

Změny v kvalitě života studujících 30+ v době distančního studia

Martina Neklapilová

Bakalářská práce
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií


INSTITUT
MEZIOBOROVÝCH STUDIÍ BRNO

Univerzita Tomáše Bati
Institut mezioborových studií Brno
akademický rok: 2013/2014

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Martina NEKLAPILOVÁ**
Osobní číslo: **H118632**
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Změny v kvalitě života studujících 30+ v době
distančního studia**

Zásady pro vypracování:

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

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

- na prediktory, faktory a komponenty ovlivňující kvalitu života;
- na význam sociálních dimenzí osobní pohody;

- na otázku, zda je vzdělání jeden z významných faktorů životní spokojenosti;
- na možnosti využití poznatků sociální pedagogiky v této oblasti.

Součástí práce bude empirický kvalitativní a kvantitativní výzkum realizovaný technikami rozhovoru a dotazníků, zaměřený na motivaci, na očekávání před a po zahájení studia a na otázku, zda a jak distanční studium ovlivnilo život studujících 30+ nyní a do budoucna.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

Beneš, M., *Andragogika*. Praha: Eurolex Bohemia, 2003.

Doňková, O., Novotný, J. S. *Vývojová psychologie pro sociální pedagogy*. Brno: IMS, 2010.

Dorotíková, S. *Filozofie hodnot, problémy lidské existence, poznání a hodnocení*. Praha: Univerzita Karlova, 1998.

Gavora, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno, 2010.

Nakonečný, M. *Motivace lidského chování*. Praha: Academia, 1996.

Rabušicová, M., Rabušic, L. *Učíme se celý život?* Brno: Masarykova univerzita, 2008.

Vágnerová, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007.

Vízdal, F. *Základy psychologie*. Brno: IMS, 2009.

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Geraldina Palovčíková, CSc.

Katedra pedagogiky a psychologie

Datum zadání bakalářské práce:

11. listopadu 2013

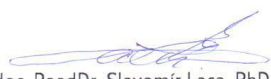
Termín odevzdání bakalářské práce:

30. dubna 2014

V Brně dne 11. listopadu 2013


doc. PhDr. Miloslav Jůzl, Ph.D.
vedoucí ústavu




doc. PaedDr. Slavomír Laca, Ph.D.
vedoucí katedry

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 ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu 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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – 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.

MARTINA NEKLAPÍLOVÁ

Jméno, příjmení studenta

V Brně 14. 2. 2014

Neclapilova Martina
Podpis

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

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

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení 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 užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku 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 přihlídnou k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se zabývá kvalitou života člověka celkově a jeho životní pohodou (wellbeing). Dále je zaměřená na teoretické vymezení období střední a starší dospělosti člověka, jeho hodnotovou orientací, životní spokojeností, také v souvislosti se vzděláním, vzděláváním a motivací, vzhledem k tématu bakalářské práce. Cílem práce je kvantitativním výzkumem (dotazníkovou formou) a následným rozbořem tohoto výzkumu změn v kvalitě života studujících nad 30 let v distanční formě studia se zaměřením na studenty 3. ročníku kombinovaného studia oboru sociální pedagogiky na IMS v Brně, tedy mých spolužáků.

Klíčová slova: kvalita života, životní pohoda (wellbeing), životní spokojenost, štěstí, dospělost, vzdělání, vzdělávání, motivace

ABSTRACT

This bachelor's work is occupied with the quality of life of person itself and of his/her lifewell-being. It is also focused on theoretical definition of middle and older adulthood of a person, his/her worth orientation, lifesatisfaction, also in case of education, education and motivation, in consideration of the thema of bachelor's work. The goal of this work is by quantity study (questionnaires) and then by following analysis of this study by studying changes in quality of life for people studying over they are 30, in distance form of study with orientation on students in 3rd grade of combined study – social pedagogy at IMS in Brno, it means my schoolmates.

Keywords: quality of life, wellbeing, lifesatisfaction, happiness, maturity, education, training, motivation

„Štěstí tvého života závisí na druhu tvých myšlenek.“

(Marcus Aurelius Antonius)

Na tomto místě bych chtěla srdečně poděkovat vedoucí mé bakalářské práce paní doktorce PhDr. Geraldině Palovčíkové, CSc. za odborné vedení, za trpělivost a cenné rady, které mi poskytovala při psaní této práce.

Dále bych chtěla poděkovat všem respondentům za ochotu podílet se na dotazníkovém šetření a svým dětem Pavlovi a Lucii, za jejich trpělivost se mnou během studia.

OBSAH

ÚVOD.....	8
I TEORETICKÁ ČÁST.....	10
1 KVALITA ŽIVOTA.....	11
1.1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ	14
1.2 DIMENZE KVALITY ŽIVOTA.....	17
1.3 MĚŘENÍ KVALITY ŽIVOTA.....	19
1.4 OSOBNÍ POHODA (WELLBEING), ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST	22
2 OBDOBÍ STŘEDNÍ A STARŠÍ DOSPĚLOSTI	28
2.1 TEORETICKÉ VYMEZENÍ STŘEDNÍ A STARŠÍ DOSPĚLOSTI.....	28
2.2 HODNOTOVÁ ORIENTACE A ŽIVOTNÍ STYL VE STŘEDNÍ A STARŠÍ DOSPĚLOSTI	29
2.3 DETERMINANTY ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI VE STŘEDNÍ A STARŠÍ DOSPĚLOSTI	30
2.4 ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST A VZDĚLÁNÍ	31
3 DISTANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ.....	33
3.1 DEFINICE, ZÁKLADNÍ POJMY A PRINCIPY DISTANČNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ	33
3.2 ROZDÍLY MEZI DISTANČNÍM STUDIEM A JINÝMI FORMAMI VYSOKOŠKOLSKÉHO STUDIA	34
3.3 VÝHODY, NEVÝHODY A SPECIFIKA DISTANČNÍHO STUDIA	35
3.4 MOTIVACE K DISTANČNÍMU STUDIU	35
II PRAKTICKÁ ČÁST	37
4 EMPIRICKÁ ČÁST.....	38
4.1 ZÁKLADNÍ CÍLE A HYPOTÉZY VÝZKUMU.....	38
4.2 CHARAKTERISTIKA A VÝBĚR VZORKŮ RESPONDENTŮ	39
4.3 INTERPRETACE OTÁZEK, GRAFŮ A VÝSLEDKŮ	39
4.4 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU, OVĚŘENÍ PLATNOSTI HYPOTÉZ	86
ZÁVĚR	100
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	102
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	105
SEZNAM OBRÁZKŮ	106
SEZNAM TABULEK.....	107
SEZNAM GRAFŮ	108
SEZNAM PŘÍLOH.....	111

ÚVOD

Tématem této bakalářské práce je kvalita života, životní pohoda (wellbeing) a životní spokojenost se zaměřením na období střední a starší dospělosti člověka. Dále se práce zabývá distančním vzděláváním dospělých a motivací k dalšímu vzdělávání se.

Cílem práce je souhrnný pohled na kvalitu života člověka a zkoumání možných změn v kvalitě života studujících dospělých.

Práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou.

V teoretické části bakalářské práce se zabývám vymezením pojmů k tématu práce, jako je kvalita života, snažím se nejen o její teoretické vymezení, ale také o vymezení jejich dimenzí a možností jejího měření. Dále se zabývám osobní pohodou (wellbeing) a životní spokojeností obecně i zaměřenou právě na prožívání studia na vysoké škole dospělými.

Cílovou skupinou mého výzkumu jsou studující ve věkové kategorii nad 30 let, proto se snažím ve své bakalářské práci vymežit základní informace o životním období střední a starší dospělosti z hlediska vývojové psychologie. Teoretické vymezení tohoto období života, hodnotovou orientaci a životní styl lidí v tomto životním období. Vzhledem k tématu bakalářské práce, také jejich životní spokojeností, determinantami životní spokojenosti i v souvislosti se vzděláním.

Rozebírám možnosti a formy studia dospělých, rozdíly mezi jednotlivými formami vysokoškolského studia, výhody a nevýhody pro studující, ale také hlavně motivaci, která je k dalšímu studiu vede.

V praktické části jsem se zaměřila na zkoumání důvodů, které člověka inspirují a motivují k dalšímu studiu. Také na očekávání týkajících se studia, na to, jak studium ovlivňuje kvalitu života člověka ve věkové kategorii nad 30 let, a ve kterých oblastech mohou být tyto změny pro ně nejvýznamnější. Zda jsou tyto změny kladné nebo záporné, očekávané, předpokládané nebo naopak, čím byli studenti překvapeni. Nová role studenta a s ní vyvolané emoce a ztotožnění se s touto rolí.

Součástí bakalářské práce je kvantitativní výzkum provedený prostřednictvím dotazníku, který je zaměřen na tyto aspekty:

- Vliv distančního vysokoškolského studia na osobní život
- Motivace ke studiu na vysoké škole v distanční (dálkové) formě

- Změny v kvalitě života na vysoké škole v distanční formě a vliv těchto změn na životní spokojenost
- Rodové rozdíly mezi ženami a muži ve vnímání změn v kvalitě života, vztah studentů ke vzdělání obecně a jejich přístup k vysokoškolskému studiu

Na základě těchto okruhů výzkumu jsem stanovila hypotézy, které provedeným výzkumem potvrdím, případně vyvrátím.

Téma bakalářské práce jsem si vybrala proto, že se mne týká osobně. Od samotného zahájení studia si kladu otázku (asi jako většina mých spolužáků), jak toto studium na vysoké škole ovlivní či změní můj život, postoje jak k sobě samé, tak lidem kolem mne. Zda pro většinu z nás znamená toto období velké změny, ať už v osobním či pracovním životě. Jestli studium na vysoké škole nějakým způsobem ovlivní náš dosavadní život či nikoli. V případě, že ano, tak mne zajímá, zda tyto změny jsou pro nás studující pozitivní nebo negativní.

Myslím si, že každý z nás studentů měl nějaký svůj osobní, pracovní či jiný důvod, proč začal studovat VŠ a hlavně, proč právě obor sociální pedagogika. Sladění studia, zaměstnání a rodinného života je velmi náročné, vyžadující velkou dávku psychické odhodlanosti, nezdolnosti a sociální opory, zejména rodiny. Z tohoto důvodu bych ráda více nahlédla do této problematiky, zaměřila se na kvalitu života a na to, jak distanční studium ovlivňuje různé aspekty života nás studujících.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 KVALITA ŽIVOTA

Dle Svobodové¹ se pojem kvalita života začíná objevovat a zkoumat od druhé poloviny minulého století a to v různých vědních oborech, např. sociologie, psychologie, ekonomika. V oblasti zkoumání kvality života však stále panuje nejednotnost a nejednoznačnost a chybí universálně platná definice či metodologická shoda, protože se týká rozličných aspektů a stránek života.

Ze začátku bylo v popředí zájmu zkoumání zejména materiální stránky života společnosti jako celku, a až později se začala zkoumat a hodnotit kvalita života samotného individua.

„Kvalita života je složitý a velmi široký pojem. Je těžko uchopitelný pro svou multidimenzionalitu a komplexnost.“²

Vnitřními rozměry člověka rozumíme kvality (stránky, dimenze) lidského života, jejich motivaci a hodnoty ve vztahu člověka ke světu a k sobě samému. Rozlišujeme 3 základní kvality lidského života:

Smysl – duchovní = účinné uplatňování vůle a svědomí, kde převládá uplatňování odvahy při volbě a uskutečňování hodnot ve světě

Štěstí – duševní = radost ze života a úspěšnost vněm, kde převládá prosazování převahy vlastních záměrů vůči prostředí

Zdraví – tělesné = soulad a výkonnost tělesných funkcí, kde převládá docilování rovnováhy mezi nároky a výkony tělesných funkcí

Zabýváme-li se studiem kvality života, nesmíme opomenout, že se vyvíjela a měnila v prostoru a čase, měla společenské souvislosti, prodělala historické a kulturní proměny, civilizační i genetické změny. Významnou roli zde mělo, ale i stále má náboženství a víra. Nejen z důvodu náboženských pravidel a zásad, ale také hlavně proto, že věřící bývají často nabádáni k potlačování vlastních potřeb. Dalším důvodem, proč náboženství a víra

1 Soudobá sociologie Svobodová. In: *Kvalita života vubp* [online]. 2003 [cit. 2014-04-28]. Dostupné z: http://kvalitazivota.vubp.cz/prispevky/soudoba_sociologie_II_kvalita_zivota-svobodova.doc

2 Soudobá sociologie Svobodová. In: *Kvalita života vubp* [online]. 2003 [cit. 2014-04-28]. Dostupné z: http://kvalitazivota.vubp.cz/prispevky/soudoba_sociologie_II_kvalita_zivota-svobodova.doc

významně ovlivňovaly a ovlivňují studium kvality je ten, že smysl žití posouvají mimo realitu.³

Vaďurová a Mühlpachr (2005) uvádějí, že zájem o kvalitu života má kořeny již v dávné minulosti. Uvádí, že koncepce QOL⁴ se objevuje již v římské a řecké mytologii, spojují ji např. s osobnostmi Asclepia a Aesculapa. Do psychologie zavádí pojem QOL Thorndike koncem 30. let 20. stol., v době, kdy se objevuje zájem o nové přístupy v oblastech lidského myšlení.

Autoři dále uvádějí, že pojem kvalita života je spojován s Pigou, který jej poprvé uvedl v roce 1920 ve své práci, zabývající se ekonomikou a sociálním zabezpečením, kde zkoumal dopad státní podpory pro sociálně slabší vrstvy na jejich život a také státní rozpočet. Ten se však neseťkal s úspěchem a pojem „kvalita života“ byl znovu objeven až po druhé světové válce.

V 60. letech 20. stol. začaly vznikat nejrůznější sociální hnutí a politické iniciativy jako odpověď na rostoucí nerovnosti mezi západními společnostmi.

Světová zdravotnická organizace WHO ve stejné době také rozšířila svoji definici zdraví: *„Zdraví není jen absence slabosti a nemoci, ale také stav fyzické, duševní a sociální pohody (wellbeing)“*⁵

V USA ve stejném období američtí prezidenti J. F. Kennedy a L. B. Johnson uvedli pojem kvalita života do politiky. L. B. Johnson prostřednictvím programů „The Great Society“ a „The Beautiful America“. Oba usilovali o změnu image USA, která do té doby byla vnímána jako velmi nekulturní, plná všeobecné nejistoty, vykořisťování a tvrdého „boje o život“. Proto se začala rozvíjet spolupráce a zejména pomoc rozvojovým zemím a podporovala se úcta k menšinám.(Maříková 1996)

V Evropě se pojem kvalita života objevil v programu nevládní organizace Římský klub, založené ve Švýcarsku roku 1968. Tato organizace vytýkala kapitalistické společnosti její

³ Soudobá sociologie Svobodová. In: *Kvalita života vubp* [online]. 2003 [cit. 2014-04-28]. Dostupné z: http://kvalitazivota.vubp.cz/prispevky/soudoba_sociologie_II_kvalita_zivota-svobodova.doc

⁴ QOL = quality of life

⁵ The Development of Measures: The WHOQOL As An Example. In: [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.courageproject.eu/wp-content/presentazioni/courage_madrid_measuresdevelopment.pdf

negativní tendence, zbrojení a usilovala o potlačení hrozby jaderné války a také hledala možnosti dosažení humanizace nejen člověka, ale i celého světa. Mezi stěžejní aktivity této organizace patřilo programové zvyšování životní úrovně lidí a jejich kvality života. (Halečka2002)

V 70. letech 20. stol. se při zkoumání skutečné kvality života (quality of life, QOL) a pokusech o definici tohoto pojmu ukázalo, že hlavním problémem pokusů bylo stanovení jejich indikátorů. Řešení tohoto problému vyústilo v založení časopisu „Zkoumání sociálních indikátorů“ (Social Indicators Reserch). Tento časopis vycházel v USA a Nizozemí od roku 1974. První faktory, které mají vliv na kvalitu života, upřesnil W. Forrester a to následovně: zabezpečení potravinami; finance, které zabezpečí životní standard; stav znečištění životního prostředí; hodnota růstu počtu obyvatel.

Toto jeho vymezení rozšířila a upřesnila OSN v roce 1961, kdy přijala a označila těchto 12 faktorů jako tzv. „podmínek života“: „stav ochrany zdraví, životní prostředky, vzdělání, pracovní podmínky, stav zaměstnanosti, uspokojování potřeb a zásoby, doprava a komunikace, byty a jejich výstavba, odpočinek a zábava, oblékání, sociální jistoty, osobní svoboda.“ (Vaďurová, Mühlpachr 2005, s. 8)

V roce 1974 Evropská komise OSN klasifikovala sociální indikátory do osmi skupin:

- zdraví
- kvalita pracovního prostředí
- nákup zboží a služeb
- možnosti trávení volného času
- pocit sociální jistoty
- možnosti rozvoje osobnosti
- fyzikální kvalita životního prostředí
- možnost účasti na společenském životě (Halečka 2002)

Od 70. let 20. stol. do současnosti bylo a stále je společným znakem diskuzí o kvalitě života převládající nejednotnost ve stanovení indikátorů pro měření QOL. Odborníci se shodují pouze v názoru, že vymezení pojmu kvalita života a volba nástroje na její měření závisí na účelu měření QOL. Důsledkem toho je velká rozmanitost definic QOL a množství různých nástrojů, mezi nejčastější z nich patří dotazníky nebo strukturované rozhovory.

Pojem kvality života je v České republice spojován s Psychiatrickým centrem v Praze – s E. Dragomireckou, dále s I. lékařskou fakultou UK v Praze, centrem lékařské etiky, s J. Křivohlavým. J. Křivohlavý se kvalitou života zabývá přibližně od 80. let 20. století. (Vaňurová, Mühlpachr 2005)

„Kvalita života se dotýká pochopení lidské existence, smyslu života a samotného bytí. Zahrnuje hledání klíčových faktorů bytí a sebepochopení. Zkoumá materiální, psychologické, sociální, duchovní a další podmínky pro zdravý a šťastný život člověka.“ (Křivohlavý 2011, s. 124)

Kvalitou života se však nezabývají pouze různé vědní obory, ale vlastně každý z nás a každý z nás si pod tímto pojmem představuje něco jiného. Znakem kvality života je různorodost, ale také komplexnost faktorů, které ji ovlivňují v různých etapách života.

Např. lidé se zdravotním postižením často nepovažují svoji kvalitu života ve srovnání s ostatními za horší. I když, obecně vzato, jakékoli zdravotní postižení by mohlo být provázeno snížením kvality života, tak tomu ve skutečnosti být nemusí. Zejména je nutné podporovat všechny její složky, obzvláště rovnocenný přístup ke vzdělávání s cílem zvyšování kvality života zdravotně postižených dětí a v jejich pozdějším věku k pracovním i společenským příležitostem.⁶

1.1 Vymezení základních pojmů

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje kvalitu života: *„Vnímání jednotlivců z hlediska jejich postavení v životě v kontextu kultury a hodnotových systémů, v kterých žijí, a ve vztahu k jejich cílům, očekávání, standardům a obavám. Jde o velmi rozsáhlý koncept komplexně ovlivněný fyzickým zdravím osob, jejich psychickým stavem, úrovní nezávislosti, jejich sociálními vztahy a vztahy vůči charakteristickým rysům jejich prostředí.“*⁷ (překlad autorka)

⁶ Slovníček pojmů. In: *Šance Dětem* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z:

<http://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim/slovnicek-pojmu.shtml>

⁷ The Development of Measures: The WHOQOL As An Example. In: [online]. 2012 [cit. 2014-04-26].

Dostupné z: [http://www.courageproject.eu/wp-](http://www.courageproject.eu/wp-content/presentazioni/courage_madrid_measuresdevelopment.pdf)

[content/presentazioni/courage_madrid_measuresdevelopment.pdf](http://www.courageproject.eu/wp-content/presentazioni/courage_madrid_measuresdevelopment.pdf)

Vaňurová a Mühlpachr (2005) uvádějí stručný přehled současných pojetí a definičních vymezení kvality života, do kterého patří teoretické vymezení kvality života dle WHO (viz. Kapitola 1.1). Dále se zabývají vymezením QOL z pohledu sociologie, která ji vnímá z trochu jiného hlediska než např. medicína, psychologie nebo psychiatrie a užívá ji ve čtyřech odlišných určeních:

- QOL jako odborný pojem, který vyjadřuje kvalitativní stránky životních procesů a kritéria jejich hodnocení. Přibližuje se vymezením QOL z pohledu medicíny a ekonomie, protože se posuzuje podle těchto indikátorů: životní prostředí, možnost podílet se na řízení společnosti, ukazatele zdraví a nemoci, úroveň bydlení, úroveň mezilidských vztahů, trávení volného času, ale i osobní a kolektivní bezpečnost, sociální jistota a občanská svoboda.
- QOL jako politické heslo, které se snaží směřovat pozornost široké veřejnosti k novým úkolům společnosti, se snahou přesáhnout materiální úroveň a vojenskou sílu. Zavedeno do politiky v 60. letech J. F. Kennedym a L. B. Johnsonem, o kterých jsem se již zmiňovala v kapitole 1.
- QOL jako sociální hnutí „za kvalitu života“ iniciováno ekologickými, protikonzumentskými a protirasovými hnutími.
- QOL jako americký reklamní slogan, který nabízí nové oblasti konzumu - volný čas, cestování, umění, bydlení.

Sociologické aspekty kvality života

Z pohledu sociologie je třeba kvalitu života hlouběji rozebrat z pohledu životní úrovně, způsobu života a životního stylu, které s QOL přímo souvisejí:

Životní úroveň – vyjadřuje hlavně materiální a ekonomické podmínky člověka a je tedy určována reálnými příjmy lidí. (Vaňurová, Mühlpachr 2005)

Způsob života – charakterizuje je pojmem nejen sociologickým, ale je pojmem společným pro všechny společenské vědy, ve kterých je kategorií, která charakterizuje život člověka jako celek. V Pedagogickém slovníku se uvádí, že způsob života zachycuje charakter činností, které člověk vykonává, postupy těchto činností a čas, který těmto činnostem věnuje. Je vymezený podmínkami materiálními, osobností člověka, ale také životním stylem, který převažuje v celé společnosti. Např. životní způsob rodiny výrazně ovlivňuje vztah žáků ke škole a vzdělávání, a tím i celkový průběh a výsledky edukačního procesu. (Průcha, Walterová, Mareš 1998)

Životní styl – Pedagogický slovník vymezuje životní styl jako „*typický způsob uspořádání činností, jednání lidí, vztahů, vědomí hodnot, norem a věcného prostředí ve společnosti, které je integrací životních způsobů jedinců. Na převládajícím životním stylu závisí prestiž vzdělání, postoj veřejnosti ke škole aj.*“ (Průcha, Walterová, Mareš, 1998. s. 324)

Osobní životní styl je ovlivněn výchovou a obecně ho můžeme chápat jako odraz kultury, vzdělání a morálky a duchovního cítění.

Potřeby – podle Kellera jsou původcem lidského chování a také klíčem k jeho pochopení. Původní biologický základ potřeb v moderní společnosti ztrácí na významu, protože jsou v hojně míře zprostředkovány. Uvádí, že se upřednostňují potřeby nové, jako je např. potřeba řízení a rozhodování, ale na druhou stranu i potřeba integrace. Domnívá se, že se potřeby ze sociologického pohledu oddělují od svého biologického základu i od kulturního kontextu. Jsou podřízeny potřebám trhu a proto ty potřeby, které nejsou trhem podporovány a nabízeny, nejsou ani za potřebu uznávány. Poukazuje také na podstatný rozdíl mezi potřebami biologickými a kulturními. Zatímco uspokojování biologických potřeb se nemění, tak uspokojování potřeb kulturních vede ke vzniku potřeb nových. (Keller, 1997)

Hodnoty – neboli hodnotová orientace či lidově řečeno žebříček hodnot jsou nejobecnější postoje určující celý životní styl a orientaci člověka ve světě. (Říčan 2010)

Rozsah pojetí kvality života

Podle Engela a Bergsmy se hodnocení kvality QOL neorientuje pouze na jednotlivce, uvádějí, že je pouze její dílčí oblastí. Rozlišují tři hlavní hierarchicky rozdílné sféry kvality života a jednu doplňující:

- **makro-rovina**, ve které se řeší otázky kvality života velkých společenských celků, např. kontinentu nebo dané země. Problematika QOL se v této rovině stává součástí základních politických úvah jako např. boje s terorismem, hladomorem, epidemiemi, stanovením obsahu základní výuky apod.
- **mezo-rovina**, ve které se jedná o měření QOL v malých sociálních skupinách jako jsou např. školy, podniky nebo nemocnice. Zkoumají se zde kromě morálních hodnot života člověka také otázky vzájemných vztahů mezi lidmi, sociální klima, vzájemné sdílení hodnot či uspokojování nebo neuspokojování základních potřeb každého jedince zkoumané skupiny.

- **personální rovina**, ve které je středem zájmu život jednotlivce. Při hodnocení QOL každého zkoumaného jednotlivce musíme zvažovat jeho subjektivní hodnocení zdravotního stavu, bolesti, nadějí, spokojenosti apod. Zkoumání každého jednotlivce také ovlivňují jeho osobní hodnoty, jeho představy, přesvědčení a očekávání, které mohou jeho vnímání QOL výrazně ovlivnit.
- **rovina fyzické existence** je rovinou, ve které můžeme pozorovat chování druhých lidí, které je objektivně měřitelné a srovnatelné navzájem, např. chůze před a po operaci. (Křivohlavý 2002)

Další koncept QOL prezentuje D. Kováč. Dle jeho teorie je QOL tvořena třemi navzájem propojenými úrovněmi, tzv. třístupňový model:

- **bazální** (existenční, všelidskou) – zahrnující somatický stav, psychické fungování, funkční rodinu, materiálně-sociální zabezpečení, způsobilost pro život a životní prostředí,
- **mezo-úroveň** (individuálně specifickou, civilizační),
- **meta-úroveň** (kulturně duchovní, elitní)

Tato teorie umožňuje vzájemné prolínání jednotlivých komponent QOL ve všech rovinách. Např. tělesně postižený jedinec (bazální úroveň), který trpí zhoršující se chorobou (mezo-úroveň), je schopný nacházet uspokojení a schopnost prožívat duševní blaho v meditačních stavech (meta-úroveň). (Kováč 2001)

1.2 Dimenze kvality života

QOL můžeme zkoumat z hlediska jejích dimenzí- **subjektivní a objektivní**. V současnosti se odborníci výrazně přiklánějí k subjektivnímu hodnocení QOL jako zásadnímu a určujícímu pro život člověka. V lékařství byly objektivně měřitelné ukazatele zdraví velmi dlouho považovány za nejpodstatnější a nejhodnotnější pro volbu další léčby a pomoci, ale i zde došlo k výraznému posunu k hodnocení subjektivnímu.

Objektivní dimenze kvality života se zaměřuje na materiální zabezpečení, sociální podmínky života, sociální status a fyzické zdraví. Je souhrnem ekonomických, sociálních, zdravotních a environmentálních podmínek ovlivňujících život člověka.

Subjektivní dimenze kvality života se zaměřuje na jedincovo vnímání svého postavení ve společnosti v kontextu jeho kultury a hodnotového systému. Výsledná spokojenost závisí na jeho osobních cílech, očekáváních a zájmech.

QOL představuje velmi obsáhlou oblast činitelů, které se dají zobecnit na celou populaci, dělí je do dvou základních skupin:

- *vnitřní činitele*, které znamenají somatické a psychické vybavení ovlivněné onemocněním, poruchou či nějakým defektem. Mezi vnitřní činitele patří všechny aspekty, které ovlivňují rozvoj a integritu osobnosti.
- *vnější činitele*, které představují podmínky jejich existence. Jedná se o podmínky ekologické, společensko-kulturní, pracovní, výchovně vzdělávací, ekonomické a materiálně technické faktory. (Vaňurová, Mühlpachr 2005)

Ke QOL můžeme při jejím zkoumání dále přistupovat z psychologického hlediska. Zde Vymětal dodává k tomuto vymezení ještě potřebu uplatnění ve společnosti a prožívání pozitivní citové odezvy. Podle něho, v případě, že se jedinci dostává této citové odezvy od blízkých osob a okolí, roste jeho sebeúcta, která je pro spokojený život důležitá. *„Psychologické pojetí kvality života vychází přirozeně ze subjektivity člověka, tedy z jeho prožívání, myšlení a hodnocení, i z toho, co chce a čeho se mu nedostává. Zdá se, že lidský jedinec považuje vlastní život za kvalitní, jestliže jeho očekávání jsou v souladu s životní realitou tak, jak ji hodnotí. Spokojenost spojená s pocitem štěstí nastává, jestliže my sami i osoby nám nejbližší uplatňujeme a současně získáváme a prožíváme pozitivní citovou odezvu ze svého nejbližšího sociálního okolí. Jestliže nás okolí (a osoby jsoucí pro nás autoritami) uznává, roste naše sebeúcta, jež je nakonec vysoká a stabilní. Potom říkáme, že se nám „daří“ a život má smysl.“* (Vymětal 2003, s. 200)

Podle Vymětala patří k základním složkám psychologického přístupu ke QOL tyto:

- **autonomie** - možnost rozhodovat se a možnost sebeřízení,
- **autenticita** - jedinec je sám sebou – což znamená, že jeho projev a život jsou ve shodě (kongruenci) se sebepojetím a s jeho hodnotovou orientací,
- **kompetentnost člověka** - jeho porozumění světu a možnost jeho ovlivňování světa,
- **sociální určenost** – potřeba vztahu, žít s někým v opravdové psychické blízkosti. (Vymětal 2003)

V psychologickém přístupu ke QOL se také setkáváme s příbuzným pojmem „wellbeing“, což v překladu znamená osobní pohodu. Tímto pojmem se podrobněji zabývám v kapitole 1.4.

Slezáčková uvádí, že i když QOL a wellbeing někteří autoři ztotožňují, obvyklejší je však rozlišování těchto pojmů. (Slezáčková 2012)

Dále je třeba rozlišovat z psychologického hlediska, zda se jedná o vnímání kvality života člověka zdravého nebo o člověka chronicky či nevléčitelně nemocného. Každý z nich ji vnímá a hodnotí jinak. Vnímání kvality života nemocnými je ovlivněno jejich aktuálním zdravotním stavem a tím, jak tento svůj stav cítí a hodnotí. Velmi důležitý je pro ně stupeň jejich soběstačnosti nebo závislosti na pomoci druhých. Kvalitní život pro nemocné znamená to, jak jsou schopni rozvíjet a naplňovat své pozitivní možnosti, ačkoli jsou omezeny jejich zdravotním handicapem. Subjektivní hodnocení kvality života je také velmi důležité pro volbu léčby zejména u chronicky nemocných a nevléčitelných pacientů a má vliv na průběh jejich léčby. (Vymětal 2003)

1.3 Měření kvality života

Soudobá úroveň vědeckého poznání nabízí různé metody a nástroje měření také pro měření kvality života. Tyto nástroje měření QOL musí stejně jako v jiných vědních oborech splňovat kritéria reliability⁸ a validity⁹ a měření musí být citlivé a výsledné výstupy musí být možné interpretovat a je třeba je interpretovat správně. Nástroje měření postupně časem narůstají, protože se blíže specifikují na jednotlivé oblasti měření.

Rozdělení dimenzí kvality života za účelem měření

WHO rozčlenila jednotlivé oblasti QOL na základě své definice kvality života (viz. Kapitola 1.2). Rozlišuje čtyři základní oblasti, popisující dimenze lidského života bez ohledu na věk, pohlaví, etnikum či postižení:

- ***Fyzické zdraví a úroveň samostatnosti*** – energii a únavu, bolest, odpočinek, pohyblivost, každodenní život, závislost na lékařské pomoci, schopnost pracovat aj.
- ***Psychické zdraví a duchovní stránka*** – sebehodnocení, sebepojetí, negativní a pozitivní pocity, myšlení, učení, paměť, koncentrace, víra, vyznání aj.
- ***Sociální vztahy*** – osobní vztahy, sociální podpora aj.

⁸ Reliabilita tj. přesnost a spolehlivost výzkumného nástroje

⁹ Validita tzn., že výzkumná metoda musí měřit to, co jsme si předsevzali.

- **Prostředí** – hmotné prostředky, svoboda, bezpečí, dostupnost zdravotnické a sociální péče, domácí prostředí, možnosti a příležitosti vzdělávání, fyzikální prostředí jako je např. znečištění, hluk aj.

Na základě tohoto vymezení světovou zdravotnickou organizací WHO byl v Kanadě na Univerzitě v Torontu vypracován koncepční model QOL. Měl sloužit k měření zohledňující nejen zdravotní determinanty, ale i spokojenost. Na rozdíl od WHO, které je zaměřeno pouze na zdraví. (Vaňurová, Mühlpachr 2005)

Tento koncepční model je použitelný pro všechny osoby, s nebo bez mentálního postižení. Byl vyvinut na základě analýzy literatury o kvalitě života a kvalitativních dat shromážděných v rámci focusgroups¹⁰ a hloubkových rozhovorů s osobami s mentálním postižením a bez postižení. Model je multidimenzionální a předpokládá, že kvalita života je komplexní povahy. Profil zdůrazňuje fyzické, psychické a duchovní fungování jednotlivců, jejich spojení s jejich prostředím a příležitostmi pro zachování a posílení dovedností.¹¹ (překlad autorka)

¹⁰ Během skupinového rozhovoru (**focusgroup**) se diskutuje v okruhu 10 až 20 osob s marketingovým výzkumníkem nebo tazatelem (moderátorem) a řeší se marketingový problém. Moderátor musí být zcela objektivní, musí se vyznat v diskutované problematice i v otázkách skupinového chování. Celá diskuze se zaznamenává pomocí písemných poznámek či prostřednictvím nejrůznějších záznamových a nahrávacích zařízení. Následně se výsledky záznamů analyzují a interpretují. Forma **skupinového rozhovoru** neboli **focusgroup** je velmi účinná zejména před zahájením kvantitativního výzkumu, tedy ve fázi přípravy, nebo naopak v závěrečné části, kdy chceme zjistit ještě některé poznatky a odpovědět si na otázku „proč“.

¹¹ The Quality of Life Model. In: *Quality of life Research Unit Centre for Health Promotion, University of Toronto* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.utoronto.ca/qol/qol_model.htm

Tabulka 1: Model kvality života-Centrum pro podporu zdraví University Toronto

<i>Být (being) - kdo jsem</i>	
Fyzické bytí	fyziké zdraví osobní hygiena výživa cvičení, pohyb péče o sebe a oblékání celkový fyzický vzhled
Psychologické bytí	psychické zdraví a přizpůsobení se vnímání cítění sebeúcta (hrdost), vnímání sebe sama a sebekontrola
Duševní bytí	osobní hodnoty osobní způsoby chování duchovní hodnoty, vyznání
<i>Patřit někam - sounáležitost (belonging) - spojení s konkrétním prostředím</i>	
Fyzické spojení	domov škola/pracoviště sousedství, společenství
Sociální spojení	blízcí lidé, sousedé rodina přátelé spolupracovníci
Společenské spojení	dostatečný příjem zdravotní a sociální služby zaměstnání vzdělávací programy rekreační programy společenské akce a aktivity
<i>Realizovat se (becoming) - dosažení osobních cílů, naděje a touhy a ambice</i>	
Praktická realizace	domácí činnosti placená práce školní nebo zájmové činnosti sledování zdravotních a sociálních potřeb
Realizace volného času	činnosti podporující relaxaci a snižující stres
Realizace do budoucna	činnosti, kt. podporují zach. nebo zlepšení znal. a doved. přizpůsobení se změnám

Zdroj: The Quality of life model, University of Toronto, Canada¹²

¹² The Quality of Life Model. In: *Quality of life Research Unit Centre for Health Promotion, University of Toronto* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.utoronto.ca/qol/qol_model.htm

„V současnosti se odborníci shodují v názoru, že vymezení pojmu a volba měřicího přístroje v případě kvality života závisí na účelu měření. Nejčastější formou zkoumání kvality života je užití dotazníků a strukturovaných rozhovorů.“ (Čevela 2012, s. 200)

Pro hodnocení kvality života a její kvantifikaci se používají např.:

- sociologické šetření
- strukturovaný rozhovor
- jednoduchá vizuální analogová škála¹³
- numerická škála¹⁴
- dotazník SF-36 či zkrácená verze SF-12
- dotazník SQUALA¹⁵
- škála WHOQOL-100 (World Health Organization Quality of Life)¹⁶ (Čevela 2012)

1.4 Osobní pohoda (wellbeing), životní spokojenost

Tento termín wellbeing se velmi často objevuje v pozitivní psychologii. Anglicky „well“ znamená „dobře“ a „being“ znamená „býti“. Doslovný překlad teda znamená „kdy je člověku dobře“ tedy životní pohoda. Tento termín se objevuje i v definici zdraví Světové organizace zdraví (WHO) (viz. Kapitola 1.1). V její definici zdraví se píše o tom, že zdravý je ten, kdo je v pohodě. Pohoda je rozsáhlým pojetím toho, co je pro člověka důležité a týká se jak jeho kladných, tak i záporných emocí, nálad, ale i toho, jak se daný člověk dívá na své plány, svá očekávání a jejich realizaci. Zájem o podstatu pocitu pohody je starý jako lidstvo samo. Již Aristoteles odpovídá na tuto otázku výrokem, že „jediným rozumným cílem člověka v jeho životě je být šťastný“.

Wellbeing má podle Křivohlavého (2004) dvě základní dimenze a těmi jsou dimenze psychické pohody a dimenze sociální pohody.

¹³ Jednoduchá vizuální analogová škála – deseticentimetrová úsečka, na níž respondent vyznačí úroveň souhrnné aktuální kvality svého života

¹⁴ Numerická škála – kvalitě života respondent přiřadí hodnotu od 0 do 10

¹⁵ Dotazník SQUALA – subjektivní analýza kvality života

¹⁶ Škála WHOQOL-100 – škála, která má 100 položek rozdělených do 6 dimenzí (fyzické zdraví, prožívání, nezávislost, mezilidské vztahy, prostředí a spiritualita)

Dimenze psychické pohody:

Sebepřijímání – člověk má kladný postoj k sobě samému, k vlastnímu životu a existenci, cítí kladný vztah k tomu, čeho dosud v životě dosáhl.

Osobní růst – člověk je otevřen novým zkušenostem, cítí, že je k něčemu, vidí osobní vývoj optimisticky.

Účel života – člověk zná své další cíle života, ví, kam směřuje, vidí smysl svého života.

Začlenění do života – člověk je schopný zdokonalovat se dle potřeb dění kolem, cítí se být schopným začlenit se do života kolem.

Samostatnost – autonomie – člověk je schopný řídit své jednání a hodnotit sám sebe podle osobních morálních hodnot a také myslet a jednat podle nařízení, se kterými nesouhlasí.

Vztah k druhým lidem (sociální dimenze) – člověk má důvěrné, vřelé vztahy k lidem. Je schopen empatie, intimity a vřelého citového vztahu. Chápe, jak je druhým lidem a má zájem o to, aby jim bylo dobře.

Dimenze sociální pohody:

Sociální přijetí (akceptace) – člověk uznává druhé lidi, cítí k nim respekt a má k nim kladné vztahy. Ačkoli vidí, jak se k sobě lidí nepochopitelně chovají, tak je přijímá, takové, jací jsou.

Sociální aktualizace – člověk věří ve společnost a v to, že jako taková má v sobě něco dobrého, že je schopná růstu a že roste.

Spoluúčast na společenském dění – člověk se domnívá, že to, jak žije a co dělá, je hodnotné a že i společnost jeho snahu oceňuje. Cítí se potřebný a užitečný pro společnost.

Sociální soudržnost – člověk se zajímá o život kolem sebe, a zapojuje se do dění komunity, ve které žije. Je přesvědčen, že sociální život má svou logiku a řád.

Sociální integrace – člověk se cítí komunitou, ve které žije, podporována s druhými sdílí, co mají společné.

Křivohlavý (2004) dále uvádí, že existují tři různé teorie, které se pokoušejí odpovědět na otázku: Co je to subjektivní pohoda?

Teorie životních cílů

Tato teorie je o tom, že člověk je v pohodě, pokud jde za tím, po čem touží, co si určil za cíl a když mu vše vychází podle jeho představ nebo v případě nějakých komplikací je schopný tyto komplikace překonat.

Teorie uspokojování životních potřeb

Tato teorie upozorňuje na důležitost uspokojování potřeb pro pocit pohody (wellbeing) jako řada psychologů (Freud, Maslow). Uspokojená potřeba tzv. satiace vede ke zvýšení osobní pohody. V opačném případě se neuspokojená potřeba tzv. frustrace potřeby projevuje určitým napětím, které pocit pohody snižuje.

