

Úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji

Magdaléna Mikešková

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Magdaléna Mikešková
Osobní číslo:	H21520
Studijní program:	B0111A190011 Sociální pedagogika
Forma studia:	Prezenční
Téma práce:	Úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti osobní pohody, duševního zdraví a služeb sociální prevence.
Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

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

Seznam doporučené literatury:

BLATNÝ, Marek, 2020. Osobní pohoda a osobnost v celoživotní perspektivě. Praha: Academia. ISBN 978-80-200-3064-1.
BLATNÝ, Marek, DOSEDLOVÁ, Jaroslava, KEBZA, Vladimír a ŠOLCOVÁ, Iva, 2005. Psychosociální souvislosti osobní pohody. Brno: MSD. ISBN 80-86633-35-7.
CHRÁSKA, Miroslav, 2007. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
KEBZA, Vladimír a Iva ŠOLCOVÁ, 2003. Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem. Československá psychologie. Roč. 47, č. 4, s. 333-345. ISSN 0009-062X.
MATOUŠEK, Oldřich, 2007. Sociální služby. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-310-9.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Karla Hrbáčková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **13. ledna 2025**
Termín odevzdání bakalářské práce: **2. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 13. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou 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;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou 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 bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval (a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....
podpis autora

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zaměřuje na zkoumání úrovně wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahových zařízení ve Zlínském kraji. Cílem práce bylo zjistit, jaká je úroveň wellbeingu uživatelů nízkoprahových zařízení a jaké faktory jejich úroveň posilují a oslabují. Obsah práce je strukturován do teoretické a praktické části. V první kapitole teoretická část věnuje fenoménu wellbeingu, popisuje jeho teoretické koncepce a faktory, které jej ovlivňují. Druhá kapitola je zaměřena na samotná nízkoprahová zařízení pro děti a mládež. Praktická část je založena na kvantitativním pojetí výzkumu, který byl realizován prostřednictvím dotazníkového šetření, jehož výsledky nám poskytují vhled do problematiky a mapují subjektivní wellbeing dětí a mládeže z nízkoprahových zařízení.

Klíčová slova: wellbeing, osobní pohoda, nízkoprahové zařízení, děti a mládež

ABSTRACT

The bachelor thesis focuses on the research of the level of wellbeing of Children and Youth using the Services of Low-threshold Facilities in the Zlín region. The aim of the thesis was to find out what is the level of wellbeing of users of low-threshold facilities and what factors strengthen and weaken their level. The content of the thesis is structured into theoretical and practical parts. In the first chapter, the theoretical part deals with the phenomenon of wellbeing, its theoretical concept and the factors that influence it. The second chapter focuses on the low-threshold facilities for children and youth themselves. The practical part is based on a quantitative research design, which was carried out through a questionnaire survey, the results of which provide us with insight into the issue and map the subjective wellbeing of children and youth from low-threshold facilities.

Keywords: wellbeing, personal wellbeing, low-threshold facility, children and youth

Tímto bych chtěla poděkovat Mgr. Karle Hrbáčkové, Ph.D. za cenné rady, ochotu a veškerou pomoc při vedení mé bakalářské práce. Rovněž bych chtěla poděkovat ochotným pracovníkům nízkoprahových zařízení, kteří mi umožnili realizovat výzkumné šetření a současně všem zapojeným uživatelům. Poděkování patří také mým blízkým, kteří mě po celou dobu studia podporovali.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 WELLBEING	13
1.1 TEORETICKÉ KONCEPCE WELLBEINGU	14
1.2 OBLASTI WELLBEINGU	16
1.3 WELLBEING A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ	17
1.4 FAKTORY WELLBEINGU	18
1.5 FAKTORY WELLBEINGU DĚTÍ A MLÁDEŽE	19
2 NÍZKOPRAHOVÉ ZAŘÍZENÍ.....	23
2.1 PRINCIPY NZDM	24
2.2 CÍLOVÁ SKUPINA.....	24
2.2.1 Specifika cílové skupiny	26
2.3 POSKYTOVANÉ SLUŽBY	28
II PRAKTICKÁ ČÁST	30
3 METODOLOGIE VÝZKUMU.....	31
3.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	31
3.2 VÝZKUMNÉ CÍLE A OTÁZKY	33
3.3 POJETÍ VÝZKUMU	33
3.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR	34
3.5 VÝZKUMNÝ NÁSTROJ	35
3.6 TECHNIKA SBĚRU DAT	37
3.7 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	37
4 ANALÝZA DAT.....	39
5 INTERPRETACE DAT.....	47
5.1 LIMITY VÝZKUMU	51
5.2 DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	51
ZÁVĚR	53
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	54
SEZNAM GRAFŮ	60
SEZNAM TABULEK.....	61
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	62
SEZNAM PŘÍLOH.....	63

ÚVOD

Wellbeing, neboli osobní pohoda, je spojením celkové životní spokojenosti a prožívaného štěstí ve fyzické, psychické a sociální oblasti. Abychom se ve svém životě cítili šťastní a spokojení, je nezbytné pečovat o vlastní pohodu a usilovat o harmonii v těchto oblastech.

Výběr tématu reflektuje jeho aktuálnost i praktickou významnost. Zamysleli jsme se nad tím, jak se ve svém životě cítí děti a mládež využívající služby nízkoprahového zařízení, neboť právě jejich osobní pohoda může být ohrožena v důsledku náročné životní situace, socioekonomických problémů, nevyhovujícího zázemí nebo neuspokojení základních potřeb. Nízkoprahová zařízení takovým dětem a dospívajícím nabízejí bezpečné zázemí, podporují fyzické i psychické zdraví, dopřávají pocit sounáležitosti a usilují o rozvoj jejich osobnosti, čímž eliminují vznik a rozvoj sociálně patologických jevů a představují součást systému sociální prevence ve společnosti.

Záměrem této práce je zjistit úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení a současně identifikovat, jaké faktory dle uživatelů přispívají k jejich wellbeingu a jaké naopak úroveň oslabují.

Teoretická část přibližuje fenomén wellbeingu, popisuje jeho teoretické koncepce, oblasti a zabývá se také faktory ovlivňujícími wellbeing dětí a mládeže. Druhá kapitola věnuje pozornost sociální službě nízkoprahového zařízení pro děti a mládež, přibližuje specifika cílové skupiny a nabízí přehled poskytovaných služeb.

Praktická část naší práce je zaměřena na kvantitativní výzkumné šetření prováděné prostřednictvím standardizovaného dotazníku The Good Childhood Index 2023 k zjištění subjektivního wellbeingu dětí a mládeže zaměřeného na obecnou spokojenost se životem a štěstí v jednotlivých oblastech.

Úroveň wellbeingu považujeme za indikátor kvality života dětí a mládeže a zároveň ukazatel smysluplnosti i efektivity poskytovaných služeb, neboť zkoumání wellbeingu nám umožňuje porozumět faktorům ovlivňujícím osobní pohodu. Pochopení skutečnosti, jak vnímají svůj život a co ve svém životě potřebují, je důležitým prvkem v rámci efektivní podpory jejich wellbeingu.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 WELLBEING

Pro porozumění stěžejnímu termínu našeho výzkumu je důležité objasnit terminologii, se kterou ve výzkumu pracujeme. V následující kapitole se tedy podrobněji věnujeme vymezení wellbeingu, přibližujeme jeho teoretické koncepce, které nám umožňují porozumět danému fenoménu, dále popisujeme jeho oblasti a věnujeme se faktorům ovlivňujícím wellbeing dětí a mládeže.

Koncept wellbeingu vychází z pozitivní psychologie, v současnosti však přesahuje i do jiných společenských disciplín. V posledních letech vzrostl zájem o výzkum wellbeingu, a stal se tak klíčovým předmětem vědeckého i společenského zájmu, můžeme tedy hovořit o komplexním a multidimenzionálním konstruktu (Urban, 2016, s. 14). V dnešní společnosti se však stále vyskytují nejasnosti, jelikož existuje mnoho rozdílných pojetí odlišujících se v definicích a terminologii. V rámci české terminologie se nejčastěji setkáváme s ekvivalenty osobní pohoda, životní spokojenost nebo pocit blaha. Význam lze také odvodit z anglického „well“ (dobře) a „being“ (být, existovat), doslovně v překladu jako „být v pohodě“, jak uvádí Křivohlavý (2013, s. 27). Světová zdravotnická organizace (WHO) koncept wellbeingu představila v souvislosti s ukazatelem kvality života, kdy jej považuje za zásadní složku zdraví, a objevuje se tak v celkové definici jako „stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody“ (Blatný et.al, 2015, s. 12). V návaznosti na uvedené (Srb et al., 2021, s. 20) popisují wellbeing jako „stav, ve kterém můžeme v podporujícím a podnětném prostředí plně rozvíjet svůj fyzický, kognitivní, emocionální, sociální a duchovní potenciál a žít spolu s ostatními plnohodnotný a spokojený život.“ Wellbeing je tedy spojením toho, když člověk dokáže fungovat ve společnosti a cítit se dobře, zažívá pozitivní emoce, štěstí i spokojenost a zároveň dokáže rozvíjet vlastní potenciál, kontrolovat svůj život a udržovat pozitivní vztahy s ostatními (Huppert, 2009). Další pohled přináší také Blatný (2005, s. 12), který jej chápe jako „subjektivní reflexi lidského prožívání a hodnocení vztahu k sobě i okolnímu světu a jeho psychologické zpracování.“

V našem výzkumu se zaměřujeme na subjektivní wellbeing, tedy na to, jak jednotlivci hodnotí vlastní život a jejich spokojenost v jednotlivých oblastech. Přikláníme se k pojetí dle Kebzy a Šolcové (2003), které zahrnuje fyzickou, psychickou i sociální dimenzi. Wellbeing tedy považujeme za dlouhodobý nebo přetrvávající emoční stav odrážející spokojenost jedince s jeho životem. Současně také považujeme termín wellbeing a osobní pohoda za totožné a v rámci našeho výzkumu je používáme jako synonyma.

Kromě osobní pohody ke spokojenému životu přispívá také kvalita našeho života, kdy v rámci hodnocení této kvality existují dva přístupy, a to subjektivní a objektivní. Subjektivní kvalita života přímo souvisí s pocitem osobní pohody, Gurková (2011) ji ve své publikaci identifikuje jako wellbeing. Nicméně subjektivní kvalita života je každým z nás vnímána odlišně, podle toho, jak se cítíme a jak hodnotíme svůj život dle našich vlastních měřítek. Na druhou stranu objektivní kvalita života není závislá na osobních pocitech člověka, zaměřuje se spíše na materiální životní podmínky, které mohou přispívat k dobrému životu a ovlivňovat jeho kvalitu. Určuje tedy to, jaký život člověk vede, než jak se člověk cítí (Kebza a Šolcová, 2003).

1.1 Teoretické koncepty wellbeingu

V souvislosti s osobní pohodou vznikly dva samostatně fungující, avšak vzájemně propojené teoretické přístupy, a to hédonický (subjektivní pohoda) a eudaimonický (psychologická pohoda).

Subjektivní pohoda je pro každého jednotlivce individuální, vychází z hédonické tradice a zahrnuje životní spokojenost a vnímání subjektivních pocitů štěstí. Od konce 50. let 20. století se s daným pojmem setkáváme jako s užitečným indikátorem kvality života (Keyes et al., 2002 citované podle Blatný, 2020, s. 37). Subjektivní pohodu tvoří kognitivní a afektivní složka, jak uvádějí autoři Tov et.al., (2018). Kognitivní složka zahrnuje spokojenost se životem jako celkem a současně také spokojenost v jednotlivých oblastech života, které jsou pro člověka důležité. V tomto ohledu můžeme životní spokojenost vnímat jako rozdíl, jak se člověku aktuálně daří ve srovnání s tím, co člověk od života očekává. Jakmile jsou hodnocené oblasti v souladu s očekávaným ideálem, vypovídá to o vysoké úrovni kognitivního wellbeingu. Afektivní složka představuje množství příjemných a nepříjemných pocitů, se kterými se člověk ve svém životě potýká, přičemž jsou-li ty pozitivní v převaze nad negativními, signalizuje to vysokou úroveň afektivního wellbeingu (Tov, 2018, s. 45-47). Štěstí dle Blatného (2017) charakterizuje hodnocení prožitkové stránky našeho života a v tomto ohledu ho vnímáme jako stav vyváženosti prožívaných pozitivních a negativních emocí. Nicméně v této souvislosti je však důležité poznamenat, že štěstí má pro každého jednotlivce odlišnou hodnotu a váže se s různými situacemi, prostředím či osobami (Křivohlavý, 2013). V rámci subjektivní pohody Blatný (2017) popisuje dvě teorie.

- Bottom – up teorie vychází z myšlenky, že celková spokojenost s životem souvisí se spokojeností v různých oblastech života. Můžeme tedy předpokládat, že čím více jsme spokojeni v jednotlivých oblastech, tím se zvyšuje naše osobní pohoda a také spokojenost s životem jako celkem.
- Top – down teorie popisuje, že osobní vlastnosti a celkové emocionální rozpoložení ovlivňují to, jakým způsobem vnímáme a hodnotíme jednotlivé oblasti našeho života. Spokojenost tedy souvisí s tím, jak identifikujeme, zpracováváme své vnitřní pocity i emoce a jak na ně reagujeme.

S ohledem na uvedené skutečnosti Diener (2009) ve svém pojetí subjektivní pohody apeluje na potřebu štěstí a spokojenosti v našich životech a v rámci posuzování celkové osobní pohody popisuje důležitost frekvence, nikoli intenzity prožívaných emocí.

Psychologická pohoda se tolik nezaměřuje na spokojenost se životem, ale více se soustřeďuje na jeho smysl, účel a schopnost vyrovnat se s životními výzvami. Vychází z modelu C. D. Ryffové (1989), ve kterém definuje schopnost člověka dosáhnout osobní pohody, jestliže naplňuje šest oblastí duševního života, kterými jsou:

- sebepřijetí (kladné vnímání sebe sama a vlastního života i s vědomím vlastních nedostatků)
- autonomie (zachování si vlastní individuality a osobní autority ve smyslu schopnosti jednat dle vlastních přesvědčení a nezávisle bez nadměrného okolního vlivu)
- pozitivní vztahy s druhými
- osobní rozvoj
- kontrola nad svým prostředím (ve smyslu tvořit si prostředí tak, aby člověk mohl naplňovat své touhy, efektivně organizovat svůj život dle svých potřeb a využívat příležitostí).
- smysl života

Porovnáme-li výše zmíněné koncepce, lze konstatovat, že v rámci subjektivní pohody usilujeme o to cítit se dobře s důrazem na frekvenci příjemného prožívání štěstí a emocí, kdežto cílem psychologické pohody je žít v souladu s vnitřními hodnotami a cíli s důrazem na životní smysluplnost a autenticitu (Blatný, 2017).

1.2 Oblasti wellbeingu

Oblasti wellbeingu jsou širší kategorie umožňující nám pochopit jeho význam do hloubky. Vzájemně se ovlivňují a definují různé aspekty lidského života. Partnerství pro vzdělávání 2030+ vymezuje pět základních oblastí, konkrétně se jedná o **fyzickou, kognitivní, emocionální, sociální a duchovní oblast** (Srb et. al., 2021).

Fyzická oblast jednoznačně souvisí s celkovým fyzickým zdravím a životním stylem, jelikož ovlivňuje nejen náš zdravotní stav, ale také emocionální a psychickou pohodu. Zahrnuje veškeré pohybové aktivity, kdy v tomto ohledu považujeme pohyb za protektivní faktor při vzniku, případně rozvoji duševních obtíží. Fyzické aktivity rovněž napomáhají ke zvyšování emoční odolnosti a psychické pohody. Součástí naší osobní pohody je také spánek a spánková hygiena společně se stravovacími návyky, neboť tvoří důležité prvky v rámci fungování celého organismu. V tomto kontextu se taktéž můžeme setkat s pojmem wellness, který dle Hoška (2013) zahrnuje aspekty zdravého životního stylu. Jinými slovy jej lze považovat za prostředek vedoucí ke zlepšení celkové fyzické pohody (Srb et. al., 2021).

