % z celého počtu respondentů a 70 mužů, což odpovídá 37,63 %.

Graf č. 2: Pohlaví respondentů

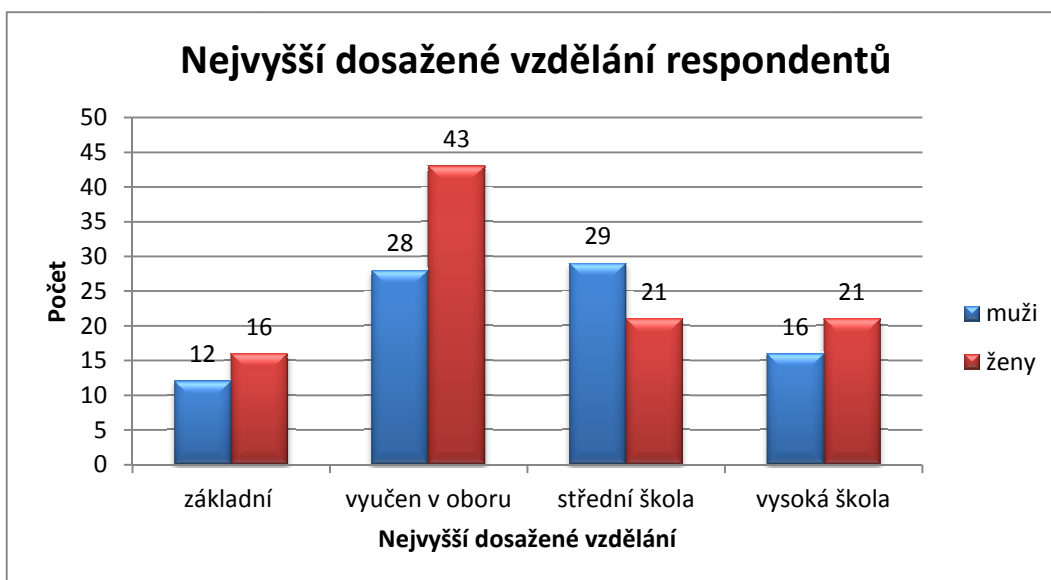


Ze všech oslovených respondentů lépe spolupracovaly ženy, měly větší sociální citění a chuť se podílet této studii.

Vzdělání

Dalším demografickým údajem, který byl z dotazníku zjišťován, bylo nejvyšší dosažené vzdělání respondentů. Vzhledem k tomu, že byly zastoupeny všechny věkové kategorie, můžeme si na níže uvedeném Grafu č. 3 ukázat zastoupení jednotlivých vzorků populace.

Graf č. 3: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů (dle počtu)



Výše uvedený graf nám vypovídá o tom, kolik žen a mužů ukončilo, jaké vzdělání. Z grafu vyplývá, že nejméně osob ukončilo základní vzdělání a to 16 žen a 12 mužů. Nejvíce respondentů je vyučeno v oboru, jedná se o 43 žen a 28 mužů. Střední školu ukončilo 21 žen a 29 mužů. Vysokoškolské studium ukončilo 21 žen a 16 mužů.

Tabulka č. 2: Ukončené vzdělání respondentů rozvrstvené (dle věkové struktury)

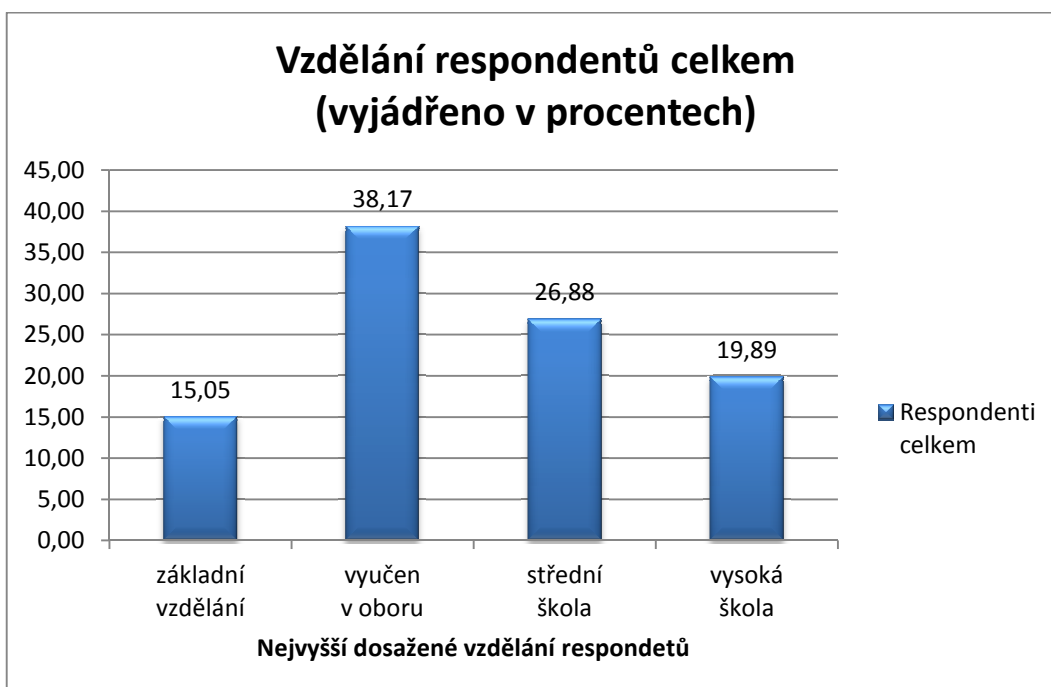
Ukončené vzdělání respondentů dle věkové struktury					
věk	základní	vyučen v oboru	střední škola	vysoká škola	Celkem
0-18	11	1	0	0	12
19-35	0	7	18	14	39
36-45	3	21	18	12	54
46-55	1	13	8	4	26
56-65	1	14	2	5	22
66-75	4	12	3	1	20
76 a více	8	3	1	1	13
Celkem	28	71	50	37	186

Tabulka č. 3: Ukončené vzdělání dle věkové struktury (vyjádřeno v procentech)

Ukončené vzdělání respondentů dle věkové struktury (vyjádřeno v %)					
věk	základní	vyučen v oboru	střední škola	vysoká škola	Celkem
0-18	5,91	0,54	0,00	0,00	6,45
19-35	0,00	3,76	9,68	7,53	20,97
36-45	1,61	11,29	9,68	6,45	29,03
46-55	0,54	6,99	4,30	2,15	13,98
56-65	0,54	7,53	1,08	2,69	11,83
66-75	2,15	6,45	1,61	0,54	10,75
76 a více	4,30	1,61	0,54	0,54	6,99
Celkem	15,05	38,17	26,88	19,89	100,00

V Tabulce č. 3 je uvedeno ukončené vzdělání dle věku respondentů. Z celkového počtu respondentů má ukončené základní vzdělání 15,05 % respondentů, nejvíce respondentů je vyučeno v oboru, což je 38,17 % z celkového počtu respondentů, následují absolventi střední školy a to 26,88 % a vysokoškolské vzdělání ukončilo 19,89 %.

Graf č. 4: Vzdělání respondentů celkem (vyjádřeno v procentech)

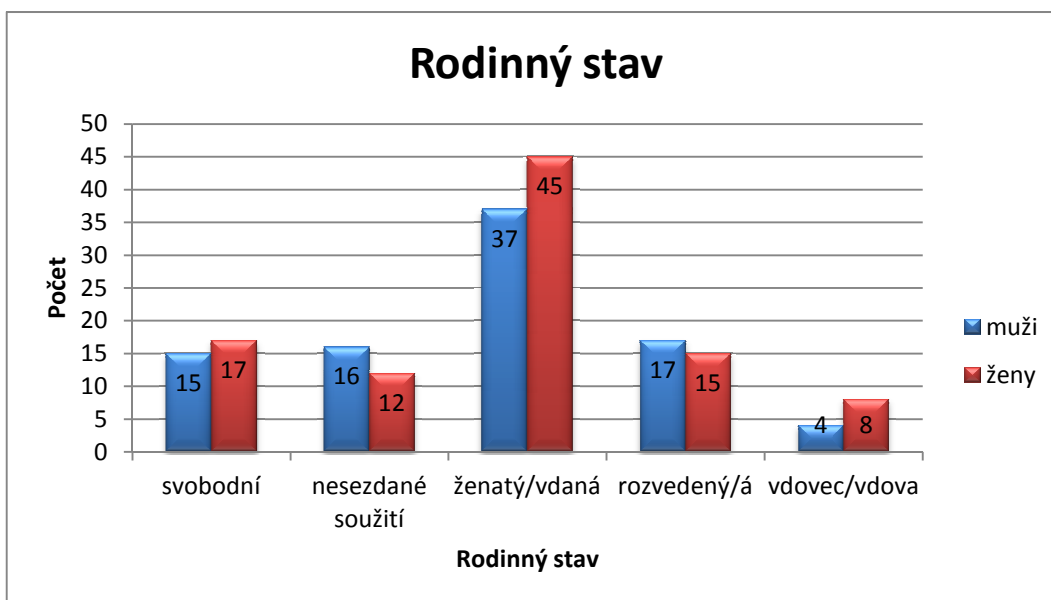


Vzhledem k tomu, že více jak 2/3 z celkového počtu respondentů je starších 36 let, vidíme, že nejvyšší procento ukončeného vzdělání je vyučeno v oboru.

Rodinný stav

Dále nás zajímá rodinný stav respondentů. Z dotazníků bylo zjištěno, že nejvíce respondentů je ženatý/vdaná a to celkem 82, z toho 37 mužů a 45 žen. Následně bylo nejvíce svobodných celkem 32, z toho 15 mužů a 17 žen. Stejně tak bylo rozvedených a to celkově také 32 s tím, že mužů je 17 a žen 15. Dále následují respondenti žijící v nesezdaném soužití a to celkem 16 mužů a 12 žen. Nejméně je respondentů vdovec/vdova v celkovém počtu 12 a to 4 muži a 8 žen. Nejlépe lze popsané porovnat s níže uvedeným grafem.

Graf č. 5: Rodinný stav respondentů



Následně si ukážeme rodinný stav v procentuálním vyjádření.

Tabulka č. 4: Rodinný stav respondentů

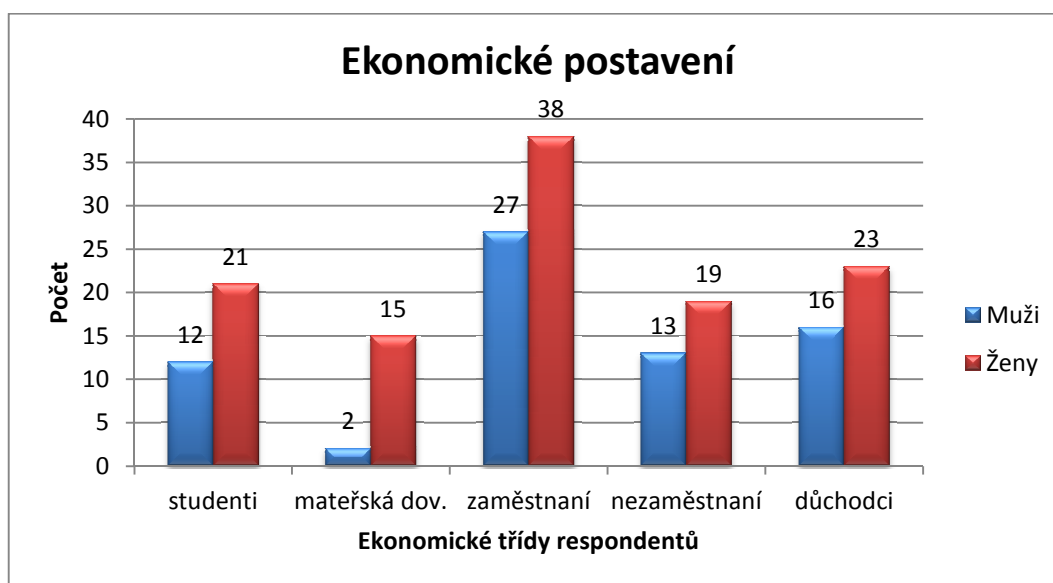
Rodinný stav respondentů			
Rodinný stav	muži	ženy	Celkem
svobodní	8,06 %	9,14 %	17,20 %
nesezdané soužití	8,60 %	6,45 %	15,05 %
ženatý /vdaná	19,89 %	24,19 %	44,09 %
rozvedený/rozvedená	9,14 %	8,06 %	17,20 %
vdovec/vdova	2,15 %	4,30 %	6,45 %
Celkem	47,85 %	52,15 %	100,00 %

Z celkového počtu respondentů 186 (100 %), je 17,20 % svobodných, 15,05 % žije v nesezdaném soužití, 44,09 % jsou ženatí/vdané, 17,20 % je rozvedených a pouze 6,45 % respondentů uvedlo stav vdovec/vdova.

Ekonomické postavení

Mezi nejdůležitější ukazatele pro náš výzkum bylo rozdělení respondentů dle ekonomického statusu. Při našem výzkumu budeme následně sledovat vliv ekonomického statusu na životní spokojenost. Ekonomický status je vyjádřen dle základního rozdělení obyvatel v produktivním a poproduktivním věku. Respondenti jsou tedy rozděleni na studenty, osoby na rodičovské dovolené, zaměstnané, nezaměstnané a důchodce.

Graf č. 6: Ekonomické postavení respondentů



Studenti jsou zastoupeni v poměru 12 mužů a 21 žen. Vzorek respondentů, kteří byli v době vyplňování dotazníků na mateřské dovolené, jsou 2 muži a 15 žen. Dále následují zaměstnaní v poměru 27 mužů a 38 žen, nezaměstnaní jsou zastoupeni v poměru 13 mužů a 19 žen a nakonec důchodci jsou zastoupeni v poměru 16 mužů a 23 žen.

