

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
INSTITUT MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

**Souvislosti mezi sebehodnocením a způsobem trávení
volného času u studentů středních škol**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí práce :

Ing. Mgr. Irena Ocetková, Ph.D.

Vypracovala :

Jindřiška Kočková

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Souvislosti mezi sebehodnocením a způsobem trávení volného času u studentů středních škol“ zpracovala samostatně a použila jen literaturu uvedenou v seznamu literatury

Praha 20. dubna 2009

.....
Jindřiška Kočková

Poděkování

Děkuji paní Ing. Mgr. Ireně Ocetkové, Ph.D. za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytla při zpracování mé bakalářské práce.

Také bych chtěla poděkovat své rodině za morální podporu, kterou mi poskytla při zpracování mé bakalářské práce, a které si nesmírně vážím.

Jindřiška Kočková

Obsah

Úvod.....	2
1 Volný čas a sebehodnocení.....	4
1.1 Definice volného času a sebehodnocení	4
1.2 Obecné pojetí vlivu volného času na studenty středních škol	6
2 Aspekty využití volného času.....	10
2.1 Struktura osobnosti	10
2.2 Patologie využívání volného času.....	11
2.3 Psychohygienická pravidla využívání volného času	12
3 Činitelé vývoje jedince	13
3.1 Rodina	13
3.2 Školská zařízení.....	14
3.3 Vrstevnické skupiny	16
3.4 Hromadné sdělovací prostředky a informační technologie	16
4 Aktivity, prostory a zařízení.....	18
4.1 Hřiště a herní prostory.....	19
4.2 Lokální zařízení.....	19
4.3 Zájmová zařízení nadmístního dosahu	20
5 Zájmová činnost	22
5.1 Sport jako zájmová činnost.....	23
5.2 Turistika a tábory	25
6 Praktická část	27
6.1 Cíl a předpoklady průzkumu	27
6.2 Metoda průzkumu.....	27
6.3 Popis vzorků respondentů	29
6.4 Popis výsledků	29
6.5 Shrnutí výsledků.....	30
Závěr	33
Resumé.....	35
Anotace.....	37
Klíčová slova.....	37
Annotation.....	37
Keywords.....	37
Seznam použité literatury	38
Příloha	1
Rozhovor s prvním respondentem.....	1
Rozhovor s druhým respondentem	4
Rozhovor s třetím respondentem	7
Rozhovor s čtvrtým respondentem.....	10
Rozhovor s pátým respondentem	13
Rozhovor s šestým respondentem	16
Rozhovor s sedmým respondentem	19
Rozhovor s osmým respondentem.....	21

Úvod

Problematika týkající se způsobu trávení volného času patří v současné době k těm tématům, která se znovu stávají předmětem mnoha diskuzí laické i odborné veřejnosti. Kvalita prožívání, trávení volného času mládeže se dostává do popředí zájmu celé společnosti.

Volný čas již nepředstavuje jen prostor pro relaxaci a oddych, ale složitý dynamický systém širokého dosahu. Naplňování a způsob využití volného času je úzce vázáno na prosazující se hodnotový systém a zároveň je jedním z důležitých ukazatelů životního stylu. Je důležité, aby volný čas přinášel mládeži pocit seberealizace a sebepoznání.

Domnívám se, že je velmi důležité vytvářet podmínky k určitým vhodným aktivitám ve volném čase a tím směřovat mladou populaci k jejich využívání. Pokud dojde ke správnému využívání volného času, tak zároveň dojde ke snížení deviantního chování, jako je například konzumace drog a kriminalita, a to zejména u dětí a mládeže. Naším úkolem by měl být zájem o to, aby dnešní mladá populace mohla rozvíjet své tvůrčí kulturní a sportovní aktivity, které by jim přinášeli pozitivní prožitky a zážitky

Další otázkou je, zda současná mladá populace umí či dokáže efektivně využívat svůj volný čas. Značná část lidí neví, jak s volným časem naložit, jak jej využít. K efektivnímu využívání volného času je třeba mládež vést a připravovat. Je důležité, aby rodiče, škola a další instituce prostřednictvím zvolených, vhodných aktivit ve volném čase kvalitativně posunuli životní styl každického jedince k lepšímu. Měli by dnešní mládež nasměřovat správným směrem, ukázat jim, co je správné, co nesprávné, nenásilnou formou je přesvědčit, že aktivní volný čas je mnohem příjemnější a vhodnější, než se nudit a bavit se nicneděláním.

Domnívám se, že volný čas mládeže je rozdílný, a to v závislosti na jejich věku, v závislosti na prostředí, kde žijí. Je zřejmé, že mládež žijících ve velkých městech mají úplně jiné a mnohem lepší možnosti k trávení volného času. Naopak mládež z malých měst, či vesniček musí vynaložit další finanční prostředky, aby mohli uspokojit své potřeby a zájmy. Domnívám se, že v současné době dochází ke změně v přístupu v této oblasti ze strany institucí, kdy již i malá města začínají investovat nemalé prostředky do realizace různých aktivit pro děti a mládež, jako jsou víceúčelová hřiště, zájmové kroužky atd.

Cílem mé bakalářské práce je zjistit, jak volný čas ovlivňuje současnou mladou populaci, zda je volný čas pro ně přínosem. Zároveň chci ukázat, že aktivní volný čas je pro mládež důležitý, poněvadž ovlivňuje jejich motivaci, postoje a směřuje je správným směrem, aby se mohli začlenit do současné společnosti.

V teoretické části se především zaměřím na volný čas obecně, uvedu činitele vývoje jedince a jejich případný vliv na mládež. Jako hlavní činitele, kteří nejvíce ovlivňují dnešní mladou populaci můžeme uvést především rodinu, školská zařízení a určitě vrstevnické skupiny. Významnou kapitolou jsou také aktivity, prostory a zařízení, kde mládež nejčastěji tráví svůj volný čas. A na závěr teoretické části se zmíním o zájmové činnosti, které nejčastěji mládež využívá.

V praktické části vyhodnotím rozhovory provedené s cílovou skupinou o jejich skutečném volném čase, s kým a jak ho nejčastěji tráví. Rozhovory jsou směřovány ke zjištění, zda umí efektivně využívat volný čas, v čem je pro ně důležitý a zda je nějak skutečně ovlivňuje. Cílem bakalářské práce je zjistit z provedeného průzkumu, zda aktivní volný čas je ta správná cesta k utváření jejich osobnosti a jak velké místo zaujímá volný čas v každodenním životě mládeže.

1 Volný čas a sebehodnocení

1.1 Definice volného času a sebehodnocení

Existuje mnoho definic volného času. Na úvod vybírám několik z nich :

V pedagogickém slovníku Průcha uvádí, že volný čas je : *„Čas, s kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z dvacetičtyřhodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku). Na výchovu vzdělávání ve volném čase je zaměřena pedagogika volného času, neboli výchova pro volný čas“*.¹

Volný čas můžeme také charakterizovat jako dobu, která zahrnuje odpočinek, rekreaci, zábavu, zájmové činnosti, dobrovolnou společensky prospěšnou činnost. Volný čas dětí a mládeže můžeme také charakterizovat jako nejsvobodnější volbu činností, které dělají dobrovolně a rádi, do nichž vstupují s očekáváním, a která jim přináší příjemné zážitky a uspokojení².

Hofbauer uvádí definici volného času jako : *„Čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutností zachovat a rozvíjet svůj život. Přesnější a úplnější je však jeho charakteristika jako činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení“*.³

Sebehodnocení v pedagogickém slovníku⁴ je charakterizováno jako jeden z procesů, kdy se z jedince stává osobností. Vytvoření sebehodnocení je pak významným činitelem chování a jednání osobnosti. Adekvátní

¹ PRŮCHA, J. a kol. Pedagogický slovník. 5. vyd. Praha : Portál, 2008, 322 s. ISBN 978-80-7367-416-8.

² PÁVKOVÁ, J. a kol. Pedagogika volného času. 4. vyd. Praha : Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

³ HOFBAUER, B. Děti, mládež a volný čas. 1. vyd. Praha : Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-7178-927-5.

⁴ PRŮCHA, J. a kol. Pedagogický slovník. 5. vyd. Praha : Portál, 2008, 322 s. ISBN 978-80-7367-416-8.

sebehodnocení efektivně řídí chování k sobě samému i k ostatním lidem. Neadekvátní sebehodnocení naopak přináší problémy, které se pak projevují negativně v jednání člověka a mají často bezprostřední společenské důsledky. Můžeme říci, že při každém hodnocení hodnotí každý sám sebe. Může být přiměřené či nepřiměřené skutečností, může být taktéž vysoké, průměrné či nízké.

Sebehodnocení je také do určité míry ovlivňováno temperamentovými vlastnostmi, kdy extroverti a emočně stabilní osoby mají vyšší úroveň svého sebehodnocení a jsou spokojenější se svým životem, se sebou samým, než introverti a osoby emočně labilní.¹

S sebehodnocením taktéž úzce souvisí **sebepoznání, sebepojetí, sebeúcta a sebevědomí**². Sebepoznání můžeme definovat jako něco neznámého, co v nás může vyvolat pocit ohrožení, nebezpečí. Potřeba sebepoznání a osobního růstu nás nutí vydat se na cestu ohrožení nebo pocitu bezpečí. Zde si můžeme položit otázku, zda zvolit cestu jistoty, malých nároků na sebe, či zvolíme experimentování s neznámem, zkoušet a narážet na neúspěch, tápat bez možnosti odhadnout výsledek předem. Kříž uvádí v této publikaci : *„Růst spojený s rizikem zklamání a neúspěchu je nezbytným předpokladem budování dobrého sebepojetí, sebevědomí a zdravé sebeúcty“*. Je známo, že nízké sebevědomí je většinou spojeno s osobnostní stagnací, neochotou něco změnit, neochotou vyjít z obvyklých stereotypů. Každý z nás by měl vědět, co dělá, když dělá to, co dělá. Měl by vědět, čeho může (a smí) docílit a o co by již usilovat neměl.

