

# **Aspekty životní spokojenosti učitelů střední školy v regionu Moravy**

Ing. Hana Fidranská

---

Bakalářská práce  
2019



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav školní pedagogiky

akademický rok: 2018/2019

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Ing. Hana Fidranská**  
Osobní číslo: **H160547**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Učitelství odborných předmětů pro SŠ**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Aspekty životní spokojenosti učitelů střední školy v regionu Moravy**

Zásady pro vypracování:

Studium odborné literatury a zpracování rešerše z oblasti životní spokojenosti.  
Vymezení teoretických východisek o osobní pohodě a jejich specificích u učitelů.  
Příprava metodiky empirické části, stanovení výzkumného problému.  
Realizace kvantitativního výzkumu prostřednictvím standardizovaného dotazníku.  
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.  
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi středních škol.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

Křivohlavý, J. (2009). Psychologie zdraví. Praha: Portál.

Mareš, J. (2013). Pedagogická psychologie. Praha: Portál.

Ozmete, E. (2011). Subjektive well-being: A research on life satisfaction as cognitive component of subjective well-being. Journal of Academic Research: Charts, 3(4).

Paulík, K. (1999). Psychologické aspekty pracovní spokojenosti učitelů. Ostrava: Ostravská univerzita.

Slezáčková, A. (2012). Průvodce pozitivní psychologií: nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace. Praha: Grada.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. et Mgr. Viktor Pacholík, Ph.D.**  
Ústav školní pedagogiky

Datum zadání bakalářské práce: **10. října 2018**

Termín odevzdání bakalářské práce: **26. dubna 2019**

Ve Zlíně dne 10. října 2018

doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
*děkanka*



doc. PaedDr. Adriana Wiegerová, Ph.D.  
*ředitelka ústavu*

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- 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 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> 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.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně ..... 25.4.2019

.....

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

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

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

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

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

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

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

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

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

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

## **ABSTRAKT**

Tato bakalářská práce se zabývá aspekty životní spokojenosti učitelů středních škol v regionu Moravy. Práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou. V teoretické části jsou vymezeny pojmy životní spokojenost, osobní pohoda, kvalita života a také faktory, které životní spokojenost determinují (osobnost, zdraví, práce a volný čas, sociální vztahy, finanční situace, bydlení, atd.). Samostatná kapitola je věnována specifikům povolání učitele. Praktická část je založena na empirickém výzkumu s využitím dotazníku. Výzkumným prostředkem je standardizovaný Dotazník životní spokojenosti autorů Jochen Fahrenberg, Michael Myrtek, Jörg Schumacher a Elmar Brähler. Dotazování byli učitelé středních škol v oblasti Moravy. Cílem práce je posoudit životní spokojenost této skupiny učitelů a identifikovat vliv nejvýznamnějších faktorů. V závěrečné části je provedena stručná rekapitulace výsledků a jsou definována doporučení pro praxi.

**Klíčová slova:** životní spokojenost, učitelé středních škol, aspekty životní spokojenosti, osobnost, zdraví

## **ABSTRACT**

This bachelor thesis deals with the aspects of life satisfaction of secondary school teachers in the region of Moravia. The thesis consists of theoretical part and practical part. In the theoretical part are defined terms life satisfaction, personal well-being, quality of life and so factors life of satisfaction determine (personality, health, work and free time, social relationship, financial situation, housing etc.). The specifics of the teacher's profession is dedicated separate chapter. The practical part this thesis based on empirical research by standardised life satisfaction questionnaire of authors Jochen Fahrenberg, Michael Myrtek, Jörg Schumacher and Elmar Brähler. The respondents were teachers of secondary schools in the region of Moravia. Aim of thesis is to detect life satisfaction this group of teachers and the most significant factors pinpoint. In the concluding section is made brief recap of results and recommendations for practice. In the closing part is performed recapitulation of results and are defined recommendations for practice.

**Keywords:** satisfaction with life, high school teacher, health, life satisfaction aspects, personality, health

Děkuji vedoucímu práce panu Mgr. et Mgr. Viktoru Pacholíkovi, Ph.D. za odbornou pomoc a připomínky při vedení mé bakalářské práce.

Ráda bych také poděkovala všem pedagogům, kteří věnovali svůj čas vyplnění dotazníku a poskytli mi tak cenné informace nezbytné pro zpracování této práce a rovněž své rodině a přátelům za podporu během celého studia.

Motto:

*„Je-li člověk nespokojený se svým stavem, může jej změnit dvěma způsoby. Buď změní podmínky svého života, nebo svůj duševní postoj. První není vždy možné, to druhé je možné vždy.“*

Ralph Waldo Emerson

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

# OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>12</b>
<b>1 ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST .....</b>	<b>13</b>
1.1 KVALITA ŽIVOTA.....	14
1.2 OSOBNÍ POHODA.....	16
<b>2 DETERMINANTY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI.....</b>	<b>17</b>
2.1 OSOBNOSTNÍ DETERMINANTY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI.....	17
2.2 ZDRAVÍ JAKO DETERMINANT ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI.....	18
2.3 SOCIODEMOGRAFICKÉ DETERMINANTY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI.....	19
2.3.1 Vlastní osoba.....	19
2.3.2 Vzdělání, práce, finanční situace .....	19
2.3.3 Sociální vztahy .....	20
2.3.4 Bydlení .....	21
<b>3 SPECIFIKA PROFESE UČITELE.....</b>	<b>23</b>
3.1 KVALIFIKACE UČITELE .....	24
3.2 ZÁTĚŽ V PROFESI UČITELE .....	25
3.2.1 Syndrom vyhoření .....	26
3.2.2 Zvládání zátěže.....	27
<b>4 OSOBNOST UČITELE A ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST .....</b>	<b>29</b>
4.1 MOTIVACE K UČITELSKÉMU POVOLÁNÍ .....	30
4.2 VOLNÍ VLASTNOSTI A CHARAKTER .....	30
4.3 SEBEREGULAČNÍ VLASTNOSTI .....	31
4.4 TEMPERAMENT.....	32
4.5 VÝKONOVÉ VLASTNOSTI, SPECIÁLNÍ SCHOPNOSTI A DOVEDNOSTI UČITELE .....	33
4.6 PSYCHICKÉ PROCESY A STAVY UČITELE .....	34
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>37</b>
<b>5 RÁMEC VÝZKUMU ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI .....</b>	<b>38</b>
5.1 METODY A TECHNIKY VÝZKUMU.....	38
5.2 CÍLE VÝZKUMU A STANOVENÍ HYPOTÉZ .....	39
5.3 VÝZKUMNÝ VZOREK .....	40
<b>6 VÝSLEDKY VÝZKUMU.....</b>	<b>43</b>
6.1 CELKOVÁ ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST .....	43
6.1 DETERMINANTY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI VZHLEDEM K POHLAVÍ A VĚKU .....	45
6.1.1 Zdraví .....	46
6.1.2 Práce a zaměstnání .....	47
6.1.3 Finanční situace.....	48
6.1.4 Volný čas.....	49
6.1.5 Manželství a partnerství .....	50
6.1.6 Vztah k vlastním dětem.....	51
6.1.7 Vlastní osoba .....	52
6.1.8 Sexualita.....	53
6.1.9 Přátelé, známí, příbuzní.....	54



6.1.10	Bydlení .....	55
6.2	ABSOLUTNÍ ROZLOŽENÍ POČTŮ OSOB DLE STANINŮ .....	56
6.3	VYHODNOCENÍ VÝZKUMU A OVĚŘENÍ HYPOTÉZ .....	59
6.4	SHRNUTÍ .....	64
<b>ZÁVĚR .....</b>		<b>65</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>		<b>67</b>
<b>SEZNAM TABULEK .....</b>		<b>70</b>
<b>SEZNAM GRAFŮ .....</b>		<b>71</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH .....</b>		<b>72</b>
<b>PŘÍLOHY .....</b>		<b>73</b>

## ÚVOD

Povolání učitele patří v historickém kontextu k jednomu z nejstarších profesí. Učitelé, jako nositelé vzdělanosti a poznání, byli po staletí společností vysoce hodnoceni a oceňováni. Rovněž v současné době se jedná o prestižní povolání, a to především z důvodu náročných požadavků, které jsou kladeny na jejich vzdělání i vlastní výkon profese. Učitelské povolání vyžaduje od jedince nejen odborné znalosti, ale také odpovídající osobnostní charakteristiky a značnou míru sociálních dovedností a schopností. Zásadní je ovšem určitý pedagogický um a takt, což znamená nejen způsobilost učit, ale především umění jiné naučit, předat jim poznatky, dokázat je k učení motivovat, současně je také vychovávat a vést k sebevýchově. Kromě toho jsou na učitele kladeny vysoké nároky a požadavky ze strany vedení školy, rodičů, veřejnosti i státu obecně. Učitel se tak v rámci výkonu své profese setkává s řadou okamžiků, které ho významně ovlivňují a pokud jsou učitelem samotným vnímány negativně, pak v tomto směru rovněž ovlivňují jeho psychiku. Všechny tyto aspekty se následně odrážejí v životní spokojenosti učitele, přičemž lze jednoznačně souhlasit s myšlenkou, že spokojenost učitele má přímý vztah s tím, jakým způsobem vykonává svou práci a jak působí na své žáky či studenty. Pozitivní přístup učitele se bezpochyby následně rovněž odrážejí ve vyšší míře motivace žáků či studentů a v uspokojivých výsledcích jejich učení.

Položme si však v tomto kontextu otázku, co to vlastně životní spokojenost je, co všechno ji ovlivňuje a lze ji vůbec měřit nebo zkoumat? Popřípadě, proč by měla být věnována pozornost studiu životní spokojenosti? Zcela zřejmě jde o konstrukt, který odrážejí to, jaké člověk prožívá emoce, jak se subjektivně cítí, jak vnímá sama sebe. Souvisí jak s osobností člověka, tak s faktory, se kterými se daný jedinec ve svém životě běžně setkává. Životní spokojenost však působí rovněž naopak, jelikož ovlivňuje jednání, chování a postoje člověka. Z pohledu profese učitele tak má životní spokojenost zvláštní význam, protože nespokojený učitel zcela zřejmě není obecně žádaný.

Předložená bakalářská práce se zabývá životní spokojeností učitelů. Cílem práce je zhodnotit životní spokojenost učitelů středních škol v regionu Moravy, zhodnotit specifika profese učitele ve vztahu k životní spokojenosti a identifikovat potenciálně kritické faktory, které mohou životní spokojenost snižovat.

Práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou, resp. výzkumnou. V rámci teoretické části je představeno pojmosloví, jsou popsány obecné poznatky a teorie vztahující se k pro-

blematicke životní spokojenosti, osobní pohodě, kvalitě života, zmíněny jsou rovněž determinanty životní spokojenosti učitele: osobnost člověka, specifika profese učitele, schopnost zvládnutí zátěže nebo syndrom vyhoření. V rámci teoretické části je čerpáno nejen z osvědčených publikací, ale jsou zde uplatněny rovněž poznatky z nejnovějších českých odborných studií a pojednání.

Praktická část je založena na empirickém kvantitativně orientovaném výzkumu. V úvodní části jsou představeny metody a techniky výzkumné práce, cíle a charakter výzkumu a jsou formulovány výzkumné hypotézy. V další části jsou představeny výsledky výzkumu, na jejichž základě je následně statistickými metodami provedeno ověření hypotéz.

V závěrečné části je z teoretických poznatků a zjištěných výzkumných výsledků provedena syntéza a jsou vysloveny konkrétní závěry.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST

Životní spokojenost je pojem, který se v současné době dostává stále častěji do popředí zájmu výzkumníků a je námětem odborných publikací, nicméně jednotná definice doposud neexistuje. Obecně lze životní spokojenost chápat jako subjektivně vnímanou kvalitu, která odráží míru shody mezi realitou života daného jedince a tím, co on sám oceňuje a považuje za běžné. V tomto hodnocení se promítají jak dlouhodobě působící aspekty, tak současné události a prožívání jedince. Jedná se o komplexní multidimenzionální proces posuzování řady faktorů, který je ovlivněn především osobností konkrétního člověka, jeho subjektivním prožíváním, vnímáním a hodnocením.

Podstatnou měrou k výzkumu životní spokojenosti přispěl Ed Diener, průkopník v této oblasti a autor jedné z nejrozšířenějších škál na měření životní spokojenosti (Satisfaction With Life Scale; Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Na základě svých mnoha výzkumů dospěl k řadě významných zjištění. Např., že při hodnocení životní spokojenosti hrají klíčovou roli emoce, přičemž důležitá je především jejich frekvence a ne intenzita. Životní spokojenost dále ovlivňují pouze zdroje, které jsou v interakci s důležitými osobními cíli jedince. Obdobně pozitivní vliv na spokojenost má subjektivní pocit jedince, že se mu daří lépe než ostatním nebo než sobě samotnému v minulosti. Významná je i korelace míry životní spokojenosti a osobnostních znaků jedince, včetně sebehodnocení, optimismu, přívětivosti a svědomitosti. Vysoká míra sebeúcty, pozitivní vztah k vlastní osobě a přesvědčení, že jedinec dosáhl úspěch vlastními silami, odráží přímou souvislost s životní spokojeností (Zemanová & Dolejš, 2015).

Aktuálním směrem, který se věnuje zkoumání determinant osobní pohody a životní spokojenosti, studiu pozitivních emocí i hledání faktorů přispívajících ke kladnému vnímání, je pozitivní psychologie. Dle pozitivní psychologie je za jeden ze základních faktorů ovlivňujících uvedenou oblast považován charakter, tj. vlastnosti a rysy osobnosti, které napomáhají nejen efektivnímu zvládnutí stresu a řešení náročných životních událostí, ale také úspěšnému fungování v mezilidských vztazích a dosahování vytyčených cílů (Slezáčková & Škrabská, 2013).

Životní spokojenost ovlivňuje rovněž skutečnost, zda a jaké má člověk nastaveny cíle a jestli se snaží o jejich dosažení. Zřejmě je možné souhlasit s myšlenou, že jedinci, kteří systema-

ticky pracují na dosahování vytýčených cílů a tyto se jim daří realizovat, si počínají ve společnosti efektivněji, což se může odrazit v jejich vyšší míře osobní pohody (Hřebíčková, Blatný & Jelínek, 2010).

Nutné je rovněž vzít v úvahu, že na člověka působí a jeho subjektivní vnímání životní spokojenosti ovlivňuje řada dalších vlivů. Jedná se jak o faktory, které přímo souvisí s osobou daného člověka (např. věk, pohlaví, zdraví), tak o faktory vnější (bydlení, finanční situace). Kromě toho je životní spokojenost těsně spjata s osobní pohodou, kvalitou života atd.

## 1.1 Kvalita života

Životní spokojenost a kvalita života nejsou identické pojmy, nicméně v řadě aspektů se prolínají, ovlivňují nebo jsou dokonce vzájemně propojeny. Obecně pojem kvalita vychází z latinského „qualitas“ a vyjadřuje určitou hodnotu (hodnotnost něčeho) určenou a posuzovanou člověkem na základě jím stanovených kritérií. Kvalita tedy neznamená standardizovanou a neměnnou kategorii, ale v různých pojetích může mít odlišný obsah a rozsah. Stejně tak pojem kvalita života není jasně definovanou veličinou, ale je to pojem interdisciplinární a multidimenzionální, velmi kontroverzní a poměrně těžko uchopitelný (Heřmanová, 2012). Kvalitu života lze hodnotit z různých pohledů a prostřednictvím řady kritérií; má dimenzi:

- materiální (vlastnictví a určitá míra konzumu),
- psychologickou (pocití subjektivní pohody, radosti, úspěchu, moci, štěstí, životní spokojenosti, sebereflexe a sebehodnocení jedince),
- medicínskou (délka života, fyzické a duševní zdraví),
- sociologickou (odlišnost kvality života v různých sociálních skupinách a příčiny těchto diferencí),
- kulturně antropologické (odlišné chápání kvality života v různých kulturních oblastech či prostředích a proměnlivost či stabilitu takového chápání v čase),
- morální (vztah kvality života k morálním hodnotám a svědomí)
- estetickou, sekuritní a mnohé další (Heřmanová, 2012).

Otázce kvality života se věnuje rovněž Křivohlavý (2009), který definici kvality života vztahuje ke spokojenosti člověka s dosahováním cílů určujících směřování jeho života, přičemž tyto cíle jsou daným jedincem hodnoceny podle hierarchie jeho hodnot.

Jednoznačně nesporný je interdisciplinární charakter termínu kvalita života. Jednotlivé vědní disciplíny se však pojmem kvalita života zabývají obvykle odděleně pouze z pohledu vlastního oboru. Na druhou stranu konkrétním jedincem subjektivně hodnocená kvalita života zcela komplexně zachycuje působení mnoha různorodých vnitřních i vnějších faktorů, které jeho život ovlivňují a jsou typické pro tuto konkrétní osobu. Podle Světové zdravotnické organizace je kvalita života to, jak člověk vnímá své postavení v životě v kontextu kultury, ve které žije, a ve vztahu ke svým cílům, očekáváním, životnímu stylu a zájmům (Šubrt, J. et al., 2008). V dnešní době patří subjektivní aspekty a hodnotová orientace člověka mezi základní kritéria, kterými je kvalita života hodnocena, nelze ovšem opomenout ani objektivní či kombinované přístupy.

Existuje několik teoretických modelů zahrnující různé aspekty hodnocení kvality života, přičemž výzkum je vhodné provádět paralelně ve čtyřech dimenzích:

- konkrétní vnější podmínky - ekonomické, ekologické, sociální, kulturní; jedinec o nich může a nemusí vědět, popř. je využívat, a může je i odlišně vnímat a hodnotit,
- konkrétní vnitřní podmínky - fyzické a duševní geneticky dané i získané předpoklady, sociální inteligence, morálně volní vlastnosti aj.,
- dosažené výsledky života (vnější pohled) - vnější hodnocení významu života člověka a jeho potřebnost pro společnost, dosažené výsledky života (vnitřní pohled) a způsob hodnocení jedince - vlastní sebereflexe, subjective well-being, hodnocení dosažených životních cílů (Heřmanová, 2012).

Kvalita života není platná všeobecně, ale týká se subjektivního vnímání daného jedince a jeho systému hodnot, přičemž tento postoj se může během života vyvíjet a měnit. Za východisko lze považovat dlouhodobé směřování dané osoby a její pojetí důležitých životních cílů. V tomto kontextu nejde jen o celkové zaměření života, ale také o to proč a o co se jedinec snaží, co mu dělá největší radost, co považuje za smysluplné. Důležitým okamžikem je míra uspokojení s dosahováním stanovených cílů. Uvedené dimenze jsou rovněž východiskem metody SEIQoL, jejímž záměrem je měřit subjektivně chápanou míru kvality života (Křivoň, 2009).

Možné je tedy usuzovat, že pojem životní spokojenost, jako subjektivně emočně vnímaný konstrukt, lze spolu s dalšími aspekty určujícími kvalitu života, tomuto pojmu podřadit. Na druhou stranu kvalita života daného individua přímo ovlivňuje jeho vlastní hodnocení životní spokojenosti.

## 1.2 Osobní pohoda

Životní spokojenost je obvykle spojována také s osobní pohodou. Na jednu stranu bývají oba pojmy považovány za synonymum, na druhou stranu je řada odborných textů specifikuje samostatně. Jak uvádí Blatný (2010), životní spokojenost je hlavní kognitivní komponentou osobní pohody a lze ji chápat jako vědomé globální hodnocení vlastního života jako celku. Osobní spokojenost pak zahrnuje složky emoční (dlouhodobé pozitivní a negativní stavy - nálady, emoce, afekty) a kognitivní (životní spokojenost, spokojenost ve významných oblastech života a sebehodnocení). Pro definování stavu pohody jsou důležitá subjektivní kritéria, tzn., co člověk sám považuje za osobní pohodu, spokojenost, kvalitní život.

