

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta

Diplomová práce

2020

Jitka Marková

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra sociální pedagogiky

Volný čas žen na rodičovské dovolené jako opomíjená dimenze života

Diplomová práce

Autorka:	Bc. Jitka Marková
Studijní program:	N7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor:	Sociální pedagogika
Vedoucí práce:	Mgr. Alena Knotková
Oponent práce:	Mgr. Iva Junová, Ph.D.



Zadání diplomové práce

Autor:	Jitka Marková
Studium:	P18K0355
Studijní program:	N7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor:	Sociální pedagogika
Název diplomové práce:	Volný čas žen na rodičovské dovolené jako opomíjená dimenze života
Název diplomové práce AJ:	Women's Leisure Time during Parental Leave as Ignored Life's Dimension

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Diplomová práce se zabývá tématem volného času žen na rodičovské dovolené v Královehradeckém kraji. V teoretické části práce je charakterizován volný čas, jeho funkce, determinanty, včetně rodičovského vlivu na trávení volného času dětí. Empirická část práce obsahuje kvantitativní výzkum realizovaný prostřednictvím dotazníkového šetření mezi ženami matkami. Výzkumné šetření je zaměřeno na vnímání volného času na rodičovské dovolené a jeho důležitost.

Garantující pracoviště: **Katedra sociální pedagogiky,
Pedagogická fakulta**

Vedoucí práce: Mgr. Alena Knotková

Oponent: Mgr. Iva Junová, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 6.11.2014

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala pod vedením vedoucí diplomové práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Rychnově nad Kněžnou dne 31. března 2020

.....

Podpis autora

Poděkování

Tímto děkuji vedoucí diplomové práce Mgr. Aleně Knotkové za věcné připomínky, cenné rady a doporučení věnované této práci.

Dovoluji si také vyjádřit poděkování svým nejbližším za poskytnutí prostoru ke studiu a psaní diplomové práce, za jejich podporu a trpělivost.

Anotace

MARKOVÁ, Jitka. *Volný čas žen na rodičovské dovolené jako opomíjená dimenze života*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2020. 84 s. Diplomová práce.

Diplomová práce se zabývá tématem volného času žen na rodičovské dovolené jako opomíjené dimenze života. V úvodu je charakterizován volný čas, přístupy, vymezení, hodnotová orientace a jeho funkce. Prostor je také věnován důležitosti výchovy, determinantům a vlivu rodiny na trávení volného času jako primární sociální skupiny. Práce se dále zabývá rodičovskou dovolenou, sladěním mateřství, povinností a hledáním prostoru pro vlastní potřeby žen na rodičovské dovolené. Výzkumné šetření této práce je realizované prostřednictvím dotazníkového šetření mezi ženami matkami. Cíl práce je zaměřen na vnímání volného času žen na rodičovské dovolené v Královehradeckém kraji.

Klíčová slova: Žena, volný čas, rodičovská dovolená.

Annotation

MARKOVÁ, Jitka. *Women's Leisure Time during Parental Leave as Ignored Life's Dimension*. Hradec Králové: Pedagogical Faculty, University of Hradec Králové, 2020. 84 p. Diploma Theses.

The Diploma Theses deals with a theme of women's leisure time during parental leave as ignored life's dimension. At the beginning there is characterized leisure time, approaches, specification, value orientation and its functions. There is part about the importance of education, determinants and the family influence on spending leisure time as a primary social group. The Diploma Theses also deals with parental leave, maternity harmonization, duties and seeking space for women's own needs on parental leave. The research of the theses is realized through a questionnaire survey among mothers. The aim of the thesis is focused on the perception of women's leisure time on parental leave in Hradec Králové Region.

Keywords: Woman, leisure time, parental leave.

OBSAH

ÚVOD.....	9
1 VOLNÝ ČAS – PŘÍSTUPY, FORMOVÁNÍ.....	12
1.1 Různá vymezení volného času.....	14
1.2 Úzké sepjetí se společností	17
1.3 Hodnotová orientace a funkce volného času	22
2 VÝCHOVA, VOLNÝ ČAS A JEHO DETERMINANTY.....	24
2.1 Důležitost výchovy	24
2.2 Ovlivňující determinanty	27
2.3 Vliv rodiny jako primární sociální skupiny	31
3 ŽENA NA RODIČOVSKÉ DOVOLENÉ A VOLNÝ ČAS	35
3.1 Nastavení rodičovské dovolené a její vnímání	36
3.2 Sladění mateřství, povinností, domácnosti a volného času	41
3.3 Cílená starost o vlastní potřeby a nalezení cesty	44
4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ	49
4.1 Výzkumný cíl, hypotézy, stanovení otázek a úkolů	49
4.2 Výzkumná metoda	52
4.3 Výzkumný soubor.....	55
4.4 Interpretace výsledků.....	60
ZÁVĚR	71
Seznam citovaných pramenů	74
Seznam tabulek a grafů.....	79
PŘÍLOHY	79

Seznam použitých zkratk

ČR	Česká republika
DDM	Dům dětí a mládeže
RD	Rodičovská dovolená
VČ	Volný čas

ÚVOD

Volný čas významně přispívá ke kvalitnímu způsobu života a nabízí vše, co člověku neumožňuje práce. Volný čas poskytuje realizaci kreativních schopností jedince, umožňuje plné rozvinutí osobnosti člověka a opravdové naplnění života. V dnešní hypermoderní době je volný čas neoddělitelnou a velmi potřebnou součástí naší existence. Je významný pro náš odpočinek, vnitřní pohodu, rozvoj, seberealizaci, upevnění naší identity a poskytuje načerpání nové vnitřní energie a síly. Je důležitý k odbourávání stresů, napomáhá v boji se stereotypy, s frustrací, s vyhořením přinášející uspěchaná doba. Naše osobní záliby mohou být velkou celoživotní oporou v náročných situacích, v životních neštěstích a ztrátách.