Tabulka č. 5: Ekonomické postavení respondentů vyjádřené v procentech

Ekonomické postavení celkem			
Ekonomické třídy	muži	ženy	celkem
studenti	6,45 %	11,29 %	17,74 %
mateřská dovolená	1,08 %	8,06 %	9,14 %
zaměstnaní	14,52 %	20,43 %	34,95 %
nezaměstnaní	6,99 %	10,22 %	17,20 %
důchodci	8,60 %	12,37 %	20,97 %
Celkem	37,63 %	62,37 %	100,00 %

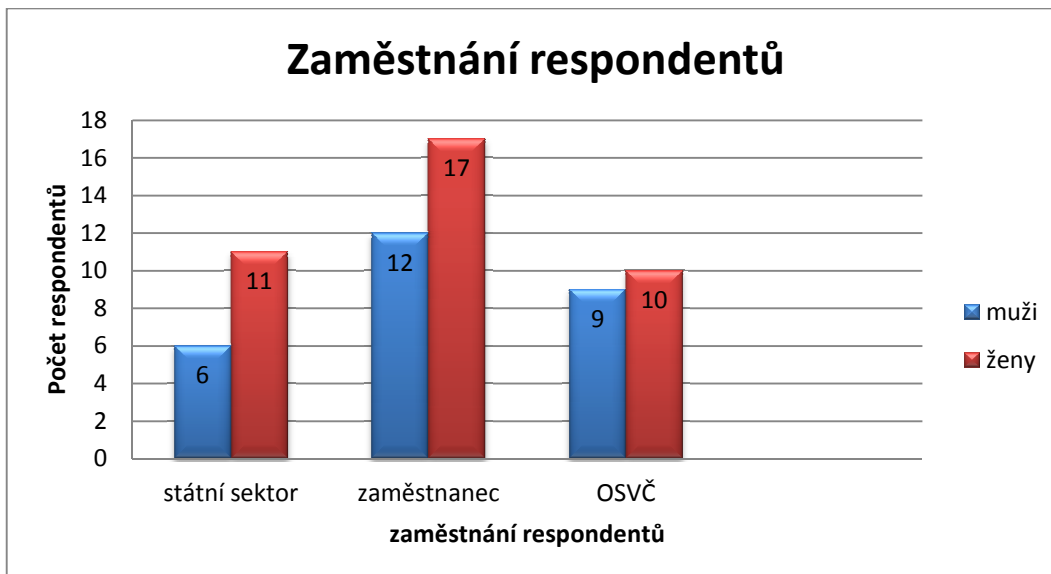
V našem souboru tvoří nejpočetnější skupinu ekonomicky aktivní osoby a to v úhrnu 34,95 %. Dále následují osoby ve starobním důchodu celkem 20,97 %, studenti 17,74 %, nezaměstnaní 17,20 % a nejmenší skupinou jsou ženy na mateřské dovolené celkem 9,14 %.

Zaměstnání

Zaměstnání tvoří velice významnou složku životní spokojenosti, neboť dospělý člověk tráví v zaměstnání většinu dne. Zaměstnání ovlivňuje osobní spokojenost prostřednictvím uspokojením potřeby seberealizace, sociálních kontaktů a naplnění životního smyslu.

Naši studii zastupuje 65 zaměstnaných, což činí celkem 34,95% z celého počtu. Jedná se o osoby ze státního sektoru, zaměstnané ve firmách a OSVČ¹¹. Z toho ve státním sektoru pracuje 17 respondentů a to 6 mužů a 11 žen. Dále zaměstnanci v podniku popř. u OSVČ pracuje 12 mužů a 17 žen. Poslední skupinu tvoří podnikatelé a to 9 mužů a 10 žen. Výše uvedené nejlépe zobrazuje Graf č. 7: Zaměstnání respondentů.

Graf č. 7: Zaměstnání respondentů



Procentní zastoupení všech zaměstnaných respondentů nejlépe vystihuje tabulka č. 6, kde je přesně uveden procentní podíl všech skupin pracujících osob.

¹¹ Jedná se o osoby samostatně výdělečně činné.

Tabulka č. 6: Zaměstnání respondentů

Zaměstnání respondentů			
zaměstnání	muži	ženy	Celkem
státní sektor	9,23 %	16,92 %	26,15 %
zaměstnanec	18,46 %	26,15 %	44,62 %
OSVČ	13,85 %	15,38 %	29,23 %
Celkem	41,54 %	58,46 %	100,00 %

Z celkového počtu respondentů, kteří uvedli, že jsou zaměstnaní, pracuje jako zaměstnanci ve firmách 44,62 %, ve státním sektoru 26,15 % a OSVČ se nám podařilo oslovit 29,23 %.

Spokojenost v zaměstnání

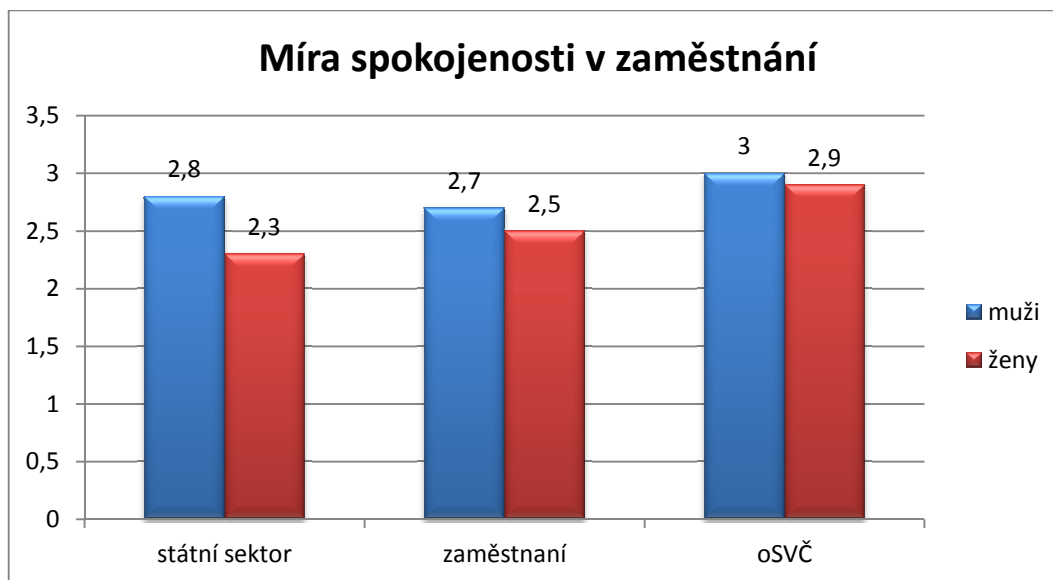
Spokojenost v zaměstnání je velice důležitá. V práci trávíme větší část svého života a jediný způsob, jak být s tímto stavem spokojeni, je především to, že musíme věřit, že práce má smysl a že nás baví. Níže uvedená tabulka nám vypovídá o spokojenosti respondentů v zaměstnání na čtyřstupňové škále.

Tabulka č. 7: Spokojenost se zaměstnáním

Spokojenost v zaměstnání							
spokojenost		státní sektor		zaměstnanci		OSVČ	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
ano, jsem spokojen/a	4	2	2	4	4	4	5
spíše spokojen/a	3	2	3	3	4	2	1
spíše nespokojen/a	2	1	2	2	5	2	2
nespokojen/a	1	1	4	3	4	1	2
Celkem počet odpovědí		6	11	12	17	9	10
Φ skóre		2,8	2,3	2,7	2,5	3	2,9

Poslední řádek v tabulce vyjadřuje průměrné skóre dle deklarovaných odpovědí respondentů. Pro přehlednost si výsledky průměrů vyjádříme v následujícím grafu.

Graf č. 8: Míra spokojenosti v zaměstnání



V Grafu č. 8 je vyjádřena spokojenost v zaměstnání dle pohlaví a typu zaměstnaneckého poměru. Nejspokojenější v zaměstnání jsou OSVČ.

Tabulka č. 8: Spokojenost se zaměstnáním (vyjádřeno v procentech)

Spokojenost v zaměstnání (vyjádřeno v procentech)								
spokojenost		státní sektor		zaměstnanci		OSVČ		Celkem
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	
ano, jsem spokojen/a	4	3,08	3,08	6,15	6,15	6,15	7,69	32,31
spíše spokojen/a	3	3,08	4,62	4,62	6,15	3,08	1,54	23,08
spíše nespokojen/a	2	1,54	3,08	3,08	7,69	3,08	3,08	21,54
nespokojen/a	1	1,54	6,15	4,62	6,15	1,54	3,08	23,08
Celkem		9,23	16,92	18,46	26,15	13,85	15,38	100,00

Z celkového počtu respondentů, kteří jsou zaměstnaní, odpovědělo 32,31 % respondentů, že jsou spokojeni se svým zaměstnáním. Spíše spokojen uvedlo 23,08 % respondentů, spíše nespokojen uvedlo 21,54 % respondentů a nespokojen v zaměstnání uvedlo 23,08 % respondentů.

Tabulka č. 9: Celková životní spokojenost porovnána dle spokojenosti v zaměstnání

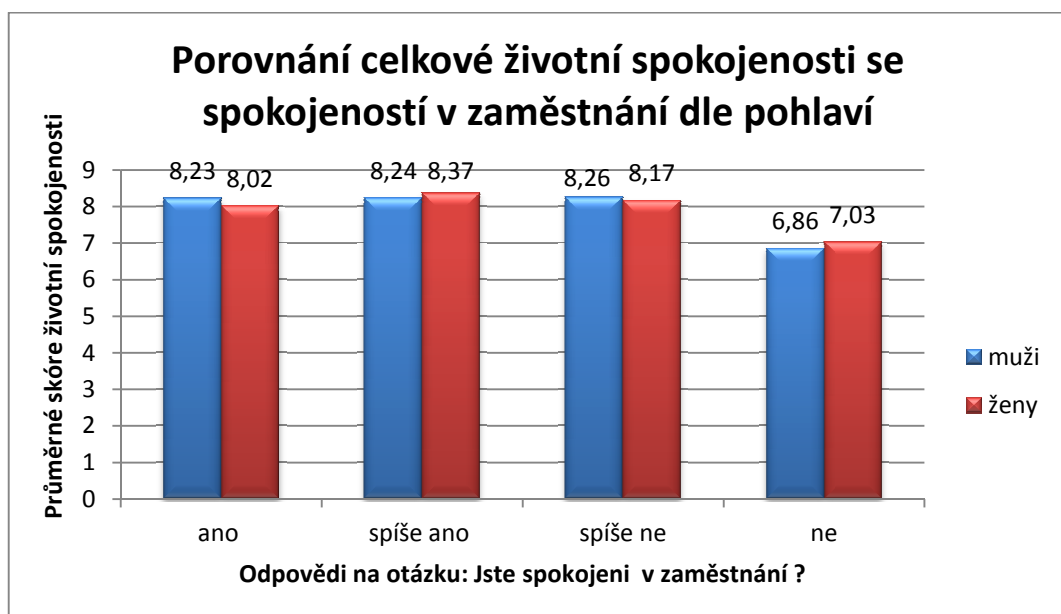
Celková životní spokojenost (souhrnné výsledky)						
Odpovědi na otázku: Jste ve svém zaměstnání spokojeni?						
Celková životní spokojenost		ano	spíše spokojen	spíše nespokojen	nespokojen	Celkem
	1	0	0	0	0	0
	2	0	0	0	0	0
	3	0	0	0	1	1
	4	0	0	0	1	1
	5	1	1	1	2	5
	6	1	0	0	1	2
	7	1	0	1	1	3
	8	9	8	7	7	31
	9	6	4	3	2	15
	10	3	2	2	0	7
	Celkem	21	15	14	15	65
Φ skóre	8,3	8,3	8,2	6,9	X	

Tabulka č. 9 vyjadřuje porovnání odpovědí respondentů, jak jsou spokojeni se svým zaměstnáním s celkovou životní spokojeností. Respondenti, kteří odpovídali na otázku ano, jsem spokojen se svým zaměstnáním, dosahovali průměrné skóre celkové životní spokojenosti 8,3, dále respondenti, kteří odpovídali na otázku spíše ano, mají taktéž průměrné skóre s celkovou životní spokojeností 8,3. Při odpovědi na otázku spíše ne, ještě celkovou životní spokojenost příliš neovlivnilo, průměrné skóre vychází 8,2. Celková životní spokojenost je ovlivněna odpovědí, kde respondenti odpovídali, že nejsou spokojeni se svým zaměstnáním, zde vychází průměrné skóre 6,9. Z výše uvedeného výpočtu je zřejmé, že nespokojenost v zaměstnání výrazně ovlivňuje celkovou životní spokojenost, což vystihuje Graf č. 9.

Graf č. 9: Celková životní spokojenost v porovnání se spokojeností v zaměstnání



Graf č. 10: Porovnání celkové životní spokojenosti se spokojeností v zaměstnání dle pohlaví.



Přesto, že se předpokládalo, že práce celkovou životní spokojenost více ovlivní u mužů než u žen, z výše uvedeného grafu a naší studie vyplývá, že práce celkovou životní spokojenost mužů a žen rozdílně neovlivňuje. U obou pohlaví jsou hodnoty téměř identické a nedochází zde takřka k žádnému bodovému posunu.