Osobní pohodu lze v teoretické rovině posuzovat z různých hledisek, přičemž mezi nejvýznamnější patří koncepty subjektivní pohody (subjektive well-being) a psychologické pohody (psychological well-being). Oba pohledy jsou považovány za vzájemně korelující a doplňující se (Blatný & Šolcová, 2016).

V současné době je přijímán model subjektivní osobní pohody, který zahrnuje tři základní komponenty: afektivní (pozitivní a negativní afektivita) reflektující průběžné hodnocení emocí a nálad a životní spokojenost jako globální hodnocení vlastního života jedincem. Globální hodnocení bývá doplňováno informací o spokojenosti v jednotlivých oblastech života jako je např. spokojenost se zdravím, příjmem, vztahy či manželstvím (Blatný & Šolcová, 2016).

I když existují mezi jednotlivými faktory subjektivní pohody kauzální vztahy, vliv životních událostí a demografických podmínek byl identifikován jako relativně malý. K vysvětlení této skutečnosti jsou používány koncepty založené na principu adaptační úrovně: i když životní události a podmínky mohou zpočátku působit silně, lidé mají tendenci se rychle adaptovat a vracet se k typické, pro sebe vlastní úrovni subjektivní pohody, která je do značné míry determinována temperamentovými rysy extraverze a neuroticismu (Blatný & Šolcová, 2016).

Psychologická pohoda vychází z koncepcí lidského vývoje a existenciálních výzev života. Carol Ryffová na základě řady teoretických koncepcí pozitivního vývoje formulovala model psychologické pohody zahrnující 6 psychologických dimenzí pozitivního psychologického fungování, a to sebezpřijetí, pozitivní vztahy s druhými, vláda nad svým prostředím, nezávislost, životní cíl a osobní růst (Ryffová, 1989, 2014 in Blatný & Šolcová, 2016).



## 2 DETERMINANTY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI

Životní spokojenost úzce souvisí se spokojeností v subjektivně významných oblastech života, kterými jsou obvykle rodina, přátelé, zaměstnání, sociální postavení a ekonomický status, se sebehodnocením i se subjektivně prožívanými emočními stavy (Blatný, 2005). Obecně se jedná o aspekty ovlivňující každého jedince, avšak jejich původ, intenzita, rozsah i míra jejich vnímání danou osobou jsou odlišné.

Řada autorů přitom nehovoří přímo o činitelích ovlivňujících životní spokojenost, nýbrž hodnotí jejich vliv na osobní pohodu. Za základní aspekty lze v tomto smyslu považovat zdravotní stav, a to jak objektivní indikátory fyzických funkcí, tak subjektivní hodnocení zdraví, dále věk, pohlavní, sociální a ekonomický status a prostředí (Blatný et al., 2005).

### 2.1 Osobnostní determinanty životní spokojenosti

Výrazný vliv osobnostních charakteristik na osobní pohodu vychází na jedné straně z faktu dlouhodobé stability životní spokojenosti, na druhé straně z předpokladu, že vrozená emoционаlita primárně ovlivňuje prožitky spokojenosti i hodnocení vlastního života. Na základě řady studií byl identifikován vliv extravertze a neurotismu, jako významných, na sobě nezávislých zdrojů afektivních komponent subjektivní pohody (Blatný & Šolcová, 2016).

Jak uvádí Kravcová (2015) nebo Hřebíčková, Blatný & Jelínek (2010) mnozí autoři na základě svých studií poukazují na skutečnost, že za základní faktory ovlivňující životní spokojenost lze považovat neuroticismus (souvisí s negativním citovým stavem a životní spokojenost snižuje) a extravertzi (souvisí s pozitivním citovým stavem a životní spokojenost zvyšuje). V obou případech se jedná o osobnostní rysy, které mají biologický základ, tzn., jsou z větší části vrozené a jen v omezené míře ovlivnitelné vnějšími podněty.

Neuroticismus je obecně považován za významnější prediktor životní spokojenosti, než extravertze, což naznačuje větší účinek emocionální lability. Kromě toho vliv na životní spokojenost mají rovněž další osobnostní charakteristiky, přičemž je poukazováno, mimo jiné, na schopnost zvládnání zátěže (Kravcová, 2016).

Přestože jsou extravertze a neuroticismus považovány za nejdůležitější faktory ovlivňující životní spokojenost, bezpochyby nejsou jediné. Provedené výzkumy identifikovaly i další důležité činitele a mnohdy i jejich vzájemnou souvislost. Mezi tyto faktory patří např. pozitivní sebehodnocení, dominance, kladné interpersonální vztahy, přiměřená aspirace a systém osobních hodnot a cílů.

Nezbývá než konstatovat, že určitý osobnostní profil jedince je založen na typických podstatných znacích, které se vzájemně doplňují a podmiňují. Nelze však schematizovat ani globalizovat a spojovat životní spokojenost pouze s určitou typologií jedince. Osobnostní charakteristiky je nutné posuzovat komplexně ve vzájemné korelaci a s ohledem na zvláštnosti, které na osobnost daného jedince působí.

## 2.2 Zdraví jako determinant životní spokojenosti

Zdraví patří k nejvýznamnějším faktorům ovlivňujícím životní spokojenost člověka. Studiu obsahu pojmu zdraví se věnovala řada autorů. Křivohlavý (2009) vybrané definice kategorizoval do několika oblastí podle toho, zda je zdraví chápáno jako prostředek k dosažení určitého cíle nebo jako cíl sám o sobě. Zdraví popisuje v několika rozměrech:

- zdraví jako prostředek k uskutečnění určitého cíle,
- dynamický jev se dvěma póly (zdraví a nemoc),
- oceňovaná životní hodnota,
- multidimenzionální konstrukt (oblast fyzická, psychická, sociální a duchovní),
- podmíněnost zdraví individuální, komunitní, ekologická a politická.

Zřejmě nejznámější definici zdraví uvádí Světová zdravotnická organizace WHO: „Zdraví je stav, kdy je člověku naprosto dobře, a to jak fyzicky, tak psychicky i sociálně. Není to jen nepřítomnost nemoci a neduživosti.“ (Křivohlavý, 2009).

Kromě kritérií, kterými lze zdraví člověka objektivně klasifikovat, významnou roli v hodnocení vlastního zdraví hraje subjektivní vnímání konkrétním jedincem. Subjektivní vnímání je ovlivňováno řadou faktorů úzce souvisejících především s psychikou člověka a s jeho celkovým pozitivním, resp. negativním přístupem. Subjektivní vnímání zdraví tak může být z pohledu různých osob zcela odlišné a nemusí bezpodmínečně korespondovat s objektivně zjištěnou realitou. Pokud se člověk cítí zdravý, je obvykle spokojenější, vyrovnanější a šťastnější a naopak; pokud se člověk cítí spokojený a šťastný, většinou se cítí zdravější. V okamžiku, kdy na člověka působí faktory způsobující zvýšenou zátěž organismu, bývá člověk nespokojen, což může ovlivnit i jeho vnímání zdraví.

## 2.3 Sociodemografické determinanty životní spokojenosti

Mezi základní sociodemografické faktory životní spokojenosti patří pohlaví, věk, vzdělání, práce a volný čas, bydlení a finanční situace. Jak rovněž vyplývá z řady výzkumů, osobní pohoda, resp. životní spokojenost, výrazně ovlivňují sociální kontakty, a to jak z hlediska kvantity, tak i kvality (Blatný et al., 2005).

### 2.3.1 Vlastní osoba

Věk a pohlaví jsou pevně dané a s konkrétním jedincem spjaté kategorie. Přestože člověka v řadě směrů ovlivňují, jejich přímá souvislost s životní spokojeností je diskutabilní a v dosavadních studiích nebyla jednoznačně potvrzena ani vyvrácena. Např. některé empirické studie ukazují na převahu negativních důsledků stárnutí nad pozitivními, jiné naznačují naopak silný pozitivní vztah mezi věkem a životní spokojeností; starší lidé jsou podle nich spokojenější než mladší. Jiní autoři míní, že dosavadní výzkumy neprokázaly jasnou souvislost mezi spokojeností a věkem (Hamplová, 2004).

Kravcová (2015) ve své studii uvádí závěry výzkumů vztahu životní spokojenosti a věku, přičemž za významnější než věk samotný jsou považovány především osobnostní charakteristiky jedince, které se s věkem mění.

Obdobně lze přistoupit k hodnocení vlivu pohlaví na životní spokojenost. Ženy mohou být na jednu stranu emočně labilnější a může se u nich projevat vyšší míra neuroticismu, což může životní spokojenost snižovat. Na druhou stranu mohou mít ženy rozvinutější sociální vztahy, což může naopak životní spokojenost zvyšovat.

### 2.3.2 Vzdělání, práce, finanční situace

Specifickým činitelem ovlivňujícím přímo i nepřímo životní spokojenost, je vzdělání. Vzdělání, jak uvádí řada autorů, často působí i na další proměnné životní spokojenosti, a to na práci, finanční situaci, popř. na způsob trávení volného času. Vzdělanější lidé mívají vyšší příjmy, vyšší životní standard, vyšší prestiž v zaměstnání, nižší předpoklad, že ztratí práci a vyšší pravděpodobnost, že při případné ztrátě zaměstnání najdou práci novou. Vliv vzdělání se může projevat například také tím, že vzdělání zvyšuje efektivitu člověka, kontrolu nad vlastním životem i vědomí této kontroly (Hamplová, 2004).

Šolcová a Kebza zjistili, že univerzitní vzdělání zvyšuje u české populace pocit osobní pohody téměř 1,5 x. Pokud chápeme vzdělání jako naučenou efektivnost, pak lze předpokládat,

že vzdělanější lidé jsou lépe vybaveni k zvládnání problémů každodenního života, což může vést k vyšší osobní pohodě (Šolcová & Kebza, 2005 in Hřebíčková, Blatný & Jelínek, 2010).

Další rovinou životní spokojenosti je zaměstnání, především ve smyslu uspokojení z práce, kterou člověk vykonává a významu, který subjektivně práci přisuzuje. Oprávněně se předpokládá, že pracovníci spokojení se zaměstnáním přistupují ke své práci odpovědněji, pracují lépe a efektivněji (Mysíková & Večerník, 2016). Naopak negativní vliv na životní spokojenost má nezaměstnanost (Hamplová, 2004).

Studium korelace spokojenosti v zaměstnání a životní spokojenosti byla předmětem již řady studií. Pozitivní korelace odpovídá tradičnímu vysvětlení, podle něhož se zkušenosti z pracoviště přenášejí do celkového života a naopak. Na druhou stranu kompenzační model poukazuje na skutečnost, že lidé nespokojení v práci nacházejí uspokojení mimo ni, zatímco lidé nespokojení se životem se uchylují k práci. Konečně segmentační model se projevuje nulovou nebo velmi slabou korelací (Mysíková & Večerník, 2016).

Druhým pólem k práci, jehož vliv může zvyšovat či snižovat celkovou životní spokojenost člověka, je volný čas. Nejde přitom jen o způsob a kvalitu trávení volného času, ale rovněž o množství, které má jedinec k dispozici. Člověk, který má subjektivně vnímaný dostatek volného času a prostoru k uskutečňování svých přání a představ, je méně stresovaný, zdravější a spokojenější.

### 2.3.3 Sociální vztahy

Sociální vztahy, resp. sociální interakce jsou v sociologickém slovníku definovány jako procesy, které spočívají v působení jednoho jednajícího (nebo jedné skupiny jedajících) na jiného jedajícího (na jinou skupinu jedajících). Sociální interakce je součástí společenského života každého jedince, přičemž v návaznosti na konkrétní situaci se liší obsah, intenzita, délka trvání či záměrnost této interakce, může jít o působení přímé nebo nepřímé, anonymní či osobní. Vnímání pocitu štěstí, jako jednoho z aspektů životní spokojenosti, je patrné především u mezilidských interakcí, které pro člověka mají osobní charakter. Silně osobní charakter se přisuzuje interakcím v malých skupinách, které jsou založeny na osobních znalostech členů a které závisejí v široké míře na jejich osobních charakteristikách (Sociologický slovník, 2017). Mezi tyto vztahy patří především vztahy v rodině (manželství, partnerství, vztah k dětem), k příbuzným a vztahy k přátelům.

Rodinný stav je determinant, který významně ovlivňuje zdraví člověka (psychické i fyzické zdraví), jeho spokojenost, délku a kvalitu života a celkově životní pohodu. Existuje množství psychologických, sociologických i lékařských studií, které systematicky zkoumají, jak rodinný stav souvisí s kvalitou a délkou života, psychologickým i fyzickým zdravím a spokojeností se životem. Ženatí muži a vdané ženy:

- dožívají se vyššího věku a mají nižší pravděpodobnost úmrtí,
- trpí méně často psychickými poruchami,
- jsou zdravější,
- jsou šťastnější a spokojenější (Hamplová, 2004).

Pozitivní vliv manželství (a partnerství) na pocit osobní pohody lze spatřovat především v proměnných, kterými jsou lepší zdravotní stav, lepší finanční situace, emocionální zázemí (vzájemná společnost, podpora, pomoc, povzbuzení).

Obdobně kladně pocit spokojenosti ovlivňují pozitivní přátelské vztahy. Psychologická šetření ukazují, že vyšší míru životní spokojenosti lze pozorovat u osob, které mají dobré vztahy s okolím a sociální oporu přátel a rodiny. Naopak negativní vliv na životní spokojenost mají neuspokojivé vzájemné vztahy včetně vztahů pracovních.

Jak ovšem uvádí Křivohlavý (2013), sociální vztahy jsou velice důležité pro pocity štěstí, avšak nejsou jedinými faktory, které tyto pocity určují.

#### **2.3.4 Bydlení**

Bydlení patří k základním potřebám člověka. V kontextu současné společnosti již nelze bydlení chápat pouze jako prostor, který poskytuje člověku přístřeší, bezpečí, soukromí a ochraňuje jeho majetek. Spokojenost s bydlením neodráží pouze objektivní kritéria, jako např. velikost, stav či standard bydlení, výdaje spojené s bydlením či dosažitelnost dopravních prostředků. Bydlení má významně komplexnější charakter; plní společenskou funkci, ovlivňuje psychické i fyzické zdraví člověka a je odrazem dosažené ekonomické úrovně a sociálního postavení jeho obyvatel. Dle řady autorů jednotlivé charakteristiky bydlení mají vliv na celkový socioekonomický status člověka, ve kterém se promítá jeho vzdělání, povolání, prestiž či příjem. Všechny uvedené aspekty mají vliv na subjektivně vnímanou spokojenost člověka s bydlením, jako významné oblasti životní spokojenosti.

Bydlení je nutným předpokladem pro kvalitní život a zapojení jedince do společnosti. Bydlení je zároveň prostředím, ve kterém lidé tráví podstatnou část svého života, a kvalita tohoto

prostředí proto ovlivňuje psychické i fyzické zdraví. Vedle „objektivních“ indikátorů je proto vhodné sledovat také subjektivní spokojenost obyvatel s jejich bydlením, která je významnou součástí kvality života. Svým komplexním charakterem je bydlení úzce provázáno s dalšími dimenzemi kvality života, jako např. zdraví apod. (Matoušek et al, 2018).

Kázmér & Boumová (2016) ve své studii uvádí, že spokojenost s bydlením lze charakterizovat jako stav, kdy jsou naplněna osobní očekávání respondenta v oblasti bydlení. Spokojenější s bydlením jsou osoby s vyššími příjmy a osoby v zaměstnaneckém poměru, což ovšem dávají do vztahu ke vzdělání. Nižší příjem domácnosti může limitovat výběr bydlení a vést tak k nižší spokojenosti, naopak domácnosti s vyššími příjmy mohou výběr bydlení více přizpůsobit svým preferencím, přičemž jde o korelaci vzdělání a výše příjmů. Lidé s vyšším vzděláním mají zpravidla lepší uplatnění na pracovním trhu, než je tomu u osob s relativně nižší odbornou kvalifikací. To se následně odráží v možnostech zajištění vhodujícího bydlení.

### 3 SPECIFIKA PROFESE UČITELE

Učitel je jeden ze základních aktérů výchovně vzdělávacího procesu. Je to profesionálně kvalifikovaný pedagogický pracovník, spoluzodpovědný za přípravu, řízení, organizaci a výsledky tohoto procesu (Průcha a kol., 2003). Učitel v rámci výkonu své profese nejen předává vlastní znalosti a dovednosti žákům a studentům, ale rovněž je má za úkol motivovat, formovat jejich kompetence, postoje a morální hodnoty a zabezpečit optimální průběh vzdělávacího procesu. Kvalitní učitel by měl disponovat nejen dostatečnými teoretickými znalostmi a praktickými dovednostmi, ale měl by také mít takt, odpovídající morální profil, schopnost empatie, porozumění či schopnost umění naslouchat. Kromě toho by měl mít dovednosti organizační, prezentační a diagnostické, měl by být schopen profesního sebezvoje, sebereflexe a sebehodnocení.

Práce a spokojenost v zaměstnání je nezanedbatelným faktorem ovlivňujícím osobní pohodu, a to především prostřednictvím uspokojení z vlastní seberealizace, potřeb sociálních kontaktů, budování identity a naplnění životního smyslu (Tait, Padgett, & Baldwin, 1989, Blatný et al., 2010 in Slezáčková & Škrabská, 2013). Kromě toho pracovní spokojenost souvisí s faktory, jako je její adekvátnost (práce je v souladu s osobností a zájmy jedince), podmínky (jasné cíle, zpětná vazba, platové ohodnocení apod.), postoj k práci (např. motivace, kariéra) a ke svým pracovním výsledkům (Slezáčková & Škrabská, 2013). Profese učitele může v tomto smyslu na vnímání životní spokojenosti působit zcela specificky, jelikož požadavky na její výkon jsou v souladu s řadou zmíněných kritérií spokojenosti.

Pracovní spokojenost učitelů se odráží na vztahu k žákům i na kvalitě odvedené práce. Lze ji chápat jako „subjektivní projekci pracovních podmínek učitelské profese i širšího kontextu jejich souvislostí do prožívání, zprostředkovanou kognitivním hodnocením vzhledem k očekáváním, vycházejícím z učitelských potřeb, zájmů, aspirací postojů a hodnot“ (Paulík, 1999 in Slezáčková & Škrabská, 2013).

Výzkumy pracovní spokojenosti učitelů poukazují na pozitivní vliv psychické odolnosti, sebedůvěry a optimismu, přičemž přímou souvislost s profesí lze spatřovat především v možnosti svobodné volby vyučovacích metod, míře pocíťované odpovědnosti a nadšení pro pedagogickou práci. Ukazuje se, že motivovanější pro povolání jsou učitelé, kteří jsou spokojenější se svým životem (Slezáčková & Škrabská, 2013).

### 3.1 Kvalifikace učitele

Základní předpoklady pro výkon činnosti pedagogického pracovníka a požadavky na jeho kvalifikaci jsou definovány Zákonem o pedagogických pracovnících č. 563/2004 Sb.:

- způsobilost k právním úkonům,
- odborná kvalifikace,
- bezúhonnost,
- zdravotní způsobilost,
- znalost českého jazyka.

Učitel střední školy musí dosáhnout magisterský stupně vzdělání, a to studiem odpovídajícího studijního programu nebo musí získat magisterské vzdělání v rámci oboru, který bude vyučovat a současně musí absolvovat doplňující studium v oblasti pedagogických věd (toto studium může absolvovat i v rámci celoživotního vzdělávání). Všichni aktivně působící pedagogičtí pracovníci mají povinnost průběžně si obnovovat, udržovat a doplňovat kvalifikaci, popř. si kvalifikaci dalším studiem zvýšit nebo rozšířit (zákon 563/2004 Sb.).