Sebepojetí je to, jak vnímáme sami sebe ve svých reálných možnostech,

¹ BLATNÝ, M. Jasnost sebepojetí jako mediátor vztahu mezi temperamentovanými vlastnostmi osobnosti a sebehodnocením a životní spokojenosti. Brno : Psychologický ústav AV ČR, Roč.5, 1999, 15 s. ISBN 80-238-5785-1.

² KŘÍŽ, P. Kdo jsem, jaký jsem. Aktivita pro osobnostní a sociální výchovu k podpoře sebepoznání a sebepojetí. 1. vyd. Kladno : AISIS, 2005, 132 s.

jak působíme na druhé. Uvedené úzce souvisí s úrovní sebepoznání. Sebepojetí ovlivňuje naše momentální chování i ambice, které si vytváříme. Nevyužíváme svých možností, pokud je příliš přeceňujeme. Jako příklad si můžeme uvést situaci, kdy se vyhneme konverzaci v cizím jazyce, nepustíme se do atraktivního, ale obtížného úkolu. Naopak přehnaná, nerealistická úroveň sebepojetí může vyvolat obtíže. Jako příklad si můžeme uvést, musím být všude slyšet, ačkoliv nemám mnoho co zajímavého říci.

Sebeúctu můžeme definovat jako víru, kdy věříme v sebe samotného. Znamená to pro nás přesvědčení, že jsme kladně přijímáni druhými lidmi, okolím, že dobře zvládáme úkoly. Patří sem samozřejmě i dobré mínění o svých duševních a fyzických schopnostech a taktéž o tom, jak sami vypadáme, jaký tvoříme dojem na ostatní. Domnívám se, že mládež se slabou sebeúctou ustupují druhým z cesty, nedokáží se úplně prosadit, někdy to raději ani nezkoušejí ze strachu, že by selhali, z obavy z konfliktu, z posměchu od ostatních. Také přehnané sebeprosazování, silový přístup k ostatním svědčí o slabé sebeúctě jedince.

Sebevědomí je nedílnou součástí sebehodnocení, kdy věříme v sebe a ve své schopnosti bez toho, aniž bychom se podceňovali či přeceňovali. Sebevědomí můžeme posilovat u mladé populace mi všichni, a to oprávněnými projevy uznání, podpory a odměny.

1.2 Obecné pojetí vlivu volného času na studenty středních škol

Pod pojmem **volný čas** si každý z nás představí něco jiného, někdo odpočinek, další práce na zahradě, někteří sledování televize atd. A co si představuje dnešní mladá populace? Uslyšíme pravděpodobně odpovědi, jako je sport, koníčky, zábava, turistika apod.

Tyto pozitivní vlivy se dají shrnout do několika odkazů.

- mám potřebný volný čas pro sebe,
- jsem spokojen/a s tím, jak trávím volný čas,
- umím efektivně využít svůj volný čas,
- volný čas je pro mě přínosem.

Ale taktéž můžeme slyšet odpovědi, jako nuda, nic nedělání, parta kamarádů, pivo, automaty, drogy apod. Můžeme se setkat i s nejistotou, strádáním, i s problémy¹. Tyto negativní vlivy se dají shrnout do několika odkazů :

- nemám žádný čas,
- mám velmi málo volného času,
- nejsem spokojen/a s tím, jak trávím volný čas,
- nudím se, nevím, co s volným časem,
- věděl/a bych, co s volným časem, nemám však dostatek prostředků.

Obecně můžeme říci, že volný čas poskytuje v současné době každému jednotlivci i společnosti mnohem více aktivit a rozsáhlejší jeho využití než v předcházející době. Některé děti, mládí lidé volný čas smysluplně využívat neumějí, nebo se s přitažlivou nabídkou neseťkávají, poněvadž neexistuje nebo k nim nepronikne. Další příčinou, kdy mládež nevyužívá svůj volný čas mohou být sociální nebo finanční důvody, neboť některé aktivity volného času si vyžadují značné prostředky a pro určité rodiny se stávají nedosažitelnými. Jejich volný čas se ochuzuje, neodpovídá ambicím jednotlivce a volný čas se tak může stávat nudou, pouhým konzumem, přežíváním nebo prázdne².

Někteří se zase nedokáží či neumějí zapojit do aktivit volného času. Nemají dost motivace, mají malou sebedůvěru, málo si věří, a proto zůstávají v pozici nicnedělání a o nic neusilují. Tito jedinci pak mohou snadno

¹ PÁVKOVÁ, J. a kol. Pedagogika volného času. Portál, Praha 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

² HÁJEK, B. a kol. Pedagogika volného času. Praha, 2003, 105 s. ISBN 80-7290-121-1.

podlehout nežádoucím závislostem, k osudu druhých lidí začínají být lhostejní, kdy se k nim mohou chovat agresivně, dokonce i netolerantně.

Aktivity ve volném čase by měly být naopak pro mládež přitažlivé, které by jim poskytovaly příjemné prožitky a zážitky, možnost odpočinku, relaxace. Pokud bude mládež zdravě využívat svůj volný čas, přispěje jim to k tělesnému a duševnímu zdraví, bude je to podporovat v utváření zdravé osobnosti.

Pro rozvoj osobnosti, pro životní styl mládeže je důležité, jak hodnotí význam svého volného času. Mohou nastat tři situace :

- jedinec význam volného času podceňuje. Volnočasové aktivity nevedou k psychickému uvolnění, jsou spojeny s výčitkami svědomí, odpočívat lze až po splnění všech povinností,
- jedinec význam volného času přeceňuje. Za hlavní považuje to, co ho baví. Má mnoho zájmů, kterým věnuje mnohem více času než je třeba,
- jedinec chápe reálný význam volného času. Nepřeceňuje ho a ani nepodceňuje. Má své zájmy, kterým se ve volném čase věnuje, které mu poskytují prostor pro relaxaci, čerpání pozitivních zážitků.

Je zřejmé, že způsob volného času je ovlivněn sociálním prostředím, a to zejména rodinou, školou a dalšími subjekty, které by měly mládež :

- vést k tomu, aby se naučili reálně zhodnotit vlastní potřeby a možnosti,
- nenásilně ovlivňovat výběr jednotlivců a skupin, s kterými se stýkají a tráví s nimi volný čas,
- podporovat rozvoj celoživotních zájmů,
- naučit jedince účinně odpočívat,
- rozvíjet v rámci zájmových činností tvořivost a pestrost.

Naopak absence citu, pocit, že se o člověka nezajímáme, dlouhotrvající pocit nudy může vést k tomu, že s jedincem je snadné manipulovat a ti pak často hledají a nalézají možnost seberealizace v sociálně závadném prostředí.

Ovlivňování volného času rodinou, školou a dalšími subjekty by mělo podporovat aktivity dětí a mládeže, poskytovat jim prostor pro jejich vyžití, uspokojovat potřeby nových dojmů, seberealizaci, poskytovat jim pocit bezpečí a jistoty¹.

Aktivity volného času by měly komplexně působit na různé stránky osobnosti, rozšiřovat jejich poznání, rozvíjet jejich psychickou i fyzickou stránku osobnosti, vytvářet aktivní vztah k sobě samému, k druhým lidem, ke společnosti a přírodě. Způsob trávení volného času spoluvytváří hodnotový systém jedince, kdy naším úkolem je, aby byl co nejhodnotnější.

¹ PÁVKOVÁ, J. a kol. Pedagogika volného času. 4. vyd. Praha : Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

2 Aspekty využití volného času

2.1 Struktura osobnosti

Vše co děláme můžeme hodnotit dle různých měřítek, kdy nejdůležitější je, zda činnost, kterou vykonáváme je pro nás prospěšná či nikoliv. Volný čas by měl představovat svobodnou volbu činnosti, kdy využívání volného času mládeže by mělo mít nějakou strukturu a náplň, která by měla vést k rozvoji osobnosti člověka.

Zdravou osobností ve volném čase můžeme charakterizovat snahou o sebeprosazení, o vědomé využívání svých schopností¹. Strukturu osobnosti můžeme dělit na oblastí :

- 1) zaměření osobnosti,
- 2) oblast schopností,
- 3) temperament a emotivita,
- 4) charakterově-volní vlastnosti.

Ad 1) **Zaměření osobnosti**

Do této oblasti můžeme zařadit zájmy, potřeby, hodnoty. Při zájmech mládež vynakládá úsilí, vyjadřuje svojí motivaci. Zájmy mládež vybízí k aktivitě, ke spokojenosti a dobré náladě. Naopak ti, kteří nemají žádné své zájmy, mohou se nechat svést na špatnou cestu. K utváření osobnosti jsou taktéž důležité potřeby, a to fyzické, sociální a psychické. Můžeme říci, že tam, kde je nedostatek volného času, nebo je špatně organizován, můžeme očekávat, že jedinec bude deprimován z neuspokojení některých svých potřeb.

¹ SPOUSTA, V. a kol. Kapitoly z pedagogiky volného času. MU Brno, 1996, 37 s. ISBN 80-210-1274-9.