Jedno z velmi náročných životních období je bezesporu mateřství, kdy se zcela ztratí zaběhnutý styl života a je obtížné zvládnout všechny povinnosti související s péčí o dítě a domácnost. Mateřství je jedinečné období, které by si měly ženy užít a zároveň zajistit pro své dítě to nejlepší. Bohužel, se matky často potýkají s bezesnými nocemi přinášející vyčerpání a někdy bydlení nepřipomíná domov, ale více venkovní hřiště. V tomto náročném období, řeší stovky věcí najednou ze svého seznamu nutností a snaží se na nic nezapomenout. Uprostřed toho všeho je nelehké obhájit něco ze své identity. Někdy může jít o pocit boje o přežití, aby rodičovský kolotoč fungoval tak jak má a přitom si zachovat zdravý rozum a pokud možno, alespoň trochu najít něco ze svého obvyklého životního rytmu.

Malé dítě svým příchodem do rodiny vše změní a přizpůsobí se mu veškeré aktivity. Je obtížné najít rovnováhu mezi úspěchy, neúspěchy, zvládat překážky, na straně jedné se vyrovnat s rolí matky, manželky, přítelkyně, dcery, sestry a na straně druhé neztratit pojem o sobě samé. Je náročné uprostřed toho všeho vyšetřit kousek času pro sebe. Celkově jsou omezeny kontakty s přáteli, s kolegy ze zaměstnání a dochází k omezení seberealizace. Zájmové aktivity a koníčky jsou nahrazeny výchovou a starostmi o děti a o domácnost. V našich krajinách je stále ještě obvyklé, že na rodičovské dovolené zůstávají s malými dětmi zejména matky a je od nich očekáváno, že většinu svého času věnují domácnosti a dítěti. Bohužel jim nezbývá prostor na volný čas pro ně samotné.

Odborné publikace zabývající se volným časem jsou k dispozici od různých autorů. V České republice výraznými autory zabývající se volným časem v kontextu pedagogiky volného času, jeho výchovného ovlivňování a zhodnocování jsou zejména Hofbauer (2004, 2008, 2010), Hájek (2008), Pávková (2001, 2008), Němec (2002) a

Kaplánek (2010, 2012, 2017). Sociologii životního stylu a volnému času jako jeho součást se věnuje autorka Duffková (2008). Z historického hlediska významným francouzským sociologem, který je označován za zakladatele sociologie volného času, byl Joffre Dumazedier. Ústřední témata v pedagogice jsou věnována především využití volného času, případnému vlivu a využití v souvislosti s dětmi a mládeží. Bohužel, dílo zaměřené konkrétně na ženy-matky na rodičovské dovolené v souvislosti s volným časem od českých autorů nebylo objeveno, a proto pro tuto diplomovou práci bylo také čerpáno od zahraničních autorů. Jedná se o autorku Gurrentz (2003), která se věnuje kurzům pro ženy před porodem a ženám v prvních letech mateřství, ve své publikaci píše o problémech přinášející mateřství včetně oblasti týkající se volného času. Dále pak novinářka Saunders (2007) mimo jiné přispívající do ženských časopisů o rodičovství.

Hlavním důvodem volby tématu bylo navázání na autorčinu bakalářskou práci, kterou je diplomová práce inspirována, opírá se o její poznatky a vychází z mnoha dat týkající se množství a způsobu trávení volného času žen na rodičovské dovolené v nelehkém období plného změn a nových povinností, kterými jistě starost o nově příchodícího člena do rodiny bezesporu je. Výzkumné šetření v bakalářské práci přiblížilo volný čas žen na rodičovské dovolené a potvrdilo předpoklad, že ženy buď volný čas nemají, nebo ho mají velmi málo. Šetření prokázalo, že poklesnou volnočasové aktivity, změny se priority a matky nemají čas na své potřeby. Tato diplomová práce si klade za cíl jít více do hloubky zvoleného tématu a chce prozkoumat volný čas žen na rodičovské dovolené jako jejich chybějící dimenzi života. Soustřeďuje se na vnímání tohoto náročného období, jde o vnitřní smýšlení a chápání volného času. Hovoří-li člověk o svém prožívání času, jde o popis subjektivní, jde o čas konkrétní, který je nějak vnímaný a hodnocený.

Dalším základem pro tuto práci byla vlastní zkušenost autorky, která byla podpořena neformálním pozorováním žen na rodičovské dovolené v osobním okolí. Je zde předpoklad, že v době mateřství ženy zaměřují svou pozornost zejména na své děti a na sebe zapomínají, na svou pohodu, spokojenost, na své potřeby. Jde o jakousi oběť přinášející rodině a dětem, o potlačování vlastních potřeb, zájmů a koníčků, která může způsobit nespokojenost a frustraci. A následně vnést do partnerského vztahu negativní projevy, případně ovlivnit i vztah k dětem. Nespokojená nervózní či dokonce nepřijemná matka nevytváří pozitivní podněty pro své děti, které velmi citlivě vnímají své okolí. Jistě se shodneme na slovním spojení: *Spokojená matka představuje spokojené dítě*. Mateřství je významné období v životě ženy naskýtající mnoho nových

zkušeností a zážitků, ale také jde o období, kdy je podstatná organizace všech povinností, cílené vyhledávání, plánování a vědomé nalezení volného času jen pro sebe umožňující načerpání nových sil.

Cílem této diplomové práce je charakterizovat volný čas, jeho chápání, rozbor ženy-matky v kontextu volného času a následným výzkumným šetřením zmapovat vnímání volného času žen na rodičovské dovolené v Královéhradeckém kraji. V úvodu je charakterizován volný čas, přístupy, vymezení, hodnotová orientace a jeho funkce. Prostor je také věnován důležitosti výchovy, determinantům a vlivu rodiny na trávení volného času jako primární sociální skupiny. Práce se dále zabývá rodičovskou dovolenou, sladěním mateřství, povinností a hledáním prostoru pro vlastní potřeby žen na rodičovské dovolené. Výzkumné šetření této práce zahrnuje stanovení výzkumných cílů, formulace výzkumných otázek, úkolů a hypotéz. Obsahuje také charakteristiku způsobu získávání dat, které je realizované prostřednictvím dotazníkového šetření mezi ženami-matkami na rodičovské dovolené. Následuje charakteristika výzkumného souboru, která pokračuje předložením interpretace výsledků. Závěrem byly shrnuty poznatky celé práce.