Vzdělání učitele ovšem tvoří nejen odborný obsah. V rámci studia je jedinec připravován na úspěšné zvládnutí specifických situací souvisejících s povoláním učitele, je komplexně formována jeho osobnost a pracovní charakteristiky, jsou rozvíjeny jeho kompetence a obecné dovednosti. Mezi nejdůležitější měkké kompetence patří např. umění komunikace, samostatnost, schopnost řešení problémů, aktivní přístup. K základním obecným dovednostem patří počítačová, numerická a jazyková způsobilost. Uvedené požadavky vychází ze specifikace typové pozice v databázi povolání (Národní soustava povolání spravovaná MPSV). Nejen uvedené, ale i další dovednosti mohou mít pozitivní vliv na životní spokojenost daného jedince. Nejen všechny uvedené, ale i mnohé další, dobře zvládnuté dovednosti učitele jsou, bezpochyby, základem pro úspěšný výkon jeho profese i pro běžný život. Pozitivně se tato skutečnost může projevit např. v menší míře stresu, v lepších interpersonálních vztazích založených na odpovídající komunikaci, pozitivním sebehodnocení, schopnosti řešit problémové situace atd., což všechno lze považovat za významné prediktory životní spokojenosti. Kromě toho, jak již bylo uvedeno, dosažené vzdělání obecně může mít vliv na životní spokojenost. Jestliže lidé s vyšším vzděláním mohou pociťovat vyšší osobní spokojenost, pak kvalifikace požadovaná od učitelů může být faktorem, který přímo souvisí s profesí učitele a současně působí na životní spokojenost.



### 3.2 Zátěž v profesi učitele

Povolání učitele patří mezi pomáhající profese, tj. takové, jejichž úkolem je poskytovat odbornou pomoc a podporu druhým lidem. Běžným znakem pomáhajících profesí je navázání vztahu mezi pomáhajícím a tím, komu je pomáháno. Učitel v rámci výchovně vzdělávacího procesu pomáhá svým žákům zvládat emoční a věkové úkoly a krize, což s sebou přináší osobní angažovanost a emoční zainteresovanost. Kromě toho průběžně hodnotí svou práci a sebe v roli učitele a současně je sledován a hodnocen okolím. Přírozeným důsledkem je zvýšená psychická zátěž, tzn. situace, která se odlišuje od běžné normy a na učitele klade zvýšené nároky. Zátěž může učitele stimulovat a mobilizovat, nebo naopak nepřiměřená a nevladatelná míra zátěže může být původcem nežádoucích jevů a stavů, přičemž v obou případech může vyvolat stres. Pokud je stres spojen s pozitivním vnímáním stavu, jedná se o tzv. eustres, pokud stres vzniká v souvislosti s negativními událostmi a prožitky, jde o tzv. distres. Většinou je však pojem stres chápán právě v jeho negativním smyslu (Mareš, 2013).

Zátěžové situace učitelů jsou poněkud odlišné od zátěže v jiných povoláních, tzn., přímo souvisí s výkonem učitelské profese. Studiu stresu učitelů se věnovalo již množství výzkumů. Jeho hlavními zdroji jsou podle empirických výzkumů: žáci se špatnými postoji k práci a žáci vyrušující, rychlé změny vzdělávacích projektů a organizace školy, špatné pracovní podmínky, včetně osobních vyhlídek na zlepšení postavení v práci, časový tlak, konflikty s kolegy a pocit, že společnost nedoceňuje práci učitele (Průcha et al., 2003).

Výsledky výzkumů ukazují i na další stresory v učitelské profesi, jako je např. neuspokojení potřeby seberealizace, nedostatečné společenské ohodnocení učitelské profese, neodpovídající plat, nedostatek času pro odpočinek, vysoký počet žáků ve třídě nebo nedostatečná spolupráce ze strany rodičů. Významným neurotizujícím činitelem je emocionální únava, plynoucí např. z konfliktu rolí (přítel x dozorce), z vnitřního rozporu racionální a emocionální složky hodnotících postojů atd. (Urbancová, 2011).

Fontana (2010) uvádí, mezi jinými, jako příčiny stresu učitelů mnohostranné nároky, z nichž mnohé jsou vzájemně konfliktní a někdy až nesplnitelné, permanentní požadavek na udržení kázně, potenciální možnost mnohostranné kritiky (žáci, vedení školy, rodiče, inspekce, média, politika), častá práce i doma, nedostatečné možnosti dalšího vzdělávání, úspěchy a selhání žáků a snad jako nejvýznamnější vlastní smysl pro profesionální úroveň a frustrace pocitu, že ji nedosahují. Ke stresu přispívá i relativní osamělost profese, kdy učitel zůstává ve vyučovacích hodinách se svými problémy sám a chybí mu podpora a povzbuzení od lidí,

kterí vykonávají stejné úkoly a vzájemně se chápou. Jako stresor může působit i vysoká míra zodpovědnosti a tlak na bezchybný profesionální výkon povolání.

V každém případě intenzita vnímání stresoru je zcela individuální. To, co jednomu člověku způsobuje stres, jiný může vnímat zcela neutrálně a dalšího může dokonce povzbudit k další činnosti.

### 3.2.1 Syndrom vyhoření

V důsledku nezvládnuté zátěže, dlouhodobého stresu nebo nesouladu mezi očekáváním a realitou, vzniká syndrom vyhoření, přičemž nejvyšší míra vlivu na vznik syndromu vyhoření je přisuzována stresu z vykonávané práce. Profesionální stresory, zejména chronický pracovní stres, přílišná emocionální zngažovanost a nenaplněná očekávání, jsou považovány za hlavní příčiny syndromu vyhoření (Urbancová, 2011).

Vyhoření je psychologický stav emočního vyčerpání, citového stažení (tzv. depersonalizace) a ztráty důvěry v osobní výkonnost, který se může projevit u osob, jejichž profesí je práce s lidmi (Maslachová & Jackson, 1981 in Mareš, 2013).

Syndrom vyhoření je stav, který se projevuje ztrátou profesionálního zájmu, činorodosti, prvotního nadšení a motivace, pocity zklamání, hořkosti a sníženým osobním výkonem při práci s lidmi (Urbancová 2011).

Syndrom vyhoření je nutné považovat za závažný zdravotní problém, který je uveden i v klasifikaci nemocí jako diagnóza Z73.0 Vyhasnutí (vyhoření).

Spouštěcími mechanismy syndromu vyhoření učitele mohou být:

- přetíženost,
- přehnaná zainteresovanost,
- emocionální vyčerpání,
- nepříznivá atmosféra a vztahy ve škole, resp. třídě,
- nepříznivé pracovní podmínky,
- nedostatečné ohodnocení práce (nejen finanční).

Dále může jít o situace, kdy se učitel dlouhodobě nedostává uznání, podpora, nenachází příznivou odezvu na svou snahu o změny a inovace, nedochází k naplnění jeho aspirací, musí čelit řadě neočekávaných úkolů, musí neodkladně provádět zásadní rozhodnutí, popř. zainteresovanost na problémech a úspěších žáků již přesáhly míru jeho psychických možností a emoční zainteresovanosti (Mareš, 2013).

Vyhoření probíhá postupně v několika fázích a projevuje se v oblasti fyzické (bolesti, neopodstatněná únava, žaludeční potíže, zvýšená nemocnost atd.), psychické i sociální. Za klíčové je považováno emoční a kognitivní vyčerpání a opotřebení, odosobnění (depersonalizace) a celková únava (Urbancová, 2011).

V posledním stadiu vyhoření dochází k totálnímu fyzickému i psychickému vyčerpání, objevují se myšlenky na sebevraždu a člověk potřebuje bezodkladnou lékařskou pomoc.

Syndrom vyhoření lze považovat za vážné narušení nejen zdraví, ale celé osobnosti člověka. Jeho negativní vliv na emocionální prožívání a subjektivní vnímání se projevuje snížením spokojeností až nespokojeností se sebou i s okolním. Nepříznivé působení syndromu vyhoření může být v konečném důsledku „podpořeno“ zvýšenou mírou lability. Vzhledem k relativně vysoké pravděpodobnosti, že u učitele v přímé souvislosti s výkonem povolání syndrom vyhoření nastane, jedná se o významný aspekt této profese.

### 3.2.2 Zvládání zátěže

Schopnost čelit zátěži a stresorům předpokládá, mimo jiné, povědomí o stresu a znalost postupů, jak efektivně čelit stresorům. Úmyslné adaptování se na stresor je označováno jako zvládání zátěže. Zvládání zahrnuje vědomé reagování na stresor nebo konzistentní způsob vyrovnávání se s působícími stresory. Stresory mohou být závažné negativní události a traumata i každodenní drobné nepříjemnosti (Říčan, 2013). Zvládání jako takové je neutrální kategorie, zahrnuje nejen úspěšné, ale i nevalidní a neefektivní způsoby řešení.

Základní strategie zvládání zátěže jsou:

- zvládání zaměřené na problém nebo na emoce,
- řešení problému, vyhýbání se problému nebo únik od problému,
- aktivní působení na stresor, přizpůsobení se stresoru.

Schopnost zvládání zátěže a způsob, jakým učitel danou situaci řeší, jsou úzce spojeny s jeho osobností a charakteristikami, jako např. extraverte-introverze, neuroticismus, afektivita, kladné sebehodnocení, psychická variabilita, intelektové schopnosti, konstruktivní myšlení, optimismus a pesimismus. Na druhou stranu míra (ne)úspěšného zvládnutí zátěže významně působí na jeho psychiku, tzn. i na jeho subjektivní vnímání životní spokojenosti.

Fontana (2010) uvádí pro učitele několik rad přispívajících ke zvládání stresu plynoucího z výkonu povolání:

1. Uvědomit si, zda člověk nespadá do některé ze stresem ohrožených kategorií. Pokud ano, pak je potřeba zaujmout vhodnější postoj a stát se realističtějším ve svých očekáváníích a odhadech vůči sobě i okolí.
2. Poznat své reakce, tzn. vědět, proč určité situace vyvolávají napětí. K tomu, aby toho byl učitel schopen, je nutné znát vlastní cenu, mít adekvátní představu o tom, co znamená profesionální hrdost a mít realistický obraz nejen svého vlastního ideálního já, ale také dobrého učitele.
3. Více zkoumat druhé lidi a méně ukvapeně je hodnotit. Mezi jiným je nutné, aby si učitele uvědomil, že ve většině případů problémová situace nevzniká s cílem „útoků“ jeho osoba, ale že vychází ze zcela jiných příčin (např. nuda žáků).
4. Uchovat si zaměření na problém, což znamená problém definovat a vymezit, zvážit alternativní způsoby řešení a nejvhodnější uplatit.

V každém případě je nutné o stresu vědět, stres řešit a v případě potřeby požádat o radu či pomoc i druhé. Podle povahy problému může učitel získat podporu především od kolegů nebo od ředitele školy.

Úspěšné zvládnání stresu přináší nejen východisko z dané situace, ale všeobecně zlepšuje život jedince, podporuje pozitivní vnímání sebe sama s své hodnoty a v neposlední řadě se tam podílí na zvyšování životní spokojenosti.

## 4 OSOBNOST UČITELE A ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST

Jednotlivé vědy popisují osobnost odlišně. Z filozofického hlediska jde obvykle o abstraktní pojem („osoba“, „maska“). V sociologii je osobnost dávana do souvislosti s pojmem osoba a její status, role, pozice, hodnoty, zvyky, postoje atd. a je chápána jako článek sociálního systému, popř. je spojována s pojmem „já“ a sebepojetím. Termínem osobnost lze také označit významného a uznávaného člověka. V neposlední řadě je pojem osobnost předmětem zkoumání psychologie osobnosti. Osobnost v psychologii představuje hypotetický konstrukt, který charakterizuje a objasňuje psychický život člověka, jeho vnitřní organizaci a konzistenci tvořící jednotu dílčích funkcí a dispozic. Ani v tomto oboru však k pojmu osobnost neexistuje jednotný přístup.

Říčan (2010) v souladu se Smékalem (2004) vystihuje osobnost jako individualizovaný systém psychických procesů, stavů a vlastností, které vznikají jednak socializací (působením výchovy a prostředí), jednak přetvářením vrozených vnitřních podmínek bytí člověka a determinují činnosti, sociální styky a duchovní vztahy daného jedince. Jiná definice např. vymezuje osobnost jako příznačné a charakteristické vzorce myšlení, emocí a chování, které tvoří individuální styl interakce s fyzickým a sociálním prostředím (Nolen-Hoeksema, et al., 2012)

I přes svou případnou rozdílnost všechny definice nahlízejí na podstatu osobnosti obdobně, a to jako na rozsáhlý, složitý, strukturovaný a komplexní celek relativně stálých tělesných i duševních znaků a funkcí, díky kterým daný jedinec reaguje na určitý podnět typickým způsobem odlišným od reakce jiného jedince.

Mnoha autory je právě osobnost člověka a její jedinečnost považována za významný prediktor životní spokojenosti. Podstatný vliv osobnostních charakteristik na životní spokojenost je platný obecně pro všechny skupiny osob, tzn. i pro učitele, a to i v kontextu specifík jejich osobnosti. Vzhledem ke složitosti a rozmanitosti osobnosti však lze předpokládat, že její jednotlivé komponenty s největší pravděpodobností nepůsobí na životní spokojenost stejně intenzivně. Danou problematikou se rovněž zabývala řada výzkumů. V rámci svých studií se výzkumníci snažili identifikovat složky osobnosti, které na životní spokojenost působí nejvýznamněji.

Osobnost učitele lze charakterizovat v rámci několika základních, vzájemně se překrývajících a doplňujících, oblastí:

- motivace k učitelskému povolání,
- charakterově-volní vlastnosti,
- seberegulační vlastnosti,
- dynamické vlastnosti, temperament,
- výkonové vlastnosti, speciální schopnosti a dovednosti učitele,
- vlastnosti psychických procesů a stavů učitele, (Holeček, 2014).

#### 4.1 Motivace k učitelskému povolání

Obecně motivaci chápeme jako souhrn hybných momentů v osobnosti a v činnosti: souhrn toho, co člověka pobízí, aby něco dělal, nebo mu v tom zabraňuje (Čáp & Mareš, 2007).

Mezi typické motivy, které směřují jedince k výkonu profese učitele, patří:

- zaměření na obor, resp. předmět, který vyučuje,
- potřeba poznávat nové a se získanými poznatky seznamovat jiné,
- potřeba pomáhat a pečovat o druhé (zvládnout učivo, rozvíjet osobnost atd.),
- potřeba seberealizace, sebeprosazení, moci a sebeúcty
- potřeba společenských styků.

Všechny uvedené motivy souvisí s dlouhodobými cíli, jejichž úspěšné naplnění se projevuje v sebehodnocení učitele, v sociální interakci, v naplňování jeho potřeby seberealizace a sebeuspokojení, což pozitivně ovlivňuje pocit životní spokojenosti.

#### 4.2 Volní vlastnosti a charakter

Volní vlastnosti jsou ovládány vůlí člověka a směřují ho k dosažení cíle. Významným znakem vůle je rozhodování a jednání vedoucí k cíli včetně překonávání případných překážek. Charakter představuje subsystém osobnosti zahrnující vlastnosti vycházející z morálního přesvědčení a projevující se navenek v etické stránce chování a jednání člověka. Učitel je člověk, který se kromě vzdělávání podílí také na výchově druhých, mnohdy v jejich životě zaujímá důležité místo, stává se vzorem. Jak ukazuje praxe, žáci i společnost obecně na učiteli oceňují velmi pozitivně jeho kladné vlastnosti charakteru a vůle. Mezi kladně hodnocené vlastnosti učitele patří např. cílevědomost, zásadovost, vytrvalost, spolehlivost, sebeovládání, svědomitost, trpělivost, rozhodnost, důslednost, houževnatost.

Jak již bylo uvedeno výše, charakter má přímou souvislost s životní spokojeností a osobní pohodou. Silné stránky napomáhají efektivnímu zvládnání stresu, řešení náročných životních událostí i interakci v mezilidských vztazích a dosahování vytyčených cílů. Jsou pevně zakotveny v morálním aspektu existence a jejich adekvátní využívání přispívá k vyšší životní spokojenosti. Za silné stránky charakteru jsou považovány moudrost a poznání, odvaha, lidskost, spravedlnost, umírněnost a konečně transcendence zahrnující stránky, které vnášejí do života smysl (Peterson & Seligman, 2004 in Slezáčková & Škrabská, 2013).

Zcela zřejmě je tedy patrná přímá souvislost a pozitivní korelace mezi požadavky, které jsou kladeny na charakter učitele a životní spokojeností.

### 4.3 Seberegulační vlastnosti

Jedná se o vlastnosti, kterými učitel (na základě poznání sama sebe) řídí a kontroluje své chování a prožívání (Holeček, 2014). Mezi tyto vlastnosti patří např. sebepoznávání, sebehodnocení, sebekritika, sebepojetí, sebereflexe, sebevědomí a další. Adekvátní vnímání sebe sama je významným prvkem, který ovlivňuje osobnost jedince - duševní rovnováhu, vztahy s ostatními, možné úspěchy či schopnost vyrovnat se s případnými neúspěchy. Odpovídající vnímání sebe sama je současně pro učitele významné ve vztahu k jeho práci. Učitel by měl umět kriticky posoudit nejen své chování, postoje, možnosti a schopnosti, ale také své působení na žáky včetně hledání prostředků vedoucích k optimalizaci vlastního vyučovacího procesu. Sebehodnocení učitele by tak mělo být součástí vlastní evaluace školy sloužící k zefektivnění vlastního výchovně-vzdělávacího procesu. Současně jde o významný předpoklad budování učitelovy autority důležité pro úspěšný výkon profese.

Harper (1970, in Zemanová & Dolejš, 2015) sebehodnocení (self-esteem) řadí mezi základní potřeby všech lidských bytostí. Aby se jednotlivec mohl pohybovat směrem k uspokojení potřeby realizace potenciálu k učení a růstu, musí si vážit sám sebe.

Sebehodnocení má rovněž vliv na chování, cíle a strategie, které podporují úspěchy v práci a ve vztazích a redukuje rizika ohrožující mentální a psychické zdraví (Zemanová & Dolejš, 2015).

Skutečnost, že sebehodnocení je významnou součástí praxe učitele a současně pozitivní sebehodnocení je pokládáno za důležitý aspekt životní spokojenosti, ukazuje na reálný vztah mezi profesí učitele, jeho osobností a životní spokojeností. Toto spojení ovšem může subjektivní vnímání životní spokojenosti jedincem ovlivnit nejen v pozitivním smyslu, ale také

v negativním, např. v okamžiku, kdy učitel sám identifikuje vlastní nedostatky. Sebehodnocení ovšem není statická veličina, ale v průběhu života se vyvíjí a mění v souvislosti s vývojem osobnosti učitele i v kontextu konkrétních situací.

Dobré sebehodnocení učitele by mělo být přiměřené a reálné. Pokud se jedinec při sebehodnocení podceňuje nebo přeceňuje, může to mít negativní vliv na jeho životní spokojenost. Nadhodnocené sebehodnocení může, např. v případě selhání učitele v konkrétních pedagogických situacích, působit jako stresor, vést k depresi a v konečném výsledku k nižší spokojenosti.

V neposlední řadě je sebehodnocení učitele nutné vnímat ve smyslu formativním jako východisko pro proces zlepšování a rozvoj prostřednictvím adekvátně stanovených cílů. Přirozeně se zde opět nabízí vzájemný vztah, v tomto případě mezi sebehodnocením, cíli a životní spokojeností, jelikož vhodně vymezené cíle, jak vyplývá z výzkumů, rovněž patří k rozhodujícím faktorům působícím na životní spokojenost.