Obrázek 1: Maslowova pyramida lidských potřeb



Teorie biologických základů pocitu pohody

Tato teorie zkoumá vnímání subjektivní pohody z genetického hlediska. Podle ní je možné nejvyšší míru pohody očekávat u lidí s vyšší mírou extroverze a nižší mírou neuroticismu. Genetická výbava však není jediným faktorem, ovlivňujícím subjektivní pocit pohody.

¹⁷ Maslowova pyramida. http://www.odyssea.cz/soubory/k_diplomky_studie_skripta/tymova_prace.pdf

Důležitý je celkový postoj daného člověka, to jaké je jeho subjektivní vidění světa a života. Jsou lidé, kteří se více zaměřují na to, co je v životě potkalo negativního, ale na druhou stranu jsou zase lidé, kteří se zaměřují na to, co je v životě potkalo pozitivního.

Pozitivní psychologie se snaží ukázat, že na světě nejsou pouze věci negativní, ale že existují i věci pozitivní, kterým je třeba věnovat pozornost. Že není jen beznaděj, ale také naděje, že neexistuje pouze smutek, ale že vedle smutku je i radost. Že se v životě nesetkáváme jen s nenávisí, ale i s láskou. (Křivohlavý 2004)

Zkrátka v životě je důležité nevnímat pouze to špatné, co nás potkalo nebo může potkat, ale že musíme v našich životech vnímat, očekávat a doufat a věřit v to dobré, a to dobré si pak do našich životů najde cestu.

Proč by lidé měli dovolit problémům, starostem a nesnázím, aby nad nimi zvítězily a ovládaly jejich život? Překážky nás mohou zdolat, ale jen v případech, že to sami budeme chtít, že jim to dovolíme. Je třeba věřit si, důvěřovat svým schopnostem a možnostem a myslet pozitivně. Bez obvyčejné víry ve své vlastní síly se zdravou sebedůvěrou nemůžeme dosáhnout úspěchu ani být šťastnými. Je třeba uvědomit si pozitivní věci v našem životě a od nich se odrazit k dalším pozitivním cílům, kterých bychom chtěli v životě dosáhnout. Pozitivně myslící člověk pak přitahuje do svého života další pozitivní věci a změny. Podstava tohoto myšlení spočívá ve změně vnitřního postoje, nutnosti naučit se žít s jinými myšlenkovými východisky, což si žádá, jako téměř každá radikální změna, úsilí, ale je to snadnější než pokračovat v životě, ve kterém nejsme šťastni. To člověka postupně vyčerpává mnohem více, než snaha o jakoukoli pozitivní změnu.

O tom, zda budeme šťastní nebo nešťastní, rozhodujeme každý sám za sebe. Záleží na tom, abychom do toho, čeho chceme dosáhnout a čemu věříme, dali vše, co v nás je, co je jen možné. Většina lidí, kteří v něčem neuspěli, byli ti, kteří celým srdcem nevěřili, že mohou vytyčeného cíle dosáhnout. Velmi důležité je osvobodit naši mysl od strachu, protože pokud se něčeho bojíme a myslíme na tento náš strach, je reálné, že k něčemu takovému opravdu dojde, že si to svými myšlenkami přivoláme. Buďme takoví, jak myslíme. (Peale, 1953)

„Šťastné rozpoložení přináší šťastný život. A protože návyky můžeme pěstovat, máme tu moc být strůjci svého vlastního štěstí.“ (Peale 1953, s. 75)

Pod pojmem osobní pohoda (wellbeing) je v psychologické terminologii zahrnuto i to, čemu říkáme štěstí. Psychology při zkoumání štěstí zajímalo, co člověka vede k tomu, že

se cítí být šťastným. Museli však odlišit to, co zamýšlí štěstím od podobných pojmů jako je např. momentální pocit spokojenosti, celoživotní spokojenost a pocit blaha.

Tabulka 2: Sedm obecných charakteristik štěstí

1.	Pocity štěstí je možno odstupňovat podle intenzity
2.	Míra štěstí není stálá - v průběhu času se mění jeho intenzita
3.	Zážitek štěstí je spojen s pozitivními emocemi
4.	V zážitku štěstí jsou hlubší tóny nežli v zážitku pohodlí, pobavení či potěšení
5.	Člověk může být šťastný, i když se momentálně necítí zrovna nejlépe
6.	Zážitek štěstí se objevuje jako určitý stav a jako určitá aktivita
7.	Pocit štěstí není ani zcela závislý, ani zcela nezávislý na okolnostech, v nichž se člověk nachází. Dva lidé ve stejné situaci se mohou cítit odlišně.

Zdroj: (Křivohlavý 2010, s. 49)

„Šťastný je ten člověk, kterému o něco jde, pro co se on sám z vlastní iniciativy a ne z něčeho příkazu rozhodl. Sám si svobodně zvolil cíl, k němuž směřuje – v protikladu k tomu, komu byl určitý úkol „úředně svěřen, aby na něm pracoval“. Šťastný je člověk, který je něčím cele zaujat, je pro něco zapálen, nadšen, v něčem je ochoten se angažovat.“ (Křivohlavý 2010, s. 50)

V rámci pozitivní psychologie probíhá mnoho studií a experimentů zabývajících se pozitivním myšlením, pozitivními emocemi a jejich vlivem na život člověka. K významným výzkumníkům pozitivních emocí je profesorka psychologie Barbara L. Fredrickson.¹⁸ Patří k předním odborníkům v sociální a pozitivní psychologii. Ve svém článku Hodnota pozitivních emocí (The value of Positive Emotions) se zabývá studii toho, proč je pro člověka dobré cítit se dobře. Studii bylo zjištěno, že lidé, kteří dávají více najevo své pozitivní emoce (radost, spokojenost, vděčnost a lásku), se dožívají téměř o 10 let více, než ti, kteří je dávají najevo méně nebo vůbec. Dokonce bylo zjištěno, že toto zvýšení průměrné délky života je větší, než bývá u lidí, kteří přestanou kouřit. Toto zjištění vyvolalo více nových otázek, než odpovědí. Mnoho psychologů se věnovalo v minulosti studiu negativních emocí (hněvem, úzkostí a smutkem), zkoumání pozitivních emocí dříve byla spíše výjimka. V posledních letech dochází v tomto směru ke změnám. Barbara L.

¹⁸ Barbara L. Fredrickson je ředitelkou pozitivní a psychofyzilogické laboratoře na Univerzitě v Michiganu. V r. 2000 byla oceněna Temtletonovou cenou za přínos pozitivní psychologii. Nositelem tohoto ocenění se může stát žijící osoba, která se zasloužila o přínos na poli „pokroku ve výzkumu a objevech týkajících se duchovních skutečností“

Fredrickson se zajímala o to, proč tomu tak bylo, že pozitivní emoce měly tak málo pozornosti oproti emocím negativním. Domnívá se, že jedním z důvodů je fakt, že není snadné a jednoznačné odlišit od sebe pozitivní emoce jako např. radost, zábavu či klid na rozdíl od negativních emocí jako např. hněv, strach, smutek, které patří ke zjevně odlišným zkušenostem. Dalším důvodem, proč se domnívá, že projev negativních emocí byl upřednostňován, byl nutností pro přežití z hlediska evolučního vývoje člověka.¹⁹

¹⁹ FREDRICKSON, B. L. In: *The Value of Positive Emotions* [online]. 2003 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.unc.edu/peplab/publications/Fredrickson_AmSci_English_2003.pdf

2 OBDOBÍ STŘEDNÍ A STARŠÍ DOSPĚLOSTI

Tyto dvě období života nejsou přesně věkově vymezené. Podle lexikonu psychologie se obdobím střední dospělosti rozumí věkové rozmezí 30 – 45 let a obdobím starší dospělosti věkové rozmezí 45 – 60 let. (Nakonečný 1995)

Vágnerová (2007) však vymezuje období střední dospělosti pro věkovou kategorii 40-50 let a období starší dospělosti pro věkovou kategorii 50-60 let.

2.1 Teoretické vymezení střední a starší dospělosti

Období střední a starší dospělosti je nejen vrcholem zralosti, ale i obdobím nárůstu zodpovědnosti a připravenosti ji akceptovat. K charakteristice tohoto životního období patří úsilí člověka o dosažení a udržení uspokojivé profesní pozice a stabilizace rodiny, tj. pozitivních vztahů s partnerem, dětmi a rodiči. Pokud je rodina alespoň přijatelně uspokojující, je pro člověka v tomto období jeho života zdrojem jistoty a bezpečí a ten může usilovat o dosažení různých cílů mimo její rámec, zejména v profesi nebo obecněji, ve společnosti.

Čtyřicátník má značnou zodpovědnost nejenom k dětem, ale i ke stárnoucím rodičům, ale i vůči celé společnosti. Z tohoto důvodu je to velmi náročné období. Toto životní období je také charakteristickou dobou protikladů. Na jedné straně si člověk v tomto období svého života uvědomuje, že jeho další rozvoj je už časově limitovaný, ale na straně druhé se ještě stále cítí na vrcholu svých životních sil a chtěl by dosáhnout toho, co chtěl a čeho dosud nedosáhl. Je obdobím bilancování dosavadního způsobu života člověka, jeho osobních kvalit. Samozřejmě u každého to může být trochu jinak, záleží, jak se kdo cítí. Na jednu stranu má člověk v tomto věku rád zaběhlý stereotyp, svůj zaběhlý životní styl, který nepřináší mnoho zátěží, vyplývajících z konfrontace s novými a neznámými situacemi. Na druhou stranu ho však taková stereotypní jistota nemusí emočně uspokojovat a člověk může pociťovat až pocity prázdnoty. Ve vztazích takový stereotyp může vyústit k citovému vyhasínání, lhostejnosti a nezájmu. Tomuto stavu se také často říká krize středního věku, kdy člověk začne toužit po pozitivní změně, po nových impulzech. (Vágnerová 2007)

„Dospělý má již své stabilní zájmy a záliby („koničky“), je usedlý, žije v určitých denních stereotypech, má za sebou řadu erotických zkušeností, uzavřel manželství a má děti. Hlavním aspektem jeho života je především rodina, dále je to zaměstnání (perspektivy

postupu, výdělku, rozšiřování pracovní kvalifikace), touží po pohodlí, po určitém životním standardu a má vcelku ustálené postoje.“ (Nakonečný 1995, s. 368)

Dospělí s nižším vzděláním a nižší pracovní kvalifikací v tomto období života většinou řeší starosti o materiální existenci. Dospělí s vyšším vzděláním a vyšší pracovní kvalifikací, kteří jsou zdraví a nemají existenční problémy, řeší svoji touhu po seberealizaci.

Pro dospělého v tomto životním období je velmi důležitá rodina, záliby a osobní blahobyt. (Nakonečný 1995)

S přechodem ze střední dospělosti do starší dospělosti přichází jistá roztěkanost, nesoustředěnost, lidé v tomto životním období někdy jednají ztřeštěně jako v pubertě. Důležité však je, že i když dělají chyby, tak jsou v pohybu vpřed. *„Stimulující přechod středního věku může být přechodem ve znamení proměny, která nás vede napříč druhým dospíváním až do období splnutí, kdy se začíná propojovat všechna moudrost, kterou jsme za padesát let života nasbírali.“ (Sheehyová 1999, s. 144)*

Vágnerová (2007) uvádí, že věk 50 let člověka je mezníkem, se kterým přichází neodvratitelně stárnutí. Postupně se zhoršuje fyzická i psychická kondice člověka, zvyšuje se únava, zhoršují se některé funkce. Tyto změny ještě nejsou takové, že by člověka příliš omezily, ale přispívají k jeho nejistotě a obavám ze selhání. Musí se začít vyrovnávat s tímto stavem a naučit se reálně posuzovat svoje momentální možnosti. Obavy z budoucnosti jsou intenzivnější, než byly dříve. Mění svůj postoj a vztah k jiným generacím a dochází k většímu porozumění s vrstevníky.

2.2 Hodnotová orientace a životní styl ve střední a starší dospělosti

Bilancování člověka ve střední a starší dospělosti také mění postoj k životním hodnotám. Typickým rysem této změny je odklon od formálního plnění standardních očekávání, která se na něho do této doby kladla, k většímu důrazu na své vnitřní uspokojení, hledá skutečný, hlubší smysl svého dalšího života. Pokud se zaměříme na to, jak toto životní období vnímají muži a ženy jednotlivě, tak toto období života je právě dobou, kdy se jejich rozdíly harmonizují, nejsou tak patrné jako tomu je v období mladší dospělosti. Dosažení rovnováhy mezi maskulinitou a feminitou je právě znakem zralosti tohoto věku. U mužů se to projevuje tím, že pomalu ustupují od tvrdého dominantního přístupu a rozvíjejí se u nich schopnosti emočního prožívání, ochoty naslouchat a přívětivosti. U žen dochází ke

změnám v postupném nárůstu sebejistoty, asertivity, rozhodnosti a tendencí k sebeprosazení se nejen v profesní sféře, ale i v rodině. (Vágnerová 2007)

Ohledně hodnotové orientace mravních a charakterových vlastností dospělých středního věku dominují z pozitivních tyto vlastnosti např.: čestnost, upřímnost, tolerance, otevřenost, dobrosrdečnost, altruismus, úcta k druhým lidem, přátelskost, ohleduplnost, pracovitost, humánnost, smysl pro spravedlnost, cílevědomost.

Mezi negativní dominující vlastnosti patří např.: neupřímnost, lež, chamtivost a honba za majetkem, bezohlednost, nečestnost, pokrytectví, neuctivost, násilnost, egoismus, závist, podlézavost, zákeřnost, bezcitnost, netolerantnost, sexuální pudovost.

Jiná věc je mravní hodnotová orientace člověka podle toho, co říká a jiná, je morální praxe, tedy činy. (Kuric 2000)

Dodala bych, jak řekl pan Werich: „Překonávat vědomě své sklony k blbnutí a blbostem je nejvlastnějším projevem lidskosti.“²⁰

2.3 Determinanty životní spokojenosti ve střední a starší dospělosti

„Naplněná a uspokojivá generativita přispívá k pocitu celkové životní pohody v tom smyslu, že člověk, který splnil svá očekávání, může být sám se svým životem spokojen.“ (Vágnerová 2007, s. 185)

Životní spokojenost je hlavní kognitivní komponentou osobní pohody. Životní spokojenost je vědomým a celkovým hodnocením vlastního života jako celku. V mnoha výzkumech je nejčastěji používána pro vyjádření osobní pohody. Skutečnost, že by se osobní pohoda výrazně měnila s věkem, nebyla prokázána. Avšak co se týče celkové úrovně osobní pohody, bylo zjištěno, že se mění s věkem její zdroje. Ryffová, která ve svých studiích porovnávala tři věkové skupiny dospělých, zjistila, že pro dospělé středního věku byl výrazně nejdůležitější pocit autonomie a pro dospělé staršího věku pocit osobního růstu a důležitý pocit kontroly nad prostředím byl stejně důležitý pro obě uvedené skupiny dospělých. Podle Ryffové je člověk spokojeným, pokud se mu daří uspokojovat celkově šest oblastí svého duševního života. (Hrdlička a kol. 2006)

²⁰ Citáty Jana Wericha. In: *AZ citáty* [online]. 2009 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://azcitaty.cz/jan-werich/37166/>

Obrázek 2: Složky duševní pohody v pojetí C. Ryffové



Zdroj: (Hrdlička a kol. 2006)

2.4 Životní spokojenost a vzdělání

„Vzdělání je nevyhnutelnou součástí kvality života. Informace a vzdělání v globalizujícím se světě jsou považovány za jednu z priorit pro úspěšný vývoj velkých sociálních skupin (států a národů). Vývojem chápeme konkurenceschopnost, uplatnění se, společenskou úroveň. Vzdělání a informace jsou součástí programů vlád, politických skupin i občanských sdružení, zároveň jsou ale zbožím, které je možné prodávat konkrétním lidem.“
(Vaďurová, Mühlpachr 2005, s. 35-36)

V různých kulturních společenstvích je vzdělání chápáno odlišně a je mu přisuzována i rozdílná důležitost, protože je podmíněna kulturními tradicemi. Např. je zřetelný rozdíl mezi vnímáním důležitosti vzdělání romským etnikem a kulturními státy Evropy. V Evropě, Americe a většině asijských zemí se vzdělávání uskutečňuje skrze institucionalizovaný školský systém.

Než nastala průmyslová éra, bylo školní vzdělání přístupné jen malému počtu lidí, kteří měli na učení volný čas a hlavně prostředky. Představiteli jediné plně gramotné skupiny bývali pouze kněží a řeholníci, využívající svoje znalosti k četbě a výkladu posvátných knih. Pro naprostou většinu lidí do té doby nebylo čtení v jejich životě nutné a užitečné, v dětství si pouze osvojovali sociální návyky a pracovní um. Hlavním důvodem, proč bylo tak málo gramotných lidí, byl také fakt, že rukopisy byly příliš drahé na to, aby si je obyčejný člověk pořizoval. Změna nastala po vynálezu knihtisku, díky němuž se texty a dokumenty staly přístupnějšími i těm méně majetným. Postupem času se začalo objevovat školní vzdělání ve své moderní podobě. Proces industrializace a růst měst postupně podporoval nutnost a potřebu vzdělávat se.

Fungující institucionalizované vzdělávání, charakteristické pro všechny kultury, se rozvíjelo na základě dlouhé historie písemné komunikace. Bez tohoto by nemohly vznikat a rozvíjet se.

V poslední době je zvýšený zájem nejen o vzdělávání v rámci povinné školní docházky, ale i v dospělosti, o tzv. celoživotní vzdělávání. Díky novým poznatkům a rychle narůstajícím počtem nových informací ve všech vědních oborech narůstá nutnost dále se vzdělávat, aby mohli lidé na tyto změny reagovat a získat takové znalosti, které jim umožní uplatnit se na trhu práce. Díky tomu, že je člověk schopný se díky dalšímu vzdělávání vyrovnávat s těmito změnami, nalézá vlastní identitu a určuje si životní cíle, což velmi úzce ovlivňuje kvalitu jeho života. Některé dovednosti jsou nové, např. digitální gramotnost, která je nyní velmi důležitá a jiné např. znalost cizích jazyků, která dříve nebyla tak důležitá, v dnešní době nabírá na významu. Dále je důležitý rozvoj sociálních dovedností, např. sebedůvěra, sebe usměrňování nebo zodpovědnost za vlastní konání, protože se očekává, že se lidé budou chovat samostatněji, než tomu bývalo dříve. (Vaňurová, Mühlpachr 2005)

*„Životní spokojenost není cílem, je trvalou vlastností a nástrojem k uskutečňování přítomných okamžiků dne, jež nazýváme životem člověka“.*²¹

Šolcová a Kebza v r. 2003 provedli empirickou studii, ve které se zaměřili na zjištění prediktorů osobní, životní pohody (wellbeing). Vybraný soubor 1321 náhodně vybraných osob byl reprezentativním vzorkem populace ČR ve věku 18 – 74 let. Ve výzkumu bylo zastoupeno odpovídající analogické složení populace ČR 49 % mužů a 51 % žen. Respondenti odpovídali na otázky týkající se subjektivního vnímání jejich pocitu pohody ve smyslu prožívané rovně štěstí, subjektivního zdravotního stavu, pocitu sebeuplatnění (self-efficacy) a vzdělání. Šetřením se podařilo zjistit, že prožitek osobní pohody je determinován úrovní sebeuplatnění (self-efficacy), subjektivně hodnoceným zdravotním stavem, místem lokalizace kontroly a také právě zkoumanou úrovní vzdělání. Naopak se šetřením prokázalo, že pohlaví ani věk nejsou vnímány jako prediktory osobní pohody. (Šolcová, Kebza2005)

²¹ KMUNÍČKOVÁ, Z.: Jak pěstovat životní spokojenost. In: *Vzdělání.cz* [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://clanky.vzdelani.cz/jak-pestovat-zivotni-spokojenost-a5017>

3 DISTANČNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Dle pedagogického slovníku se distančním vzděláváním rozumí druh dálkového studia. (Průcha, Walterová, Mareš 1998)

Patří k možným formám dalšího vzdělávání dospělých, kterým se zabývá andragogická didaktika, která, „...je vymezena jako teorie výuky dospělých, tj. vyučování na straně lektora a učení na straně účastníka.“ (Mužík 2010, s. 16)

Zabývá se principy výuky dospělých, stanovením přiměřených cílů, obsahu, forem a metod výuky. Andragogická didaktika je v ČR rozvíjena v rámci andragogiky, nejen co se týče oblasti vědy, ale i výuky na vysokých školách.

Současná ustálená klasifikace didaktických forem ve vzdělávání dospělých, uvádí čtyři základní, mezi které patří i forma distančního studia:

- přímá forma (prezenční)
- forma distanční
- forma kombinovaná
- forma sebevzdělávání

Forma distančního studia je charakterizována minimálním kontaktem lektora a účastníka v průběhu výuky. Jejich vzájemná komunikace je zprostředkována zejména studijními materiály, popřípadě formou víkendových soustředění, semináři, přednáškami apod. (Mužík 2010)

3.1 Definice, základní pojmy a principy distančního vzdělávání

Podle zákona č.111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů v platném znění § 44 o studijním programu definuje distanční studium jako jednu z forem studia, která vyjadřuje, o jaké vysokoškolské studium jde. Dle tohoto zákona existují další formy studia a to prezenční nebo kombinované.

Stanovenou formou studia se studiem v rámci akreditovaného studijního programu podle studijního plánu získává vysokoškolské vzdělání.

Záleží nejen na prioritách, ale také na možnostech budoucích studentů nebo na konkrétních nabídkách vysokých škol, jakou formu si zvolí.²²

3.2 Rozdíly mezi distančním studiem a jinými formami vysokoškolského studia

Jak již je uvedeno v předchozí kapitole 3.1, formy vysokoškolského studia jsou:

- forma distanční, prezenční a kombinace obou.

U distančního (česky dálkového) studia se jedná o multimediální formu řízeného studia, při němž jsou vyučující a konzultanti v průběhu vzdělávání trvale nebo převážně odděleni od vzdělávaných. Je to tzv. on-line studium, které je moderním stupněm distančního vzdělávání. Principem distančního studia je možnost studovat v libovolném čase na libovolném místě. Hlavním komunikačním prostředkem je internet, který slouží pro výměnu studijních materiálů a ke spojení studenta s lektory. Dnes je však zpravidla nahrazováno studiem v kombinované formě. Je často využíváno studenty, kteří chtějí studovat při zaměstnání, různých věkových kategorií.²³

Prezenční studium, pro které se používal a ještě používá název denní studium je využíváno zejména studenty po ukončení středoškolského vzdělání, kteří se mohou svému dalšímu vzdělávání věnovat i přes den. Výuka u tohoto studia bývá organizována formou přednášek, cvičení, seminářů, kurzů, praxí nebo prací v laboratořích a dalšími formami. Student je během výuky v přímém kontaktu s lektory a své poznatky získává přímo.

Kombinované studium nabízí efektivní kombinaci distanční a prezenční formy studia, která vedle samostudia dává studentům přímý kontakt s vyučujícími (spojuje prvky obou). I při distančním (dálkovém) studiu je třeba právě kontakt s lektorem a proto se dnes pojem distanční používá pro studium kombinované.

²² Zákon č. 111/1998 Sb., o vysokých školách. In: *MŠMT* [online]. 2013 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/zakon-c-111-1998-sb-o-vysokych-skolach-text-se-zpracovanymi>

²³ Formy studia na vysoké škole. In: *Studentské finance.cz* [online]. 2000 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://student.finance.cz/pruvodce-studiem/informace/studium-vysoke-skoly/prezencni-distančni-kombinovane/>

Ověření získaných znalostí u distančního studia probíhá stejně jako u každé jiné formy studia.²⁴

3.3 Výhody, nevýhody a specifika distančního studia

Výhody distančního, kombinovaného studia:

Hlavní výhodou tohoto studia je fakt, že nemusíme vysokou školu navštěvovat denně jako je tomu při prezenčním studiu. Máme možnost studovat při zaměstnání, rodičovství, ve vyšším věku.

Je to také způsob studia pro ty, kterým vyhovuje učení se čtením nebo vizuálními pomůckami, než poslechem. Kromě klasických studijních materiálů se také využívá i moderních metod výuky (chat, multimediální vzdělávací programy, videokonference).

Studium vyžaduje jen docházku na přednášky většinou v pátek a v sobotu, na kterých je obvykle účast jen dobrovolná. Záleží na přístupu studenta ke studiu.

Další výhodou mohou být nižší finanční náklady na cestování do školy.

Nevýhody distančního, kombinovaného studia

Mezi nevýhody distančního (dálkového) studia na některých univerzitách patří vyšší cena studijních pomůcek. Další nevýhodou tohoto studia je vzájemná izolovanost studentů během studia a z tohoto důvodu zde chybí osvojování sociálně interaktivních dovedností, jako jsou např. týmová práce, sociální komunikace, skupinové řešení problémů.²⁵

3.4 Motivace k distančnímu studiu

Motivace je termínem odvozeným z latinského slova moveo (hýbám) a vyjadřuje tzv. činitele chování. Motivace je procesem, který stanovuje směr, sílu a trvání našeho chování. (Nakonečný 1995)

²⁴ ZLÁMALOVÁ, H. Průvodce studiem a studijní návod pro studenty distančního studia na Univerzitě Jana Amose Komenského Praha. In: *Distanční vzdělávání UJAK* [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://2012.elearning.ujak.cz/mod/resource/view.php?id=2093>

²⁵ ZLÁMALOVÁ, H. Průvodce studiem a studijní návod pro studenty distančního studia na Univerzitě Jana Amose Komenského Praha. In: *Distanční vzdělávání UJAK* [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://2012.elearning.ujak.cz/mod/resource/view.php?id=2093>

Motivace k učení je považována za zásadní faktor k úspěšnému vzdělávání z hlediska účinnosti vzdělávání dospělých. „*Motivace, tedy souhrn vnějších a vnitřních faktorů, které aktivují, zaměřují a řídí jednání a prožívání účastníka, je pro mnohé andragogy hlavním problémem.*“ (Beneš 2008, s. 82)

„*Distanční forma studia je určena zejména dospělým studentům, kteří mají pro studium vysokou motivaci, chtějí studovat a vědí, proč studují, dokáží se sami přinutit k učení, vytvořit si na učení čas a zvládnou studijní nápor. Jsou dostatečně zodpovědní sami k sobě. Vzdělávací instituce a zejména její pedagogové, jim budou v průběhu studia poskytovat všemožnou podporu, pomoc a rady, ale to hlavní je na každém studentovi.*“²⁶

I přesto, že se v současnosti eventuálně může a prakticky i musí učit téměř každý, ve skutečnosti tomu tak není.

Mezi faktory ovlivňující účast na dalším vzdělávání patří např. celkový přístup společnosti k učení, vztahy a okolí, životní situace (např. nedostatek času, nedostatek informací, problémy s péčí o děti během vzdělávání) a charakteristika osobnosti (např. zájmy, zkušenosti s učením, sebevědomí, životní optimismus).

Společenská situace v ČR nebyla do nedávna velmi pozitivní, co se týče dalšího vzdělávání, ale vlivem programů Evropských sociálních fondů se situace začala měnit k lepšímu. Zásadně se mění posuzování dosaženého vzdělání jakožto faktoru životního úspěchu. „*Co se týče vlastní motivace, vychází andragogika z toho, že je nutné stávající motivy akceptovat. Motivory mohou být různé: touha po sociálním uznání a prestiži, získání uznání příbuzných a známých, zvědavost, radost z poznání a učení se, použitelnost naučeného při řešení problému. Obvyklé rozlišení motivů na hodnotné (vnitřní – zájem o věc, radost z poznání) a méně hodnotné (vnější – prestiž, odměna atd.) se právě ve vzdělávání dospělých neosvědčilo.*“ (Beneš 2008, s. 83)

²⁶ ZLÁMALOVÁ, H. Průvodce studiem a studijní návod pro studenty distančního studia na Univerzitě Jana Amose Komenského Praha. In: *Distanční vzdělávání UJAK* [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://2012.elearning.ujak.cz/mod/resource/view.php?id=2093>

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 EMPIRICKÁ ČÁST

4.1 Základní cíle a hypotézy výzkumu

Bakalářská práce se zabývá kvalitou života studujících na vysoké škole v distanční formě studia za využití teoretických poznatků pozitivní psychologie a sociální pedagogiky. Zaměřila jsem se na prozkoumání důvodů, které člověka inspirují a motivují k dalšímu studiu. Dále pak na očekávání týkající se studia, na to, jak studium ovlivňuje kvalitu života člověka v období střední a starší dospělosti a ve kterých oblastech mohou být tyto změny nejpatrnější. Zda jsou změny kladné nebo záporné, očekávané, předpokládané nebo naopak, čím byli studenti překvapeni. Nová role studenta a s ní vyvolané emoce a ztotožnění se s touto rolí.

Součástí bakalářské práce je i kvalitativní výzkum provedený prostřednictvím dotazníku, který je zaměřen na tyto aspekty:

- vliv distančního vysokoškolského studia na osobní život
- motivace ke studiu na vysoké škole v distanční formě
- změny v kvalitě života při studiu na vysoké škole v distanční formě a vliv těchto změn na životní spokojenost
- rodové rozdíly mezi ženami a muži ve vnímání změn v kvalitě života, vztah studentů obecně a jejich přístup k vysokoškolskému studiu

Na základě těchto problémových okruhů byly stanoveny níže uvedené hypotézy, které provedeným výzkumem potvrdím, případně vyvrátím:

H1 – Studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy než pro muže.

H2 – Studující považují zvyšování vlastního vzdělání za účinnější cestu k posílení sebeúcty jako speciální kurzy anebo výcviky zaměřené na zvýšení sebevědomí.

H3 – Pocit osobního naplnění je významnějším motivačním faktorem ke studiu než lepší pracovní uplatnění.

H4 – Studující muži mají větší podporu ze strany svých partnerek než studující ženy ze strany partnerů.

H5 – Subjektivní hodnocení kvality života studujících 30+ se liší podle pohlaví a věku.

H6 – Na pokles kvality života studujících má větší vliv nedostatek volného času jako zvýšení finančních nákladů spojených se studiem.

4.2 Charakteristika a výběr vzorků respondentů

„Smyslem kvantitativního výzkumu je poskytnout obecně platné poznatky o pedagogických objektech a jevech nebo o vztazích mezi těmito objekty a jevy, a to vzhledem k určité množině objektů nebo jevů.“ (Maňák, Švec 2004, s. 42)

Pro tento výzkum jsou takovou množinou studenti IMS BRNO. Respondenti výzkumu jsou vybráni z řad studentů 3. ročníku oboru Sociální pedagogika na IMS Brno. Soubor je rozdělen podle pohlaví (muž x žena) a do užších věkových kategorií (nad 30, 40, a 50 let).

Celkový počet respondentů je 111. Z toho 57 žen a 54 mužů. Ve věkové kategorii 30-39 let 19 žen a 19 mužů. Ve věkové kategorii 40-49 let 34 žen a 31 mužů. Ve věkové kategorii 50 let a více 4 ženy a 4 muže. Výzkum byl uskutečněný v listopadu 2013 a v březnu 2014.

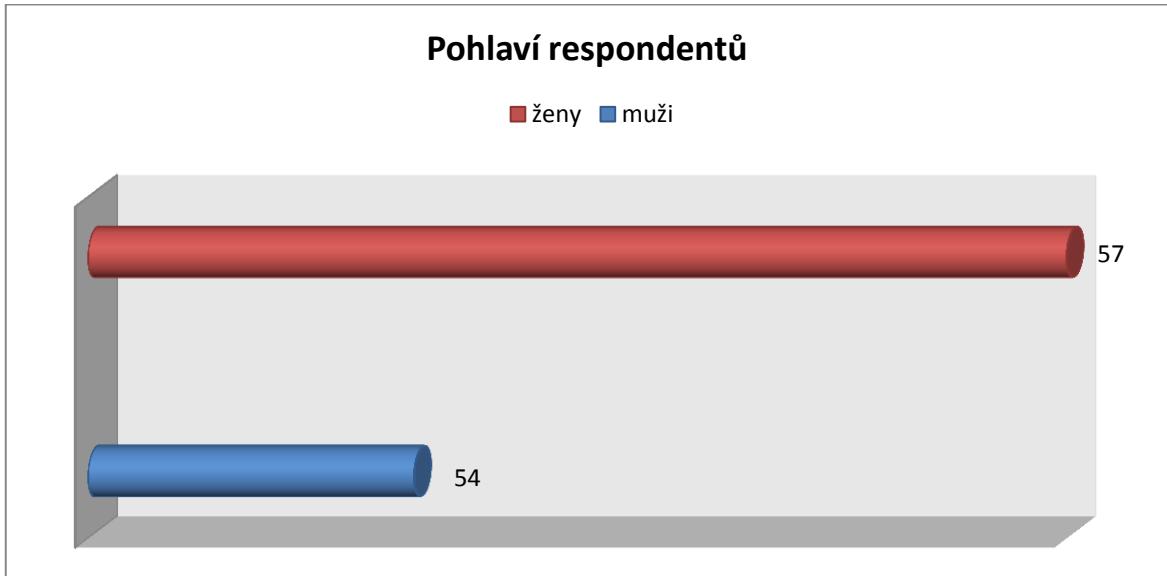
4.3 Interpretace otázek, grafů a výsledků

Dotazník je anonymní a slouží výhradně pro výzkumné účely této bakalářské práce. Obsahuje 37 otázek. Některé se vztahují ke stanoveným hypotézám, jiné jsou doplňující. Úvodní část dotazníku obsahuje jméno autora dotazníku a vysvětlení cíle dotazníku a k čemu bude anonymně vyplněný dotazník sloužit a poděkování za vyplnění. Také obsahuje návod jak vybrané odpovědi označit. Následující část již obsahuje vlastní otázky a jejich interpretaci prostřednictvím grafů či popisu.

Otázka č. 1: Pohlaví?

57 žen, 54 mužů

Graf 1: Vyhodnocení k otázce č. 1

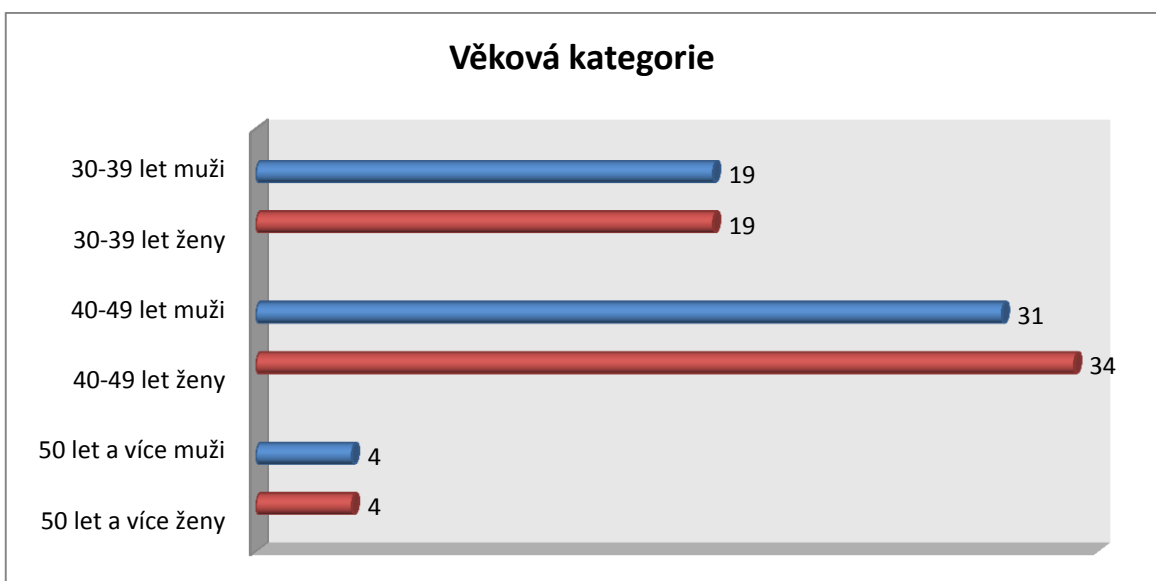
**Otázka č. 2: Věková kategorie?**

30-39 let: 19 žen a 19 mužů

40-49 let: 34 žen a 31 mužů

50 let a více: 4 ženy a 4 muži

Graf 2: Vyhodnocení k otázce č. 2



Otázka č. 3: Počet dětí?

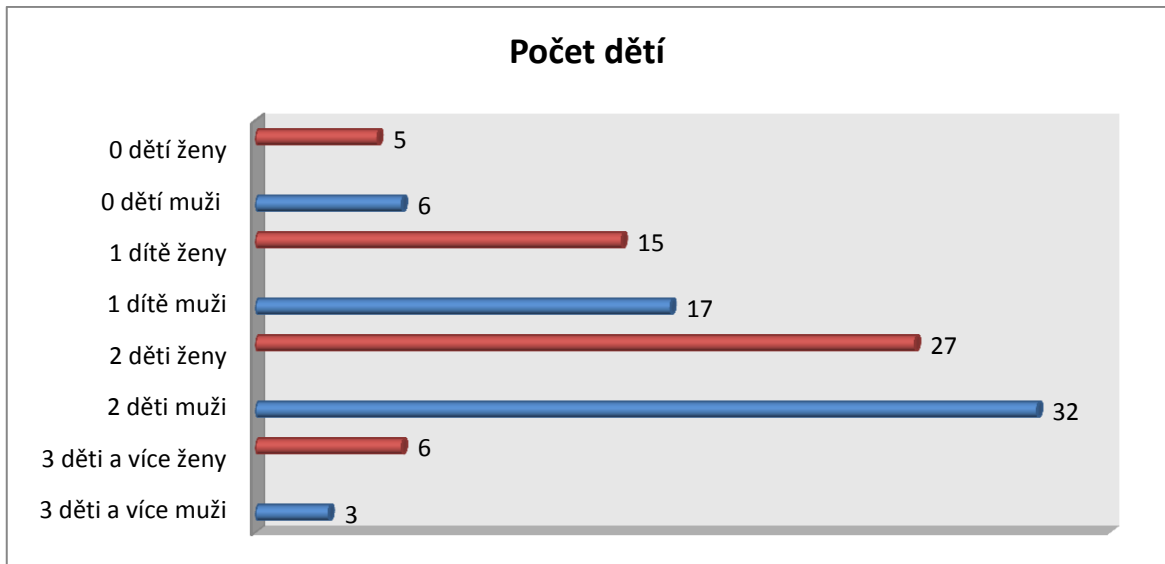
0 dětí: 5 žen a 6 mužů

1 dítě: 15 žen a 17 mužů

2 děti: 27 žen a 32 mužů

3 děti a více: 6 žen a 3 muži

Graf 3: Vyhodnocení k otázce č. 3

**Otázka č. 4: Jste?**

Zaměstnaný/á: 48 žen a 47 mužů

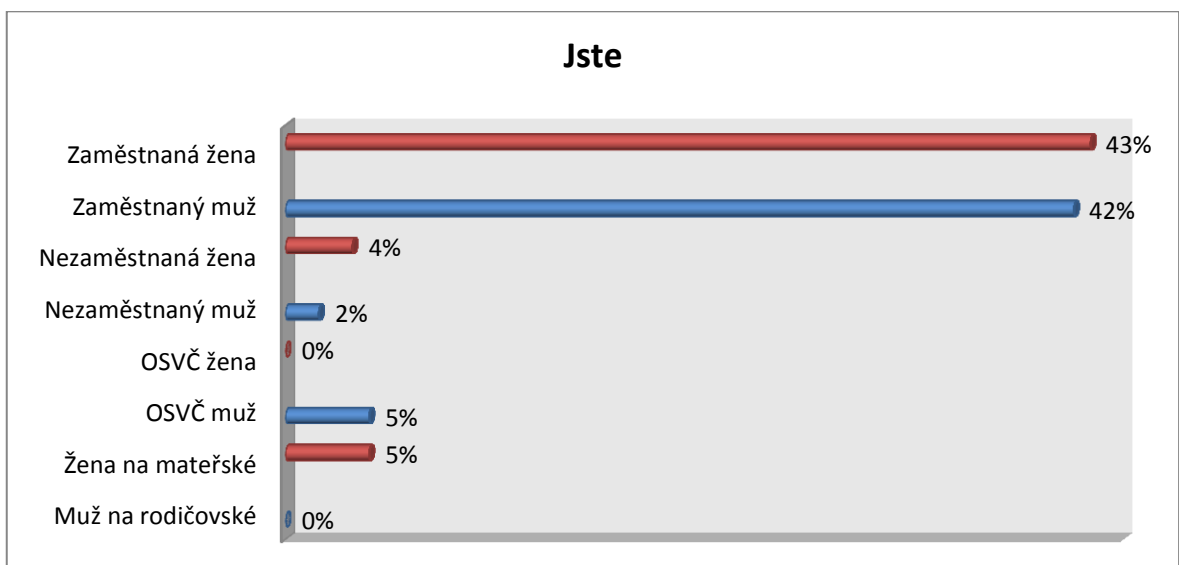
Nezaměstnaný/á: 4 ženy a 2 muži

OSVČ: 0 žen a 5 mužů

Na mateřské/rodičovské: 5 žen a 0 mužů

Jiné: 0 žen a 0 mužů

Graf 4: Vyhodnocení k otázce č. 4



Otázka č. 5: Dokončené vzdělání?