V souvislosti s vnímáním volného času je pozornost věnována zejména vnímání aktivních a neaktivních žen a zjištění, zda je u nich volný čas chápán odlišně. Dále se věnuje vnímání důležitosti volného času a případné závislosti na věku žen na rodičovské dovolené. Závěrem je prostor věnován šetření, zda ženy na rodičovské dovolené plánují svůj volný čas více či méně v souvislosti s věkem respondentek. Z důvodu matematické měřitelnosti bylo ke zpracování dat použito kvantitativní šetření. Sběr dat byl proveden elektronickým dotazníkem umožňující v relativně krátkém časovém úseku získat dostatečný počet respondentů. Dotazník byl zpřístupněn na internetu v období od 20. října 2019 do 20. listopadu 2019.

Diplomová práce zprostředkovává představu o vnímání volného času matek na rodičovské dovolené žijících v Královéhradeckém kraji. Může být zdrojem zajímavých informací a podnětů, k zamyšlení budoucím či současným matkám bojujícím s nedostatkem svého volného času. Stále více se množí bakalářské a diplomové práce věnující se obdobným tématům směřujícím k ženám a jejich volnému času na mateřské a rodičovské dovolené. Bohužel tu není žádný přímý výzkum v této oblasti, ani nebyly nalezeny žádné publikace věnující se cíleně tomuto tématu. Diplomová práce, tak může být inspirativním materiálem a podnětem k pátrání a působení pro obory sociální pedagogiky a pedagogiky volného času.

1 VOLNÝ ČAS – PŘÍSTUPY, FORMOVÁNÍ

Pohled na volný čas není zcela jednoznačný. Je různě členěn, rozdílně vnímán a jednoznačně diferencovaně využíván. Každý jedinec může mít toto sousloví spojené s odlišnou představou o významu a naplnění. Může být naplněn různými aktivitami, koníčky, zájmy, seberealizací, ale i protikladně odpočinkem, nebo i promrháním lelkováním a nic neděláním. Následuje přehled několika pohledů, jak lze slovní spojení „volný čas“ pojmovat.

Nejčastěji je uváděna definice Dumazediera, který volný čas definuje jako soubor činností, které jedinec může konat zcela dle své vůle, poté co si splní své povinnosti a závazky v zaměstnání, v rodině, v sociální oblasti. (Dumazedier, online). Je určen pro odpočinek, nebo zábavu, pro rozvoj osobnosti, své informovanosti, dobrovolné sociální účasti, nebo svobodné tvořivé schopnosti.

Moderní volný čas vznikl jako protiklad k pracovní době. Kaplánek v knize *Volný čas a jeho význam ve výchově* (2017, s. 44) zmiňuje, že volný čas jako pojem považujeme za moderní. Byl rozšířen v závislosti na vzniku a rozvoji zaměstnaneckých vztahů a začal se vymezovat vzhledem k povinnostem. Vývoj a chápání tohoto fenoménu je společný pro střední a západní Evropu od začátku industrializace.

Hofbauer volný čas, v publikaci *Pedagogické ovlivňování volného času*, charakterizuje jako určitou část lidského života, kterou získáme až po splnění všech povinností a potřeb s využitím pro činnosti, které jedince určují a utvářejí, jako jsou: odpočinek, zábava, rozvoj zájmů, zvyšování kvalifikace a účast na veřejném životě. Co se týká obsahu a způsobu volnočasových aktivit uvádí: „*Stále patrněji jsou východiskem všestranného rozvoje osobnosti, formování společenských vztahů a utváření dalších předpokladů pro uplatnění v dospělosti.*“ (s. 11) Vychází se z dobrovolnosti účasti a z vlastního rozhodování účastníka, zda se, chce do volnočasových aktivit zapojit a jakým způsobem se jich chce účastnit. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 10-11)

V jiné publikaci Hofbauer *Děti mládež a volný čas* (2004, s. 13) vymezuje tento termín, jako čas, kdy nevykonáváme činnosti pod tlakem závazků, které vyplývají ze sociálních rolí, zejména z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Jedná se o činnosti, kterých se člověk účastní na základě svého svobodného rozhodnutí, vstupuje do nich s očekáváními, a které mu přinášejí příjemné zážitky a uspokojení.

Bůžek ve svém příspěvku *Sociální a pedagogická dimenze volného času* (2003, s. 27-30) pohlíží na volný čas jako na významný společenský fenomén, který má pro život

člověka stejný význam jako práce. Jde o prostor osvobozený od povinností, prostor, který odráží způsob života jedinců, kteří se snaží začlenit do převažujícího životního stylu společnosti. Je charakterizován dobrovolností, dále tím, že máme možnost výběru a společnost akceptuje volnočasové aktivity, a také tím, že volný čas máme vůbec k dispozici. „*Volný čas je prostor i příležitost pro nové poznávání vlastních možností, nové uchopování světa a hledání vlastního místa ve společnosti i nebezpečí vzniku tzv. antihodnot.*“ (Bůžek, 2003, s. 29-30)