#### 4.4 Temperament

Temperament je soustava psychických vlastností, které jsou převážně vrozené, relativně stálé a navenek se projevují typickým způsobem jednání, chování a prožívání. Temperament je určován dynamikou osobnosti (citová a volní vzrušivost, reaktivita a aktivita). Typologií temperamentu existuje řada. Východiskem jsou obvykle vlastnosti, které podmiňují, do jaké míry člověk je či není společenský, přizpůsobivý, rozhodný, průbojný, trpělivý, rozvážný, citlivý, optimistický atd., každopádně žádný typ temperamentu nelze hodnotit jako vyloženě kladný nebo záporný nebo lepší či horší než jiný.

Mezi nejznámější typologie patří klasická typologie Hippokratova, která rozlišuje temperamentové typy sangvinik, choleric, melancholik a flegmatik nebo typologie G. Junga, která dělí lidi na extroverty a introverty. Vztah temperamentu k profesi učitele lze ukázat např. na Hippokratově typologii. Učitel „flegmatik“ může být trpělivý, rozvážný, spravedlivý, vytrvalý, na druhou stranu také nerozhodný, pasivní a může např. lpět na „osvědčených“ metodách výuky. Jedná se však pouze o teoretická východiska, ve skutečnosti lze u člověka identifikovat spíše jen převládající typ temperamentu.

Jiný pohled zaujímá konstituční typologie temperamentu, která staví na předpokladu vztahu mezi některými osobnostními charakteristikami a určitou morfologií těla člověka. K nejznámějším patří Kretchmerova a Sheldonova konstituční typologie. Ernst Kretschmer (1888 –



1964) vztahoval určité psychické poruchy lidí k podobné tělesné konstituci. Na základě tohoto předpokladu vymezil tři typy osobnosti, pyknik, astenik a atletik. Obdobně William H. Sheldon (1898 –1977) definoval tři typy osobnosti, který však rozdílnou tělesnou konstituci i osobnostní vlastnosti přisuzoval vlivu vnitřní (ekto-), vnější (endo-) a střední (mezo-) části buňky, přičemž oba přístupy se překrývají.

Neopomenutelné je Jungovo pojetí typologie osobnosti, který na základě kombinace dvou skupin kritérií definuje 8 globálních typů osobnosti. Carl Gustav Jung (1875 – 1961) vymezil introverzi a extroverzi jako dvě formy zaměřenosti duševní energie podle toho, zda je jedinec převážně zaměřen na intrapsychický svět nebo naopak ven. K tomu rozlišuje typy osobnosti podle psychických funkcí: myšlení, cítění, čítí a intuice, jako čtyři základní funkce Já. Jungovo pojetí je dodnes používané.

Novější typologie staví na faktorové analýze a vychází z předpokladu, že existují dominantní rysy určující chování a prožívání jedince. Zřejmě nejznámější je pojetí Eysenckovo. H. J. Eysenck vymezil tři základní faktory, které určují variabilitu lidské psychiky: psychoticismus (spíše patologická rovina), extraverte a neuroticismus. Extraverte a neuroticismus jsou rysy bipolární, tzn., že míra obou vlastností se u každého člověka pohybuje na škále extraverte – introverze a neuroticismus (labilita) – stabilita. Eysenckova teorie byla ve 2. polovině 20. století východiskem pro skupinu psychologů, kteří ji pojali za základ své koncepce „Big Five“, přičemž ji rozšířili o další faktory. Vymezili pět základních faktorů determinujících osobnost: otevřenost, svědomitost, extraverte, vstřícnost, neuroticismus.

Temperament lze považovat za jednu z nejvýznamnějších charakteristik ovlivňující životní spokojenost, a to především ve vztahu k jeho složkám neuroticismus a extraverte, které jsou pokládány za nejsilnější identifikované prediktory subjektivní i psychologické pohody. V kontextu korelace temperamentu a profese učitele na životní spokojenost je zcela zřejmě určující především temperament, jako relativně stálá charakteristiku, přičemž profese učitele působí spíše okrajově.

#### **4.5 Výkonové vlastnosti, speciální schopnosti a dovednosti učitele**

Výkonové vlastnosti a schopnosti podmiňují, jak úspěšně člověk dokáže vykonávat konkrétní činnost. Jsou vrozené (např. inteligence) i získané (např. vědomosti získané studiem). Může jít o obecné schopnosti uplatnitelné v mnoha různých oblastech nebo speciální, potřebné pro výkon konkrétní činnosti.

Mezi základní výkonové schopnosti důležité pro učitele, patří:

- inteligence (základní dispozice pro kognitivní procesy, schopnost učení a adaptaci),
- pedagogické a didaktické schopnosti (důležité pro činnosti spjaté s výukou),
- psychodidaktické schopnosti (souvisí se schopnosti učitele při přípravě výuky využívat zákonitosti psychologie učení),
- pedagogický takt (projevuje správným a vnímavým vedením žáků, empatií, rychlým rozhodováním, adekvátním jednáním a pedagogickým optimismem),
- expresivní schopnosti (předpoklad srozumitelného verbálního i neverbálního vyjadřování myšlenek, pocitů a postojů), (Holeček, 2014).

Výkonové vlastnosti a schopnosti, které patří k základním podmínkám výkonu učitelské profese, jsou poměrně vysoké. Tyto požadavky současně korespondují s faktory, které obecně působí na životní spokojenost pozitivně. V tomto směru lze tedy shledat určitý vzájemný vztah profese učitele a životní spokojenosti.

#### 4.6 Psychické procesy a stavy učitele

**Psychické procesy** jsou děje související s psychikou jedince a probíhající v určitém čase. Do této psychologické kategorie je možné zařadit procesy poznávací (vnímání, představivost, tvořivost, myšlení, paměť), citové a volní. Základní psychické procesy důležité pro učitele jsou vnímání, představivost a tvořivost, myšlení a řeč, paměť.

**Vnímání** označuje komplexní psychický proces, kterým jedinec prostřednictvím receptorů a analyzátorů zachycuje a interpretuje skutečnost. Schopnost a objektivnost vnímání u jednotlivých osob závisí nejen např. na jejich zkušenostech, postojích, očekáváních, ale také na obecných zákonitostech procesu vnímání a možných percepčních chybách. U učitele může jít především o zjednodušené a schématické vnímání žáka a celkově chybné posuzování žákovy osoby. Chyby se mohou projevovat také ve vnímání pedagogických situací.

**Představivost a tvořivost** souvisí s tvůrčími činnostmi, které každý učitel v různé míře vykonává. Jedná se o přípravu vzdělávacích obsahů a jejich zpracování, způsob a formu prezentace učiva, volbu metod, pomůcek apod. Tvůrčí přístup se projevuje především v originalitě, výuka je pro žáky obvykle zajímavější a získané poznatky jsou pro ně snadněji zapamatovatelné.

**Myšlení** je považováno za vrcholný proces lidského poznávání. Zakládá se na ostatních kognitivních procesech a také do nich vstupuje. Myšlení umožňuje např. pracovat s pojmy a

vztahy mezi nimi, formulovat hypotézy, vytvářet složité systémy informací a řešit problémy (Čáp Mareš, 2007). S myšlením je těsně spjata **řeč, jako** nástroj myšlení a prostředek komunikace. Myšlení a řeč patří mezi nejvýznamnější kategorie, ovlivňující úspěch v učitelské profesi. Pro učitele by mělo být charakteristické:

- pružné, přesné a samostatné myšlení, pohotové reakce,
- operativní řešení problémů,
- rozsáhlá slovní zásoba,
- řečový projev odpovídající pedagogické situaci a úrovni posluchače,
- spisovné, zřetelné, jasné a dobře artikulované vyjadřování,
- schopnost pracovat s hlasem,
- přiměřená neverbální komunikace.

**Paměť** je vlastnost a soubor procesů, které umožňují osvojení informací, jejich uchování a vybavení (Čáp & Mareš, 2007). Paměť se řadí k nejvýznamnějším vlastnostem člověka a je důležitou podmínkou učení. Paměťové procesy podléhají obecným zákonitostem a zároveň se u jednotlivých osob liší. Podle převládajícího analyzátoru, prostřednictvím kterého dochází k poznávání, je možné identifikovat několik paměťových typů. Pro učitele je tudíž důležitá nejen jeho vlastní, dobře rozvinutá, paměť, ale rovněž znalost těchto specifíků. Učitel by měl ve výuce působit, pokud možno, na všechny smysly žáků. Pro zvýšení účinku zapamatování by měl současně žáky vhodně motivovat, aby podpořil jejich zájem a tím i schopnost zapamatování učiva.

**Psychický stav** představuje aktuální prožívání jedince, liší se podle konkrétní situace a trvá pouze určitou dobu. Psychický stav projevující se soustředěním vnímání a dalších psychických procesů na jeden jev nebo jednu činnost je označován jako **pozornost** (Čáp & Mareš, 2007). Pozornost může být bezděčná nebo záměrná, může být ovlivněna dalšími podmínkami. Pro učitele je důležitá schopnost pozornost přenášet a rozdělit; učitel se musí soustředit na prezentaci učiva a současně i na reakce a chování žáků.

**Citové stavy** jsou výsledkem subjektivního prožívání a současně ovlivňující chování, prožívání i tělesný stav člověka. Citové stavy vznikají pomalu, jsou relativně stálé a méně intenzivní. Mezi citové stavy významné pro učitele patří rozvinuté vyšší emoce (estetické, intelektuální a etické) a převládající optimistická nálada, jako základ pro vytvoření atmosféry porozumění a spolupráce (Holeček, 2014). Důležitá je přitom rovnováha mezi citovou a rozumovou složkou psychiky a schopnost ovládat své citové projevy.

Psychické procesy a stavy učitele jsou významnou kategorií učitelovy osobnosti. Obecně jde o kategorie, u kterých je jednoznačně potvrzený jejich vliv na životní spokojenost. Kromě toho ovlivňují způsob, jak učitel ke svému povolání přistupuje a jakým způsobem ho vykonává. Na druhou stranu právě některé aspekty povolání učitele, jak bylo již uvedeno výše, významně ovlivňují řadu jeho psychických procesů a stavů, což ukazuje na jejich přímou souvislost s profesí učitele a životní spokojeností. Významnou roli zde hrají rovněž již zmiňovaný neuroticismus a extraverte, přičemž tyto mohou v interakci s dalšími individuálními osobnostními charakteristikami a specifiky učitele ve vztahu k životní spokojenost vytvářet takřka synergický efekt nebo mohou působit až kontradiktorně. Jako příklad lze uvést neuroticismus učitele v kontextu se zvýšeným dlouhodobým psychickým i sociálním tlakem daným jeho profesí. Výsledkem pak může být i výrazné snížení pocitu životní spokojenost.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 RÁMEC VÝZKUMU ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI

V rámci teoretické části byly definovány základní pojmy související s životní spokojeností a byla vysvětlena jejich vzájemná korelace. Další kapitoly byly věnovány jednotlivým faktorům, které obecně ovlivňují životní spokojenost každého člověka. S ohledem na téma práce byla zařazena část, ve které byla analyzována specifika týkající se osoby a profese učitele. Na teorii navazuje výzkum realizovaný v rámci praktické části.

### 5.1 Metody a techniky výzkumu

Pro vlastní šetření byl zvolen empirický, kvantitativně zaměřený výzkum. Využita byla technika dotazování, a to především s ohledem na výhody, které dotazníkové šetření nabízí: relativně nízká finanční i časová náročnost, vysoká míra anonymity, oslovení různě velké skupiny osob, možnost opakovaného použití a v neposlední řadě možnost kvantifikovat a statisticky zpracovat získaná data. Při výběru výzkumné techniky byly, samozřejmě, zváženy rovněž potenciální nevýhody: případná nutnost schematizovat, možnost subjektivního zkreslení reality při hodnocení respondenty (člověk se chce prezentovat sociálně přijatelně), případně riziko většího počtu nezodpovězených nebo lživě zodpovězených otázek, popř. malá návratnost.

Jako podklad pro vlastní výzkum byl použit Dotazník životní spokojenosti (DŽS), který byl sestaven a standardizován v Německu (autoři Jochen Fahrenberg, Michael Myrtek, Jörg Schumacher a Elmar Brähler) a upraven pro českou populaci Kateřinou Rodnou a Tomášem Rodným v roce 2011.

DŽS se používá ke zhodnocení individuální životní spokojenosti. Posuzovány jsou minulé a aktuální životní podmínky i budoucí perspektivy. DŽS je zaměřen na deset nejvýznamnějších oblastí života každého člověka, a to zdraví, práce a zaměstnání, finanční situace, volný čas, manželství a partnerství, vztah k vlastním dětem, vlastní osoba, sexualita, přátelé, známí, příbuzní a bydlení, přičemž do celkového hodnocení se nezahrnují práce a zaměstnání, manželství a partnerství a vztah k vlastním dětem, jelikož uvedené položky často nebývají vyplněny. Každá z oblastí je respondenty hodnocena sedmi položkovou škálou, přičemž každé položce je možné přiřadit jeden až sedm bodů. Pro vyhodnocení jsou samostatně v rámci každé oblasti sečteny respondenty přidělené body a je vypočten tzv. hrubý skóre (min. 7 a max. 49 bodů), který je prostřednictvím staninové normy (členěno podle věku a pohlaví)

převeden na tzv. standardní skór. Z takto stanovených parciálních výsledků je vypočten celkový index životní spokojenosti.

Při popisu empirické části je použita symbolika:

DŽS	Dotazník životní spokojenosti
ZDR	Zdraví
PAZ	Práce a zaměstnání
FIN	Finance
VLC	Volný čas
MAN	Manželství
DET	Děti
VLO	Vlastní osoba
SEX	Sexualita
PZP	Přátelé, známí, příbuzní
BYD	Bydlení
SUM	Suma
ST	Staniny
STΣ	Stanin celkového souboru

Vyhodnocení a interpretace dat jsou provedeny nejen popisnými charakteristikami, ale, pro větší názornost, srovnatelnost a přehlednost, jsou využity rovněž tabulky, popř. grafy.

## 5.2 Cíle výzkumu a stanovení hypotéz

Primárním cílem výzkumu je posoudit celkovou míru životní spokojenosti učitelů středních škol v regionu Moravy s využitím DŽS a porovnat je se standardizovanými daty.

Dílním cílem je s ohledem na cílovou skupinu výzkumu:

- Posoudit, zda existuje statisticky významný rozdíl mezi výzkumným souborem a normovanými hodnotami, a pokud ano, zda jde o determinanty přímo související s profesí učitele střední školy.
- Vymezit do jaké míry jednotlivé aspekty životní spokojenosti ovlivňují celkovou životní spokojenost ve vztahu k věku a pohlaví.
- Identifikovat aspekty, které celkovou životní spokojenost ovlivňují nejvýznamněji, a to pozitivně i negativně.

V návaznosti na vymezené cíle a zjištěné teoretické poznatky byly formulovány výzkumné hypotézy H1\_1 až H4\_1 a k nim byly stanoveny nulové hypotézy H1\_0 až H4\_0.

**Výzkumné hypotézy:**

H1\_O: Neexistuje statisticky významný rozdíl mezi životní spokojeností výzkumného souboru učitelů střední školy a normovanými hodnotami.

H1\_1: Existuje statisticky významný rozdíl mezi životní spokojeností výzkumného souboru učitelů střední školy a normovanými hodnotami.

H2\_O: Životní spokojenost učitelů střední školy pohlaví statisticky významně neovlivňuje.

H2\_1: Životní spokojenost učitelů střední školy pohlaví statisticky významně ovlivňuje.

H3\_O: Životní spokojenost učitelů střední školy věk statisticky významně neovlivňuje.

H3\_1: Životní spokojenost učitelů střední školy věk statisticky významně ovlivňuje.

H4\_O: Nemá pozitivní vzájemný vztah mezi zvyšující se životní spokojeností učitelů středních škol v oblasti práce a zaměstnání a jejich celkovou životní spokojeností.

H4\_1: Je pozitivní vzájemný vztah mezi zvyšující se životní spokojeností učitelů středních škol v oblasti práce a zaměstnání a jejich celkovou životní spokojeností.

**5.3 Výzkumný vzorek**

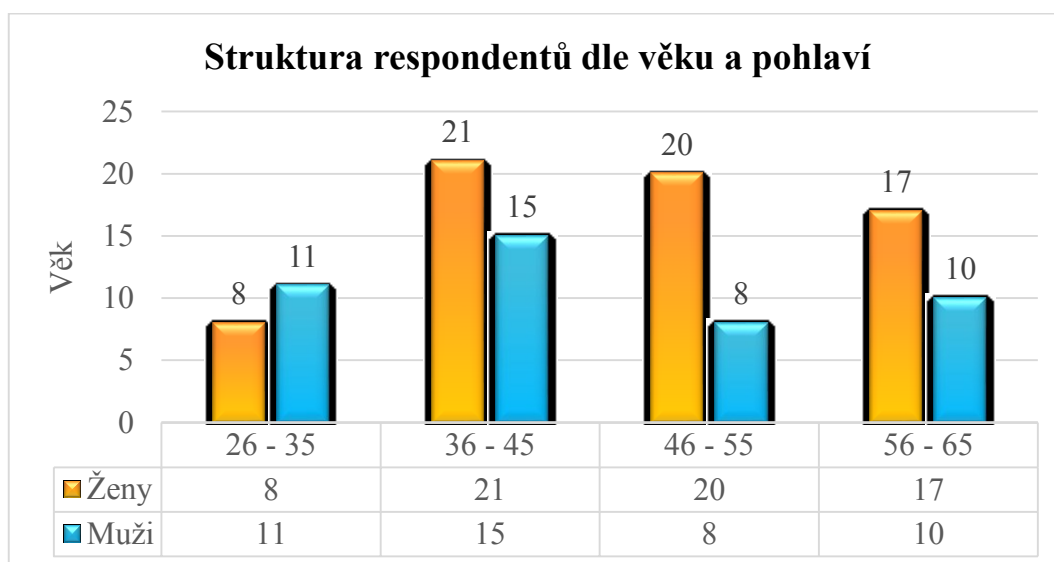
Základní soubor byl tvořen pedagogy různých typů středních škol střední a jižní Moravy. Pro výzkumný vzorek byl, vzhledem k omezeným možnostem při vlastní realizaci výzkumu, zvolen dostupný výběr. Při zpracování výsledků výzkumu bylo následně nutné brát v úvahu skutečnost, že z pohledu zobecnitelnosti výsledků je dostupný výběr nejméně vypovídající, a to i za předpokladu, že bude dostatečně reprezentativní.

Respondenti byli osloveni s požadavkem na vyplnění dotazníku v rámci své účasti na kurzech dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků realizovaných mimo prostory jejich kmenových škol. Dotazník vyplňovali přímo na místě a rovnou ho odevzdávali tak, aby byla zajištěna anonymita. Uvedená skutečnost a současně i fakt, že s každým účastníkem jsem osobně komunikovala před zahájením kurzů, se zřejmě projevil pozitivně na počtu odevzdaných dotazníků a vyplněných odpovědí. S požadavkem o spolupráci na dotazníkovém šetření



bylo osloveno 118 osob a odevzdáno zpět bylo 113 dotazníků, což značí návratnost 95,76 %. Dále byly 2 dotazníky vyřazeny, jelikož byly vyplněny jen částečně. Celkově dotazník vyplnilo a vrátilo 111 osob, z toho 67 žen a 44 mužů. V rámci konečného zpracování a vyhodnocení byl vyřazen ještě jeden dotazník respondentky ve věku 66 - 75 let. Jelikož byla ve své věkové kategorii pouze sama, nebyly by výsledky relevantní. Celkově bylo hodnoceno 110 dotazníků (graf 1).