Ad 2) Oblast schopností osobnosti

Jedná se o schopnosti, které vedou k úspěšnému zvládnutí určité činnosti. Tyto schopnosti by se měly neustále rozvíjet. Mládež by se měla především zaměřovat na schopnosti, které jim pomohou dosáhnout úspěchu. U činností vykonávaných ve volném čase je nejdůležitější právě ten úspěch, který dává člověku dobrý pocit, který uvolňuje napětí v těle. A proto by se mládež měla věnovat těm činnostem, v kterých se sami najdou a budou jim přínosem.

Ad 3) Oblast temperamentu a emotivity

V aktivitách volného času by se měly nejvíce projevovat emoce, to, co cítíme. Mezi kladné emoce můžeme zařadit radost, pocit uspokojení, pocit štěstí. Volný čas by měl potlačovat pocit neuplatnění, smutek a další negativní pocity. Současný výzkum prokázal, že spokojenost je do určité míry také ovlivňována temperamentovými vlastnostmi osobnosti.

Ad 4) Oblast charakterově-volných vlastností

Řada výzkumů ukazuje, že u asociálních jedinců a delikventů se nacházejí výrazné nedostatky v trávení volného času. Činnosti ve volném čase by měli být nějakým způsobem organizovány, neměly by mít charakter povinnosti, lhostejného úsilí.

2.2 Patologie využívání volného času

Patologie volného času je to, kdy jedinec neumí, není schopen odpočívat, kdy neefektivně využívá svůj volný čas určitými speciálními aktivitami (např. intenzivní cvičení, různé diety atd). Volný čas pak neplní svoji funkci, svůj účel, pokud bude aktivita jedince roztráštěná a impulzivní, překotná, neklidná a nesystematická. Do patologie volného času můžeme také zařadit nudu, což je nepříjemný stav spojený s napětím, se zkresleným prožíváním času a s pocity

prázdná. Pocit nudy bychom se měli pokusit změnit působením na nudícího jedince.¹

2.3 Psychohygienická pravidla využívání volného času

- 1) Volný čas není tráven zbytečně.
- 2) Každý jedinec by měl mít zodpovědnost za to, co dělá, ale i za to, jak tráví svůj volný čas.
- 3) Každý sám by si měl co nejvýhodněji organizovat volný čas.
- 4) Ve volném čase je nutné odstraňovat nesmyslné úsilí a každou křečovitost.
- 5) Ve volném čase používat i fantazii.
- 6) Snažit se o široké záliby, které by se nevázali jenom na realizaci budoucího zaměstnání.
- 7) Při činnostech ve volném čase by se měly projevovat emoce jedince.
- 8) Pro činnosti, kterým se ve volném čase jedinec chce věnovat, by měl mít odpovídající schopnosti a dovednosti.
- 9) Činnosti ve volném čase by měly vést k subjektivnímu prožitku úspěchu.
- 10) Náplň volného času by měla mít kořeny v imaginaci a ne v racionalitě.

¹ SPOUSTA, V. a kol. Kapitoly z pedagogiky volného času. 1. vyd. Brno : Masarykova Univerzita, 1996, 37 s. ISBN 80-210-1274-9.

3 Činitelé vývoje jedince

3.1 Rodina

Klíčovou roli při utváření osobnosti jedince hraje především **rodina**, která by měla záměrně a cílevědomě působit na člověka. Úkolem rodiny je výchova k zdravému životnímu stylu, vychovat člověka k tomu, aby dokázal hospodařit se svým volným časem, uvědomovat si jeho hodnotu. Výsledkem by měl být jedinec aktivní, nejen přijímající podněty, ale schopný vyvíjet úsilí, věnovat se činnostem, které by mu přinášely uspokojení a poskytovaly příležitost k navazování kvalitních vztahů mezi lidmi.

Právě rodiče jsou pro mládež prvními vzory, od nichž získávají první zkušenosti s využíváním volného času. Děti od rodičů přebírají, napodobují jejich životní styl.

Rodina by měla vybavovat děti vědomostmi, dovednostmi a postoji, ale také schopnostmi odolávat nástrahám, které jim současná společnost připravuje, jako jsou drogové závislosti, nesnášenlivost, agresivita apod. Jejím cílem je naučit jedince dobře a kvalitně využívat svůj volný čas, chápat jej jako velkou životní hodnotu. Naučit ho objevovat vlastní dispozice a rozvíjet je a tím je naučit sestavit si racionální režim dne, který by pro něj byl přínosem¹

Rodiče předávají svým dětem zvyky, postoje a připravenost k jednání, jaké platí ve společnosti. Mládež se pak učí těmto normám přizpůsobovat, získávají sociální chování. Je důležité, aby se rodiče dětem věnovali, zajímali se o ně, o jejich zájmy a snažili se s nimi trávit část jejich volného času. Mládež by měla v rodině nacházet oporu, porozumění, i přesto, že rodiče by měly na věc jiný názor, než jejich potomek. Domnívám se, že děti by měli mít v rodičích

¹ HÁJEK, B. a kol. Pedagogika volného času. Praha, Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2003, 105 s. ISBN 80-7290-128-1.

důvěru obrátit se na ně s jakýmkoliv problémem, čímž by se snáze vyrovnávaly s potíží, s kterými se mohou setkat.

3.2 Školská zařízení

V naší společnosti existuje několik institucí, organizací, které poskytují volnočasové aktivity pro mládež, do určité míry působí na osobnost jedince, disponují možnostmi spolupracovat s odborníky.

Střediska pro volný čas dětí a mládeže jsou domy dětí a mládeže, stanice zájmových činností, která jsou zřizována jako jedna z možných forem středisek pro volný čas dětí a mládeže ze zákona č.76/1978 Sb., o školských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů¹. Jejich úkolem je naplňovat rekreační a výchovně-vzdělávací funkci se širokou zájmovou působností. Mládež si zde rozšiřuje své obzory, posiluje své sebevědomí, poznává sám sebe.

Vyhláškou MŠMT ČR z roku 1992 č.432/1992 Sb., o střediscích pro volný čas dětí a mládeže, byly stanoveny v § 2 tyto činnosti :

Pravidelná zájmová činnost

Inspiruje vznik různých druhů zájmových útvarů. Do této kategorie můžeme zařadit :

- **kroužek** – jedná se o menší skupinu lidí, jehož činnost je zaměřena na vnitřní obohacení členů, kteří se zdokonalují v oblasti, která je pro ně zajímavá. Jako příklad můžeme uvést rybářský kroužek, modelářský kroužek apod.,
- **klub** – jedná se o útvar s volnějším, organizační strukturou. Jako příklad

¹ PÁVKOVÁ, J. a kol. Pedagogika volného času. 4. vyd. Praha : Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

můžeme uvést filmový klub, knižní klub apod.,

- **kurz** – jedná se o útvar s vymezenou délkou trvání, jehož činnost je směřována k osvojení určitých dovedností nebo vědomostí. Do této kategorie můžeme zařadit kurz výpočetní techniky, vaření apod.

Zájmová činnost příležitostná

Tato činnost zahrnuje organizované, cyklické i jednotlivé, rekreační, oddychové nebo výchovně vzdělávací aktivity. Bývá časově ohraničena a organizována. I přes její pravidelnost není tato činnost průběžná. Do této kategorie můžeme členit akce, jako jsou místní soutěže a turnaje, přehlídky, výlety apod..

Určitou formou této činnosti jsou **prázdninové tábory**. V současné době je velmi rozmanitá nabídka letních prázdninových táborů, která jsou zaměřena na různá specifika, na pobyt s jasným zaměřením.

Nabídka spontánních aktivit

Uplatňuje se individuálně nebo skupinově podle aktuálního zájmu účastníků a je pedagogy ovlivňována nepřímo. Jako příklad můžeme uvést dětské hřiště, sportoviště, herny, čítárny, které jsou přístupny všem zájemcům a není zde stanoven začátek ani ukončení.

Patří sem i spontánní aktivity pro **talentované děti a mládež**, kteří mají vyhraněné zájmy. Mohou jim být zpřístupněny laboratoře, ateliéry, počítačové a další odborné pracovny. Jejich účelem je rozvíjení projevujícího se talentu pod vedením odborníka.¹

¹ PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. 4. vyd. Praha : Portál, Praha, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-6.

3.3 Vrstevnické skupiny

Dalším výchovným činitelem v období adolescence jsou vrstevnické skupiny. Tyto skupiny existují uvnitř nějaké instituce, nebo vznikají zcela spontánně, jsou často nositeli určité subkultury. Můžeme sem zařadit např. sportovní fanoušky, fanoušky hudebních skupin apod. Příslušnost k těmto a dalším jednotlivým skupinám mohou mít rozhodující vliv na způsob trávení volného času jedince. Některé skupiny mohou i představovat rizikové prostředí, které je spojeno s řadou jevů sociální patologie. V současné době jsou to především extremistické skupiny, delikventní a drogová subkultura, kdy členství v těchto skupinách není správné pro zdravý vývoj jedince. Domnívám se, že současná mládež tráví mezi svými vrstevníky nejvíce času, kdy se mezi sebou učí vzájemnému porozumění. Je to moment, kdy mládež se snaží si navzájem pomáhat, být si oporou, dělat věci využitím společného úsilí.