V knize *Pedagogika volného času* od celého kolektivu autorů: Pávková, Hájek, Hofbauer, Hrdličková, Pavlíková, je pro objasnění pojmu uvedeno základní odlišení sféry povinností a sféry volného času, který je možno chápat jako opak doby, která je potřebná pro vykonání povinností a práce. Doba potřebná na nabytí nových sil, doba, kdy si můžeme svobodně vybrat své činnosti a děláme je dobrovolně a rádi a navíc nám přinášejí pocit uspokojení a uvolnění. (Pávková a kol., 2008, s. 13) Volný čas je specifickou oblastí lidského života, která nám přináší určitý prospěch, kde se objevuje uspokojení, radost, potěšení a štěstí. Je to prostor pro tvořivost, je to příležitost pro své vyjádření. Volný čas je jeden ze zdrojů osobního, společenského a ekonomického rozvoje. Může významně přispět ke kvalitnímu způsobu života, podporuje celkové zdraví a pohodu. Nabízí příležitosti pro výběr činností a zkušeností, které odpovídají potřebám, hodnotám a zájmům jednotlivce. (Pávková a kol., 2001, s. 32)

V knize *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času* Faltýsková (2002, s. 17) definuje volný čas jako čas, v kterém člověk dělá a svobodně volí činnosti, které přinášejí potěšení, radost, zábavu, ale i odpočinek. Tyto aktivity regenerují a rozvíjejí jeho duševní, tělesné i tvůrčí schopnosti. Jedinec koná převážně svobodně a dobrovolně pro sebe nebo pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu. Člověk je sám sebou.

V publikaci s názvem *Sociologie životního stylu* Duffková charakterizuje volný čas ze dvou hledisek: z kvantitativního hlediska, kdy se jedná o objem volného času a z kvalitativního hlediska, kdy se jedná o strukturu volného času, tzn. konkrétní volnočasové aktivity a o jednotlivé zastoupení v celku volného času. Volný čas je zde chápán jako velmi důležitá součást životního způsobu. Jedná se o sféru, v které je možné uplatňovat vlastní svobodná rozhodnutí o náplni dle vlastních potřeb, zájmů a hodnot bez vnějších tlaků povinností nebo stereotypů. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 141)

Kaplánek ve výše zmiňované knize *Volný čas a jeho význam ve výchově* (2017, s. 13) v souvislosti s volným časem upozorňuje, že se jedná o nějaké časové úseky, kdy nepracujeme pro obživu. V případě pracovních povinností jde o požadavky na jednotlivce zvenčí a volný čas je vůči pracovním povinnostem v kontrastu a odráží možnost svobody, kterou nabízí. V kontextu prožívání volného času jde o indikátor toho, co je pro nás důležité, na čem nám záleží a ve způsobu trávení volného času se odráží náš vztah k životu.

Volným časem můžeme označovat svobodně zvolenou činnost, ale i pasivitu, která vedle práce a naplňování biologických potřeb je součástí lidského života. Volný čas neobsahuje časový aspekt, ale spíše označuje specifickou povahu těch oblastí života, které se primárně netýkají starostí o přežití ani dalších povinností. (Kaplánek a kol., 2017, s. 52)

Prostudujeme-li výše uvedené příklady definic volného času detailněji, objevíme často se opakující termíny rozvoj, zábava, odpočinek. Dále je kladen veliký důraz na dobrovolnost a osobní svobodu v rozhodování. Dále fenomén s názvem volný čas, při vhodném naplnění, může přinášet potěšení a radost.

Volný čas se zejména dotýká vnitřní subjektivity každého z nás a může být v podstatě chápán jako čas, který máme k dispozici jen sami pro sebe, s kterým můžeme nakládat dle vlastní volby, vlastních potřeb, zájmů a hodnot a především o něm můžeme zcela sami rozhodovat bez vnějšího tlaku a vlivu. Volný čas by měl být pozitivně přínosný pro jedince v radosti, uspokojení, odpočinku a jako důležitá přidaná hodnota se projeví i osobnostním rozvojem člověka.

1.1 Různá vymezení volného času

V češtině spojení „volný čas“ se objevilo v literatuře již na přelomu 19. - 20. století, ale zdomácnělo až v druhé polovině 20. století. (Kaplánek, 2012, s. 23) Autoři píšící o volném čase nevymezují volný čas zcela stejně. Tato kapitola se zabývá jednotlivými vymezeními volného času.

Vymezení vnímání charakteristické pro český jazyk v případě volného času se jedná o určité časové úseky v lidském životě, pro které je typické charakterizující přídavné jméno „volný“. Zde lze sousloví vnímat neutrálně jako čas, který není ničím naplněný nebo pozitivně jako svobodný čas anebo negativně jako čas, který je promarněný, zbytečný, nenaplněný. Jedním ze způsobů jak lze volný čas **definovat je buď negativně anebo pozitivně**. Negativní vymezení vycházejí z vymezení vůči pracovní

době, kdy člověk nemusí pracovat, zatímco pozitivní definice se snaží o vymezení na základě kvality volného času, jako čas s kterým jedinec může svobodně nakládat, je to čas pro sebe. Oproti pozitivnímu vymezení volného času, negativní je vnímáno jako zbytková kategorie, doba, kterou má jedinec k dispozici až po pracovní době a po vykonání nutných činností. Pozitivní vymezení se týká času svobody pro tvorbu, zábavu, umění nebo pro odpočinek a nicnedělání. Vnímán je zde stav nezávislý na práci a na povinnostech a obsahuje potenciál svobodného a radostného života. I když je často prosazována pozitivní definice volného času, nelze volný čas oddělit od času věnovaného práci. Jde o provázání, protože produkty práce vytváří možnosti pro volný čas a má vliv na cíle, obsahy a formy volného času, ale současně pracovní doba se stává závislá na volném čase, kde se realizuje spotřeba, sociální kontakty, rekreace, kulturní vývoj, ale i politické rozhodování a celá společenská atmosféra. (Kaplánek, 2012, s. 24, s. 27)