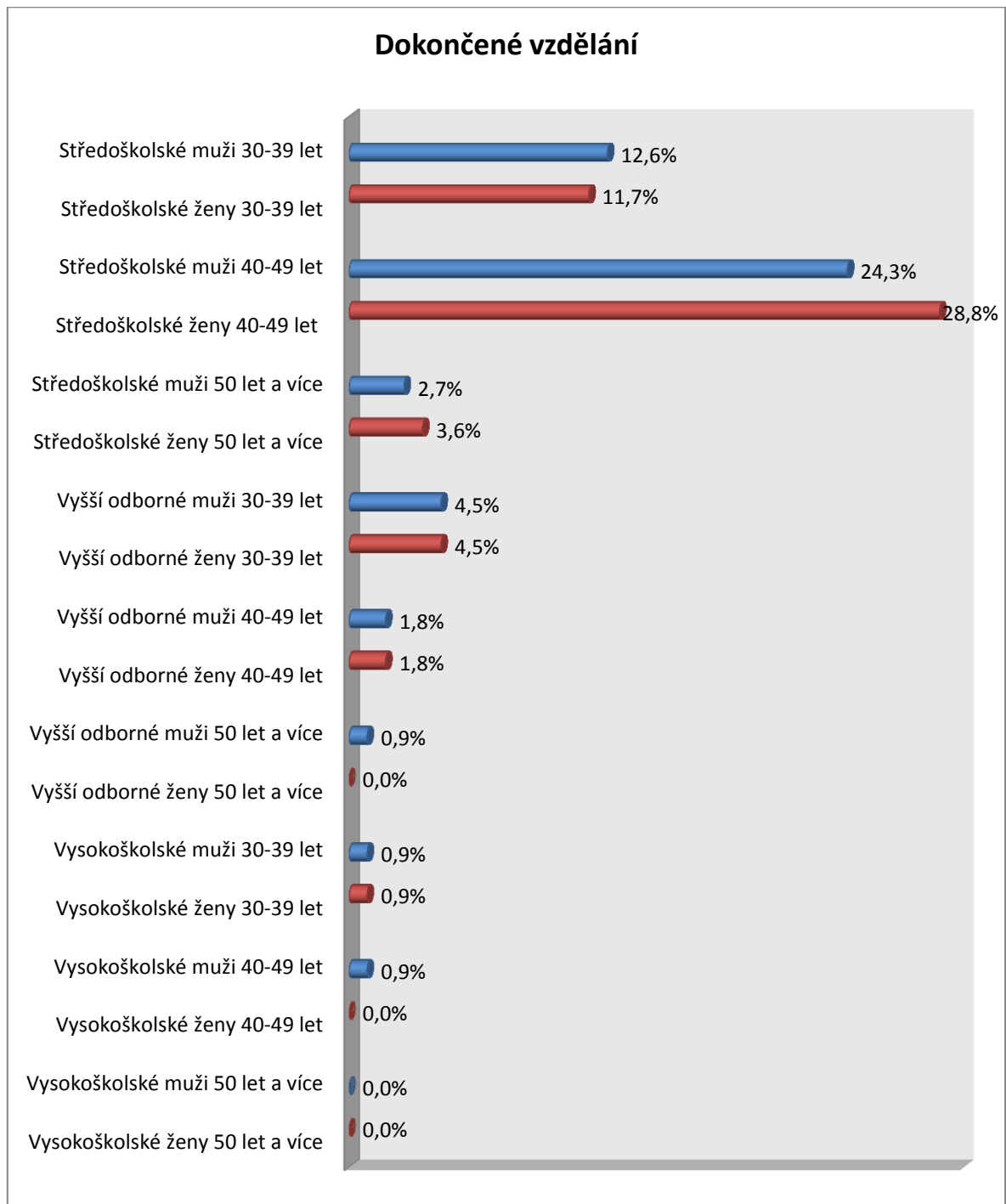
Středoškolské: 49 žen a 44 mužů

Vyšší odborné: 7 žen a 8 mužů

Vysokoškolské: 1 žena a 2 muži

Podrobnější % rozdělení do věkových kategorií v grafu č. 5.

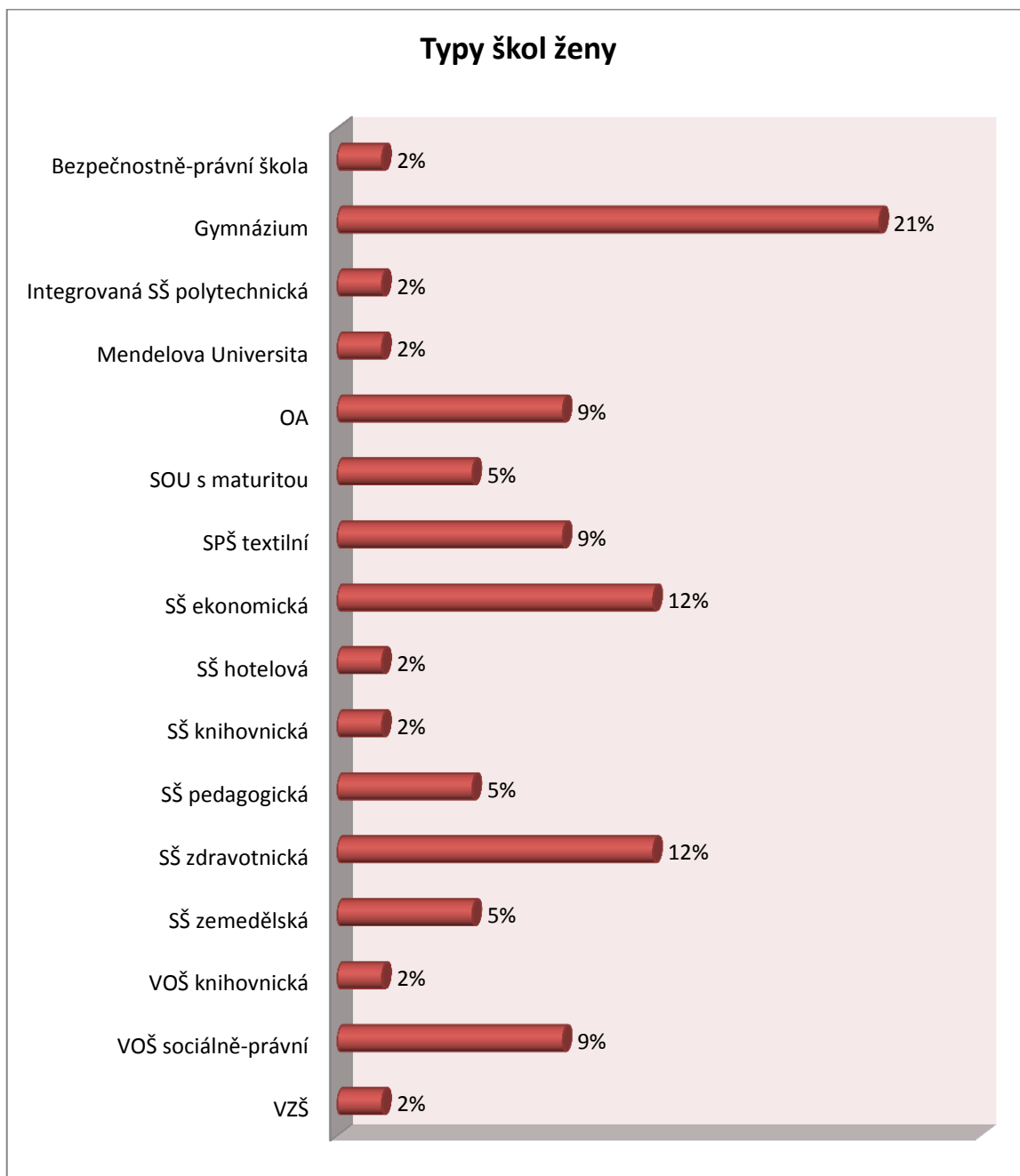
Graf 5: Vyhodnocení k otázce č. 5



Otázka č. 6: Typ školy, kterou jste absolvoval/a?

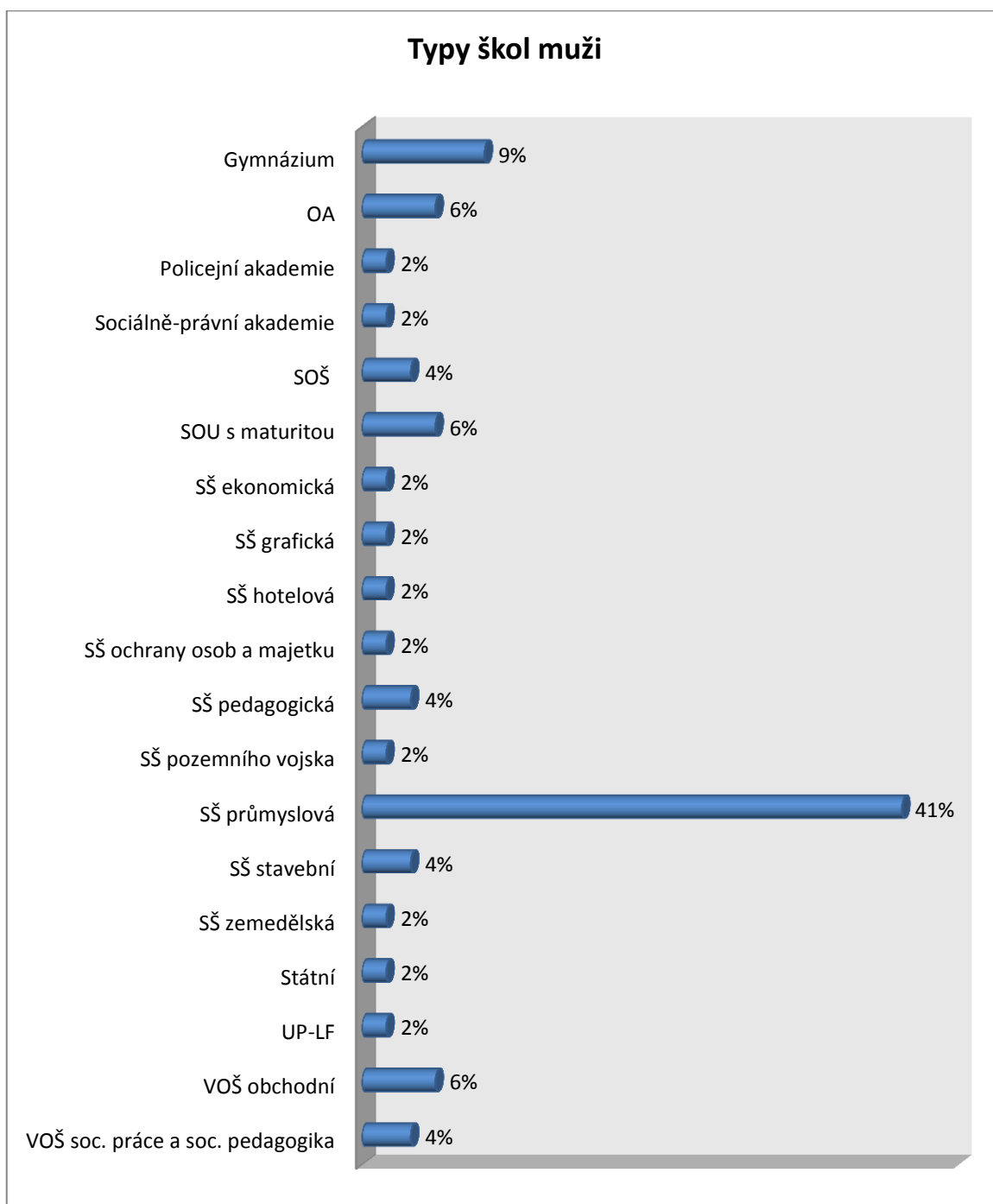
Ženy uvedly tyto absolvované školy:

Graf 6: Vyhodnocení k otázce č. 6 (1)



Muži uvedli tyto absolvované školy:

Graf 7: Vyhodnocení k otázce č. 6 (2)



Otázka č. 7: Vzdálenost, ze které do školy dojíždíte, popřípadě i město?

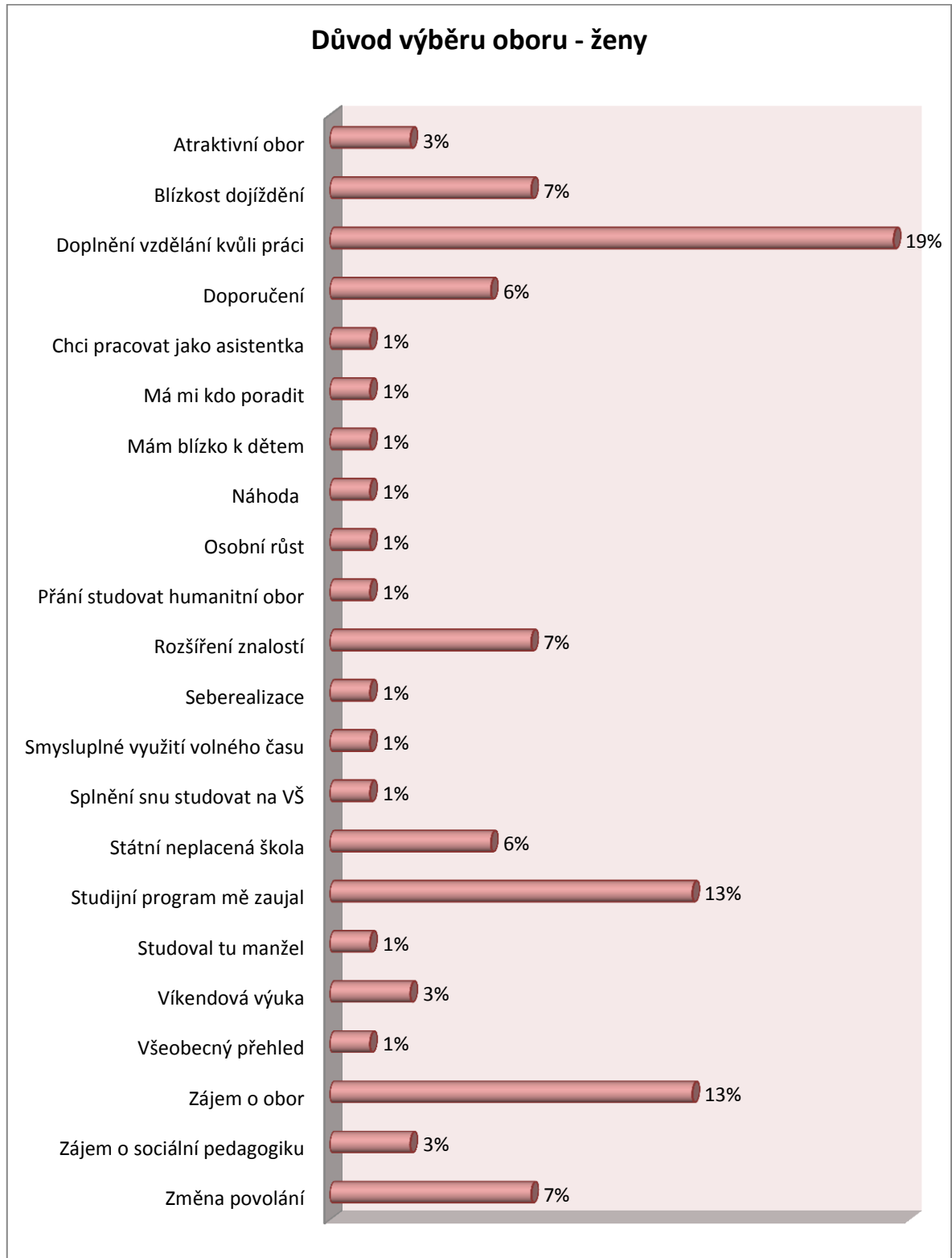
Z dotázaných respondentů je 82 do školy dojíždějících a 29 obyvatel Brna. Průměrná vzdálenost respondentů navštěvujících školu celkem je 51,5 km. Průměrná vzdálenost dojíždějících do školy je 69,7 km.

Z odpovědí respondentů, kteří navíc uvedli i město či oblast, ze které do školy dojíždějí, vyplývá, že mezi nejvzdálenější místa patří Jeseníky, Ostrava, Praha, Náchod, Havlíčkův Brod, Chrudim. Nejčetnější zastoupení má právě město Brno. Četné zastoupení mají města jako: Jihlava, Vyškov, Znojmo, Prostějov, Třebíč, Židlochovice, Blansko, Střelice, Kuřim, Tišnov, Rosice u Brna.

Otázka č. 8: Proč jste si vybral/a právě obor sociální pedagogika na IMS v Brně?

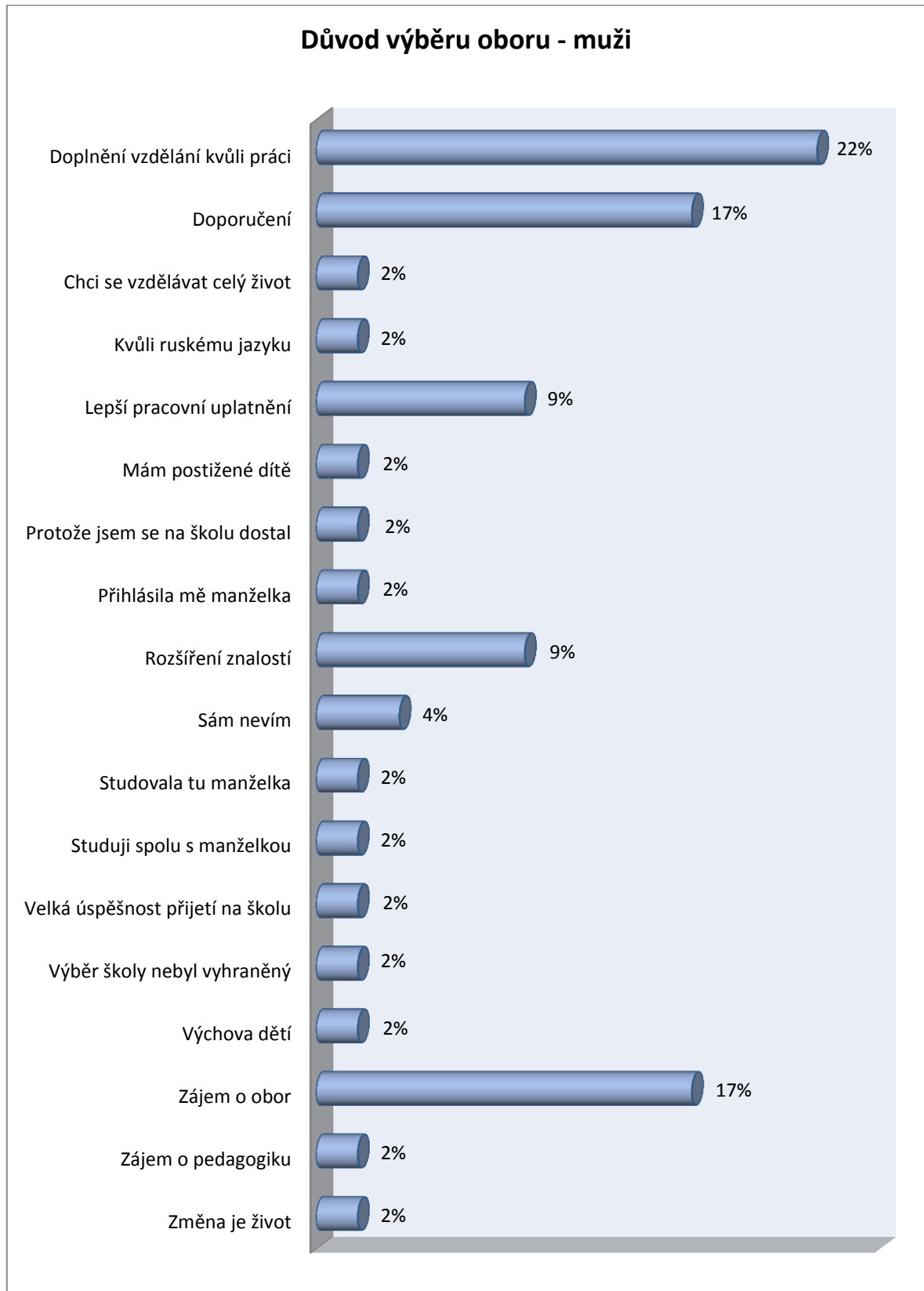
Ženy uvedly tyto důvody, proč si vybraly právě obor sociální pedagogika na IMS v Brně, některé jich uvedly více než jeden:

Graf 8: Vyhodnocení k otázce č. 8 (1)



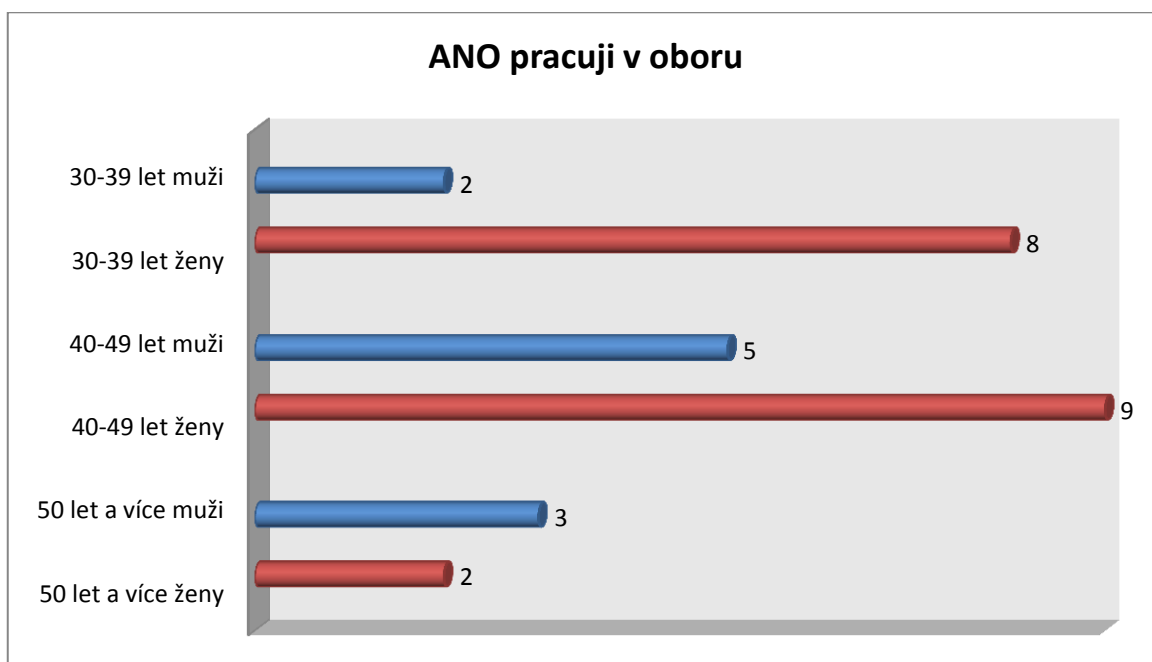
Muži uvedli tyto důvody, proč si vybrali právě obor sociální pedagogika na IMS v Brně, každý z nich uvedl pouze jeden:

Graf 9: Vyhodnocení k otázce č. 8 (2)

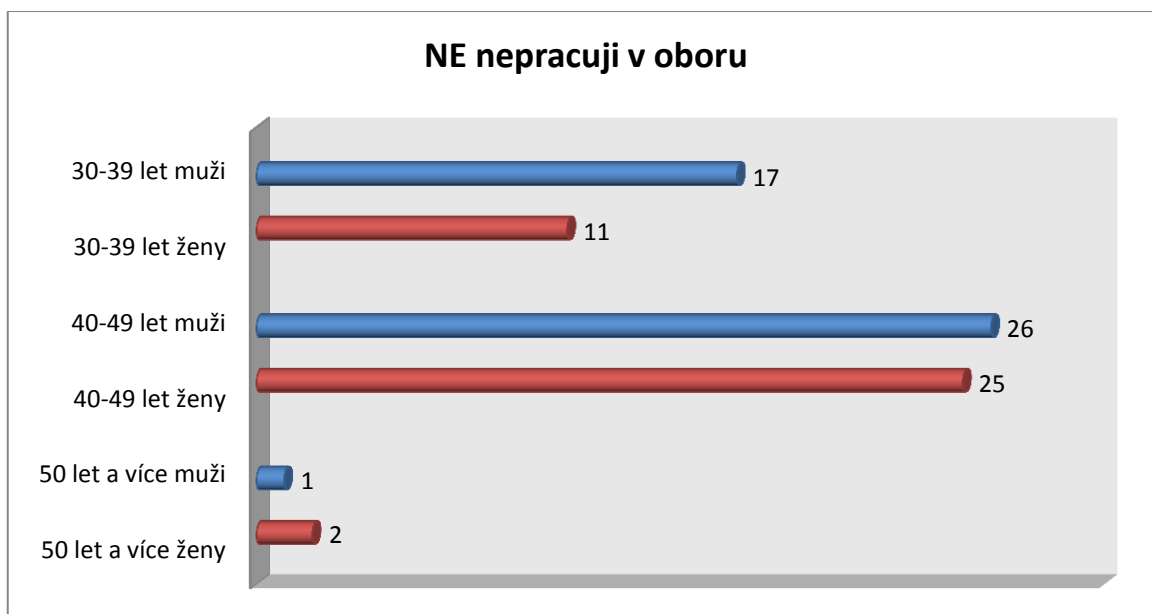


Otázka č. 9: Pracujete v oboru?

Graf 10: Vyhodnocení k otázce č. 9 (1)

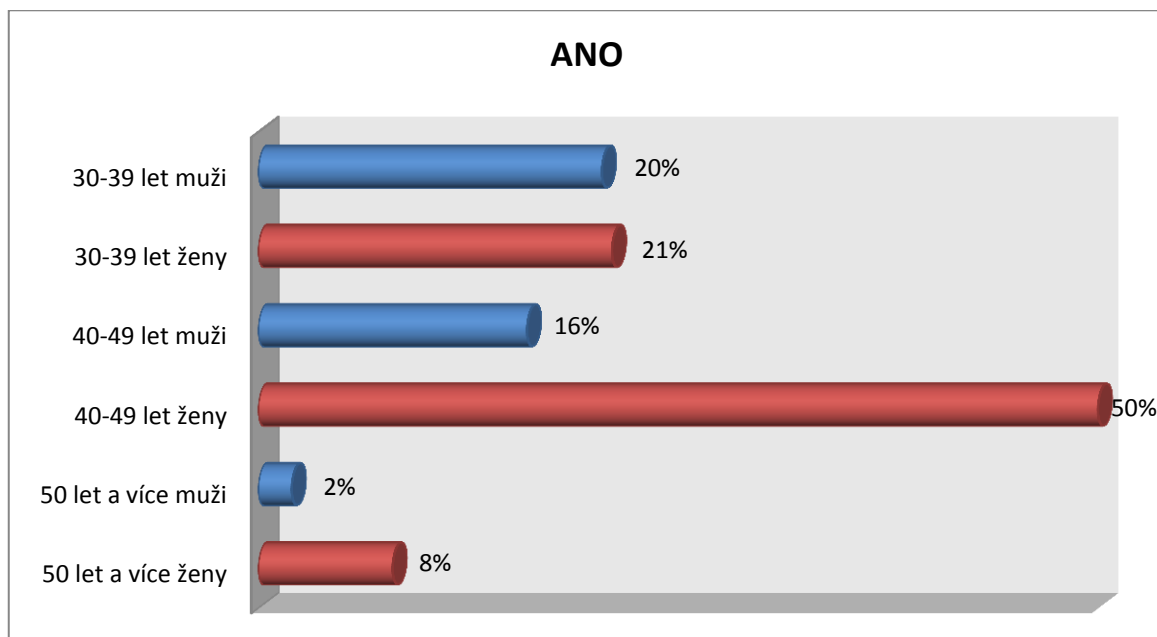


Graf 11: Vyhodnocení k otázce č. 9 (2)

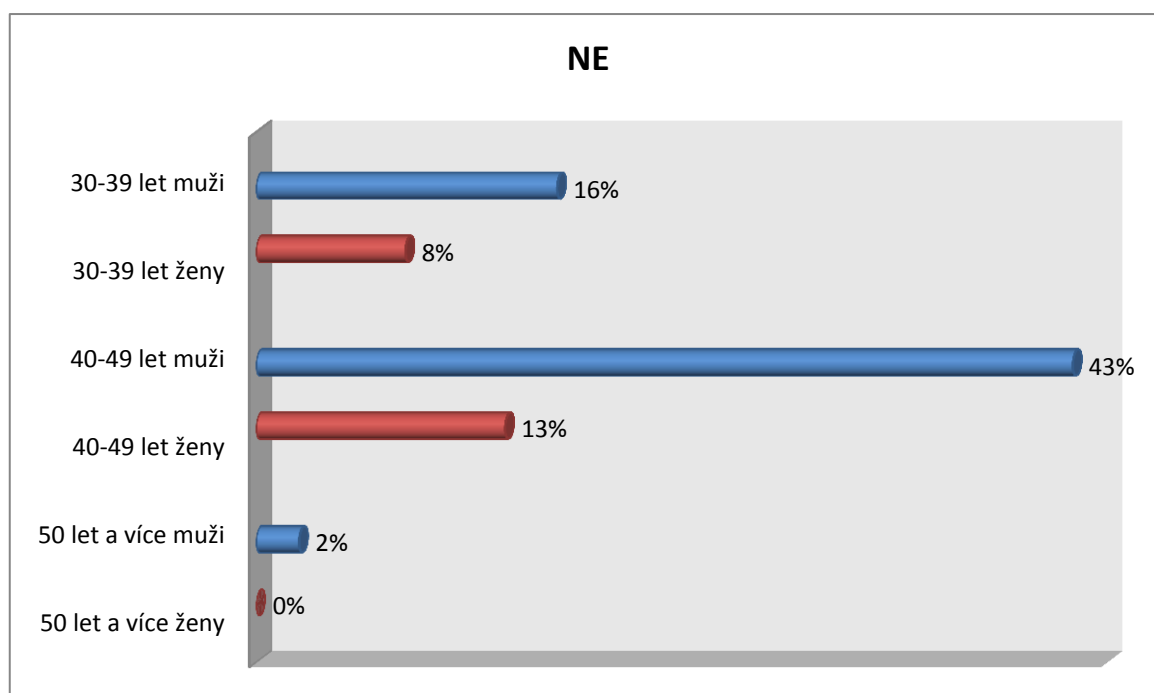


Otázka č. 10: Pokud ne, hodláte po ukončení studia pracovat v oboru?

Graf 12: Vyhodnocení k otázce č. 10 (1)

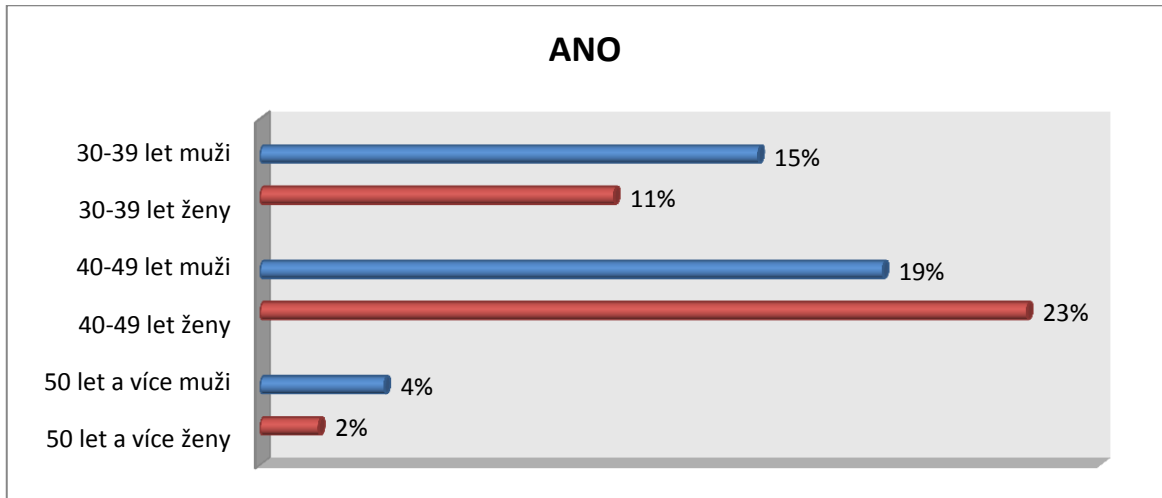


Graf 13: Vyhodnocení k otázce č. 10 (2)

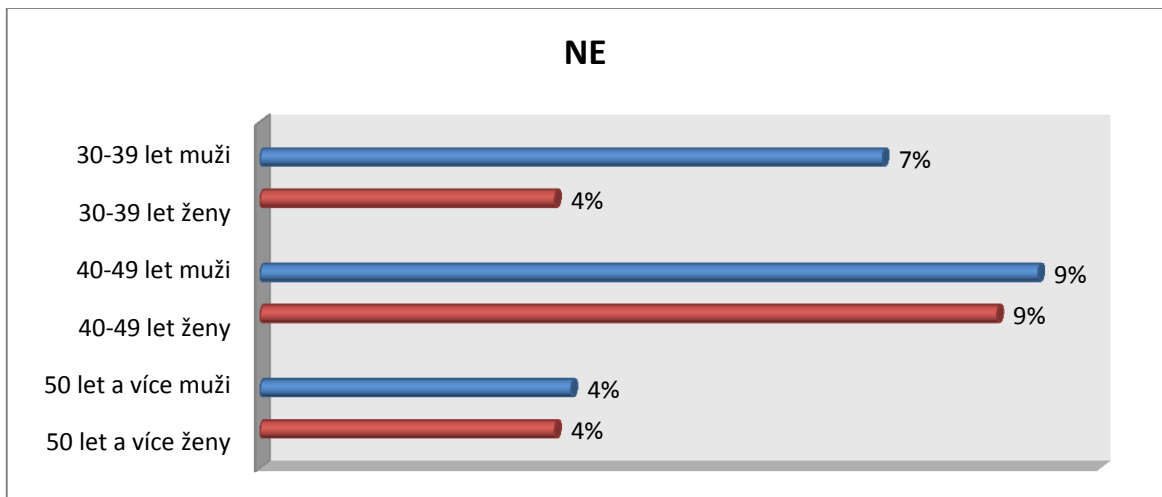


Otázka č. 11: Plánujete pokračovat ve studiu magisterském?

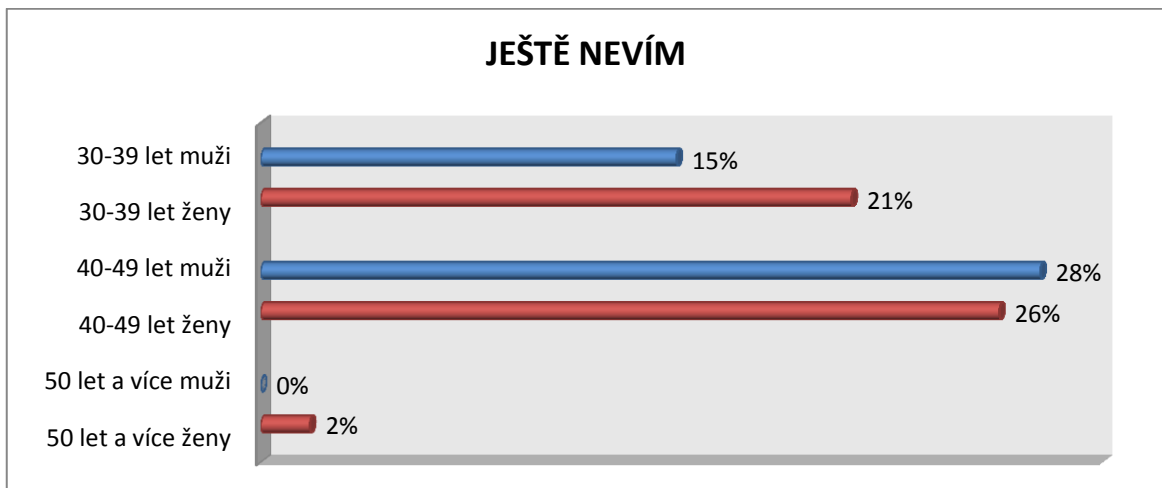
Graf 14: Vyhodnocení k otázce č. 11 (1)



Graf 15: Vyhodnocení k otázce č. 11 (2)

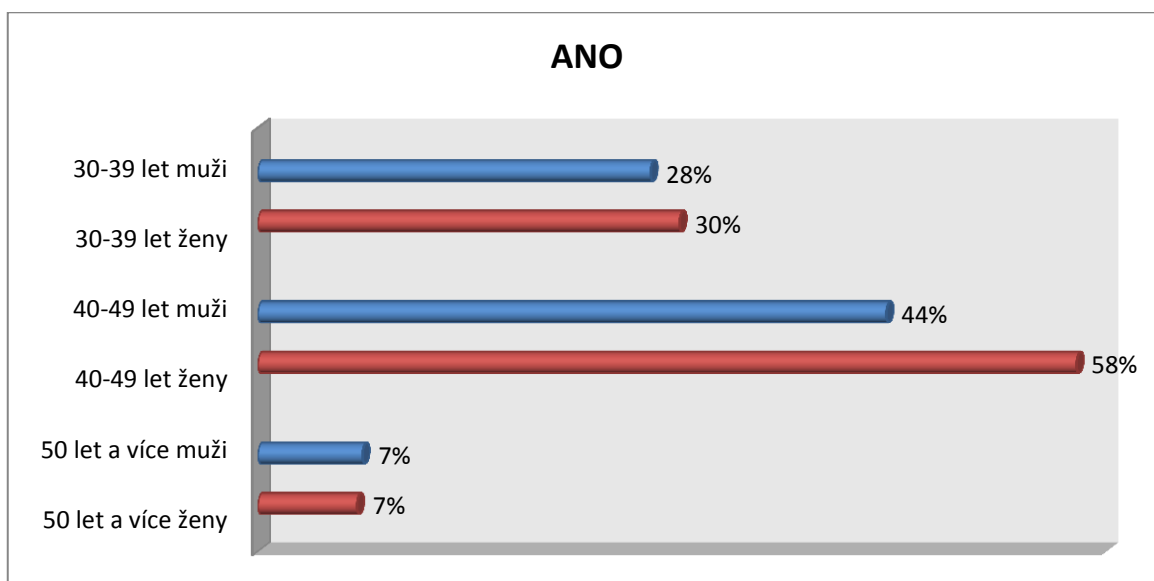


Graf 16: Vyhodnocení k otázce č. 11 (3)

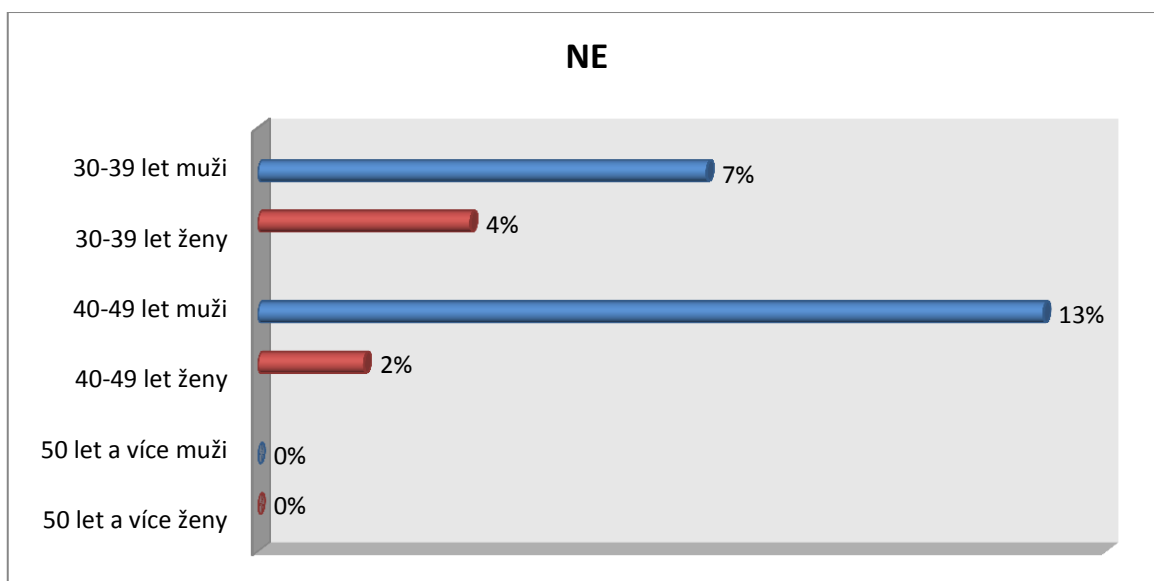


Otázka č. 12: Myslíte si, že ke studiu přistupujete zodpovědně?