Poměr respondentů podle pohlaví koresponduje se statistickými daty Českého statistického úřadu. Jak vyplývá z výsledků šetření ČSÚ, ve školním roce 2017/2018, že na středních školách působilo 60,3 % žen a 39,7 %.



1 Struktura respondentů dle věku a pohlaví

Naproti tomu věkové rozložení respondentů se od statistických dat odchyluje, jak dokládá tabulka 1. Nejpočetněji zastoupená skupina respondentů je ve věku 36 – 45 let, oproti statistickým datům, kdy nejpočetnější je skupina učitelů ve věku 46 – 65 let.

	do 26 let	26 - 35	36 - 45	46 - 55	56 - 65	66 a více
Výzkumný vzorek		17,27%	32,73%	25,45%	24,55%	
Údaje ČSÚ	0,40%	9,30%	24,90%	30,10%	31,70%	3,60%

1 Věkové rozložení respondentů vůči statistickým datům z roku 2018 (zdroj: ČSÚ)

Určitým specifikem výzkumného vzorku je rovněž skutečnost, že většinu škál respondenti zodpověděli ze 100 %, a to i oblast práce a zaměstnání, která se do celkového hodnocení životní spokojenosti nezapočítává, jelikož nebývá vyplněna. Chybějící vyplněné odpovědi spíše korespondovaly s faktem, že pro některé respondenty hodnotit tyto oblasti bylo irelevantní (nemají partnera, manžela nebo děti). Jako málo reprezentativní by bylo možné považovat u žen i mužů ve věku 26 – 35 let oblast děti s 50 % odpovědí žen a 27,27% mužů a dále oblast manželství u mužů ve věku 46 – 55 s 50 % a ve věku 56 – 65 s 60 %.

Obecně vícečetné chybějící údaje sice mohou celkové výsledky zkreslit, ale vzhledem k tomu, že v našem případě jde ve většině případů výhradně o oblasti nezapočítávané do celkového výsledku životní spokojenosti, konečný výsledek by tato skutečnost neměla významněji ovlivnit (Příloha 1 a Příloha 2). Dílčí hodnocení životní spokojenosti je prováděno pouze u respondentů, kteří sledovanou oblast zodpověděli.

## 6 VÝSLEDKY VÝZKUMU

Deskripce získaných dat je v první řadě provedena pouze v souvislosti s pohlavím. V dalších krocích jsou jednotlivé faktory životní spokojenosti podrobně analyzovány, a to jak s ohledem na věk, tak na pohlaví. Dále jsou rozděleny staninové hodnoty celého souboru do tří pásem a jsou zjišťovány absolutní počty respondentů, kteří do jednotlivých zón spadají. Na závěr je statistickými výpočty ověřována platnost formulovaných hypotéz.

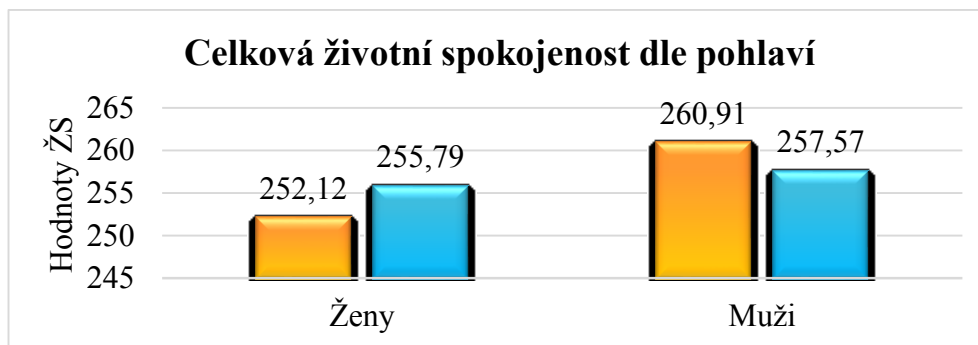
### 6.1 Celková životní spokojenost

Při srovnání průměrných hodnot životní spokojenosti žen a mužů v jednotlivých oblastech lze opět identifikovat rozdíly (tabulka 2). Muži vykazují celkově vyšší životní spokojenost než ženy v sedmi oblastech z deseti. Méně spokojeni než ženy jsou muži pouze ve třech oblastech, a to v oblasti financí, oblasti vztahů s dětmi a oblasti vztahů s přáteli, známými a příbuznými.

Aspekt	Ženy		Muži		Rozdíl Ž - M
	Průměr	Pořadí	Průměr	Pořadí	
Zdraví	36,64	6	38,34	5	-1,70
Práce a zaměstnání	33,62	9	35,07	9	-1,45
Finance	33,41	10	32,59	10	0,82
Volný čas	34,76	7	36,66	8	-1,90
Manželství	39,04	2	39,97	2	-0,93
Děti	40,33	1	38,45	4	1,89
Vlastní osoba	37,42	5	40,27	1	-2,85
Sexualita	34,00	8	37,20	6	-3,20
Přátelé, známí, příbuzní	37,53	4	37,16	7	0,37
Bydlení	38,36	3	38,68	3	-0,32
Celkem	252,12		260,91		8,79

2 Srovnání hodnot a pořadí oblastí životní spokojenosti u žen a mužů

Srovnání celkových výsledků životní spokojenosti u výzkumného souboru ve vztahu k pohlaví ukazuje, že ženy i muži vykazují přibližně stejnou úroveň celkové životní spokojenost, jako udává norma (graf 2). Je však patrná určitá diference, kdy oproti normě ženy vykazují celkově nižší (cca 0,98 %) a naopak muži celkově vyšší (cca 1,01 %) míru ŽS, tzn. rozdíl mezi vnímáním ŽS ženami a muži je větší, než udává norma.



2 Celková životní spokojenost ženy – muži, srovnání s normou

Oblast financí je specifická tím, že jak u žen (33,41), tak u mužů (32,59) je shodně hodnocena na posledním, desátém, místě životní spokojenosti jako nejméně uspokojující.

U kategorie vztahů s dětmi vykazují ženy jednoznačně nejvyšší spokojenost (40,33), oproti tomu u mužů se tato oblast umístila až na čtvrtém místě (38,45).

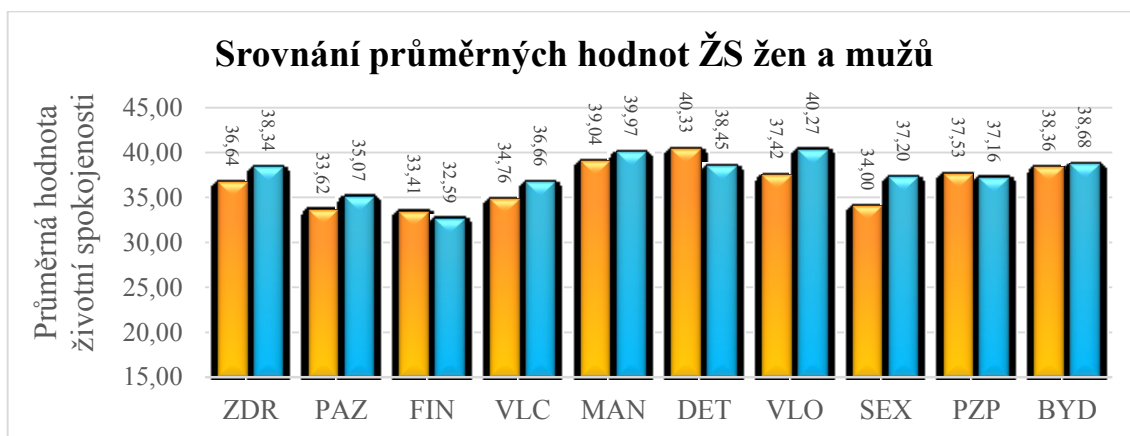
V oblasti vztahů s přáteli, známými a příbuznými sice ženy vykazují vyšší míru spokojenosti (37,53) s celkovým pořadím na čtvrtém místě než muži (37,16) s celkovým pořadím na sedmém místě, nicméně ve vzájemném srovnání pouze této kategorie obou pohlaví je možné konstatovat prakticky stejnou míru spokojenosti.

Muži vykazují nejvyšší míru spokojenosti v oblasti spokojenosti s vlastní osobou (40,27), přičemž u žen se tato oblast umístila až na pátém místě (37,42). Současně se jedná o druhý největší vykazovaný rozdíl mezi ženami a muži.

Největší rozdíl výsledných hodnot žen a mužů je v oblasti sexuality, přičemž u žen (34,00) tato oblast zaujímá deváté místo životní spokojenosti a u mužů (37,20) šesté místo. Naopak shodu u obou pohlaví, a to jak v celkovém pořadí jejich důležitosti ve vnímání životní spokojenosti, tak ve vztahu k získaným hodnotám, můžeme najít v oblasti manželství, které zaujímá druhé nejvýznamnější místo (u žen 39,04; u mužů 39,97) a v oblasti bydlení na třetím místě (u žen 38,36; u mužů 38,68).

Další tři oblasti - zdraví, práce a zaměstnání a volný čas zaujímají ve vztahu k pohlaví přibližně stejné pořadí důležitosti životní spokojenosti. Při srovnání konkrétních hodnot mužů a žen jsou však zřejmé určité difference, přičemž ženy všechny tři oblasti hodnotí méně pozitivně než muži. Zdraví se u žen (36,64) umístilo na šestém místě, u mužů (38,34) bylo hodnoceno lépe, ale umístilo se jen na pátém místě životní spokojenosti. Obdobná situace je u oblasti spokojenosti s volným časem, která u žen (34,76) zaujímá sedmé místo a u mužů

(36,66) osmé místo. Práce a zaměstnání bylo shodně u žen (33,62) i u mužů (35,07) hodnoceno na devátém místě, a to i přes vzájemný rozdíl 1,45 bodu.



3 Srovnání průměrných hodnot žen a mužů v oblastech životní spokojenosti

## 6.1 Determinanty životní spokojenosti vzhledem k pohlaví a věku

Z tabulek 3 a 4 je patrný rozdíl vnímání životní spokojenosti nejen vzhledem k pohlaví, ale rovněž v souvislosti s věkem. Na celkově nejnižší míru životní spokojenosti sledovaného souboru ukazují celkové hodnoty žen ve věku 56 – 65 let (249,24; -5,61 bodu proti normě), naproti tomu muži stejné věkové kategorie vykazují celkově nejvyšší hodnoty souboru (263,00; +3,46 bodu proti normě). Ženy vykazují nejvyšší míru spokojenosti ve věku 36 – 45 (255,78; -2,37 bodu od normy), muži ve věku 26 – 35 let (262,73; +1,92 bodu od normy). Největší záporný rozdíl vůči normě se u žen ve věku 46 – 55 let (250,50; -6,13 bodu).

Celkové hodnoty životní spokojenosti – ženy						
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma
26 - 35	253,00	253,97	-0,97	36,84	34,08	2,76
36 - 45	255,78	258,15	-2,37	31,50	34,75	-3,25
46 - 55	250,50	256,63	-6,13	33,73	35,93	-2,20
56 - 65	249,24	254,85	-5,61	32,21	34,33	-2,18
Celkem	252,12	255,79	-3,67	33,13	34,07	-0,94

3 Celkové hodnoty životní spokojenosti – ženy

Celkové hodnoty životní spokojenosti – muži						
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma
26 - 35	262,73	260,81	1,92	31,99	33,88	-1,89
36 - 45	259,40	254,91	4,49	30,94	38,90	-7,96
46 - 55	258,63	255,40	3,22	24,41	37,29	-12,88
56 - 65	263,00	259,54	3,46	25,67	34,26	-8,59
Celkem	260,91	257,57	3,34	28,68	34,47	-5,79

4 Celkové hodnoty životní spokojenosti – muži

### 6.1.1 Zdraví

Kategorie zdraví odráží spokojenost respondentů se zdravotním stavem, s odolností proti nemocem a se svou duševní i tělesnou kondicí a výkonností. Zcela zřejmě se jedná o kategorii, která je při hodnocení ovlivněna rovněž aktuálním stavem, tj. případnou probíhající nemocí nebo duševním rozpoložením.

Jak je zřejmé z tabulek 5 a 6 ve srovnání s normou lépe hodnotí oblast ZDR muži ve věku 26 – 35 let (40,45), 36 – 45 let (40,00) a ženy ve věku 26 – 35 let (40,13). U všech ostatních věkových kategorií obou pohlaví dosahuje oblast zdraví oproti průměru nižších hodnot. Nejméně spokojeni jsou muži ve věku 56 – 65 let (33,88), kteří rovněž vykazují největší rozdíl vůči normě (-2,22 bodu), dále následují ženy, rovněž ve věku 56 – 65 let (34,60; rozdíl proti normě -1,70).

Hodnoty kategorie žen i mužů ve věku 26 – 35 let a 36 – 45 let dosahují skóre v rozmezí 38 – 41. Tyto hodnoty odpovídají ST5, tj. střední míra spokojenosti. Ženy 56 – 65 let vykazují hodnotu odpovídající ST3, což je horní úroveň nespokojenosti. Hodnoty ostatních věkových kategorií u obou pohlaví dosahují skóre v rozmezí 34 - 37, což odpovídá ST4, tj. spodní úrovni střední míry spokojenosti.

Životní spokojenost v oblasti: Zdraví - ženy							
ZDR - Ženy	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	40,13	39,84	0,28	5	5,04	7,04	-2,00
36 - 45	38,05	38,72	-0,67	5	6,90	6,54	0,36
46 - 55	36,10	37,68	-1,58	4	7,80	7,16	0,64
56 - 65	33,88	36,10	-2,22	3	7,99	7,64	0,35
Celkem	36,64	37,76	-1,12	4	7,57	7,61	-0,04

5 Zdraví - ženy

Životní spokojenost v oblasti: Zdraví - muži							
ZDR - Muži	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	40,45	38,59	1,86	5	5,33	6,06	-0,73
36 - 45	40,00	39,07	0,93	5	6,59	7,03	-0,44
46 - 55	37,00	37,85	-0,85	4	6,78	7,44	-0,66
56 - 65	34,60	36,30	-1,70	4	8,26	7,28	0,98
Celkem	38,34	38,59	-0,25	5	7,17	7,30	-0,13

6 Zdraví - muži

### 6.1.2 Práce a zaměstnání

Respondenti v kategorii PAZ hodnotí spokojenost se svým současným, resp. možností budoucího postavení v zaměstnání, s pracovními úspěchy, možností postupu, rozsahem a různorodostí práce a s atmosférou na pracovišti. Jedná se ovšem o kategorii, která není do celkového skóre ŽS započítávána, jelikož často nebývá vyplněna. Jedním z důvodů je skutečnost, že DŽS je určen pro osoby od 14 let, které ještě nemají žádné pracovní zkušenosti. V rámci zkoumaného souboru byla zodpovězena všemi respondenty.

Jak dokládají tabulky **Chyba! Nenalezen zdroj odkazů.** a 8 nejvyšší spokojenost vykazují eny ve věku 26 – 35 let (35,00; +0,44 bodu vůči normě). Nejnižší spokojenost vykazují ženy ve věku 56 – 65 let (30,12), současně u obou pohlaví s nejvyšším rozdílem oproti normě (-2,03 bodu). Obdobně u mužů nejvyšší míra spokojenosti je u osob ve věku 26 – 35 let (36,82), a to i přes nepatrnou negativní odchylku od normy (-0,13). Nejnižší spokojenost vykazují osoby ve věku 56 – 65 let (31,00), rovněž s negativním rozdílem (-1,48 bodu).

Hodnoty kategorie žen ve věku 26 – 35 a 36 – 45 let a všech kategorií mužů kromě osob ve věku 56 – 65 let dosahují skóre v rozmezí 35 – 39, což odpovídá ST5, tj. střední míře spokojenosti. Hodnoty ostatních věkových kategorií dosahují skóre v rozmezí 29 – 34, což odpovídá ST4. V tomto případě se jedná o spodní úroveň střední míry spokojenosti.

Životní spokojenost v oblasti: Práce a zaměstnání - ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	35,00	34,56	0,44	5	8,11	8,99	-0,88
36 - 45	35,52	35,50	0,02	5	7,84	8,13	-0,29
46 - 55	34,05	35,15	-1,10	4	8,58	9,59	-1,01
56 - 65	30,12	32,15	-2,03	4	7,40	8,66	-1,26
Celkem	33,62	34,52	-0,90	4	8,28	8,91	-0,63

7 Práce a zaměstnání - ženy

Životní spokojenost v oblasti: Práce a zaměstnání - muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	36,82	36,95	-0,13	5	6,91	7,75	-0,84
36 - 45	36,40	36,05	0,35	5	6,18	8,51	-2,33
46 - 55	35,25	35,81	-0,56	5	6,78	8,80	-2,02
56 - 65	31,00	32,48	-1,48	4	7,27	10,51	-3,24
Celkem	35,07	35,73	-0,66	5	7,10	8,80	-1,70

8 Práce a zaměstnání - muži

### 6.1.3 Finanční situace

Oblast finanční situace odráží spokojenost se svým platem, s budoucími možnostmi příjmu, s dosaženým životním standardem, s majetkovými poměry a s možnostmi, které celková aktuální finanční situace nabízí nejen dané osobě, ale rovněž i její rodině.

U obou pohlaví a u všech věkových kategorií je ve srovnání s normou zřejmá nižší míra spokojenosti (tabulky 9 a 10), což se nejvíce projevuje v kategorii mužů ve věku 26 – 35 let (-1,81 bodu) a ve věku 36 – 45 (-1,86 bodu). Nejvyšších hodnot u žen dosáhlo hodnocení finanční situace u osob ve věku 46 – 55 let (33,70), nejnižších u osob ve věku 26 – 35 let (32,38). Muži vykazují nejnižší hodnoty ve věku 26 – 35 (31,82) a dále ve věku 36 – 45 let (32,13) a 46 – 55 let (32,25). Relativně nejspokojenější, a to i ve srovnání se ženami, jsou muži ve věku 56 – 65 let (34,40). U této skupiny osob hodnoty dokonce odpovídají dolní hranici ST5 (34 – 37), tzn., že respondenti dosahují střední míry spokojenosti. Absolutní rozdíl mezi jednotlivými kategoriemi žen a mužů je pouhých 2,58 bodu.

Kromě již zmíněné kategorie mužů (56 – 65 let) všechny věkové skupiny obou pohlaví dosahují hodnot 28 – 33, což odpovídá spodní úrovni střední míry spokojenosti. Při podrobnějším hodnocení lze ovšem pozorovat, že u žen všech věkových kategorií se hodnoty přibližují ST5. Naproti tomu u mužů odpovídají hodnoty střední úrovni ST4.

Životní spokojenost v oblasti: Finanční situace - ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	32,38	33,37	-0,99	4	7,58	8,39	-0,81
36 - 45	33,52	34,30	-0,78	4	8,20	8,91	-0,71
46 - 55	33,70	34,56	-0,86	4	7,93	8,76	-0,83
56 - 65	33,41	34,55	-1,14	4	9,45	8,13	1,32
Celkem	33,41	34,06	-0,65	4	8,40	8,43	-0,03

9 Finanční situace - ženy

Životní spokojenost v oblasti: Finanční situace - muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	31,82	33,63	-1,81	4	6,56	8,63	-2,07
36 - 45	32,13	33,99	-1,86	4	6,87	9,31	-2,44
46 - 55	32,25	32,78	-0,53	4	7,10	9,89	-2,79
56 - 65	34,40	34,65	-0,25	5	5,16	8,61	-3,45
Celkem	32,59	33,93	-1,34	4	6,56	8,84	-2,28

10 Finanční situace - muži



#### 6.1.4 Volný čas

Volný čas zahrnuje nejen spokojenost s celkovým množstvím volného času (po práci, o víkendech, dnů dovolené), ale také spokojenost s jeho kvalitou a pestrostí, prostorem pro vlastní koníčky, rodinu a přátele.