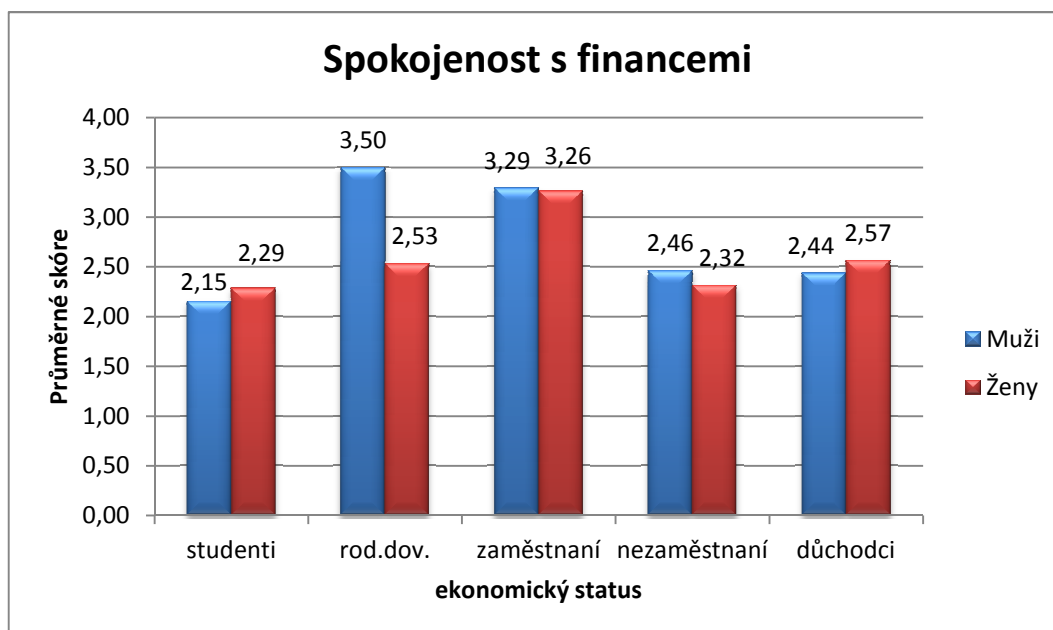
Spokojenost s financemi

V oblasti financí byly potvrzeny očekávané výsledky, že nejvíce spokojena s financemi bude skupina zaměstnaných, kteří mají stálý příjem. Zde bylo dosaženo průměrné skóre 3,1. Nejhuře hodnotili svoji finanční situaci nezaměstnaní, kteří dosáhli průměrného skóre 2,0. Což je o 1,1 bodu méně oproti skupině zaměstnaných.

Tabulka č. 10: Spokojenost s financemi

Spokojenost s financemi											
míra spokojenosti	studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci		
	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	
podprůměr	1	2	4	0	2	1	1	3	4	4	3
spíše podprůměr	2	8	9	0	4	3	6	3	7	3	7
průměr	3	2	6	1	8	9	15	5	6	7	10
spíše nadprůměr	4	1	2	1	1	10	14	2	2	2	3
nadprůměr	5	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0
Celkem		12	21	2	15	27	38	12	25	16	23
Φ skóre		2,15	2,29	3,50	2,53	3,29	3,26	2,46	2,32	2,44	2,57

Graf č. 11: Spokojenost s financemi



Když shrneme výsledky průměrného skóre spokojenosti respondentů s financemi, naše studie potvrdila, že s financemi jsou nejvíce spokojeni osoby, které jsou zaměstnaní a to v průměrném skóre 3,28. Na druhém místě následují respondenti na rodičovské dovolené v průměrném skóre 3,01. Důchodci dosáhli průměrného skóre 2,5. Jako čtvrtí spokojení s financemi jsou nezaměstnaní s průměrným skóre 2,39 a nejhůře svoji finanční situaci hodnotí studenti s průměrným skóre 2,22.

Tabulka č. 11: Spokojenost s financemi vyčísleno v procentech

Spokojenost s financemi (vyjádřeno v procentech)											
míra spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
podprůměr	1	15,38	19,05	0,00	13,33	4,17	2,63	23,08	21,05	25,00	13,04
spíše podprůměr	2	61,54	42,86	0,00	26,67	12,50	15,79	23,08	36,84	18,75	30,43
průměr	3	15,38	28,57	50,00	53,33	37,50	39,47	38,46	31,58	43,75	43,48
spíše nadprůměr	4	7,69	9,52	50,00	6,67	41,67	36,84	15,38	10,53	12,50	13,04
nadprůměr	5	0,00	0,00	0,00	0,00	4,17	5,26	0,00	0,00	0,00	0,00
Celkem		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Zdraví

Zdraví lze pokládat za nejdůležitější devizu našeho bytí, být zdraví je první předpoklad ke štěstí, úspěchu a životní spokojenosti. Když máme zdraví, může se následně dostavit úspěch, a máme tak větší šanci uskutečnit to, po čem v životě toužíme. V následující tabulce je přehledně uvedeno, jak respondenti hodnotili svoji spokojenost se zdravím.

Tabulka č. 12: Spokojenost se zdravím

míra spokojenosti		Spokojenost se zdravím					
		studenti	rodičovská dovolená	zaměstnaní	nezaměstnaní	důchodci	Celkem
podprůměr	1	0	0	3	2	12	17
spíše podprůměr	2	3	1	11	10	13	38
průměr	3	10	7	19	9	7	52
spíše nadprůměr	4	14	6	24	7	6	57

míra spokojenosti		Spokojenost se zdravím					
		studenti	rodičovská dovolená	zaměstnaní	nezaměstnaní	důchodci	Celkem
nadprůměr	5	6	3	8	4	1	22
Celkem		33	17	65	32	39	186
Φ skóre		3,70	3,65	3,35	3,03	2,26	X

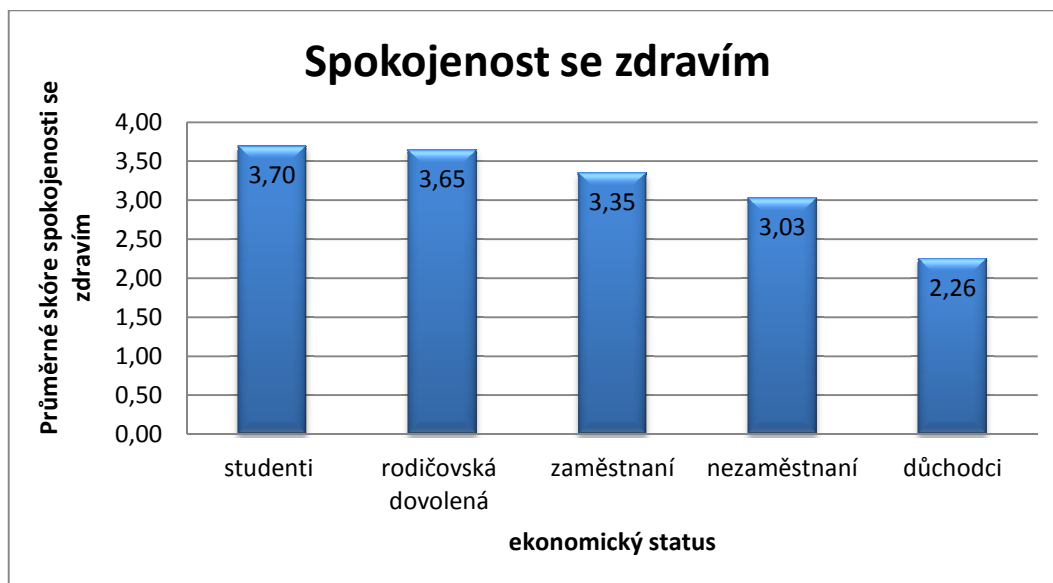
Ve výše uvedené tabulce jsou respondenti rozděleni dle ekonomického statusu, je zde zachyceno hodnocení spokojenosti respondentů se svým zdravím, včetně průměrného skóre.

Tabulka č. 13: Spokojenost se zdravím (vyjádřeno v procentech)

míra spokojenosti		Spokojenost se zdravím (vyjádřeno v procentech)					
		studenti	rodičovská dovolená	zaměstnaní	nezaměstnaní	důchodci	Celkem
velmi nespokojen	1	0,00 %	0,00 %	1,61 %	1,08 %	6,45 %	9,14 %
nespokojen	2	1,61 %	0,54 %	5,91 %	5,38 %	6,99 %	20,43 %
spíše spokojen	3	5,38 %	3,76 %	10,22 %	4,84 %	3,76 %	27,96 %
spokojen	4	7,53 %	3,23 %	12,90 %	3,76 %	3,23 %	30,65 %
velmi spokojen	5	3,23 %	1,61 %	4,30 %	2,15 %	0,54 %	11,83 %
Celkem		17,74 %	9,14 %	34,95 %	17,20 %	20,97 %	100,00 %

Velmi nespokojeni a nespokojeni se svým zdravím nejvíce deklarovali důchodci, což bylo očekávané vzhledem k věkovému zastoupení této kategorie. Naopak variantu velmi spokojen uvedli v dotazníku nejvíce zaměstnaní a studenti. Z celkového počtu respondentů uvedlo v dotazníku velmi nespokojen se zdravím 9,14 %, dále nespokojen celkem uvedlo 20,43 %, spíše spokojen uvedlo 27,96 % respondentů, škálu spokojenosti spokojen uvedlo celkem 30,65 % respondentů a variantu velmi spokojen volilo 11,83 % respondentů.

Graf č. 12: Spokojenost se zdravím



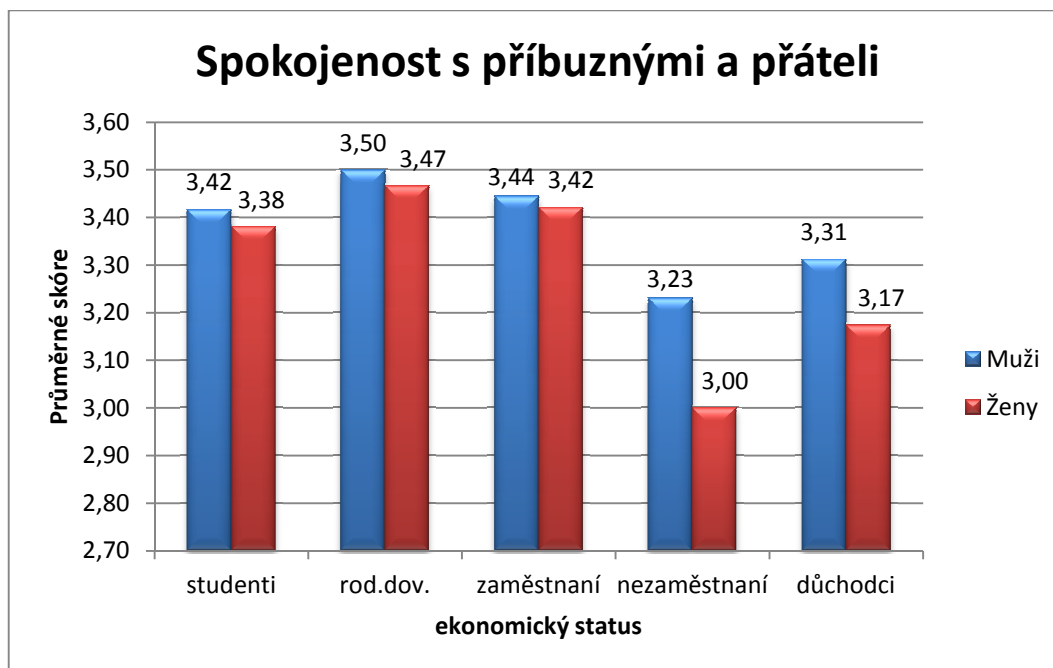
Z naší studie vyplývá, že nejvíce spokojeni se zdravím jsou studenti, jejich průměrné skóre je 3,70. Respondenti na rodičovské dovolené jsou spokojeni se svým zdravím s průměrným skóre 3,65. Zaměstnanci dosáhli průměrné skóre 3,35, nezaměstnaní mají průměrné skóre 3,03 a nejnižší skóre je u důchodců 2,26.

Spokojenost se vztahy s příbuznými a přáteli

Tabulka č. 14: Spokojenost se vztahy s příbuznými a přáteli

Spokojenost s příbuznými a přáteli											
stupeň spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
velmi nespokojen	1	1	0	0	1	1	2	1	2	0	1
nespokojen	2	1	4	0	1	4	3	2	4	1	3
spíše spokojen	3	2	6	1	5	7	11	3	6	10	11
Spokojen	4	8	10	1	6	12	21	7	6	4	7
velmi spokojen	5	0	1	0	2	3	1	0	1	1	1
Celkem		12	21	2	15	27	38	12	25	16	23
Φ skóre		3,42	3,38	3,50	3,47	3,44	3,42	3,23	3,00	3,31	3,17

Graf č. 13: Spokojenost s příbuznými a přáteli



Nejvyšší spokojenost s příbuznými a přáteli bylo zaznamenáno u osob na rodičovské dovolené a nejnižší skóre je zřejmé u nezaměstnaných respondentů.

Tabulka č. 15: Spokojenost s příbuznými a přáteli (vyjádřeno v procentech)

Spokojenost s příbuznými a přáteli (vyjádřeno v procentech)											
stupeň spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
velmi nespokojen	1	8,33	0,00	0,00	6,67	3,70	5,26	7,69	10,53	0,00	4,35
nespokojen	2	8,33	19,05	0,00	6,67	14,81	7,89	15,38	21,05	6,25	13,04
spíše spokojen	3	16,67	28,57	50,00	33,33	25,93	28,95	23,08	31,58	62,50	47,83
spokojen	4	66,67	47,62	50,00	40,00	44,44	55,26	53,85	31,58	25,00	30,43
velmi spokojen	5	0,00	4,76	0,00	13,33	11,11	2,63	0,00	5,26	6,25	4,35
Celkem		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Když se podíváme na procentuální vyjádření spokojenosti s příbuznými a přáteli, vidíme, že respondenti celkově nejvíce hodnotili, že jsou spokojeni se svými přáteli. Druhá nejčastější hodnocená varianta byla spíše spokojen.