Kognitivní oblast se vztahuje k činnostem podporujícím sebevyjádření, kritické myšlení i kreativitu. „Odráží se ve způsobu zpracování informací, vytváření úsudků a také v motivaci a vytrvalosti k úspěšnému dosahování stanovených cílů“ (Srb et. al., 2021, s. 20).

Důležitou součástí konceptu wellbeingu je oblast emocionální, neboť je nejvíce spjata s oblastí fyzickou a přímo souvisí s kladným vnímáním vlastní osoby, sebedůvěrou, rozpoznáváním a uvědomováním si pozitivních i negativních pocitů a myšlenek. Uvědomění a přijetí těchto emocí je klíčovou schopností pro dosažení životní spokojenosti a formování psychické odolnosti. Tato odolnost v životě nám také přispívá ke zvládání nepříznivých situací a pomáhá vyrovnávat se se stresem (Kočí a Donaldson, 2021).

Sociální oblast se týká především sociálních vztahů, vzájemných vazeb, interakcí s ostatními a způsoby, jakými je navazujeme a udržujeme. Souvisí se schopností empatie vůči našemu okolí a komunikačními dovednostmi. V rámci spokojenosti se životem je pro nás existence sociálních vztahů klíčová, neboť harmonické vztahy jsou potřebné pro budování vzájemné důvěry. Na prvním místě musíme vyzvednout dostatečnou podporu od blízkých osob. Z toho tedy vyplývá, že se úroveň wellbeingu zvyšuje s počtem lidí, kterým se můžeme svěřovat a komunikovat s nimi. To, jak se ve svém životě cítíme, ovlivňuje také prostředí a kultura, ve které žijeme (Kočí a Donaldson, 2021; Srb et. al., 2021). V souvislosti se sociálními vztahy nelze opomenout tzv. pohodou sociální (sociální wellbeing), jejíž

celkovou hodnotu určuje spokojenost v těchto kategoriích: **sociální integrace** (do jaké míry se začleňujeme do společnosti či komunity), **sociální akceptace** (zda se cítíme uznávání a přijati ostatními), **sociální přínos** (zda hodnotně přispíváme do své komunity), **sociální aktualizace** (zda vnímáme společnost jako rozvoje schopnou), **sociální koherence** (zda je pro nás svět smysluplný a pochopitelný) (Kebza a Šolcová, 2005, s. 21).

Duchovní oblast spočívá v naplňování smyslu našeho života a samotné existence. Souvisí s etickými principy a hodnotami, které zastáváme. Jedním z možných způsobů dosažení duchovní pohody je náboženství či víra. Baštecká (2009) dodává, že danou oblast lze chápat ve smyslu spirituality, která však nemusí být spojena s náboženskými aspekty. Jinými slovy se v rámci této oblasti snažíme najít smysl našeho života a dosáhnout morálních hodnot a ideálů, které považujeme za důležité. S ohledem na uvedené lze hledání smyslu života chápat jako základní psychologickou potřebu, neboť je to právě smysl, který dává člověku sílu překonávat i ty nejtěžší životní situace (Baštecká, 2009; Srb et. al., 2021).

1.3 Wellbeing a duševní zdraví

Wellbeing a duševní zdraví jsou dva vzájemně propojené koncepty, které jsou důležité pro lidské fungování, neboť jsou součástí každodenního života, ovlivňují nejen to, jak se cítíme a přemýšlíme, ale také jak jednáme (NUDZ, ©2023). Nicméně duševní zdraví a osobní pohoda však nejsou totožné, jak upozorňuje Keller (2019), jelikož v tomto ohledu popisuje zdraví nástrojem pro žití dobrého života a osobní pohodu pouze jako jednu z částí dobrého života. Pokud se člověk cítí v optimální duševní pohodě, dokáže vyjádřit a zvládat veškeré své emoce, má kladný přístup ke své osobě, tudíž prožívá životní spokojenost a radost, cítí se dobře a daří se mu (Slezáčková, 2012). Nicméně nelze opomenout, že s úrovní wellbeingu souvisí taktéž duševní nepohoda, kterou Juríková a Kågström (2023) vysvětlují jako stav, když se necítíme psychicky v pořádku v důsledku určitých událostí či jiných faktorů působících na naši psychiku. Společně s autorkami se domníváme, že existují rizikové faktory zvyšující pravděpodobnost rozvoje psychické nepohody. V současnosti se na rozvoji duševních onemocnění nejčastěji podílejí konflikty v rodinném prostředí, nedostatečná podpora od blízkých osob, absence zdravých a přátelských vztahů, oslabené sociální či komunikační dovednosti, stresující či traumatické životní události a zkušenosti, autoritativní či zanedbávající výchova nebo také nedostatečný přístup k podpůrným službám (Juríková a Kågström, 2021 s. 21).

1.4 Faktory wellbeingu

Faktory wellbeingu ovlivňují, jak se člověk cítí v rámci výše zmíněných oblastí. Kebza a Šolcová (2003) mezi hlavní determinanty řadí **věk, zdravotní stav, socioekonomický status, osobnostní rysy, hodnotovou orientaci a sebehodnocení**. Nicméně Křivohlavý (2013) upozorňuje, že celkový prožitek wellbeingu může být ovlivňován mnoha vnitřními faktory a při vyhodnocování jeho úrovně je nutné brát ohled na okolnosti či situace, ve kterých se člověk nachází, jelikož právě ty formulují dlouhodobou a stabilnější spokojenost se životem. Blatný (2010, s. 201-205) rozlišuje 4 základní kategorie faktorů ovlivňujících úroveň wellbeingu, konkrétně tedy:

- **Socioekonomické a demografické zdroje** – zahrnují proměnné jako je věk, pohlaví, sociální status, vzdělání a rasová příslušnost. Z výzkumů však vyplývá, že pohlaví není natolik rozhodujícím faktorem, neboť jak tvrdí Blatný (2010), nedochází k výrazným rozdílům v celkové úrovni mezi muži a ženami, ale odlišují se převážně v chápání pojmu wellbeing.
- **Osobní dispozice** – výzkumy opakovaně prokazují spojitost mezi úrovní wellbeingu a charakteristickými rysy jedinců. Jinými slovy - to co ovlivňuje jeho úroveň, jsou z velké části vlastnosti a temperamentní charakteristiky osobnosti. Obecně platí, že extravertní a emočně stabilní jedinci prožívají vyšší úroveň wellbeingu. Autoři Suh et al., (1996) došli k závěru, že temperamentní charakteristiky lze z dlouhodobého hlediska považovat za spolehlivější ukazatel spokojenosti než objektivní životní události. Další osobnostní determinantou jmenují taktéž sebehodnocení a sebeuplatnění. V souvislosti s osobnostními charakteristikami Křivohlavý (2013) zmiňuje resilienci, jinými slovy schopnost, která nám napomáhá překonávat negativní události v životě a čelit nepříznivým podmínkám. Tato schopnost je zásadní pro udržování optimální úrovně osobní pohody, obzvláště i tehdy, když je tato pohoda ohrožena (Blatný, 2010; Suh et al., 1996).
- **Diskrepance a shoda mezi očekáváními a realitou** – spočívá především ve vztahu mezi tím, čeho chceme dosáhnout a čeho ve skutečnosti dosáhneme. „Úroveň osobní pohody je dána mírou souladu či neshody mezi očekáváními, potřebami, cíli, aspiracemi, touhami a životními plány a skutečným stavem věcí“ (Blatný, 2010, s. 2004). Přesvědčení, že máme kontrolu nad vlastním životem a budoucností je značným ukazatelem wellbeingu, je však důležité uvědomovat si, co máme a

nemáme pod kontrolou a rozeznat to, co už kontrolovat nemůžeme (NUDZ, ©2021). Jinak řečeno, pro dosažení spokojenosti je podstatné, abychom naplnili naše cíle a očekávání, ty by však neměly být příliš vysoké ani nízké. Naplnění těchto cílů přispívá k našemu vlastnímu uspokojení, vede nás k produktivitě, ale taktéž snižuje sklony k negativitě. Diener et. al., (1999) potvrzují naplňování a realizaci cílů a jejich pozitivní vliv na osobní pohodu a dodávají, že v opačném případě jejich nenaplnění může vést ke snížené úrovni osobní pohody.

- **Sociální vztahy** – kvalitní sociální vztahy zaujímají klíčovou roli. Důležitější než kvantita je v tomto ohledu pocit sounáležitosti a sdílení s ostatními. Vztahy jsou zásadním zdrojem wellbeingu především díky sociální opoře, jak uvádí Blatný (2010) - vzájemná důvěra a pocit sounáležitosti ke skupině či komunitě vedou k vyšší osobní pohodě, kdežto izolace má opačný účinek.

1.5 Faktory wellbeingu dětí a mládeže

Zatímco výše zmíněné faktory působí na úroveň osobní pohody v širším kontextu, s ohledem na děti a mládež uvádíme výčet specifických faktorů pro tuto danou cílovou skupinu. Zároveň se domníváme, že uvedený výčet není zcela vyčerpávající, avšak považujeme jej za dostačující k prezentaci toho nejzásadnějšího, co má vliv na jejich osobní pohodu a spokojenost se životem.

Rodina a rodinné prostředí patří k nejdůležitějším socializačním činitelům a je základem psychického a sociálního vývoje osobnosti. Rodina je místem, ve kterém se utvářejí hodnotové orientace, a v kontextu rodinného prostředí se rovněž formuje to, jakým člověkem se staneme. S ohledem na uvedené tedy můžeme celkovou dynamiku rodiny považovat za zásadní faktor ovlivňující prožitek wellbeingu dětí a mládeže, a to jak v pozitivním, tak negativním smyslu. Za relevantní indikátor životní spokojenosti můžeme dle Slezáčkové (2012) považovat pocit bezpečí a podpory, v tomto ohledu je tedy důležité, aby se mladým lidem těchto pocitů dostávalo právě prostřednictvím rodinných příslušníků. Nicméně lze sem zařadit také bydlení, jakožto jednu ze základních lidských potřeb, která nemusí být vždy uspokojována, a s ní spojený socioekonomický status rodiny, u něhož rozhoduje jeho úroveň a to, jakým způsobem ovlivňuje příležitosti jednotlivých rodinných členů (Šolcová, 2009). Celkovou životní spokojenost může negativně ovlivňovat absence pozitivních a harmonických vztahů, která by následně sehrála roli ve vzniku sociálně-patologických jevů. Vašutová a Panáček (2013) konstatují, že mnohdy k delikventnímu

chování jedinců dochází právě vlivem rodinného prostředí. Na narůstající dysfunkci rodin v naší společnosti upozorňují Jedlička a Klíma (2007) a zdůrazňují potřebu poskytování pomoci ze strany pracovníků pomáhajících profesí, kteří jsou mnohdy jedinou pevnou oporou v životě dětí a mládeže. Také Sejčová (2006) potvrzuje, že mládež převážně z fungujících a úplných rodin vykazuje podstatně vyšší kvalitu života než mládež z rodin neúplných či dysfunkčních. Můžeme tedy usuzovat, že pokud rodina plní svou základní funkci a poskytuje bezpečné i zdravé prostředí pro vývoj, lze předpokládat, že úroveň wellbeingu mladých z těchto rodin bude vyšší než u těch, pro které tato charakteristika neplatí. Nicméně zde je však podstatné zmínit, že na osoby žijící v harmonickém rodinném prostředí, i přes pozitivní vlivy prostředí, mohou působit jiné faktory, které zapříčiňují sníženou úroveň wellbeingu (Slezáčková, 2012).

Jedním z dalších faktorů je **škola**, jakožto významná výchovně vzdělávací instituce a rovněž socializační činitel. V tomto ohledu působí na prožitek osobní pohody tím, jak ovlivňuje osobnost jedince, podílí se na osvojování základních společenských norem a také žádoucího chování. Škola je také jedním z míst, ve kterém děti a dospívající tráví podstatnou část jejich dne i celkového života (Lisá a Vágnerová, 2021). Školní prostředí a celková atmosféra je v rámci úrovně wellbeingu jedním z nejdůležitějších, nejen z toho důvodu by se tedy škola měla zaměřovat na podporu svých žáků i studentů, neboť podporující školní komunita se zdá být přínosem zvláště pro děti a mládež ze sociálně znevýhodněného prostředí. Důležitou pozici v tom, jak se jedinci cítí, mají taktéž pedagogičtí pracovníci, kteří jejich osobní pohodu ovlivňují zejména svým celkovým naladěním (Srb et.al., 2021). Škola je také místem, ve kterém dochází k hodnocení či kategorizaci do určitých skupin, které mnohdy ovlivňují sebevědomí dětí. Jinými slovy, veškerý školní život můžeme považovat za důležitý zdroj k pochopení celkového psychického i fyzického stavu dětí a mládeže. Dalším příznivě i nepříznivě ovlivňujícím faktorem, který vychází z výsledků výzkumu PISA (2022) je školní výkon, a to především z důvodu potvrzení souvislosti mezi osobní pohodou a dosaženými akademickými výsledky (OECD, 2023; Thorová, 2015).

Vztahy s vrstevníky ve výzkumu PISA (2022) byly vyhodnoceny jako nejdůležitější složka pro šťastný a spokojený život, z toho důvodu je taktéž řadíme mezi klíčové faktory. Pozitivní vrstevnické vztahy zlepšují prosociální chování, uspokojují potřebu jistoty a bezpečí, jsou zdrojem emoční stability, taktéž ovlivňují sociální postavení. Vrstevníci však mohou být sami sobě rizikovým faktorem a prožitek osobní pohody ovlivňovat i negativně, tvrdí Juríková a Kågström (2021). V mnoha případech dochází k hodnocení vlastní osoby

právě na základě názoru ostatních. To znamená, že skutečnost záporného názoru může pak u dětí a mládeže zapříčinit zvýšenou sebekritičnost, ztrátu sebejistoty až emoční nestabilitu. Proto je dalším významným činitelem potřeba přátelství, která napomáhá k osobní vyrovnanosti jedince, posiluje již zmíněnou sebejistotu a můžeme ji taktéž považovat za zdroj opory při zvládání nejrůznějších problémů. Juríková a Kågström (2021) doplňují, že jedinci s kvalitnějšími přátelskými vztahy vykazují vyšší sociální přizpůsobivost vůči určitým stresorům.

Je důležité si uvědomit, že jedním z mnohdy přehlížených faktorů ovlivňujících, jak mladí lidé prožívají svůj život a jak se v něm cítí, jsou právě **hodnoty**. Hodnoty v tomto kontextu dle Mikšíka (2001) můžeme chápat jako něco, na čem lidem záleží, dle čeho se rozhodují, a co je pro ně důležité. Zejména pro mladé lidi jsou tyto hodnoty určitým kompasem, jelikož vedou k dalšímu životnímu směřování a ovlivňují jejich celkový pohled na svět. Ty hodnoty, které dávají našemu životu význam, jsou v rámci spokojenosti se životem obzvláště důležité, neboť v osobním životě nám pomáhají dosahovat vymezených cílů a mohou nám být oporou. Nicméně každý jeden člověk může uznávat odlišné hodnoty a v současnosti neexistuje žádný způsob, jenž by určoval správnost hierarchie těchto hodnot (Panáček a Vašutová, 2013). Z uvedených skutečností vyplývá, že tolik nezáleží na preferenci hodnot, ale je důležité, jak se člověku daří je naplňovat. Oishi et al., (1999) došli k závěru, že je podstatné, abychom dokázali žít v harmonii se svými hodnotami, neboť to nás vede k uspokojení v oblastech propojených s našimi hodnotami, a má tak zásadní vliv na naši celkovou osobní pohodu.