3.4 Hromadné sdělovací prostředky a informační technologie

Způsob trávení volného času mládeže je stále více spojován s médii. Lze říci, že v současné době mládež věnuje velkou část svého volného času činnostem spojené s technickými prostředky přenosu informací. Přirozené prostředí je tak vytlačováno prostředím mediálním a v dalším vývoji i virtuální realitou. Další z vlivů medií představuje vliv na soukromí mládeže. Pustili si je do svých domovů, tráví s nimi svůj volný čas, místo toho aby se věnovali svým blízkým. V současné době právě sledování televize, internet a poslech hudby na elektronických nosičích zaujímají první místa volnočasových aktivit. Frekvence využívání těchto médií trvale roste, naopak můžeme zaznamenat pokles v četbě knih, novin a poslechu rozhlasu. Můžeme říci, že člověk se rozvíjí jen tehdy, prožívá-li **skutečné zážitky, reálné prožitky** ze života. Tím, že mládež mnoho

času tráví u televize nebo u počítače, nemůže získat skutečné životní zkušenosti, nemůžou se rozvíjet jejich dovednosti, nenaučí se používat své vědomosti v reálném životě.¹

¹ SAK, P. Proměny české mládeže. 1. vyd. Praha : Petrklíč, 2000, 291 s. ISBN 80-7229-042-8.

4 Aktivity, prostory a zařízení

Důležitým předpokladem uskutečňování cílů a aktivit volného času jsou prostory a zařízení, v nichž se uplatňuje jejich členité spektrum od běžných prostor a jednoduše vybavených zařízení po instituce mnohofunkční a složitě strukturované. V 20.století prošla zařízení především prudkým **kvantitativním vývojem**, kdy začaly vznikat relativně ucelené sítě (hřiště, střediska volného času v místě ubytoven mládeže). Především se jedná o¹ :

- **prostory her dětí a mladých lidí** – jedná se o ulici her, což jsou zelené plochy a prostory města pro spontánní činnost, různé typy hřišť, přechodné aktivity využívající veřejných míst. Sem patří např. divadla, mobilní herny, přenosné horolezecké stěny a další,
- **lokální zařízení** – sem můžeme zařadit školní kluby, klubovny, místní domy mládeže a kultury, kulturní střediska nebo sportovní zařízení,
- **zařízení volného času se širokým územním dosahem** – do této kategorie lze zařadit prostory s všestranným obsahem, jako jsou domy nebo paláce dětí a mládeže, domy kulturních dílen, knihovny, galerie a další,
- **zájmová zařízení širokého územního dosahu**. Dle funkce a obsahu můžeme rozlišit zařízení :
 - oddechu a zábavy (parky),
 - pohybových aktivit (sportovní hřiště a stadiony),
 - pro rozvoj technických zájmů dětí a mládeže,
 - pro rozvoj zájmů v přírodních vědách, ochraně přírody a ekologické výchově (farmy dětí a mládeže, parky zvířat, ZOO),
 - pro poznávání historie a současnosti společnosti (muzea zemí, regionů)
 - poskytující výchovnou, sociální nebo informační podporu (internáty, poradny, linky důvěry).

¹ HÁJEK, B. a kol. Pedagogika volného času. Praha : Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2003, 105 s. ISBN 80-7290-121-1.

4.1 Hřiště a herní prostory

Hřiště a herní prostory by měly být zřizovány v obcích a městech, aby mládež měla, kde trávit svůj čas, kde by se mohli rozvíjet, relaxovat a odpočívat. Vytváření uvedených prostor má velký význam pro dospívající mládež, napomáhají při rozvoji pohybových předpokladů a sociálních vztahů, obohacují emocionální život a kompenzují stres. Hřiště a herní prostory také učí mládež účelně využívat volný čas a působí tak jako prevence negativních vlivů.

Hřiště by měla umožňovat mladým lidem spontánní herní aktivity. Plní tak funkci terapeutickou (odstraňuje stres), pohybovou a sociálně integrační (vrstevnické kontakty). Mládež se při této aktivitě naučí spolupráci, toleranci k druhým a vzájemné pomoci. Otázkou zůstává, zda v naší republice je dostatek takových míst, kde by se mohla dnešní mládež sdružovat. Domnívám se, že tomu tak není. Je zřejmé, že v obcích a menších městech tyto prostory chybí, a to může vést mládež k pasivnímu trávení volného času, kdy pak svůj volný čas tráví pouze u televize či na počítači, na němž hrají různé hry nebo chatují s lidmi z celého světa. V poslední době můžeme však zaznamenat snahu o zlepšení vzhledu a funkčnosti školních dvorů, začínají se zřizovat místní hřiště s asfaltovanými povrchy nebo umělým zatravněním. Dále dochází k úpravám volných zelených ploch a areálů spontánních her v městských parcích.

4.2 Lokální zařízení

Na hřiště navazují další zařízení místního dosahu v malých obcích, menších městech a čtvrtích velkých měst. Umožňují spontánní aktivity, příležitostné a pravidelné zájmové činnosti. Tato zařízení by měla mladé lidi učít využívat volný čas a odvádět je od antisociálního jednání. Tato zařízení by měla být rozšiřována dle požadavků a potřeb populace. Mělo by jít o vytvoření

takového prostředí, kde by se mládež dobře cítila

Mezi hlavní typy patří :

- zařízení klubového typu (klubovny, kluby mládeže),
- střediska volného času, mládeže a kultury,
- obecní nebo kulturní střediska,
- místní sportovní zařízení.

4.3 Zájmová zařízení nadmístního dosahu

Jejich posláním a činností je :

- probouzet a rozvíjet zájmy mladých návštěvníků, a tím rozvíjet jejich nadání pro určitou oblast. Adolescenti mohou tak hlouběji pronikat k předmětu zájmu i své osobnosti,
- některá zařízení se zaměřují jen na určitý obsah. Můžeme uvést např. Dům umělecké tvořivosti dětí, domy kulturních dílen apod., jiná mohou mít zase všestrannou orientaci (dům dětí a mládeže). Od návštěvníků se tak vyžaduje určitá součinnost a vzájemná podpora (v uměleckém soboru, v družstvu kolektivního sportu),
- mládež se zde seznamuje s různými stránkami skutečnosti, mohou pronikat do poznání přírody, společnosti. Mají tvořivý přístup prostřednictvím uměleckých, technických činností i vědeckých poznatků, vytváří si sociální kontakty a utváří si pozitivní mezilidské vztahy.

Zařízení tak se zájmovými aktivitami otevírají jednotlivcům nové perspektivy a umožňují jim uskutečnit jejich ambice. Přispívají k seberealizaci a při tom mohou být kladeny základy pro budoucí perspektivu volnočasové aktivity i profesionálního zaměření. V těchto zařízeních mládež proniká do některých oblastí, sportovní činností zvyšují výkonnost, rozvíjejí si poznávací

zájmy, orientují se v neznámých situacích a mezilidských vztazích.¹ V současné době vznikají nová zařízení, která vycházejí z nových aktivit volného času a obohacují se jejich obsahem.

¹ PÁVKOVÁ, J. a kol. Pedagogika volného času. 4. vyd. Praha : Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-6.

5 Zájmová činnost

Zájmové činnosti jsou chápány jako cílevědomé aktivity, které jsou zaměřeny na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Tyto činnosti mají hlavně velký vliv na rozvoj osobnosti jedince a na jeho správnou společenskou orientaci. Vytváření zájmových činností by mělo hlavně vést k eliminaci nežádoucích zájmů pro jednotlivce i pro společnost.

Zájmy by měly mládež uspokojovat a zároveň ovlivňovat jejich charakter. Zájmy patří mezi vlastnosti aktivačně-motivační, kdy vedou osobnost k aktivitě a vyvolávají zájmy k činnosti zaměřené určitým směrem. Jedinec rozvíjí zájmy, především v těch oblastech, v nichž je úspěšný a dosahuje uspokojení z činnosti. Je důležité, aby mládež měla určitý vztah k činnosti, kdy předmětu svého zájmu přikládá zvláštní hodnotu a je tím tak schopna vyvinout úsilí při dosahování cíle, překonání překážek.¹

Volný čas mládeže by měl být naplňován pozitivními aktivitami, poněvadž hrají významnou roli při utváření osobnosti mladého člověka a jeho pozitivní socializaci. Důsledkem snížení kvality společenské péče o volný čas mladé generace je v mnoha případech i nárůst negativních společenských jevů.

V posledních letech došlo ke změnám v zabezpečení volného času mládeže. Kultura a sport se zkomercializovaly, probíhá informační revoluce, která souvisí s nástupem informačních technologií. Významné místo zaujímají aktivity, které jsou spojeny s informačními technologiemi, kdy u mládeže je masivně využíván internet.² Hlavní součástí volnočasových aktivit u mládeže jsou pohybové aktivity a sport, které zdravý životní styl naplňují v mnoha

¹ PÁVKOVÁ, J. a kol. Pedagogika volného času. 4. vyd. Praha : Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-6.

² <http://www.msmt.cz/vzdelavani/volny-cas-a-prevence-u-deti-a-mladeze>

oblastech.

Současný vývoj zájmových činností není příliš pozitivní. U mládeže se spíše projevuje pasivita. Jsou aktivity, které mládež vyhledává každý den. Patří sem televize. Mezi týdenní aktivity můžeme uvést poslech hudby, schůzky s přáteli a nicnedělání. Mezi měsíční aktivity můžeme zařadit návštěvy restaurací a kaváren, aktivní sportování, návštěva diskoték, kina, večírky, turistika a studium.