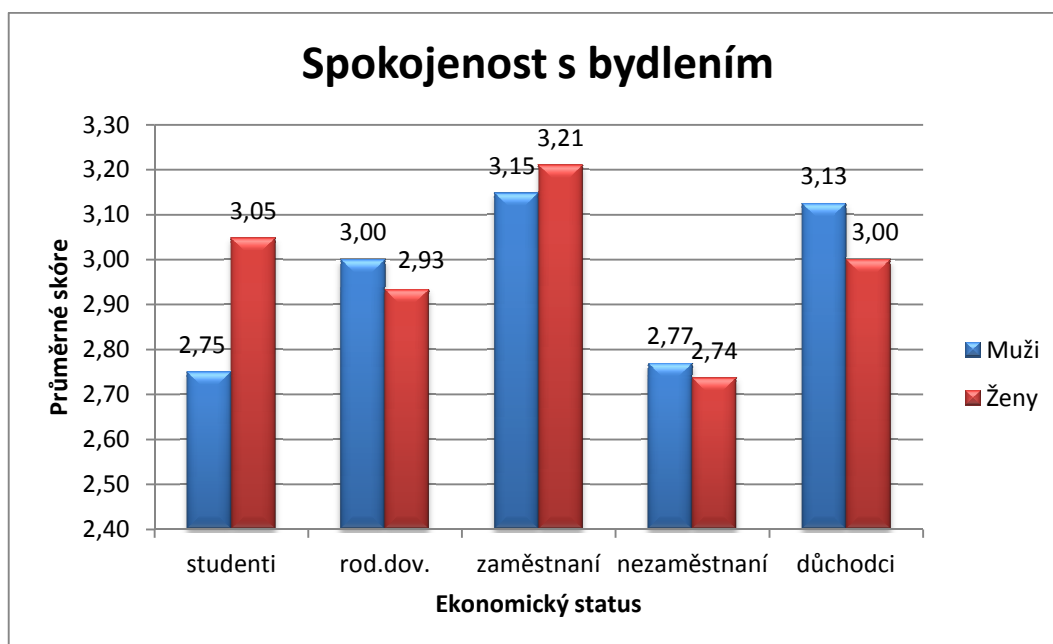
Spokojenost s bydlením

Měření spokojenosti s bydlením není úplně jednoduché, jelikož spokojenost je dynamický proces. Potřeby bydlení jsou ovlivněny realitou života referenčních skupin a tím, co je na trhu s bydlením vůbec možné. Níže uvedená tabulka vypovídá o hodnocení bydlení námi vybraného vzorku respondentů.

Tabulka č. 16: Spokojenost s bydlením

Spokojenost s bydlením											
stupeň spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
velmi nespokojen	1	2	1	0	2	1	2	1	0	0	1
nespokojen	2	1	5	0	5	6	4	3	8	1	3
spíše spokojen	3	7	8	2	2	11	17	5	9	13	15
Spokojen	4	2	6	0	4	65	14	4	1	1	3
velmi spokojen	5	0	1	0	2	3	1	0	1	1	1
Celkem		12	21	2	15	27	38	12	25	16	23
Φ skóre		2,75	3,05	3,00	2,93	3,15	3,21	2,77	2,74	3,13	3,00

Graf č. 14: Spokojenost s bydlením



Tabulka č. 17: Spokojenost s bydlením

Spokojenost s bydlením (vyjádřeno v procentech)											
stupeň spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
velmi nespokojen	1	16,67	4,76	0,00	13,33	3,70	5,26	7,69	0,00	0,00	4,35
nespokojen	2	8,33	23,81	0,00	33,33	22,22	10,53	38,46	42,11	6,25	13,04
spíše spokojen	3	58,33	38,10	100	13,33	40,74	44,74	23,08	47,37	81,25	65,22
spokojen	4	16,67	28,57	0,00	26,67	22,22	36,84	30,77	5,26	6,25	13,04
velmi spokojen	5	0,00	4,76	0,00	13,33	11,11	2,63	0,00	5,26	6,25	4,35
Celkem		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Nejvíce respondentů uvedlo, že jsou spíše spokojeni se svým bydlením. Studenti nejvíce odpovídali, že jsou spíše spokojeni. Ženy na rodičovské dovolené nejvíce uváděly, že jsou nespokojeny se svým bydlením. Zaměstnaní jsou spíše spokojeni, nezaměstnaní měli nejvyšší procento odpovědí u odpovědi nespokojen. A důchodci jsou spíše spokojeni.

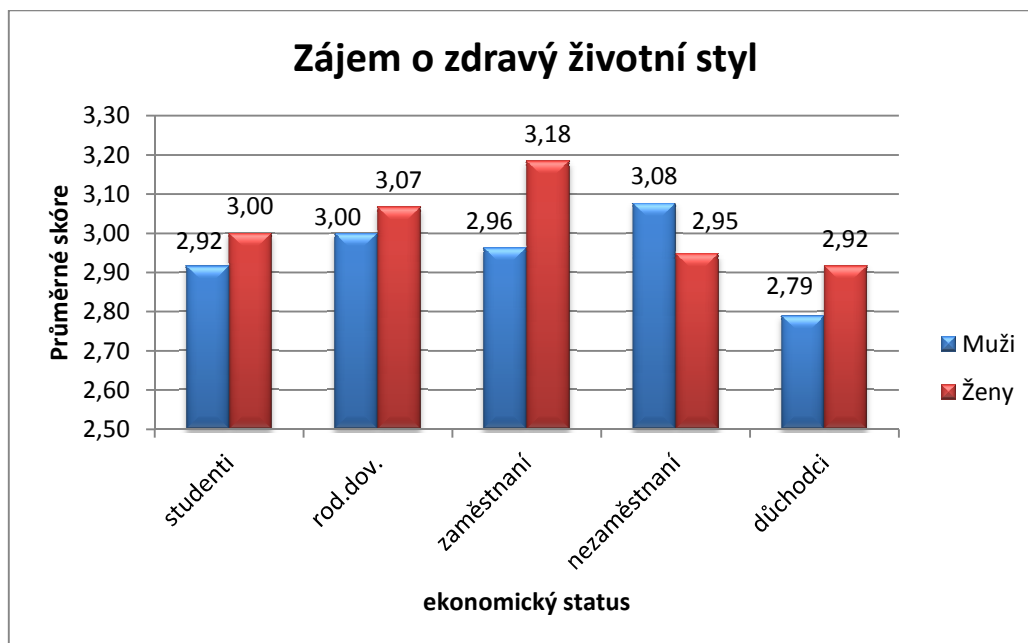
Zájem o zdravý životní styl

Dále jsme zjišťovali zájem respondentů o zdravý životní styl.

Tabulka č. 18: Zájem o zdravý životní styl

Zájem o zdravý životní styl											
stupeň spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
ne	1	1	1	0	1	1	2	1	1	4	3
spíše ne	2	2	5	0	3	9	7	2	5	2	4
spíše ano	3	6	8	2	5	7	11	5	7	7	9
ano	4	3	7	0	6	10	18	5	6	6	8
Celkem		12	21	2	15	27	38	13	19	19	24
Φ skóre		2,92	3,00	3,00	3,07	2,96	3,18	3,08	2,95	2,79	2,92

Graf č. 15: Zájem o zdravý životní styl



Tabulka č. 19: Zájem o životní styl (vyjádřeno v procentech)

Zájem o zdravý životní styl (vyjádřeno v procentech)											
stupeň spokojenosti		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
ne	1	8,33	4,76	0,00	6,67	3,70	5,26	7,69	5,26	21,05	12,50
spíše ne	2	16,67	23,81	0,00	20,00	33,33	18,42	15,38	26,32	10,53	16,67
spíše ano	3	50,00	38,10	100	33,33	25,93	28,95	38,46	36,84	36,84	37,50
ano	4	25,00	33,33	0,00	40,00	37,04	47,37	38,46	31,58	31,58	33,33
Celkem		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Výše uvedená tabulka vypovídá, v jakém celkovém procentuálním vyjádření respondenti hodnotili svůj zájem o zdravý životní styl. Nejvyšší procento odpovědí dosáhla odpověď spíše ano, čili respondenti se o zdravý životní styl převážně zajímají. Nejnižší procento vychází u odpovědi nezajímám se o zdravý životní styl.

Podpora v rodině

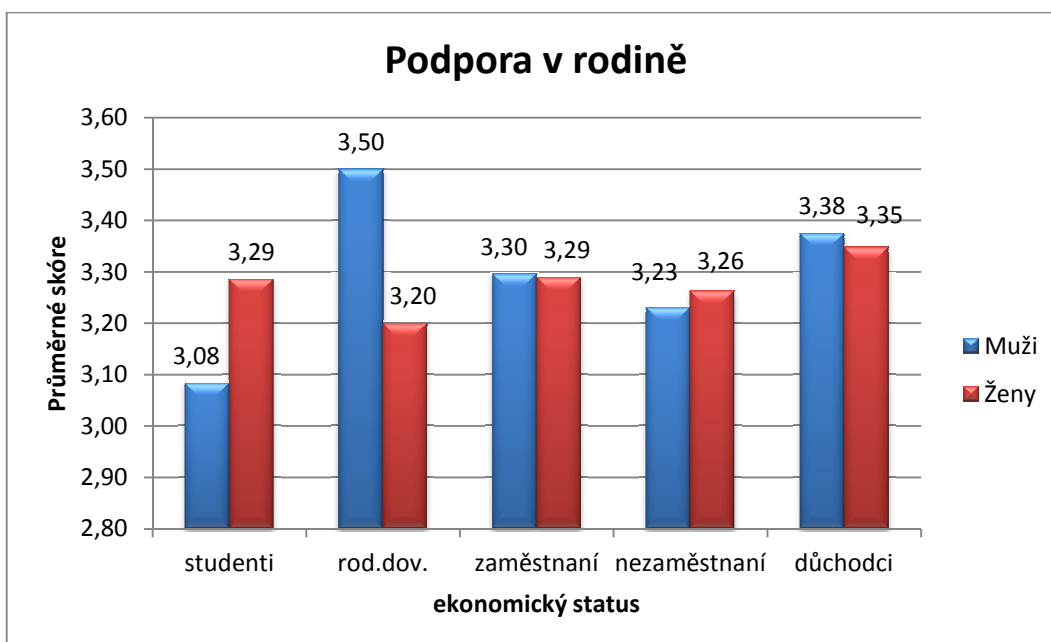
Zde jde o sounáležitost k rodině, mít se komu svěřit se svými radostmi a starostmi, popř. problémy. Jestli se máme na koho obrátit, když to potřebujeme.

Tabulka č. 20: Podpora v rodině

Odpovědi na otázku: Cítíte podporu v rodině, máte se komu svěřit?											
stupeň spokojenosti	studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměst- naní		důchodci		
	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	
Ne	1	1	0	1	1	2	1	0	0	1	
Spíše ne	2	2	0	2	3	4	2	4	3	3	
Spíše ano	3	8	1	5	10	13	3	6	4	6	
Ano	4	10	1	7	13	19	7	9	9	13	
Celkem	12	21	2	15	27	38	12	25	16	23	
Φ skóre	3,08	3,29	3,50	3,20	3,30	3,29	3,23	3,26	3,38	3,35	

Nejvíce respondentů odpovídalo, že cítí podporu ve své rodině a mají se komu svěřit.

Graf č. 16: Podpora v rodině



Celkové hodnocení vychází téměř podobně, nejnižší skóre dosáhli studenti (chlapci), že mladí muži se celkově neradi svěřují.

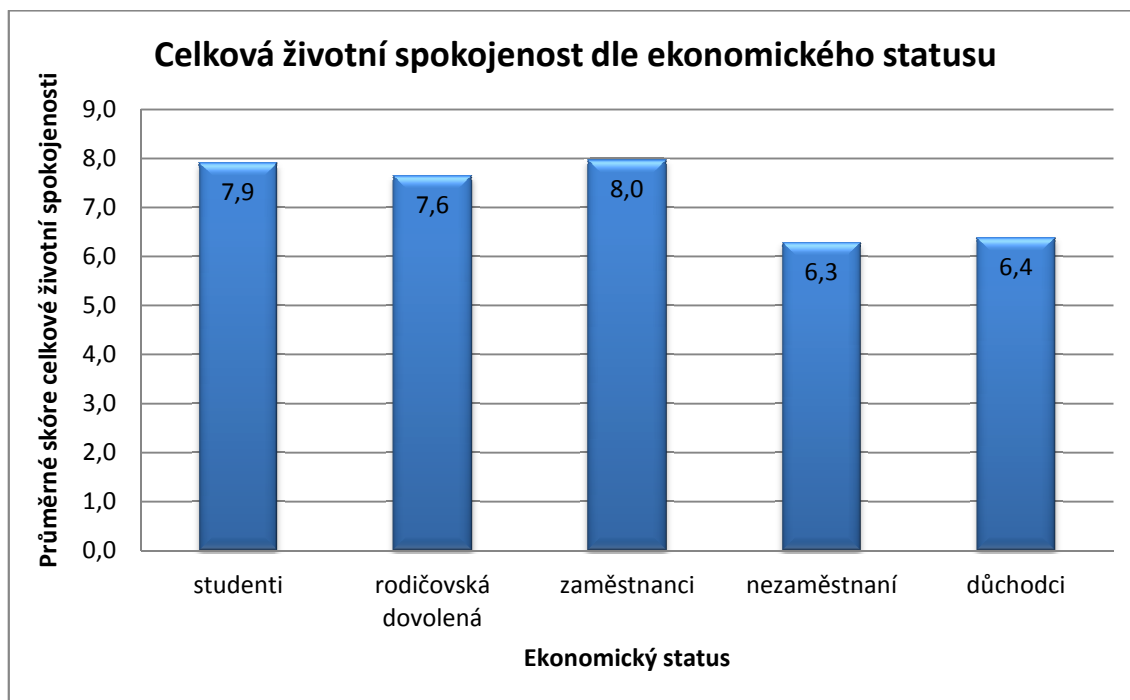
Celková životní spokojenost měřená na desetistupňové škále

V níže uvedené tabulce je hodnocení respondentů celkové životní spokojenosti na desetistupňové škále dle ekonomického statusu.