Volný čas a jeho naplňování volnočasovými aktivitami zaujímají klíčovou roli v životech dětí a mládeže, neboť stejně jako předchozí faktory se podílejí na stavu fyzického a psychického zdraví. O volném čase, jako jedné z komponent ovlivňujících celkové zdraví a spokojenost, hovoří Hamřík (2022) a upozorňuje na skutečnost, že volba volnočasových aktivit v mladém věku mnohdy ovlivňuje člověka v průběhu celého života. Úroveň osobní pohody může být tedy určována prostřednictvím volnočasových aktivit, a to jak pozitivním i negativním směrem. Pozitivní trávení volného času přispívá k rozvoji sociálních vztahů, pozitivních emocí i k celkovému růstu osobnosti. Prostřednictvím volnočasových aktivit mnohdy dochází ke kompenzaci či doplnění nedostatků z jiných oblastí života. Na druhou stranu, neproduktivní trávení volného času založeného na nicnedělání, toulání se v partách po ulicích či nadměrná doba strávená za obrazovkami chytrých telefonů a počítačů apod.,

mohou být podnětem ke vzniku, případně rozvoji rizikového chování (Hamřík, 2022, s. 44-54).

Tento fakt naznačuje jistou **ovlivnitelnost prostřednictvím masmédií**, ve které spatřujeme spíše negativa než pozitiva. V souvislosti s online prostředím hovoříme o digitálním wellbeingu, který se podílí na celkové úrovni osobní pohody dětí a mládeže a Kopecký (2024) tento stav popisuje jako „ideální rovnovážný stav mezi časem stráveným online a offline.“ Dle našeho názoru, v negativním směru mohou masmédiá ohrozit především chování a hodnoty, a zároveň nadměrným užíváním digitálních technologií by mohlo docházet ke snížení fyzické aktivity, omezení osobního kontaktu, čímž se zvyšuje riziko nezdravých návyků, které mají dopad na osobní pohodu dětí a mládeže. V tomto ohledu se přikláníme k tvrzení Krause a Poláčkové (2001, s. 70), že pokud jsou však masmédiá využívána s určitou mírou a rozumem a zaměřují se na informace pozitivního charakteru, mohou se stát zdrojem všestranného rozvoje. Je tedy důležité, aby děti a mládež využívaly digitální technologie tak, aby podporovaly jejich fyzické a duševní zdraví a přispívaly k jejich produktivitě (Kopecký, 2024).

Otázkou, nad kterou se společně s autorem (Hamřík, 2022) zamýšlíme, tedy zůstává, co mají mladí dělat, když se nudí, aby docházelo k naplňování jejich času více než k jeho marnění? Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy doporučuje (ve své publikaci týkající se prevence nežádoucích sociálně patologických jevů) jako možné řešení nabízející se pro produktivní trávení volného času využívání volnočasových institucí a služeb, které jsou určeny dětem a dospívajícím (MŠMT, ©2002). Tyto poznatky nás vedou k tvrzení, že v rámci našeho výzkumu hraje v životech dětí a mládeže klíčovou úlohu nízkoprahové zařízení, tudíž se zmíněné sociální službě podrobněji věnujeme v následující kapitole.

2 NÍZKOPRAHOVÉ ZAŘÍZENÍ

V této kapitole přibližujeme nízkoprahové zařízení pro děti a mládež jakožto jeden ze základních pojmů našeho výzkumu. Vymezuje službu optikou zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, popisujeme cílovou skupinu, přinášíme přehled poskytovaných činností a dotýkáme se poslání a cílů služby. V našem výzkumu definujeme osoby využívající služby nízkoprahového zařízení jako uživatele, což je ustálený pojem v rámci legislativy v oblasti sociálních služeb.

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (dále jen NZDM) řadíme do služeb sociální prevence, které pomáhají a podporují osoby v nepříznivých sociálních situacích a snaží se tak ochránit společnost před vznikem a rozvojem nežádoucích společenských jevů. Služby tedy pomáhají osobám ohroženým sociální situací, způsobem života a svými životními návyky, jež vedou ke společenským konfliktům (Zákon č. 108/2006 Sb.). „Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež poskytují ambulantní, popřípadě terénní služby dětem ve věku od 6 do 26 let ohroženým společensky nežádoucími jevy. Cílem služby je zlepšit kvalitu jejich života předcházením nebo snížením sociálních a zdravotních rizik souvisejících se způsobem jejich života, umožnit jim lépe se orientovat v jejich sociálním prostředí a vytvářet podmínky k řešení jejich nepříznivé sociální situace.“ (Zákon č. 108/2006 Sb.).

Vyhláška č. 505/2006 Sb., představuje klíčový dokument týkající se NZDM. V rámci vyhlášky je důležitý § 27, jelikož vymezuje přehled činností, které neoddělitelně souvisejí s poskytováním sociálních služeb dětem a mládeži v kontextu NZDM. Přibližuje jednotlivé úkoly a aktivity spadající do rámce poskytovaných služeb a konkrétní činnosti orientované na podporu a rozvoj uživatelů. Seznamu těchto činností se budeme věnovat v části níže.

Z hlediska posuzování smysluplnosti nízkoprahových služeb je důležité zmínit, že poskytované služby dodávají cílové skupině pocit, že na své problémy nejsou sami. V tomto ohledu můžeme tedy usuzovat, že věnovaná podpora a dostupnost služeb jim poskytuje jistotu, že existuje někdo, kdo je připraven jim pomoci a má o ně zájem. Smyslem nejen pro uživatele, ale také pro společnost je pochopit, že se mladým lidem prostřednictvím NZDM dostává podpory a zlepšuje se kvalita jejich životů. Zároveň jim nabízejí lepší orientaci v sociálním prostředí a vytvářejí podmínky vedoucí k pozitivním změnám v jejich životech (Pojmosloví NZDM, 2008).

2.1 Principy NZDM

Jak již z názvu služby vyplývá, prvním a nejvýznamnějším je princip nízkoprahovosti. NZDM se tedy snaží poskytovat službu tak, aby byla maximálně dostupná všem potřebným. Jinými slovy, snaží se odstranit veškeré bariéry, které by bránily v užívání poskytovaných služeb těchto zařízení (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 4). Princip také vychází z myšlenky volného vstupu všem osobám bez ohledu na odlišnost pohlaví, barvy pleti, náboženství nebo sociálního původu. S nízkoprahovostí se rovněž váže bezplatnost služby a časová i místní dostupnost. V tomto ohledu je tedy zařízení otevřeno převážně v odpoledních hodinách, aby jej mladí vyhledávali a efektivně využívali v rámci svého volného času. Je nutné dbát na dosažitelnost těchto zařízení v lokalitách, v nichž se vyskytuje nejvíce potencionálních uživatelů z důvodu, aby o těchto nabízených službách věděli a měli do zařízení snadný přístup. Z toho vyplývá, že takové zařízení obvykle najdeme v centru města, případně na sídlišti (Jedlička a Klíma, 2007).

Z uvedeného principu vycházejí další jednotlivé principy, z nichž pak vyplývají všechny činnosti NZDM. Zařízení funguje na základě anonymity, uživatelé si tedy mohou rozhodnout, zda poskytnou své osobní údaje či nikoli. Díky této skutečnosti jsou návštěvníci obvykle oslovovaní prostřednictvím svých přezdívek. Další princip je založen na dobrovolnosti, což znamená, že se přichozí může rozhodnout, zapojí-li se do aktivit a konkrétních činností či nikoli. V rámci dobrovolnosti uživatelé nemusí zařízení navštěvovat pravidelně, mohou docházet dle svých možností a potřeb a strávit v něm tolik času, kolik potřebují, avšak jen v rámci otevírací doby. V průběhu pobytu v zařízení musí uživatelé dodržovat stanovená pravidla, přičemž jejich porušení bývá podmínkou pro odchod, v případě způsobené škody následuje náhrada a dle závažnosti porušení to může znamenat úplný zákaz vstupu do zařízení na určitou dobu (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 5).

2.2 Cílová skupina

Cílovou skupinou NZDM jsou děti a mládež ve věku od 6 do 26 let ohrožení společensky nežádoucími jevy. Dle Matouška et. al., (2013) jsou služby NZDM dostupné všem, kteří spadají do uvedené věkové kategorie, přičemž nesmí svými činy nebo chováním omezovat nebo ohrožovat sebe, další uživatele ani sociální pracovníky a zároveň celkové fungování služby. V rámci věku můžeme cílovou skupinu uživatelů rozdělit do tří věkových skupin, a to od 6 do 12 let, od 13 do 18 let a od 19 do 26 let (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 4). S ohledem na uvedené skutečnosti si každé období přiblížíme, abychom lépe porozuměli, co uživatelé

prožívají a čím si mohou procházet. Obecně platí, že každá z těchto etap je rozdílně náročná pro jednotlivce. Vyskytnou-li se odchylky nebo obtíže, mnohdy to ovlivní další vývoj jedince.

Pro věkovou skupinu od 6 do 12 let, tedy děti ve fázi mladšího a středního školního věku, je důležitým mezníkem v jejich životech začátek školní docházky a s ním také spojené povinnosti a pravidla. Dítě začíná chápat, jak funguje svět kolem něj, v průběhu dochází k rozvoji jeho sociálních dovedností, kognitivních schopností i emoční inteligence. S nástupem do školy je spojená také socializace a adaptace ve školním prostředí, která je obzvláště důležitá, jelikož se škola stává místem, ve kterém tráví podstatnou část svého života. Socializace však nemusí být vždy úspěšná, což nás přivádí ke skutečnosti, že nově přijatá role žáka může stimulovat rozvoj negativních emocí a přitom zhoršit psychickou pohodu. V souvislosti se vztahem ke škole nelze opomenout, že pocit, jak se dítě ve škole cítí a jaký vztah k ní má, z velké části ovlivňuje přístup rodičů ke vzdělání. V tomto věku je tedy obzvláště důležité, aby si dítě vytvořilo kladný vztah ke škole a cítilo se přijaté vrstevnickou skupinou, přičemž by nemělo docházet k sociální izolaci a jejím negativním důsledkům. Nejvýznamnějším prvkem v životech dětí je však stále rodina, která je součástí jejich identity. Děti vnímají rodiče jako významnou autoritu a učí se nápodobou jejich chování, v tomto období by rodina měla uspokojovat většinu základních potřeb, a přitom být zdrojem podpory a jistoty (Lisá a Vágnerová, 2021).

Důležitou vývojovou etapou a základem dalšího životního směřování, které může rovněž významně predeterminovat spokojenost se životem, je dospívání, tedy od 12 do 18 let. V rámci našeho výzkumu nelze zmíněné období opomenout, zejména z důvodu převahy uživatelů této věkové kategorie. O dospívání mnohdy hovoříme jako o problematickém, neboť v jeho průběhu dochází ke komplexní proměně osobnosti v interakci s fyzickými, psychickými i sociálními změnami. V průběhu daného období se mladí lidé mohou potýkat s různými situacemi, čelit pochybnostem i životním výzvám souvisejícím právě s těmito změnami (Lisá a Vágnerová, 2021). V přechodu mezi dítětem a dospělým je typické hledání a budování vlastní identity, dospívající tudíž přemýšlí nad tím, kým je, jaký je, kam patří a jaké hodnoty jsou pro něj významné. Macek (2003) doplňuje, že se také zamýšlí nad svými životními cíli a budoucností. Řešení zmíněných otázek bývá v mnoha případech doprovázeno vnitřním neklidem a nejistotou, což vede také ke skutečnosti, že se u dospívajících obvykle opakovaně vyskytují výkyvy emočního prožívání, přecitlivělost až obavy ze samotné existence. Taktéž dochází k nejistotě ve vlastních pocitech a zmatenosti

v myšlenkách, jelikož je pro ně mnohdy obtížné vysvětlit si příčiny vlastních pocitů či psychických stavů. Takovou proměnlivost nálad a chování můžeme dle Lisé a Vágnerové (2021) považovat za rušivý faktor mezilidských vztahů, kdy především změny chování mohou být zdrojem konfliktů a vyústit v chování rizikové. Jedlička et. al., (2004, s. 196) popisuje chování dospívajících v emočně vypjatých situacích, kdy u nich dochází ke zkratovitému jednání, selhání sebekontroly, ventilaci napětí či agrese sprostotou, trucovitosti či sebepoškozování. Jejich emoce tedy představují určitou zkušenost, s níž se musí vyrovnat, neboť jak tvrdí Lisá a Vágnerová (2021), schopnost regulovat a přijmout své emoce je klíčová pro zachování optimálního duševního zdraví. Nicméně na druhou stranu, Zemanová a Dolejš (2015) dodávají, že průběh dospívání nemusí být u všech tak intenzivní a dramatický, a to především z důvodu rozdílných typů osobností dospívajících jedinců, odlišných výchovných stylů i kulturních a sociálních faktorů, které je ovlivňují.

Nejstarší skupinu uživatelů od 19 do 26 let můžeme označit jako mladé osoby v období tzv. vynořující se dospělosti. Arnett (2007) popisuje dané období jako prozkoumávání identity, zkoušení nových věcí, především v partnerských vztazích, ale také v pracovní oblasti života. Mladí lidé uvažují o své budoucnosti, snaží si najít své místo ve společnosti, a přitom se stále však hledají sami v sobě. Mnohdy mohou čelit nátlaku ze strany rodiny nebo společnosti, týkající se vzdělání, profesní kariéry či partnerství. Zároveň se snaží být soběstačnými, tedy fungovat nezávisle na své původní rodině, mnohdy vyhledávají vlastní bydlení, což může vyvolat určitou nejistotu a nestabilitu vzhledem k faktu, že za veškerá rozhodnutí jsou zodpovědní výhradně oni sami. S potřebou soběstačnosti se váže také finanční nezávislost a zodpovědnost za své příjmy i výdaje, mnohdy doprovázena úkolem zajistit si základní životní potřeby (Arnett, 2007). Pro uživatele v této životní fázi je NZDM místem, které jim poskytne podporu a pomoc vyrovnat se s očekáváními, výzvami či životními cíli spojenými se vstupem do světa dospělých.

2.2.1 Specifika cílové skupiny

Další pohled na cílovou skupinu přináší Klíma (2004), dle kterého můžeme uživatele nízkoprahových sociálních služeb rozdělit na nositele konkrétního patologického jevu a osoby, u kterých se takové sociálně deviantní chování vyskytuje příležitostně. Z toho vyplývá, že děti a mládež těchto služeb využívají, zejména pokud se nacházejí v nějaké nepříznivé sociální situaci. Tyto okolnosti Racek a Herzog (2009, s. 319-329) dále podrobně vysvětlují a rozdělují na obtížné životní situace, konfliktní společenské situace a omezující životní podmínky.

Jak jsme již naznačovali, potenciaální uživatelé služeb se mnohdy nacházejí v obtížných životních situacích, které obvykle nedokážou zvládnout vlastními silami. V takovém případě se může jednat o náhlé životní události (úmrtí blízké osoby, neočekávané těhotenství), dále o problémy ve vztazích rodinných, přátelských i intimních, potíže týkající se školy, volby budoucího povolání, přechodu do dospělého života nebo finanční situace (Racek a Herzog 2009). Mnohdy nejsou vybaveni dostatkem životních zkušeností, které by jim napomáhaly k překonání takových těžkých chvílí, tvrdí Jedlička (2004). To potvrzuje skutečnost, že je důležité, aby se jim v těchto stavech dostávalo potřebného množství podpory i pomoci.

Mnohdy bývá cílová skupina NZDM spojována s pojmem neorganizovaná mládež. Pro takovou skupinu je charakteristickým znakem, že se nemohou nebo nemají zájem účastnit běžných volnočasových aktivit. Taktéž nevyužívají standardní formy institucionalizované pomoci a péče, a to především z důvodu, že si mnohdy potřebu jisté odborné pomoci neuvědomují nebo se jim nedostává potřebných informací. Typické je taktéž neproduktivní trávení volného času, mnohdy se tímto způsobem vyhýbají kontaktu s rodinou. Ve volném čase se tak obvykle dostávají do rozporu se společenskými nebo právními normami (Racek a Herzog 2009). V takovém případě hovoříme o již zmíněných konfliktních sociálních situacích, kam můžeme zařadit události, kdy dochází k problémovému chování, tudíž ohrožování nejen sebe, ale taktéž svého okolí. Nejčastěji se tedy jedná o záškoláctví, útoky z domova, vandalismus, kriminalitu, (zne)užívání návykových látek, šikanu či sebepoškozování (Svoboda, 2009).