Kvalitní náplň volného času mládeže se samozřejmě nevyřeší všechno, ale když má mládež pestrou nabídku a může být v něčem úspěšná, zmenšuje se tím pravděpodobnost, že něco zničí, že někoho zmlátí, že se opije nebo že sáhne po drogách.

5.1 Sport jako zájmová činnost

Pohybová aktivita přináší možnost seberealizace, prožitku výkonu, pocitu spokojenosti a pohody, navozování přátelských a dalších pozitivních mezilidských kontaktů. Zrovna tak je důležitá i funkce rozvoje morálních vlastností a racionálního poznání. Je důležité, aby zájem o sport, pohybovou činnost vycházel z vnitřní motivace, z potřeby pohybu, z potřeby zjistit, co umím. V nesoutěživém prostředí, bez potřeby předhonit kamaráda je tělesný rozvoj doprovázen vědomím odpovědnosti za své zdraví. Při pohybových činnostech mládež pěstuje svoji sebedůvěru, zdravé sebevědomí. Vlastní sebevědomí spojené s úctou k druhému patří k základní životní kompetenci.

Při sportu se mládež učí odhadnout své síly, nepřeceňovat a nepodceňovat své síly je nejen prevencí před úrazy, ale je i posílením vůči budoucím stresům, neúspěchům i pádům, které nepřipravení jedinci později mnohdy řeší jiným způsobem, a to agresí, užíváním drog, alkoholu nebo jiným negativním způsobem.

Sport odráží existující kulturní hodnoty, mezi nimiž jsou především oceňovány fair play, úsilí dosáhnout výkonu, hodnota kamarádství, schopnost spolupráce. Představuje tak prostředí, v němž se mládež setkává se společensky uznávanými hodnotami. Ty jej následně učí a pomáhají mu začleňovat se do společnosti.

Ve sportu se realizují sociální vztahy s vrstevníky, učiteli, trenéry, rodiči a dalšími osobami. Jedinec se tak učí zaujímat sociální pozice, učí se sociálním rolím. Vytváří si prostor, v němž má možnost získat sociální citlivost, schopnost empatie. Dostává se do kontaktů s dalšími lidmi zabývajících se sportem, ale i s lidmi, kteří jsou za hranicemi sportovního prostředí.¹

Pozitivní přínosy sportu jsou spojovány s jeho výchovným a vzdělávacím působením. Sport plní několik úkolů, a to :

- utváří potřebné vědomosti o sportu,
- utváří konkrétní sportovní dovednosti, hlavně pohybové,
- utváří pohybové návyky a zvyky (životospráva, hygiena),
- rozvíjí specifické schopnosti (periférní vidění, rozhodování, posuzování),
- ovlivňuje interpersonální vztahy (rovnováha soutěžení a spolupráce, týmové a individuální cíle).

Mládež a sport k sobě neodmyslitelně patří. Sport je v současné době velmi různorodý, každý jedinec si v něm může najít takovou formu, která jej uspokojí. Sport je pro adolescenty nejvíce přitažlivý, vnímají ho jako příjemnou aktivitu svého volného času. Jejich zájem ani zapojení do aktivního sportu neupadá, mládež neustále vyhledává nové adrenalinové sporty, které jim přinášejí nové poznání, uspokojení svých potřeb.

Pokud se mládež věnuje vhodným aktivitám i sportu a činí tak

¹ SLEPIČKOVÁ, I. Sport a volný čas adolescentů. Praha : Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2001, 127 s. ISBN 80-86317-13-7.

v dostatečné míře, zužuje se tím prostor pro nevhodné či škodlivé aktivity, a to ať již ve smyslu zdravotním, sociálním či jiném. Sport by měl fungovat jako prostředek, kterým by se mládež učila spolupráci, respektovala pravidla, překonávala sebe samu a pěstovala si důvěru v sebe.

Sport se ale také může stát značnou fyzickou zátěží, psychickým stresem, nelibě vnímanou ztrátou volného času, ztrátou iluzí a zklamáním z nedosažených výsledků. Sport pak může být průvodcem vzniku sociálně patologického jevu, kdy může docházet k zneužívání anabolik a dalších látek a medikamentů.

Sport by měl přinášet pocit vzrušení, rozvíjet samostatnost, tvořivost, seberealizaci apod. Toto je možné, pokud společnost při vytváření pohybových aktivit bude respektovat emoční potřeby dětí a mládeže. Je důležité, aby byly vytvářeny i sporty nenáročné na pohybové dovednosti, které by umožnily i zapojení méně nadaných jedinců s cílem zpříjemnit jim jejich volný čas.

5.2 Turistika a tábory

Mezi zájmovou činností můžeme taktéž zařadit turistiku, která je spojena především s pohybem v přírodě a s kulturně poznávací činností. Turistika je vhodná pro všechny a při jejím provozování dochází k :

- rozvíjení obecné tělesné zdatnosti – spočívá v překonávání překážek v přírodě, v odolnosti vůči různým nemocem,
- osvojování si znalostí a dovedností – spočívá v orientaci v přírodě, stavění stanů a přístřeší, obstarávání a přípravě stravy apod.,
- provozování kulturně poznávacích akcí – člověk získává bohaté informace a zážitky z krajiny, poznávání různých kultur a tradic dle místa pobytu.

Podle způsobu provádění rozlišujeme turistiku :

- pěší,
- vodní,
- lyžařskou,
- cykloturistiku,
- mototuristiku.

Nespočetné jsou i organizační formy turistiky. Sem můžeme zařadit vycházky, výlety, orientační závody, besedy a další. V současné době se rozšířily pobyty v přírodě spojené se získáváním dalších hodnot, např. jazykových, počítačových, ekologických. Také se rozvíjí různé pobyty rodičů s dětmi v turistických zařízeních, kde jsou pořádány společné i oddělené programy.¹

Pro mládež jsou organizovány tábory podle specializovaných zájmů a odborností. Uskutečňují se letní i zimní pobyty a různá soustředění zaměřená na specifickou činnost. Jako příklad můžeme uvést soustředění programátorů, zájemců o výuku cizích jazyků, ochranářů přírody atd.

¹ SPOUSTA, V. a kol. Kapitoly z pedagogiky volného čas. Masarykova univerzita Brno 1996, 37 s. ISBN 80-210-1274-9.

6 Praktická část

6.1 Cíl a předpoklady průzkumu

Cílem mého provedeného průzkumu je zjistit a ověřit tři níže uvedené hypotézy :

Hypotéza č.1 :

Zda aktivní volný čas je pro ně ta správná cesta v utváření jejich osobnosti.

Hypotéza č.2,

V jakých oblastech dochází k jejich zdokonalování v závislosti na volném čase.

Hypotéza č.3

Jak velké místo zaujímá volný čas v jejich každodenním životě.

Předpokladem provedeného průzkumu je poukázat na skutečnost, zda velikost města, v němž žije cílová skupina má nějaký vliv na jejich osobnostní rozvoj, v případě jak se tento jev u nich projevuje. Dalším předpokladem rozdílů ve výsledcích průzkumů může být i věk respondenta, kdy jejich schopnosti a pohled na volný čas se pravděpodobně utváří s přibývajícím věkem.

6.2 Metoda průzkumu

K provedení průzkumu jsem zvolila metodu rozhovoru s předem připravenými otázkami zaměřené na volný čas. Byly zvoleny převážně otevřené otázky, které měly poskytnout respondentům více prostoru pro vyjádření svých názorů. Taktéž byly položeny otázky s možností volby odpovědi. V první části jsou respondentům položeny otázky obecnějšího rázu a v druhé části jsou pokládány otázky (od čísla 7) zaměřené na vlastní zhodnocení trávení volného času samotným respondentem.

Respondentům bylo položeno patnáct otázek v jejich známém, příjemném prostředí, v místě jejich bydliště, kde se cítí nejlépe.

Jsem si vědoma, že počet respondentů není dostatečně velký, ani dostatečně reprezentativní. Proto získaná data jsou použitelná pouze pro účely této bakalářské práce a nelze z nich činit žádné všeobecné závěry.

Cílové skupině byly položeny tyto otázky :

- 1) Co pokládáte za svůj volný čas?
- 2) Trávíte svůj čas aktivně či pasivně?
- 3) Jak ho trávíte, co konkrétně děláte ve volném čase?
- 4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?
Jestli ano, jaké?
- 5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?
- 6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?
- 7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?
- 8) Jaký má volný čas pro vás význam?
- 9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času?
- 10) Co vás ve volném čase nebaví?
- 11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?
- 12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?
- 13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?
- 14) Napište sedm vlastností, jaký/á si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času?
- 15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

6.3 Popis vzorků respondentů

Jako cílovou skupinu jsem zvolila studenty středních škol ve věku od patnácti do osmnácti let. Průzkumu se zúčastnilo celkem osm respondentů, z toho šest dívek a dva muži.

Cílovou skupinu jsem rozdělila do tří níže uvedených skupin :

- 1) skupina složená z respondentů z malého městečka, složená ze tří dívek, ve věku 15 a 17 let ,
- 2) skupina složená z respondentů z krajského města, složená z dívky a dvou mužů, ve věku 17 a 19 let,
- 3) skupina složená z respondentů z hlavního města České republiky, složená ze dvou dívek ve věku 16 let.

6.4 Popis výsledků

Cílová skupina uvádí, že volný čas je pro ně doba po škole, bez učení, doba trávená s kamarády, se svými přáteli.

Dle jejich názoru tráví svůj volný čas nejraději aktivně, a to většinou o víkendu, poněvadž v týdnu mnoho svého času věnují přípravě do školy.