Při srovnání spokojenosti s VLC žen i mužů lze pozorovat, že ženy jsou se svým volným časem méně spokojené než muži (tabulky 11 a **Chyba! Nenalezen zdroj odkazů.**). Ženy ukazují nejvyšší míru spokojenosti ve věku 56 – 65 let (37,29), a to s nepatrnou pozitivní odchylkou (0,11 bodu). Ostatní věkové kategorie žen vykazují proti normě negativní diferenci. Nejméně spokojené s volným časem jsou ženy ve věku 36 – 45 let (33,57; oproti normě -1,86 bodu). Nejvyššího hodnocení spokojenosti s VLC dosáhli muži, stejně jako ženy, ve věku 56 – 65 let (39,40; oproti normě +1,95 bodu). Obdobně jako ženy nejnižší míru spokojenosti s volným časem vykazují muži ve věku 36 – 45 let (35,40; oproti normě +0,88 bodu). Na rozdíl od žen muži ve všech věkových kategoriích identifikována pozitivní diference oproti normě.

Kategorie žen ve věku 56 – 65 let a všech věkových kategorií mužů dosahují hodnoty 35 – 39 odpovídající ST5, střední míře spokojenosti. Zbývající tři věkové kategorie žen dosahují skóre v rozmezí 30 – 34, což odpovídá ST4, spodní úrovni střední míry spokojenosti, přičemž se výrazně přibližují hodnotám odpovídajícím ST5.

Životní spokojenost v oblasti: Volný čas - ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	ST $\Sigma$	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	33,63	34,95	-1,33	4	6,84	7,49	-0,65
36 - 45	33,57	35,43	-1,86	4	7,87	7,98	-0,11
46 - 55	34,30	35,79	-1,49	4	7,54	7,65	-0,11
56 - 65	37,29	37,18	0,11	5	7,44	7,56	-0,12
Celkem	34,76	36,05	-1,29	4	7,69	7,82	-0,13

11 Volný čas - ženy

Životní spokojenost v oblasti: Volný čas - muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	ST $\Sigma$	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	35,91	35,06	0,85	5	6,96	7,59	-0,63
36 - 45	35,40	34,52	0,88	5	7,46	7,71	-0,25
46 - 55	36,63	35,70	0,92	5	6,71	7,56	-0,85
56 - 65	39,40	37,45	1,95	5	7,27	8,51	-1,24
Celkem	36,66	36,12	0,54	5	7,33	8,00	-0,67

12 Volný čas - muži

### 6.1.5 Manželství a partnerství

Kategorie MAN odráží celkovou spokojenost s manželstvím či partnerstvím, s aktivitami, které tento svazek nabízí a včetně spokojenosti se vztahem partnera k osobě respondenta (ochota pomoci, upřímnost, otevřenost, náklonost apod.).

Manželství a partnerství je druhou kategorií, která se ze stejných důvodů, jako kategorie PAZ, nezapočítává do celkového skóre životní spokojenosti. Ve zkoumaném vzorku na tuto oblast neodpovědělo 20 osob, tj. 18 % respondentů.

V oblasti manželství a partnerství dosahují ve většině věkových kategorií muži a ženy oproti normě vyšší hodnoty (tabulka 13 a 14). Záporný, ovšem relativně nevýznamný, rozdíl oproti normě vykazují pouze kategorie ženy ve věku 46 – 55 let (38,22; -0,36 bodu) a muži ve věku 36 – 45 let (38,47; -0,41 bodu). Hodnoty žen ve věku 26 – 35 let a hodnoty mužů všech věkových kategorií kromě kategorie ve věku 36 – 45 let se pohybují v rozmezí 35 – 39, což odpovídá ST4, spodní úroveň střední míry spokojenosti, přičemž svými skutečnými hodnotami se přibližují ST5. Hodnoty ostatních věkových kategorií obou pohlaví spadají do rozmezí 40 – 42, tj. ST5, střední míra spokojenosti. Muži ve věku 56 – 65 let se s hodnotou 42,83 přibližují ST6, tj. horní úroveň střední míry spokojenosti.

Životní spokojenost v oblasti: Manželství a partnerství – ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	ST $\Sigma$	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	40,67	39,84	0,83	5	5,65	7,66	-2,01
36 - 45	39,55	38,86	0,69	4	6,68	7,86	-1,18
46 - 55	38,22	38,58	-0,36	4	7,42	7,98	-0,56
56 - 65	38,62	37,69	0,93	4	7,73	8,19	-0,46
Celkem	39,04	38,77	0,27	4	7,12	7,90	-0,78

13 Manželství a partnerství – ženy

Životní spokojenost v oblasti: Manželství a partnerství – muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	ST $\Sigma$	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	40,25	40,06	0,19	5	5,17	7,35	-2,18
36 - 45	38,47	38,88	-0,41	4	7,65	7,69	-0,04
46 - 55	40,75	40,49	0,26	5	6,68	7,02	-0,34
56 - 65	42,83	41,62	1,21	5	2,91	6,13	-3,22
Celkem	39,97	40,17	-0,20	5	6,53	7,15	-0,62

14 Manželství a partnerství - muži

### 6.1.6 Vztah k vlastním dětem

Oblast DET odráží spokojenost respondentů s vzájemnými vztahy s dětmi, s tím, jak s dětmi vychází, jaký mají na děti vliv, jakou radost jim děti přinášají i přes vynaložené náklady a úsilí a rovněž uspokojení, které jim přinášají společné aktivity.

Rovněž kategorie vztah k vlastním dětem, stejně jako PAZ a MAN, se do celkového skóre životní spokojenosti nezapočítává. Počet dotazníků bez uvedení odpovědi na oblast DET je v rámci výzkumného souboru 24, tj. 22 % z celkového množství.

Obdobně, jako u kategorie MAN, je zřejmé pozitivní hodnocení oblasti (tabulky 15 a 16). Všechny věkové kategorie žen a kategorie mužů ve věku 36 – 45 let a 46 – 55 let hodnot vztah k vlastním dětem výše, než uvádí norma. Absolutně nejvyšší hodnocení dosáhla kategorie DET u žen ve věku 36 – 45 let (40,88; +1,40 bodu). Oproti tomu u mužů ve stejné věkové kategorii dosahu vztah k vlastním dětem absolutně nejnižších hodnot (37,27; +0,11 bodu). Kategorie žen ve věku 46 – 55 let a všechny věkové kategorie mužů dosáhly hodnot v rozmezí 36 – 39, tj. ST4, spodní úroveň střední míry spokojenosti, přičemž obdobně jako u MAN se skutečné hodnoty poměrně významně přibližují ST5. Zbývající tři věkové kategorie žen odpovídají ST5 se získanými hodnotami 40 – 41, tj. střední míra spokojenosti.

Životní spokojenost v oblasti: Vztah k vlastním dětem – ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	41,25	40,86	0,39	5	5,40	5,59	-0,19
36 - 45	40,88	39,48	1,40	5	5,57	6,19	-0,62
46 - 55	39,80	39,26	0,54	4	6,95	6,53	0,42
56 - 65	40,19	39,05	1,14	5	6,14	6,70	-0,56
Celkem	40,33	39,47	0,86	5	6,25	6,41	-0,16

15 Vztah k vlastním dětem – ženy

Životní spokojenost v oblasti: Vztah k vlastním dětem – muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	38,67	39,25	-0,58	4	3,68	6,91	-3,23
36 - 45	37,27	37,16	0,11	4	5,91	7,74	-1,83
46 - 55	38,40	38,11	0,29	4	3,77	8,10	-4,33
56 - 65	39,70	39,89	-0,19	4	5,40	6,13	-0,73
Celkem	38,45	38,58	-0,13	4	5,31	7,13	-1,82

16 Vztah k vlastním dětem - muži

### 6.1.7 Vlastní osoba

Spokojenost s vlastní osobou odráží vztah k sobě samému, postoj k vlastním schopnostem, dovednostem, charakteru, spokojenost se vzhledem, sebevědomím, životní energií i skutečnost, jak respondent vychází s ostatními lidmi.

Kategorie žen ve věku 36 – 45 let a všechny věkové kategorie mužů vykazují pozitivní rozdíl proti normě. Nejvyšší rozdíl mezi muži i ženami je zřejmý u mužů ve věku 26 – 35 let (41,45; +1,95 bodu). Zbývající tři kategorie žen vykazují negativní rozdíl vůči normě, přičemž nejvýraznější je u žen ve věku 56 – 65 let (36,35; -2,03 bodu).

Hodnoty všech věkových kategorií žen spadají do rozmezí 35 – 38, tj. ST4, spodní úroveň střední míry spokojenosti. Hodnoty žen ve věku 36 – 45 let (38,67) se poměrně výrazně přibližují ST5. Muži vykazují celkově vyšší míru spokojenosti, kdy se svými hodnotami spadají do ST5 s hodnotami mezi 39 – 41. Hodnoty kategorie mužů ve věku 26 – 35 (41,45) se přibližují ST6, tj. horní úroveň střední míry spokojenosti. Podrobně jsou všechna data zobrazena v tabulkách 17 a 18.

Životní spokojenost v oblasti: Vlastní osoba – ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	ST $\Sigma$	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	37,63	38,85	-1,23	4	5,72	5,72	0,00
36 - 45	38,67	38,29	0,38	4	5,21	5,70	-0,49
46 - 55	36,95	38,37	-1,42	4	6,37	6,04	0,33
56 - 65	36,35	38,38	-2,03	4	5,67	5,60	0,07
Celkem	37,42	38,32	-0,90	4	5,83	5,94	-0,11

17 Vlastní osoba – ženy

Životní spokojenost v oblasti: Vlastní osoba – muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	ST $\Sigma$	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	41,45	39,50	1,95	5	4,91	5,61	-0,70
36 - 45	39,27	38,08	1,19	5	5,35	5,95	-0,60
46 - 55	40,13	38,31	1,82	5	5,33	5,85	-0,52
56 - 65	40,60	39,16	1,44	5	4,82	5,28	-0,46
Celkem	40,27	38,91	1,36	5	5,19	5,59	-0,40

18 Vlastní osoba – muži

### 6.1.8 Sexualita

Kategorie sexualita nesouvisí pouze se sexem jako takovým, tj. např. s četností sexuálních kontaktů nebo se spokojeností s vlastními sexuálními reakcemi, ale vypovídá rovněž o skutečnosti, jak daná osoba vnímá svou tělesnou přitažlivost, zda dokáže otevřeně o sexuální oblasti hovořit a jak kvalitní je vzájemný vztah s partnerem. Jedná se o kategorii, která může dosahovat relativně nižších hodnot, jelikož zkoumaný vzorek respondentů nemusí mít v daném okamžiku partnerský vztah, tudíž některé otázky mohou zůstat nezodpovězeny nebo mohou být zodpovězeny spíše v rovině nespokojenosti.

Nejvyšší hodnocení u žen i u mužů dosáhly osoby ve věku 26 – 35 let (ženy 37,38; muži 38,55), nejnižší osoby ve věku 56 – 65 let (ženy 30,35; -1,54 bodu od normy; muži 35,20). Absolutní rozdíl nejvyšší a nejnižší hodnoty mezi všemi věkovými kategoriemi žen i mužů je 8,2 bodu, tj. největší rozdíl v rámci všech sledovaných oblastí životní spokojenosti.

Za specifickou lze považovat i normu, která v rámci ST5, střední míry spokojenosti, zahrnuje rozptyl pěti bodů, a to s hranicemi 33 – 38. Do uvedeného rozmezí spadají kromě jedné všechny věkové kategorie obou pohlaví. Výjimkou je pouze kategorie žen ve věku 56 – 65 let, jejíž hodnoty odpovídají ST4, a dokonce se spíše blíží její nižší hranici (29 – 32). Naopak hodnoty mužů ve věku 26 – 35 let, se blíží k dolní hranici ST6 (39 – 41).

Životní spokojenost v oblasti: Sexualita - ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	37,38	37,18	0,20	5	6,58	7,10	-0,52
36 - 45	36,40	36,45	-0,05	5	7,68	7,09	0,59
46 - 55	33,35	34,41	-1,06	5	6,47	7,43	-0,96
56 - 65	30,35	31,89	-1,54	4	7,71	7,77	-0,06
Celkem	34,00	34,28	-0,28	5	7,66	7,90	-0,24

19 Sexualita – ženy

Životní spokojenost v oblasti:							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	38,55	37,88	0,67	5	7,87	6,76	1,11
36 - 45	37,67	36,48	1,19	5	6,52	7,19	-0,67
46 - 55	37,00	36,24	0,76	5	8,03	7,48	0,55
56 - 65	35,20	35,16	0,04	5	7,26	7,03	0,23
Celkem	37,20	35,43	1,77	5	7,42	7,71	-0,29

20 Sexualita - muži

### 6.1.9 Přátelé, známí, příbuzní

Spokojenost v oblasti přátelé, známí, příbuzní zahrnuje jak pozitivní vztahy s blízkými osobami, tak celkově sociální vztahy (např. i sousedské) včetně veřejných. Hodnocena je rovněž sociální angažovanost, sociální aktivity a četnost sociálních styků.

Kromě kategorie žen ve věku 26 – 35 let (37,00; -0,12 proti normě) všechny ostatní kategorie obou pohlaví vykazují vůči normě spíše vyšší míru spokojenosti. Nejvyšších hodnot z celého souboru dosáhly ženy ve věku 56 – 65 let (38,29), nejnižší muži ve věku 36 – 45 (36,93). Při absolutním srovnání obou pohlaví a všech věkových kategorií je zjištěný rozdíl mezi nejnižší a nejvyšší dosaženou hodnotou pouze 1,36 bodu, což je nejnižší rozdíl mezi sledovanými oblastmi životní spokojenosti. Kategorie přátelé, známí a příbuzní tak vykazují u sledovaného souboru celkově nejvyšší míru shody.

Hodnoty všech kategorií kromě kategorie mužů ve věku 36 – 45 let dosahují většinou dolní hranice rozsahu 37 – 39, což odpovídá ST5, střední míře spokojenosti. Nicméně i u kategorie mužů ve věku 36 – 45 let lze oprávněně zvažovat zařazení do ST5, vzhledem k faktu, že skutečná hodnota dosahuje 36,93.

Životní spokojenost v oblasti: Přátelé, známí, příbuzní - ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	37,00	37,12	-0,12	5	5,77	5,88	-0,11
36 - 45	37,29	37,10	0,19	5	6,09	5,74	0,35
46 - 55	37,35	36,98	0,37	5	5,15	5,89	-0,74
56 - 65	38,29	37,56	0,73	5	6,27	6,33	-0,06
Celkem	37,53	37,26	0,27	5	5,85	6,05	-0,20

21 Přátelé, známí, příbuzní - ženy

Životní spokojenost v oblasti: Přátelé, známí, příbuzní - muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	37,09	36,91	0,18	5	5,25	6,39	-1,14
36 - 45	36,93	35,97	0,96	4 (5)	6,48	6,68	-0,20
46 - 55	37,00	36,70	0,30	5	4,00	5,56	-1,56
56 - 65	37,70	37,54	0,16	5	6,91	5,88	1,03
Celkem	37,16	36,97	0,19	5	5,92	6,05	-0,13

22 Přátelé, známí, příbuzní - muži

### 6.1.10 Bydlení

Spokojenost s bydlením zahrnuje aspekty, jako je velikost, stav, standard a poloha bytu, výdaje související s bydlením, dopravní dostupnost a hluk okolí.

Přehled srovnání spokojenosti s bydlením ve vztahu k pohlaví a věku uvádí tabulky 23 a 24. Nejnižší míru spokojenosti s bydlením u obou pohlaví lze identifikovat ve věkové kategorii 26 – 35 let (ženy 34,88; -1,96 bodu vůči normě; muži 37,45; +0,69 bodu oproti normě). Další kategorie žen se svými hodnotami, až na nevýraznější rozdíly, shodují s normou. Nejvyšší spokojenost pak vykazují ženy ve věku 56 – 65 let (39,65). Dosažené hodnoty mužů ve věku 36 – 45 let a 46 – 55 let rovněž odráží vyšší míru spokojenosti, než uvádí norma. Jednoznačně nejvyšší hodnocení spokojenosti s bydlením v rámci obou pohlaví dosahuje kategorie mužů ve věku 56 – 65 let (41,10; +1,80 bodu vůči normě). Tato hodnota odpovídá ST6 s rozmezím 41 – 43.

Kromě kategorie žen ve věku 26 – 35, jejíž hodnota spadá do ST4 (34 – 36) všechny zbývající věkové kategorie obou pohlaví dosahují hodnot v rozmezí 37 – 40, tj. ST5, střední míra spokojenosti.

Životní spokojenost v oblasti: Bydlení - ženy							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	34,88	36,83	-1,96	4	6,37	6,79	-0,42
36 - 45	38,29	38,33	-0,04	5	5,61	6,53	-0,92
46 - 55	38,75	38,84	-0,09	5	7,94	6,70	1,24
56 - 65	39,65	39,20	0,45	5	6,30	6,89	-0,59
Celkem	38,36	38,05	0,31	5	6,80	6,82	-0,02

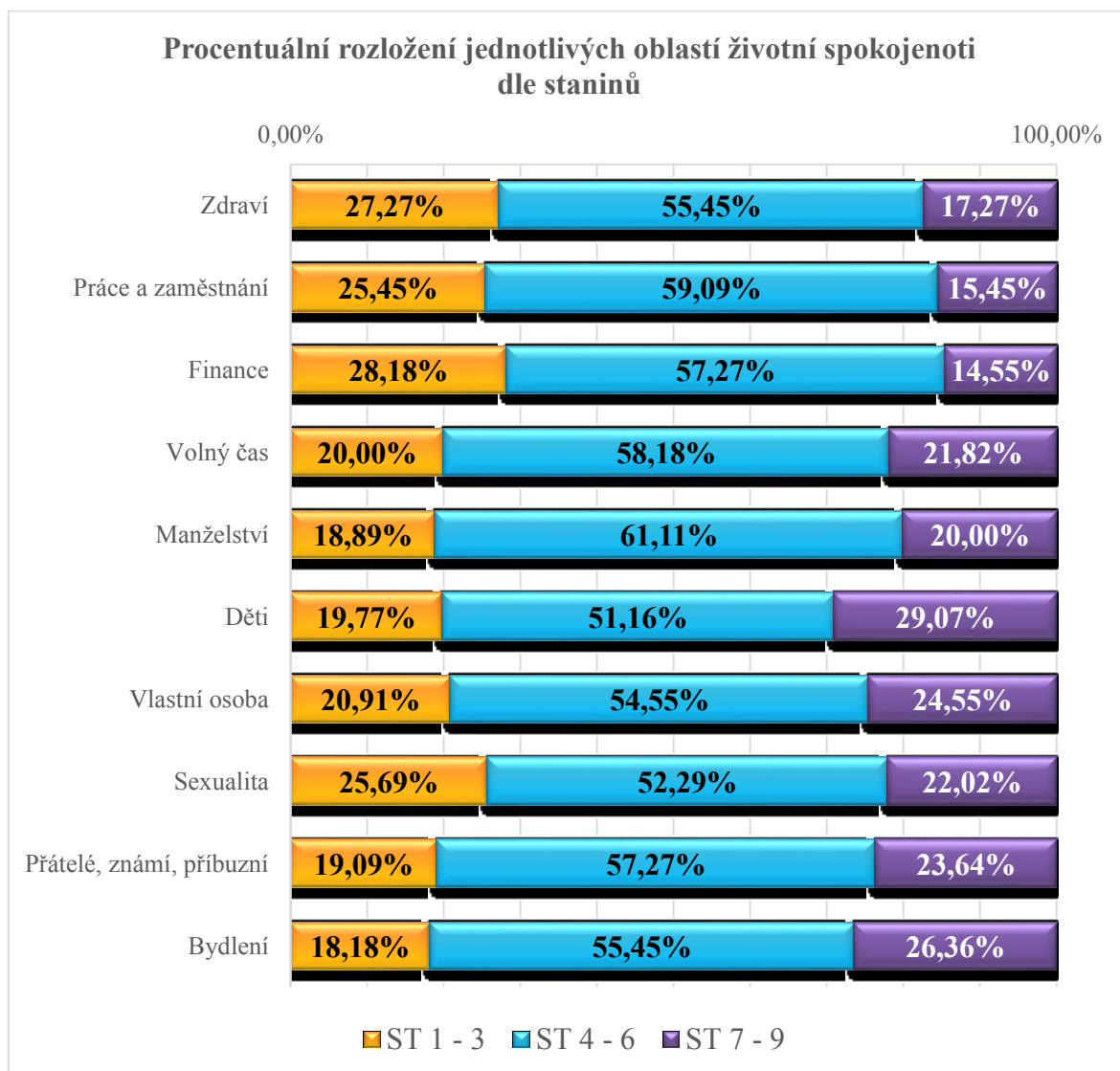
23 Bydlení – ženy

Životní spokojenost v oblasti: Bydlení - muži							
Věk	Výzkum	Norma	Rozdíl	STΣ	Výzkum	Norma	Rozdíl
26 - 35	37,45	36,76	0,69	5	7,41	7,61	-0,20
36 - 45	38,00	36,79	1,21	5	6,28	7,40	-1,12
46 - 55	38,63	37,80	0,83	5	4,77	6,89	-2,12
56 - 65	41,10	39,30	1,80	6	6,11	6,38	-0,27
Celkem	38,68	37,63	1,05	5	6,46	7,08	-0,62

24 Bydlení - muži

## 6.2 Absolutní rozložení počtů osob dle staninů

Pro ucelený přehled jsou výše uvedené dílčí výsledky doplněny konkrétními počty respondentů v návaznosti s rozložením dle staninů. Normované staninové hodnoty jsou rozděleny do tří pásem a to tak, aby korespondovaly s očekávanými procentuálními četnostmi. První zóna zahrnuje stanin 1 až 3, což odpovídá výsledku velmi nebo spíše nespokojen (dále jen nespokojen). Druhá zóna zahrnuje stanin 4 až 6 a ve vztahu k životní spokojenosti by se dala charakterizovat jako nevyhraněná, tzn. ani nespokojen, ani spokojen (dále jen neutrální). Podle očekávaného počtu odpovědí odpovídá 54 % výsledků. Třetí zóna zahrnuje stanin 7 až 9, což odpovídá výsledku spíše nebo velmi spokojen (dále jen spokojen). Očekávaný počet odpovědí u první a třetí zóny je pro každou z nich 23 %. Celkové výsledky za celý soubor i členěné podle jednotlivých aspektů jsou uvedeny v grafu 4.