Tabulka č. 21: Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu

Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu						
škála spokojenosti	studenti	rodičovská dovolená	zaměstnaní	nezaměstnaní	důchodci	Celkem
nejméně 1	0	0	0	0	0	0
2	0	0	0	0	1	1
3	0	1	1	1	2	5
4	1	0	1	3	3	8
5	2	0	5	4	5	16
6	0	3	2	9	7	21
7	8	2	3	11	10	34
8	11	6	31	2	8	58
9	7	3	15	1	2	21
nejvíce 10	4	2	7	1	1	22
Celkem	33	17	65	32	39	186
Φ skóre	7,9	7,6	8	6,3	6,4	X

Graf č. 17: Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu

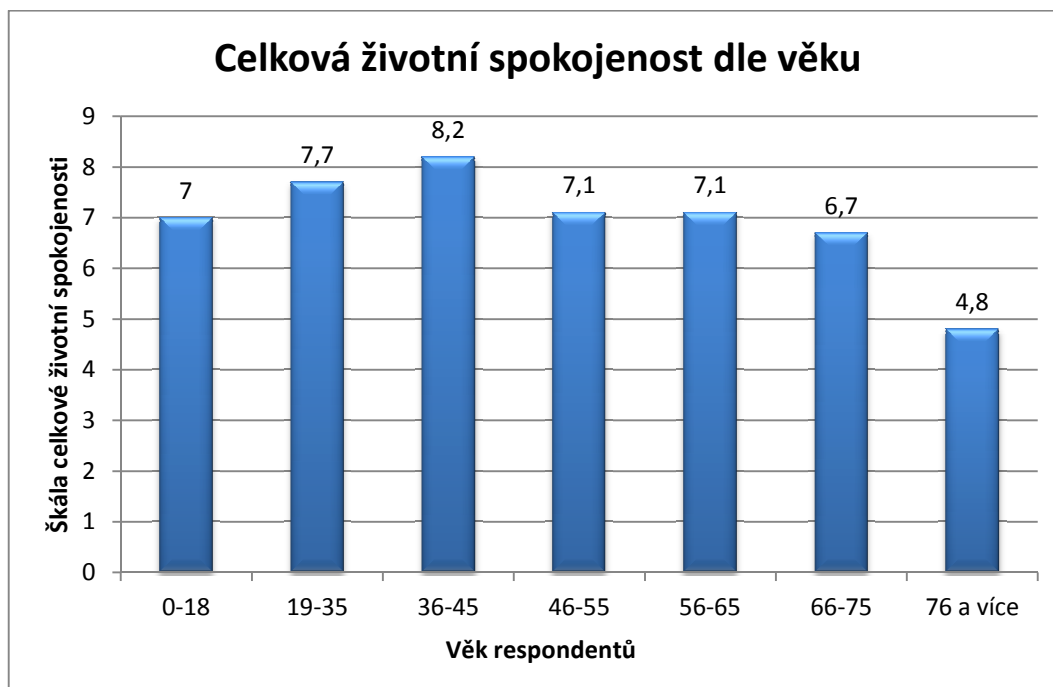


Celková životní spokojenost dle věkové struktury

Tabulka č. 222: Celková životní spokojenost dle věkové struktury

Celková životní spokojenost dle věkové struktury								
	0-18	19-35	36-45	46-55	56-65	66-75	76 a více	Celkem
1	0	0	0	0	0	0	0	0
2	0	0	0	0	0	0	1	1
3	0	1	0	1	1	1	1	5
4	1	0	0	1	0	2	4	8
5	1	1	1	4	3	3	3	16
6	1	5	1	3	3	4	3	20
7	4	8	5	6	7	4	0	34
8	4	14	29	4	3	2	0	56
9	1	4	17	4	3	1	1	31
10	0	6	1	3	2	3	0	15
Celkem	12	39	54	26	22	20	13	186
Φ skóre	7	7,7	8,2	7,1	7,1	6,7	4,8	X

Graf č. 18: Celková spokojenost dle věku (průměrné skóre)

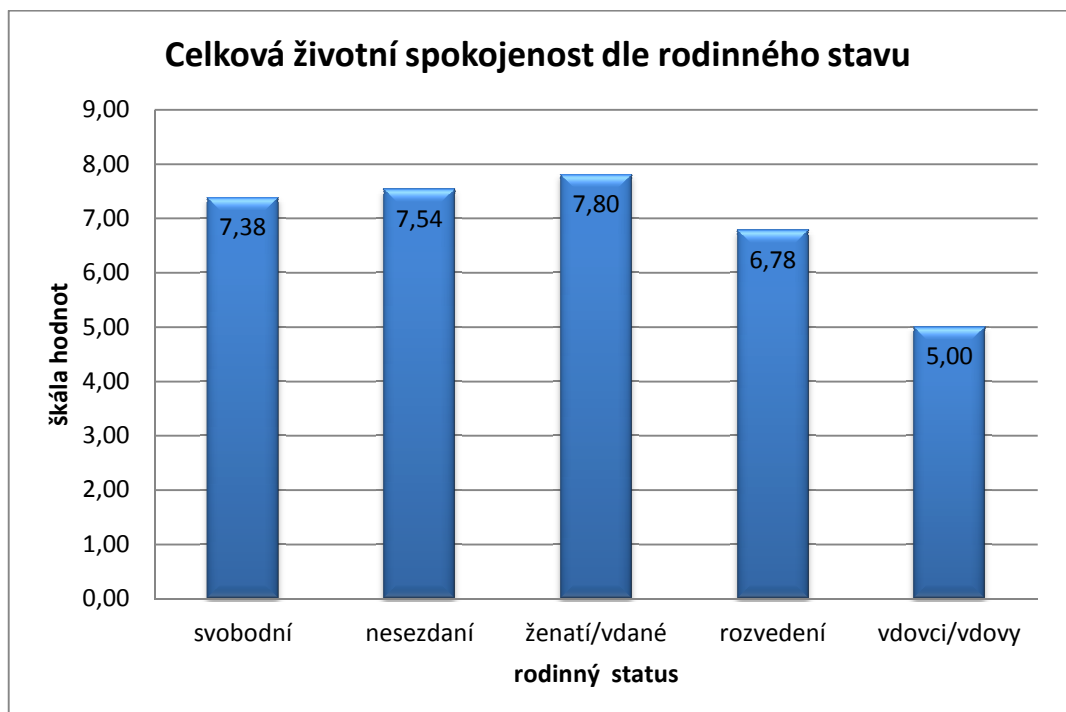


Celková životní spokojenost dle rodinného stavu

Tabulka č. 233: Celková životní spokojenost dle rodinného stavu

Celková životní spokojenost dle rodinného stavu							
životní spokojenost		svobodní	nesezdané soužití	ženatí/ vdané	rozvedení	vdovci/ vdovy	Celkem
	1	0	0	0	0	0	0
	2	0	0	0	0	1	1
	3	1	0	1	2	1	5
	4	1	1	2	2	2	8
	5	1	4	4	4	3	16
	6	6	3	3	4	4	20
	7	8	5	13	8	0	34
	8	7	5	37	6	1	56
	9	4	6	16	5	0	31
	10	4	4	6	1	0	15
	Celkem	32	28	82	32	12	186
	Φ skóre	7,38	7,54	7,80	6,78	5,00	X

Graf č. 19: Celková životní spokojenost dle rodinného stavu



Další pomocné tabulky k vyhodnocení hypotéz:

V pro níže uvedenou tabulku jsem konečná data z tabulek, kde respondenti hodnotili

Tabulka č. 24: Průměrné skóre vybraných oblastí spokojenosti

Průměrné skóre vybraných oblastí spokojenosti											
Průměrné skóre v jednotlivých oblastí		studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
		Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
Spokojenost s financemi	Φ s k ó r e	2,15	2,29	3,50	2,53	3,29	3,26	2,46	2,32	2,44	2,57
Spokojenost s bydlením		2,75	3,05	3,00	2,93	3,15	3,21	2,77	2,74	3,13	3,00
Spokojenost s přáteli		3,42	3,38	3,50	3,47	3,44	3,42	3,23	3,00	3,31	3,17
Opora v rodině		3,08	3,29	3,5	3,20	3,3	3,29	3,23	3,26	3,38	3,35
Celkem		11,40	12,01	13,50	12,13	13,18	13,18	11,69	11,32	12,26	12,09
Průměrné skóre		2,85	3,00	3,37	3,00	3,30	3,30	2,92	2,83	3,06	3,02

Důležitost ostatních oblastí životní spokojenosti

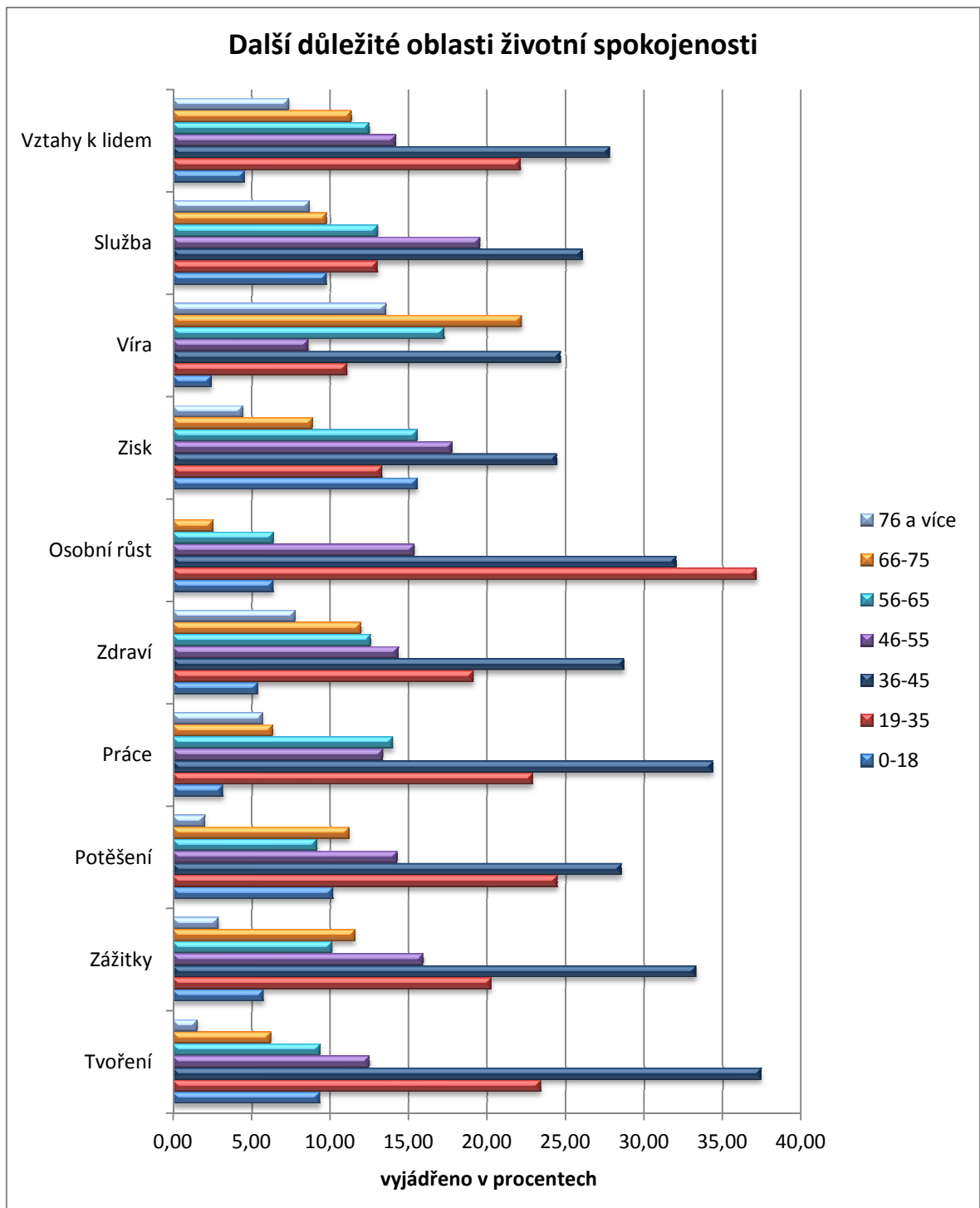
Nakonec respondenti hodnotili důležitost dalších oblastí pro životní spokojenost, jako jsou vztahy k lidem, služba, víra, zisk, osobní růst, zdraví, práce, potěšení, zážitky a tvoření, kde mohli respondenti zatrhnout více možností. Za nejvyšší důležitou oblast pokládali respondenti vztahy k lidem se 176 body, hned druhé místo obsadilo zdraví se 167 body a na třetím místě důležitosti je oblast práce se 157 body. Nejnižší důležitost přiřadili respondenti zisku, který dosáhl pouze 45 bodů. Viz. Tabulka č. 25 níže.