Graf 17: Vyhodnocení k otázce č. 12 (1)

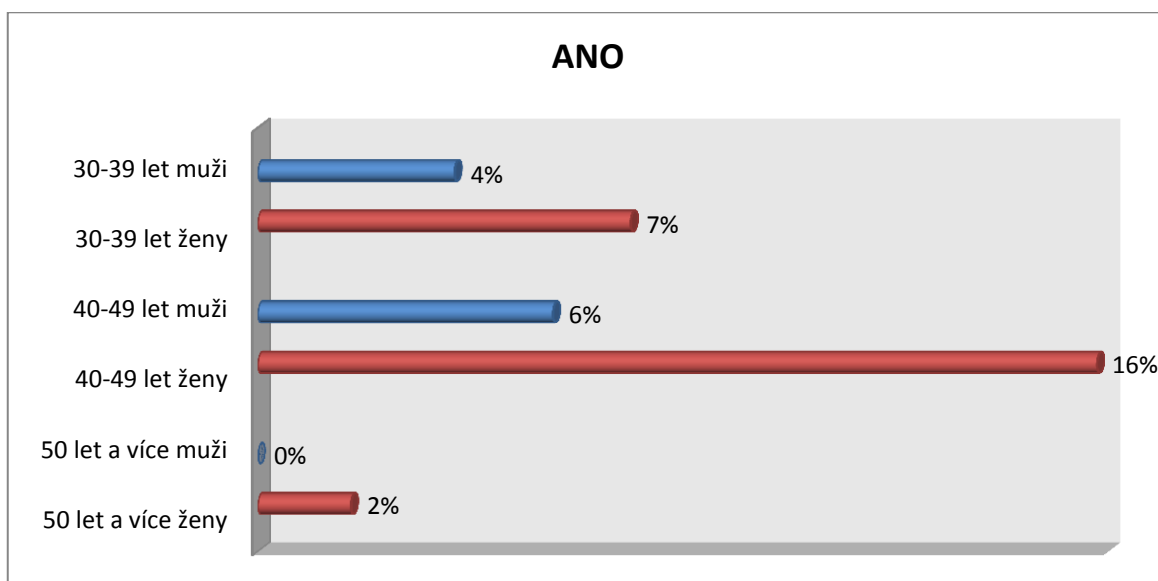


Graf 18: Vyhodnocení k otázce č. 12 (2)

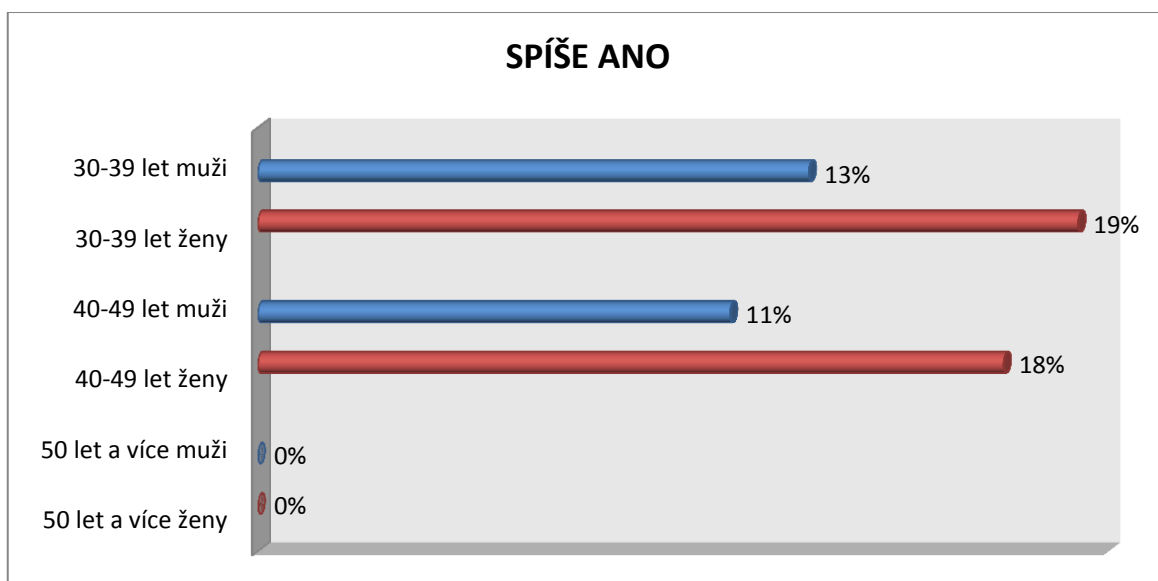


Otázka č. 13: Pociťujete pokles kvality života vlivem nároků studia na VŠ?

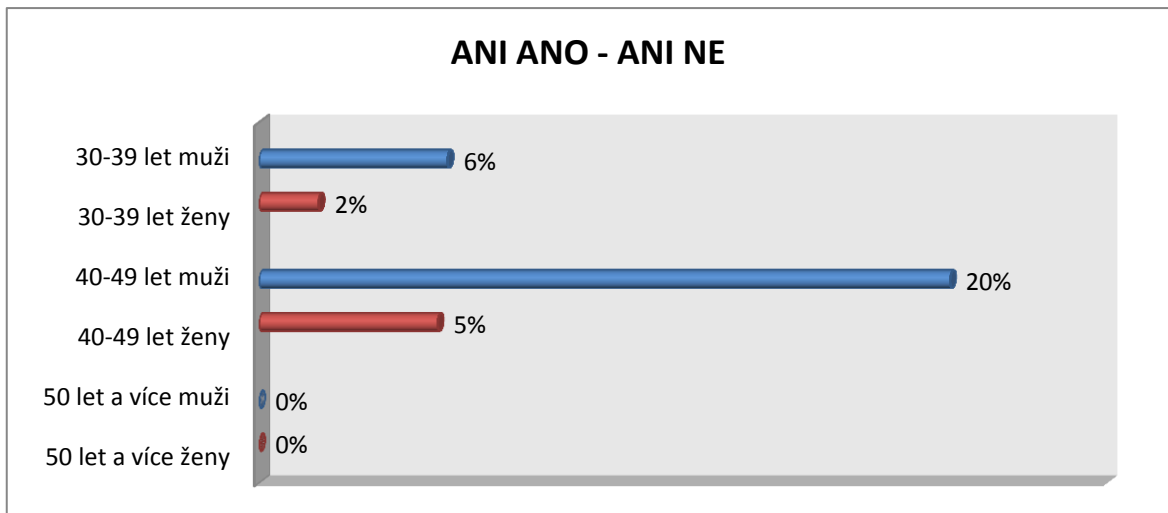
Graf 19: Vyhodnocení k otázce č. 13 (1)



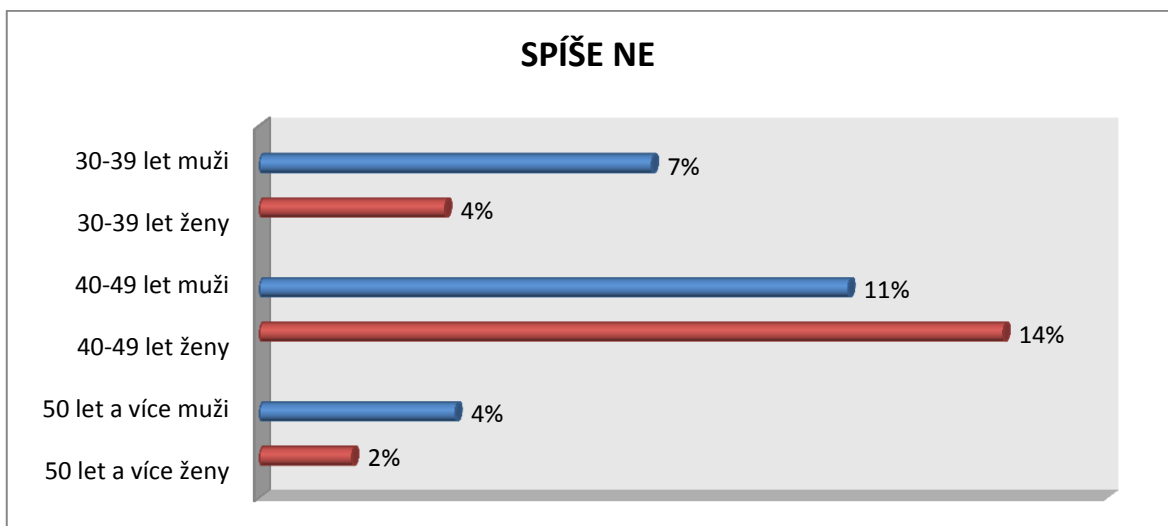
Graf 20: Vyhodnocení k otázce č. 13 (2)



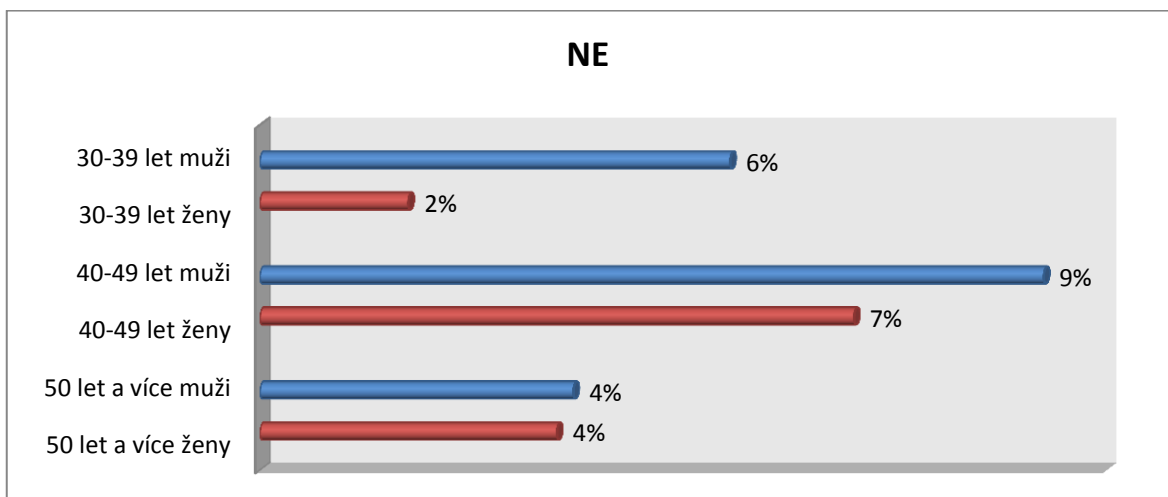
Graf 21: Vyhodnocení k otázce č. 13 (3)



Graf 22: Vyhodnocení k otázce č. 13 (4)



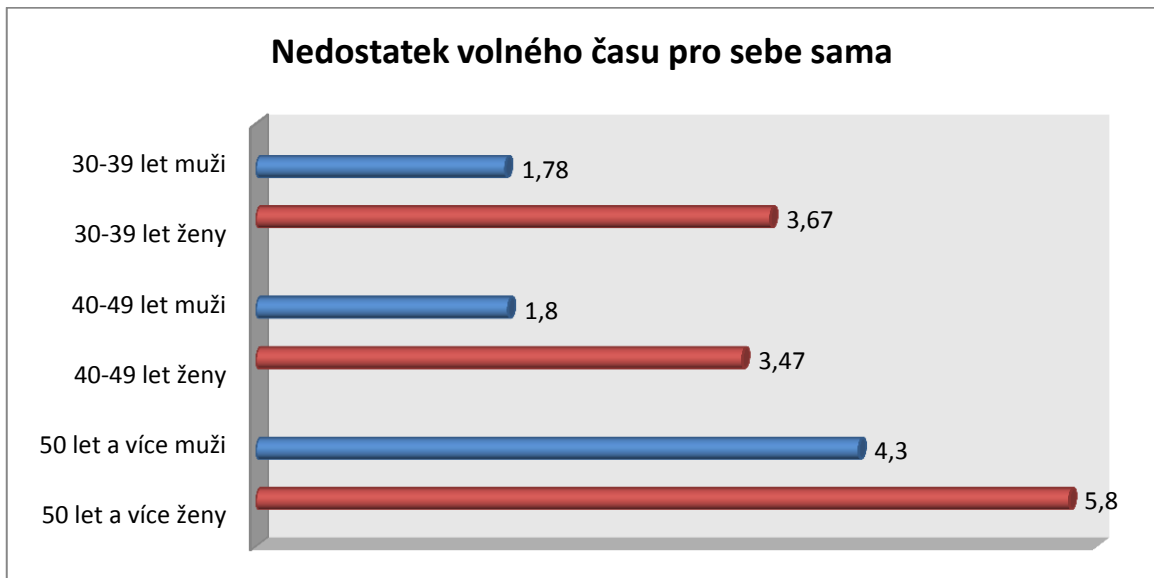
Graf 23: Vyhodnocení k otázce č. 13 (5)



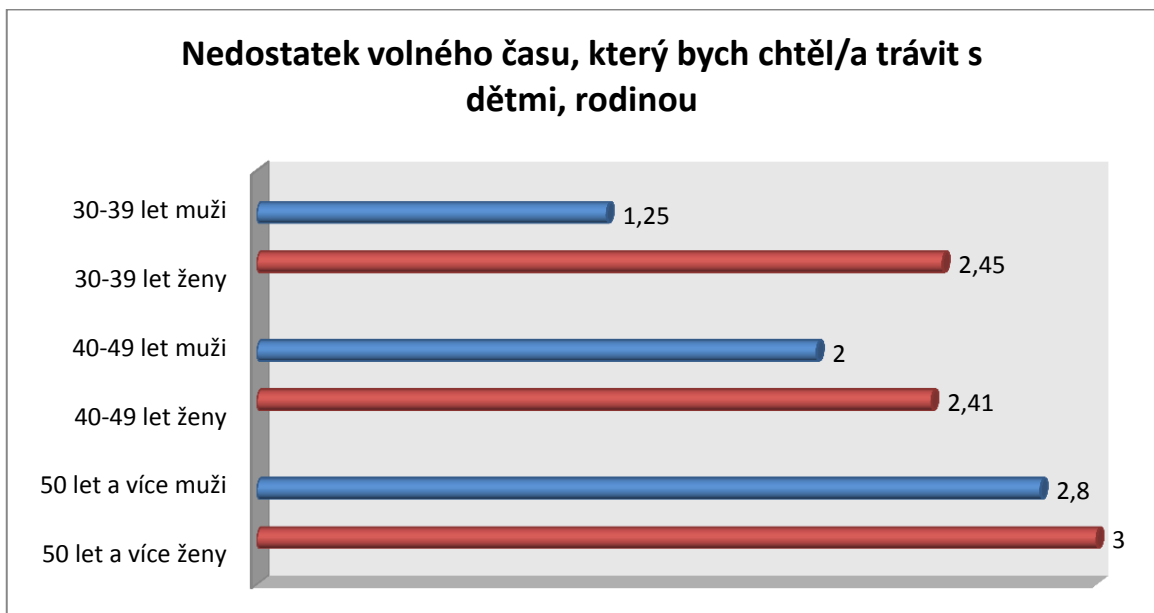
Otázka č. 14: Pokud jste odpověděl/a ano, spíše ano – v jakém ohledu?

Respondenti si mohli vybrat z nabízených odpovědí. Ty byly respondenty označeny dle významnosti od 1 - největší pokles po 9 – nejméně významný pokles kvality života.

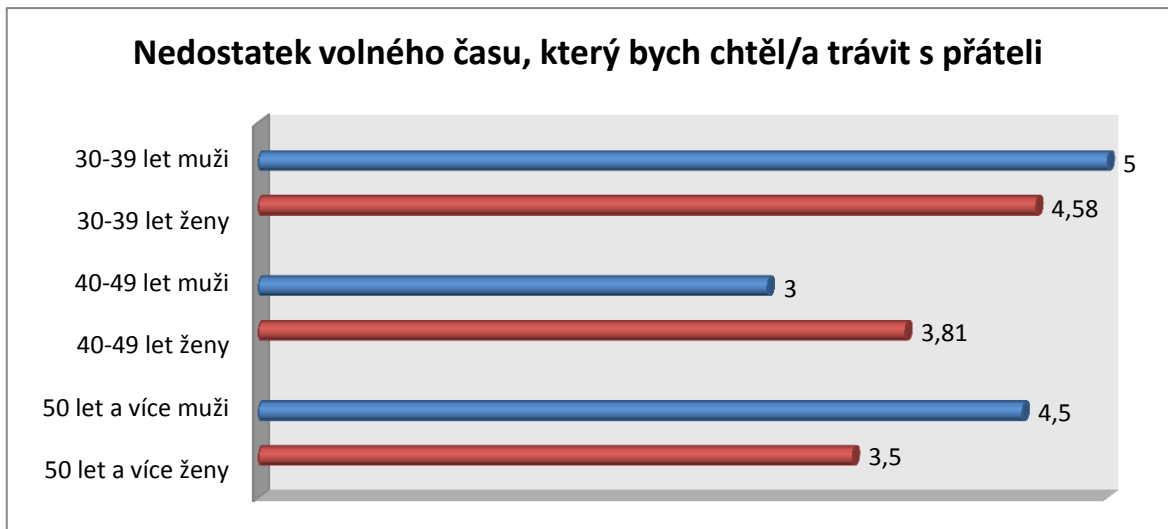
Graf 24: Vyhodnocení k otázce č. 14 (1)



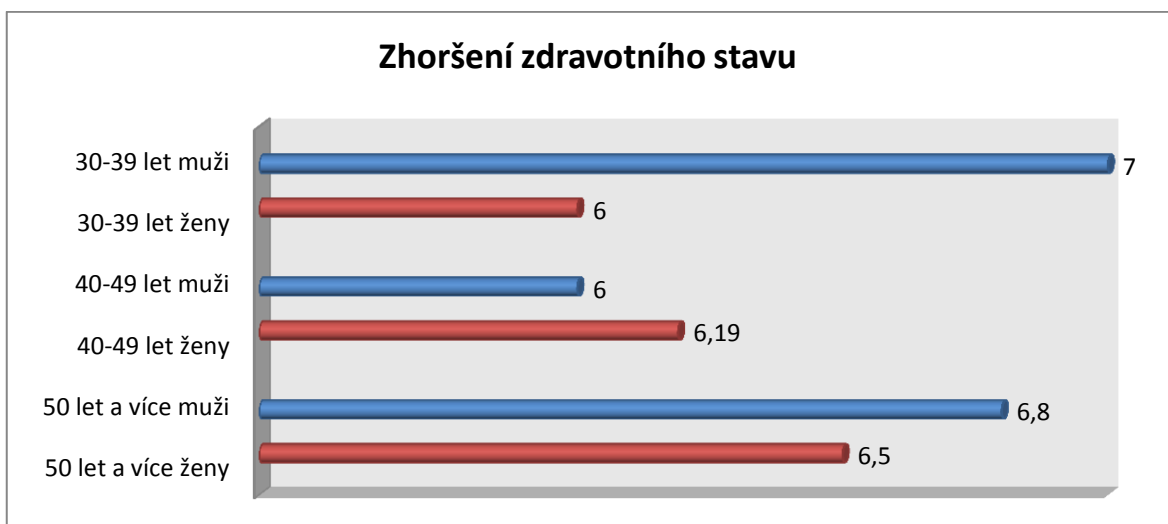
Graf 25: Vyhodnocení k otázce č. 14 (2)



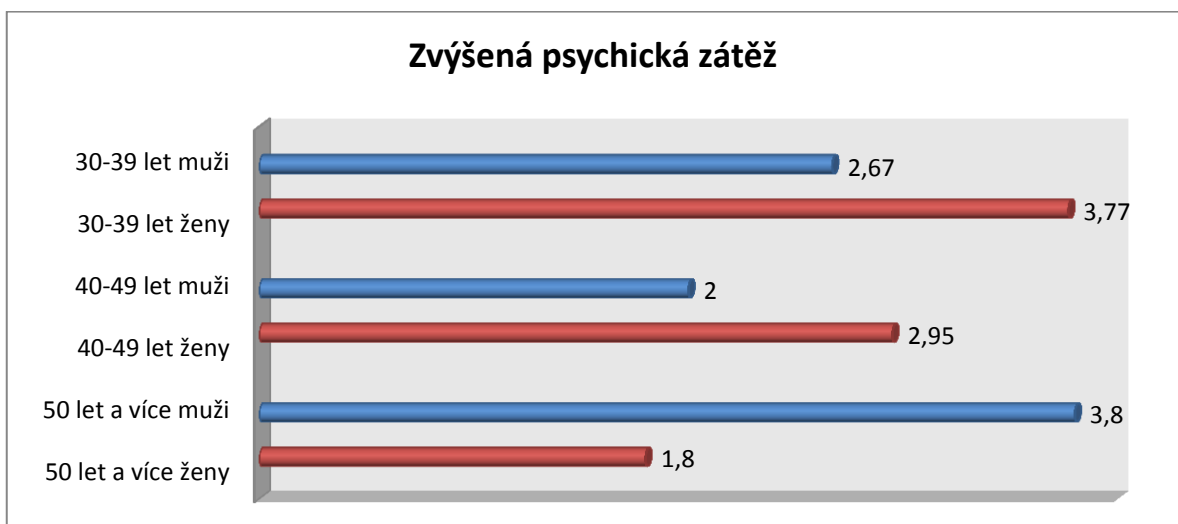
Graf 26: Vyhodnocení k otázce č. 14 (3)



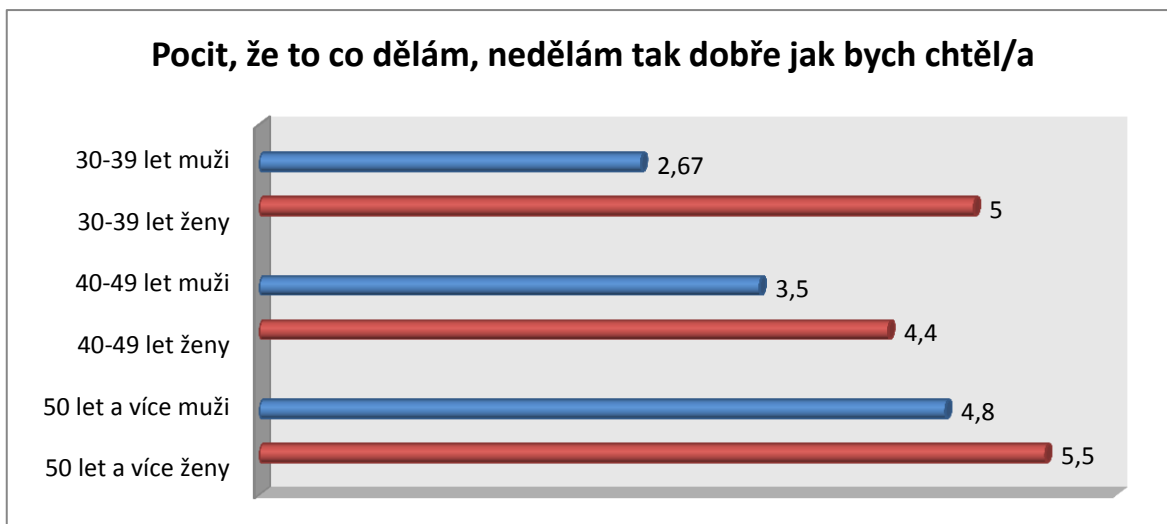
Graf 27: Vyhodnocení k otázce č. 14 (4)



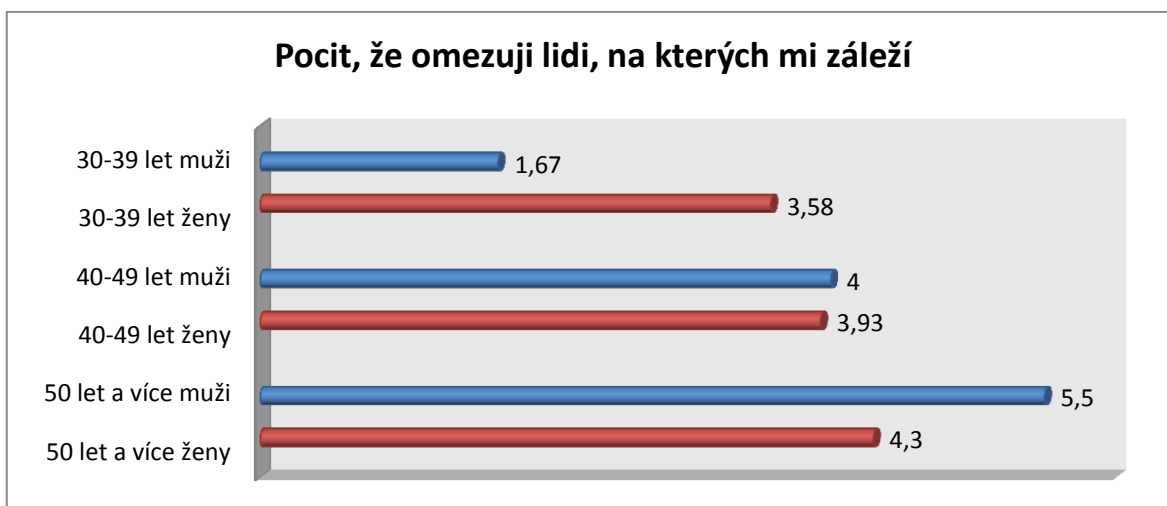
Graf 28: Vyhodnocení k otázce č. 14 (5)



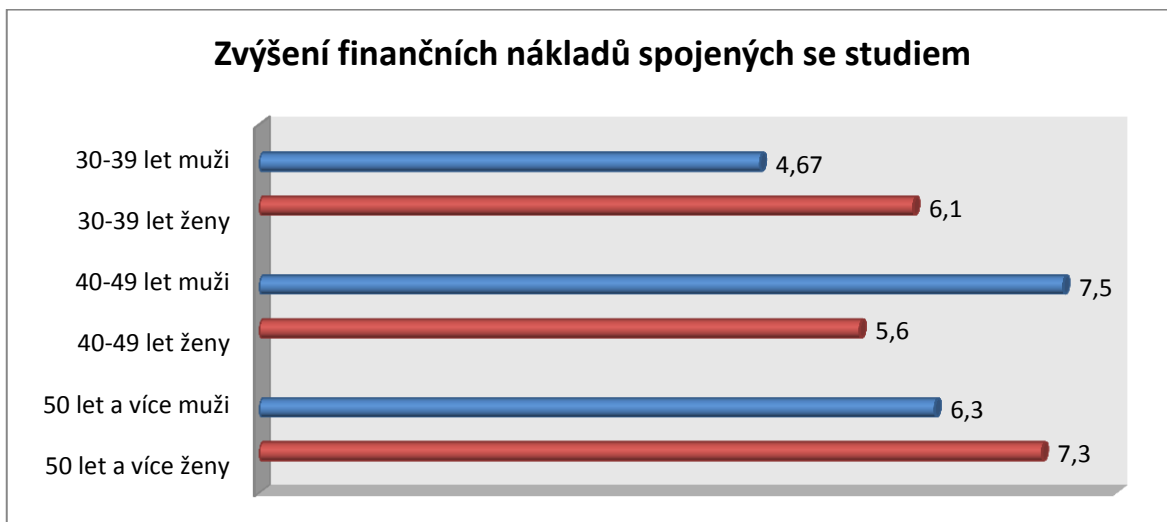
Graf 29: Vyhodnocení k otázce č. 14 (6)



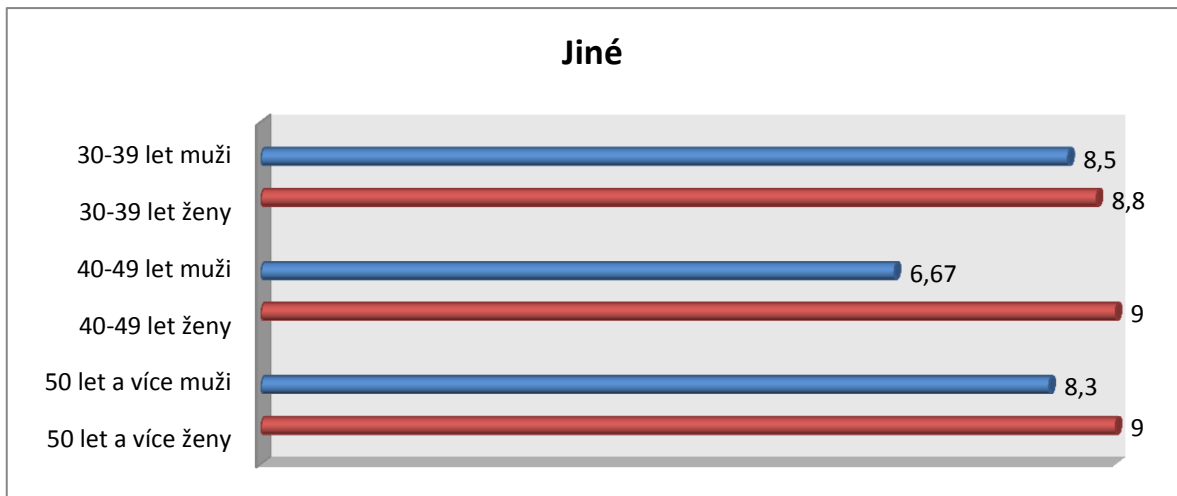
Graf 30: Vyhodnocení k otázce č. 14 (7)



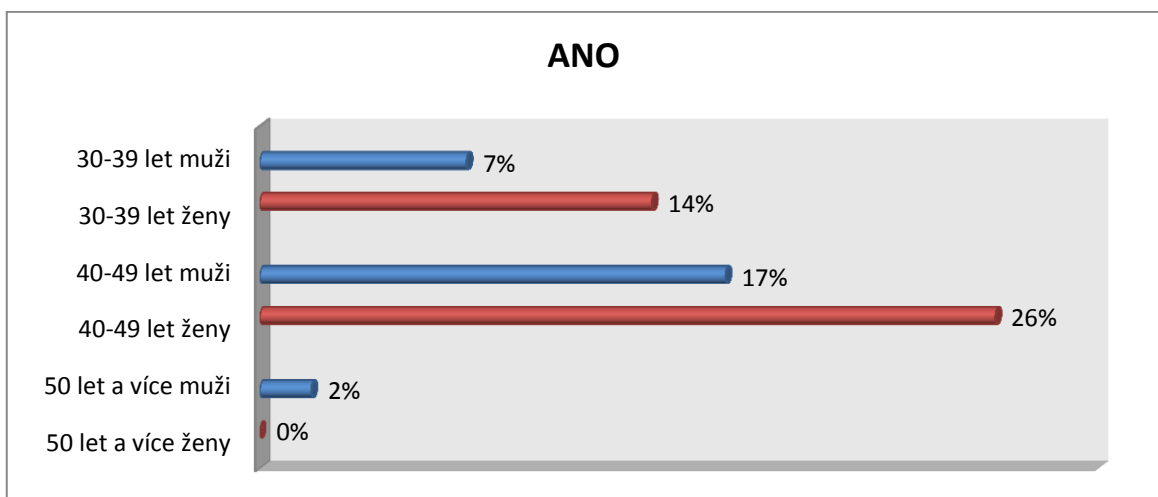
Graf 31: Vyhodnocení k otázce č. 14 (8)



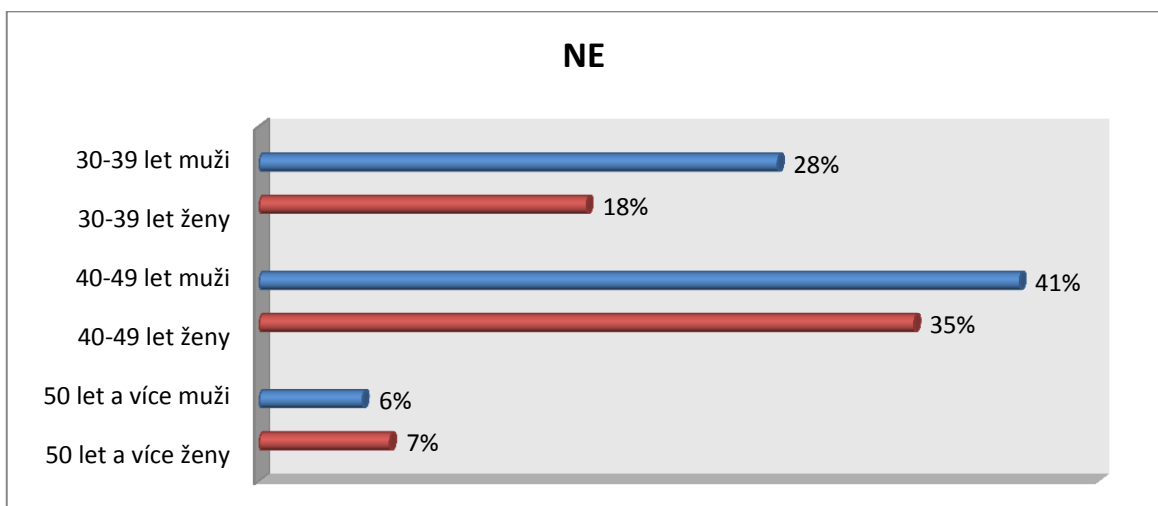
Graf 32: Vyhodnocení k otázce č. 14 (9)

**Otázka č. 15: Překvapilo Vás něco během studia na VŠ?**

Graf 33: Vyhodnocení k otázce č. 15 (1)



Graf 34: Vyhodnocení k otázce č. 15 (2)



Otázka č. 16: Pokud ano, co to bylo?

Odpovědi respondentů na tuto otázku dotazníku jsem rozdělila pouze do dvou skupin a to na odpovědi žen a odpovědi mužů.

Ženy jako nejčastější věc, která je překvapila během studia na VŠ uvedly časovou náročnost studia, každý rok jiné požadavky na studenta, široký rozsah učiva.

Jako další uvedly: náhlé změny vyučujícího; změna rektorů; přesuny výuky; dokupování skript při změně vyučujícího; neshody ohledně zkoušek; zmatek u přihlašování se na zkoušky přes STAG; změny v posledním roce (noví přednášející, nové podmínky); náročnost zkoušek z jazyka; informovanost a organizace studia; přístup některých spolužáků ke studiu; intenzitu studia; mnoho nových informací a poznání; ochota a vstřícnost některých vyučujících; náročnost k sobě samé; je to mnohem těžší, než jsem očekávala; jak se mě to líbí, kromě zkoušek; to, že se i po 20. letech mohu ještě něco naučit; spousty bezvadných lidí; moje bakalářská práce mi splnila to, co mě baví: „Mezi nebem a zemí“ ☺.

Muži jako nejčastější věc, která je během studia na VŠ překvapila, uvedli v drtivé většině časovou náročnost studia.

Dále uvedli: přístup přednášejících, jejich rozdílnou úroveň; nároky na anglický jazyk; spolužáci; velmi příjemné prostředí; obsáhlost přednášených předmětů a také, že jsem zvládl angličtinu na VŠ; náročnost požadavků na studenta, týkající se seminárních prací; značná míra samostudia; že to vůbec zvládám; že to není dávačka; hodně učení.

Otázka č. 17: Co jste očekával/a od studia na VŠ?

Odpovědi respondentů na tuto otázku jsem rozdělila opět do dvou skupin a to na odpovědi žen a odpovědi mužů.

Ženy uvedly nejčastěji tyto odpovědi: prohloubení znalostí a vědomostí z oboru, nové informace, získání titulu Bc., všeobecný rozhled.

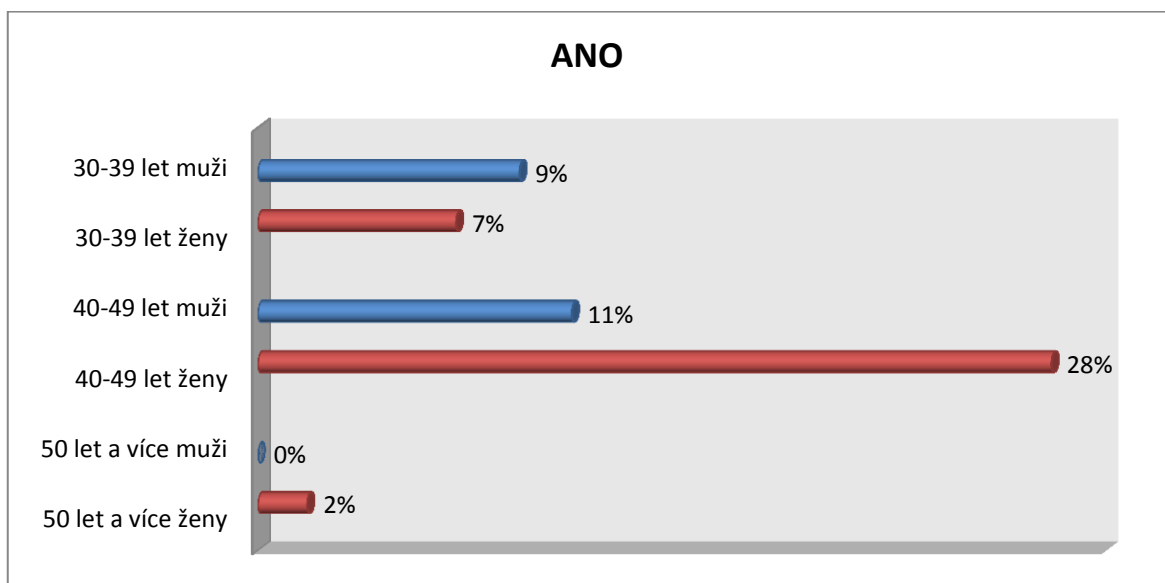
Jako další uvedly: lepší pracovní uplatnění na trhu práce, poznání nových lidí, noví přátelé, postup v kariéře, změna profese, splnění snu, zvýšení sebevědomí, odpočinek od rodiny, posunout se v životě dál, pro sebe lepší pocit, přínos pro osobní život, zkvalitnění života, sebeuspokojení, zátěž na psychiku, stres (potvrdilo se).

Muži uvedli nejčastěji tyto odpovědi: zvýšení kvalifikace, titul Bc., vzdělání, rozšíření obzorů a prohloubení znalostí a vědomostí z oboru, nové informace, zkušenosti.

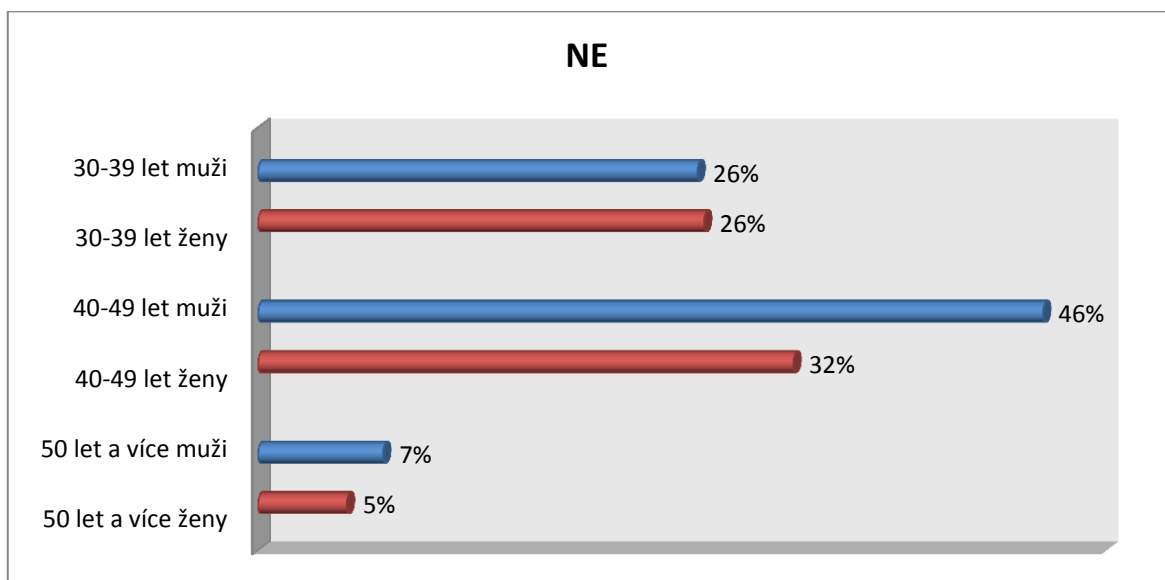
Jako další uvedli: osobní rozvoj, seberealizace, větší volnost, změnu celkově, změnu profese, zábavu nebo uvedli, že neví, co očekávali od studia.