Z názvu vyplývá, že omezující životní podmínky jsou zejména takové, které limitují kvalitu života nebo snižují svobodu dětí a mládeže. Mnohdy se s těmito předpoklady setkáváme v souvislosti s rodinným a sociálním prostředím. Pokud děti vyrůstají v nějaké ze sociálně vyloučených lokalit, nemají příliš možností tyto životní podmínky ovlivnit (Racek a Herzog, 2009). Nicméně v tomto případě je důležité upozornit, že dospívání v takovém prostředí není pravidlem výskytu problémového chování v budoucnosti, jelikož tato skutečnost pouze zvyšuje pravděpodobnost jeho projevu (Pojmosloví NZDM, 2008).

Do cílové skupiny dle Smolíka (2010) spadají také subkultury mládeže, tedy menší skupiny odlišující se od většinové kultury svými specifickými znaky, konkrétně může jít o styl oblékání, specifické názory či hodnoty nebo společenské zájmy.

2.3 Poskytované služby

Základní poskytované činnosti jsme již zmiňovali v souvislosti s vyhláškou č. 505/2006 Sb. v §27. Služby NZDM reagují na aktuální potřeby mladých lidí a jsou poskytovány tak, aby podporovaly komplexní rozvoj každého uživatele.

Jednou z nich je kontaktní práce, při které je podstatné navázání kontaktu a vzájemná důvěra mezi uživatelem a sociálním pracovníkem. Obvykle probíhá přímo v prostorách zařízení, a to prostřednictvím rozhovoru. Nicméně může být poskytována také v přirozeném prostředí uživatelů, v tomto ohledu je označována jako streetwork (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 5). NZDM nabízí uživatelům pomoc při uplatňování jejich práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí, to znamená, že jde především o pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou a pomoc i podporu při dalších aktivitách podporujících sociální začleňování osob. Jednou z nejdůležitějších služeb je poradenství, kdy úkolem sociálního pracovníka je nabídnout uživatelům důvěryhodný prostor, pomocnou ruku a poskytnout informace či nabídku, která by jim pomohla najít řešení a vedla je k překonání takové situace. V rámci sociálně-terapeutických činností mohou uživatelé využít krizové intervence, kdy je jim nabízena pomoc v aktuální krizi či v situacích spojených s traumatizující událostí. V tomto případě je jedním z úkolů pracovníka je nasměrovat ke způsobům, jak danou situaci, v případě, že by se opakovala, zvládat samostatně (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 14-15).

Pro fungování služby je důležité poskytovat situační intervenci. Jde o sociálně pedagogickou práci při událostech s výchovným obsahem. Sociální pracovník reaguje na aktuální rozpoložení uživatele v případě negativních okolností. V praxi jsou to nejčastěji případy, při nichž dochází k porušování pravidel NZDM. Nicméně intervence probíhá při běžném provozu. Uživatel přichází s různými podněty, které ho trápí a sociální pracovník s ním interaktivně rozebírá dané možnosti řešení a nabízí potřebné informace. Mnohdy se jedná o problematiku oblastí jako je užívání návykových látek, láska, vztahy, intimní život, škola, zaměstnání či sociálně právní oblast (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 14-15).

Mezi další činnosti a služby, které zařízení poskytují, patří výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, jež zajišťují podmínky pro společensky akceptované volnočasové aktivity, a poskytování takových volnočasových aktivit je s ohledem na smysluplnost služby klíčové. Většina aktivit probíhá v běžných prostorách zařízení a uživatelé je vykonávají sami na základě svých zájmů a potřeb, ty náročnější aktivity pak zajišťují pracovníci, přičemž se

snaží o rozvoj a posilování kognitivních a motorických dovedností, případně společenských a hygienických návyků.

Jako jistou atraktivitu těchto služeb vnímáme, že uživatelé mají možnost iniciovat a zrealizovat vlastní podněty. Další výhodou z hlediska volnočasového zaměření je možnost nabízenou aktivitu realizovat mimo zařízení, v tomto případě se jedná o výlety, sportovní turnaje, návštěvy společenských a kulturních akcí apod. Pomocí těchto zmíněných aktivit realizovaných NZDM je uživatelům zprostředkován kontakt se společenským prostředím a umožněna lepší orientace ve vztazích odehrávajících se ve společnosti (Pojmosloví NZDM, 2008; Vyhláška č. 505/2006 Sb. §27).

Vzhledem k tomu, že většina uživatelů je současně v roli žáka či studenta, mohou tyto využívat nabízené služby doučování a pomoci s přípravou školních povinností. Doučování představuje jednu z nejefektivněji využívaných služeb, z toho důvodu je ve většině zařízení pro danou činnost vymezen specifický časový úsek v průběhu týdne. Zařízení se také zaměřuje na přípravu a realizaci preventivních programů, tzv. programy specifické prevence, které probíhají formou diskuse či besedy v kombinaci s praktickými aktivitami. Takové programy jsou orientovány na specifické problematické oblasti, jako je prevence kriminality, rizikové chování, bezpečí na internetu, sexuální výchova, závislosti či finanční gramotnost. V současnosti získávají na popularitě především programy zaměřené na zdravý životní styl a duševní zdraví (Pojmosloví NZDM, 2008, s. 14-15).

II PRAKTICKÁ ČÁST

3 METODOLOGIE VÝZKUMU

V praktické části našeho výzkumu se zaměřujeme na index obecné spokojenosti a index štěstí. Snažíme se se tedy zjistit, jak jsou uživatelé NZDM spokojeni se svým životem, jak hodnotí jeho různé oblasti a zároveň zkoumáme, co k jejich celkové pohodě přispívá nebo ji omezuje. V následující kapitole se zaměříme na výzkumný problém, výzkumné cíle a otázky, konceptualizaci výzkumu, výběr výzkumného souboru a nástroje, a v závěru si přiblížíme způsob zpracování dat.

3.1 Výzkumný problém

Wellbeing je přínosným a v dnešní společnosti aktuálním tématem. V České republice se nejčastěji setkáváme s pojetím wellbeingu jakožto „stavem, ve kterém můžeme v podporujícím a podnětném prostředí plně rozvíjet svůj fyzický, kognitivní, emocionální i duchovní potenciál a žít spolu společně s ostatními spokojený a plnohodnotný život“ (Srb et. al., 2021). Úroveň wellbeingu je tedy zásadním indikátorem, který z velké části ovlivňuje kvalitu našeho života a celkovou životní spokojenost. S ohledem na uvedené skutečnosti by se wellbeing měl stát předmětem zájmu dětí a mládeže stejně jako jejich budoucnost (OECD, ©2023). Výzkum wellbeingu dětí a mládeže má své specifické rysy. Jedním z nich je skutečnost, že na mladé osoby mohou určité sociální faktory působit více, než je tomu u dospělých, avšak oproti dospělým nemají tolik možností ovlivnit jejich sociální prostředí a životní podmínky jako je rodinné zázemí, socioekonomický status nebo ekonomické a materiální zajištění. Dospívající mají ve srovnání s dospělými obecně menší možnost o sobě rozhodovat a obvykle nemají dostatek strategií ke zvládání životních situací a úskalí, se kterými se mohou setkat (Pivarč, 2022).

Podíváme-li se na výzkum wellbeingu z hlediska mezinárodní úrovně wellbeingu dětí z jiných rozvinutých zemí, Česká republika se v roce 2022 umístila na 20. místě z 39 hodnocených zemí. Šetření proběhlo v rámci Dětského fondu Organizace spojených národů a zohledňuje, jak tyto hodnocené země poskytují zdravé prostředí pro život dětí, zaměřuje se především na environmentální podmínky ovlivňující celkový blahobyt a osobní pohodu dětí (UNICEF, ©2022). Výzkumem subjektivního wellbeingu se také několik let zabývá společnost The Children's Society, která svými výsledky pomáhá lépe chápat souvislosti a usnadňuje rozpoznání problémů, s nimiž se děti a mládež setkávají (The Children's Society, ©2024).

Danému tématu je třeba věnovat náležitou pozornost také z důvodu jeho souvislosti s duševním zdravím a psychickou pohodou. Optimální duševní stav dětí a mládeže přispívá k absenci rizikového chování či alespoň ke snížení jeho výskytu a k omezení množství osob trpících psychickými obtížemi. Klíčem ke spokojenému životu a vyrovnanosti duševního zdraví je dosažení psychické pohody v souladu s pohodou sociální (Society for all, ©2023). Pracovní skupina pro výzkum duševního zdraví upozorňuje na skutečnost, že 1 ze 7 dětí a dospívajících se potýká s duševními problémy a také fakt, že 75 % duševních onemocnění se projeví do věku 24 let (NUDZ, ©2023). S ohledem na uvedené nelze opomenout, že problematice věnuje pozornost také Národní ústav duševního zdraví, jenž opakovaně realizuje monitoring duševního zdraví žáků základních škol v České republice. Výsledky z roku 2023 potvrzují zhoršující se duševní stav dětí a mladistvých, vyplynula z nich skutečnost, že u více jak 50 % žáků 9. tříd lze pozorovat známky nízkého wellbeingu, 40 % prokazuje známky deprese a 30 % z nich trápí úzkosti. Data také upozorňují na fakt, že dívky oproti chlapcům trpí duševním onemocněním dvojnásobně více (NUDZ, ©2023). Osobní pohodou dětí a mládeže ve věku 10–18 let se v rámci České republiky zabýval Pivarč (2022), který došel ke zjištění, že nejvíce spokojeni se svým životem jsou respondenti ve věku 10–13 let a nejmenší pocity štěstí a spokojenosti zažívají respondenti od 17–18 let.

Podpoře wellbeingu v rámci školního prostředí věnuje pozornost projekt Partnerství 2030+, který usiluje o posilování odolnosti žáků, rozvoj jejich emocionální inteligence a schopností zvládat různé životní překážky či nástrahy. V rámci projektu se ve školách koná akce s názvem „Týden pro wellbeing“ jehož cílem je informovat a rozšiřovat povědomí o daném fenoménu a vyzdvihnout důležitost psychického a fyzického zdraví nejen ve školním prostředí (Srb. et al., 2021).

V rámci našeho výzkumu je klíčová role NZDM, neboť je místem, kde dochází k pozitivnímu ovlivňování života dětí a mladistvých, ve kterém mají možnost smysluplně a nerizikově trávit volný čas a rozvíjet prosociální zájmy. NZDM považujeme za jeden z nástrojů ochrany a rozvoje dětí a mládeže (Matoušek, 2007). V našem výzkumu tedy záměrně cílíme na uživatele služeb NZDM, u kterých předpokládáme, že nemají plně zharmonizované oblasti života. Zároveň se také jedná o jednu z mála zmapovaných cílových skupin v rámci výzkumu wellbeingu.

3.2 Výzkumné cíle a otázky

Hlavním výzkumným cílem je zjistit, jaká je úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby NZDM ve Zlínském kraji. Zároveň se snažíme zhodnotit spokojenost se vztahy s rodinou, s domovem, ve kterém momentálně žijí, s jejich příležitostmi, se vztahy s kamarády, s věcmi, které vlastní, se svým zdravím, vzhledem, budoucností, se školou, s volným časem a volností, kterou mají. Sekundárním výzkumným cílem je identifikovat, které faktory ovlivňují úroveň wellbeingu uživatelů služeb NZDM ve Zlínském kraji. Dále chceme také zjistit, jaké faktory posilují a oslabují jejich úroveň wellbeingu.

Na základě výzkumných cílů byly navrženy tyto výzkumné otázky:

- 1. Jaká je úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?**
 - 1.1. Jaký je index obecné spokojenosti dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?
 - 1.2. Jaký je index štěstí dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?
- 2. Jaké faktory ovlivňují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?**
 - 2.1. Jaké faktory posilují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?
 - 2.2. Jaké faktory oslabují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?

3.3 Pojetí výzkumu

Pro zjištění wellbeingu uživatelů služeb nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji volíme kvantitativní výzkum. Chceme tedy zmapovat, jak se u jednotlivých uživatelů úroveň wellbeingu liší s ohledem na hodnocené oblasti jejich života, jako jsou vztahy s rodinou, vrstevníky, s domovem, se zdravím, se školou, vzhledem, s volným časem, budoucností a věcmi, které mají. V našem výzkumu předpokládáme, že při hodnocení wellbeingu zaujímá klíčovou roli především skutečnost, že děti a mládež využívají nízkoprahových služeb, tudíž nemusí mít plně zharmonizované všechny oblasti života.

3.4 Výzkumný soubor

Základním výzkumným souborem jsou uživatelé NZDM ve Zlínském kraji tj., 18 NZDM. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách definuje NZDM následovně: „Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež poskytují ambulantní, popřípadě terénní služby dětem ve věku od 6 do 26 let ohroženým společensky nežádoucími jevy.“ Cílovou skupinu NZDM tvoří různorodá a proměnlivá uskupení dětí a mládeže, které můžeme rozdělit do tří věkových skupin, konkrétně od 6 do 11 let, od 12 do 18 let a od 19 do 26 let. Každé vývojové období je odlišné a jinak zatěžující pro jednotlivce. Jakmile se objeví nějaké odchylky či problémy v některé z vývojových fází, vždy to ovlivní celkový wellbeing jedince i celý jeho další životní vývoj (Lisá a Vágnerová, 2021).

Výběrovým souborem výzkumného šetření jsou uživatelé 8 NZDM ve Zlínském kraji ve věku od 8 do 24 let. Respondenti byli vybráni na základě dostupnosti, výběrový soubor nenaplní parametry reprezentativnosti. Zbývající oslovená zařízení neměla o provedení výzkumu zájem z důvodu naplněného harmonogramu, nebo jejich zapojení do vícera již probíhajících výzkumů a uživatelé by dle jejich slov byli již přetížení dotazníky. I přesto, že byla domluva a společná snaha s vedoucími pracovníky NZDM motivovat uživatele k vyplnění bezproblémová, do dobrovolného dotazníkového šetření se nezapojili všichni oslovení uživatelé. Výběrový soubor tedy tvoří uživatelé, kteří byli ochotni se do dotazníkového šetření zapojit a zároveň byli přítomni v období sběru dat.

Tabulka 1 Pohlaví respondentů

Pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost (%)
Dívky	31	44
Chlapci	40	56

(zdroj: vlastní)

Tabulka 2 Věk respondentů

Věk	Absolutní četnost	Relativní četnost (%)
8-11	15	21
12-18	43	61
19-24	13	18

Celkem	71	100
---------------	----	-----

(zdroj: vlastní)

Věk respondentů jsme rozdělili do tří věkových skupin, dle cílových skupin uživatelů NZDM. Můžeme vidět, že největší zastoupení měla kategorie ve věku od 12 do 18 let, konkrétně tedy 43 (61%) uživatelů. V nejmladším věku od 8 do 11 let bylo 15 (21%) uživatelů a nejstarších uživatelů ve věku od 19 do 24 bylo 13 (18%).

3.5 Výzkumný nástroj

Za účelem zjištění úrovně wellbeingu uživatelů NZDM ve Zlínském kraji jsme použili standardizovaný dotazník The Good Childhood Index, který zjišťuje úroveň subjektivního wellbeingu dětí od osmi let v různých částech světa. Dotazník je převzat z Indexu dobrého dětství The Good Childhood Report (©2023). Horní věková hranice dotazníku stanovena není, proto se zaměřujeme na cílovou skupinu uživatelů NZDM.

Dotazník se skládá z 21 položek, které jsme rozdělili do tří částí. Úvodní část obsahuje identifikační údaje, kdy od respondentů zjišťujeme pohlaví, věk a název zařízení, které navštěvují.