Tabulka č. 25: Míra důležitosti ostatních oblastí životní spokojenosti

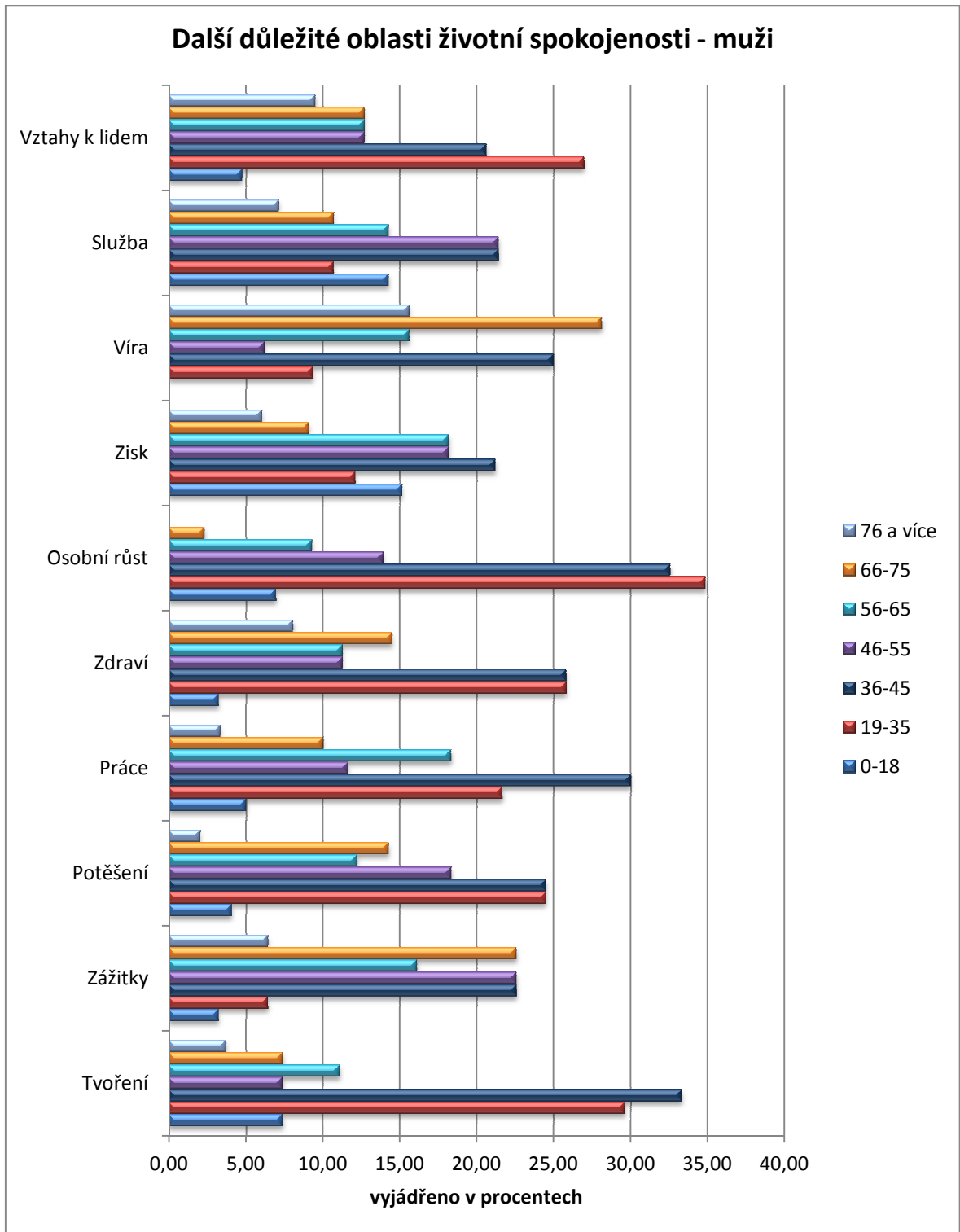
Co pro Vás znamená pocit životní spokojenosti								
	0-18	19-35	36-45	46-55	56-65	66-75	76 a více	Celkem
vztahy k lidem	8	39	49	25	22	20	13	176
služba	9	12	24	18	12	9	8	92
víra	2	9	20	7	14	18	11	81
zisk	7	6	11	8	7	4	2	45
osobní růst	5	29	25	12	5	2	0	78
zdraví	9	32	48	24	21	20	13	167
práce	5	36	54	21	22	10	9	157

Co pro Vás znamená pocit životní spokojenosti								
	0-18	19-35	36-45	46-55	56-65	66-75	76 a více	Celkem
potěšení	10	24	28	14	9	11	2	98
zážitky	4	14	23	11	7	8	2	69
tvoreň	6	15	24	8	6	4	1	64
Celkem	65	216	306	148	125	106	61	1027

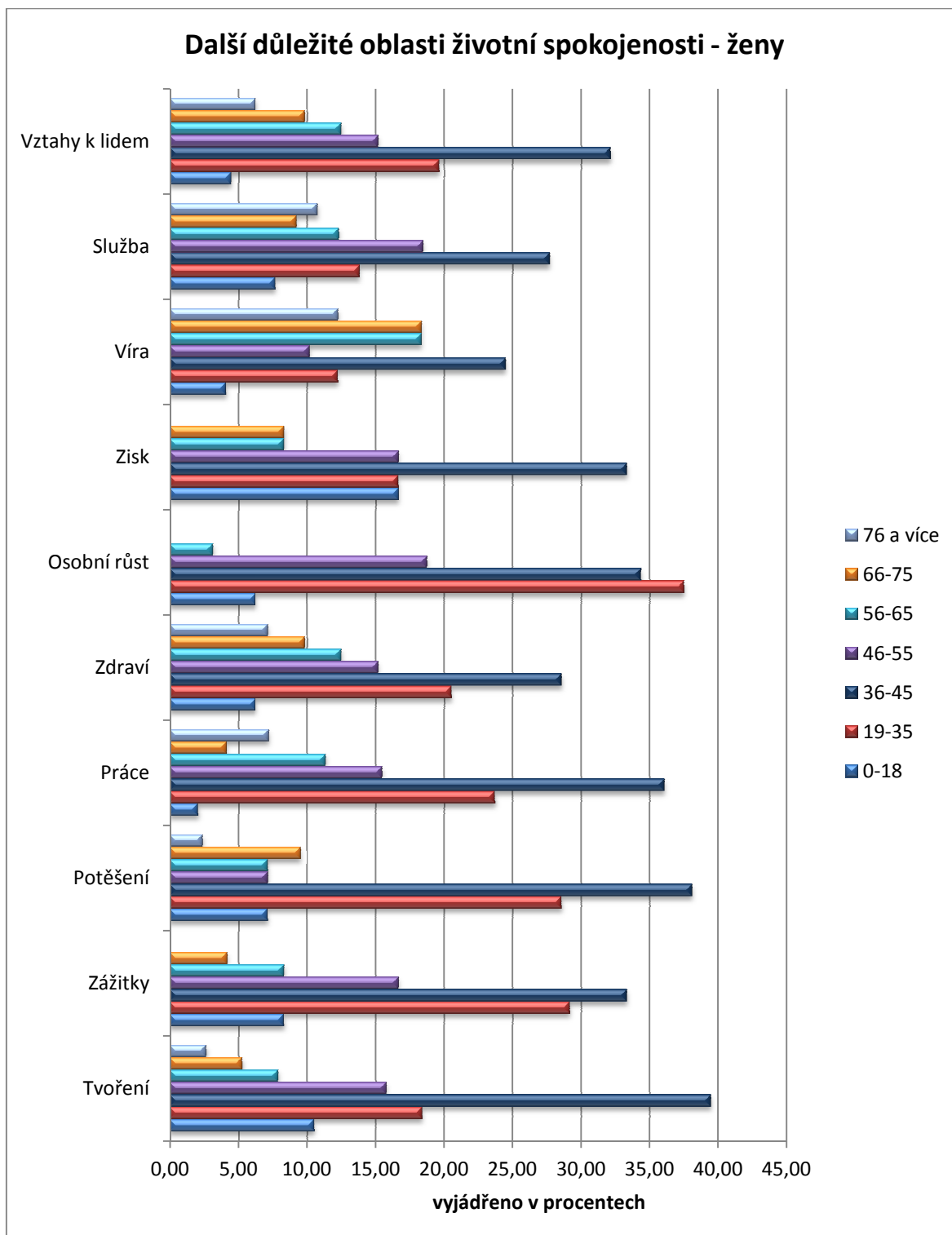
Graf č. 20: Další důležité oblasti životní spokojenosti



Graf č. 21: Další důležité oblasti životní spokojenosti - muži



Graf č. 22: Další důležité oblasti životní spokojenosti - ženy



4.3 Analýza výsledků a hypotéz

Přehled jednotlivých odpovědí respondentů na jednotlivé otázky, jsou jednotlivě vyhodnoceny pomocí číselného a procentuálního vyjádření, pomocí tabulek a grafů.

Následně budeme výsledky diskutovat pomocí stanovených hypotéz s výsledky jiných studií, které jsou uvedené v teoretické části.

H1: Lidé spokojení v práci dosahují vyšší skóre celkové životní spokojenosti než lidé, kteří jsou nespokojení se svým zaměstnáním.

Hypotézu ověřuji s výsledky výzkumu dle tabulek:

Tabulka č. 7: Spokojenost se zaměstnáním – zde jsou vyčísleny hodnoty na základě míry spokojenosti respondentů v zaměstnání.

Tabulka č. 9: Souhrnné skóre výsledků celkové životní spokojenosti, na základě odpovědí v Tabulce č. 7.

Celkově variantu ano, jsem spokojen v zaměstnání volilo 32,31 % respondentů, variantu – jsem spíše spokojen se zaměstnáním volilo 23,08 % respondentů, variantu spíše nespokojen volilo 21,54 % respondentů a poslední variantu nespokojen volilo 23,08 % respondentů.

Odpovědi na otázku: Kde cítíte, že se nachází Vaše současná životní spokojenost na stupnici od 1 do 10? (viz. Dotazník Životní spokojenosti otázka č. 8) jsme porovnali v Tabulce č. 9 s odpověďmi na otázku spokojenost v zaměstnání.

Studie prokázala, že ti, co odpověděli na otázku ano, jsem spokojen v zaměstnání, spíše spokojen v zaměstnání, dosahují průměrné skóre 8,3 bodů. Ti, co odpověděli spíše nespokojen dosáhli 8,2 bodů a ti respondenti, co odpověděli ne, nejsem spokojen se svým zaměstnáním, dosáhli životní spokojenosti pouze 6,9 bodů, což je o 1,4 bodů méně.

Na základě výše uvedeného **Hypotéza č. 1 byla verifikována**, potvrdilo se, že lidé spokojeni v práci, jsou celkově spokojenější, než lidé, kteří se zaměstnáním spokojeni nejsou.

H2: Práce ovlivňuje celkovou životní spokojnost více u mužů než u žen.

K vyhodnocení hypotézy jsem použila opět Tabulku č. 7, kde jsou odpovědi rozděleny dle pohlaví respondentů a následně zaneseny do Grafu č. 8.

Graf č. 10: Porovnání celkové životní spokojenosti se spokojeností v zaměstnání dle pohlaví nám neukazuje ani půl bodový rozdíl v celkové životní spokojenosti. Pro přehlednost uvádím část výsledků z Grafu č. 10 průměrné skóre dle pohlaví.

Celková životní spokojenost	ano	spíše spokojen	spíše nespokojen	nespokojen
Φ skóre muži	8,2	8,3	8,2	6,9
Φ skóre ženy	8,0	8,4	8,1	7,0

V tomto případě byla **hypotéza č. 2 falsifikována**. Neplatí, že práce ovlivňuje celkovou životní spokojenost více u mužů než u žen.

H3: Zaměstnaní lidé dosahují vyšší skóre celkové životní spokojenosti než lidé nezaměstnaní.

Tuto hypotézu si vyhodnotíme na základě Tabulky č. 21: Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu.

Z výsledků této studie vyplývá, že nezaměstnaní dosáhli průměrného skóre v celkové životní spokojenosti 6,3 bodů. Naproti tomu zaměstnaní dosáhli průměrné skóre 8,0 bodů na desetistupňové škále hodnocení. Pro názornost si uvedeme i další skupiny ekonomického postavení – studenti dosáhli 7,9 bodů, osoby na rodičovské dovolené 7,6 bodů a nakonec důchodci 6,4 bodů.

Hypotéza č. 3 byla verifikována, skutečně nezaměstnanost osobní pohodu výrazně snižuje oproti osobám, které jsou zaměstnaní.

H4: Lidé s kvalitním sociálním zázemím a oporou, dosahují vyššího socioekonomického statusu než lidé, kteří dobré sociální zázemí a oporu nemají.

Abychom mohli tuto hypotézu vyhodnotit, musíme si nejdříve stanovit, co budeme vyhodnocovat. Pro kvalitní sociální zázemí jsme určili spokojenost s financemi, bydlením, s přáteli a neposlední řadě je nutná i spokojenost s rodinou a přáteli. Nejvyšší ekonomický

status připisujeme v této studii osobám zaměstnaným.

K vyhodnocení této hypotézy použijeme výsledky Tabulky č. 10: Spokojenost s financemi, dále Tabulky č. 14: Spokojenost se vztahy s příbuznými a přáteli, Tabulky č. 16: Spokojenost s bydlením, Tabulky č. 20: Podpora v rodině.

Z každé výše uvedené tabulky použijeme vyhodnocení průměrného skóre dle odpovědí respondentů. Výsledek této hypotézy zachycuje Tabulka č. 24: Průměrné skóre vybraných oblastí spokojenosti.