Otázka č. 18: Ovlivnilo studium na VŠ určitým způsobem výrazně některá Vaše životní rozhodnutí?

Graf 35: Vyhodnocení k otázce č. 18 (1)



Graf 36: Vyhodnocení k otázce č. 18 (2)



Otázka č. 19: Pokud ano, tak jaká?

Ženy ve věkové kategorii 30-39 let v případě, že zvolily na otázku č. 18 odpověď ANO, uvedly tato životní rozhodnutí: změna zaměstnání na celý úvazek na částečný a věnovat se více rodině; další těhotenství; odhodlání učinit nějaké změny týkající se zaměstnání; zůstat v Brně po dobu studia; odložení některých nedůležitých věcí.

Ženy ve věkové kategorii 40-49 let v případě, že zvolily na otázku č. 18 odpověď ANO, uvedly tato životní rozhodnutí: postoj k některým věcem; víceméně pracovní, ale i osobní; pracovat na zkrácený úvazek; změna profese; změna pohledu na studenty; chci pracovat jako asistentka; chci se věnovat dále oboru; zmenšit domácí práce; více se těším a vážím si rodinného života; chci pracovat s lidmi; rozhodování; jsem razantnější a důraznější, naučila jsem se říkat ne; věnovat se mystice, terapii a alternativní vědě.

Ženy ve věkové kategorii 50 let a více v případě, že zvolily na otázku č. 18 odpověď ANO, uvedly tato životní rozhodnutí: změna povolání; jiný přístup k handicapovaným lidem.

Muži ve věkové kategorii 30-39 let v případě, že zvolili na otázku č. 18 odpověď ANO, uvedli tato životní rozhodnutí: změna výchovy svých dětí; kariérní postup; co chci dělat, čeho chci ještě v životě dosáhnout.

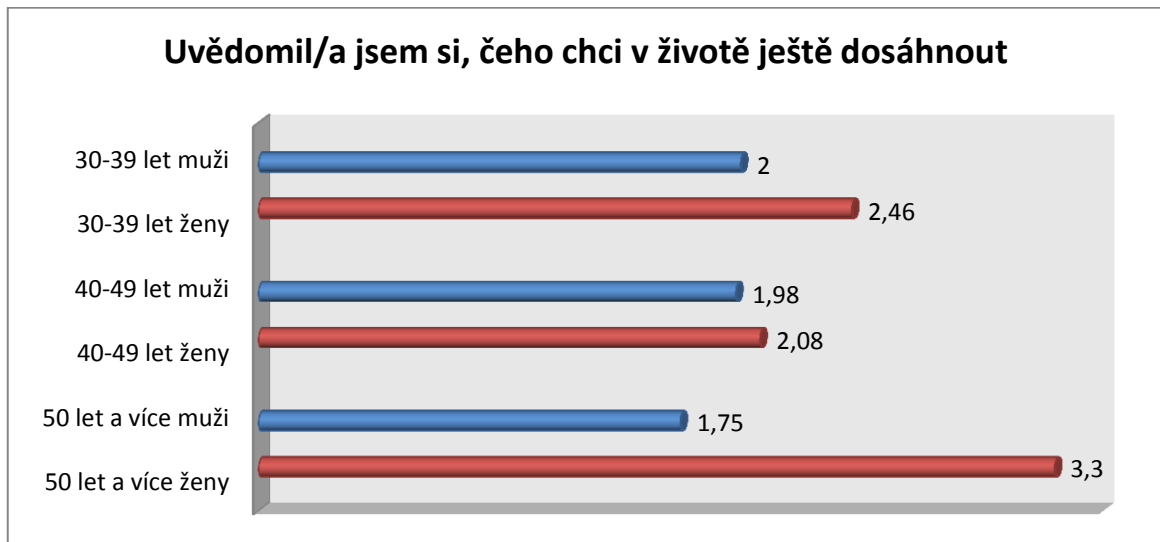
Muži ve věkové kategorii 40-49 let v případě, že zvolili na otázku č. 18 odpověď ANO, uvedli tato životní rozhodnutí: změny v osobním životě; změna povolání; vše pro školu – obětovat volný čas, přizpůsobení pracovní doby.

Studium na VŠ neovlivnilo žádná životní rozhodnutí dotazovaných **mužů ve věkové kategorii 50 a více let**.

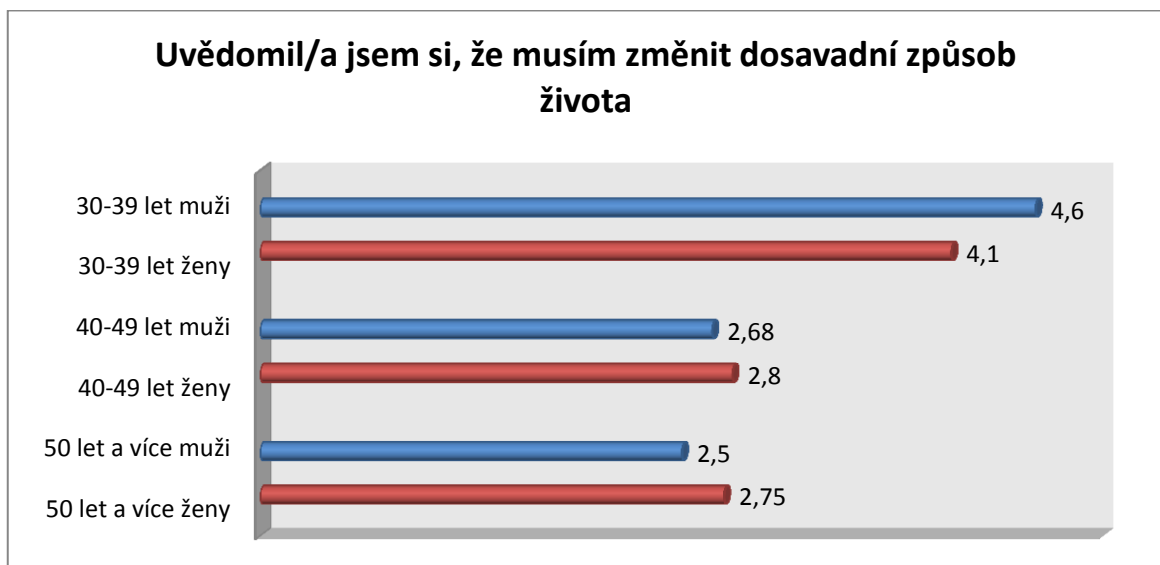
Otázka č. 20: V čem vidíte největší změnu/y ve Vašem životě během studia na VŠ?

Respondenti si mohli vybrat z nabízených odpovědí. Ty byly respondenty označeny dle významnosti od 1 – nejvýznamnější změna po 7 – nejméně významná změna.

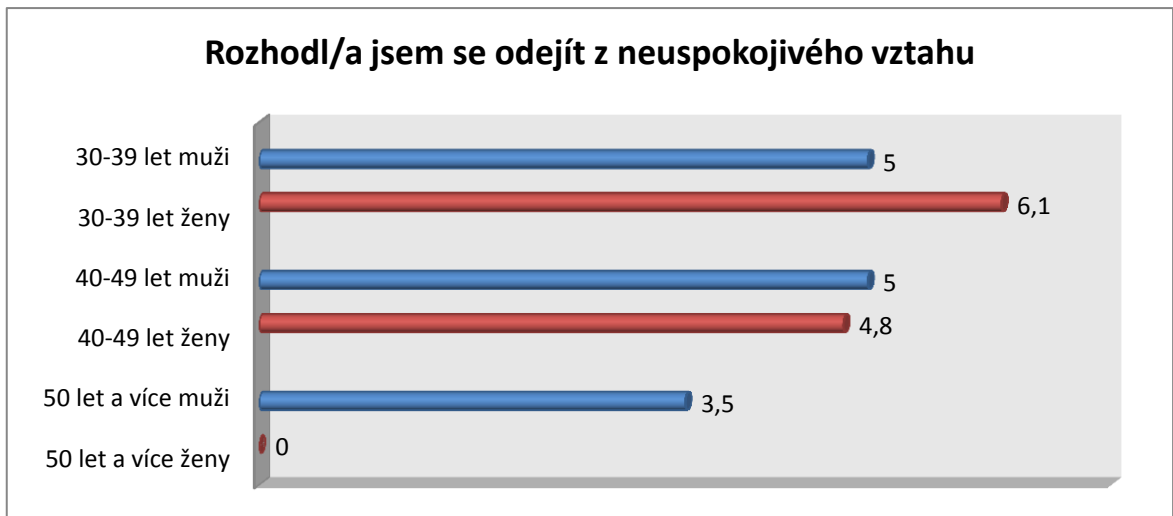
Graf 37: Vyhodnocení k otázce č. 20 (1)



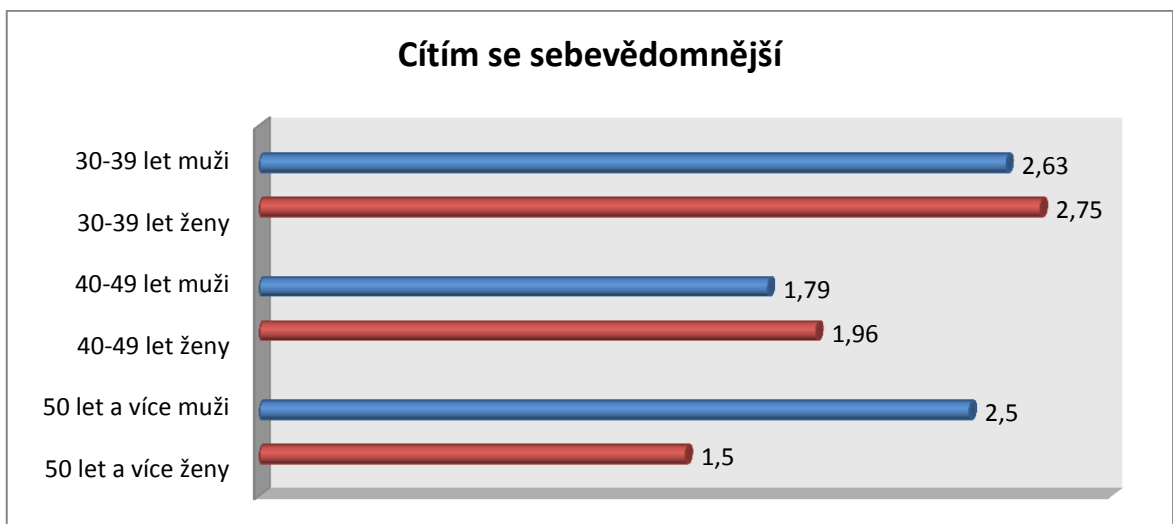
Graf 38: Vyhodnocení k otázce č. 20 (2)



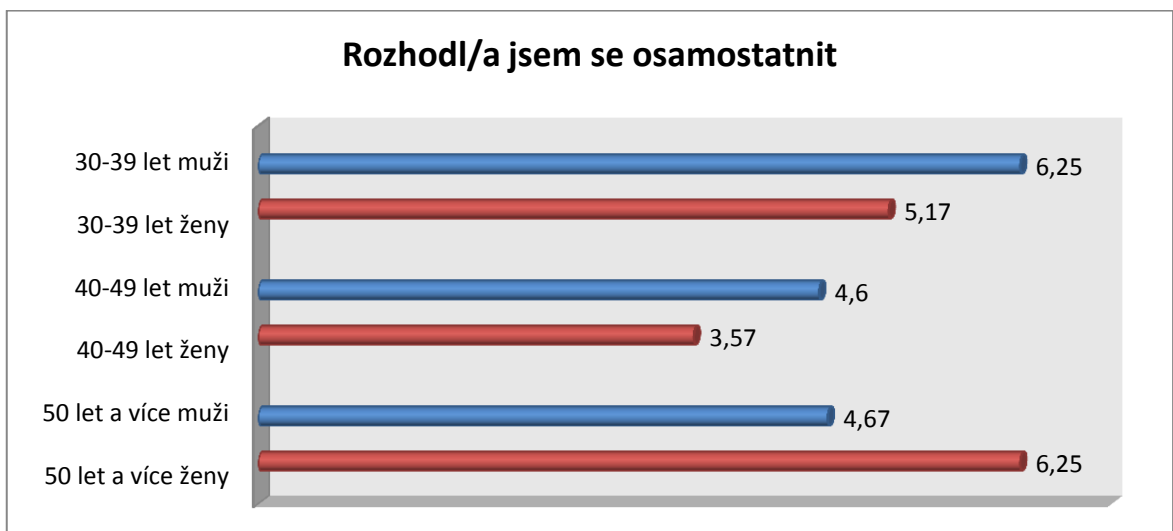
Graf 39: Vyhodnocení k otázce č. 20 (3)



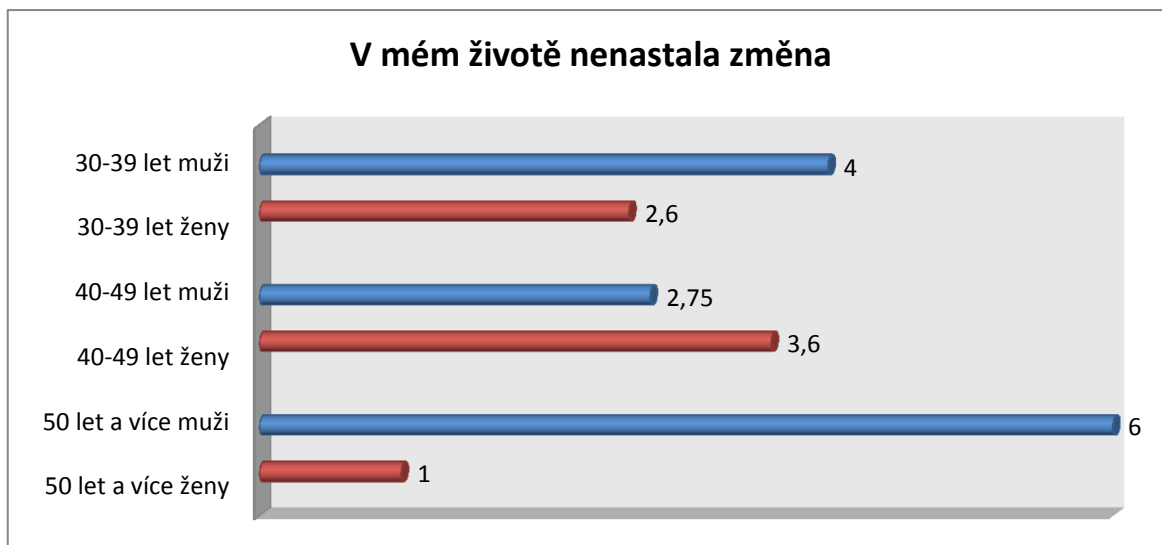
Graf 40: Vyhodnocení k otázce č. 20 (4)



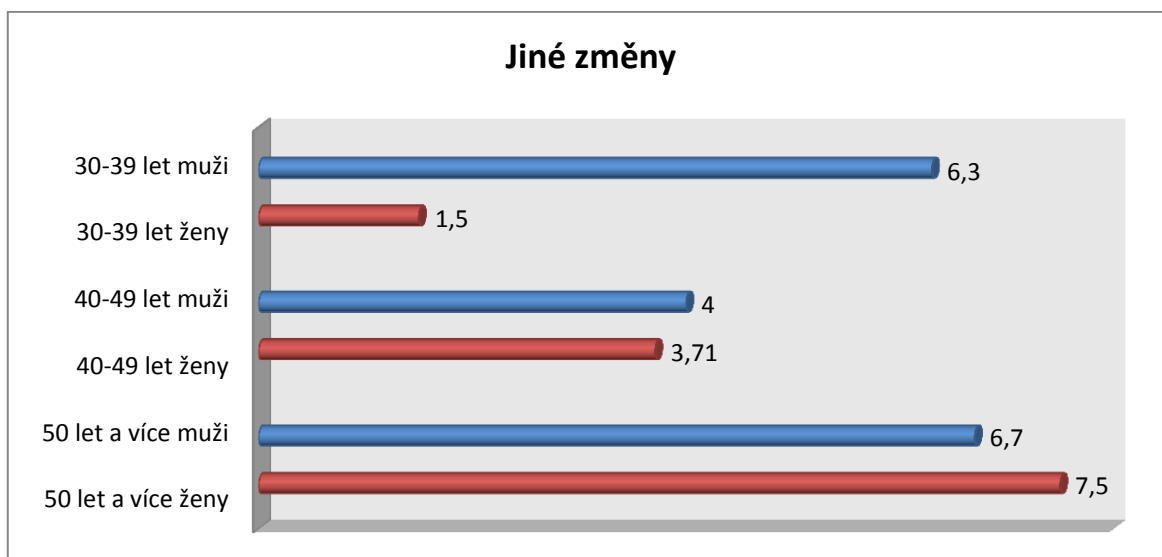
Graf 41: Vyhodnocení k otázce č. 20 (5)



Graf 42: Vyhodnocení k otázce č. 20 (6)



Graf 43: Vyhodnocení k otázce č. 20 (7)



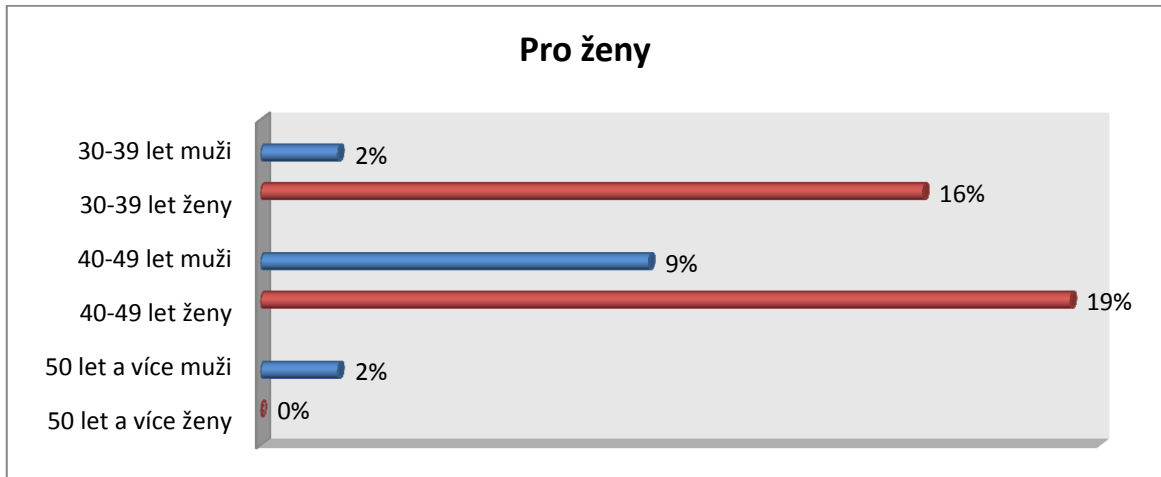
Většina respondentů svoji odpověď JINÉ ZMĚNY blíže nspecifikovala.

Ženy uvedly pouze tyto: méně volného času; málo času na rodinu; nemám čas na soukromý život; nestíhám skloubit práci a školu; změna ve stereotypním životě; že nikdy není pozdě!

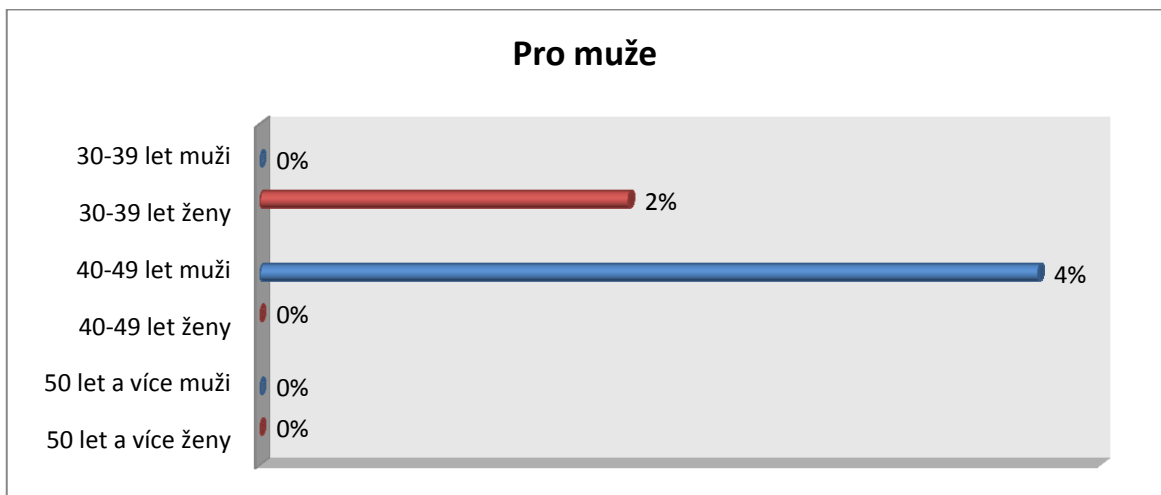
Muži uvedli pouze tyto: širší rozhled; uvědomění si toho, co je v životě pro mě důležité a co není.

Otázka č. 21: Myslíte si, že studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy nebo pro muže?

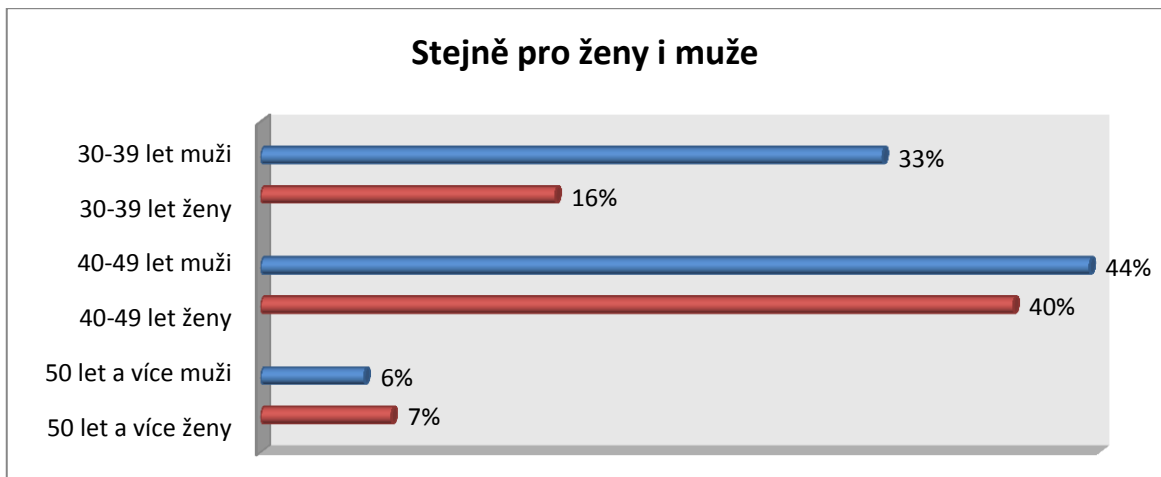
Graf 44: Vyhodnocení k otázce č. 21 (1)



Graf 45: Vyhodnocení k otázce č. 21 (2)

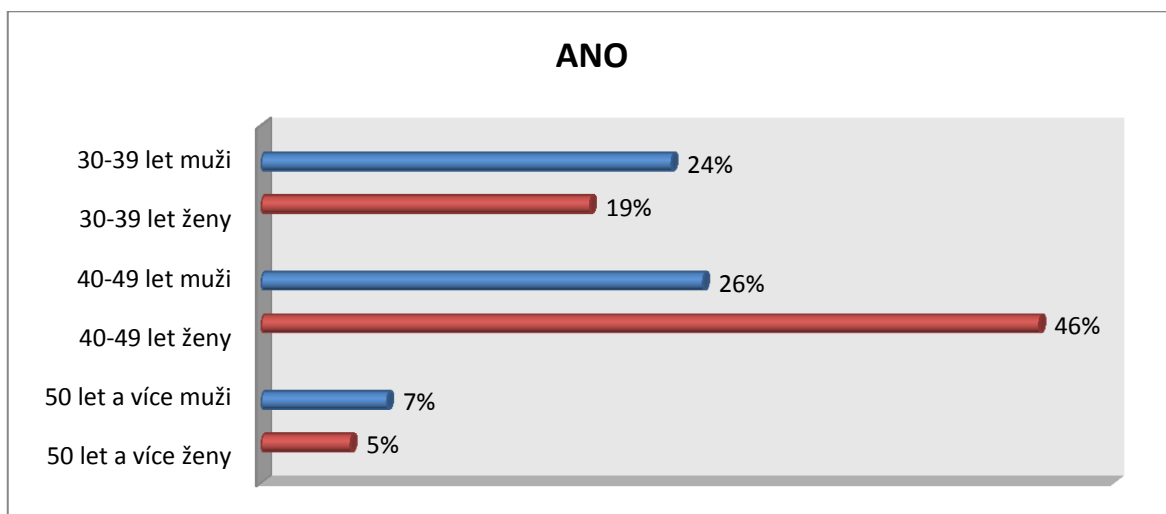


Graf 46: Vyhodnocení k otázce č. 21 (3)

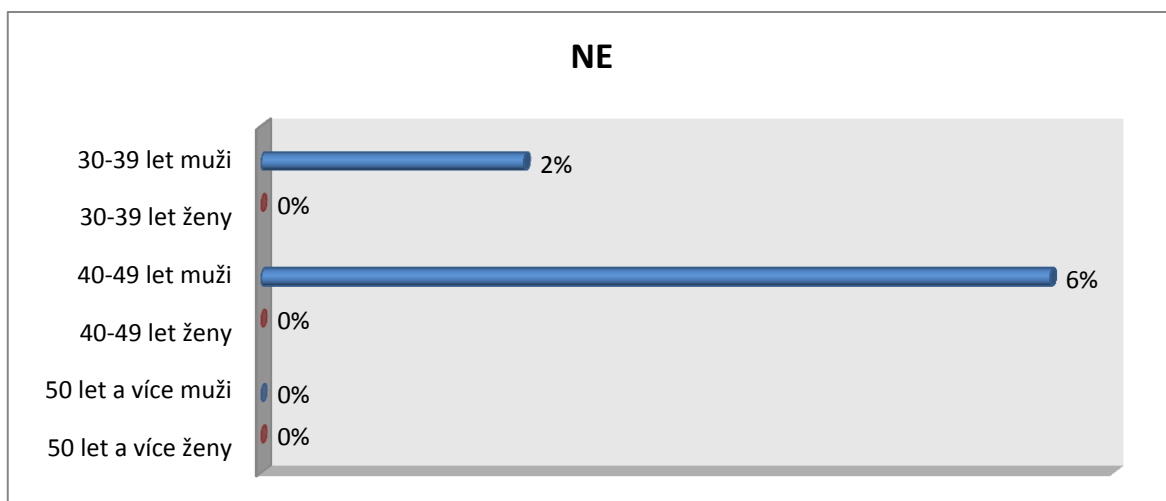


Otázka č. 22: Naplnilo studium na VŠ Vaše očekávání?

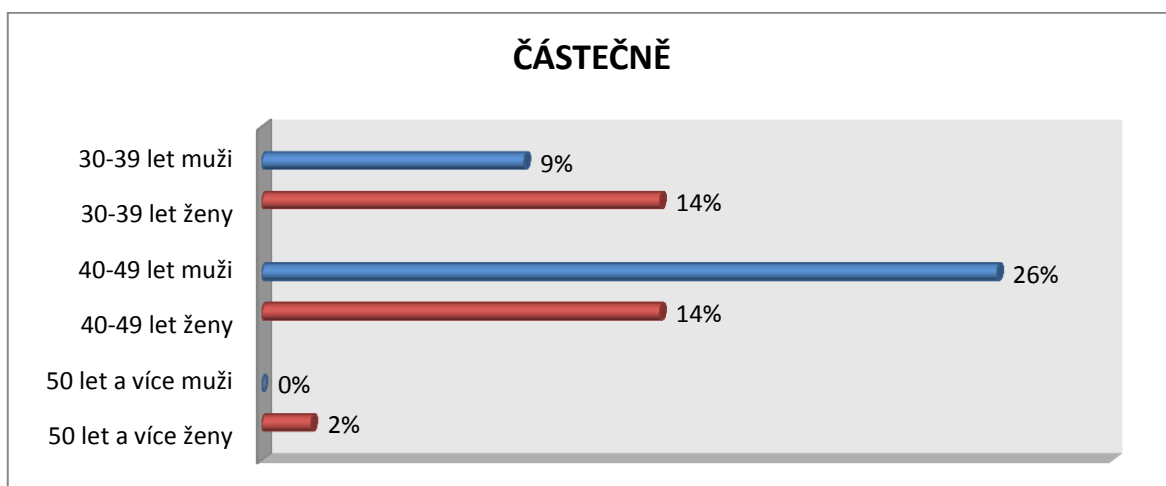
Graf 47: Vyhodnocení k otázce č. 22 (1)



Graf 48: Vyhodnocení k otázce č. 22 (2)



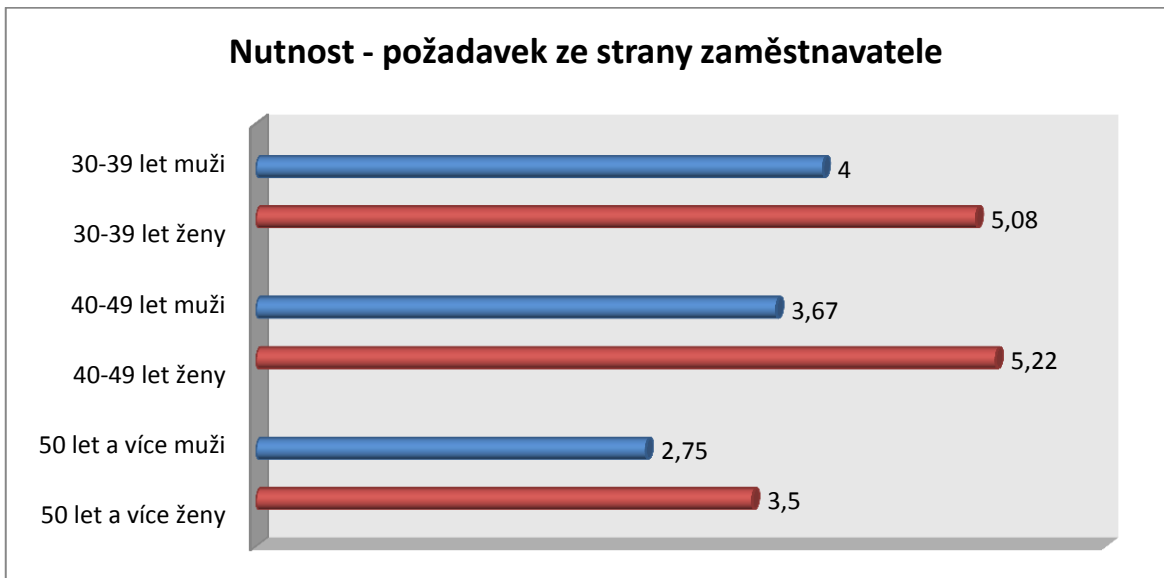
Graf 49: Vyhodnocení k otázce č. 22 (3)



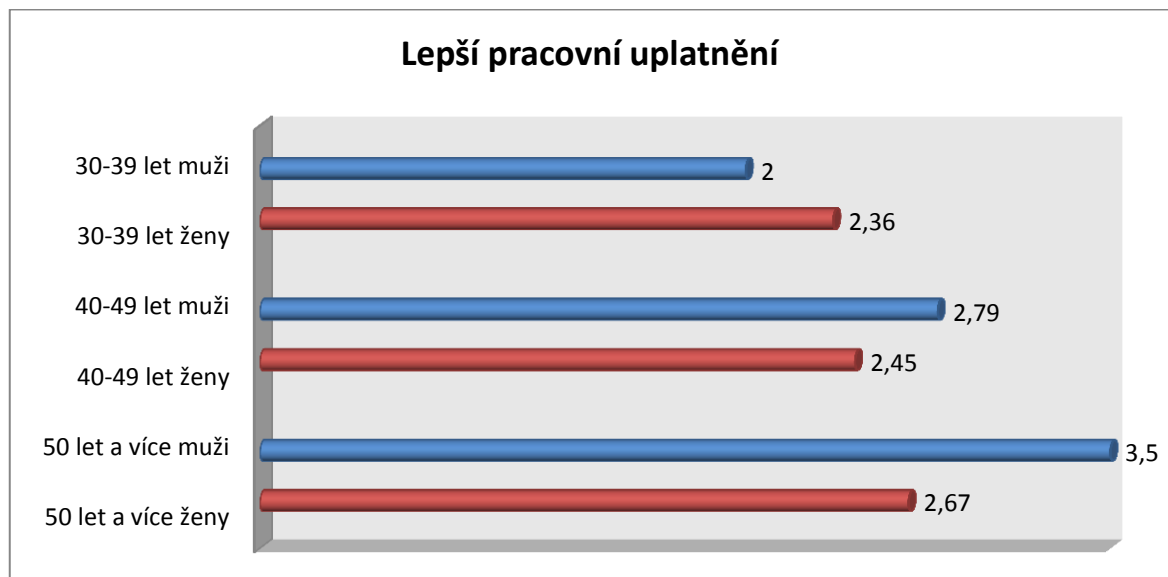
Otázka č. 23: Co Vás motivovalo ke studiu na VŠ?

Respondenti si mohli vybrat z nabízených odpovědí. Ty byly respondenty označeny dle významnosti od 1 – nejvýznamnější motiv po 7 – nejméně významný motiv.

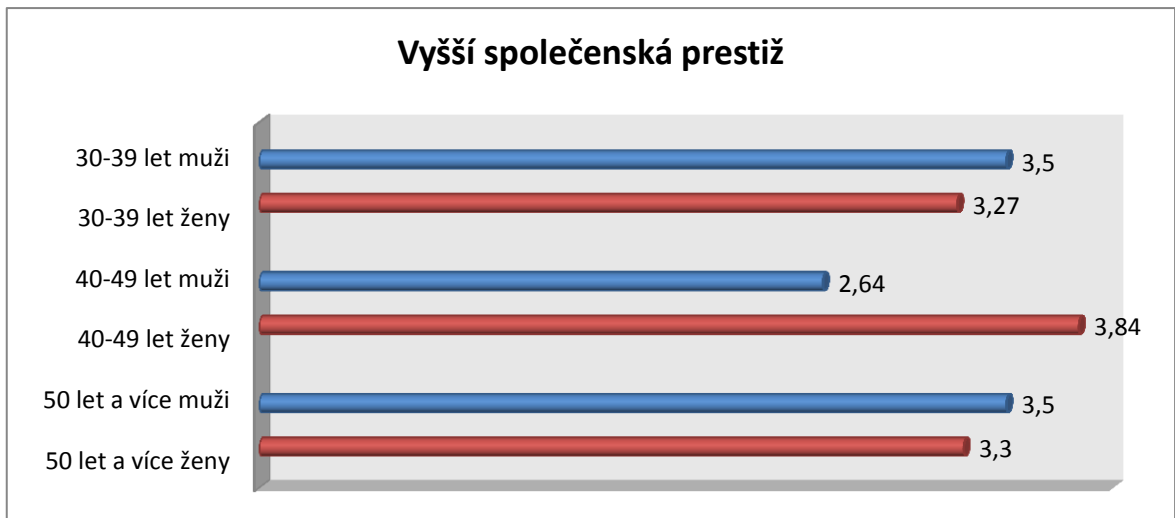
Graf 50: Vyhodnocení k otázce č. 23 (1)



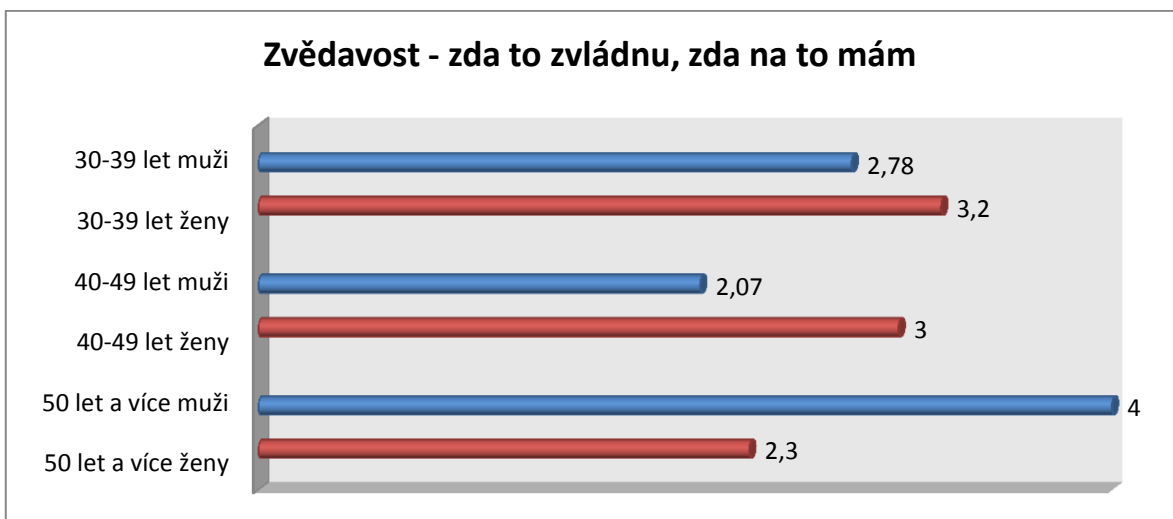
Graf 51: Vyhodnocení k otázce č. 23 (2)



Graf 52: Vyhodnocení k otázce č. 23 (3)



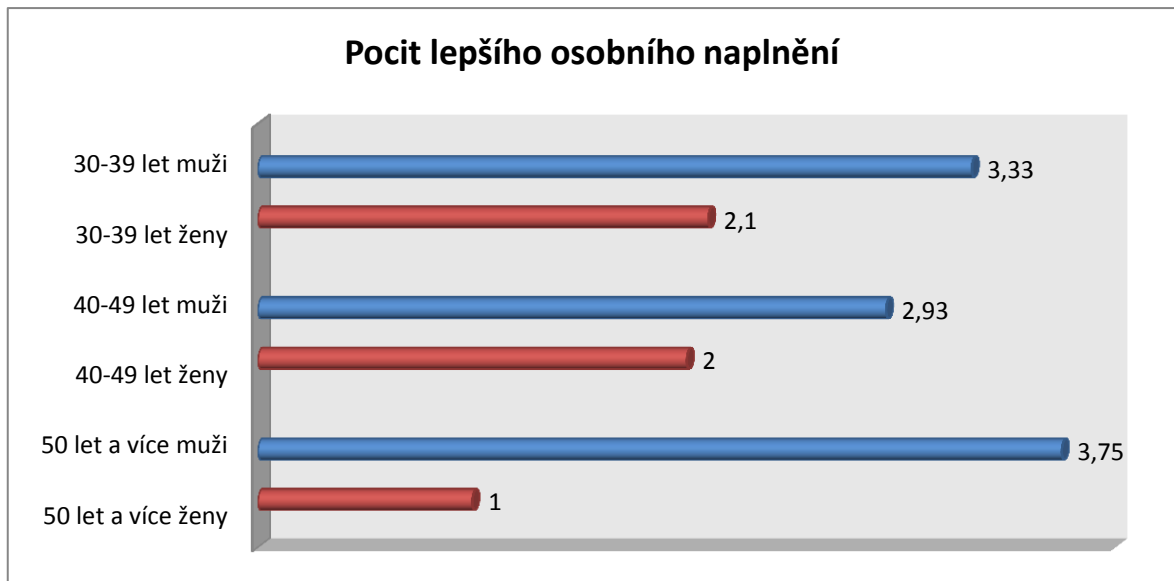
Graf 53: Vyhodnocení k otázce č. 23 (4)



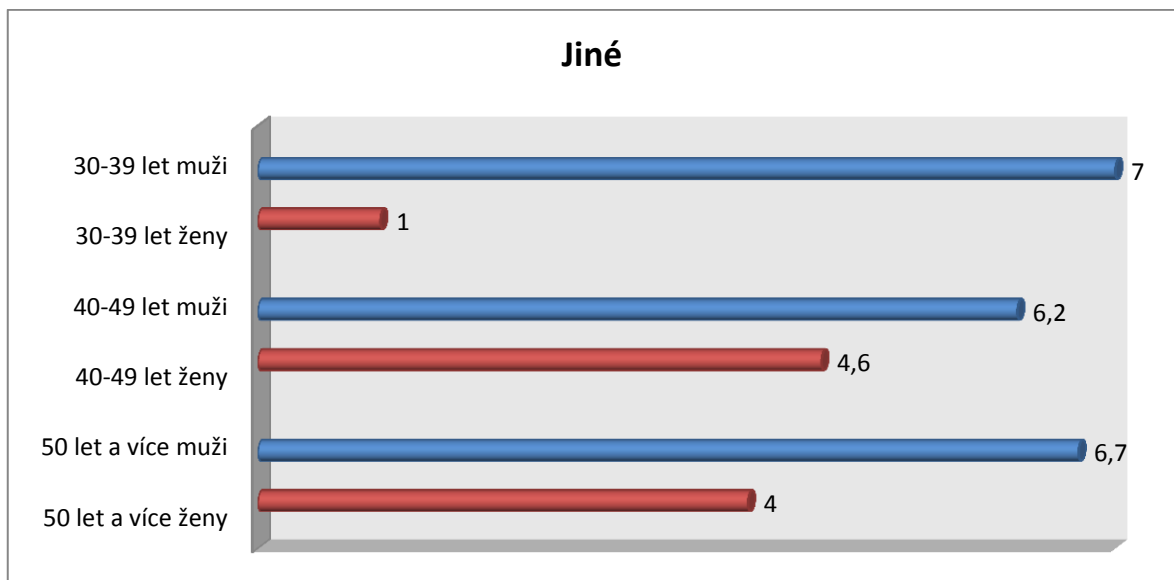
Graf 54: Vyhodnocení k otázce č. 23 (5)



Graf 55: Vyhodnocení k otázce č. 23 (6)



Graf 56: Vyhodnocení k otázce č. 23 (7)



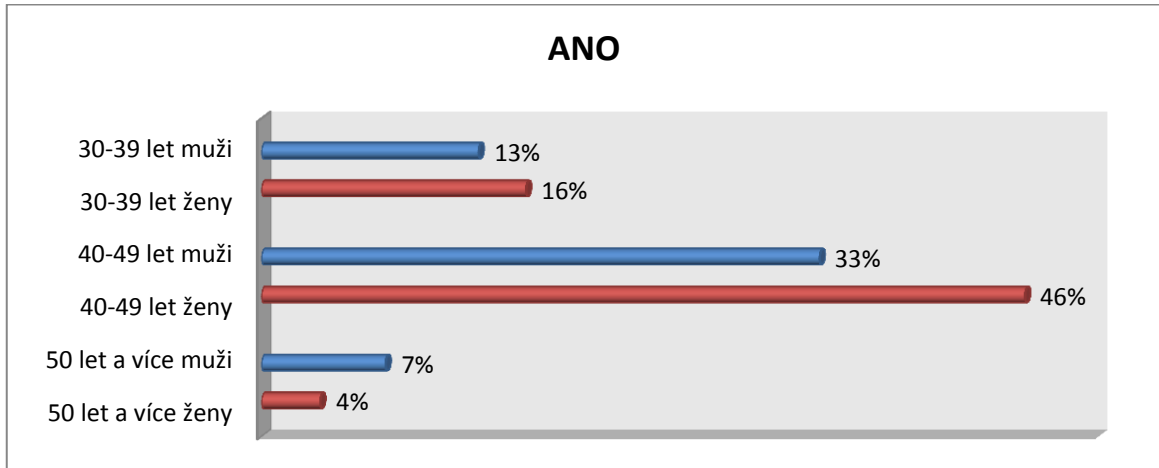
Většina respondentů svoji odpověď JINÉ blíže nespecifikovala.