Cílová skupina říká, že svůj volný čas nejraději tráví se svými vrstevníky, a to jak osobním setkáním tak přes internet, kde mezi sebou hlavně chatují, či hrají společně počítačové hry. Dále se věnují sportu, rádi pobývají v přírodě. Většina respondentů, vyjma dvou zúčastněných, různé kroužky nebo jiné organizace zabývající se volnočasovými aktivitami nenavštěvuje, ale část přiznává, že by se ke svým kroužkům chtěla jednou v budoucnosti vrátit. Část respondentů sděluje, že na sobě nepracuje a druhá část se o to snaží a největší motivaci vidí ve **sportu**. Dále uvádějí, že pasivní volný čas je nebaví, je pro ně nudou. Cílová skupina říká, že svůj volný čas tráví nejraději se svými

vrstevníky a poté s rodinou.

Respondenti z větších měst uvedli, že v jejich okolí je dostatek příležitostí k využívání volného času a naopak respondenti z malých měst uvádějí pravý opak, což se projevuje i v jejich pocitech uspokojení. Uvádějí, že pokud není příležitost, deprimuje je to, nebaví je to. Ale zároveň se domnívají, že se svým volným časem umí hospodařit, umí si ho vyplnit k obrazu svému. Celá cílová skupina shodně sdělila, že by se více chtěla věnovat sportu, jako příklad můžeme od nich slyšet aerobic, fitness, ostatní rekreační sporty. Pokud tráví volný čas aktivně, tak dle jejich vyjádření jim to dává odreagování, odpočinek, relaxaci, poznání, zkušenosti, zábavu, legraci, emoční vybití.

V závislosti na volném čase uvedli určité své kladné vlastnosti, např. : **přátelský/á, veselý/á, aktivní, komunikativní, upřímný/á, společenský/á, naslouchající, zábavný/á, spokojený/á, podnikající, samostatný/á, pečlivý/á, tolerantní, pomáhající, soutěživý/á, přirozený/á, vstřícný/á.** Uvedli i záporné vlastnosti, např. : **pasivní při vymýšlení akcí, neústupný/á, paličatý/á, náladový/á, sobecký/á, líný/á, svéhlavý/á.**

Při rozhovorech respondenti uvedli, že neví, jak je ovlivňuje jejich volný čas.¹

6.5 Shrnutí výsledků

V kapitole 6.1. jsou uvedeny cíle, které jsem si stanovila před započítím vlastního výzkumu. Nyní je možné přistoupit k jejich vyhodnocení :

Hypotéza č.1:

Zda aktivní volný čas je pro ně ta správná cesta v utváření jejich osobnosti.

Provedeným výzkumem, provedením rozhovorů lze potvrdit, že aktivní volný čas je pro dnešní mladou populaci velmi důležitý. Tato skupina chce a má snahu trávit svůj volný čas aktivně, cítí se tím spokojenější, uspokojuje to. Je

¹ PŘÍLOHA č.1. Rozhovory s osmi respondenty

z rozhovorů zřejmé, že právě volný čas rozvíjí u nich kladné vlastnosti. Z rozhovorů vyplynulo, že mládež má spíše kladný vztah k trávení volného času, ale zároveň je zapotřebí dnešní mladou populaci vychovávat k využívání volného času. Toto je velmi důležité i z důvodu, že mládež hodně času tráví hlavně u počítače. Ve výchově k využívání volného času by měla spolupracovat jak rodina, školní instituce, tak i další organizace zabývající se volnočasovými aktivitami, poněvadž **význam a vliv volného času si dnešní mládež zatím neuvědomuje**. Na závěr mohu potvrdit, že aktivní volný čas je ta správná cesta v utváření osobnosti, v rozvíjení osobnosti.

Hypotéza č.2 :

V jakých oblastech dochází k jejich zdokonalování v závislosti na volném čase.

Mohu potvrdit, že v závislosti na volném čase je mládež komunikativnější, učí se navzájem sebe poslouchat, být druhému oporou, případně mu i pomoci. Taktéž si uvědomují, že hlavně sport jim dává odreagování, emoční vybití. Naopak návštěva kina, různé výlety a pobyt v přírodě jim dává poznání, získání určitých schopností.

Hypotéza č.3 :

Jak velké místo zaujímá volný čas v jejich každodenním životě.

Z provedených rozhovorů vyplývá, že cílová skupina má v týdnu minimum volného času, a to z důvodu přípravy do školy, nebo z důvodu absolvované brigády. Dá se říci, že v pracovních dnech mají přibližně v průměru 2 až 3 hodiny volného času pro sebe, kdy tento čas věnují svým aktivitám. Dále uvádějí, že o víkendu mají v průměru 15 až 20 hodin volného času, který tráví se svými vrstevníky či s rodinou.

V kapitole 6.1. jsem taktéž uvedla dva předpoklady svého průzkumu.

Jako první předpoklad jsem uvedla, že velikost města, v němž respondenti žijí, má velký vliv na jejich osobnostní rozvoj. Je zřejmé, že mládež

žijící v malých městech nemají možnost uskutečňovat své zájmy a představy, poněvadž k tomu nemají podmínky. Pak se stává, jak je možno pozorovat i z rozhovoru, že to může mládež deprimovat. V této situaci pak hraje důležitou roli rodina, která by měla alespoň částečně se snažit o uspokojení potřeb svých potomků. Naopak mládež ve větších městech má potřebné podmínky pro využívání volného času a ti také považují svůj volný čas za uspokojující.

Jako druhý předpoklad jsem uvedla, že věk hraje důležitou roli ve způsobu trávení volného času. Domnívám se, že s přibývajícím věkem má mládež jasnější představy o trávení volného času. Čím jsou starší, chtějí být samostatnější, trávit svůj čas se svými známými. Také více věnují svůj čas hlavně určité volnočasové aktivitě. Jako nejvíce motivující zájmová činnost pro moji cílovou skupinu je sport, návštěva různých sportovních akcí.

Závěr

Závěrem bych chtěla říci, že během psaní této bakalářské práce jsem zjistila, že současná mladá populace si umí najít místo pro svůj volný čas. Je zřejmé, že se začínají vytvářet nové a jiné podmínky pro využívání volného času. Taktéž začíná vycházet mnoho publikací a knih s tematikou, jaký by volný čas měl být a jak by měl pomáhat dnešní mládeži k utváření jejich osobnosti.

Cílem mé práce bylo zjistit, jak dnešní mládež tráví volný čas a co jim skutečně tento čas dává. Svou práci můžu doložit, že **dnešní mládež vyhledává spíše aktivní volný čas**, a chápe ho tak, jak by měla. Je zřejmé, že aktivita volného času jim dává **relaxaci, odpočinek, odreagování od školy, stresu, od problémů**. Ale zároveň je z doložených rozhovorů patrné, že by si někteří přáli mít více volného času, kdy za zásadní překážku považují školu. Zejména ti mladší studenti věnují hodně času učení a přípravě do školy. Mohu potvrdit, že pokud jedinec nemá aktivní volný čas, vede ho to k depresím, úzkosti, k jeho špatné náladě.

Dalším mým úkolem bylo zjistit, jaké aktivity je baví či nebaví a jak je to ovlivňuje. Zjistila jsem, že oblíbenou činností pro cílovou skupinu je **setkávání se svými kamarády**, vrstevníky, kdy jim tato společnost poskytuje legraci, zábavu, vzájemnou podporu. Další z nejoblíbenějších činností dnešní mládeže je používání **internetu a dalších informačních technologií**, kdy tyto prostředky používají hlavně k chatu mezi sebou, k poslechu hudby. A jako třetí nejoblíbenější činnost byl uváděn **sport**, a to samotným provozováním se svými vrstevníky nebo návštěvou různých sportovních akcí, kdy jim to dává adrenalin, vybití, zábavu.

Dále bylo potvrzeno, že studenti, žijící ve velkých městech či krajských městech mají mnohem lepší a zajímavější možnosti k provozování svých zájmů. Naopak na malých městech přetrvává stále nedostatek příležitostí

k provozování volnočasových aktivit. Můžeme jen doufat, že tato situace se změní a budou vytvářeny podmínky k provozování různých aktivit, aby mládež nebyla deprimována a nevyhledávala rizikové prostředí.

Aktivní volný čas se taktéž projevuje na vlastnostech mladé populace. Mohu říci, že převažují kladné vlastnosti, kdy záporných vlastností se objevuje minimum. Dnešní mládež se domnívá, že v závislosti volného času jsou hlavně **veselí, přátelští, aktivní, spokojeni, společenští, samostatní, nápadití atd....**

Domnívám se, že je důležité, aby se rodina a školská zařízení podílela na volnočasových aktivitách, směřovala mládež tímto směrem, byly jim vzorem. Je zřejmé, že dnešní mládež se stále neuvědomuje vliv volného času na vlastní osobu, nemají představu, jak je volný čas ovlivňuje. Domnívám se, že převážná část mládeže chce mít aktivní volný čas a nezažívat nudu, která je deprimuje a stresuje.

Naším cílem by nemělo být jen říkat, jak by měl volný čas vypadat, ale mládež vést a ukázat jim správnou cestu, a tou je **aktivní volný čas**.

Resumé

Tato bakalářská práce byla zaměřena na souvislosti mezi sebehodnocením a trávením volného času studentů na středních školách.

Na začátku této práce byl pojem volného času a sebehodnocení obecně definován na základě definic z několika zdrojů. Taktéž byly vysvětleny další pojmy související s tímto tématem, jako pojem sebepoznání, sebepojetí, sebeúcta, sebevědomí.