4 Celková životní spokojenost dle oblastí v procentech – rozložení dle staninů



Největší počet nespokojených osob je zřejmý u kategorie finanční situace, která byla rovněž ze sledovaných aspektů identifikována jako nejproblematictější oblast, a to jak z pohledu celého souboru, tak i s ohledem na pohlaví. Celkově 31 respondentů (28,18%) není se svou finanční situací spokojeno. 65 respondentů (59,09 %) spadá do neutrální oblasti a jen 16 osob (14,55 %) je se svou finanční situací spokojeno. Druhý nejvyšší počet nespokojených osob vykazuje oblast zdraví. Z celkového souboru je s oblastí svého zdraví nespokojených 30 osob (27,27 %), 61 osob (59,09 %) vykazuje neutrální postoj a 19 osob je s oblastí zdraví spokojeno. Dále se shodným počtem 28 nespokojených respondentů následují kategorie práce a zaměstnání (25,45 %) a sexualita (25,69 %). V oblasti práce a zaměstnání neutrální postoj zaujímá 65 osob (59,09 %) a spokojených je pouze 17 osob (15,45 %) oproti sexualitě, kdy do zóny spokojených spadá 24 osob (22,02 %) a do neutrální zóny 57 osob (52,29 %).

Ze všech kategorií relativně největší procent osob (61,11 %) spadajících do neutrální zóny je možné identifikovat u kategorie manželství a partnerství. Celkem jde o 55 respondentů, ovšem z celkového počtu 90, místo 110, jako je tomu u většiny zbývajících oblastí. V kategorii MAN je rovněž takřka stejný počet osob spadajících do oblastí nespokojenosti (17 osob; 18,89 %) a spokojenosti (18 osob; 20,00 %).

V rámci sledovaných aspektů nejvyšší procentní podíl (29,07 %) v zóně spokojenosti vykazuje kategorie vztah k vlastním dětem. Spokojených je 25 osob. I když nejde v absolutním porovnání počtů u jednotlivých kategoriích o největší počet spokojených osob, je nutné vzít v úvahu, že celkový soubor kategorie DET tvořilo pouze 84 respondentů. Nespokojených s oblastí DET je 17 osob (19,77 %) a neutrální postoj zaujímá 44 osob (51,16 %).

Druhý nejvyšší procentní podíl (26,36 %) v zóně spokojenosti vykazuje oblast bydlení s počtem celkem 29 osob. Neutrální vztah ke spokojenosti s bydlením má 61 osob (55,45 %) a nespokojených s bydlením je 20 osob (18,18 %).

Poslední tři kategorie, volný čas, vlastní osoba a skupina přátelé, známí, příbuzní jsou z hlediska rozložení počtů osob do jednotlivých zón srovnatelné. Do neutrální zóny spadá 54 % – 58 % respondentů, do zóny nespokojenosti 19 % - 20 % respondentů a do zóny spokojenosti 21 % - 24 % respondentů.

Posouzení celkových hodnot jednotlivých respondentů sledovaného výzkumného souboru ukazuje na skutečnost, že celkem 67 osob (60,91 %) spadá svými výsledky do neutrální zóny. Relativně malý počet respondentů, 18 (16,36 %) vykazuje nespokojenost a 25 respondentů (22,73 %) spadá do zóny spokojenosti. Uvedené skutečnosti přispívají k závěru, že

životní spokojenost zkoumaného vzorku učitelů dosahuje oproti normě mírně vyšší míru spokojenosti.

Při ověřování vlivu jednotlivých sledovaných aspektů na míru životní spokojenosti jsou pro podrobnou analýzu zohledněny současně také dimenze pohlaví a věk (věkové kategorie 26 – 35; 36 – 45; 46 – 55 a 56 – 65 let). Zjištěné hodnoty jsou porovnány s normou, resp. jsou k nim vztaženy odpovídající staniny. Uvedená data ukazují, že ženy ve více než v polovině případů (23 ze 40) vykazují oproti normě nižší hodnotu životní spokojenosti, přičemž průměrný rozdíl hodnot rozdělených dle věku a jednotlivých aspektů je -1,13 bodu, Muži naopak méně než polovině případů vykazují nižší hodnotu (12 ze 40) s průměrným rozdílem od normy -0,86 bodu. Tyto výsledky korespondují s již výše zjištěnými závěry.

Pokud zvažujeme aspekt, který má na životní spokojenost sledované skupiny nejvýznamnější negativní vliv, je jím jednoznačně oblast finanční situace, která vykazuje nejnižší hodnoty jak celkově, tak v návaznosti na pohlaví i věk a rovněž se v záporném smyslu odchyluje od normy. V rámci sledované skupiny všechny věkové kategorie obou pohlaví vykazují proti normě nižší hodnoty.

Určení nejvýznamnějšího pozitivního aspektu by se mohlo jevit problematičtější, jelikož ostatní oblasti ve vztahu k pohlaví a věku vykazují variabilnější výsledky. Pokud budeme zvažovat pouze oblasti, které jsou do celkové životní spokojenosti započítávány, celkově nejvyšší průměrné skóre dosáhla oblast vlastní osoba. Jedná se ovšem o diskutabilní výsledek, jelikož tato kategorie je výrazně pozitivně hodnocena pouze muži, naopak ženy až na věkovou kategorii 36 – 45 let hodnotí oblast VLC spíše negativně. Jedná se současně o oblast, která může být výrazně ovlivněna osobnostními charakteristikami.

Vezmeme-li však v úvahu i aspekty, které do celkové životní spokojenosti započítávány nejsou, pak v pozitivním směru životní spokojenost významně ovlivňují rovnou dvě ze tří. V prvním případě jde o oblast manželství a partnerství s nepatrným rozdílem celkového skóre je to na druhém místě hledisko vztah k vlastním dětem. Obecně jde o zcela zřejmou oblast sociálních vztahů.

Jak bylo zmíněno v předchozích kapitolách, nejvyrovnanější výsledky průměrných skóre u obou pohlaví a všech věkových kategorií jsou zřejmé v oblasti přátelé, známí, příbuzní. I když celkové hodnoty řadí PZP až na čtvrté místo (resp. 6, bereme-li v úvahu i MAN a DET),

zcela zřejmě nejde o neopominutelné hledisko. Jedná se o jediný aspekt, který u obou pohlaví a u všech věkových kategorií až na ženy 26 – 35 let dosahuje oproti normě vyšší hodnoty. Opět se zde ukazuje zřejmý vliv, který mají sociální vztahy a podpora na celkovou životní spokojenost.

Je evidentní, že výsledky všech provedených analýz ukazují na drobné odchylky od hodnot normy, nicméně obdobně, jako v případě věku a pohlaví, není ani v jednotlivých aspektech životní spokojenosti zřejmý zásadní rozdíl oproti průměrným hodnotám populace. Tomuto faktu odpovídá i skutečnost, že u žen hodnoty čtyř aspektů z deseti, resp. tří ze sedmi a u mužů osmi aspektů z deseti, resp. šesti ze sedmi, spadají do ST5, což je střední míra spokojenosti. Hodnoty všech ostatních hledisek odpovídají do ST4, spodní úroveň střední míry spokojenosti. Výsledné hodnoty (256,12) celé skupiny výzkumného vzorku překračují spodní hranici ST5 (252 – 269), do které spadá dle normy 20 % populace.

### 6.3 Vyhodnocení výzkumu a ověření hypotéz

Pro ověřování výzkumných hypotéz, kromě hypotézy H4\_0 a H4\_1 jsou použity test dobré shody chí-kvadrát a test nezávislosti chí-kvadrát pro kontingenční tabulku. Vypočítaná hodnota testového kritéria chí-kvadrát  $\chi^2$  je ukazatelem rozdílu mezi pozorovanou a očekávanou četností.

Při rozhodování o platnosti nebo odmítnutí nulové hypotézy s využitím testů chí-kvadrát v první řadě stanovíme aktuální, tj. zkoumanou četnost (P) a očekávanou četnost (O). Platí, že očekávaná četnost odpovídá platnosti nulové hypotézy. Na základě četností vypočteme hodnotu testového kritéria.  $\chi^2 = \sum [(P - O)^2 / O]$ .

V dalším kroku stanovíme počet stupňů volnosti (f), který závisí na počtu řádků (r), resp. sloupců (s) tabulky. Pro výpočet platí  $f = r - 1$ , resp.  $f = (r - 1) \times (s - 1)$ .

Dále určíme hladinu významnosti. Jedná se o pravděpodobnost, že nulová hypotéza bude neoprávněně odmítnuta. V rámci stávajícího výzkumu je pro všechny testy zvolena hladina významnosti 0,05, což znamená, že s 5% pravděpodobností bude nulová hypotéza nesprávně odmítnuta.

Při rozhodování o platnosti nulové hypotézy následně srovnáváme vypočítanou hodnotu testového kritéria  $\chi^2$  s tzv. kritickou hodnotou pro zvolenou hladinu významnosti 0,05 a počet

stupňů volnosti  $f$ . Kritická hodnota je zjistitelná ve statistické tabulce (Příloha 4). Pokud je vypočítaná hodnota testového kritéria menší, než kritická hodnota, přijmeme nulovou hypotézu, což znamená, že mezi studovanými jevy nebyl prokázán statisticky významný vztah.

Ověření hypotézy  $H4\_1$  je provedena Spearmanovým koeficientem pořadové korelace, který se používá pro posouzení těsnosti vztahu mezi dvěma jevy. V prvním kroku musí být sledované hodnoty seřazeny podle jejich pořadí. Pokud má více hodnot stejné pořadí, je jim přiřazeno jejich průměrné pořadí. Následně jsou mezi pořadími pro jednotlivé výsledky šetření vypočteny vzájemné diference ( $d$ ) a podle vzorce  $r_s = 1 - (6 \times \sum d^2) / [n \cdot (n^2 - 1)]$  je vypočítán koeficient korelace. ( $n$  je počet sledovaných dvojic hodnot). Výsledná hodnota může nabývat hodnot 0 až  $\pm 1$ . Kladné hodnoty značí pozitivní korelaci ( $s$  rostoucí hodnotou jedné proměnné roste i hodnota druhé proměnné), záporné vypovídají opak. Žádný vztah mezi proměnnými je při  $r_s = 0$ . Pro přibližnou interpretaci hodnot je možné využít normovanou tabulku (Příloha 5) (Chrása & Kočvarová, 2014).

### **H1\_1: Existuje statisticky významný rozdíl mezi životní spokojeností výzkumného souboru učitelů střední školy a normovanými hodnotami.**

Výsledky provedeného šetření realizovaného s využitím Dotazníku životní spokojenosti a následná analýza shromážděných dat ukazuje, že výzkumný vzorek učitelů vykazuje se svou životní situací spíše spokojenost. Pokud budeme brát v úvahu celkový standardní skór jednotlivců dané skupiny a rozložení v rámci staninů, pak do kategorie odpovídající pásnu nespokojenosti spadá pouze 18 osob (16,4 %) z celkového počtu 110 respondentů, což je o cca 6,6 % méně, než by se dalo očekávat podle normy. Na druhou stranu o 6,8 % respondentů více bylo možné svými výsledky zařadit do „neutrální“ oblasti. Vzhledem k tomu, že uvedené „neutrální“ pásmo lze vyjádřit jako „ani spokojen, ani nespokojen“ bylo by vhodné zvažovat, zda např. skutečně respondenti vyloženě necítí nespokojenost nebo zda nechtěli zodpovídat negativně (místo toho volili neutrální odpovědi). Pro ověření platnosti hypotézy byl zvolen test nezávislosti chí-kvadrát.

	Četnost		P-O	(P-O) <sup>2</sup>	$\frac{(P-O)^2}{O}$
	Výzkum P	Očekávaná O			
ST 1 - 3	18	25,3	-7,3	53,29	2,1063
ST 4 - 6	67	59,4	7,6	57,76	0,9724
ST 7 - 9	25	25,3	-0,3	0,09	0,0036
Celkem	110	110			3,0823

25 Hodnoty výpočtu testu nezávislosti chí-kvadrát kritéria výzkum – norma

Z hodnot uvedených v tabulce 25 byla vypočtena hodnota testového kritéria chí-kvadrát 3,0823, jako ukazatel velikosti rozdílu mezi hypotézou H1\_O a hypotézou H1\_1. Počet stupňů volnosti byl stanoven 2. Pro zvolenou hladinu významnosti 0,05 a vypočítaný počet stupňů volnosti 2 byla ze statistické tabulky přiřazena kritická hodnota 5,991.

Závěr: Vzhledem ke skutečnosti, že hodnota testového kritéria je nižší, než kritická hodnota, odmítáme hypotézu H1\_1, že existuje statisticky významný rozdíl mezi životní spokojeností výzkumného souboru a normovanými hodnotami.

### **H2\_1: Životní spokojenost učitelů střední školy pohlaví statisticky významně ovlivňuje.**

Na základě posouzení dílčích výsledků celkových hrubých skóre v návaznosti na pohlaví je možné usuzovat, že celková životní spokojenost výzkumného vzorku je vyšší u mužů než u žen. Ženy vykazují celkově o 3,67 bodu nižší hodnotu, než udává norma, muži naopak o 3,34 bodu vyšší hodnotu. Pro ověření hypotézy, byl zvolen test nezávislosti chí-kvadrát pro kontingenční tabulku. Za výchozí byly použity údaje o pohlaví a rozdělení souboru dle státníků.

	Četnost	ST 1 - 3	ST 4 - 6	ST 7 - 9	Celkem
Ženy	Výzkum	14	38	14	66
	Očekávaná	(10,8)	(40,2)	(15)	
Muži	Výzkum	4	29	11	44
	Očekávaná	(7,2)	(26,8)	(10)	
Celkem	Marginální	18	67	25	110

26 Kontingenční tabulka pro výpočet chí-kvadrátu pohlaví – životní spokojenost.

Z hodnot uvedených v tabulce 26 byla vypočtena hodnota testového kritéria chí-kvadrát 2,838, jako ukazatel velikosti rozdílu mezi hypotézou H2\_O a hypotézou H2\_1. Pro relevantní posouzení vypočtené hodnoty testového kritéria byl odpovídajícím vzorcem určen počet stupňů volnosti 2. K uvedeným hodnotám 2 a pro zvolenou hladinu významnosti 0,05 byla na základě statistických tabulek (Příloha 2) určena kritická hodnota testového kritéria 5,991. tabulka 27

Hodnota testového kritéria	Počet stupňů volnosti	Hladina významnosti	Kritická hodnota
2,838	2	0,05	5,991

27 Hodnoty výpočtu testového kritéria pohlaví – životní spokojenost

Závěr: Vzhledem ke skutečnosti, že hodnota testového kritéria je nižší, než kritická hodnota, odmítáme hypotézu H2\_1, že pohlaví má statisticky významný vliv na vnímání životní spokojenosti.

### H3\_1: Životní spokojenost učitelů střední školy věk ovlivňuje statisticky významně.

Rovněž výsledky vztažené k věku vykazují rozdíly, a to jak mezi jednotlivými věkovými kategoriemi, tak ve srovnání s normou. Nejvyšší záporný rozdíl oproti normě je identifikován u žen ve věku 46 – 55 let (-6,13 bodu), nejvyšší pozitivní rozdíl je u mužů ve věku 36 – 45 (+4,49 bodu), maximální absolutní rozdíl mezi nejnižší a nejvyšší zjištěnou hodnotou je 12,5 bodu (minimum 250,5 u žen ve věku 46 – 55 let a maximum 263 u mužů ve věku 56 – 65 let), tj. o 5,66 bodu více, než udává norma. I když reálně životní spokojenost ovlivňují činitele související s věkem (např. zdravotní stav, finanční zajištění atd.), obecně je možné konstatovat, že v průběhu života se tyto faktory mění a vyvíjí v kladném i záporném směru a jejich celkový vliv tak není nadměrně výrazný. Uvedenou skutečnost dokládá např. i fakt, že celkové skóre mužů ve věku 26 – 35 let a ve věku 56 – 65 let se liší jen o 0,27 bodu, přičemž zbylé dvě věkové kategorie mužů vykazují hodnoty nižší. Obdobně jako v případě pohlaví byl pro ověření hypotézy (hypotéza H3\_0 a H3\_1), použit test nezávislosti chí-kvadrát pro kontingenční tabulku.