Ženy uvedly pouze tyto jiné motivační faktory: touha po nových informacích; partner; smysluplné využití volného času; seberealizace; zvědavost, jaké to je studovat VŠ.

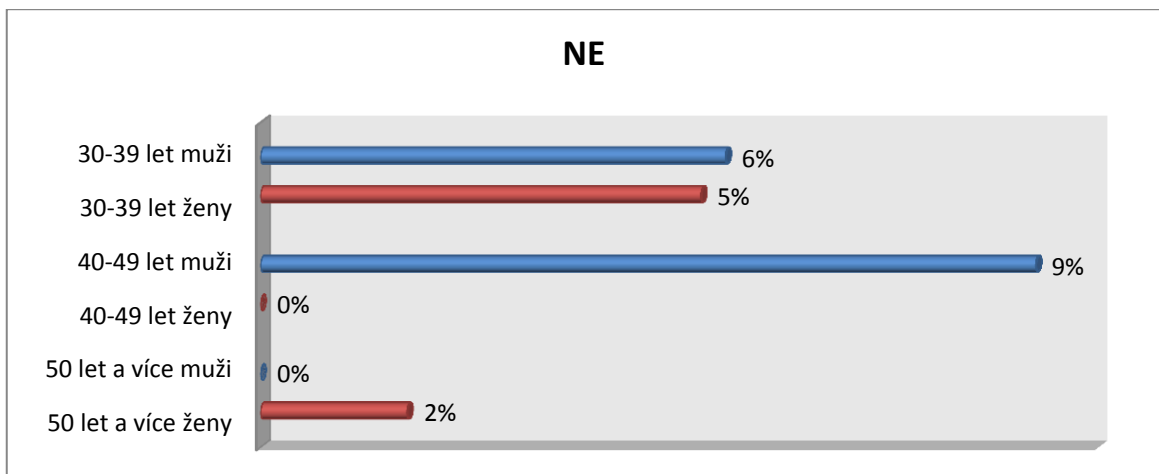
Muži blíže nespecifikovali žádný jiný motivační faktor.

Otázka č. 24: Mohl/a byste říci, že byl pro Vás pocit osobního naplnění významným motivačním faktorem ke studiu?

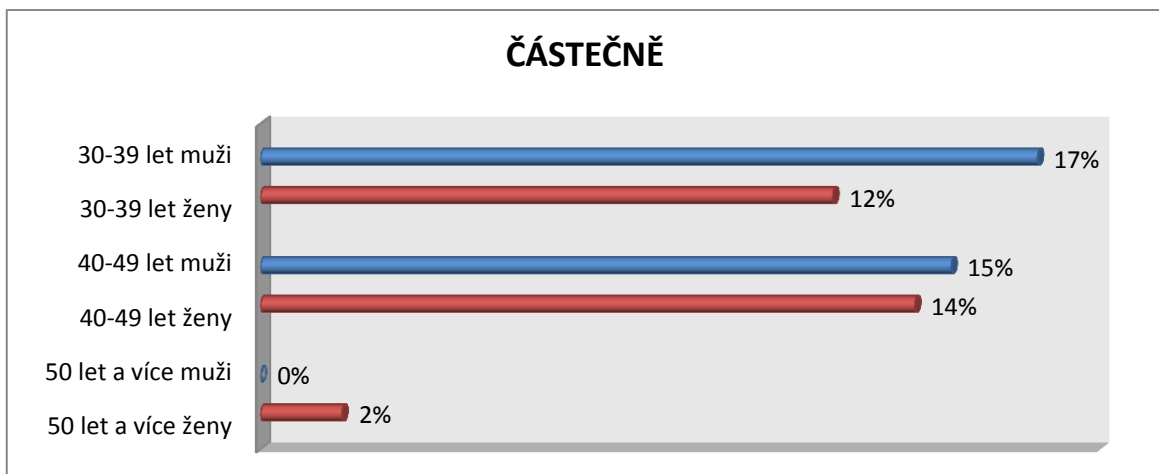
Graf 57: Vyhodnocení k otázce č. 24 (1)



Graf 58: Vyhodnocení k otázce č. 24 (2)

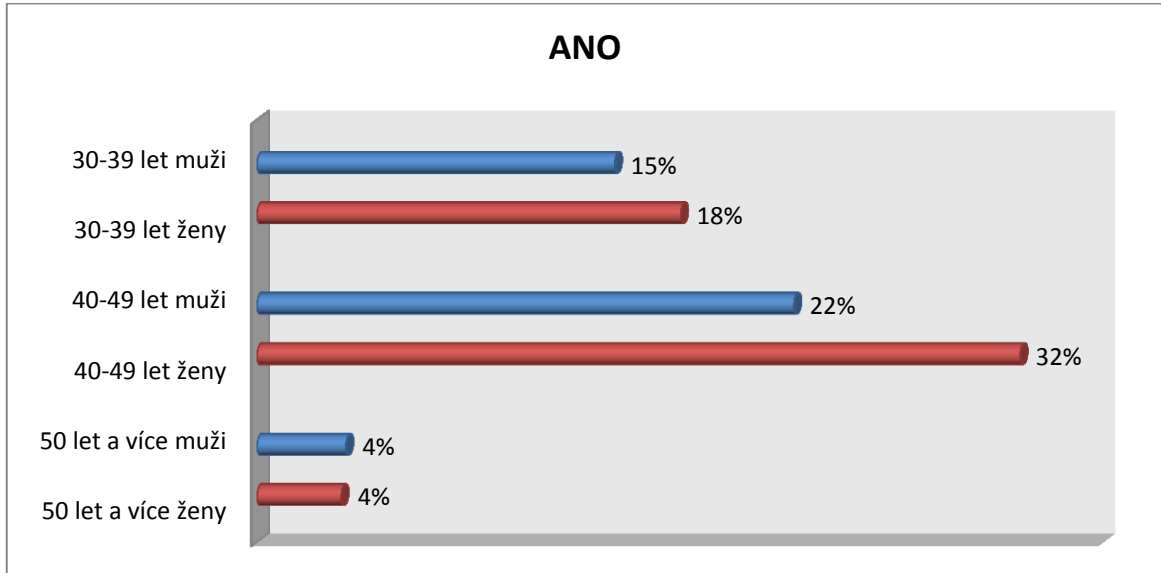


Graf 59: Vyhodnocení k otázce č. 24 (3)

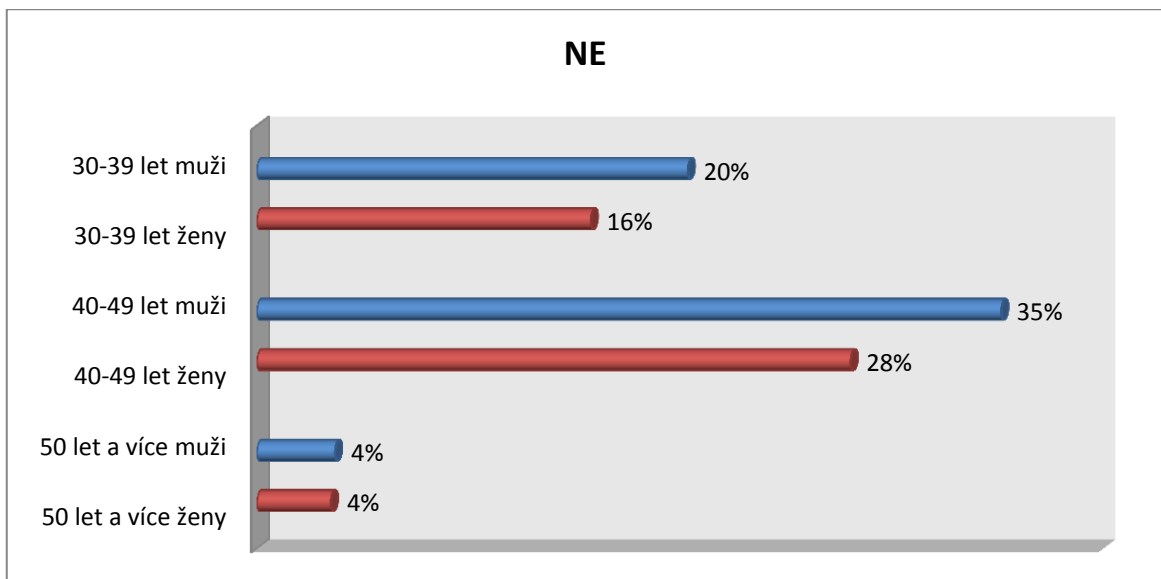


Otázka č. 25: Myslíte si, že vzdělání patří obecně mezi hlavní ukazatele osobní spokojenosti?

Graf 60: Vyhodnocení k otázce č. 25 (1)

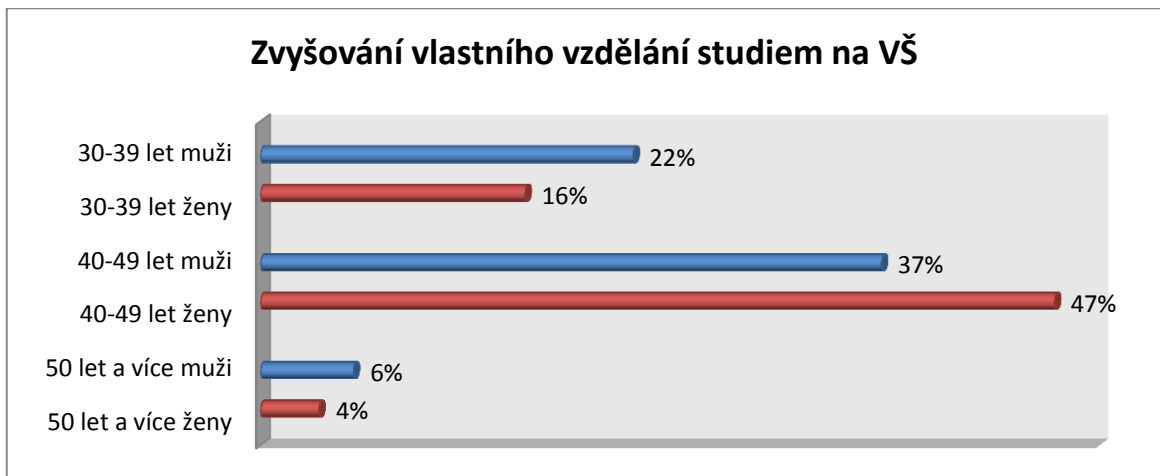


Graf 61: Vyhodnocení k otázce č. 25 (2)

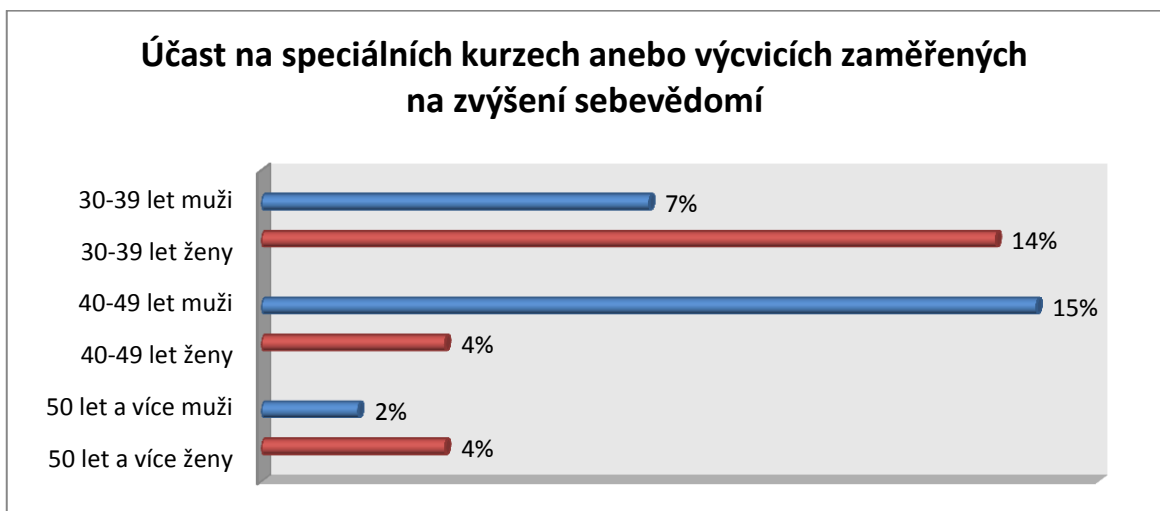


Otázka č. 26: Co považujete za účinnější cestu k posílení sebeúcty a sebevědomí?

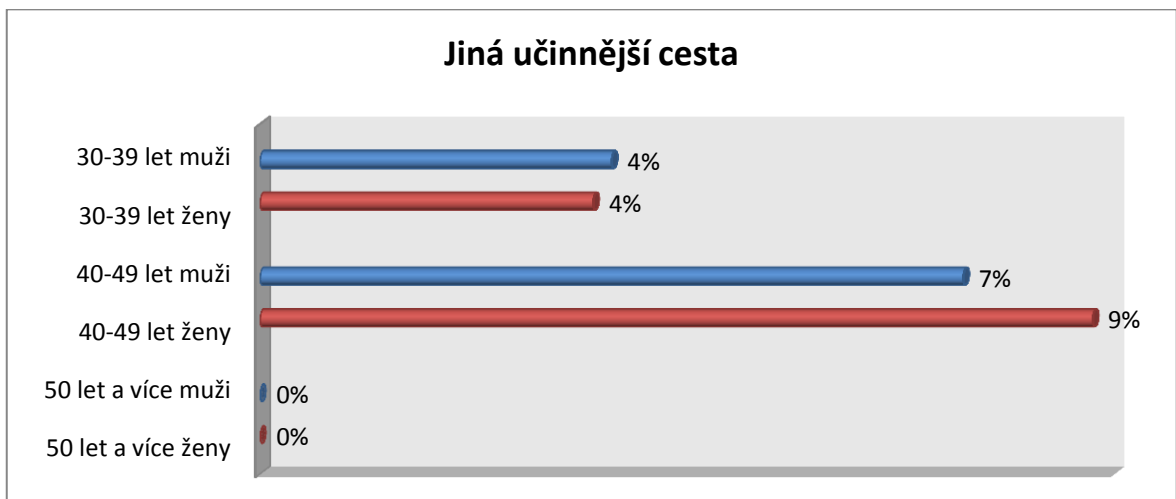
Graf 62: Vyhodnocení k otázce č. 26 (1)



Graf 63: Vyhodnocení k otázce č. 26 (2)



Graf 64: Vyhodnocení k otázce č. 26 (3)



Jako jinou účinnější cestu k posílení sebeúcty a sebevědomí uvádějí **ženy ve věkové kategorii 30-39 let** tyto: kladně hodnocení okolí; vztahy mezi přáteli; odborná pomoc; pro každého, co chce; dělat, co mě naplňuje.

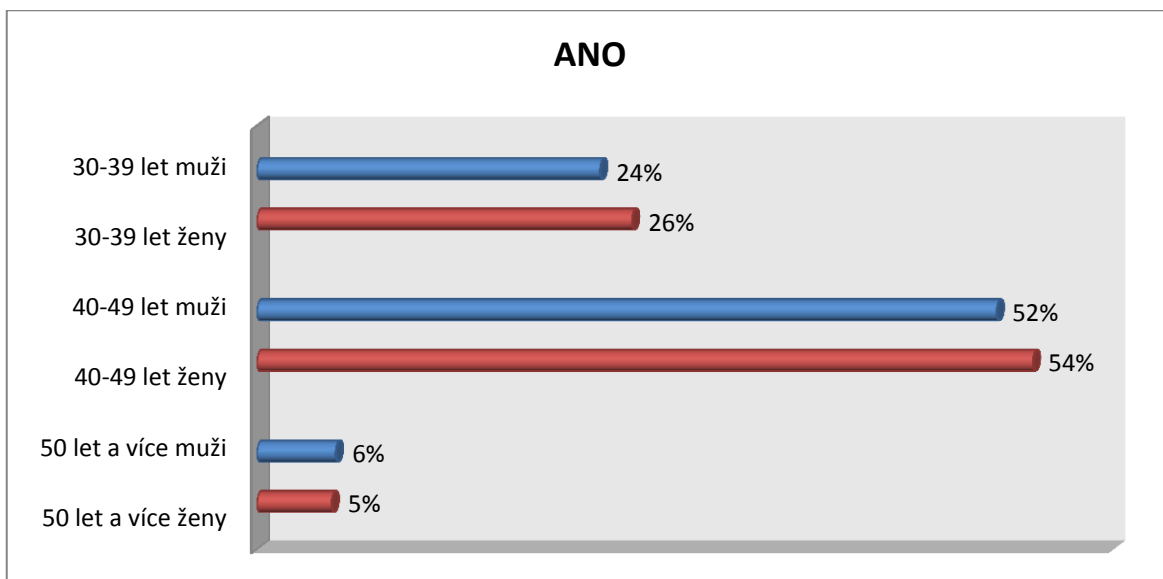
Ženy ve věkové kategorii 40-49 let uvádějí tyto: individuální; vlastní uvědomění si svojí ceny a posílení sebedůvěry; mít kvalifikovanou práci, která mě baví; to je individuální, někdo nemá potřebu studovat vůbec; uvědomění si sebe sama, toho, kdo jsem, co jsem a co dokážu udělat pro lidi, které k životu potřebuji; spokojený rodinný život.

Muži ve věkové kategorii 30-39 let uvádějí jako jinou účinnější cestu k posílení sebeúcty a sebevědomí tyto: stanovit si a rozčlenit to, co chci; věnovat se svým koníčkům.

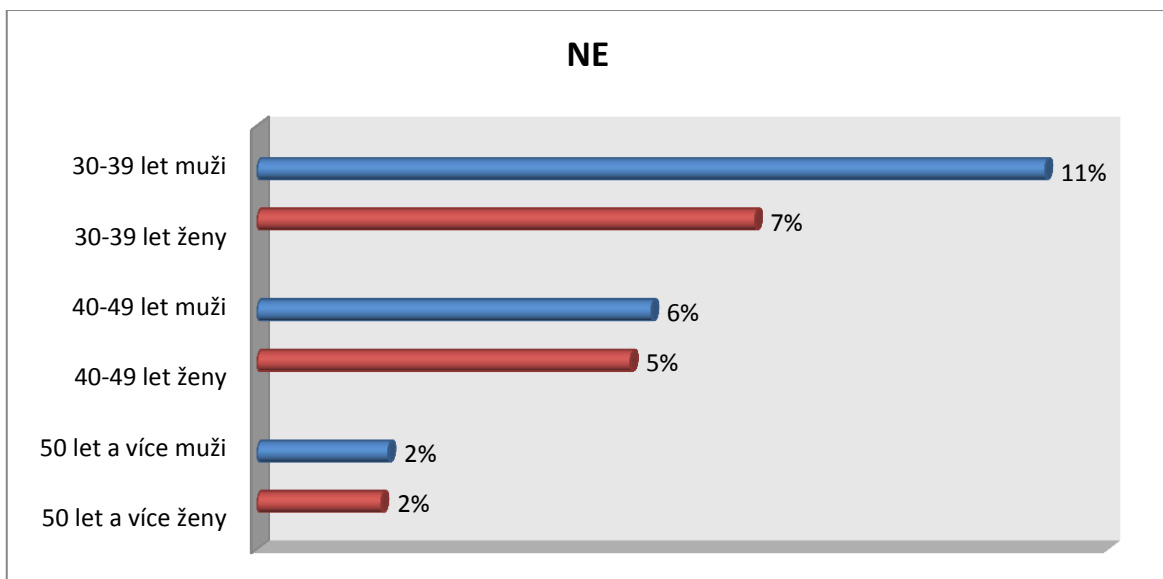
Muži ve věkové kategorii 40-49 let uvádějí tyto: poctivý běžný život; dělat to, co člověka baví, naplňuje; pracovní úspěch; plnění svých snů; sport, zájmy.

Otázka č. 27: Cítíte se spokojenější sami se sebou, když děláte něco jen pro sebe?

Graf 65: Vyhodnocení k otázce č. 27 (1)

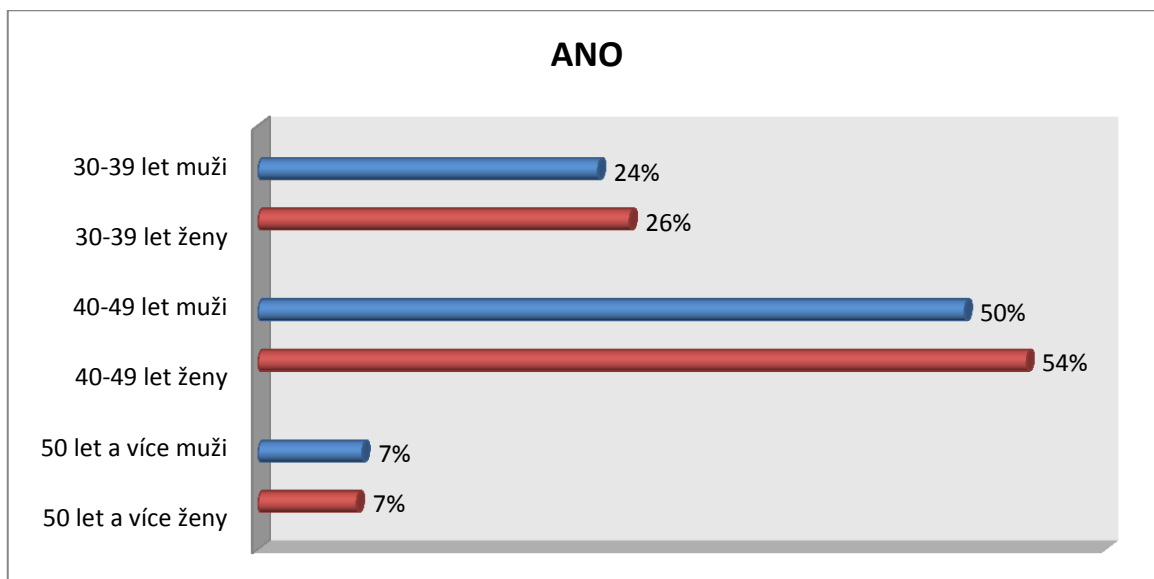


Graf 66: Vyhodnocení k otázce č. 27 (2)

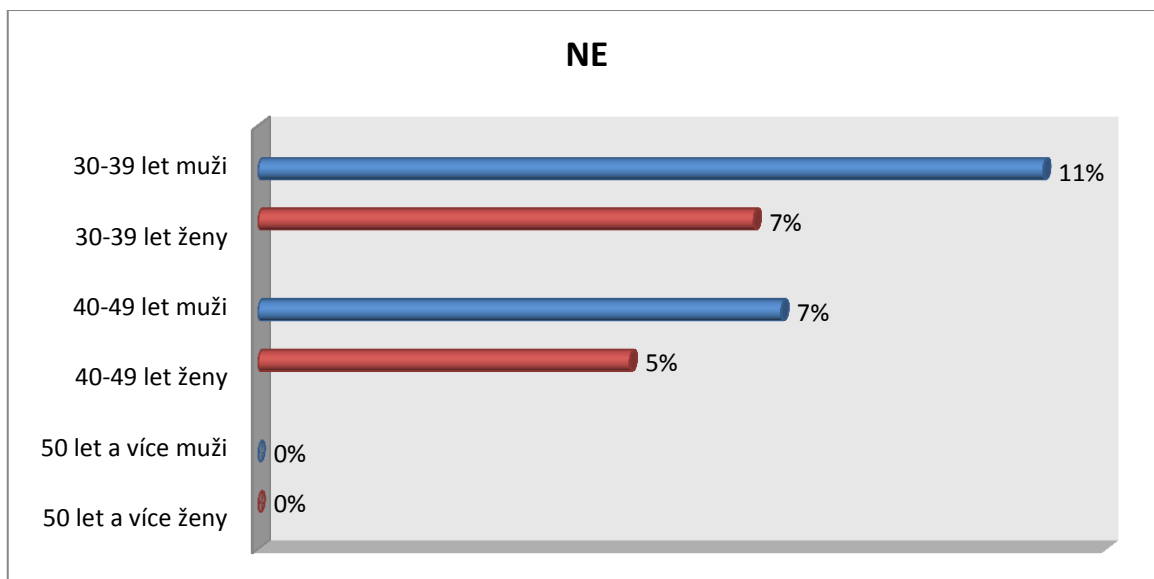


Otázka č. 28: Cítíte se spokojenější sami se sebou, když studujete VŠ?

Graf 67: Vyhodnocení k otázce č. 28 (1)

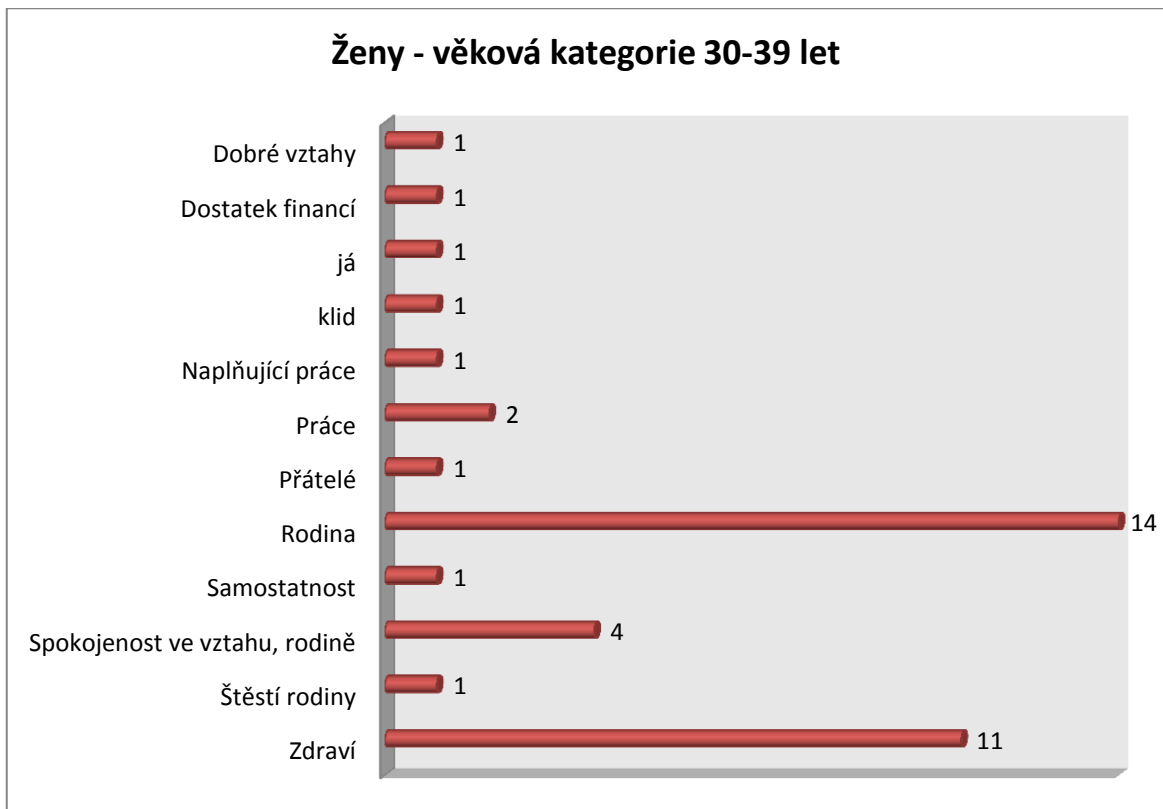


Graf 68: Vyhodnocení k otázce č. 28 (2)

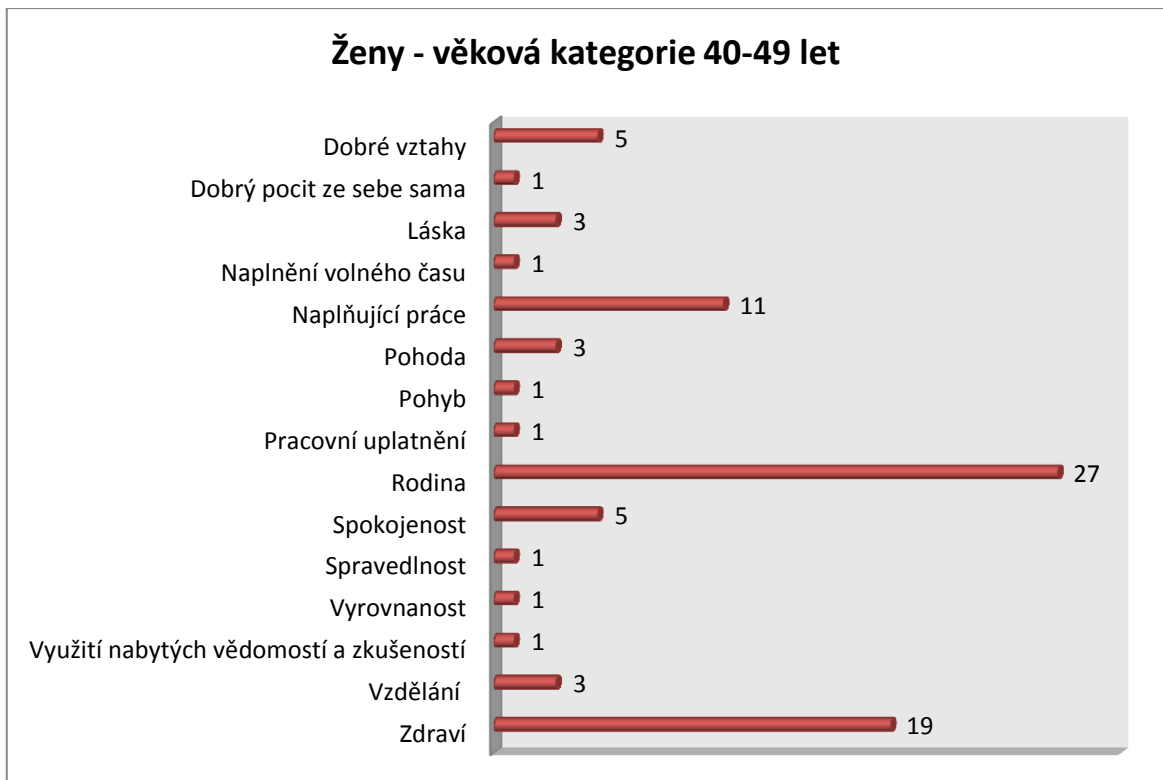


Otázka č. 29: Co je pro Vás v životě nejdůležitější?

Graf 69: Vyhodnocení k otázce č. 29 (1)



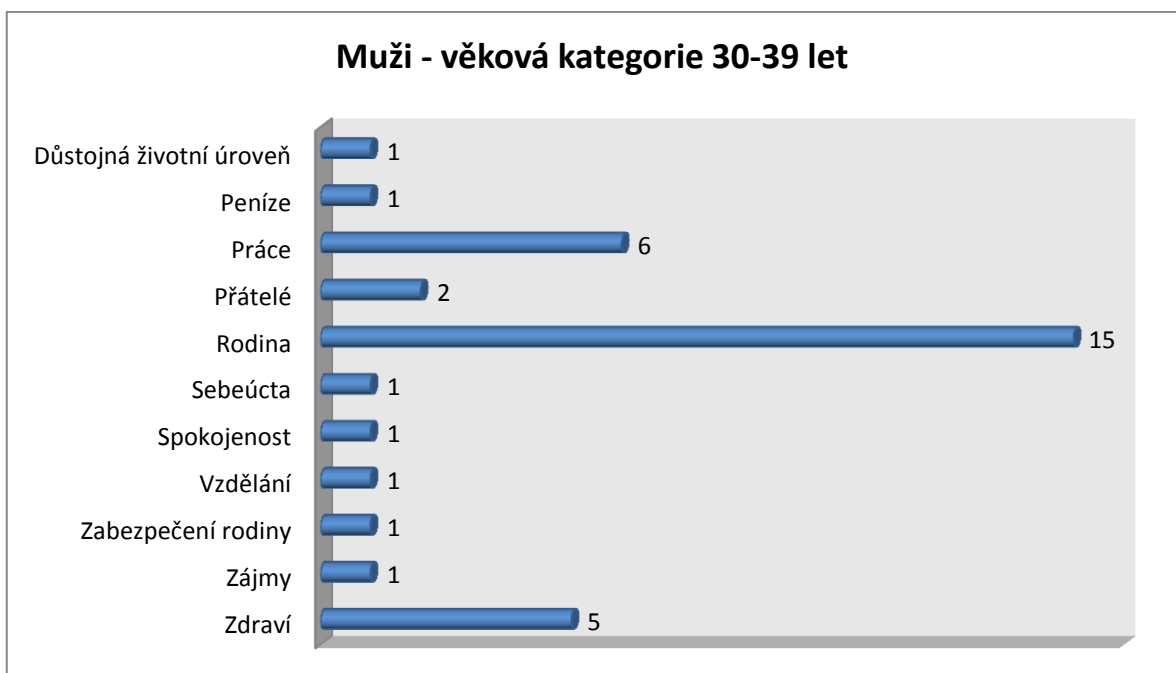
Graf 70: Vyhodnocení k otázce č. 29 (2)



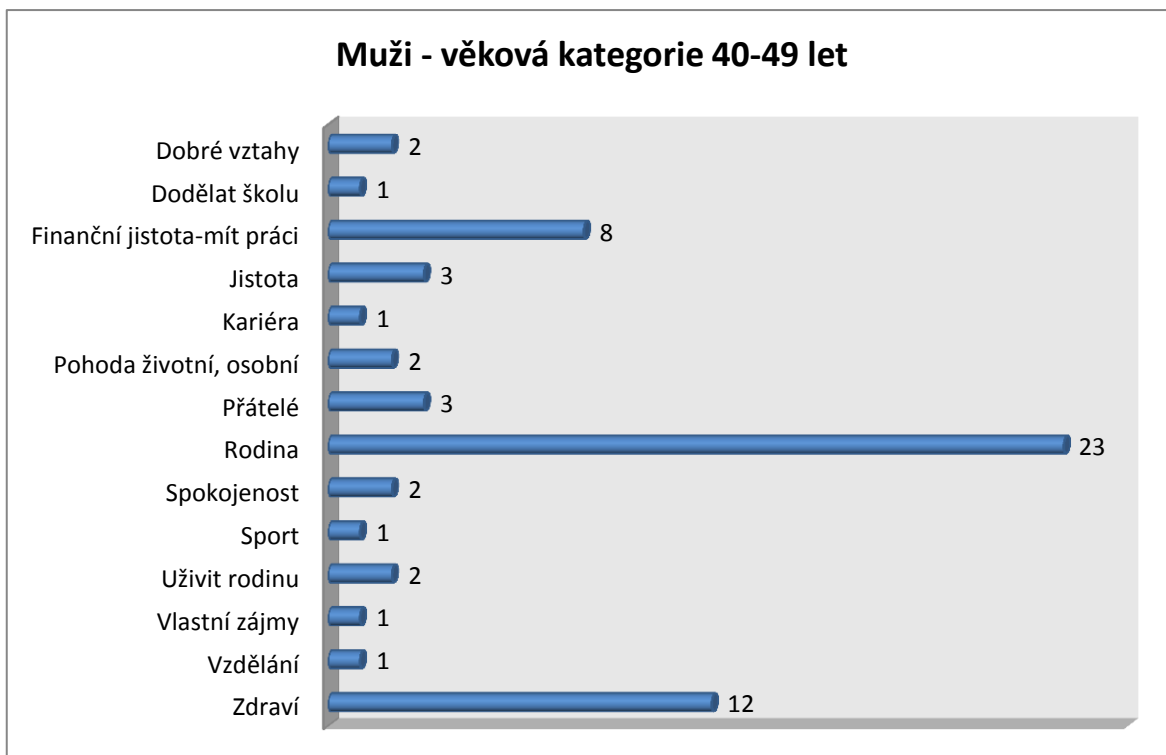
Graf 71: Vyhodnocení k otázce č. 29 (3)



Graf 72: Vyhodnocení k otázce č. 29 (4)



Graf 73: Vyhodnocení k otázce č. 29 (5)

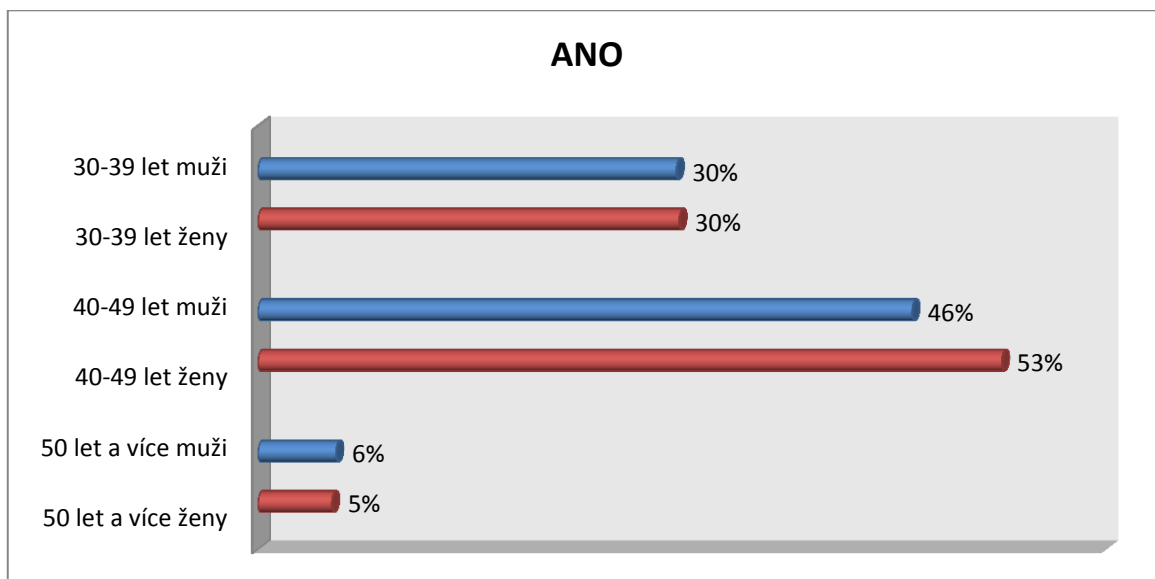


Graf 74: Vyhodnocení k otázce č. 29 (6)

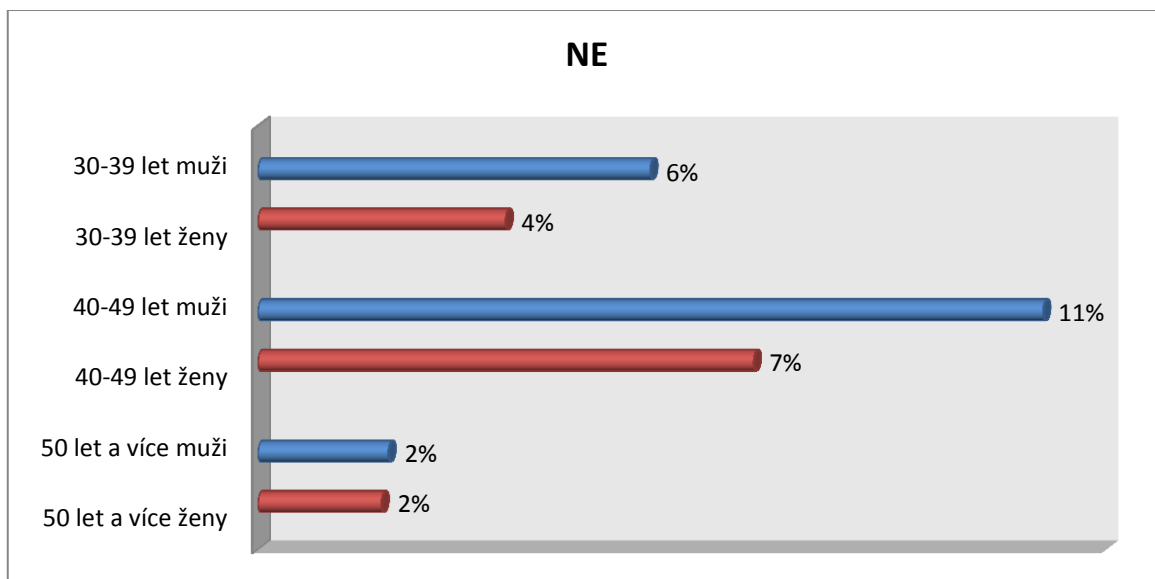


Otázka č. 30: Podporuje Vás partner/ka nebo rodina při studiu?