Pro názornost si zde ukážeme konečné výsledky této studie:

Průměrné skóre vybraných oblastí spokojenosti										
Průměrné skóre v jednotlivých oblastí	studenti		rodičovská dovolená		zaměstnaní		nezaměstnaní		důchodci	
	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
Průměrné skóre	2,85	3,00	3,37	3,00	3,30	3,30	2,92	2,83	3,06	3,02

Hypotéza č. 4 byla falsifikována. Neplatí, že lidé, mající kvalitní sociální zázemí a oporu, dosahují vyššího ekonomického statusu. U konečného vyhodnocení je zřejmé, že průměrné skóre spokojenosti se u vybraných oblastí výrazně neliší.

H5: Životní spokojenost dosahuje vyšší skóre u osob, které žijí v partnerském či manželském svazku než u osob, které žijí bez partnera.

Při vyhodnocení této hypotézy použijeme výsledky z Tabulky č. 23: Celková životní spokojenost dle rodinného stavu. Zde máme vyhodnocení celkové životní spokojenosti dle rodinného stavu. Všechny respondenty jsme si rozdělili dle stavu na svobodné, nesezdané soužití, ženatí/vdané, rozvedení/é a vdovy/vdovce. Zde jsme opět vyhodnotili odpovědi na otázku: Kde cítíte, že se nachází Vaše současná životní spokojenost na stupnici od 1 do 10? (viz. Dotazník Životní spokojenosti otázka č. 8) a vyhodnotili jsme jí dle rodinného stavu jednotlivých respondentů.

Pro názornost opět uvedeme konečné výsledky průměrného skóre celkové životní spokojenosti viz. Tabulka č. 23: Celková životní spokojenost dle rodinného stavu.

rodinný stav	svobodní	nesezdané soužití	ženatí/vdané	rozvedení	vdovy/vdovci
Φ skóre	7,38	7,54	7,80	6,78	5,00

Hypotéza č. 5 byla verifikována. Z této studie je zřejmé, že respondenti, kteří žijí v partnerském či manželském svazku dosahují vyššího skóre.

H6: Zaměstnaní lidé dosahují vyšší skóre spokojenosti se zdravím, než osoby nezaměstnané a osoby v důchodu.

Tuto hypotézu vyhodnotíme pomocí hodnocení spokojenosti se zdravím respondentů, dle hodnot v Tabulce č. 12: Spokojenost se zdravím

Náhled konečných hodnot spokojenosti se zdravím z Tabulky č. 12.

ekonomický status	studenti	rodičovská dovolená	zaměstnaní	nezaměstnaní	důchodci
Φ skóre	3,70	3,65	3,35	3,03	2,26

V Tabulce č. 12 respondenti vyhodnotili spokojenost se svým zdravotním stavem, tak že průměrné skóre u studentů dosahuje 3,70 bodů, u osob na rodičovské dovolené skóre dosahuje 3,65 bodů, zaměstnaní dosáhli 3,35 skóre, nezaměstnaní dosáhli 3,03 skóre a nejméně bodů dosáhli důchodci 2,26 bodů.

Svůj zdravotní stav nejhůře hodnotila skupina nezaměstnaných a důchodci. Rozdíl je v očekávaném směru, že mladí lidé a osoby produktivní hodnotí své zdraví lépe než osoby s nižším socioekonomickým statutem.

Dále tyto hodnoty porovnáme s Tabulkou č. 21: Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu (desetistupňová škála).

Náhled konečných hodnot celkové životní spokojenosti z Tab. č. 21.

ekonomický status	studenti	rodičovská dovolená	zaměstnaní	nezaměstnaní	důchodci
Φ skóre	7,9	7,6	8	6,3	6,4

Stejně tak vypovídají i výsledky Tabulky č. 21: kde studenti dosahují celkové životní spokojenosti v průměrném skóre 7,9 bodů, osoby na rodičovské dovolené 7,6 bodů, zaměstnanci 8,0, nezaměstnaní 6,3 bodů a důchodci 6,4 bodů.

Hypotéza č. 6 byla i v tomto případě verifikována, nejvíce respondentů nespokojených se svým zdravím se nachází mezi nezaměstnanými a důchodci.

4.4 Diskuse

V rámci této podkapitoly si zhodnotíme dosažené výsledky a cíle této diplomové práce. Výsledky budou rovněž diskutovány s výsledky jiných studií a některé jsou též popsány v teoretické části.

Hlavním cílem této diplomové práce bylo zkoumat souvislost životní spokojenosti a ekonomického statusu. V našem případě jsme si rozdělili kategorie ekonomického statusu na studenty, osoby na rodičovské dovolené, zaměstnané, nezaměstnané a důchodce.

V rámci praktické části jsme sledovali míru dílčích oblastí, z kterých se celková životní spokojenost skládá. Sledovali jsme spokojenost se zaměstnáním, s financemi, se zdravím, s bydlením, spokojenost s příbuznými a přáteli, zájem o zdravý životní styl, spokojenost s podporou v rodině, dále je vyhodnocena celková životní spokojenost na desetistupňové škále dle ekonomického statusu, dále dle věkové struktury a nakonec dle rodinného stavu.

Po vyhodnocení demografických údajů z dotazníků jsme respondenty rozdělili dle ekonomického statusu a přistoupili k vyhodnocení spokojenosti se zaměstnáním. Zde jsme vybrali pro posouzení výsledků pouze zaměstnané respondenty. Z výsledků je patrné, že respondenti, kteří odpověděli, že nejsou v zaměstnání spokojeni, dosahují nižší míry celkové životní spokojenosti. Naše studie se shoduje i s výsledky amerických výzkumů, které dokládají, že se pracovní a životní spokojenost ovlivňují (Campbell, 1976, s. 117-124).

Překvapivě se nepotvrdila hypotéza, že práce ovlivňuje celkovou životní spokojenost více u mužů než u žen. Výsledek možná ovlivnila obecně položená otázka, která nedokázala správně vystihnout rozdíly mezi ženami a muži. Jednou z možností může být stírání genderových rozdílů. V současné moderní společnosti se dráhy mužů a žen neustále vyrovnávají. Ke stejným závěrům došla studie Hamplové (2004, s. 34).

Další potvrzená hypotéza byla, že zaměstnaní lidé dosahují vyšší skóre celkové životní spokojenosti než nezaměstnaní. Nezaměstnanost celkově snižuje přístup k ekonomickým zdrojům, lidé si nemohou dopřát vše, co si mohli dovolit, když pracovali. Naopak smysluplná práce člověka naplňuje a celkově ho dělá spokojenějším a šťastnějším. Výsledky této hypotézy jsou v souladu s našimi předpoklady.

Druhou nepotvrzenou hypotézou bylo, že lidé s kvalitním sociálním zázemím a oporou dosahují vyššího socioekonomického statusu než lidé, kteří dobré sociální zázemí

a oporu nemají. V konečných výsledcích nedošlo k významným rozdílům mezi respondenty různých ekonomických tříd. Vysvětlujeme si to tím, že lidé hledají rovnováhu ve všech oblastech svého života. Z výsledků naší studie vyplývá, že kvalitní sociální zázemí a oporu mohou mít ve stejné míře lidé všech vrstev a ekonomického postavení.

Další ověřenou hypotézou je, že životní spokojenost dosahuje vyšší skóre u osob, které žijí v partnerském nebo manželském svazku, než osoby, které žijí bez partnera. Když se na situaci podíváme z ekonomického hlediska, literatura nabízí několik kauzálních vysvětlení, proč lidé žijící v partnerství mají vyšší hladinu subjektivní pohody, stejně jako fyzické a duševní zdraví. Manželství zvyšuje ekonomické zdroje, znamená emocionální podporu, samozřejmě v případě, pokud partnerství funguje. Naopak pokud jedinec žije sám, zvýší se pocit sociální izolace, chybí pocit bezpečí a sounáležitosti.

Stejně tak bylo potvrzeno, že zaměstnaní lidé dosahují vyšší skóre spokojenosti se zdravím, než osoby nezaměstnané a osoby v důchodu. Kebza a Šolcová (2002) popisují, že zdravotní stav vyšší sociální skupiny bývá lepší, což potvrdila i naše studie. Tento poznatek byl také vyzorován v britských studiích, že lidé s vyšším socioekonomickým postavením mají až čtyřikrát nižší pravděpodobnost, že onemocní (Hauser, Carr, 1994).

V této studii jsme si vědomi toho, že naše výsledky nelze zobecnit na celou Českou republiku, neboť byli osloveni především lidé z kraje Vysočina.

Naše studie mohla zaznamenat různé limity, jako jsou například nepravdivé výpovědi některých respondentů u jednotlivých otázek. Sami autoři různých studií připouštějí, že odpovědi na jednotlivé otázky jsou závislé na eventualitě, že respondenti mají tendence k určitým odpovědím a postojům. Za další limit pokládám nerovnoměrné zastoupení v jednotlivých třídách ekonomického postavení.

ZÁVĚR

„Překážky v nás vyburcují vlohy, které by v nás za příznivých okolností zůstaly dřímat.“

Horatius

Tato diplomová práce se zabývala životní spokojeností ve vztahu k ekonomickému statusu žen a mužů žijících v kraji Vysočina. Sledovala jsem faktory, které životní spokojenost ovlivňují. Nekladla jsem si za cíl vyčerpat a zmapovat celou problematiku životní spokojenosti, ale zabývala jsem se tím, jakou měrou se základní faktory na spokojeném životě podílejí.

V teoretické části této studie jsem se zabývala výkladem pojmů, jako je osobní pohoda, životní spokojenost a determinanty, které se na životní spokojenosti podílejí. Následně jsem popsala problematiku zaměstnání, důležitost vzdělání, pracovní motivaci a dále jsem se zabývala životním stylem z hlediska naplnění životních potřeb a dosažení spokojenosti. Bylo zjištěno, že mezi nejdůležitější podmínky osobní pohody patří sociální kontakty s blízkými příbuznými a přáteli, spokojenost v zaměstnání a za hlavní determinantu osobní pohody lze považovat dobrý zdravotní stav jedince.

Nejdůležitější část diplomové práce tvoří výsledky v praktické části. Tyto výsledky jsou prezentovány prostřednictvím tabulek a grafického znázornění. Zjišťovala se úroveň životní spokojenosti všech kategorií ekonomického postavení a následně byly vyhodnoceny předem stanovené hypotézy. Zjistili jsme, že nejvíce životní spokojenosti prožívají zaměstnaní lidé ve věku od 36 do 45 let a podařilo se potvrdit hypotézy, že míru životní spokojenosti nejvíce ovlivňuje spokojenost v partnerství, dobrý zdravotní stav a spokojenost v zaměstnání, což dokládají i zahraniční studie. Výsledky dále potvrdily, že pohlaví spokojenost významně neovlivňuje. Dále jsme zjistili, že ke snížení životní spokojenosti výrazně dochází po 76 roce. I když se v této studii nezkoumaly faktory, které se za touto skutečností skrývají, dá se předpokládat, že u starších lidí kvalita života klesá z toho důvodu, že se postupně snižuje jejich fyzické zdraví, ekonomická situace a hrozí jim zvýšené riziko sociální izolace.

Životní spokojenost a pohoda patří mezi důležitá sociální témata, která si jistě zaslouží pozornost, protože poukazují na kvalitu lidského života. Výsledky různých studií naznačují, že životní spokojenost je sociálně zakotvená a klíčovým faktorem spokojeného života jsou sociální kontakty, což je partnerství, přátelství. Zjistilo se, že lidé s vizí a jasným smyslem života mají více energie, jsou pozitivnější, mají zdravější imunitní

system a žijí déle, než ti druzí. I z tohoto důvodu vidím velký potenciál sociální pedagogiky ve výchovném působení na všechny věkové kategorie, směřovat svým učením jedince k tomu, jak si definovat své vlastní cíle na základě své vlastní jedinečnosti a snažit se je naplňovat.

Tato diplomová práce byla i pro mě velkým přínosem v tom, že jsem si uvědomila, že v životě vždy záleží na našem pozitivním postoji, který sytí osobní pohodu prostřednictvím aktivního chování a zdravého životního stylu.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- ARNOLD, J. 2007. *Psychologie práce*. Brno: Computer Press, 629 s. ISBN 80-25-1151-83
- BAKOŠOVÁ, Z. 2011. *Sociální pedagogika jako životná pomoc*. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava, 251 s. ISBN: 978-80-9699-440-3.
- BAŠTECKÁ, B. 2009. *Psychologická encyklopedie: aplikovaná psychologie*. 1.vyd. Praha: Portál, 520 s. ISBN 978-80-7367-470-0 (s. 415)
- BLATNÝ, M. 2001. *Osobnostní determinanty sebehodnocení a životní spokojenosti: Mezipohlavní rozdíly*. Československá psychologie, (45, 5, 385-392).
- BLATNÝ, M., 2005. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita, Nakladatelství MSD, 109 s. ISBN 80-86633-35-7.
- BLATNÝ, M. 2006. *Předběžná zpráva z Brněnského výzkumu celoživotního vývoje člověka*. In M. Blatný (Ed.): Metodologie psychologického výzkumu (s. 110-132). Praha: Academia.
- BLÍŽKOVSKÁ, J. 2003. *Objektivní a subjektivní faktory štěstí*. Annales Psychologici, (7, 55-61).
- CAMPBELL, A., CONVERSE, P.E., & Rodgers, W.L. 1976. *Quality of American Life: Perception, Evaluation, and Satisfaction*. New York: Russell Sage Foundation. s. 573 SBN: 87154-194-7.
- DALAJLAMA, CUTLER, H.C. 1999. *Cesta ke štěstí*. Praha: Pragma, 303 s. ISBN: 80-7205-713-8.
- DIDEROT, D. 1998. *Všeobecná encyklopedie ve čtyřech svazcích IV*. Díl Ř/Ž 1.vyd.Praha:OP, 717s.
- DIENER, E., SUH, E. M., LUCAS, R. E., SMITH, H. L. 1999. *Subjective Well-Being: Three Decades of Progress*. Psychological Bulletin, (125, 2, 276-302).
- DOSEDLOVÁ, J., FIALOVÁ, L., KEBZA, V., SLOVÁČKOVÁ, Z. 2008. *Předpoklady zdraví a životní spokojenosti*. Brno: MSD, ISBN 978-80-7392-010-4.
- FICKOVÁ, E. 2002. *Optimismus, emocionalita a osobnost*. In: I. Sarmány Schuller, M. Košič (Eds.): Psychológia na rázcestí. Zborník príspevkov X. zjazdu slovenských psychologov, Bratislava, Stimul, (480-487).
- HAMLOVÁ, D. 2004. *Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*. Praha: Sociologický ústav AV ČR.