	Četnost	ST 1 - 3	ST 4 - 6	ST 7 - 9	Celkem
26 - 35	Výzkum Očekávaná	3 (3,109)	10 (11,573)	6 (4,318)	19
36 - 45	Výzkum Očekávaná	6 (5,891)	22 (21,927)	8 (8,182)	36
46 - 55	Výzkum Očekávaná	4 (4,582)	18 (17,054)	6 (6,364)	28
56 - 65	Výzkum Očekávaná	5 (4,418)	17 (16,445)	5 (6,137)	27
Celkem	Marginální	18	67	25	110

28 Kontingenční tabulka pro výpočet chí-kvadrátu věk – životní spokojenost.

Z hodnot uvedených v tabulce 28 byla vypočtena hodnota testového kritéria chí-kvadrát 1,332, jako ukazatel velikosti rozdílu mezi hypotézou H3\_O a hypotézou H3\_1. Pro relevantní posouzení vypočtené hodnoty testového kritéria byl vypočten počet stupňů volnosti 6. K takto vypočteným hodnotám a pro zvolenou hladinu významnosti 0,05 byla na základě statistických tabulek (Příloha 4) určena kritická hodnota testového kritéria 12,592. tabulka 29

Hodnota testového kritéria	Počet stupňů volnosti	Hladina významnosti	Kritická hodnota
1,332	6	0,05	12,592

29 Hodnoty výpočtu testového kritéria věk – životní spokojenost

Závěr: Vzhledem ke skutečnosti, že hodnota testového kritéria je nižší, než kritická hodnota, odmítáme hypotézu H3\_1, že věk učitelů má statisticky významný vliv na vnímání životní spokojenosti učitelů středních škol.

#### **H4\_1: Je pozitivní vzájemný vztah mezi zvyšující se životní spokojenosti učitelů středních škol v oblasti práce a zaměstnání a jejich celkovou životní spokojenosti.**

Oblast práce a zaměstnání (postavení, vztahy, atmosféra, pestrost atd.) není do celkového skóre životní spokojenosti započítávána, přitom při hodnocení životní spokojenosti osob konkrétní profese ji lze považovat za relevantní. V rámci provedeného výzkumu bylo kritérium zodpovězeno všemi účastníky, což přispívá k možnosti jeho statistického zpracování. Pro ověření hypotézy byl použit Spearmanův koeficient pořadové korelace ( $r_s$ ), který byl vypočten na a základě přiřazeného pořadí sledovaných veličin a s využitím jejich vzájemných rozdílů. Vypočítaná hodnota koeficientu korelace  $r_s = 0,7154$  ukazuje na pozitivní vzájemnou závislost mezi spokojeností s prací a zaměstnáním a životní spokojeností, tzn., že s rostoucí spokojeností s oblastí práce a zaměstnání se rovněž zvyšuje celková životní spokojenost. Jelikož hodnota korelace  $r_s$  spadá do intervalu  $0,90 > r_s > 0,70$ , což přibližně ukazuje na vysokou závislost. Je velmi pravděpodobné, že učitelé středních škol, kteří budou spokojeni v oblasti práce a zaměstnání budou celkově spokojenější.

Závěr: Přijímáme hypotézu H4\_1, je vzájemný pozitivní vztah mezi zvyšující se životní spokojenosti učitelů středních škol v oblasti práce a zaměstnání a jejich celkovou životní spokojenosti.

## 6.4 Shrnutí

Výsledky výzkumu učitelů středních škol v regionu Moravy ukazují, že neexistují významné rozdíly mezi výzkumným souborem a normovanými hodnotami, a to jak v celkové životní spokojenosti, tak v jednotlivých oblastech, které životní spokojenost spoluvytváří. Hypotéza H1\_0, že existuje statisticky významný rozdíl mezi životní spokojeností výzkumného souboru učitelů střední školy a normovanými hodnotami, nebyla potvrzena.

Rovněž nebyl zaznamenán vliv pohlaví a věku na životní spokojenost učitelů středních škol. Hypotézy H2\_1, že pohlaví má statisticky významný vliv na vnímání životní spokojenosti a H3\_1, že věk učitelů má statisticky významný vliv na vnímání životní spokojenosti učitelů středních škol, byly zamítnuty.

Jelikož oblast práce a zaměstnání není do celkové životní spokojenosti započítávána, bylo zjišťováno, zda spokojenost v této oblasti koreluje s celkovou životní spokojeností zkoumaného vzorku. Hypotéza H4\_1, že existuje pozitivní vzájemný vztah mezi zvyšující se životní spokojeností učitelů středních škol v oblasti práce a zaměstnání a jejich celkovou životní spokojeností, byla potvrzena.

Zjištěné výsledky naznačují, že profese učitele střední školy nijak významně celkovou životní spokojenost neovlivňuje. Vyskytují se však určitá specifika, která přispívají k vyšší nebo nižší spokojenosti v jednotlivých oblastech. Oblast práce a zaměstnání byla vyhodnocena jako druhá nejproblematictější, přičemž do celkové životní spokojenosti není započítávána, proto byl zjišťován její vztah k celkové životní spokojenosti. Na základě statistické analýzy byl potvrzen vzájemný pozitivní vztah mezi oblastí práce a zaměstnání i celkovou životní spokojeností učitelů středních škol.



## ZÁVĚR

Předmětem práce bylo hodnocení životní spokojenosti a jejích aspektů u učitelů středních škol v regionu Moravy. Cílem bylo nejen zhodnotit životní spokojenost výzkumného souboru, ale také identifikovat vybrané faktory, které ji ovlivňují. Vlastní práce byla rozdělena na část teoretickou a praktickou.

Teoretická část byla věnována obecnému objasnění problematiky. V první kapitole byla diskutována témata, jako je životní spokojenost, kvalita života a osobní pohoda. I když je mezi různými autory patrný ne zcela jednotný výklad těchto pojmů, v zásadních bodech mezi nimi panuje shoda. Jedná se o významné konstrukty, které odráží to, jak jedinec subjektivně, pozitivně či negativně, vnímá svůj život v širokém kontextu řady různorodých aspektů. V další části pak byly identifikovány nejvýznamnější determinanty životní spokojenosti. Jak bylo zjištěno, životní spokojenost je významně podmíněna psychikou člověka, a to vrozenými osobnostními charakteristikami daného jedince, psychickými činiteli získanými v průběhu jeho vývoje i aktuálně vnímaným subjektivním prožíváním. Oproti tomu vliv dalších faktorů (např. sociodemografických) byl řadou výzkumů shledán ve vztahu k životní spokojenosti jako méně významný, určují se, jak danou skutečnost nebo situaci vnímá konkrétní jedinec. S ohledem na zaměření výzkumu na konkrétní profesní skupinu, byla rovněž vložena specifika této profese a typické znaky osobnosti učitele střední školy včetně zhodnocení jejich vlivu na životní spokojenost.

Praktická část byla zaměřena empiricky. S využitím Dotazníku životní spokojenosti byl proveden kvantitativní výzkum. Získaná data byla následně analyzována, testována a v posledním kroku vyhodnocena. Výsledky výzkumu ukazují, že vliv jednotlivých determinant na životní spokojenost učitele střední školy je obdobný, jako tomu je u ostatní populace. I když byly shledány určité odchylky, dílčí i celkové hodnoty životní spokojenosti byly srovnatelné s normovanými hodnotami. Rovněž ve vztahu k životní spokojenosti nebyl potvrzen statisticky významný vliv pohlaví ani věku. Na druhou stranu se ukázalo, že existují oblasti, které učitelé středních škol hodnotí spíše negativně, přičemž tyto jsou spojené především s výkonem povolání, a to oblasti práce a zaměstnání a finance. Na základě uvedených výsledků by bylo vhodné tato témata diskutovat, hledat příčiny a možná řešení, a to určitě nejen na úrovni jedinců, ale zcela jistě systémově. Nespokojenost v pracovní oblasti se velmi pravděpodobně může projevat rovněž v jejím výkonu daným jedincem, což lze, v případě učitelů a

specifik jejich povolání, považovat za závažný celospolečenský problém. Na základě uvedených skutečností lze konstatovat, že cíl výzkumu byl naplněn.

Je nutné ovšem doplnit, že při hodnocení výsledků výzkumu je potřeba vzít v úvahu jeho jistá omezení. Především jde o rozsah výzkumu, který byl s ohledem na možnosti proveden na relativně malém vzorku. Dále to byl, ze stejných důvodů, způsob výběru respondentů, který zahrnoval pouze dostupný výběr. Vzhledem k tomu, že výzkum ukázal na určitá negativa spojená s profesí učitele a životní spokojeností, pro erudovanější závěry by bylo vhodné provést hlubší a rozsáhlejší výzkum, popř. doplnit dalšími daty. Vhodné by mohlo být např. využít Dotazník BM, zjišťující míru syndromu vyhoření, (syndrom vyhoření těsně souvisí s profesí a může vnímání spokojenosti v této oblasti rovněž významně ovlivnit).

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] Blatný, M. & Šolcová, I. (2016) Osobnostní předpoklady osobní pohody. *Československá psychologie: časopis pro psychologickou teorii a praxi*. Praha: Psychologický ústav AV ČR. (XL). 2-12.
- [2] Blatný, M. et al. (2005). Psychosociální souvislosti osobní pohody. Brno: Masarykova univerzita.
- [3] Blatný, M. et al. (2010). Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy. Praha: Grada.
- [4] Blížkovská, J. (2003). Objektivní a subjektivní faktory štěstí. Brno: Filozofická fakulta Brněnské univerzity. P 7, 55-61.
- [5] Čáp, J., Mareš, J. (2007). Psychologie pro učitele. Praha: Portál.
- [6] Fontana, D. (2014). Psychologie ve školní praxi: příručka pro učitele. Praha: Portál.
- [7] Hamplová, D. (2004). Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory. Praha: Sociologický ústav AV ČR.
- [8] Hamplová, D. (2006). Životní spokojenost, štěstí a rodinný stav v 21 evropských zemích. Praha: Sociologický ústav AV ČR. 42(1), 35–55
- [9] Heřmanová, E. (2012). Kvalita života a její modely v současném sociálním výzkumu. Praha: Sociológia. 44(4), 407-425.
- [10] Hojsík, M. (2018). Indikátory kvality života v oblasti bydlení. Praha: Úřad vlády České republiky.
- [11] Holeček, V. (2014). Psychologie v učitelské praxi. Praha: Grada Publishing a.s.
- [12] Hřebíčková, M., Blatný, M. & Jelínek, M. (2010). Osobnost jako prediktor osobní pohody v dospělosti. *Československá psychologie*. Brno: Psychologický ústav AV ČR. LIV, 31-41
- [13] Chrásta, M. & Kočvarová, I. (2014). Kvantitativní design v pedagogických výzkumech začínajících akademických pracovníků. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií.
- [14] Kázmér, L. & Boumová, I. (2016). Spokojenost s bydlením v České republice – výsledky šetření 2001 a 2013. *Naše společnost*. (1-2016) 23 – 37. Dostupné z:

- <https://cvvm.soc.cas.cz/cz/casopis-nase-spolecnost/prehled-clanku/75-2016-1/2076-spokojenost-s-bydlenim-v-ceske-republice-vysledky-setreni-2001-a-2013>
- [15] Kravcová, M. (2015). Vybrané osobnostné charakteristiky a zvládanie záťaže ako prediktory životnej spokojnosti seniorov. *E-psychologie*. 9(4). Prešov: Inštitút psychológie FF PU. Dostupné z: <http://e-psycholog.eu/pdf/kravcova.pdf>.
- [16] Křivohlavý, J. (2004). Kvalita života. Sborník příspěvků z konference. Třeboň. Dostupné z: <https://www.ipvz.cz/seznam-souboru/515-kvalita-zivota-sbornik-prispevku-z-konference-konane-25-10-2004vtreboni.pdf#page=11>
- [17] Křivohlavý, J. (2013). *Psychologie pocitů štěstí: Současný stav poznání*. Praha: Grada Publishing a.s.
- [18] Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- [19] Mareš, J. (2013). *Pedagogická psychologie*. Praha: Portál.
- [20] Mysíková, M. & Večerník, J. (2016). Spokojenost se životem a zaměstnáním v České republice. *Politická ekonomie Praha: Vysoká škola ekonomická*. 64(07). 851-866
- [21] Nakonečný, M. (2009). *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia.
- [22] Nolen-Hoeksema, S. et al. (2012). *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Praha: Portál.
- [23] Ozmete, E. (2011). Subjective well-being: A research on life satisfaction as cognitive component of subjective well-being. *Journal of Academic Research: Charts*. (Vol 3).
- [24] Průcha, J., Mareš, J. & Walterová, E. (2003). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- [25] Říčan, P. (2010). *Psychologie osobnosti*. Praha: Grada Publishing a.s.
- [26] Slezáčková, A. & Škrabská, S. (2013). Vztah silných stránek charakteru s životní a pracovní spokojeností učitelů a studentů pedagogiky. Brno: Psychologický ústav, Filozofická fakulta, Masarykova univerzita. 02(01).
- [27] Sociologická encyklopedie (2017). Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/VSGS>
- [28] Šubrt, J. et al. (2008). *Soudobá sociologie III. Diagnózy soudobých společností*. Praha: Karolinum.

- [29] Zemanová, V & Dolejš, M. (2015). Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta.
- [30] Urbancová, E. (2011). Profesní stresory učitelů a syndrom vyhoření. Škola a zdraví. 21, 309-322

**SEZNAM TABULEK**

1 Věkové rozložení respondentů vůči statistickým datům z roku 2018 (zdroj: ČSÚ ).....	41
2 Srovnání hodnot a pořadí oblastí životní spokojenosti u žen a mužů.....	43
3 Celkové hodnoty životní spokojenosti – ženy .....	45
4 Celkové hodnoty životní spokojenosti – muži.....	45
5 Zdraví - ženy .....	46
6 Zdraví - muži .....	46
7 Práce a zaměstnání - ženy .....	47
8 Práce a zaměstnání - muži .....	47
9 Finanční situace - ženy .....	48
10 Finanční situace - muži .....	48
11 Volný čas - ženy .....	49
12 Volný čas - muži .....	49
13 Manželství a partnerství – ženy .....	50
14 Manželství a partnerství - muži .....	50
15 Vztah k vlastním dětem – ženy.....	51
16 Vztah k vlastním dětem - muži .....	51
17 Vlastní osoba – ženy .....	52
18 Vlastní osoba – muži.....	52
19 Sexualita – ženy .....	53
20 Sexualita - muži .....	53
21 Přátelé, známí, příbuzní - ženy .....	54
22 Přátelé, známí, příbuzní - muži.....	54
23 Bydlení – ženy .....	55
24 Bydlení - muži .....	55
25 Hodnoty výpočtu testu nezávislosti chí-kvadrát kritéria výzkum – norma .....	60
26 Kontingenční tabulka pro výpočet chí-kvadrátu pohlaví – životní spokojenost. ..	61
27 Hodnoty výpočtu testového kritéria pohlaví – životní spokojenost .....	62
28 Kontingenční tabulka pro výpočet chí-kvadrátu věk – životní spokojenost.....	62
29 Hodnoty výpočtu testového kritéria věk – životní spokojenost.....	63

**SEZNAM GRAFŮ**

1	Struktura respondentů dle věku a pohlaví.....	41
2	Celková životní spokojenost ženy – muži, srovnání s normou.....	44
3	Srovnání průměrných hodnot žen a mužů v oblastech životní spokojenosti.....	45
4	Celková životní spokojenost dle oblastí v procentech – rozložení dle staninů .....	56

**SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha 1 Procento vyplněných odpovědí dotazníku – ženy .....	73
Příloha 2 Procento vyplněných odpovědí dotazníku – muži .....	73
Příloha 3 Celková spokojenost zkoumaného vzorku podle rozložení dle staninů.....	74
Příloha 4 Kritické hodnoty testového kritéria chí-kvadrát.....	75
Příloha 5 Přibližná interpretace hodnot Spearmanova koeficientu pořadové.....	76



## PŘÍLOHY

### Příloha 1: Procento vyplněných odpovědí dotazníku – ženy

Ženy/věk	26 - 35	36 - 45	46 - 55	56 - 65	SUM
Zdraví	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Práce a zaměstnání	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Finance	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Volný čas	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Manželství	<b>75,00%</b>	<b>95,24%</b>	<b>90,00%</b>	<b>76,47%</b>	<b>86,36%</b>
Děti	<b>50,00%</b>	<b>80,95%</b>	100,00%	<b>94,12%</b>	<b>86,36%</b>
Vlastní osoba	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Sexualita	100,00%	<b>95,24%</b>	100,00%	100,00%	<b>98,48%</b>
Přátelé, známí, příbuzní	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Bydlení	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Průměr	<b>92,50%</b>	<b>97,14%</b>	<b>99,00%</b>	<b>97,06%</b>	<b>97,12%</b>

Příloha 1 Procento vyplněných odpovědí dotazníku – ženy

### Příloha 2: Procento vyplněných odpovědí dotazníku – muži

Muži/věk	26 - 35	36 - 45	46 - 55	56 - 65	SUM
Zdraví	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Práce a zaměstnání	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Finance	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Volný čas	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Manželství	<b>72,73%</b>	100,00%	<b>50,00%</b>	<b>60,00%</b>	<b>75,00%</b>
Děti	<b>27,27%</b>	<b>73,33%</b>	<b>62,50%</b>	100,00%	<b>65,91%</b>
Vlastní osoba	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Sexualita	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Přátelé, známí, příbuzní	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Bydlení	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%
Průměr	<b>90,00%</b>	<b>97,33%</b>	<b>91,25%</b>	<b>96,00%</b>	<b>94,09%</b>

Příloha 2 Procento vyplněných odpovědí dotazníku – muži

**Příloha 3: Celková spokojenost zkoumaného vzorku podle rozložení dle stanic**

	Absolutní počty respondentů				Procentuelní zastoupení		
	ST1-3	ST4-6	ST7-9	Osob	ST1-3 %	ST4-6 %	ST7-9 %
ZDR	30	61	19	110	27,27%	55,45%	17,27%
PAZ	28	65	17	110	25,45%	59,09%	15,45%
FIN	31	63	16	110	28,18%	57,27%	14,55%
VLC	22	64	24	110	20,00%	58,18%	21,82%
MAN	17	55	18	90	18,89%	61,11%	20,00%
DET	17	44	25	86	19,77%	51,16%	29,07%
VLO	23	60	27	110	20,91%	54,55%	24,55%
SEX	28	57	24	109	25,69%	52,29%	22,02%
PZP	21	63	26	110	19,09%	57,27%	23,64%
BYD	20	61	29	110	18,18%	55,45%	26,36%
SUM	18	67	25	110	16,36%	60,91%	22,73%
Norma					23,00%	54,00%	23,00%

Příloha 3 Celková spokojenost zkoumaného vzorku podle rozložení dle stanic

#### Příloha 4: Kritické hodnoty testového kritéria chí-kvadrát

Stupně volnosti	0,050	0,010
1	3,841	6,635
2	5,991	9,210
3	7,815	11,341
4	9,488	13,277
5	11,070	15,086
6	12,592	16,812
7	14,067	18,475
8	15,507	20,090
9	16,919	21,666
10	18,307	23,209
11	19,675	24,725
12	21,026	26,217
13	22,362	27,688
14	23,685	29,141
15	24,996	30,578
16	26,296	32,000
17	27,587	33,409
18	28,868	34,805
19	30,144	36,191
20	31,410	37,576
21	32,671	38,932
22	33,924	40,289
23	35,172	41,638
24	36,415	42,980
25	37,652	44,314
26	38,885	45,642
27	40,113	46,963
28	41,337	48,278
29	42,557	49,588
30	43,773	50,892

Příloha 4 Kritické hodnoty testového kritéria chí-kvadrát.

Zdroj: Chrásta & Kočvarová (2014)

### Příloha 5: Přibližná interpretace hodnot Spearmanova koeficientu

Hodnota koeficientu korelace	Interpretace
$r_s = 1,00$	naprostá závislost (funkční závislost)
$1,00 > r_s \geq 0,90$	velmi vysoká závislost
$0,90 > r_s \geq 0,70$	vysoká závislost
$0,70 > r_s \geq 0,40$	střední (značná) závislost
$0,40 > r_s \geq 0,20$	nízká závislost
$0,20 > r_s > 0,00$	velmi slabá závislost
$r_s = 0,00$	naprostá nezávislost

Příloha 5 Přibližná interpretace hodnot Spearmanova koeficientu pořadové korelace. Zdroj: Chrásta & Kočvarová (2014)