Graf 75: Vyhodnocení k otázce č. 30 (1)



Graf 76: Vyhodnocení k otázce č. 30 (2)



Otázka č. 31: Pokud ano, jakým způsobem?

Ženy v případě, že zvolily na otázku č. 30 odpověď ANO, uvedly jako nejčastější způsoby pomoci jejich partnerů tyto: hlídání dětí; pomoc v domácnosti; tolerance, pochopení; psychická podpora.

Dále uvedly tyto způsoby: motivace do učení; láska; povzbuzování; nekomentuje všudypřítomný chaos, ani mé nálady před zkouškami; matka – vysvětluje, uvádí příklady z praxe; doprava do školy; rady ohledně studia (taky studoval na IMS); zájem o to, co se učím, jaké mám výsledky, přejí mi úspěch u zkoušek; pořád mi říká: „Běž se učit!“, finanční pomoc; nechává mi dostatek času na učení; vytváří mi prostor pro moje učení; trpělivost; pomoc ve zkouškovém období; děti se těší, až půjdou mamince na promoci; dcera je psychický dobíječ – velká opora; morální pomoc; empatie; pochvala.

Muži v případě, že zvolili na otázku č. 30 odpověď ANO, uvedli jako nejčastější způsoby pomoci jejich partnerek tyto: psychická podpora; respektuje časovou náročnost studia; postará se o rodinu a chod domácnosti; klid na učení.

Dále uvedli tyto způsoby: vytváření příznivé atmosféry; finanční pomoc; studujeme spolu; motivuje mě k lepším výsledkům; povzbuzuje mě; rodinný život uzpůsobuje požadavkům mé školy; neotravuje zbytečnostmi; fandí mi při studiu; bere na sebe více zodpovědnosti; dává mi zázemí; toleruje aktivity ke studiu; ohleduplnost; „drží mi palce“ ☺; podporuje mě tím, že je se mnou.

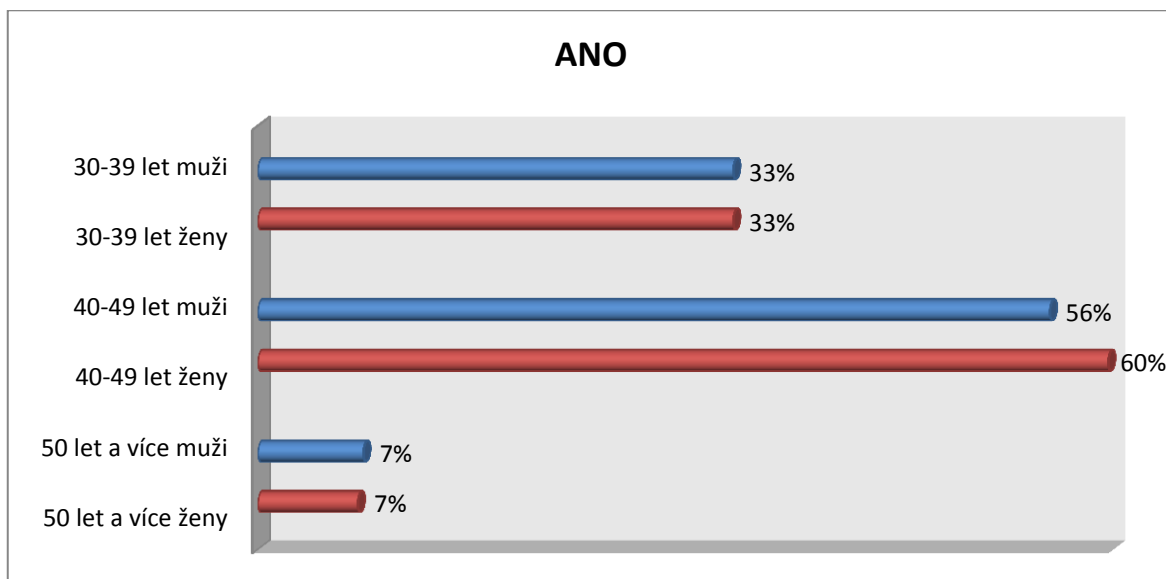
Otázka č. 32: Pokud ne, znáte důvod, proč Vás nepodporuje? Jaký?

Ženy v případě, že zvolily na otázku č. 30 odpověď NE, uvedly, pokud chtěly, tyto důvody, proč je jejich partner nepodporuje ve studiu: zvyšuje mou nervozitu a napětí v období zkoušek; říká, že není vhodná doba na studium; nesouhlasí s mým studiem; říká mi, že zanedbávám rodinu; myslí si, že je to zbytečné; netrávím čas s manželem a jemu to vadí, nepožadují žádnou podporu od partnera.

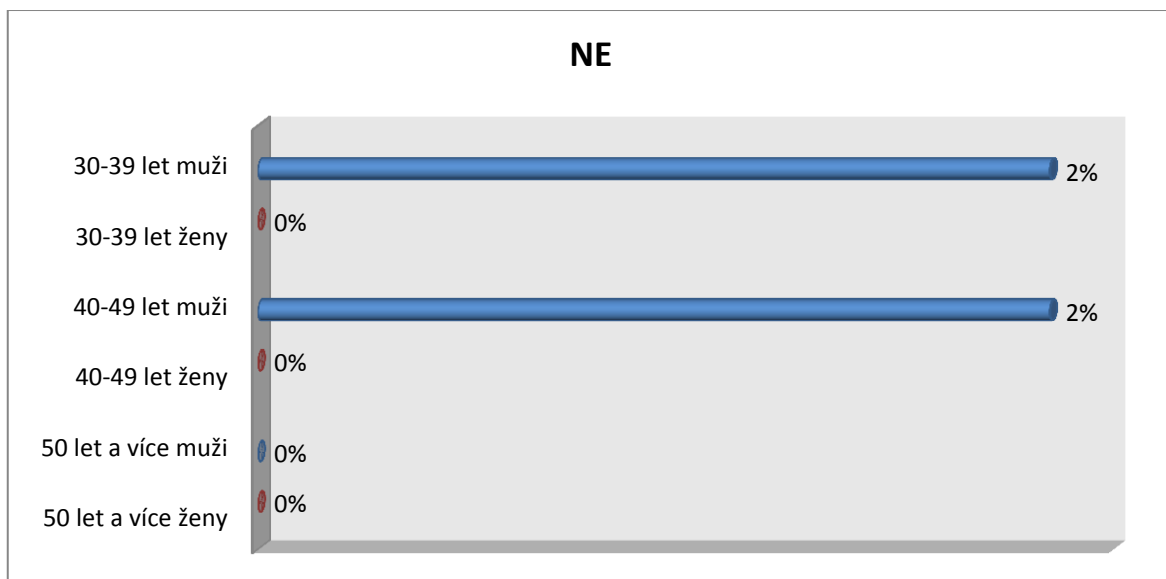
Muži v případě, že zvolily na otázku č. 30 odpověď NE, uvedli, pokud chtěli, tyto důvody, proč je jejich partnerka nepodporuje ve studiu: sama studuje – má málo času; neznám důvod, proč mě nepodporuje; říká mi, že škola dětí je pro ni důležitější; nemá dostatek času na to, aby mě podporovala; myslí si, že je to zbytečné; nemám partnerku; rozvádíme se, tak proto.

Otázka č. 33: Poznal/a jste během studia na VŠ nové přátele?

Graf 77: Vyhodnocení k otázce č. 33 (1)

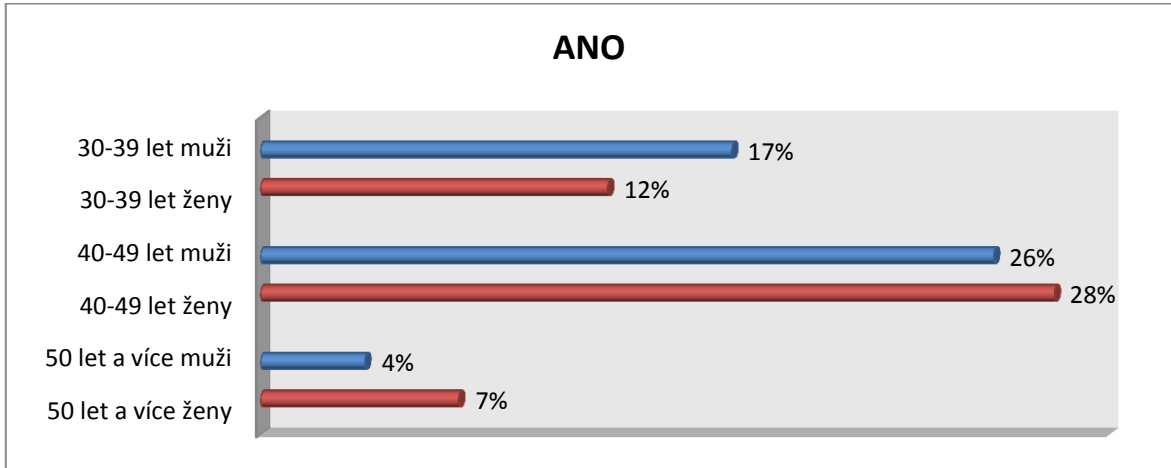


Graf 78: Vyhodnocení k otázce č. 33 (2)

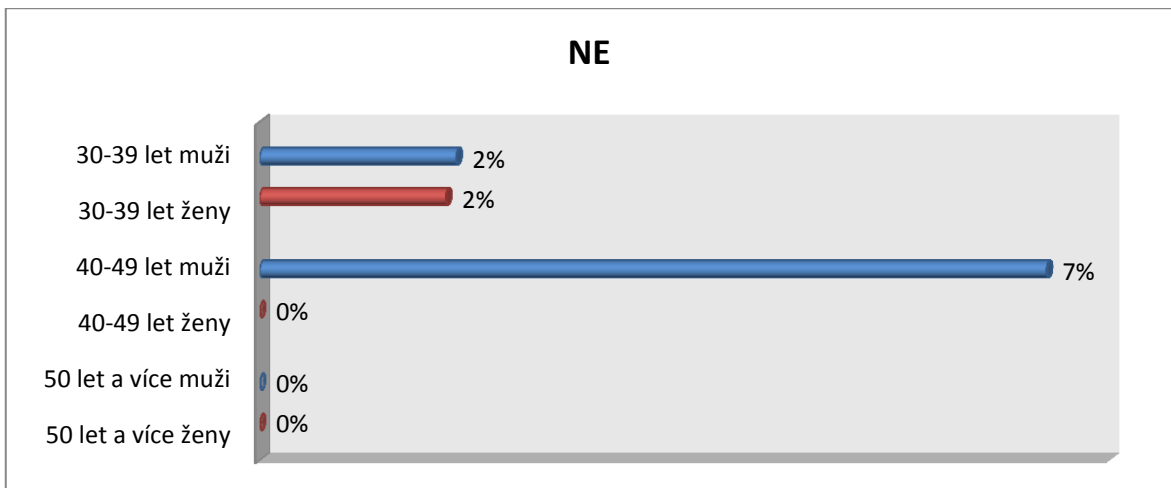


Otázka č. 34: Pokud ano, myslíte si, že tato přátelství budou pokračovat i po ukončení studia?

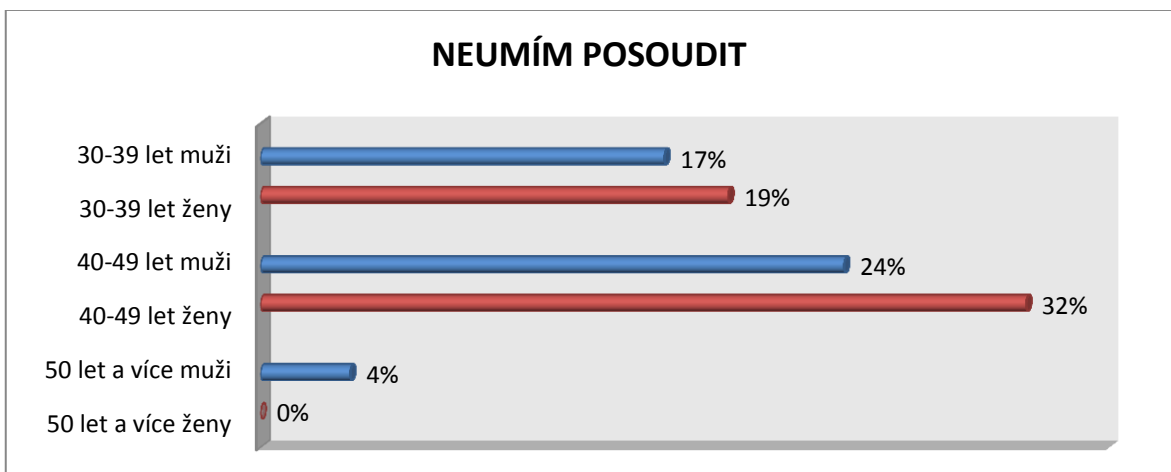
Graf 79: Vyhodnocení k otázce č. 34 (1)



Graf 80: Vyhodnocení k otázce č. 34 (2)

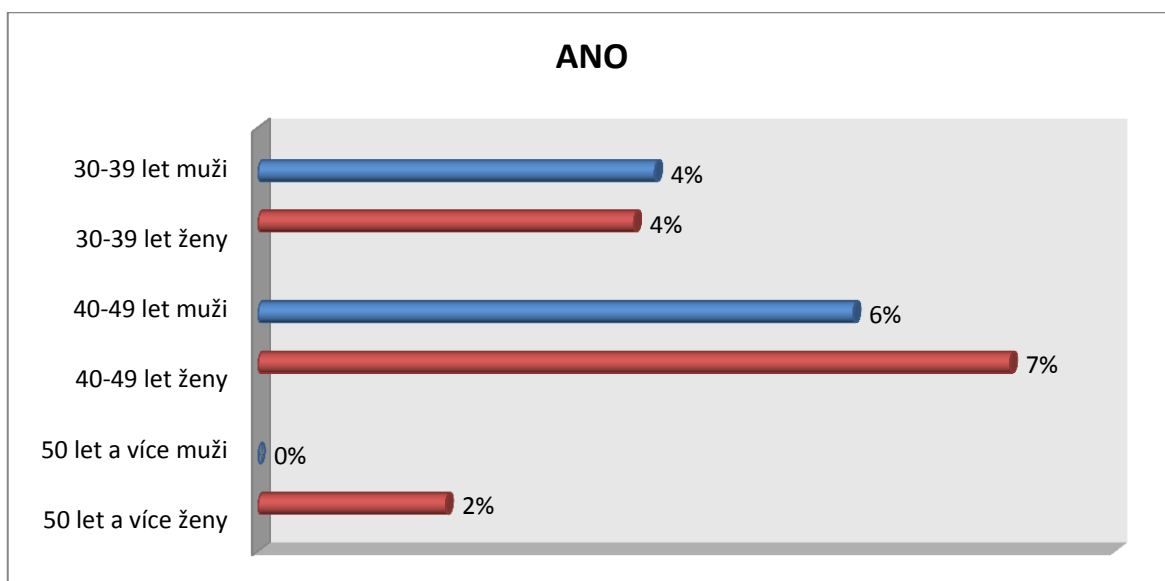


Graf 81: Vyhodnocení k otázce č. 34 (3)

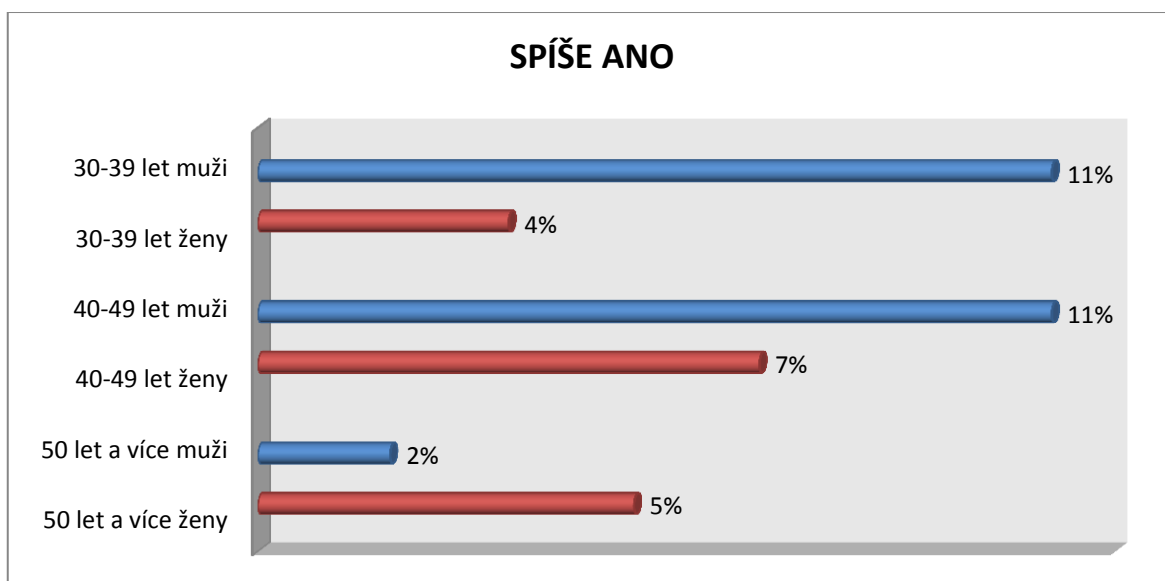


Otázka č. 35: Máte čas relaxovat?

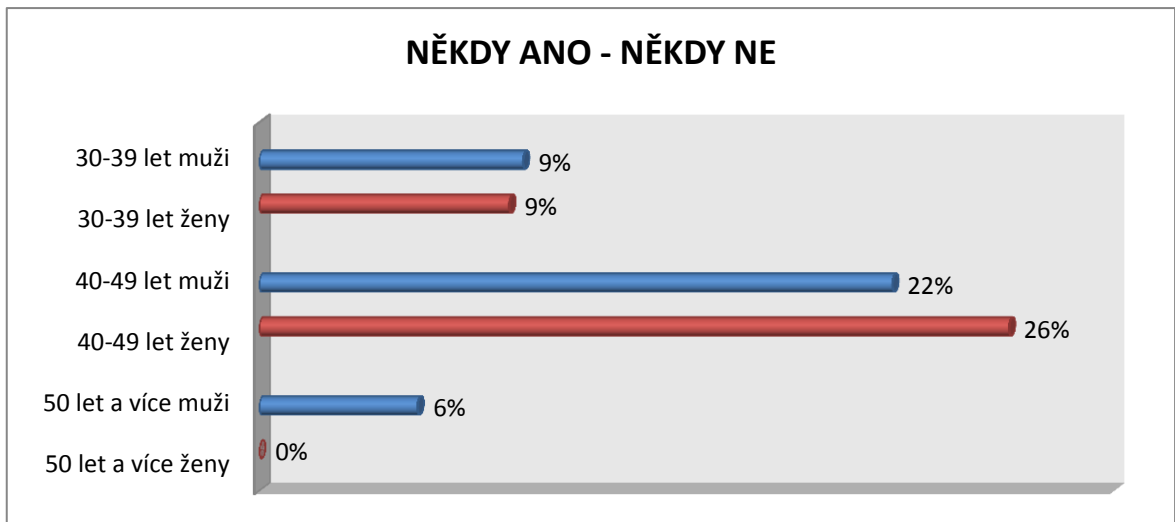
Graf 82: Vyhodnocení k otázce č. 35 (1)



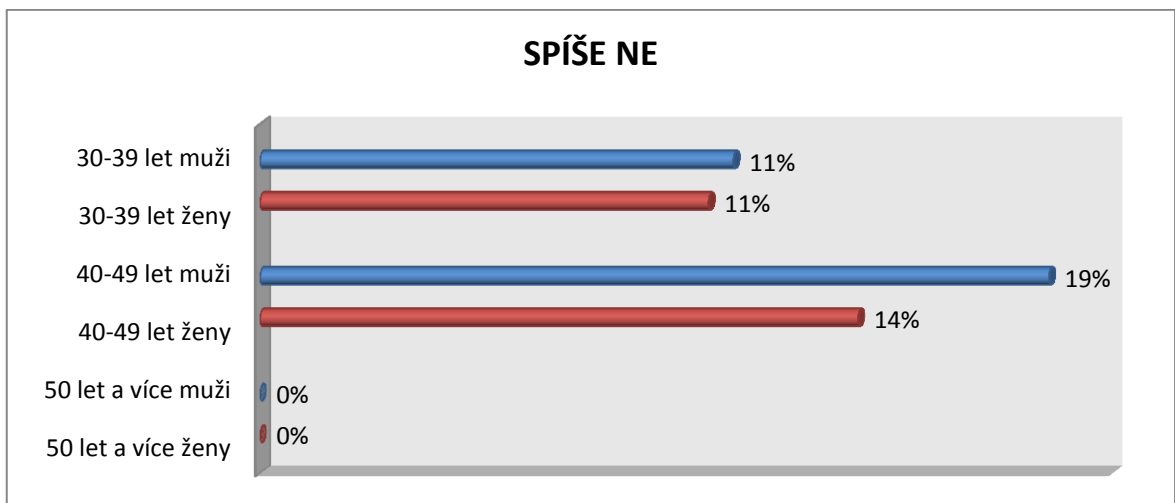
Graf 83: Vyhodnocení k otázce č. 35 (2)



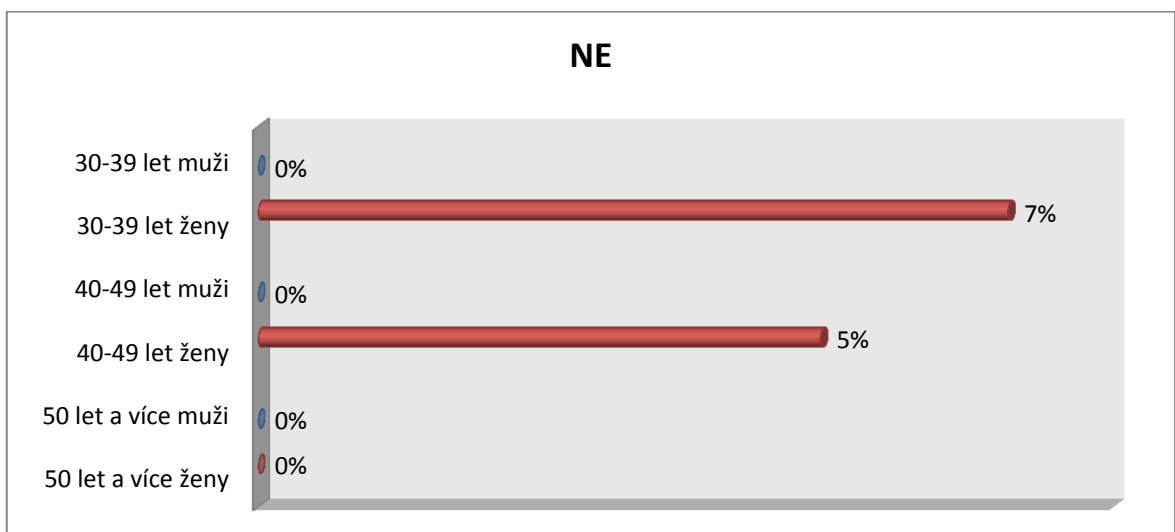
Graf 84: Vyhodnocení k otázce č. 35 (3)



Graf 85: Vyhodnocení k otázce č. 35 (4)



Graf 86: Vyhodnocení k otázce č. 35 (5)



Otázka č. 36: Pokud ano, spíše ano, jakým způsobem nejčastěji relaxujete?

Ženy věkové kategorie 30-39 let, které odpověděly na otázku č. 35 ano, spíše ano uvedly jako nejčastější způsob jejich relaxování čtení knihy, turistiku, procházky přírodou, sport, setkání se sourozenci, s přáteli. Jako další způsoby relaxování uvádějí výlety, sledování TV, háčkování, spánek, kulturu a trávení času s rodinou.

Ženy věkové kategorie 40-49 let, které odpověděly na otázku č. 35 ano, spíše ano uvedly jako nejčastější způsob jejich relaxování čtení knihy, sport - jízdu na kole, lyžování procházky přírodou, práci na zahrádce, spánek, posezení s přáteli, čas strávený s rodinou. Jako další způsoby relaxování uvádějí péči o domácí zvířata, hudbu, koupel, saunu, meditaci, sledování filmů, focení a čas strávený na chalupě, chytání ryb a bronzu.

Ženy věkové kategorie 50 let a více uvádějí jako způsoby relaxování procházky do přírody, spánek, práci na zahrádce, sport, rybaření, návštěvu kina a kavárny.

Muži věkové kategorie 30-39 let, kteří odpověděli na otázku č. 35 ano, spíše ano uvedli jako nejčastější způsob jejich relaxování sport – plavání, fotbal, běh, spánek, čtení knih. Jako další způsoby relaxování uvádějí procházky s rodinou, se psem, filmy, hudbu, politiku, hry na PC a další vzdělávání.

Muži věkové kategorie 40-49 let, kteří odpověděli na otázku 35 ano, spíše ano uvedli jako nejčastější způsob jejich relaxování sport – plavání, běh, hokej, fotbal, tenis a sledování TV. Jako další způsoby relaxování uvádějí četbu knihy, vaření, rybaření, čas trávený s rodinou, hry na PC.

Muži věkové kategorie 50 let a více uvádějí jako způsoby relaxování sport – posilovna a běh a čas trávený s manželkou a dětmi.

Otázka č. 37: Prostor pro případné vlastní vyjádření?

Ženy uvedly navíc:

- Hodně zdaru ☺!
- Don't worry, be happy!
- Studium mne posunuje ve všech směrech, cítím se lépe, více vím. Jsem ráda, že jsem na této škole, ještě jsem nezačala litovat, i když se stále jen učím.
- Ahoj, ať se ti daří!
- Studium by bylo fajn, kdyby mi bylo 20, nyní téměř v 50 letech je to pro mne spíše stresovým faktorem. Bohužel studovat „musím“. To můj pohled na studium zkresluje.
- ☺
- Dotazník je zbytečně dlouhý a komplikovaný.
- Pro zaměstnanou ženu při pracovním vytížení, dětech, domácnosti a rodině, neskutečné zatížení. Pokud má člověk svědomitou povahu a chce vše zvládnout co nejlépe, tak se mu život změní ve velkou štvanici.
- Mám práci, kde člověk bez titulu je méněcenný – platí pravidlo, že čím jsi v práci níž, tím máš méně peněz a více práce.
- VŠ je pro mě hlavně boj s časem a s únavou.
- Času na této škole, který jsem zde prožila, nebudu nikdy litovat.

Muži uvedli navíc:

- Hodně štěstí!
- Hodně štěstí!
- Doufám, že vyplnění dotazníku pomohlo ☺
- Vše bylo řečeno + telefonní číslo ☺
- Po pravdě, nehodlám se realizovat ve speciální a sociální pedagogice, ale vysokoškolské vzdělání rozšiřuje možnost seberealizace a kariéry. I když protekce a zvýhodňování by asi pomohlo více.

4.4 Vyhodnocení výzkumu, ověření platnosti hypotéz

H1 – Studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy než pro muže.

Tuto hypotézu mohu potvrdit či vyvrátit rozbořem odpovědí na otázku č. 21: **Myslíte si, že studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy nebo pro muže?** Vyhodnocení v tabulce č. 3.

Tabulka 3: Tabulka k otázce č. 21 (H1)

	Pro ženy	Pro muže	Stejně pro ženy a muže
Ženy	20 (35,08 %)	1 (1,76 %)	36 (63,16 %)
Muži	7 (12,96 %)	2 (3,71 %)	45 (83,33 %)

Z vyhodnocení odpovědí vyplývá, že ačkoliv si 35,08 % žen z 57 dotazovaných domnívá, že studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy, tak většina žen 63,16 % z 57 dotazovaných si myslí, že tyto změny jsou pro ženy i muže stejné.

Z vyhodnocení odpovědí mužů vyplývá jednoznačný výsledek, neboť 83,33 % mužů z 54 dotazovaných si myslí, že změny v kvalitě života jsou pro ženy i muže stejné.

Hypotéza H1 byla tímto vyvrácena.

H2 – Studující považují zvyšování vlastního vzdělání za účinnější cestu k posílení sebeúcty jako speciální kurzy anebo výcviky zaměřené na zvýšení sebevědomí.

Tuto hypotézu mohu potvrdit či vyvrátit rozborem odpovědí na otázku č. 26: **Co považujete za účinnější cestu k posílení sebeúcty a sebevědomí?**

Vyhodnocení v tabulce č. 4.

Tabulka 4: Tabulka k otázce č. 26 (H2)

	Zvyšování vlastního vzdělání studiem na VŠ	Účast na speciálních kurzech anebo výcvicích zaměřených na zvýšení sebevědomí	Jiné cesty
Ženy	38	12	7
Muži	35	13	6
Celkem respondentů	73 (65,76 %)	25 (22,52 %)	13 (11,72 %)

Z vyhodnocení odpovědí vyplývá, že 65,76 % dotazovaných ze 111 respondentů považuje za účinnější cestu k posílení sebeúcty a sebevědomí zvyšování vlastního vzdělání studiem na VŠ.

Hypotéza H2 byla tímto potvrzena.

H3 – Pocit osobního naplnění je významnějším motivačním faktorem ke studiu než lepší pracovní uplatnění.

Tuto hypotézu mohu potvrdit či vyvrátit rozbořem odpovědí na otázku č. 23: **Co Vás motivovalo ke studiu na VŠ?** A otázku č. 24: **Mohl/a byste říci, že byl pro Vás pocit osobního naplnění významným motivačním faktorem ke studiu?**

Vyhodnocení potřebných odpovědí na otázku č. 23 v tabulce č. 5.

Tabulka 5: Tabulka k otázce č. 23 (H3)

	Lepší pracovní uplatnění průměr	Pocit lepšího osobního naplnění průměr
Ženy 30-39 let	2,36	2,1
Muži 30-39 let	2	3,33
Ženy 40-49 let	2,45	2
Muži 40-49 let	2,79	2,93
Ženy 50 let a více	2,67	1
Muži 50 let a více	3,5	3,75
Průměr celkem	2,63	2,52

Z vyhodnocení odpovědí nevyplývá jednoznačně přesvědčivý výsledek, neboť respondenti zvolili jako motivaci ke studiu na VŠ lepší pracovní uplatnění s průměrem celkem 2,63 a pocit lepšího osobního naplnění s průměrem celkem 2,52 v rozmezí označeného dle významnosti od 1 – nejvýznamnější motiv po 7 – nejméně významný motiv. Celkový průměr motivace pocitu lepšího osobního naplnění 2,52 je nižší tedy významnější než celkový průměr motivace lepší pracovního uplatnění 2,63.

Vyhodnocení odpovědí na otázku č. 24 v tabulce č. 6.

Tabulka 6: Tabulka k otázce č. 24 (H3)

	ANO	NE	ČÁSTEČNĚ	Počet/skupina
Ženy 30-39 let	9	3	7	19
Muži 30-39 let	7	3	9	19
Ženy 40-49 let	26	0	8	34
Muži 40-49 let	18	5	8	31
Žena 50 let a více	2	1	1	4
Muži 50 let a více	4	0	0	4
Respondentů celkem				111
Počet odpovědí	66 (59,46 %)	12 (10,81 %)	33 (29,73 %)	100%

Z vyhodnocení odpovědí vyplývá, že 56,46 % ze 111 dotazovaných považuje pocit osobního naplnění za významný motivační faktor ke studiu.

Hypotéza H3 byla tímto potvrzena.

H4 – Studující muži mají větší podporu ze strany svých partnerek než studující ženy ze strany partnerů.

Tuto hypotézu mohu potvrdit či vyvrátit rozborem odpovědí na otázku č. 30: **Podporuje Vás partner/ka nebo rodina při studiu?**

Vyhodnocení v tabulkách č. 7 a 8.

Tabulka 7: Tabulka k otázce č. 30 (1) (H4)

	ANO	NE	Počet/skupina
Ženy 30-39 let	17	2	19
Ženy 40-49 let	30	4	34
Ženy 50 let a více	3	1	4
Ženy celkem	50 (87,72 %)	7 (12,28 %)	57

Tabulka 8: Tabulka k otázce č. 30 (2) (H4)

	ANO	NE	Počet/skupina
Muži 30-39 let	16	3	19
Muži 40-49 let	25	6	31
Muži 50 let a více	3	1	4
Muži celkem	44 (81,48 %)	10 (18,52 %)	54

Z vyhodnocení odpovědí nevyplývá jednoznačně přesvědčivý výsledek, neboť ženy i muži odpověděli, že je partner, partnerka nebo rodina podporuje ve více než 80 % ze 111 dotazových.

Hypotéza H4 byla tímto vyvrácena.

H5 – Subjektivní hodnocení kvality života studujících 30+ se liší podle pohlaví a věku.

Tuto hypotézu mohu potvrdit či vyvrátit rozbořem odpovědí na otázky č. 21: **Myslíte si, že studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy nebo pro muže?** A otázku č. 27: **Cítíte se spokojenější sami se sebou, když děláte něco jen pro sebe?** A pak na otázku č. 28: **Cítíte se spokojenější sami se sebou, když studujete VŠ?** A také na otázku č. 35: **Máte čas relaxovat?**

Vyhodnocení v tabulkách č. 9, 10 a 11.

Tabulka 9: Tabulka k otázce č. 21 (H5)

	Pro ženy	Pro muže	Stejně pro ženy a muže	Počet/skupina
Ženy 30-39 let	9 (16 %)	1 (2 %)	9 (16 %)	19 (34 %)
Ženy 40-49 let	11 (19 %)	0	23 (40 %)	34 (59 %)
Ženy nad 50 let	0	0	4 (7 %)	4 (7 %)
Ženy celkem	20 (35 %)	1 (2 %)	36 (63 %)	57 (100 %)
Muži 30-39 let	1 (2 %)	0	18 (33 %)	19 (35 %)
Muži 40-49 let	5 (9 %)	2 (4 %)	24 (44 %)	31 (57 %)
Muži nad 50 let	1 (2 %)	0	3 (6 %)	4 (8 %)
Muži celkem	7 (13 %)	2 (4 %)	45 (85 %)	54 (100 %)

Ženy ve věkové kategorii 30-39 let se domnívají, že studium na vysoké škole znamená v 16 % větší změny v kvalitě života pro ženy, ve 2 % pro muže a v 16 % pro ženy a muže stejně.

Ženy ve věkové kategorii 40-49 let se domnívají, že studium na vysoké škole znamená v 19 % větší změny v kvalitě života pro ženy, v 0 % pro muže a ve 40 % pro ženy a muže stejně.

U žen ve věkové kategorii nad 50 let se domnívají, že studium na vysoké škole znamená v 0 % větší změny v kvalitě života pro ženy, v 0 % pro muže a v 4 % pro ženy a muže stejně.

Ženy - celkový rozdíl mezi změnami pro ženy a muže 33 %.

U mužů ve věkové kategorii 30-39 let se domnívají, že studium na vysoké škole znamená v 2 % větší změny v kvalitě života pro ženy, v 0 % pro muže a v 63 % pro ženy a muže stejně.

U mužů ve věkové kategorii 40-49 let se domnívají, že studium na vysoké škole znamená v 9 % větší změny v kvalitě života pro ženy, ve 4 % pro muže a v 44 % pro ženy a muže stejně.

U mužů ve věkové kategorii nad 50 let se domnívají, že studium na vysoké škole znamená v 13 % větší změny v kvalitě života pro ženy, v 0 % pro muže a v 6 % pro ženy a muže stejně.

Muži - celkový rozdíl mezi změnami pro ženy a muže 9 %.

Z vyhodnocení odpovědí vyplývá, vzhledem k většímu celkovému % rozdílu mezi odpověďmi PRO ŽENY a PRO MUŽE, že studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy než pro muže.

Dále z vyhodnocení nevyplývá jednoznačně rozdílné vnímání změn v kvalitě života, co se týče věkových kategorií žen a mužů.

Tabulka 10: Tabulka k otázce č. 27 (H5)

	Cítíte se spokojenější sami se sebou, když děláte něco jen pro sebe?		Počet/skupina
	ANO	NE	
Ženy 30-39 let	15 (78,94 %)	4 (21,06 %)	19
Ženy 40-49 let	31 (91,17 %)	3 (8,83 %)	34
Ženy 50 let a více	3 (75 %)	1 (25 %)	4
Ženy celkem	49 (85,96 %)	8 (14,04 %)	57
Muži 30-39 let	13 (68,42 %)	6 (31,58 %)	19
Muži 40-49 let	28 (90,32 %)	3 (9,68 %)	31
Muži 50 let a více	3 (75 %)	1 (25 %)	4
Muži celkem	44 (81,48 %)	10 (18,52 %)	54
Respondentů celkem			111

U žen ve věkové kategorii 30-39 let je rozdíl mezi ANO a NE 57,88 %

U žen ve věkové kategorii 40-49 let je rozdíl mezi ANO a NE 82,34 %

U žen ve věkové kategorii nad 50 let je rozdíl mezi ANO a NE 50 %

Ženy celkem odpověď ANO 85,96 %

Ženy celkem odpověď NE 14,04 %

Ženy - celkový rozdíl mezi ANO a NE 71,92 %

U mužů ve věkové kategorii 30-39 let je rozdíl mezi ANO a NE 36,84 %

U mužů ve věkové kategorii 40-49 let je rozdíl mezi ANO a NE 80,64 %

U mužů ve věkové kategorii nad 50 let je rozdíl mezi ANO a NE 50 %

Muži celkem odpověď ANO 81,48 %

Muži celkem odpověď NE 18,52 %

Muži - celkový rozdíl mezi ANO a NE 62,96 %

Z vyhodnocení odpovědí vyplývá, vzhledem k většímu celkovému % rozdílu mezi odpověďmi ANO a NE u žen, že se ženy cítí spokojenější, když dělají něco jen pro sebe více než muži.