V druhé části jsme se zaměřili na celkový wellbeing, tedy na to, jak jsou respondenti spokojeni se svým životem. Danou část jsme rozdělili do dvou podskupin. První podskupina obsahuje 5 položek v rámci kterých respondenti hodnotí na škále 1-6 obecnou spokojenost se životem. Položky vyhodnocujeme na šestibodové škále, přičemž 1 = velmi nesouhlasím, 2 = nesouhlasím, 3 = ani nesouhlasím ani souhlasím, 4 = souhlasím, 5 = velmi souhlasím, 6 = nevím. Abychom dotazník správně vyhodnotili, přidali jsme každé položce body od 0 do 5, kdy nevím = 0 bodů, velmi nesouhlasím = 1 bod, nesouhlasím = 2 body, ani nesouhlasím ani souhlasím = 3 body, souhlasím = 4 body, velmi souhlasím = 5 bodů. Hodnocení reverzní položky č. 6 (Přál/a bych si mít jiný život) jsme převedli z důvodu jejího opačného znění. Body ze všech pěti položek jsme u každého respondenta sečetli a následně zprůměrovali k vyhodnocení obecné spokojenosti, jednotlivé položky jsme vyhodnotili zprůměrováním napříč všemi respondenty. Druhá podskupina je složena z 11 položek, v rámci kterých měli respondenti označit číslem 0-10, jak jsou spokojeni s jednotlivými aspekty života, přičemž 0 = velmi nespokojený/á, 5 = ani nespokojený/á ani spokojený/á, 10 = velmi spokojený/á. Zde jsme každé položce 5 = 5 bodů, 6 = 6 bodů, 7 = 7 bodů, 8 = 8 bodů, 9 = 9 bodů a 10 =

10 bodů. U každého respondenta jsme body sečetli a v rámci každé oblasti body zprůměrovali.

Tabulka 3 Oblasti dotazníku

OBLAST	POLOŽKY V DOTAZNÍKU
Index obecné spokojenosti	4. Můj život se vyvíjí dobře
	5. Můj život je v pořádku
	6. Přál/a bych si mít jiný život
	7. Mám dobrý život
	8. Mám to, co v životě chci
Index štěstí	9. Jak jsi spokojený/á se životem celkově?
	10. Jak jsi spokojený/á se vztahy s rodinou?
	11. Jak jsi spokojený/á s domovem, ve kterém žiješ?
	12. Jak jsi spokojený/á s tím, jakou máš možnost volby v životě (že si můžeš vybírat, co chceš dělat)?
	13. Jak jsi spokojený/á se vztahy s kamarády?
	14. Jak jsi spokojený/á s věcmi, které vlastniš (např. peníze a další věci, které máš)?
	15. Jak jsi spokojený/á se svým zdravím?
	16. Jak jsi spokojený/á se svým vzhledem?
	17. Jak jsi spokojený/á s tím, co se může stát později ve tvém životě (jaká bude tvá budoucnost)?
	18. Jak jsi spokojený/á se školou (celkově)?
	19. Jak jsi spokojený/á s tím, jak trávíš volný čas?

(zdroj: vlastní)

Za účelem zjištění odpovědi na výzkumnou otázku, „Jaké faktory ovlivňují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?“ jsme dotazník doplnili o 2 otevřené položky, které tvoří závěrečnou část dotazníku. Jedná se o tyto položky:

20. Je něco, díky čemu se cítíš dobře nebo co tě dělá šťastným/ šťastnou? Pokud ano, co to je?

21. Je něco, co ti brání cítit se dobře nebo být šťastný/á? Pokud ano, co to je?

Kompletní dotazník přikládáme v příloze P I: Dotazník

3.6 Technika sběru dat

S ohledem na kvantitativní zaměření našeho výzkumu probíhal sběr dat prostřednictvím dotazníků. Dotazníky byly distribuovány v období od ledna do března 2025. Po domluvě s vedoucími pracovníky byly dotazníky do pěti NZDM rozeslány prostřednictvím online podoby dotazníku v programu Survio, kdy distribuci uživatelům zajistili sociální pracovníci. Do ostatních zařízení byly dotazníky doručeny osobně, kdy proběhlo setkání s vedoucími pracovníky a sdělení informací o záměru a zpracování dotazníku. Proběhlo také osobní setkání s uživateli přímo v jednom z NZDM, v rámci kterého jsme provedli sběr dat. Vyplnění dotazníků vyžadovalo cca 5 minut času. Po získání všech dotazníků výzkumný soubor tvořilo 74 respondentů. Následně proběhla kontrola a vyřazení nesprávně vyplněných dotazníků. Finální výzkumný vzorek, který byl následně vyhodnocen, tvořilo 71 respondentů.

3.7 Způsob zpracování dat

Abychom zpracovali data z výzkumu, vytvořili jsme datovou tabulku v programu Excel. Zjištěné údaje jsme následně převedli do tabulek a grafů pro lepší přehlednost. Ke zjištění deskriptivních výzkumných otázek č. 1 (Jaká je úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?), č. 1.1. (Jaký je index obecné spokojenosti dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?) a č. 1.2. (Jaký je index štěstí dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?) jsme využili popisnou statistiku, kdy z celkového dosaženého skóre byla za pomoci aritmetického průměru určena průměrná hodnota (M), která představuje průměrné výsledky v určité oblasti, a směrodatná odchylka (SD), která ukazuje, jak moc jsou výsledky odlišné mezi jednotlivými respondenty. Ve výsledcích jsme zaznamenali také minimální a maximální dosažené skóre.

Výzkumnou otázku č. 2 (Jaké faktory ovlivňují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?), č. 2.1. (Jaké faktory posilují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?) a č. 2.2. (Jaké

faktory oslabují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?) nelze přímo statisticky zpracovat, proto jsme odpovědi z otevřených dotazníkových položek vyhodnocovali prostřednictvím čárkovací metody, kdy jsme pomocí čárek zaznamenávali výskyt jednotlivých faktorů. Následně jsme výsledky roztřídili do kategorií dle nejčastěji vyskytujících se odpovědí a poté převedli do tabulky četností.

V této kapitole praktické části našeho výzkumu jsme se věnovali metodologii výzkumu, uvedli jsme, jaké jsou výzkumné cíle a otázky, objasnili volbu konkrétního pojetí a druhu výzkumného šetření, popsali jsme výzkumný nástroj a zkoumaný vzorek. V závěru kapitoly jsme se zaměřili na způsob, jakým budeme získaná data zpracovávat. V následující kapitole představíme výsledky analýzy těchto dat a jejich následnou interpretaci.

4 ANALÝZA DAT

V následující kapitole se zaměříme na analýzu získaných dat. Při vyhodnocování vycházíme z formulovaných otázek a pro přehlednost uvádíme formulaci výzkumné otázky. Výsledky znázorňujeme v tabulkách, které následně popisujeme.

Za účelem zjištění odpovědi na výzkumnou otázku č. 1 **Jaká je úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?**, jsme tuto otázku rozdělili na dvě dílčí výzkumné otázky.

Dílčí výzkumná otázka č. 1.1. **Jaký je index obecné spokojenosti dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?**

S touto otázkou souvisí položky v dotazníku č. 4–8, které hodnotí obecnou spokojenost se životem. Respondenti měli každou položku označit na škále 0-5, jak souhlasí nebo nesouhlasí s každou větou. Dotazník vyhodnocujeme dle Indexu dobrého dětství, tudíž jsme každé položce přiřadili body od 0 do 5. Položku č. 6 jsme převedli z důvodu jejího opačného znění. U každého respondenta jsme sečetli body ze všech otázek a následně zprůměrovali.

Tabulka 4 Vyhodnocení výzkumné otázky č. 1.1

	N platných	Průměr	SD	Min	Max
Obecná spokojenost	71	16,32	3,21	0	25

(zdroj: vlastní)

Z výsledků uvedených v tabulce 4 je patrné, že index obecné spokojenosti dosahuje průměrné hodnoty $M = 16,32$ celkového bodového skóre 25, přičemž směrodatná odchylka (SD) je 1,62. Nejnižší zaznamenaná hodnota indexu byla 0, zatímco nejvyšší dosažená hodnota byla 25.

Tabulka 5 Index obecné spokojenosti

Dotazníková položka	N platných	Průměr	SD	Min	Max
4. Můj život se vyvíjí dobře	71	3,39	1,21	0	5

5. Můj život je v pořádku	71	3,42	1,05	0	5
6. Přál/a bych si mít jiný život	71	2,73	1,23	0	5
7. Mám dobrý život	71	3,43	1,23	0	5
8. Mám to, co v životě chci	71	3,10	1,31	0	5

(zdroj: vlastní)

Dle průměrných výsledných hodnot můžeme vidět, že se hodnoty odpovědí na jednotlivé položky pohybují v rozmezí od 3,10 do 3,43, respondenti tedy dosahují spíše nadprůměrných výsledků, nevykazují však extrémně vysoké skóre. Výsledné skóre ukazuje, že čím vyšší zvolená hodnota na škále, tím vyšší je spokojenost. Nejlépe hodnocenou byla položka č. 7 (Mám dobrý život), kdy průměr u této položky dosahoval hodnoty 3,43 ($SD = 1,23$). Podobně je na tom také položka č. 5 (Můj život je v pořádku), kdy průměrná hodnota byla 3,42 ($SD = 1,05$). Další v pořadí byla položka č. 4 (Můj život se vyvíjí dobře) s průměrem 3,39 ($SD = 1,21$). Předposlední položkou v pořadí byla č. 8 (Mám to, co v životě chci) u které průměrná hodnota dosahovala 3,43, avšak směrodatná odchylka ($SD = 1,31$) vyšla nejvyšší, což znamená, že respondenti na otázku odpovídali relativně rozdílně ve srovnání s ostatními položkami. Poslední položkou v pořadí byla položka č. 6 (Přál/a bych si mít jiný život) s průměrnou hodnotou 2,73 ($SD = 1,23$).

Dílčí výzkumná otázka č. 1.2. **Jaký je index štěstí dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji?**

S touto otázkou souvisí položky v dotazníku č. 9-19, které hodnotí subjektivní štěstí v oblastech života dětí a mládeže. Úkolem respondentů bylo označit na škále 0-10, jak jsou spokojeni s jednotlivými aspekty života. Každé položce jsme přiřadili body od 0 do 10, kdy jsme následně sečetli body ze všech dvanácti položek u každého respondenta a následně zprůměrovali. Skóre v rozmezí 0-4 signalizuje, že jsou respondenti s danou oblastí nespokojeni, která je spojena s nízkou úrovní wellbeingu. Skóre mezi 6-10 nám naznačuje celkovou spokojenost v dané oblasti. Jestliže respondenti uvedli hodnotu 5, znamená to neutrální postoj k dané oblasti bez výraznějších pozitivních či negativních emocí.

Tabulka 6 Vyhodnocení výzkumné otázky č. 1.2

	N platných	Průměr	SD	Min	Max
Štěstí	71	6,88	1,26	0	10

(zdroj: vlastní)

Tabulka ukazuje, že celkový index štěstí hodnocený na škále 0 do 10 dosahuje průměrné hodnoty $M = 6,88$ ($SD = 1,26$). Dle získaných dat můžeme konstatovat, že v indexu štěstí respondenti dosahují poměrně vysoké úrovně, zároveň se však mezi jednotlivými respondenty vnímaná spokojenost mírně liší.

Tabulka 7 Index štěstí

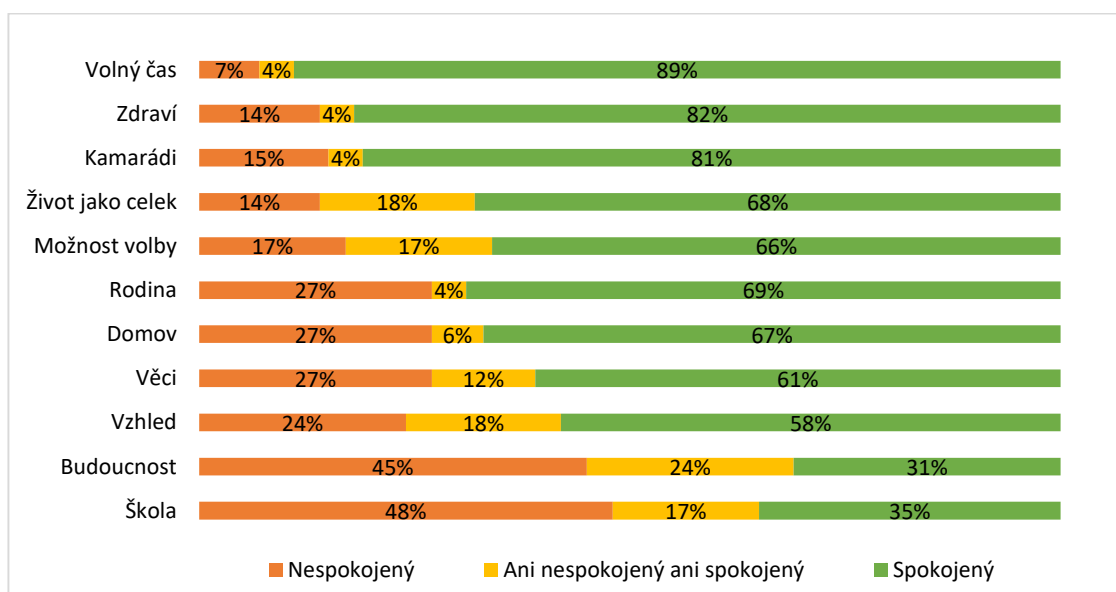
Dotazníková položka Jak jsi spokojený/á ...?	N platných	Průměr	SD	Min	Max
9...se životem celkově?	71	7,15	2,58	0	10
10...se vztahy s rodinou?	71	6,98	3,06	0	10
11...s domovem, ve kterém žiješ?	71	6,84	3,15	0	10
12...s tím, jakou máš možnost volby v životě?	71	7,07	3,05	0	10
13...se vztahy s kamarády?	71	7,47	2,95	0	10
14...s věcmi, které vlastníš?	71	6,60	2,96	0	10
15...se svým zdravím?	71	8,01	2,65	0	10
16...se svým vzhledem?	71	6,50	2,95	0	10
17... s tím, jaká bude tvá budoucnost?	71	5,39	3,49	0	10

18...se školou?	71	5,29	3,17	0	10
19...s tím, jak trávíš volný čas?	71	8,39	2,07	0	10

(zdroj: vlastní)