Duffková v publikaci *Sociologie životního stylu* (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 142-144) uvádí zjednodušené relativně uzavřené tři specifické časové kategorie, tři velké časové bloky. Nejdříve je celkový čas **rozdělen na čas pracovní a tzv. mimopracovní** a ten nadále dělí na tzv. čas vázaný a volný čas. Čas pracovní je vymezený obsahově a jedná se o čas strávený pracovní výdělečnou činností. Čas mimopracovní je bez vlastního specifického obsahu jako opozitum k pracovnímu času. Ten je nadále rozdělen na samostatné části - **čas vázaný a volný**, a svůj význam získávají v rámci uzavřeného časového celku. Čas vázaný je vymezen pouze obsahově a jde o čas monotónně se opakující, rutinní činnosti každodenního života související se spánkem, jídlem, hygienou člověka a dále s psychikou a sociálním prostředím člověka (zejména chod rodiny, provoz domácnosti). Čas volný není vymezován ani obsahově ani časově, nejsou určeny ani činnosti, ani doba realizace. Kaplánek (2012, s. 25) se vyjadřuje k mimopracovnímu termínu v souvislosti s definováním volného času s rozlišením na čas v širším smyslu a volný čas v užším smyslu. V širším pojetí jde o veškerý čas mimo pracovní dobu, včetně spánku, jídla, péče o tělo, cesty do práce apod. V užším pojetí se nezahrnují časové úseky spojené s prací jako cesta do práce, spánek nebo nutný odpočinek apod., a také se nezahrnují činnosti pevně zakotvené v osobním denním programu jednotlivce.

Kaplánek také uvádí, že volný čas v současném pojetí odborníků ze sociologie, pedagogiky a rekreologie, osciluje mezi kvantitativním a kvalitativním vymezením. (2017, s. 43) Duffková také popisuje volný čas z **kvantitativního a kvalitativního**

hlediska. Kvantitativně je volný čas vnímán jako časový prostor vztahující se jak vůči sobě tak vůči ostatním lidem, který jedinci zbývá po splnění pracovních a mimopracovních povinností – tzv. **reziduální definice** jako zbývající prostor - volný čas je to, co zbyde. Naproti tomu z kvalitativně obsahového hlediska je volný čas komplexem činností, k nimž se jedinec rozhodl sám ze své vlastní vůle, bez tlaků, které vyplývají ze společenských závazků (příkladem může být rodina) a vykonává je pro dané činnosti samotné. – tzv. **normativní definice**, pro kterou je typické charakterizovat volný čas formou nějaké jeho důležité vlastnosti jako je - subjektivní svobodná volba činností, individuálnost, není zde bezprostřední prospěch a užitek z vykonávaných činností, a také osobní potěšení a radost z těchto činností. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 144) Ke kvantitativnímu a kvalitativnímu vymezení se vyjadřuje i další již zmíněný autor Hofbauer, jehož následující pohled je zaměřen hlavně na výchovné působení a zhodnocování volného času. Říká, že dynamika vývoje volného času má stránku kvantitativní, která se týká celkového fondu volného času a uplatnění v celé populaci (včetně té nejmladší části populace). Jde o rozšíření různých aktivit a způsobů realizace na široký okruh účastníků. *„Současně má také stránku kvalitativní, která umožňuje účinně působit na různé složky osobnosti a podporuje intenzivní prožívání života.“* (Hofbauer, 2010, s. 14)

Hofbauer uvádí, že volný čas již nelze pokládat jen za čas, který vznikne po uspokojení biologických potřeb a splnění povinností spjatých s prací, se školou nebo povinnostmi, které jsou součástí rodinného života. *„Volný čas již není časem, který „zbývá“, nýbrž svébytnou sférou života. Její rozsah i způsoby realizace jsou sice i nadále pod vlivem ostatních oblastí života, současně se však stává činitelem, který na ně stále významněji působí. Podstatu volného času proto nevyjadřuje tzv. „zbytkové pojetí“ (Resttheorie), nýbrž spíše hledání a nacházení jeho specifických funkcí i jejich uplatnění ve společenské a výchovné praxi.“* (2010, s. 57) Volný čas je nedílnou součástí lidského života a z pohledu jeho využití jako nástroj výchovného zhodnocování se zabývá pedagogika volného času.

Kaplánek (2012, s. 25) uvádí, že k samotné definici volného času lze dojít rozdělením celkového času na jednotlivé časové úseky – v prvním kroku na čas spánku a bdělosti, a pak dále čas bdělosti na pracovní dobu a volný čas. Volný čas lze dále upřesnit **polo-volným časem**, tj. čas nezbytný pro činnosti mimo zaměstnání a vlastní volný čas. Tento vlastní volný čas je chápán jako disponibilní čas k libovolnému jednání, s nímž individuálně disponujeme a dle vlastního uvážení jej naplňujeme.

Zjednodušeně, jde o individuální volný disponovatelný čas. K problému striktního kategorizování do jednotlivých časových bloků a zmínce o termínu polo-volný čas Duffková uvádí, že největší problémy nastávají u činností na pomezí vázaného a volného času, kde příkladem mohou být u žen ruční práce a u mužů kutilství. Jsou to koníčky přinášející radost, ale zároveň mají i utilitární charakter; také třeba péče o děti, která je součástí péče o rodinu a domácnost, ale pokud jde o výlet s rodinou ve volném čase, celkově provozování různých volnočasových aktivit se členy rodiny, nelze řadit mezi povinnosti vázaného času. Proto se zavádí tzv. kategorie polo-volného času, kam se řadí hraniční činnosti a zdůrazňuje se dvojnásobný charakter, kde si člověk na jedné straně může dobrovolně vybrat, ale na druhé straně jsou výrazně podmíněny závazky vůči jiným osobám. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 144) Obdobnou zmínku o polo-volném čase lze najít u Hofbauera. Zařazuje do něho hraniční činnosti na pomezí času povinného a vázaného. Jedná se o aktivity přinášející radost a současně i případný praktický užitek. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 10-11)