Dále byly rozebrány aspekty využívání volného času, kde je rozebrána struktura osobnosti v oblastech zaměřených na osobnost, oblast schopností, temperament a emotivitu, charakterově-volné vlastnosti. V této kapitole jsou taktéž uvedena psychohygienická pravidla využívání volného času, jak by se měla mládež s volným časem nakládat.

Další kapitola je věnována činitelům vývoje jedince, kde jako hlavní činitel je uvedena rodina, školní zařízení, vrstevnické skupiny, hromadné sdělovací prostředky a informační technologie.

Taktéž je věnována pozornost aktivitám, prostorám a zařízením pro volný čas. Je zde poukazováno na to, že v malých městech je stále nedostatek aktivit pro využívání volného času oproti větším městům, kde mají studenti mnohem snadnější a zajímavější podmínky pro své vyžití, pro své zájmy, pro rozvoj své osobnosti.

Poslední kapitola v teoretické části je věnována zájmové činnosti, kde jsem vybrala dle svého uvážení dvě nejčastější, a to sport a turistiku.

Má bakalářská práce má i praktickou část, jejíž součástí je provedeno osm rozhovorů se studenty středních škol, žijících v různě velkých městech. Z rozhovorů vyplynulo, že nejčastěji tráví svůj čas se svými vrstevníky

a rodinou a jako nejvíce uváděná zájmová činnost byl právě sport. Z rozhovorů je také možno vysledovat, že aktivní volný čas je uspokojuje více než nuda a nicnedělání.

Domnívám se, že cíl mé práce, kterým bylo zjistit, že aktivní volný čas kladně utváří osobnost jedince a jeho sebehodnocení byl v rámci možností splněn.

Anotace

Práce je zaměřena na volný čas mládeže ze středních škol, zejména na to, jak je tento čas ovlivňuje, jak utváří jejich osobnost. V práci je věnována pozornost činitelům vývoje jedince, aktivitám cílové skupiny, jejich nejhlavnějším zájmovým činnostem.

Součástí této práce jsou rozhovory s cílovou skupinou, kdy bylo zjišťováno jak mládež tráví volný čas a jak je ovlivňuje. Rozhovory byly zaměřeny na zjištění, jaké zájmové aktivity je baví a s kým nejčastěji volný čas tráví.

Klíčová slova

Mládež, sebehodnocení, volný čas, zájmová činnost, vliv, aktivity.

Annotation

The work is focused on leisure time of young people from secondary schools, in particular on how this affects the time to shape their personality. In this work, attention is given to the development of individual agents, activities, target groups, their interest nejhlavnějším activities.

Part of this work are interviews with the target group, where the apparent differences in leisure activities, which are dependent on age, location, and by the potential opportunities in place of residence.

Keywords

Young people, self, leisure time, leisure activity, influence, activity.

Seznam použité literatury

1. PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. 4. vyd. Praha : Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.
2. PRŮCHA, J. a kol. *Pedagogický slovník*. 5. vyd. Praha : Portál, 2008, 322 s. ISBN 978-80-7367-416-8.
3. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vyd. Praha : Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-7178-927-5.
4. BLATNÝ, M. *Jasnost sebepojetí jako mediátor vztahu mezi temperamentovanými vlastnosti osobnosti a sebehodnocením a spokojenosti*. Brno : Psychologický ústav AV ČR, roč. 5, 1999, 15 s. ISBN 80-238-5785-1.
5. KŘÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem. Aktivita pro osobnostní a sociální výchovu k podpoře sebepoznání a sebepojetí*. 1. vyd. Kladno : AISIS, 2005, 132 s.
6. HÁJEK, B. a kol. *Pedagogika volného času*. Praha : Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2003, 105 s. ISBN 80-7290-128-1.
7. SPOUSTA, V. a kol. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. 1. vyd. Brno : Masarykova univerzita, 1996, 37 s. ISBN 80-210-1274-9.
8. SAK, P. *Proměny české mládeže*. 1. vyd. Praha : Petrklíč, 2000, 291 s. ISBN 80-7229-042-8.
9. <http://www.msmt.cz/vzdelavani/volny-cas-a-prevence-u-detí-a-mladeze>
Praha, 2002, 33 s.
10. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas adolescentů*. 1. vyd. Praha : Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2001, ISBN 80-86317-13-7.

Příloha

Rozhovor s prvním respondentem

Radnice, Jitka, 15 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Jít s kamarády někam ven, doba po škole, po učení, být se svým přítelem“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„Aktivně“.

3) Jak ho trávíte, co konkrétně děláte ve volném čase?

„Cvičím, mám problémy se zády, tancuju, to mě nejvíc baví, dále chodím asi tak 2 hodiny denně na internet, kde chodím hlavně na chat, vyhledávám si tam písničky, informace k referátům do školy, v létě jezdím s rodiči na vodu. Také chodím denně na internet, v týdnu mám minimum volného času, o víkendu mnohem více“.

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Ne, nenavštěvuji. Na základní škole jsem navštěvovala 7,5 roku klavír, teď již ne, jednou se k tomu možná vrátím“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Těžko říct, snad jen tím cvičení, ulevuji si tak od bolesti zad“.

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„S vrstevníky, ty mě maximálně pochopí, rodiče mají na mě málo času“.

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Ne, nic tu v okolí není. Jsou tu pouze zábavy, občas diskotéka. Jsou tady občas akce, které jsou fajn, jsou to různé slavnosti, jako máje, akce od hasičů apod.“.

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Je to pro mě odpočinek, odreagování od školy“.

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Uspokojivý, dává mi to vše, co asi potřebuju“.

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Když nemám co dělat, a to se stává málokdy“.

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Je to tancování, cítím se pak lépe uvnitř, jak po duševní stránce, tak po zdravotní stránce. Vybiju se u toho, uklidňuje mě to“.

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Chtěla bych mít více času, chtěla bych se věnovat zdravotnictví a fyzioterapii. Teď, co jsem na střední škole, nemám čas, musím se hodně učit, a to jsem na ZŠ nebyla zvyklá. Ten přechod na střední školu je pro mě náročný“.

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Myslím, že ano“.

14) Napiště sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Aktivní, přátelská, veselá, naslouchací, někdy neústupná, paličatá, nápaditá“.

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Nevím, asi mě to nějak neovlivňuje“.

Rozhovor s druhým respondentem

Radnice, Zuzana, 17 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Čas s přáteli, učení“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„Jak kdy, spíše aktivně“.

3) Jak ho trávíte, co konkrétně děláte ve volném čase?

„Ve volnu jsem na počítači, učím se nebo chodím ven, většinu času se snažím být s přítelem, kdy spolu chodíme na procházky, občas sportuju, hlavně doma na posilovacím stroji. Internet je pro mě užitečný při učení, jako komunikace se školou, prostředek k vyhledávání informací. Na internetu trávím hodně času, zde chatuju s kamarády, o víkendu mám tak 10-15 hodin volného času“.

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Ne, nenavštěvuji, dříve jsem hrávala ping-pong, kvůli škole nemám moc času na koníčky“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Asi ne“.

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„S rodinou, vrstevníky. Přes týden jsem většinou doma, o víkendu chodím ven, nějak mě to neovlivňuje“.

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Ne, není tady nic. Občas jsou tu nějaké akce k výročí, nějaké zábavy“.

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Zkušenosti do života, odreagování, relaxace, útek od stresu“.

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Jak kdy, většinou se zabavím, z větší části asi uspokojivý“.

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Učit se“.

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Chodit ven, být s kamarády. A jak mě to ovlivňuje? Jsem s nimi ráda, můžu si s nimi popovídat, rozumím s s nimi“.

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Nevíím, asi být více s kamarády, více sportovat, jako je aerobic, fitness“.

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Řekla bych, že ano“.

14) Napište sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Upřímná, veselá, aktivní, komunikativní, společenská, pečlivá, bláznivá“.

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Pomáhá mi být s kamarády, získávám tak zkušenosti do života“.

Rozhovor s třetím respondentem

Radnice, Katka, 17 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Je to čas, kdy se nemusím učit“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„Svůj volný čas trávím přes týden pasivně, mám ho minimum, a o víkendech spíše aktivně“.

3) Jak ho trávíte, co děláte ve volném čase?

„Trávím ho s přáteli, poslechem muziky z rádia či sluchátek. Denně mám tak 1-2 hodinky volného času, závisí to na tom, kdy se vrátím ze školy.“

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Navštěvuji jen hasičský kroužek v místě bydliště, na jiný kroužek nemám čas kvůli škole a kvůli tomu, že tady žádné ani nejsou“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Ne, nepracuji.“

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„Trávím ho s rodinou a přáteli, nic mi to nepřináší a ani neubírá.“

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Myslím, že není, nedělají tu pro nás skoro nic. V Plzni je asi příležitostí mnohem více, ale časově je to pro mě zatím nereálné.“

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Měl by mi dát relaxaci a klid (nemám povinnosti), emoční vybití-nával ze mě spadne.“

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda).