- HAMPLOVÁ, D. 2006. *Životní spokojenost, štěstí a rodinný stav v 21 evropských zemích*. Praha: Sociologický ústav AV ČR.
- HARTL, P., HARTLOVÁ, H. 2004. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 776 s. ISBN 80-7178-303-X.
- HAUSER, R. M., CARR, D. 1994. *Measuring Poverty and Socioeconomic Status in Studies of Health and Well-being*. Center for Demography and Ecology Working Paper 94-24 [online]. Madison: University of Wisconsin – Madison, [cit. 12.01.2014]. Dostupné z: <http://www.ssc.wisc.edu/cde/cdewp/94-24.pdf>.
- HELLER, R. 2004. *Manuál manažera*. Vyd.1. Euromedia Group, k.s.- Ikar v Praze, s. 256. ISBN 80-249-0465-9.
- KAČMÁROVÁ, M. 2007. *Osobnost, manželský stav a subjektivní pohoda seniorov*. *Československá psychologie*, (51, 5, 530-541).
- KEBZA, V., ŠOLCOVÁ, I. 2005. *Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti*. In M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza, I. Šolcová (Eds): *Psychosociální souvislosti osobní pohody* (s. 11-35). Brno: MSD.
- KOFMAN, F. 2010. *Vědomý business: integrita, úspěch a štěstí*. Praha: Portál. 344 s. ISBN: 978-78-9656-640-8.
- KOHOUTEK, R. 1998. *Základy sociální psychologie*: Brno: CERM, 181 s. ISBN 80-7204-064-2.
- KRATOCHVÍL, S. 2006. *Manželská terapie* Praha: Portál, 255s. ISBN 80-73-6704-88
- KŘIVOHLAVÝ, J. 1998. *Jak neztratit nadšení*: Praha: Grada Publishing, 131 s. ISBN 80-7169-551-3.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2012. *Optimismus, pesimismus a prevence deprese*. Praha: Grada, 138 s. ISBN 97-88-0247-4007-2.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2004. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 195 s. ISBN 80-7178-835-X.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2006. *Psychologie smysluplnosti existence*. Praha: Grada Publishing, 204 s. ISBN: 80-247-1370-5.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2001. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 279 s. ISBN 80-7178-551-2.

- MALINDOVÁ, K. 2011. Zdravotní aspekty nezaměstnanosti. *E-psychologie* [online], 5 (2-3), 24-33, [cit. 26.03.2014]. Dostupný z WWW: <<http://e-psycholog.eu/pdf/malindova.pdf>>. ISSN 1802-8853.
- MARÁDOVÁ, E. 2000. *Rodinná výchova: Zdravý životní styl I*. 22.vyd. Praha: Fortuna, s. 144.
- MÜHLPACHR, P. 2006. *Sociální práce jako životní pomoc*. Brno: MSD, 228 s. ISBN 80-86633-62-4.
- NAKONEČNÝ, M. 1995. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, ISBN:80-200-0525-0.
- NÜMBERGER, E. 2011. *Síla pozitivního myšlení: jak získat životní nadhled a udržet starosti na uzdě*. Praha: Grada, 101 s. ISBN 978-80-247-7798-6.
- PAYNE, J. 2005. *Kvalita života a zdraví*: Praha: Triton, 629 s. ISBN 80-7254-657-0.
- ŘEZÁNKOVÁ, H. 2007. *Analýza dat z dotazníkových šetření*. 1. Vydání. Praha: Professional Publishing, ISBN 978-80-86946-49-8.
- SELIGMAN, M. 2003. *Opravdové štěstí*. 1.vyd.Praha: Ikar, 390 s. ISBN 80-249-0293-1
- ŠOLCOVÁ, I. KEBZA, V. 2005. *Prediktory osobní pohody u reprezentativního souboru české populace*. *Československá psychologie*, (49, 1, 1-8).
- ŠOLCOVÁ, I. KEBZA, V. 2009. *Osobní pohoda vysokoškolských studentů: česká část studie*. *Československá psychologie*, (53, 129 - 139).
- ŠOLCOVÁ, I. 2004. *Sborník příspěvků z konference ze dne 25.10.2004 v Třeboni*, (s. 28).
- ŠTIKAR, J. 2003. *Psychologie ve světě práce*. Praha: Karolinum, 221 s. ISBN 80-246-0448-5.
- TIŠANSKÁ, L., KOŽENÝ, J. 2004. *Osobnost, anticipovaná sociální opora a adaptace adaptace seniorek na stárnutí: Test modelu životní spokojenosti*. *Československá psychologie*, (48, 1, 27-37) .
- VÁGNEROVÁ, M. 2005. *Základy psychologie*. Praha: Karolinum, 360 s. ISBN 80-246-0841-3.
- VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. 2001. *Aplikovaná sociální psychologie II*. Praha: Grada.
- YALOM, I. 2006. *Existenciální psychoterapie* Vyd.1. Praha: Portál, 528 s. ISBN 80-7367-147-6 (s. 294).

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

atd.	a tak dále
apod.	a podobně
IQ	Intelligenční kvocient
kol.	kolektiv
např.	například
SES	Socioekonomický status
SWB	Subjektive well-being
SZO	Světová zdravotnická organizace
Tab.	Tabulka
Viz.	Vizuálně
WHO	World Health Organization

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek č. 1: Maslowova hierarchie potřeb	26
Obrázek č. 2: Herzbergovy motivační a hygienické faktory	27

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Věková struktura respondentů	37
Tabulka č. 2: Ukončené vzdělání respondentů rozvrstvené (dle věkové struktury)	38
Tabulka č. 3: Ukončené vzdělání dle věkové struktury (vyjádřeno v procentech).....	39
Tabulka č. 4: Rodinný stav respondentů.....	40
Tabulka č. 5: Ekonomické postavení respondentů vyjádřené v procentech.....	41
Tabulka č. 6: Zaměstnání respondentů	43
Tabulka č. 7: Spokojenost se zaměstnáním	43
Tabulka č. 8: Spokojenost se zaměstnáním (vyjádřeno v procentech).....	44
Tabulka č. 9: Celková životní spokojenost porovnána dle spokojenosti v zaměstnání.....	45
Tabulka č. 10: Spokojenost s financemi	47
Tabulka č. 11: Spokojenost s financemi vyčísleno v procentech	48
Tabulka č. 12: Spokojenost se zdravím	48
Tabulka č. 13: Spokojenost se zdravím (vyjádřeno v procentech).....	49
Tabulka č. 14: Spokojenost se vztahy s příbuznými a přáteli.....	50
Tabulka č. 15: Spokojenost s příbuznými a přáteli (vyjádřeno v procentech)	51
Tabulka č. 16: Spokojenost s bydlením	52
Tabulka č. 17: Spokojenost s bydlením	53
Tabulka č. 18: Zájem o zdravý životní styl	53
Tabulka č. 19: Zájem o životní styl (vyjádřeno v procentech)	54
Tabulka č. 20: Podpora v rodině.....	55
Tabulka č. 21: Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu	56
Tabulka č. 22: Celková životní spokojenost dle věkové struktury	57
Tabulka č. 23: Celková životní spokojenost dle rodinného stavu	58
Tabulka č. 24: Průměrné skóre vybraných oblastí spokojenosti	59
Tabulka č. 25: Míra důležitosti ostatních oblastí životní spokojenosti.....	59

SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1: Věk respondentů	36
Graf č. 2: Pohlaví respondentů	37
Graf č. 3: Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů (dle počtu)	38
Graf č. 4: Vzdělání respondentů celkem (vyjádřeno v procentech)	39
Graf č. 5: Rodinný stav respondentů	40
Graf č. 6: Ekonomické postavení respondentů	41
Graf č. 7: Zaměstnání respondentů	42
Graf č. 8: Míra spokojenosti v zaměstnání	44
Graf č. 9: Celková životní spokojenost v porovnání se spokojeností v zaměstnání	46
Graf č. 10: Porovnání celkové životní spokojenosti se spokojeností v zaměstnání dle pohlaví	46
Graf č. 11: Spokojenost s financemi	47
Graf č. 12: Spokojenost se zdravím	50
Graf č. 13: Spokojenost s příbuznými a přáteli	51
Graf č. 14: Spokojenost s bydlením	52
Graf č. 15: Zájem o zdravý životní styl	54
Graf č. 16: Podpora v rodině	55
Graf č. 17: Celková životní spokojenost dle ekonomického statusu	56
Graf č. 18: Celková spokojenost dle věku (průměrné skóre)	57
Graf č. 19: Celková životní spokojenost dle rodinného stavu	58
Graf č. 20: Další důležité oblasti životní spokojenosti	60
Graf č. 21: Další důležité oblasti životní spokojenosti - muži	61
Graf č. 22: Další důležité oblasti životní spokojenosti - ženy	62

SEZNAM PŘÍLOH

PI Dotazník životní spokojenosti

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI

Vážená paní, vážený pane,

jsem studentkou magisterského studia sociální pedagogiky Institutu mezioborových studií v Brně a obracím se na Vás s žádostí o spolupráci při zpracování výzkumu k mé diplomové práci, ve které se věnuji problematice životní spokojenosti ve vztahu k socioekonomickému statusu. Prosím Vás o zodpovězení níže uvedených otázek, které vystihují Váš názor na danou problematiku. Vámi uvedené údaje jsou pro vypracování mé diplomové práce velmi důležité, proto Vás prosím o pravdivé odpovědi.

Dotazník je anonymní a uvedené údaje poslouží pouze pro studijní účely.

Děkuji Vám za ochotu a Váš čas.

Bc. Ludmila Suchá

e-mail: ludmila.sucha@centrum.cz

Označte prosím vždy jednu z možností, popř. odpověď doplňte nebo uveďte jinou variantu.

Nejprve prosím vyplňte demografické údaje:

1. Pohlaví:

- muž
- žena

2. Věk:

- do 18 let
- 19 až 35 let
- 36 až 45 let
- 46 až 55 let
- 56 až 65 let
- 66 až 75 let
- 76 a více let

3. Nejvyšší dosažené vzdělání:

- základní
- vyučen/a v oboru
- střední s maturitou
- vysokoškolské

4. Váš rodinný stav:

- svobodná/ý
- nesezdané soužití
- vdaná/ženatý
- rozvedená/ý
- vdova/vdovec

5. Finanční zabezpečení Vaší rodiny:

- podprůměr
- spíše podprůměr
- průměr
- spíše nadprůměr
- nadprůměr

6. Vaše současné zaměstnání:

- student
- rodičovská dovolená
- státní sektor
- zaměstnanec
- podnikatel
- nezaměstnaný
- invalidní důchodce
- starobní důchodce

Nyní následují otázky týkající se životní spokojenosti a socioekonomického statusu:

1. Spokojenost s bydlením?

- velmi spokojen
- spokojen
- spíše spokojen
- nespokojen
- velmi nespokojen

2. Zajímáte se o zdravý životní styl?

- ne
- spíše ne
- spíše ano
- ano

3. Jak se cítíte zdravotně?

- velmi nespokojen
- nespokojen
- spíše spokojen
- spokojen
- velmi spokojen

4. Spokojenost s příbuznými a přáteli?

- velmi nespokojen
- nespokojen
- spíše spokojen
- spokojen
- velmi spokojen

5. Cítíte se ve svém zaměstnání (i osoby OSVČ) spokojená/ý?

- ano, moje práce mě baví a naplňuje
- spíše ano
- spíše ne
- ne, přemýšlím o změně zaměstnání
- nejsem v pracovním poměru, popř. OSVČ

(zde můžete rozvést odpověď)

6. Cítíte podporu ve Vaší rodině, případně u přátel, máte se komu svěřit?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

7. Co pro Vás představuje pocit životní spokojenosti? (můžete označit více možností)

- Vztahy k lidem – v rodině, partnerské, milenecké, přátelské
- Služba – pomoc druhým lidem jakéhokoliv typu
- Víra – přesvědčení – např. politické, sociální (humanitní), náboženské
- Zisk – něco dostat – materiální věci (mít co nejvíce peněz) – nepatří sem společenské hodnoty, úspěch, respekt
- Osobnostní růst a zrání osobnosti – zvýšit si sebevědomí, nezávislost, míru svobody, např. studiem a cvičením, využívat své nadání
- Zdraví – být zdravý tělesně i psychicky, pečovat o zdraví, předcházet nemocím
- Práce (zaměstnání) – mít práci, která by mne nejen živila, ale i bavila
- Potěšení – chci být šťastný, spokojený, radovat se ze života
- Zážitky – prožitky související s přírodou, lidskými výtvary, životem obecně a také lidmi obecně, ke kterým nemám žádný konkrétní vztah, jak je popsáno výše
- Tvoření – tvůrčí činnost sama o sobě, pocity související s tvořením

8. Kde cítíte, že se nachází Vaše současná životní spokojenost na stupnici od 1 do 10?

- | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| nejméně | | | | | nejvíce | | | | |

Ještě jednou Vám děkuji za ochotu i Váš čas a přeji životní spokojenost v nejvyšší možné míře.