1.2 Úzké sepjetí se společností

Ve slova smyslu tak jak jej známe dnes, patří volný čas k relativně mladým jevům. K masovému rozvoji volného času dochází v období průmyslové revoluce, společnost prochází změnou, zvyšuje se rozsah volného času a začíná hrát významnější úlohu v životě člověka. Významný francouzský sociolog Dumazedier klade rozvoj volného času do 19. a 20. století. Aby došlo k rozvoji volného času v životě pracujících lidí, museli být realizovány v sociálním životě dvě podmínky. Společenské činnosti se neřídí povinnostmi uloženými komunitou a nějaká část se vymyká kolektivním ritům, zejména práce a volný čas. Je zde svobodná volba jednotlivců. Druhou podmínkou je, že se profesionální práce oddělila od druhých činností a je vymezována dle vůle člověka a ne dle přírody. Je speciálně zorganizována a volný čas je od ní jasně oddělitelný. Tyto dva předpoklady lze najít jen v civilizaci industriální a postindustriální. Za specifické charakteristické znaky volného času v moderní civilizaci považuje: 1/ osvobození od povinností určitého druhu, kdy volný čas znamená především osvobození od profesionální práce a týká se to také osvobození od školní práce a od jiných základních závazků, které ukládají základní zařízení společnosti; 2/ další znak se týká nezainteresovanosti „*Volný čas v zásadě nemá žádný zistný cíl jako profesionální práce, žádný utilitární cíl jako povinnosti v domácnosti, žádný ideologický nebo přesvědčovací cíl jako úkoly politické nebo duchovní.*“; (Dumazedier, on line). 3/ volný čas má

hédonistický charakter, kdy dochází k poskytování radosti, blaha a potěšení; 4/ uspokojování osobních potřeb a požadavků. (Dumazedier, on line).

Pro pochopení významu volného času v současnosti uvádí Kaplánek (2017, s. 45-47) faktory, které ovlivnily vývoj chápání volného času v průběhu 16. až 20. století. Jedním z faktorů je vznik pravidelné pracovní doby a tím oddělení hodin a dnů pracovního volna. Již před industrializací dochází k rozdělení času na dobu práce, výuky a dobu rekreace, a to ve školství. Došlo k jasnému rozdělení veřejně-pracovní a soukromé sféry. Dále v období industrializace jde o nárůst pracovní doby a následně vznik vážného sociálního problému a to nedostatek volného času a snaha změny hnutím za sociální spravedlnost. Lidé začali toužit po světě, který je svobodný, neomezený pravidly, soukromý, blažený a hlavně volný. Došlo k radikálnímu rozdělení veřejné a soukromé sféry i v myšlení lidí, vznik dvou odlišných pólů povinnosti a soukromé sklony, určení zvenčí a sebeurčení, mezi nátlakem a svobodou. Dochází k rozdělení na determinovaný čas – pracovní doba a volně disponovatelný čas – volný čas. Základem moderního pojetí volného času je idea svobody v době osvícenství. Jedná se o osvícenskou myšlenku svobody a rovnosti pro všechny a možnost volného času nemělo být výsadou pouze vyšších společenských vrstev. Také neúnosné pracovní nároky v době industrializace v 19. století přispěly ke vzniku aktivit, které měly zlepšovat situaci těžce pracujících dělníků. Boj o zkrácení pracovní doby a o právo na dovolenou probíhal na přelomu 19. a 20. století. Díky industrializaci a dalšímu vývoji, kdy ekonomické síly byly stále silnější, se mění smysl volného času. Jde o čas určený především k zotavení a předpokladem k další produkci, také časem konzumu již vyprodukovaných hodnot a tím opětovým předpokladem další produkce a také časem dalšího vzdělávání, které je většinou zaměřeno na využitelnost v dalším procesu produkce. (Kaplánek, 2017, s. 48-50)

Volný čas je pojem, jehož vymezení je multidisciplinární. Nejčastěji se vymezuje vůči času pracovnímu a jeho podoba je ovlivnitelná historickým obdobím, náboženstvím, příslušností ke společenské vrstvě apod. Volný čas se stal důležitým indikátorem sociálního kapitálu, sociální stratifikace, životního stylu. (Kohútová, Almašiová, 2016, s. 106) V souvislosti s teorií a praxí týkající se volného času, se objevují různé otázky, které mohou být předmětem společného řešení, vzájemně se podněcují a doplňují jak v teoretické rovině, tak v praktické realizaci. Některé z nich zmiňuje Kouteková (2017) v příspěvku *Volný čas dětí a mládeže ako prostriedok prevencie v kontexte pedagogiky volného času a sociálnej pedagogiky*:

- Volný čas umožňuje vytvářet relativně stejné šance pro každou věkovou populaci, to znamená, že volný čas se rozšiřuje a demokratizuje
- Volný čas je otevřený systém výchovného zhodnocení. Na volnočasové výchově mají podíl všichni výchovní činitelé.
- Dochází ke globalizaci a všeobecnosti volného času. To znamená, že se dotýká všech členů společnosti, i když v různé míře v závislosti na věku, sociálního prostředí, vzdělání, sociálních podmínkách. Zaměření je na různé cílové skupiny. Týká se jak samotných jedinců, tak i celých sociálních skupin.
- Využívání volného času nepodléhá přísné sociální kontrole (to přináší negativní i pozitivní stránky). V souvislosti s touto otázkou se užívá termín individualizace volného času.
- Vnímání volného času jako protiklad pracovní doby, povinností, jako svobodný a autonomní prostor a jako pedagogicky intervenovaný volný čas v různých výchovně-vzdělávacích zařízeních, institucích, sdruženích a organizacích.
- Volný čas z pohledu obsahového zaměření – oddychové, rekreační, zájmové, vzdělávací, společensky prospěšné činnosti v individuální a organizované formě.
- Volný čas jako prostředek prevence, terapie a reedukace (mentální, intelektuální, kreativní rozvoj).
- Zkoumání volného času v hlavních dimenzích – filozofická, společenská, sociologická, psychologická, ekonomická, pedagogická.
- Specifikace kompetencí pedagogů zabývajících se volným časem. (Kouteková, 2017, s. 137-138)