„Je neuspokojivý, mám málo času pro aktivity, chtěla bych, aby byl více aktivní, v tom mi brání škola, kdyby bylo více času, pravděpodobně bych něco podnikla a jezdila i do nejbližšího většího města.“

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Nebaví mě nuda, i když jí zažívám často-problém je nedostatek přátel, taky nemají čas.“

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Je to zábava, čas pro sebe. Pak je to povídání mezi sebou. Nějak mě to neovlivňuje. Ovlivňoval by mě například basketbal, měla bych lepší fyzičku, byla bych v novém kolektivu, pomohlo by mi to při stresu, při neúspěchu.“

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Sport celkově, pak tanec, být více s přáteli, nemám s kým provozovat sport.“

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Dokáži ho využít, zpříjemnit si ho, a to pobytem v přírodě, vzděláváním - učím se do školy. Čtu si časopisy, denní tisk, luštím si křížovky, čtu si novinky z Internetu. Internet je pro mě prostředek komunikace, vyhledávač informací, čtení zajímavostí.“

14) Napište sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Komunikativní, zábavná, náladová, upřímná, společenská, soběstačná, aktivně se podílím na plánování.“

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Je pro mě spíše stresující a deprimující. Chtěla bych změnu, aby přátelé měli více času. Čas trávený s rodinou považuju za dostačující, ale i tak bych s nimi chtěla chodit častěji do kina.“

Rozhovor s čtvrtým respondentem

Praha, Dominika, 16 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Čas trávený s kamarády“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„Pokud ho mám, tak aktivně, výlety po Praze, courání po obchodech“.

3) Jak ho trávíte, co konkrétně děláte ve volném čase?

„Chodím s kamarády ven, kdy jezdíme po Praze, chodíme po obchodech, když je hezké počasí, tak chodíme plavat, na kolečkové brusle. Každý den jsem na internetu, chodím tam na chat, vyhledávám tam věci do školy. Jinak dvakrát týdně chodím ještě na brigádu na poštu třídit poštu. O víkendech jezdím s rodiči na chatu, kde jsem hlavně v přírodě, děláme procházky, grilujeme. Přes týden mám málo volného času, o víkendu již dostatek“.

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Ne, nanaštěvuju“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Ani ano, sportem, v přírodě“.

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„Většinou s vrstevníky, můžu si s nimi povídat, radit se. Někdy ho trávím s rodiči v přírodě na chalupě, mám ráda přírodu a zvířata“.

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„V městské části, kde bydlím, není vůbec nic. Jinak si myslím, že v Praze je dostatek příležitostí, ale je potřeba k tomu čas a peníze“.

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Odpočinek, zábavu, poznat něco nového, odreagování od školy, legrace“.

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Pro mě je uspokojivý“.

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Nuda, být sama, být doma“.

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Kamarádi, kino, jízda po Praze, jídlo“

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Nenudit se, něco podnikat. O prázdninách jezdit k moři, do přírody. Brání mě v tom škola“.

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Jak kdy, většinou mám volný čas jen o víkendu, a to se zabavím“.

14) Napište sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.?

„Veselá, přátelská, spokojená, podnikaví, naslouchající, pasivní při vymýšlení akcí, samostatná“.

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Asi mi to nějak zásadně neovlivňuje“.

Rozhovor s pátým respondentem

Praha, Jaroslava, 16 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Čas, mezi koncem školy a spaním. Učení do volného času nepočítám.“

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„Spíše pasivně.“

3) Jak ho trávíte, co děláte ve volném čase?

„Chozením ven s kamarády, u televize, u počítače. U počítače trávím hodně času, pokud nejsem venku a mám udělané věci do školy. Z televizních pořadů nejraději sleduji kriminálky. Když je hezky chodíme plavat, hrajeme fotbal.“

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Ne, nenavštěvuji, nemám na to čas. Hodně času mě bere odborná škola logistických služeb (poštovní a peněžní služby). Dříve jsem navštěvovala keramický kroužek, bavilo mě to, chtěla bych se k tomu vrátit.“

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Ani ne.“

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„S partou, s kamarády, s rodiči nejmíň. Myslím, že mě to nějak zásadně neovlivňuje.“

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Myslím, že ano. Tady v Praze na Černým Mostě je mnoho možností, kam jít, blízko je i centrum pro mladé do 18-ti let, kde se jim věnují, můžou tam jít na internet, je to otevřené určité hodiny a opravdu se tam mladým věnují.“

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Sama nevím.“

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Uspokojivý, to co mám, mi zatím stačí.“

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Je to nuda, být sama.“

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Být s kamarády, s lidmi, co mám ráda. Čas s nimi mi zvyšuje sebevědomí, navzájem se můžeme povzbuzovat, radit si a pomáhat si při řešení problému, ráda s kamarády hraju fotbal, chodíme v létě plavat a nebo děláme výlety po Praze. Je to pro nás legrace, někdy jdeme i do muzea, aspoň tak trochu poznávám kulturu a minulost. Dost času trávím i na Internetu na chatu.“

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Nemám představu, jsem spokojená s tím, co mám. Od pondělí do čtvrtka mám minimum volného času, o víkendu asi tak 15 – 20 hodin celkem. Chtěla bych se vrátit ke svému koníčku, ke keramice, tancovat. To nyní nejde, škola je pro mě dost náročná, na ZŠ jsem se nemusela učit, a na této škole se musím učit pořád.“

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Myslím, že ne. Vše rychle utíká, nemám čas, utíkám od jedné věci k druhé a nic pak nedodělám pořádně.“

14) Napiště sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Přátelská, tolerantní, zábavná, sobecká, spoléhám na aktivitu druhých-vezu se s nimi soustředivá, pomáhající.“

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Nevím, k volnému času můžu říci, že ráda jsem u Internetu, který používám k chatu s ostatními, informace do školy, jsem u počítače tak 1,5 hodiny denně.“

Rozhovor s šestým respondentem

Kutná Hora, Petra, 17 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Doba, kdy nejsem ve škole“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„To záleží na náladě“.

3) Jak ho trávíte, co děláte ve volném čase?

„Setkávám se s přáteli, poslouchám hudbu, koukám na filmy, chodím na zábavy o víkendu, navštěvuji sportovní akce jako fotbal apod. Také brigádně roznáším letáky, taky často jsem na internetu, kde hledám různé sportovní akce, chatuji s kamarády“.

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Ne“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Ani ne“.

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„Čas trávím sama, s rodinou, s vrstevníky“.

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Ano, ale mohlo by jich být víc“.

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Ve volném čase si chci hlavně odpočinout“.

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Je uspokojivý“.

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Dělat věci, které mě nezajímají“.

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Je to různé“.

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Jsem spokojená s trávením mého volného času“.

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Podle mě ano“.

14) Napište sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Milá, přátelská, upřímná, soutěživá, náladová“.

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Nevím“.

Rozhovor s sedmým respondentem

Kutná Hora, Martin, 19 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Čas, kdy nejsem ve škole a nemusím se do ní připravovat“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„To je relativní, tak jak to chápu já, tak aktivně“.

3) Jak ho trávíte, co děláte ve volném čase?

„Zajímám se o literaturu, hudbu, navštěvuji sportovní akce, rekreačně sport“.

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Ne“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Posiluju ducha“.

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„Sám, s rodinou, s vrstevníky. Nijak mě to neovlivňuje“.

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Ano, pro mě dostatek“.

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Je to duševní odpočinek“.

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Je uspokojivý“.

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Čekání, nic nedělání“.

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Návštěva sportovních akcí“.

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Tak jak ho trávím“.

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Ano, umím“.

14) Napiště sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Líný, přirozený, vstřícný, svéhlavý, komunikativní, přátelský, normální“.

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Tak to nevím“.

Rozhovor s osmým respondentem

Kutná Hora, Michal, 17 let

1) Co pokládáte za svůj volný čas?

„Čas, který můžu věnovat svým aktivitám“.

2) Trávíte svůj volný čas aktivně či pasivně?

„Aktivně i pasivně, jak kdy“.

3) Jak ho trávíte, co děláte ve volném čase?

„Hlavně sportem – fotbal, florbal, squash, počítač. Při sportu se vybijí, jsem s kamarády.

Nejvíce volného času mám o víkendu“.

4) Navštěvujete ve volném čase nějaké kroužky či organizace pro mládež?

Jestli ano, jaké?

„Sportovní kroužek – oddíl Florbalu“.

5) Pracujete ve volném čase na sobě? Jak?

„Ano, sportuji“.

6) Trávíte volný čas sám/a, s rodinou či se svými vrstevníky?

„Čas trávím sám, s rodinou, s vrstevníky. Jsem s nimi rád“.

7) Myslíte si, že ve vašem okolí je dostatek příležitostí k aktivnímu trávení volného času?

„Ano, je“.

8) Jaký má volný čas pro vás význam? Co očekáváte od volného času?

„Je to práce na počítači, která má pro mě poznávací význam, sport mě zase moc baví“.

9) Jaký máte pocit ze svého způsobu trávení volného času? (např. je uspokojivý, je to promarněný čas, je neuspokojivý, je to pro vás nuda)

„Je uspokojivý“.

10) Co vás ve volném čase nebaví?

„Učení“.

11) Jaká z vašich aktivit vás ve volném čase nejvíce baví, nejvíce ovlivňuje?

„Sport, tím jsem komunikativní, rád ve společnosti“.

12) Jak by jste chtěl/a trávit svůj volný čas? Jak by to bylo pro vás ideální? Co vám v tom brání?

„Jsem spokojený se svým volným časem, nemusím to měnit“.

13) Umíte hospodařit se svým volným časem? Jestli ne, v čem vidíte problém?

„Umím hospodařit se svým časem“.

14) Napište sedm vlastností, jaký si myslíte, že jste v závislosti na trávení volného času.

„Hravý, společenský, líný, kamarádský, víc nevím“.

15) Jak si myslíte, že vás ovlivňuje váš způsob trávení volného času?

„Nějak mě neovlivňuje“.