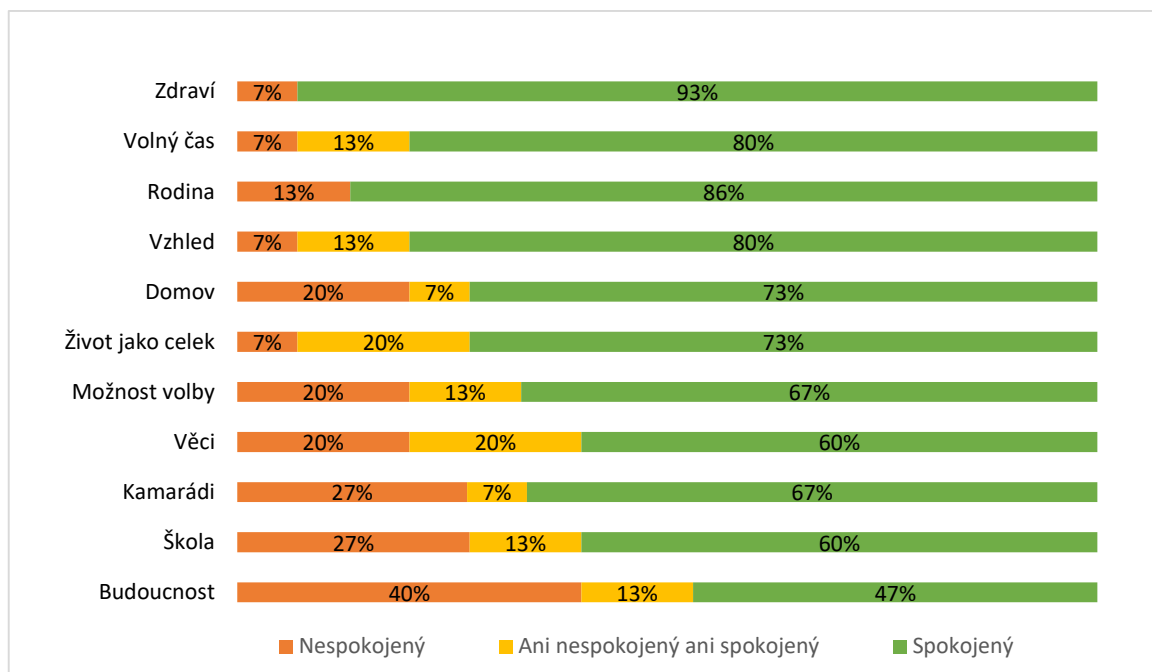
Z tabulky můžeme vyčíst, že nejlépe hodnocenou byla položka č. 19 (Jak jsi spokojený/á s tím, jak trávíš volný čas?), kdy průměr dosahuje hodnoty 8,39 (SD = 2,07). Další v pořadí byla položka č. 15 (Jak jsi spokojený/á se svým zdravím?) s průměrem 8,01 (SD = 2,65). Třetí nejlépe hodnocenou položka č. 13 (Jak jsi spokojený/á se vztahy s kamarády?), u které průměr dosahuje hodnoty 7,47 (SD = 2,95). Vzápětí následuje položka č. 9 (Jak si spokojený/á se životem celkově) s dosaženým průměrem 7,15 (SD = 2,58) a taktéž položka č. 12 (Jak jsi spokojený s tím, jakou máš možnost volby v životě?) s průměrem 7,07 (SD = 3,05). Položka č. 10 (Jak jsi spokojený/á se vztahy s rodinou?) má průměr 6,98 (SD = 3,06). Následuje položka č. 11 (Jak jsi spokojený s domovem, ve kterém žiješ?) s průměrem 6,84 (SD = 3,15). Dále je v pořadí položka č. 14 (Jak jsi spokojený/á s věcmi, které vlastníš?), u které jsme zaznamenali průměrnou hodnotu 6,60 (SD = 2,96). S horším hodnocením se setkáváme u položky č. 16 (Jak jsi spokojený/á se svým vzhledem?) s průměrem 6,50 (SD = 2,95). Podobně je na tom položka č. 17 (Jak jsi spokojený/á s tím, jaká bude tvá budoucnost?) s průměrem 5,39, kdy však vyšla nejvyšší směrodatná odchylka (SD = 3,49), což naznačuje, že respondenti odpovídali více variabilně. Nejhuře hodnocenou je položka č. 18 (Jak jsi spokojený/á se školou?) s průměrem 5,29 (SD = 3,17).

Graf 1 Skóre indexu štěstí

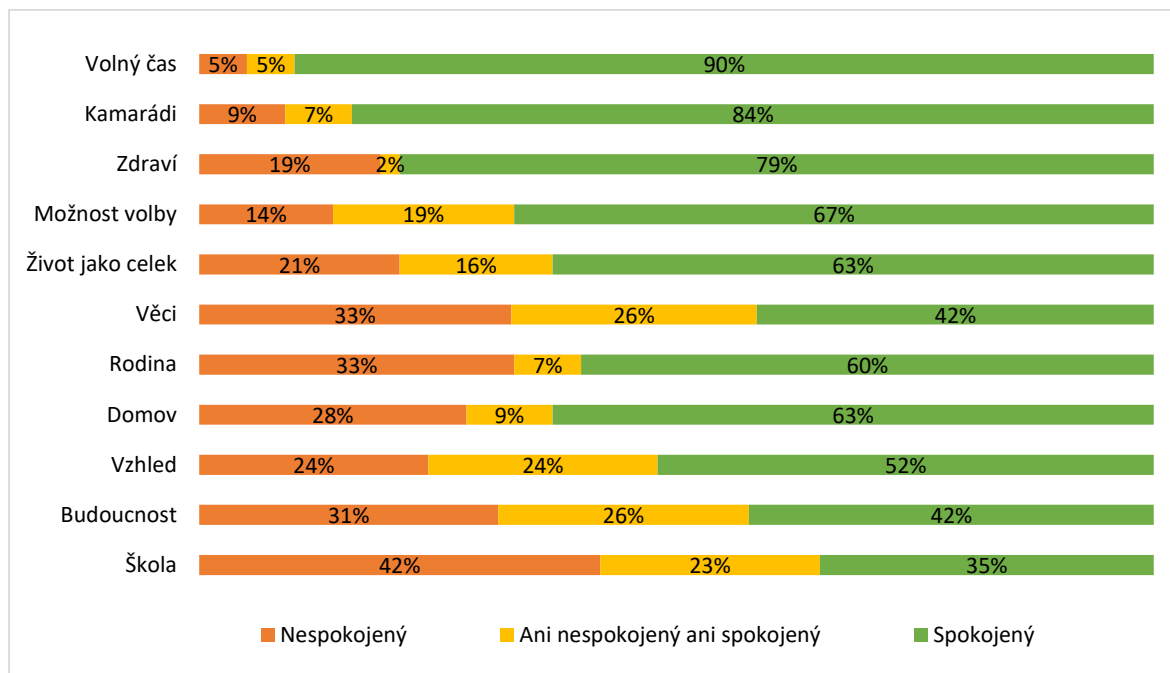


Z uvedeného grafu vyplývá, jak se uživatelé cítí šťastni nebo nešťastni v daných oblastech života z hlediska subjektivní spokojenosti. Nízkou úroveň wellbeingu vykazují uživatelé, kteří ve výše zmíněných oblastech dosahovali skóre od 0 do 4. V grafu je tedy procentuálně vyjádřeno, kolik uživatelů v dané oblasti není spokojeno a necítí se šťastně. Uživatelé, kteří mají k oblasti neutrální postoj, necítí se tedy ani nespokojeně ani spokojeně, dosahovali hodnoty 5. Zatímco skóre od 6 do 10 vyjadřuje podíl uživatelů, kteří se v oblasti cítí šťastně a spokojeně. Vzhledem k tomu, že uživatelé v dotazníkovém šetření uváděli, jak jsou spokojeni s jednotlivými oblastmi života, dle získaných dat můžeme zhodnotit, že obecně jsou nejvíce se způsobem trávení volného času, dále se svým zdravím, se vztahy s kamarády i životem jako celkem. Na druhou stranu jsou nejméně spokojeni v oblasti své budoucnosti a školy. Přestože respondenti průměrně vykazují relativně vysoké skóre v indexu štěstí, data zároveň naznačují jistou variabilitu v individuálním hodnocení spokojenosti v oblastech. V následujících grafech je znázorněno průměrné skóre indexu štěstí v jednotlivých oblastech dle věkových kategorií uživatelů nízkoprahových služeb.

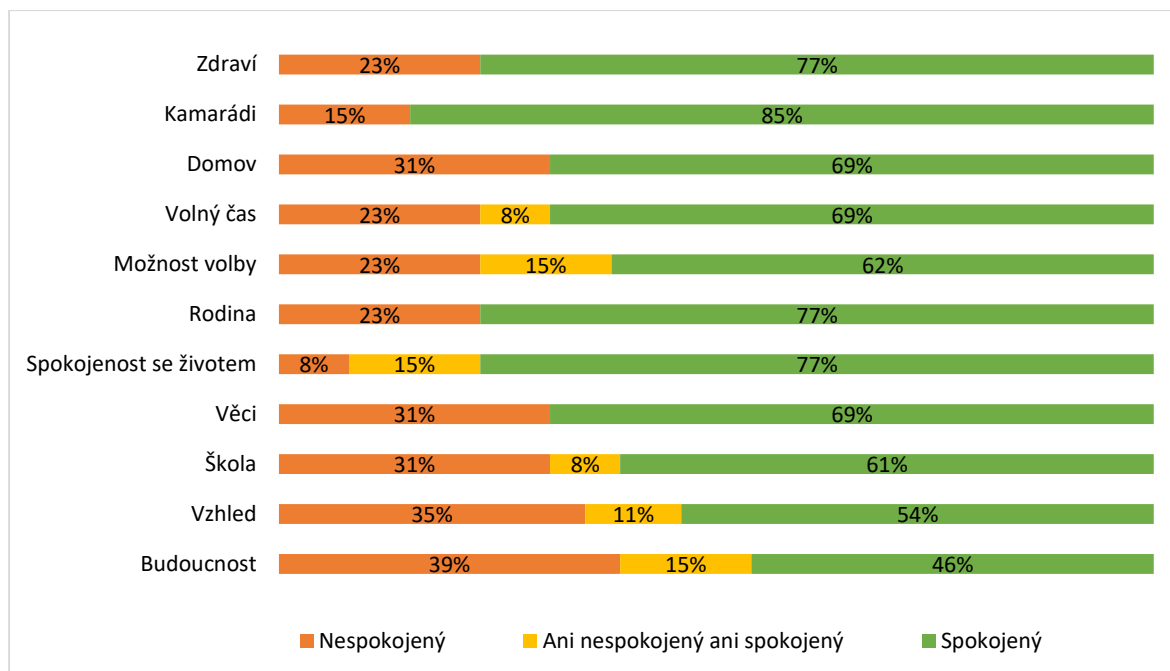
Graf 2 Věková kategorie 8-11



Graf 3 Věková kategorie 12-18



Graf 4 Věková kategorie 19-24



Za účelem zjištění odpovědí na výzkumnou otázku č. 2 **Jaké faktory ovlivňují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících službu nízkoprahového zařízení**, jsme výzkumnou otázku taktéž rozdělili na dvě dílčí výzkumné otázky.

Dílčí výzkumná otázka č. 2.1. **Jaké faktory posilují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících službu nízkoprahového zařízení?**

Se zmíněnou výzkumnou otázkou souvisí položka č. 21 v dotazníku (Je něco, díky čemu se cítíš dobře nebo co tě dělá šťastným/ šťastnou? Pokud ano, co to je?). Respondenti celkem uvedli 132 zdrojů, kdy v rámci jednotlivých odpovědí bylo mnohdy vícero zdrojů uvedeno současně. Uvedené zdroje jsme následně roztřídili do 7 hlavních kategorií. Kategorie **volnočasové aktivity**, které se jako posilující faktor objevily v odpovědích respondentů nejčastěji (35x), zahrnuje fyzické aktivity, záliby a zájmy respondentů jako je sport obecně, fotbal, tanec, box či posilování. Frekventovanou odpovědí byla hudba obecně, poslech hudby či její tvorba a návštěva koncertů uvedeno jako něco, díky čemu se respondenti cítí šťastně, kromě uvedeného se jednotlivě vyskytlo také herectví a výtvarné umění. Druhou v pořadí je kategorie **kamarádi** (26x), kdy respondenti odpovídali spíše stručně, jednoslovně, ale v odpovědích se objevily také „pokec s kamarády“ a čas s nimi strávený. Následující, třetí nejčetnější, kategorie **NZDM** (18x) zahrnuje odpovědi typu: NZDM, pobyt v zařízení či jména konkrétních sociálních pracovníků daného zařízení a čas v něm strávený společně s kamarády, jako důvod, díky němuž se cítí ve svém životě dobře. Čtvrtou nejpočetnější kategorii jsme nazvali **rodina** (11x), do které spadají odpovědi týkající se konkrétních rodinných příslušníků, také zdraví všech členů rodiny a vzájemná láska jakožto důvod ke štěstí. Následuje kategorie nazvaná **vztahy** (9x), kam jsme zařadili odpovědi týkající se převážně partnerských vztahů, objevovali se odpovědi typu přítel/přítelkyně nebo „dělá mě šťastným to, že jsem vedle člověka, kterého mám rád“. Předposlední kategorii jsme nazvali **různé**, jelikož zahrnuje velmi různorodé odpovědi, které nejsou natolik početně zastoupené. Patří zde odpovědi typu: meditace (1x), jídlo (2x), peníze a práce (5x), volnost (1x), domácí mazlíček (5x), hry na počítači (6x) nebo příroda a počasí (5x). Na otázku, zda existuje něco, co dělá respondenta šťastným, se také jednorázově objevila odpověď „já“. Poslední kategorie s názvem **nejasné** zahrnuje odpovědi „nevím“ nebo „všechno“ (7x), v tomto případě tedy nejsou tedy uvedeny žádné konkrétní faktory, které by dle respondentů jejich úroveň wellbeingu posilovaly.

Dílčí výzkumná otázka č. 2.2. **Jaké faktory oslabují úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení?**

Se zmíněnou výzkumnou otázkou souvisí položka č. 22 v dotazníku (Je něco, co ti brání cítit se dobře nebo být šťastný/á? Pokud ano, co to je?). Respondentů uvedli 89 zdrojů, které je také rozdělili celkem do 7 kategorií. První kategorii jsme nazvali **absence oslabujících faktorů**, jelikož se objevila v odpovědích nejčastěji (21x). Tato kategorie zahrnuje odpovědi typu: ne, není nebo nic, z čehož vyplývá, že dle většiny respondentů neexistují

žádné konkrétní oslabující či negativní faktory, díky kterým by se cítili nešťastně nebo nespokojeně. Druhá kategorii s názvem **psychické a fyzické zdraví** (17x) zahrnuje odpovědi jako: vlastní myšlenky, strach, nemoc, „depky“, psychická nevyrovnanost, jednorázově se přímo objevila odpovědi „mé fyzické i psychické zdraví“ nebo „neschopnost se seznamovat“ a „moje lenost“. Následující kategorie s názvem **rodina** (11x) zahrnuje odpovědi týkající se rodinných vazeb, problémů v komunikaci, konfliktů, hádek, nepochopení ze strany rodičů či absenci volnosti. Třetí kategorie nazvaná **škola** (10x) zahrnuje opakovaný a více nespecifikovaný pojem škola, objevovaly se také odpovědi týkající se přijímacího řízení na střední školy, spor s třídní učitelkou a spolužáky nebo konkrétní název předmětu, jednorázově jsme také zaznamenali odpověď typu „ve škole mi nadávají, že jsem romského původu“ a „šikana“. Následující kategorii jsme nazvali **vztahy** (8x), neboť zahrnuje vztahy s kamarády i partnerské a problémy s nimi spojené (hádky, nepochopení, nedostatek podpory). Předposlední kategorie má název **materiální zabezpečení** (7x), jelikož do ní spadají odpovědi typu: jídlo, peníze, bydlení, životní prostředí. Do poslední kategorie s názvem **různé** spadají jednorázové avšak velmi různorodé odpovědi: nevím (3x) existencionální otázky (1x) problémy s minulostí (2x), lidé (2x) vlastní vzhled (3x) práce/brigáda (2x), jednorázově se také objevila politika jako důvod, proč se uživatel necítí dobře a „návštěva nízkoprahového zařízení jen pro konzultace“.

5 INTERPRETACE DAT

Hlavním výzkumným cílem bylo zjistit, jaká je úroveň wellbeingu dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji. S tímto hlavním výzkumným cílem se pojí dílčí cíle, které byly stanoveny pomocí oblastí dotazníku. Mezi dílčí cíle patřilo zjistit, jak uživatelé hodnotí svou obecnou spokojenost se životem a jak jsou spokojeni v jednotlivých oblastech života. Výzkumné šetření bylo prováděno prostřednictvím standardizovaného dotazníku (The Good Childhood Index 2023).

Abychom dokázali odpovědět na hlavní výzkumnou otázku, nejprve uvádíme výsledky vztahující se k jednotlivým oblastem dotazníku, které pro nás znamenají dílčí výzkumné otázky. První hodnocenou oblastí byl index obecné spokojenosti, kdy hodnoty dosahovaly lehce nadprůměrných výsledků. Můžeme tedy konstatovat, že uživatelé hodnotí svou obecnou spokojenost se životem kladně, ve většině odpovědí byla hodnocena větší spokojenost se životem oproti nespokojenosti. Na základě zjištění převládajícího pozitivního hodnocení života se dle většiny uživatelů jejich život vyvíjí správným směrem a souhlasí s tím, že je v pořádku. Jistou nespokojenost jsme zaznamenali v souvislosti s položkou č. 8 „Mám to, co v životě chci“, což poukazuje na skutečnost, že vnímaná nespokojenost může odrážet socioekonomické rozdíly mezi jednotlivými uživateli.