Jednotlivé dimenze zkoumání vzniku a rozvoje volného času blíže charakterizuje Hofbauer v publikaci *Kapitoly z pedagogiky volného času*:

- Dimenze filozofická – obecné zákonitosti vzniku a rozvoje volného času, poslání a význam pro jedince i společnost.
- Dimenze sociologická – chápání přibližuje společenské a výchovné praxi. Vytváří faktografickou a koncepční základnu, z níž jsou vyvozovány ověřené závěry. Odkud přicházejí podněty, překážky rozvoje, kam ve společenských souvislostech směřuje, jak se rozvíjí uplatnění ve výchově, v kontextu možné periodizace vývoje volného času.
- Dimenze psychologická – jaké pozitivní výsledky v aktivitách a s aktivitami volného času dosahuje z hlediska obsahu míry připravenosti účastníků i skupin,

jaké změny aktivity přinášejí pro rozvoj zájmů, postojů, sociálních kompetencí, jak působí na člověka, jakým směrem stimulují rozvoj osobnosti.

- Dimenze ekonomická – jednak rozvíjí a jednak limituje; je nutné vytvářet a efektivně využívat objektivní podmínky. Prvotně vznikají uvnitř jednotlivých aktivit a institucí (organizace, finance, prostor, příspěvky, granty apod.)
- Dimenze pedagogická – důležitá úloha, volný čas se stal trvalou součástí života společnosti a výchovy, možnosti a význam, projevy také nedostatků z rozporů společenského vývoje, podcenění výchovy, nedostatku pozornosti volnému času. Nutno brát zřetel na pozitivní i negativní vliv, jde o účinné uplatnění získaného poznání ve prospěch společenské a výchovné praxe. Tento přístup je shrnutím i předchozích dimenzí, působení v průběhu zpracovávání výchovných koncepcí a v samotné realizaci sjednocuje. Je zde přechod od teorie k praxi. (Hofbauer, 2010, 50-51)

Společnost je důležitá pro náš volný čas, v ní převážně své volnočasové aktivity prožíváme a umožňujeme také vzájemné vztahy, sociální interakce a nabízí také sociální skupiny. Pávková a kol. (2001, s. 29) uvádí, že existují lidé, kteří upřednostňují samotu a jiní tráví nejraději volný čas v malé sociální skupině a jsou i tací, kteří potřebují rušný společenský život. Faltýsková (2002, s. 17) zdůrazňuje, že volný čas je významný jak z hlediska jednotlivce, tak i v sociální rovině. Existují volnočasové činnosti mající společenský význam, konají se v organizacích, ve skupinách se vznikajícími sociálními vazbami. V některých případech mohou svou aktivitou vytvářet nebo spoluvytvářet hodnoty.

Je zřejmé, že volný čas je úzce spjat s celou společností, která dnes prochází dynamickým vývojem. Život lidí (zejména dětí a mládeže) se rychle mění a dotýká se to také jejich volného času. Z těchto dynamických proměn vychází systémové pojetí volného času. Hofbauer v knize *Kapitoly z pedagogiky volného času* zmiňuje celý systém volného času, který je rozsáhlý, diferencovaný a tvoří významnou součást života dnešního člověka. Součástí jsou podmínky a aktivity nezbytné pro úspěšné a přínosné spontánní i cílevědomé prožívání volného času. Tento systém přispívá k výchově tím, že se zhodnocují volnočasové aktivity prostřednictvím zásad a participací účastníků, je součástí výchovné a společenské praxe a přispívá k rozvoji a kultivaci nejen člověka, ale i celé společnosti. (2010, s. 10-11)

Volný čas je obsažen v různých životních cílech a nelze jej oddělovat. Dnešní lidská společnost je složitý a vzájemně propojený systém. Charakterizuje ji narůstající nespokojenost, nuda, nedostatek pohybu, stres, ztráta tvořivosti a celkové odcizení lidí. Je důležité, aby si jedinci či skupiny našli cestu jak uspokojovat své potřeby a mohli vytvářet pozitivní vztahy ke svému okolí, aby dosáhli psychické, tělesné a sociální pohody. (Pávková a kol., 2001, s. 32-33) Dá se předpokládat, pokud společnost zajistí kvalitní trávení volného času, tak se sníží negativní sociální jednání. Autor Sak (2000, s. 131) poukazuje na systémovou provázanost s danou společností v oblasti obsahu a rozsahu volného času. Každá společnost vyznává určité hodnoty, sociální mechanismy, určité vzorce chování, které jsou spojené s naplňováním volného času.

Rozvoj volného času nabízí nové pokusy o řešení nových otázek, vznikají nové přístupy, jiná pojetí, nové instituce, které se snaží reagovat na konkrétní potřeby a podmínky související s důsledky proměny volného času, který ovlivňuje vývoj společnosti. (Hofbauer, 2004, s. 11-13) V životě moderního člověka volný čas zastává nezastupitelnou úlohu. Před společností stojí důležité úkoly: Vytvářet podmínky a cílené nabídky různých rozmanitých volnočasových příležitostí v průběhu celého lidského života s ohledy na přání a zájmy jedinců a skupin; a učit vnímat volný čas jako pozitivní hodnotu a vést k efektivnímu využívání nabízených možností trávení volného času. (Knotová, 2002, s. 133) Ve společnosti v oblasti socioekonomické probíhají změny přinášející výrazné změny v množství disponibilního volného času. Proces v mnohém ovlivňuje způsob trávení volného času, poptávku, nabídku, oblast zboží a služeb, týkající se volného času. (Pávková a kol., 2001, s. 33)

V dnešní české společnosti je možné najít následující tendence:

- Trávení volného času se diferencuje, naskýtá se široká škála možností (př. matky menších dětí preferují aktivity volného času, které se váží na rodinu).
- Je vyvíjen velký tlak na povinnosti v práci i mimo ni a tím se snižuje objem volného času (př. v rodinách v oblasti péče o děti je mnohem častěji vyvíjen tlak právě na ženy).
- Velká část populace vyhledává nenáročnou a pasivní trávení volného času.
- Stále výrazněji do využívání volného času zasahuje ekonomický faktor, který ovlivňuje způsob, místo a frekvenci aktivit prováděných ve volném čase. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 163-165)

Využívání volného času může mít pozitivní charakter, ale bohužel i negativní. Hodnotové orientaci a funkcím volného času se věnuje následující kapitola.