Tabulka 11: Tabulka k otázce č. 28 (H5)

	Cítíte se spokojenější sami se sebou, když studujete VŠ		Počet/skupina
	ANO	NE	
Ženy 30-39 let	15 (78,94 %)	4 (21,06 %)	19
Ženy 40-49 let	31 (91,17 %)	3 (8,83 %)	34
Ženy 50 let a více	4 (100 %)	0 (0 %)	4
Ženy celkem	50 (87,72 %)	7 (12,28 %)	57
Muži 30-39 let	13 (68,42 %)	6 (31,58 %)	19
Muži 40-49 let	27 (87,09 %)	4 (12,91 %)	31
Muži 50 let a více	4 (100 %)	0 (0 %)	4
Muži celkem	44 (81,48 %)	10 (18,52 %)	54
Respondentů celkem			111

U žen ve věkové kategorii 30-39 let je rozdíl mezi ANO a NE 57,88 %

U žen ve věkové kategorii 40-49 let je rozdíl mezi ANO a NE 82,34 %

U žen ve věkové kategorii nad 50 let je rozdíl mezi ANO a NE 100 %

Ženy celkem odpověď ANO 87,72 %

Ženy celkem odpověď NE 12,28 %

Ženy - celkový rozdíl mezi ANO a NE 75,44 %

U mužů ve věkové kategorii 30-39 let je rozdíl mezi ANO a NE 36,84 %

U mužů ve věkové kategorii 40-49 let je rozdíl mezi ANO a NE 74,18 %

U mužů ve věkové kategorii nad 50 let je rozdíl mezi ANO a NE 100 %

Muži celkem odpověď ANO 81,48 %

Muži celkem odpověď NE 18,52 %

Muži - celkový rozdíl mezi ANO a NE 62,96 %

Z vyhodnocení odpovědí vyplývá, vzhledem k většímu celkovému % rozdílu mezi odpověďmi ANO a NE u žen, že se ženy cítí spokojenější sami se sebou, když studují VŠ více než muži.

Subjektivní hodnocení kvality života se výrazně liší podle pohlaví, ale podle věku jen minimálně.

Hypotéza H5 byla tímto potvrzena jen částečně.

H6 – Na pokles kvality života studujících má větší vliv nedostatek volného času jako zvýšení finančních nákladů spojených se studiem.

Tuto hypotézu mohu potvrdit či vyvrátit rozborem odpovědí na otázku č. 13: **Pocitujete pokles kvality života vlivem nároků studia na VŠ?** A pak na otázku č. 14: **Pokud jste odpověděl/a ano, spíše ano – v jakém ohledu?**

Vyhodnocení v tabulkách č. 12 a 13 a 14

Tabulka 12: Tabulka k otázce č. 13 (H6)

	ANO	SPÍŠE ANO	Počet/skupina
Ženy 30-39 let	4	11	15
Muži 30-39 let	2	7	9
Ženy 40-49 let	9	10	19
Muži 40-49 let	3	6	9
Ženy 50 let a více	1	0	1
Muži 50 let a více	0	0	0
Respondentů celkem	19 (17,12 %)	34 (37,74 %)	53 (54,86 %)

Z vyhodnocení odpovědí na otázku č. 13 vyplývá, že 54, 86 % ze 111 dotazovaných pocítuje pokles kvality života vlivem nároků studia na VŠ.

Tabulka 13: Tabulka k otázce č. 14 (1) (H6)

	Nedostatek volného času pro sebe sama - průměr	Nedostatek volného času, který bych chtěl/a trávit s dětmi, rodinou - průměr	Nedostatek volného času, který bych chtěl/a trávit s přáteli - průměr	Průměr/skupina
Ženy 30-39 let	1,75	1,25	5,00	2,67
Muži 30-39 let	3,67	2,45	4,58	3,57
Ženy 40-49 let	1,80	2,00	3,00	2,27
Muži 40-49 let	3,47	2,41	3,81	3,23
Ženy 50 let a více	4,30	2,80	4,50	3,87
Muži 50 let a více	5,80	3,00	3,50	4,10
Respondenti průměr celkem	3,46	2,32	4,07	3,28

Tabulka 14: Tabulka k otázce č. 14 (2) (H6)

	Zvýšení finančních nákladů spojených se studiem - průměr
Ženy 30-39 let	4,67
Muži 30-39 let	6,10
Ženy 40-49 let	7,50
Muži 40-49 let	5,60
Ženy 50 let a více	6,30
Muži 50 let a více	7,30
Respondenti průměr celkem	6,25

Z vyhodnocení odpovědí na otázku č. 14 vyplývá, že pokles kvality života vlivem nedostatku volného času pociťuje s průměrem celkem 3,28 v rozmezí označeného dle významnosti od 1 – největší pokles po 9 – nejméně významný pokles kvality života. Celkový průměr poklesu kvality života vlivem zvýšení finančních nákladů spojených se studiem je 6,25. Celkový průměr poklesu kvality života vlivem nedostatku volného času 3,28 je nižší tedy významnější než celkový průměr 6,25 poklesu kvality života vlivem zvýšení finančních nákladů spojených se studiem.

Hypotéza H6 byla tímto potvrzena.

Diskuze k výzkumu

Shrnutím odpovědí respondentů výzkumu jsem zjistila tyto skutečnosti:

Převážná většina studujících respondentů je zaměstnaná a do školy dojíždí z různých míst ČR. Většina dotazovaných přes 80 % má dokončené středoškolské vzdělání (ženy nejčastěji uvádí gymnázium a muži SŠ průmyslovou). Vyšší odborné vzdělání má více jak 10 % (ženy nejčastěji uvádí VOŠ sociálně-právní a muži VOŠ obchodní a sociální práce a sociální pedagogiky). Vysokoškolské vzdělání má již nyní přes 2 % dotazovaných.

Z výsledků mezinárodního výzkumu vědomostí a dovedností dospělých OECD PIAAC, který v ČR probíhal v letech 2011 a 2012 je patrné, že lidé s lepším socioekonomickým

zázemím (měřeným prostřednictvím vzdělání rodičů) dosahují významně lepších výsledků než lidé se zázemím méně příznivým.²⁷

Dotazované ženy uvádí jako důvody výběru oboru sociální pedagogika na IMS Brno nejčastěji doplnění vzdělání, zaujetí studijním programem a zájem o obor. Dále uvádí jako důvod změnu povolání, rozšíření znalostí a dostupnost školy a její doporučení někým známým. Muži uvádí jako nejčastější důvody výběru oboru doplnění vzdělání, zájem o obor a doporučení školy někým známým. Dále uvádí jako důvody rozšíření znalostí v oboru, lepší pracovní uplatnění.

V oboru již pracuje 10 mužů a 19 žen. Po ukončení studia hodlá pracovat v oboru 38 % dotazovaných mužů a 79 % žen.

Pokračovat v navazujícím magisterském studiu chce 38 % mužů a 43 % zatím tuto možnost pouze zvažuje. 36 % žen je rozhodnuto ve studiu pokračovat a 49 % žen tuto možnost zatím zvažuje.

Většina dotazovaných ať už žen či mužů se domnívá, že ke studiu přistupuje zodpovědně.

Z výzkumu dále vyplývá, že pokles kvality života vlivem nároků studia na VŠ pociťuje 34 % mužů a 62 % žen. Ačkoli pokles kvality života vnímá více % žen, tak tyto změny nejsou pro ně velmi výrazné. Naopak nejvýraznější změny pociťují muži ve věkové kategorii 30-39 let a to s ohledem na nedostatek volného času pro sebe sama a pro děti a rodinu, stejně významnou měrou i muži ve věkové kategorii 40-49 let. Dále s ohledem na zvýšení finančních nákladů a pocitu, že to co dělají, nedělají tak dobře jak by chtěli, a že omezují lidi, na kterých jim záleží. Muži ve věkové kategorii 40-49 let pociťují podle výsledků výzkumu nejvýznamnější pokles kvality života vlivem nároků studia na VŠ s ohledem k nedostatku volného času, který by chtěli trávit s přáteli a ke zvýšené psychické zátěži, kterou stejně významně vnímají i ženy nad 50 let. Pokles kvality života s ohledem na zhoršení zdravotního stavu nejvíce vnímají muži ve věkové kategorii 40-49 let a ženy 30-39 let.

V průběhu studia byly nejvíce překvapeny některými okolnostmi ženy ve věkové kategorii 40-49 let, pak muži ve věkové kategorii 40-49 let a ženy ve věkové kategorii 30-39 let,

²⁷ PIAAC. In: *Hlavní zjištění z mezinárodního výzkumu vědomostí* [online]. 2013 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.piaac.cz/attach/vysledky/PIAAC_hlavni_zjisteni.pdf

nejméně muži věkové kategorie 30-39 a muži nad 50 let. Ženy nejčastěji uvádí, že byly překvapeny časovou náročností studia, širokým rozsahem učiva a každý rok studia jinými požadavky na studenta. Drtivá většina mužů uvádí, že byli překvapeni také časovou náročností studia.

Co se týče očekávání od studia na VŠ, tak většina dotazovaných žen uvádí nejčastěji prohloubení znalostí a vědomostí z oboru, získání nových informací, získání titulu Bc. a všeobecný přehled. Muži nejčastěji uvádí zvýšení kvalifikace, získání titulu Bc., vzdělání, rozšíření obzorů a prohloubení znalostí a vědomostí z oborů a nové zkušenosti. Naplnění očekávání od studia na VŠ nejčastěji potvrzují ženy téměř v 50 % věkové kategorie 40-49 let, muži věkové kategorie 40-49 potvrzují, že jejich očekávání byla naplněna zcela nebo částečně stejnou měrou a to téměř v 30% o obou případech.

Výrazné ovlivnění životních rozhodnutí vlivem studia na VŠ pocítují nejvíce ženy věkové kategorie 40-49 let a to téměř 1/3 ze všech dotazovaných. Dále pak muži věkové kategorie 40-49 let a 30-39 let, obě skupiny kolem 10 % z dotazovaných. Ženy uvádí, že studium ovlivnilo jejich rozhodnutí týkajících se změny zaměstnání např. z celého úvazku na částečný a věnovat se více rodině, změny v odhodlání a rozhodování učinit nějaké změny ať pracovní či osobní, odložení některých nedůležitých věcí. Změny postoje k některým věcem, změna pohledu na studenty, více se těšit a vážit rodinného života. Naučit se říkat ne, být razantnější a důraznější. Změnu v přístupu k handicapovaným lidem. Muži uvádí, že studium ovlivnilo jejich rozhodnutí týkajících se také změny zaměstnání, změny ve výchově svých dětí a toho, čeho chtějí v životě ještě dosáhnout.

Největší změny v životě během studia na VŠ vnímá každá dotazovaná věková kategorie jinak. Nejvýznamnější změnu v uvědomění si toho, čeho chtějí v životě ještě dosáhnout, vnímají muži věkové kategorie nad 50 let. Jako významnou změnu toto uvědomění vnímají i muži věkové kategorie 30-39 let a 40-49 let a ženy věkové kategorie 40-49 let. Celkově všichni z dotazovaných vnímají změnu v tom, že se cítí sebevědomější, než dříve. Nejvíce tuto změnu vnímají ženy věkové kategorie nad 50 let a pak ženy i muži věkové kategorie 40-49 let. Většina dotazovaných mužů i žen se domnívá, že studium na VŠ znamená větší změny v kvalitě života pro obě pohlaví přibližně stejně.

Při zjišťování motivace, která respondenty vedla ke studiu na VŠ je zřejmé, že nejvýznamnějším motivačním faktorem většiny dotazovaných byl pocit lepšího osobního naplnění, posílení jejich sebedůvěry, předpoklad lepšího pracovního uplatnění a osobní

zvědavost, zda na to student má, aby studium zvládl či nikoli. Tyto uvedené motivační faktory byly pro studenty významnější, než nutnost ze strany zaměstnavatele, či vyšší společenská prestiž. Původně jsem předpokládala, že nutnost ze strany zaměstnavatele bude jedním z nejdůležitějších motivačních faktorů.

Výsledek výzkumu, že většina dotazovaných uvádí jako nejdůležitější osobní (vnitřní) faktory motivace ke studiu, nekoresponduje s tím, že pouze polovina žen a necelá polovina mužů si myslí, že vzdělání patří obecně mezi hlavní ukazatele osobní spokojenosti.

Studentka MU Bc. Iveta Souralová, ve své diplomové práci na téma „Subjektivní vnímání vlastní motivace ke studiu u studujících kombinované formy vysokoškolského studia na PedF MU v Brně“, uvádí výsledky výzkumu prováděného v r. 2013 k diplomové práci, kde zkoumala důvody k přihlášení se na VŠ. Ve výsledcích výzkumu se objevila většinou kombinace více důvodů, žádný z nich nebyl významnější. Také jako já předpokládala, že hlavním důvodem ke studiu bude nutnost studia ze strany zaměstnavatele, což se jejím výzkumem neprokázalo.²⁸

Dále z výzkumu vyplývá, že ženy a muži pokládají v životě nejdůležitější význam přibližně stejným hodnotám a to nejčastěji rodině, zdraví, práci, přátelům, dobrým vztahům a až po té svým vlastním osobním potřebám a zájmům jako např. osobní spokojenosti, vzdělání či pohybovým aktivitám nebo odpočinku.

Většina dotazovaných cítí podporu při studiu ze strany rodiny či partnerů.

Naprostá většina 97% mužů a 100 % žen uvádí, že během studia na VŠ poznala nové přátele, ale pouze polovina mužů a žen se domnívá, že přátelství, které navázali během studia na VŠ přetrvávají i nadále, ostatní uvádí, že zatím nedovedou posoudit, zda tato přátelství budou trvat i nadále.

Ve výzkumu kvality života studentů pedagogických fakult uvedeným v publikaci „Kvalita života v kontextech vzdělávání“, byl zkoumán význam vztahů pro kvalitu života v období studia. Výzkum probíhal v r. 2010 mezi studenty pedagogických fakult v Brně, v Olomouci, v Praze, v Ústí nad Labem, v Hradci Králové a univerzity v Opavě. V tomto

²⁸ Diplomová práce Souralova. In: *IS. MUNI* [online]. 2013 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://is.muni.cz/th/246510/pedf_m/Diplomova_prace.pdf

se zjistilo, na rozdíl od mého výzkumu, že pouze 81 % dotazovaných má mezi svými spolužáky důvěrné přátele.²⁹

Většina dotazovaných mužů a žen, téměř 70 % uvádí, že během studia nemá čas relaxovat jakýmkoli způsobem.

Studium na VŠ znamená pro většinu studujících nad 30 let velké časové i psychické vypětí, což je logické vzhledem k množství povinností, které musí při studiu zvládat. Pokud se rozhodnou pro studium v tomto věku musí být ochotní toho náročné období vydržet a obětovat hodně ze svého volného času a pohodlí. Z čehož pak zpětně mohou mít dobrý pocit z toho, že překonali sami sebe.

Domnívám se, že výzkum, na stejné téma jako je můj se zatím zřejmě nedělal a proto tato otázka vyžaduje další zkoumání.

Doporučení pro praxi

Na základě zpracování tématu bakalářské práce a seznamování se s problematikou a znalostmi z oboru sociální pedagogiky během studia na vysoké škole se domnívám, že další vzdělávání dospělých je velmi důležité a přínosem jak pro celou společnost, tak i pro jedince samotného. Je třeba dále podporovat zájem a chuť se celoživotně vzdělávat, a to hned z několika následujících důvodů.

Myslím si, že pro společnost je přínosem podporovat zájem dospělých o další vzdělávání v oborech pedagogických a psychologických, neboť může mít pozitivní vliv na vnímání důležitosti vzdělání a k utváření postojů ke vzdělání mladší generace prostřednictvím rodičů.

Také si myslím, že studující rodič je dobrým příkladem pro své děti, ať už jsou to děti ještě školou povinné nebo už pracující dospělí. Dobrým příkladem toho, že pokud člověk chce něčeho v životě dosáhnout, je třeba pro to něco udělat a obětovat, ať už svůj volný čas, spánek či pohodlí. Zkrátka, že všechno jde, když se chce, a že člověk nemusí být ve všem, do čeho se pustí nejlepší, ale pokud se opravdu snaží, může dosáhnout v životě čehokoli. Dále dobrým příkladem toho, že je důležité v životě hledat způsoby, jak nějakého cíle

²⁹ Kvalita života v kontextech vzdělávání. In: *Kvalita života v kontextech vzdělávání* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.wpsnz.uz.zgora.pl/erasmus/files/ksiazka_cz.pdf

dosáhnout, ne hledat výmluvy a důvody, proč něco určitě nepůjde. Učit své děti větší zodpovědnosti k životu a k ostatním lidem.

Prohlubování znalostí z oboru sociální pedagogika může mít preventivní význam v oblasti sociální patologie. Dospělí tím získávají lepší povědomí např. o drogových závislostech, o tom, co jim předchází, čím je možné jim předcházet, jak je rozpoznat nebo jak se správně chovat ke svým dětem, aby z nich vyrostli spokojení a sebevědomí lidé, kteří nebudou potřebovat únik od reality života prostřednictvím užívání drog. Ukázat dětem způsob, jak smysluplněji trávit volný čas, než jen hraním her na PC a sledování TV.

Své znalosti z oboru mohou dospělí také využít třeba ve spolupráci se základní školou a jejími pedagogy při řešení nejrůznějších výchovných problémů nebo problémů s učením svých dětí nebo vnoučat. V mém případě tomu tak je, protože mám syna, který je od 3. ročníku ZŠ diagnostikován syndromem ADHD s poruchami chování, hyperaktivitou a impulzivitou. Tato skutečnost byla jedním z hlavních důvodů, proč jsem začala studovat sociální pedagogiku.

Dále se domnívám, že celoživotní snaha vzdělávat se podporuje osobní rozvoj člověka, jeho samostatnost, vyrovnanost, porozumění sobě sama, svým pocitům, ale i lidem kolem nás.

Zkrátka být lepším člověkem a rodičem, prožít smysluplně svůj život a předávat své zkušenosti dál.

ZÁVĚR

Bakalářská práce byla zaměřena na kvalitu života, životní pohodu (wellbeing), životní spokojenost obecně i se zaměřením na období střední a starší dospělosti člověka.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část.

Teoretická část se dělí na tři hlavní kapitoly. V první kapitole jsem se zabývala teoretickým vymezením kvality života, jejími dimenzemi a způsoby měření. Dále osobní pohodu (wellbeing) a životní spokojeností člověka.

Ve druhé kapitole jsem se zaměřila na teoretické vymezení období střední a starší dospělosti, na hodnotovou orientaci a životní styl člověka v těchto životních obdobích. Dále jsem se v této kapitole zabývala životní spokojeností tohoto životního období obecně, ale také ve vztahu ke vzdělání.

Třetí kapitola práce je zaměřená na distanční (dálkové) studium, ale i jiné formy vysokoškolského studia, na rozdíly mezi těmito formami studia. Na výhody na nevýhody distančního studia a motivaci k dalšímu studiu.

V praktické části své práce věnuji pozornost stanovení základních cílů a hypotéz empirického výzkumu, charakteristice a výběru respondentů. Zvolila jsem kvantitativní metodu výzkumu - dotazník. Ten byl anonymní a použit výhradně pro potřeby zpracování této bakalářské práce, o čemž byli respondenti v dotazníku předem informováni.

Respondenty výzkumu jsem si vybrala z řad studentů 3. ročníku oboru sociální pedagogika na IMS Brno. Soubor byl rozdělen podle pohlaví (muž x žena) a do užších věkových kategorií (nad 30, 40, a 50 let).

Výzkum byl uskutečněný v listopadu 2013 a v březnu 2014.

Cílem výzkumu bylo ověřit platnost daných hypotéz.

Převážná část praktické části práce je zaměřená na interpretaci otázek dotazníku, odpovědí na ně v podobě grafů. Dále se v této části práce věnuji vyhodnocení výzkumu a ověření platnosti hypotéz.

V závěru praktické části shrnuji zjištěné skutečnosti výzkumu a některé z nich srovnávám s jinými podobnými výzkumy.

Práce na této bakalářské práci naplnila, ale i předčila moje původní očekávání. Kvantitativním výzkumem jsem zjistila to, co jsem si na začátku předsevzala a potvrdila jsem nebo vyvrátila hypotézy.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

ČEVELA, R. KALVACH, Z. ČELEDOVÁ, L. *Sociální gerontologie. Úvod do problematiky*. Praha: Grada, 2012. 264 s. ISBN 978-80-247-3901-4

HALEČKA, T. *Kvalita života a jej ekologicko-enviromentální rozmer. Kvalita života a ľudské práva v kontextech sociálnej práce a vzdelávania dospelých-proceedings*. Prešov: Filozofická fakulta Prešovskej university, 2002. ISBN 80-8068-088-4

HRDLIČKA, M., KURIC, J., BLATNÝ, M. *Krize středního věku: úskalí a šance*. Praha: Portál, 2006. 167 s. ISBN 80-7367-168-9

KELLER, J. *Úvod do sociologie*. Praha: Slon, 1997. 181 s. ISBN 80-85850-25-7

KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2004. 195 s. ISBN 80-7178-835-X

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci*. Praha: Grada, 2002. 198 s. ISBN 80-247-0179-0

KŘIVOHLAVÝ, J. *Sestra a stres. Příručka pro duševní pohodu*. Praha: Grada, 2010. 128 s. ISBN 978-80-247-3149-0

KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada, 2011. 141 s. ISBN 978-80-247-3604-4

KURIC, J. *Ontogenetická psychologie*. Brno: Akademické nakladatelství CERN, s.r.o., 2000. 179 s. ISBN 80-214-1844-3

MAŇÁK, J. ŠVEC, V. *Cesty pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2004. 78 s. ISBN 80-7315-078-6

MARÍKOVÁ, H. PETRUSEK, M. *Velký sociologický slovník II. svazek, P-Ž.1.vyd.* Praha: Karolinum, 1996. 749 s. ISBN 80-7184-310-5

MUŽÍK, J. *Řízení vzdělávacího procesu. Andragogická didaktika*. Praha: Wolters Kluwer ČR, a. s., 2010. 324 s. ISBN 978-80-7357-581-6

NAKONEČNÝ, M. *Lexikon psychologie*. 1. vyd. Praha: nakladatelství VODNÁŘ, 1995. 397 s. ISBN 80-85255-74-X

PEALE, N. V. *Síla pozitivního myšlení (The Power of Positive Thinking)*. Překlad: Jitka Lukešová, 1994. 240 s., ISBN 80-7176-017-X

PRŮCHA, J. WALTEROVÁ, E. MAREŠ, J. *Pedagogický slovník. 2., rozšířené a přepracované vydání*. Praha: Portál, 1998. 336 s. ISBN 80-7178-252-1

ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti, obor v pohybu. 6., revidované a doplněné vydání*. Praha: Grada, 2010. 208 s. ISBN 978-80-247-3133-9

SLEZÁČKOVÁ, A. *Průvodce pozitivní psychologií*. Praha: Grada, 2012. 304 s. ISBN 978-80-247-3507-8

VAĐUROVÁ, H. MÜHLPACHR, P. *Kvalita života. Teoretická a metodologická východiska*. MASARYKOVA UNIVERSITA V BRNĚ, 2005. 143 s. ISBN 80-210-3754-7

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5

VYMĚTAL, J. *Lékařská psychologie*. 3. aktualizované vydání. Praha: Portál, 2003. 400 s. ISBN 80-7178-740-X

Internetové zdroje:

Citáty Jana Wericha. In: *AZ citáty* [online]. 2009 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://azcitaty.cz/jan-werich/37166/>

Diplomová práce Suralova. In: *IS. MUNI* [online]. 2013 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://is.muni.cz/th/246510/pedf_m/Diplomova_prace.pdf

Formy studia na vysoké škole. In: *Studentské finance.cz* [online]. 2000 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://student.finance.cz/pruvodce-studiem/informace/studium-vysoke-skoly/prezencni-distančni-kombinovane/>

FREDRICKSON, B. L. In: *The Value of Positive Emotions* [online]. 2003 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.unc.edu/peplab/publications/Fredrickson_AmSci_English_2003.pdf

KMUNÍČKOVÁ, Z.: Jak pěstovat životní spokojenost. In: *Vzdělání.cz* [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://clanky.vzdelani.cz/jak-pestovat-zivotni-spokojenost-a5017>

Kvalita života v kontextech vzdělávání. In: *Kvalita života v kontextech vzdělávání* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.wpsnz.uz.zgora.pl/erasmus/files/ksiazka_cz.pdf

Maslowova pyramida lidských potřeb. In: *MŠMT TÝMOVÁ PRÁCE Národní ústav odborného vzdělávání* [online]. 2006 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.odyssea.cz/soubory/k_diplomky_studie_skripta/tymova_prace.pdf

PIAAC. In: *Hlavní zjištění z mezinárodního výzkumu vědomostí* [online]. 2013 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.piaac.cz/attach/vysledky/PIAAC_hlavni_zjisteni.pdf

Slovníček pojmů. In: *Šance Dětem* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim/slovnicek-pojmu.shtml>

Soudobá sociologie Svobodová. In: *Kvalita života vubp* [online]. 2003 [cit. 2014-04-28]. Dostupné z: http://kvalitazivota.vubp.cz/prispevky/soudoba_sociologie_II_kvalita_zivota-svobodova.doc

ŠOLCOVÁ, I. a V. KEBZA. Prediktory osobní pohody (wellbeing) u reprezentativního souboru české populace. In: *Státní zdravotní ústav* [online]. 2003 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/psycho/2013/Studie_prediktory_osobni_pohody.pdf

The Development of Measures: The WHOQOL As An Example. In: [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.courageproject.eu/wp-content/presentazioni/courage_madrid_measuresdevelopment.pdf

The Quality of Life Model. In: *Quality of life Research Unit Centre for Health Promotion, University of Toronto* [online]. 2011 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: http://www.utoronto.ca/qol/qol_model.htm

Výstupy výzkumu PIAAC [online]. 2011. vyd. [cit. 2014-04-24]. Dostupné z: <http://www.piaac.cz/vystupy>

Zákon č. 111/1998 Sb., o vysokých školách. In: *MŠMT* [online]. 2013 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/zakon-c-111-1998-sb-o-vysokych-skolach-text-se-zpracovanymi>

ZLÁMALOVÁ, H. Průvodce studiem a studijní návod pro studenty distančního studia na Univerzitě Jana Amose Komenského Praha. In: *Distanční vzdělávání UJAK* [online]. 2012 [cit. 2014-04-26]. Dostupné z: <http://2012.elearning.ujak.cz/mod/resource/view.php?id=2093>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

WHO Světová zdravotnická organizace

QOL Quality of life = kvalita života

OSN Organizace spojených národů

ČR Česká Republika

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1: Maslowova pyramida lidských potřeb	24
Obrázek 2: Složky duševní pohody v pojetí C. Ryffové	31

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Model kvality života-Centrum pro podporu zdraví University Toronto	21
Tabulka 2: Sedm obecných charakteristik štěstí.....	26
Tabulka 3: Tabulka k otázce č. 21 (H1).....	86
Tabulka 4: Tabulka k otázce č. 26 (H2).....	87
Tabulka 5: Tabulka k otázce č. 23 (H3).....	88
Tabulka 6: Tabulka k otázce č. 24 (H3).....	88
Tabulka 7: Tabulka k otázce č. 30 (1) (H4).....	89
Tabulka 8: Tabulka k otázce č. 30 (2) (H4).....	89
Tabulka 9: Tabulka k otázce č. 21 (H5).....	90
Tabulka 10: Tabulka k otázce č. 27 (H5).....	91
Tabulka 11: Tabulka k otázce č. 28 (H5).....	92
Tabulka 12: Tabulka k otázce č. 13 (H6).....	93
Tabulka 13: Tabulka k otázce č. 14 (1) (H6).....	93
Tabulka 14: Tabulka k otázce č. 14 (2) (H6).....	94

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1: Vyhodnocení k otázce č. 1	40
Graf 2: Vyhodnocení k otázce č. 2	40
Graf 3: Vyhodnocení k otázce č. 3	41
Graf 4: Vyhodnocení k otázce č. 4	41
Graf 5: Vyhodnocení k otázce č. 5	42
Graf 6: Vyhodnocení k otázce č. 6 (1).....	43
Graf 7: Vyhodnocení k otázce č. 6 (2).....	44
Graf 8: Vyhodnocení k otázce č. 8 (1).....	46
Graf 9: Vyhodnocení k otázce č. 8 (2).....	47
Graf 10: Vyhodnocení k otázce č. 9 (1).....	48
Graf 11: Vyhodnocení k otázce č. 9 (2).....	48
Graf 12: Vyhodnocení k otázce č. 10 (1).....	49
Graf 13: Vyhodnocení k otázce č. 10 (2).....	49
Graf 14: Vyhodnocení k otázce č. 11 (1).....	50
Graf 15: Vyhodnocení k otázce č. 11 (2).....	50
Graf 16: Vyhodnocení k otázce č. 11 (3).....	50
Graf 17: Vyhodnocení k otázce č. 12 (1).....	51
Graf 18: Vyhodnocení k otázce č. 12 (2).....	51
Graf 19: Vyhodnocení k otázce č. 13 (1).....	52
Graf 20: Vyhodnocení k otázce č. 13 (2).....	52
Graf 21: Vyhodnocení k otázce č. 13 (3).....	53
Graf 22: Vyhodnocení k otázce č. 13 (4).....	53
Graf 23: Vyhodnocení k otázce č. 13 (5).....	53
Graf 24: Vyhodnocení k otázce č. 14 (1).....	54
Graf 25: Vyhodnocení k otázce č. 14 (2).....	54
Graf 26: Vyhodnocení k otázce č. 14 (3).....	55
Graf 27: Vyhodnocení k otázce č. 14 (4).....	55
Graf 28: Vyhodnocení k otázce č. 14 (5).....	55
Graf 29: Vyhodnocení k otázce č. 14 (6).....	56
Graf 30: Vyhodnocení k otázce č. 14 (7).....	56
Graf 31: Vyhodnocení k otázce č. 14 (8).....	56
Graf 32: Vyhodnocení k otázce č. 14 (9).....	57

Graf 33: Vyhodnocení k otázce č. 15 (1).....	57
Graf 34: Vyhodnocení k otázce č. 15 (2).....	57
Graf 35: Vyhodnocení k otázce č. 18 (1).....	59
Graf 36: Vyhodnocení k otázce č. 18 (2).....	59
Graf 37: Vyhodnocení k otázce č. 20 (1).....	61
Graf 38: Vyhodnocení k otázce č. 20 (2).....	61
Graf 39: Vyhodnocení k otázce č. 20 (3).....	62
Graf 40: Vyhodnocení k otázce č. 20 (4).....	62
Graf 41: Vyhodnocení k otázce č. 20 (5).....	62
Graf 42: Vyhodnocení k otázce č. 20 (6).....	63
Graf 43: Vyhodnocení k otázce č. 20 (7).....	63
Graf 44: Vyhodnocení k otázce č. 21 (1).....	64
Graf 45: Vyhodnocení k otázce č. 21 (2).....	64
Graf 46: Vyhodnocení k otázce č. 21 (3).....	64
Graf 47: Vyhodnocení k otázce č. 22 (1).....	65
Graf 48: Vyhodnocení k otázce č. 22 (2).....	65
Graf 49: Vyhodnocení k otázce č. 22 (3).....	65
Graf 50: Vyhodnocení k otázce č. 23 (1).....	66
Graf 51: Vyhodnocení k otázce č. 23 (2).....	66
Graf 52: Vyhodnocení k otázce č. 23 (3).....	67
Graf 53: Vyhodnocení k otázce č. 23 (4).....	67
Graf 54: Vyhodnocení k otázce č. 23 (5).....	67
Graf 55: Vyhodnocení k otázce č. 23 (6).....	68
Graf 56: Vyhodnocení k otázce č. 23 (7).....	68
Graf 57: Vyhodnocení k otázce č. 24 (1).....	69
Graf 58: Vyhodnocení k otázce č. 24 (2).....	69
Graf 59: Vyhodnocení k otázce č. 24 (3).....	69
Graf 60: Vyhodnocení k otázce č. 25 (1).....	70
Graf 61: Vyhodnocení k otázce č. 25 (2).....	70
Graf 62: Vyhodnocení k otázce č. 26 (1).....	71
Graf 63: Vyhodnocení k otázce č. 26 (2).....	71
Graf 64: Vyhodnocení k otázce č. 26 (3).....	71
Graf 65: Vyhodnocení k otázce č. 27 (1).....	73

Graf 66: Vyhodnocení k otázce č. 27 (2).....	73
Graf 67: Vyhodnocení k otázce č. 28 (1).....	74
Graf 68: Vyhodnocení k otázce č. 28 (2).....	74
Graf 69: Vyhodnocení k otázce č. 29 (1).....	75
Graf 70: Vyhodnocení k otázce č. 29 (2).....	75
Graf 71: Vyhodnocení k otázce č. 29 (3).....	76
Graf 72: Vyhodnocení k otázce č. 29 (4).....	76
Graf 73: Vyhodnocení k otázce č. 29 (5).....	77
Graf 74: Vyhodnocení k otázce č. 29 (6).....	77
Graf 75: Vyhodnocení k otázce č. 30 (1).....	78
Graf 76: Vyhodnocení k otázce č. 30 (2).....	78
Graf 77: Vyhodnocení k otázce č. 33 (1).....	80
Graf 78: Vyhodnocení k otázce č. 33 (2).....	80
Graf 79: Vyhodnocení k otázce č. 34 (1).....	81
Graf 80: Vyhodnocení k otázce č. 34 (2).....	81
Graf 81: Vyhodnocení k otázce č. 34 (3).....	81
Graf 82: Vyhodnocení k otázce č. 35 (1).....	82
Graf 83: Vyhodnocení k otázce č. 35 (2).....	82
Graf 84: Vyhodnocení k otázce č. 35 (3).....	83
Graf 85: Vyhodnocení k otázce č. 35 (4).....	83
Graf 86: Vyhodnocení k otázce č. 35 (5).....	83

SEZNAM PŘÍLOH

PI Dotazník

PŘÍLOHA P I:

Milý spolužáku, milá spolužačko,

jsem také studentka sociální pedagogiky na Institutu mezioborových studií v Brně. Chci Vás tímto požádat o vyplnění dotazníku, který slouží ke zpracování mé bakalářské práce. Hlavním cílem výzkumu je specifikovat změny v kvalitě života studujících ve věkové kategorii nad 30 let v době distančního (dálkového) studia, motivaci ke studiu, popřípadě další poznatky získané během studia.

Dotazník je anonymní a bude sloužit výhradně pro výzkumné účely. Prosím Vás proto o jeho pravdivé vyplnění. Vámi vybranou odpověď „označte X“ nebo doplňte.

Mnohokrát děkuji za součinnost a za to, že mi věnujeme část svého drahocenného času. Ráda Vám spolupráci oplatím.

Martina Neklapilová

1. Pohlaví:

- žena
- muž

2. Věková kategorie:

- 30-39 let
- 40-49 let
- 50 let a více

3. Počet dětí:

- 1
- 2
- více:.....

4. Jste:

- zaměstnaný/á
 - nezaměstnaný/á
 - OSVČ
 - na mateřské
 - jiné:
-

5. Dokončené vzdělání:

- středoškolské
- vyšší odborné
- vysokoškolské

6. Typ školy, kterou jste absolvoval:

.....

7. Vzdálenost, ze které do školy dojíždíte, popřípadě i město:

.....

8. Proč jste si vybral/a právě obor sociální pedagogika na IMS v Brně?

.....

9. Pracujete v oboru?

- ano
- ne

10. Pokud ne, hodláte po ukončení studia pracovat v oboru?

- ano
- ne

11. Plánujete pokračovat ve studiu magisterském?

- ano
- ne
- ještě nevím

12. Myslíte si, že ke studiu na VŠ přistupujete odpovědně?

- ano
- ne

13. Pociťujete pokles kvality Vašeho života vlivem nároků studia na VŠ?

- ano
- spíše ano
- ani ano – ani ne
- spíše ne
- ne

14. Pokud jste odpověděl/a ano, spíše ano - v jakém ohledu?

Označte dle významnosti – od 1 – největší pokles po 9 – nejméně významný pokles kvality života:

- nedostatek volného času pro sebe sama
- nedostatek volného času, který bych chtěl/a trávit s dětmi, rodinou
- nedostatek volného času, který bych chtěl/a trávit s přáteli
- zhoršení zdravotního stavu
- zvýšená psychická zátěž
- pocit, že to co dělám, nedělám tak dobře jak bych chtěl/a
- pocit, že omezují lidi, na kterých mi záleží
- zvýšení finančních nákladů spojené se studiem
- jiné:

.....

15. Překvapilo Vás něco během studia na VŠ?

- ano
- ne

16. Pokud ano, co to bylo?

.....

17. Co jste očekával/a od studia na VŠ?

.....

18. Ovlivnilo studium na VŠ určitým způsobem výrazně některá Vaše životní rozhodnutí?

- ano
- ne

19. Pokud ano, tak jaká?

.....

20. V čem vidíte největší změnu/y ve Vašem životě během studia na VŠ?

Označte dle významnosti – od 1- nejvýznamnější změna po 7 - nejméně významná změna:

- uvědomil/a jsem si, čeho chci v životě ještě dosáhnout
- uvědomil/a jsem si, že musím změnit dosavadní způsob života
- rozhodl/a jsem se odejít z neuspokojivého vztahu
- cítím se sebevědomější
- rozhodl/a jsem se osamostatnit
- v mém životě nenastala změna
- jiné:

.....

21. Myslíte si, že studium na vysoké škole znamená větší změny v kvalitě života pro ženy nebo muže?

- pro ženy
- pro muže
- stejně pro ženy i muže

22. Naplnilo studium na VŠ Vaše očekávání?

- ano
- ne
- částečně

23. Co Vás motivovalo ke studiu na VŠ?

Označte dle významnosti – od 1 – nejvýznamnější motiv po 7 - nejméně významný motiv:

- nutnost – požadavek ze strany zaměstnavatele
- lepší pracovní uplatnění
- vyšší společenská prestiž
- zvědavost – zda to zvládnou, zda na to mám
- posílení sebedůvěry
- pocit lepšího osobního naplnění
- jiné:

.....

24. Mohl/a byste říci, že byl pro Vás pocit osobního naplnění významným motivačním faktorem ke studiu?

- ano
- ne
- částečně

25. Myslíte si, že vzdělání patří obecně mezi hlavní ukazatele osobní spokojenosti?

- ano
- ne

26. Co považujete za účinnější cestu k posílení sebeúcty a sebevědomí?

- zvyšování vlastního vzdělání studiem na VŠ
- účast na speciálních kurzech anebo výcvicích zaměřených na zvýšení sebevědomí
- jiné:

.....

27. Cítíte se spokojenější sami se sebou, když děláte něco jen pro sebe?

- ano
- ne

28. Cítíte se spokojenější sami se sebou, když studujete VŠ?

- ano
- ne

29. Co je pro Vás v životě nejdůležitější?

.....
.....
.....

30. Podporuje Vás partner/ka nebo rodina při studiu?

- ano
- ne

31. Pokud ano, jakým způsobem?

.....

32. Pokud ne, znáte důvod, proč Vás nepodporuje? Jaký?

.....

33. Poznal/a jste během studia na VŠ nové přátele?

- ano
- ne

34. Pokud ano, myslíte si, že tato přátelství budou pokračovat i po ukončení studia?

- ano
- ne
- neumím posoudit

35. Máte čas relaxovat?

- ano
- spíše ano
- někdy ano – někdy ne
- spíše ne
- ne

36. Pokud ano, spíše ano, jakým způsobem nejčastěji relaxujete?

.....

37. Prostor pro případné vlastní vyjádření:

.....

.....

.....

.....

.....