Druhou hodnocenou oblastí je index štěstí, který zjišťuje, jak jsou spokojeni či nespokojeni ve vybraných oblastech jejich života. Výsledky ukazují, že uživatelé služeb NZDM jsou obecně nejvíce spokojeni se způsobem, jak tráví volný čas. Zjištění lze interpretovat jako indikátor vysoké úrovně subjektivního wellbeingu, zároveň jsou výsledky v souladu s výzkumem Zawiszy a Šebkové (2013), který potvrzuje souvislost smysluplného trávení volného času s vyšší úrovní wellbeingu. Výsledky můžeme také porovnat s výzkumem The Good Childhood Index 2024, kde průměrná spokojenost dětí a dospívajících byla 7,5 z 10, v našem výzkumu vyšlo průměrné skóre 8,4 (The Children's Society, ©2024).

Podobně pozitivně hodnocenou oblastí u všech uživatelů je zdraví, které považujeme za jeden z klíčových aspektů celkového wellbeingu. Studie Dienera a Seligmana (2004) ukazuje, že osoby, kteří se cítí zdravě, jsou obecně více spokojeni se životem, mají tendenci vykazovat více pozitivních emočních stavů a nižší míru stresu. Zjištěná vysoká spokojenost může být do jisté míry ovlivněna využíváním služeb NZDM, neboť jsou zde uživatelé

informování nejen o zdravém životním stylu, ale také o prevenci fyzických i psychických problémů.

Pozitivní výsledky vyplynuly také v oblasti týkající se vztahů s kamarády, ve které uživatelé vykazují průměrné skóre 7,4 z 10, v porovnání s výsledky výzkumu The Good Childhood Index 2024, kde průměrná spokojenost dětí a dospívajících vyšla 7,9. Pozitivní výsledek potvrzuje potřebu kvalitních sociálních vazeb jako klíčový faktor vedoucí k vysoké úrovni wellbeingu a optimálnímu stavu duševního zdraví. Závěry studie Dienera a Seligmana (2002) naznačují, že osoby jsou obvykle šťastnější, mají-li dostatek harmonických a silných sociálních vztahů.

Spokojenost se vztahy s rodinou byla v našem výzkumu hodnocena podprůměrně ve srovnání s výsledky výzkumu The Good Childhood Index 2024, kdy byla oblast rodiny hodnocena nejlépe. Zjištěná nízká spokojenost uživatelů může být způsobena náročnými životními situacemi souvisejících zejména s jejich nestabilním rodinným zázemím. Vnímání spokojenosti se však liší s ohledem na věkovou skupinu uživatelů, což můžeme interpretovat v kontextu vývojových změn. Nejvíce spokojeni jsou mladší uživatelé, což je v souladu s tvrzením Vágnerové (2021), že rodinné vazby jsou důležitým zdrojem jistoty a bezpečí zejména pro děti ve věku mladšího školního věku. Na druhou stranu dospívající uživatelé natolik spokojeni nejsou, ale ukazuje se, že jistou podporu a pochopení, které se jim nedostává z rodinného prostředí, nacházejí v oblasti kamarádky vztahů.

Vzhledem k tomu, že uživatelé služeb NZDM mnohdy pocházejí ze sociálně znevýhodněného prostředí, se tato skutečnost projevila v hodnocení jejich spokojenosti s domovem, ve kterém momentálně žijí. Dle výzkumu WHO (2003) můžeme obecně domácí prostředí a kvalitu bydlení považovat za významný faktor ovlivňující naše psychické i fyzické zdraví. Z výsledků je však patrné, že se uživatelé ve svém domově necítí zcela šťastně, což může souviset s rodinným socioekonomickým statutem, jehož stav se odráží v celkové úrovni wellbeingu. Potřebu bezpečného prostředí potvrzuje také Pivarč (2022), který zjistil, že pokud respondenti prožívají dětství v bezpečném a podpůrném prostředí, jejich úroveň wellbeingu je vyšší.

Nižší spokojenost se vzhledem byla zjištěna zejména u dospívajících uživatelů, u kterých v tomto období dochází k formování sebepojetí a vnímání vlastního těla. Lze předpokládat, že zjištěná nespokojenost je důsledkem porovnávání se s vrstevníky současně s vlivem sociálních sítí, díky kterým se může zvyšovat přesvědčení, že jejich vzhled není v pořádku. Nespokojenost v dlouhodobém horizontu může být indikátorem závažnějších

psychických obtíží. Naše zjištění koresponduje s výzkumem Cashe a Pruzinského (2002), kde poukazují na souvislost nízkého sebevědomí a negativního vnímání svého vzhledu a jeho výskyt u mladých lidí, kteří se potýkají se sociálním vyloučením či diskriminací, tedy s jevy, které se vyskytují právě u uživatelů služeb NZDM.

Na základě analýzy dat lze konstatovat, že uživatelé mají obavy spojené s nejistotou z budoucnosti. Nejsou spokojeni s tím, co se může stát později v jejich životě, což může vyvolat jisté pocity frustrace a naznačovat sníženou úroveň wellbeingu. Diener (2009) v závěru studie potvrzuje souvislost budoucnosti s konceptem subjektivního wellbeingu, který současně s aktuální situací jedince zahrnuje také očekávání do budoucna. Pro cílovou skupinu uživatelů NZDM je tedy důležité, aby věřili přesvědčení, že mají šanci pozitivně ovlivnit vlastní život pomocí smysluplně nastavených životních cílů.

Při porovnání jednotlivých oblastí se jako nejméně uspokojivá jeví škola, což má přímý dopad na úroveň wellbeingu dětí a mládeže. Dosavadní výzkumy potvrzují dopad kvality školního prostředí na celkovou osobní pohodu dětí a mládeže a jejich další životní směřování (Thapa a Cohen 2013). V našem výzkumu se ukázalo, že uživatelé nevnímají školu jako místo, kde by se cítili šťastně a spokojeně, ale spíše jako zdroj psychické zátěže. Jedním z možných vysvětlení se zdá být, že v rámci školního prostředí nedochází k uspokojování individuálních potřeb zejména sociálně znevýhodněných dětí a dospívajících, kteří se mnohdy potýkají s problémy přesahujícími školní prostředí, přičemž čelí stresovým faktorům. Nízkou spokojenost lze interpretovat také jako ukazatel zhoršeného psychického zdraví mladých lidí, což je v souladu s výzkumem Spitzerové (2021), která zaznamenala výrazně nižší životní spokojenost dětí, kteří ve škole zažívají neúspěch, nepřijetí nebo diskriminaci. S ohledem na posilování wellbeingu je podstatné, aby se pozornost zaměřovala právě na děti a mládež pocházejících z rodinného prostředí s nižším sociálně ekonomickým statusem a umožnit jim zažít pocit úspěchu.

Odpovědí na hlavní výzkumnou otázku, jaká je úroveň wellbeingu skládají se z obecné spokojenosti a štěstí dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji, je zjištění relativně vysoké úrovně. S ohledem na subjektivní vnímání spokojenosti a štěstí je důležité si uvědomit, že celkový wellbeing odráží aktuální rozpoložení uživatelů, většina z respondentů je tedy ve svém životě spokojena a zažívá pocity štěstí. Zároveň však v jednotlivých oblastech stále existuje prostor pro zvýšení potenciálu k dlouhodobému prožívání spokojeného a plnohodnotného života.

Sekundárním výzkumným cílem bylo odhalit, jaké faktory mají vliv na úroveň wellbeingu. Dílčí cíle zjišťují, jaké faktory z pohledu uživatelů jejich úroveň wellbeingu posilují a jaké naopak oslabují.

V odpovědích na otázku, zda existuje něco, díky čemu se uživatelé cítí dobře nebo co je dělá šťastnými, uváděli několik různorodých zdrojů, na jejichž základě jsme identifikovali posilující faktory wellbeingu. Pozitivním zjištěním našeho výzkumu je, že uživatelé služeb NZDM za zdroj jejich štěstí nejvíce považují volnočasové aktivity, kterým se věnují. Prostřednictvím sportovních aktivit zlepšují svůj fyzický stav a zároveň tyto aktivity mohou působit jako forma prevence psychických problémů. Činnosti uměleckého charakteru rozvíjejí kreativitu, představivost a mohou být prostředkem sebevyjádření. Z toho usuzujeme, že volnočasové aktivity ovlivňují tělo, mysl i emoce a výrazně přispívají k posilování jejich osobní pohody, neboť jsou mnohdy jediným způsobem, jak uniknout od každodenních stresorů. Vysoká spokojenost se zdá být důsledkem využívání těchto služeb, domníváme se, že svůj volný čas využívají smysluplně především díky využívání těchto služeb, což přispívá k celkovému pozitivnímu hodnocení role NZDM v životech dětí a mládeže. Dalším posilujícím faktorem osobní pohody uživatelů se ukázalo samotné nízkoprahové zařízení, které pro většinu uživatelů představuje místo, kde se cítí dobře a jsou šťastni. K tomu, aby se děti a mládež ve svém životě cítili spokojeně, přispívají nejen služby zařízení, ale především jeho pracovníci, kteří pro uživatele představují jistou oporu a motivaci. Dalším posilujícím faktorem jsou vztahy s kamarády a čas s nimi strávený, zároveň se odpovědi uživatelů shodují v tom, že jsou šťastní kvůli svým partnerům či partnerkám, což lze interpretovat jako potřebu mít v životě někoho blízkého, se kterým se cítí dobře a mohou mu důvěřovat.

Obecně rodinu uživatelé vnímají jako dvousečný faktor, neboť se ukázalo, že zejména u mladších uživatelů je rodina zdrojem jejich štěstí, naopak u dospívajících dochází v rámci rodinných vztahů k ohrožování osobní pohody a následkem konfliktů ke zvýšenému stresu a napětí.

Následující oslabující faktory wellbeingu jsme interpretovali v souvislosti s odpovědí na otázku, díky čemu se se uživatelé necítí dobře nebo co jim brání být šťastný. Překvapivě se ukázalo, že většina uživatelů neuvedla žádné faktory, které by oslabovaly jejich osobní pohodu. Dané zjištění může naznačovat jejich aktuální spokojenost se svým životem, avšak musíme brát v potaz také možnost, že určité problémy bagatelizují, nechtějí je sdílet, tudíž neodpověděli záměrně. Přestože výsledky ukázaly celkovou vysokou spokojenost v oblasti

zdraví, jednotlivé odpovědi naznačovaly konkrétní problémy týkající se jejich fyzického i psychického zdraví, které souvisejí s jejich aktuální situací jako je psychická nevyrovnanost, nemoc, lenost nebo deprese. Přítomnost těchto obtíží považujeme za oslabující faktor osobní pohody, nicméně je důležité, že se zmiňované problémy nevyskytují u všech uživatelů a mají spíše individuální charakter. V odpovědích jsme identifikovali nedostatek finančních prostředků a nespokojenost s místem, kde bydlí jako důvod, který jim brání být šťastný. Materiální zabezpečení můžeme interpretovat jako zdroj sníženého wellbeingu, což koresponduje s výsledky výše hodnocených oblastí.

Odpovědi na výzkumnou otázku, jaké faktory ovlivňují wellbeing dětí a mládeže využívajících služby nízkoprahového zařízení je zjištění, že volnočasové aktivity, pobyt v NZDM a využívání jeho služeb, a zároveň sociální vazby a vzájemné vztahy s kamarády významně pozitivně ovlivňují a přispívají k vyšší úrovni wellbeingu. Tyto faktory můžeme považovat za zdroj jejich štěstí, díky nimž se lépe vyrovnávají s každodenními výzvami, stresory i aktuální životní situací. Na druhou stranu jsme identifikovali oslabující faktory, které dětem a dospívajícím brání v pozitivním prožívání života a v dlouhodobém horizontu mohou způsobovat závažnější fyzické i psychické obtíže. Na snížené úrovni osobní pohody se dle uživatelů nejvíce podílí právě jejich fyzické a psychické zdraví současně s nedostatkem finančních prostředků a harmonických rodinných vztahů. S ohledem na celkový wellbeing můžeme konstatovat, že uživatelé uváděli výrazně více faktorů, které jim pomáhají dosahovat štěstí, než těch, které by jim v jeho prožívání bránily.

5.1 Limity výzkumu

Výsledky našeho výzkumného šetření nabízí důležité poznatky o stavu wellbeingu uživatelů služeb NZDM ve Zlínském kraji, přesto však za limity našeho výzkumného šetření považujeme částečně omezený výzkumný soubor, neboť se do šetření nezapojila všechna NZDM ve Zlínském kraji, tudíž nenaplnuje parametry reprezentativnosti a získaná data se nevztahují na zkušenosti všech uživatelů nízkoprahových služeb. Další limitací je zkoumání subjektivního wellbeingu, který do jisté míry ovlivňuje individualita uživatelů, jejich aktuální rozpoložení nebo aktuální životní situace, ve které se nacházejí.

5.2 Doporučení pro praxi

Výsledky našeho výzkumu přibližují subjektivní spokojenost a štěstí v oblastech života specifické cílové skupiny dětí a mládeže.

Přínos spatřujeme především v dalším rozvoji sociálních dovedností pracovníků těchto zařízení, neboť zjištění naznačuje prospěšnost stávajících přístupů a efektivitu poskytovaných služeb. Je nezbytně nutné pamatovat na fakt, že všechna zařízení jsou „živým organismem“, který se neustále vyvíjí, a proto je třeba takto na uživatele pohlížet. Je třeba dále dbát na individuální přístup k této specifické skupině dětí a mládeže, podporovat uživatele v jejich sebevědomí a rozvíjet jejich kompetence tak, aby o své blaho dokázali pečovat sami. Podněcovat jejich snahu vyřešit problémy svépomocí, posilovat je v tom, vkládat do nich důvěru a poskytovat pocit, že v zařízení jsou pro vždy dveře otevřené.

Z výsledků dotazníků vyplynula největší nespokojenost se školou obecně. Ve školách sice probíhá intervence, poskytuje se speciálně pedagogická péče, ta je však, dle našich poznatků a zkušeností, více méně zaměřená na školní neúspěch. Opomíjí se ale stránka sociálního spektra potenciálního uživatele. Výhledově by prospělo opakovaně využívat preventivní aktivity přispívající k větší psychické odolnosti dětí a dospívajících, což povzbudí růst jejich wellbeingu.

ZÁVĚR

V bakalářské práci jsme se zabývali aktuálním a společensky přínosným tématem, zejména v kontextu kvality života dětí a dospívajících ohrožených společensky nežádoucími jevy. Cílem práce bylo zjištění úrovně wellbeingu uživatelů služeb nízkoprahového zařízení ve Zlínském kraji. Dílčí cíle se týkaly hodnocení obecné spokojenosti se životem a štěstí v jednotlivých oblastech. Zajímalo nás také, jaké faktory dle uživatelů přispívají nebo naopak jejich osobní pohodu ohrožují. Celá průzkumná část naší bakalářské práce byla ovlivněna subjektivními faktory všech účastníků. Praktická část byla časově a místně limitována realitou, obecně řečeno tady a teď.

Výsledky naznačují, že i když tyto děti a dospívající nemají vždy plně zharmonizované oblasti svého života, celková úroveň wellbeingu je hodnocena pozitivně, zejména v oblasti volného času, zdraví a vztahů s kamarády. Z jejich názorů vyplynulo, že osobní pohoda a spokojenost je utvářena především faktem, v jakém prostředí a jakým způsobem tráví svůj volný čas. Zamysleli jsme se nad tím, jak by vypadaly životy těchto osob, kdyby neexistovala nízkoprahová zařízení, přičemž se ukázalo, že nízkoprahové zařízení a zároveň podpora od pracovníků výrazně přispívají k posilování jejich celkového wellbeingu. Děti a mládež využívající tyto služby se shodují, že je pro ně místem, kde mohou být sami sebou, kde se cítí bezpečně a šťastně. Prostřednictvím nabízených služeb NZDM dochází k určité kompenzaci problematických oblastí, čímž tato zařízení pozitivně ovlivňují osobní pohodu a spokojenost se životem této specifické cílové skupiny dětí a mládeže.

Naše zjištění podněcuje vhled do problematiky osobní pohody dětí a mládeže využívajících služeb nízkoprahového zařízení a podtrhuje potřebu individuálního přístupu v práci s těmito jedinci. Prostor pro zlepšení spatřujeme zejména v oblasti školy a psychického i fyzického zdraví, které jsou vnímány jako nejméně uspokojivé. Reakce uživatelů také naznačují obavy z budoucnosti spojené s nejistotou dalšího životního směřování, dospíváme tedy k závěru, že i přes celkovou obecnou spokojenost a přítomnost štěstí v jejich životech je důležité nadále monitorovat spokojenost v jednotlivých oblastech, abychom dokázali pochopit, jak se ve svých životech cítí, a zamezit působení negativních vlivů. V průběhu výzkumu jsme dospěli k myšlence, že jako budoucí pracovníci pomáhajících profesí se nám nabízí příležitost pozitivně ovlivňovat životy těchto dětí a mládeže a být spolutvůrcem jejich osobní pohody.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- ARNETT, Jeffrey Jenson, 2007. Emerging adulthood: What is it and what is it good for? *Child development perspectives*. Vol 1, no. 2, s. 68-73.
- BAŠTECKÁ, Bohumila, 2009. *Psychologická encyklopedie: Aplikovaná psychologie*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-470-0.
- BLATNÝ, Marek, 2005. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova Univerzita & Nakladatelství MSD. ISBN 80-86633-35-7.
- BLATNÝ, Marek, 2010. *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Grada. ISBN 978-80-247-3434-7.
- BLATNÝ, Marek, 2017. *Psychologie celoživotního vývoje*. Karolinum. ISBN 978-80-246-3462-3.
- BLATNÝ, Marek, 2020. *Osobní pohoda a osobnost v celoživotní perspektivě*. Praha: Academia. ISBN 978-80-200-3064-1.
- BLATNÝ, Marek; DOSEDLOVÁ, Jaroslava; ŠOLCOVÁ, Iva a KEBZA, Vladimír, 2005. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova Univerzita & Nakladatelství MSD. ISBN 80-86633-35-7.
- CASH, Thomas a PRUZINSKY, Thomas, 2002. *Body image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. ISBN 1-57230-558-2.
- DIENER, Ed a RYAN Kenneth. 2009. Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*. Vol 34, no. 4, s. 391 – 406.
- DIENER, Ed, 1984. Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*. Vol. 95, no. 3, s. 542-575.
- GURKOVÁ, Elena, 2011. *Hodnocení kvality života*. Grada. ISBN 978-80-247-3625-9.
- HAMŘÍK, Zdeněk, 2022. *Volný čas dětí a mládeže: zábava, odpočinek a prostor pro rozvoj*. Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-6183-0.
- HUPPERT, Felicia A., 2009. Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequence. *Applied Psychology: Health and Well-being*. Vol 1, no. 2, s. 137-164.
- CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.

JEDLIČKA, Richard; KLÍMA, Petr; KOŤA, Jaroslav; NĚMEC, Jiří a PILAŘ, Jiří, 2004. *Děti a mládež v obtížných životních situacích: nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí*. Praha: Themis. ISBN 80-731-2038-0.

JURÍKOVÁ, Laura a KÅGSTRÖM, Anna, 2023. *Duševní zdraví ve škole*. Pasparta. ISBN 978-80-88429-93-7.

KEBZA, Vladimír a ŠOLCOVÁ, Iva, 2003. Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem. *Československá psychologie*. Roč. 47, č. 4, s. 333-345. ISSN 0009-062X.

KELLER, Simon, 2019. What does mental health have to do with well-being? *Bioethics*. Vol. 34, no. 3, s. 228-234.

KLÍMA a JEDLIČKA, Richard, 2007. Sociálně pedagogická práce s dětmi a mládeží v tíživých životních situacích v nízkoprahovém kontextu. In: *Kontaktní práce: antologie textů*. Česká asociace streetwork, s. 11-20. ISBN 978-80-254-4001-8.

KRAUS, Blahoslav a POLÁČKOVÁ, Věra, 2001. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Paido. ISBN 80-7315-004-2.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2013. *Psychologie pocitů štěstí*. Grada. ISBN 978-80-247-4436-0.

LISÁ, Lidka a VÁGNEROVÁ, Marie, 2021. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Karolinum. ISBN 978-80-246-4961-0.

MACEK, Petr, 2003. *Adolescence*. Portál. ISBN 80-7178-747-7.

MATOUŠEK a kol., Oldřich, 2013. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0213-4.

MATOUŠEK, Oldřich, 2007. *Sociální služby*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-310-9.

MIKŠÍK, Oldřich, 2001. *Psychologická charakteristika osobností*. Karolinum. ISBN 80-246-0240-7.

OISHI, Shigerio.; DIENER, Ed; SUH, Eunkook a LUCAS, Robert E, 1999. Value as moderator in subjective wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 67, no. 1, s. 157-184.

PIVARČ, Jakub, 2022. Osobní pohoda dětí a dospívajících: psychosociální koreláty štěstí a životní spokojenosti. *Československá psychologie*. Roč. 66, č. 3, s. 186-211. ISSN 1804-6436.

RACEK J., A. HERZOG, 2009. Fenomén NZDM, tedy nízkoprahových zařízení pro děti a mládež. In: *Kontaktní práce: antologie textů*. České asociace streetwork, s. 319-329. ISBN 978-80-254-4001-8.

SEJČOVÁ, Ľuboslava, 2006. *Pohľad na kvalitu života dospievajúcich*. Album. ISBN 0-968667-4-5.

SLEZÁČKOVÁ, Alena, 2012. *Průvodce pozitivní psychologií*. Grada. ISBN 978-80-247-3507-8.

SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: uvedení do problematiky*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2907-7.

SUH, Eunkook; DIENER, Ed a FUJITA, Frank, 1996. Events and subjective well-being: Only recent events matter: Erratum. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 71, no. 5, s. 1091-1102.

SVOBODA, Michal, 2009. Sociálně-pedagogické přístupy v práci s „neorganizovanou mládeží“ v nízkoprahových zařízeních a otevřených klubech pro děti a mládež. In: *Kontaktní práce: antologie textů*. České asociace streetwork, s. 45-64. ISBN 978-80-254-4001-8.

ŠOLCOVÁ, Iva, 2009. *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2947-3.

URBAN, Petr, 2016. Věda o well-being - několik (více méně) kritických poznámek. *Československá psychologie*. Roč. 60, č. 1, s. 13-21. ISSN 0009-062X.

VAŠUTOVÁ, Marie a PANÁČEK, Michal, 2013. *Mezi dětstvím a dospělostí - vybrané kapitoly z psychologie adolescence*. Ostravská univerzita, Filozofická fakulta. ISBN 978-80-7464-125-1.

ZAWISZY, M. a ŠEBKOVÁ, M., 2013. *Volný čas a wellbeing: význam volnočasových aktivit pro duševní zdraví*. Psychologie zdraví. Roč. 10, č. 2, s. 35-46.

ZEMANOVÁ, Vanda a DOLEJŠ, Martin, 2015. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-4492-5.

Internetové zdroje

DIENER, Ed a SELIGMAN, Martin, 2002. Very Happy People. Online. *Psychological Science*. Vol. 13, no. 1, s. 81-84. Dostupné z:

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=_xR5tL8AAA&AJ&citation_for_view=_xR5tL8AAAAJ:hqOjcs7Dif8C [cit. 2025-03-26].

HOŠEK, Václav, 2013. *Wellness, well-being a pohybová aktivita*. Online In: Acta Salus Vitae, roč. 1, č. 1, s. 1–8. ISSN 1805-8787. Dostupné z: <https://odborne.casopisy.palestra.cz/index.php/actasalusvitae/issue/view/4> [cit. 2025-03-26]

KOČÍ, Jana a DONALDSON, Stewart, 2021. *Rámec našeho zdraví a aktivní podpora mentálního well-beingu*. Online In: CRP Distanční vzdělávání. Dostupné z: <https://rdvs.cz/category/50?page=1> [cit. 2025-03-26].

KOPECKÝ, Kamil, 2024. *Digitální wellbeing: Co to je a proč je důležitý?* Online in: E-Bezpečí, Roč. 9, č. 1, s. 78-80. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://e-bezpeci.cz/journal/articles/4033.html> [cit. 2025-03-27].

MŠMT, 2002. *Volný čas a prevence u dětí a mládeže*. Online. Dostupné z: <https://msmt.gov.cz/modules/search/index.php?plugin=3&query=voln%C3%BD%C4%8Das%20a%20prevence> [cit. 2025-03-26].

NÁRODNÍ PEDAGOGICKÝ INSTITUT ČR, 2024. *Týden pro wellbeing ve škole poukáže na důležitost wellbeingu pro duševní zdraví i učení dětí a mladých lidí*. Online. Dostupné z: <https://press.npi.cz/tema/tyden-pro-wellbeing-ve-skole-poukaze-na-dulezitost-wellbeingu-pro-dusevni-zdravi> [cit. 2025-03-26].

NÁRODNÍ ÚSTAV DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ, 2023. *Duševní zdraví dětí a adolescentů*. Online. Dostupné z: <https://dzda.cz/> [cit. 2025-03-26].

NÁRODNÍ ÚSTAV DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ, 2023. *Národní monitoring duševního zdraví dětí: 40 % vykazuje známky střední až těžké deprese, 30 % úzkosti. Odborníci připravují preventivní opatření*. Online. Dostupné z: <https://www.nudz.cz/media-pr/tiskove-zpravy/narodni-monitoring-dusevniho-zdravi-deti-40-vykazuje-znamky-stredni-az-tezke-deprese-30-uzkosti-odbornici-pripravuji-preventivni-opatreni> [cit. 2025-03-26].

OECD, 2023. *PISA 2022 Results (Volume I and III) –Country Notes: Czech republic*. Online. Dostupné z: https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i-and-ii-country-notes_ed6fbcc5-en/czech-republic_4a597d07-en.html [cit. 2025-03-26].

POJ MOSLOVÍ NZDM, 2008. *Pojmosloví NZDM*. Online. Praha: Česká asociace streetwork. Dostupné z: <https://www.streetwork.cz/archiv/clanky/detail/766/publikace-pojmoslovi-nzdm> [cit. 2025-03-26].

RYFF, Carol D., 1989. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being Online. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 57, no. 6, s. 1069–1081. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/232545487_Happiness_is_everything_or_is_it_Journal_of_Personality_and_Social_Psychology_576_1069-1081 [cit. 2025-03-26].

SOCIETY FOR ALL, 2023. *Proč je důležité se zabývat duševním zdravím dětí*. Online. Dostupné z: <https://www.societyforall.cz/dusevni-zdravi-deti> [cit. 2025-03-26].

SRB, Vladimír; FELCMANOVÁ, Lenka a PÝCHOVÁ, Silvie, 2021. *Jak zlepšovat učení, wellbeing a rovné šance žáků v ČR prostřednictvím středního článku a dalších opatření*. Online. Stálá konference asociací ve vzdělávání, z. s. ISBN 978-80-907826-1-7. Dostupné z: <https://partnerstvi2030.cz/partnerstvi-pro-vzdelavani-2030-po-dvou-letech/> [cit. 2025-03-26].

THAPA, Amrit a COHEN, Jonatan, 2013. A Review of School Climate Research. Online. *Review of Educational Research*. Vol. 83, no. 3, s. 357-385. Dostupné z: <https://doi.org/10.3102/0034654313483907>. [cit. 2025-04-16].

THE CHILDREN'S SOCIETY, 2023. *Good Childhood Index*. Online. Dostupné z: [The Good Childhood Report 2023 The Children's Society](#) [cit. 2025-03-26].

THE CHILDREN'S SOCIETY, 2024. *The Good Chidhood Report*. Online. Dostupné z: <https://www.childrenssociety.org.uk/information/professionals/resources/good-childhood-report-2024> [cit. 2025-03-26].

TOV, William; DIENER, E.; OISHI, S.; TAY, L. a ZHU, Ze, 2018. Well-being concepts and components. Online. In: *Handbook of Well-Being*. University of Nebraska at Omaha, s. 43-52. Dostupné z: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://core.ac.uk/download/579996774.pdf> [cit. 2025-03-16].

UNICEF, 2022. *Places and spaces: Enviroments and children's well-being*. Online. Dostupné z: <https://www.unicef.org/innocenti/reports/places-and-spaces-environments-and-childrens-well-being> [cit. 2025-03-26].

Zákony a vyhlášky

ČESKO. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Online. In: *Zákony pro lidi*. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108>. [cit. 2025-03-26].

ČESKO. Vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách. Online. In: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-505>. [cit. 2025-03-26].

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 Skóre indexu štěstí.....	42
Graf 2 Věková kategorie 8-11.....	43
Graf 3 Věková kategorie 12-18.....	44
Graf 4 Věková kategorie 19-24.....	44

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Pohlaví respondentů.....	34
Tabulka 2 Věk respondentů	34
Tabulka 3 Oblasti dotazníku	36
Tabulka 4 Vyhodnocení výzkumné otázky č. 1.1	39
Tabulka 5 Index obecné spokojenosti.....	39
Tabulka 6 Vyhodnocení výzkumné otázky č. 1.2.....	41
Tabulka 7 Index štěstí	41

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
NUDZ	Národní ústav duševního zdraví
NZDM	Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež
OECD	Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj
PISA	Programme for International Student Assessment
WHO	Světová zdravotnická organizace (World Health Organization)

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Ahoj,

jmenuji se Magdaléna Mikešková a jsem studentkou Sociální pedagogiky na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Chtěla bych tě poprosit o vyplnění dotazníku k mé bakalářské práci, která zjišťuje, jak jsi spokojen/a se svým životem.

Neexistují správné nebo špatné odpovědi, zajímá mě tvůj názor. Prosím, vyplňuj podle toho, jak se cítíš.

Ujišťuji tě, že tvé odpovědi zůstanou anonymní, nemusíš se tedy nikam podepisovat.

Mockrát ti děkuji za spolupráci!

1. Pohlaví:

a) chlapec b) dívka

2. Věk:

3. Název zařízení, které navštěvuješ:

.....

Označ, prosím, hvězdičkou, jak souhlasíš nebo nesouhlasíš s každou větou.						
	Velmi nesouhlasím	Nesouhlasím	Ani nesouhlasím ani souhlasím	Souhlasím	Velmi souhlasím	Nevím
4. Můj život se vyvíjí dobře						
5. Můj život je v pořádku						
6. Přál/a bych si mít jiný život						
7. Mám dobrý život						
8. Mám v životě to, co chci						

Označ ČÍSLEM od 0 do 10, jak jsi spokojený/á s uvedenými aspekty tvého života.

0 znamená „velmi nespokojený/á“

5 znamená „ani nespokojený ani spokojený/á“

10 znamená „velmi spokojený/á“

velmi nespokojený/á

ani nespokojený ani spokojený/á

velmi spokojený/á

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

JAK JSI SPOKOJENÝ/Á...

9...se životem celkově?	
10...se vztahy s rodinou	
11...s domovem, ve kterém žiješ?	
12...s tím, jakou máš možnost volby v životě (že si můžeš vybírat, co chceš dělat)?	
13...se vztahy s kamarády?	
14...s věcmi, které vlastníš (např. peníze a další věci, které máš)?	
15...se svým zdravím?	
16...se svým vzhledem (s tím, jak vypadáš)?	
17...s tím, co se může stát později ve tvém životě (jaká bude tvá budoucnost)?	
18...se školou (celkově)?	
19...s tím, jak trávíš volný čas?	

Odpověz, prosím, na následující otázky:

21. Je něco díky čemu se cítíš dobře nebo co tě dělá šťastným/šťastnou? Pokud ano, co to je?

22. Je něco, co ti brání cítit se dobře, nebo být šťastný/á? Pokud ano, co to je?