1.3 Hodnotová orientace a funkce volného času

Volný čas může být využíván jak pozitivně, tak bohužel i negativně. Významný pro volný čas jsou celkové aktivity celých sociálních skupin, ale také jednání jednotlivců. Vlastní volba otevřenost a dobrovolnost k účasti otevírá prostor také k negativním vlivům a tím osoby hodnotovou orientaci volného času zásadně mění. Hofbauer (2010, s. 28) uvádí přístupy, jako jsou nicnedělání, neangažovanost, nezainteresovanost, jako příčina životní nudy, prázdnota a ignoraci vůči nabídkám volného času. V takovémto případě vyvstává požadavek ke zvyšování atraktivity nabídek a posilování motivace. V dalším přístupu se jedná o monotónnost a stereotyp, povrchní a spotřebitelský přístup k aktivitám a institucím, který přináší nahodilý a netvůrčí přístup k možnostem využívání volného času. Nelze jen vyplňovat čas volnočasovými aktivitami, ale nutno sledovat konkrétní individuální nebo společenské cíle.

V souvislosti se zkrácením pracovní doby se objevuje neznámý problém: Jak naložit s volným časem? Zpočátku státní orgány považují volný čas obyvatelstva za rizikový. Začíná se diskutovat jak účelně využít nově vzniklý, vznikají obavy, zejména mladí lidé neumějí zacházet se svým volným časem a zde jsou první kroky vedoucí k pedagogizaci volného času. U nás tento vývoj probíhá v prvních třech desetiletích 20. století. Nelze se divit, že generace vyrůstající v první polovině 20. století vnímala volný čas zejména jako čas, který je určen k obnově sil pro další práci, protože nároky na dovolenou a omezení pracovní doby byly vybojovány pro lepší efektivitu práce zaměstnanců. (Kaplánek, 2017, s. 48-49)

Německý filozof Pieper (1992, s. 16) zmiňuje potíže spojené s využíváním volného času: „*Některé věci prostě děláme, jen když je poznáme jako něco samo o sobě smysluplného, úctyhodného, nutného; nebo je vůbec neděláme. A k takovým věcem patří i volný čas.*“ Hovoří se o „*potížích při využívání volného času; tato diskuse má v sobě opravdu něco zoufalého. Protože chce vlastně přivést člověka do stavu, v němž zakusí volný čas jako něco samo o sobě smysluplného, nutného, úctyhodného. A to je ta potíž. Společnost zde může poskytnout pomoc, ale vlastní věc může vykonat jen jedinec.*“ (Pieper, 1992, s. 16) Pávková a kol. (2001, s. 19) uvádí, že využíváme-li volný čas správně, tak se to projeví pozitivně na našem zdravotním stavu. Oproti tomu Hofbauer

(2004, s. 12) zmiňuje, že volný čas se může projevit jako negativní prostor, který vyvolá životní nudu, nicnedělání nebo případně i nežádoucí jednání.

Volný čas má v životě člověka plnit určité funkce. Dle francouzského sociologa Dumazediera jsou nejčastěji vymežovány tři základní funkce volného času: odpočinek (relaxace) zejména fyzický; sebevzdělávání týkající se kultivace a rozvoje osobnosti; zábava a rozptýlení včetně duševní relaxace. Duffková uvádí (2008, s. 152) ideální situaci, kdy jsou všechny tři funkce rozloženy rovnoměrně, aby byl zajištěn růst osobnosti člověka celkově a všestranně. Ideální může být považován také rozdílný model v případech, kdy se ve volném čase pracující člověk věnuje opačné nebo jiné činnosti než v zaměstnání, kdy je manuální práce kompenzována duševní prací a naopak.

Bůžek (2003, s. 30-31) funkce volného času rozděluje do následujících oblastí:

- Relaxační (odpočinek a částečně rekreace) – více míněno účinnější aktivní odpočinek, zapojení se, ale někdy je třeba i trochu toho sladkého nicnedělání.
- Zábavná a rozptýlující – nutná pro psychické zdraví, jde o uvolnění, osvěžení a pozitivní náladu; formy zážitku podněcují obrazotvornost.
- Vzdělávací a sebevzdělávací – jde o non-formální edukaci, mimoškolní výchovu mimo vyučování. Slouží k rozvoji jednotlivce, kde sám nebo ve skupině z vlastního zájmu jedinec rozvíjí schopnosti, vědomosti a dovednosti.
- Velmi významná je preventivní funkce – jedná se o prevenci sociálně patologických jevů. Problém nastává, když děti a mládež neumějí s volným časem účelně nakládat a sklouznou k alkoholismu, toxikománii, majetkové trestné činnosti nebo i k násilné trestné činnosti.

Funkce charakterizující volný čas odpovídají potřebám jednotlivců a naproti tomu stojí povinnosti, které ukládá společnost. „Nabízí člověku pokušení zbavit se práce nebo možnost osvobodit se od stavů tělesné nebo nervové únavy, které působí proti biologickým rytmům člověka. Umožňuje rekreaci. Nabízí možnost osvobodit se od každodenní nudy, která vzniká z dílčích a stále opakovaných úkolů...dovoluje každému, aby se vymanil ze svých rutinních činností a stereotypů, vnucených fungováním základních organismů, tím, že umožňuje svobodné uplatnění svobodné osobní kultury, která je v protikladu nebo v harmonii s dominujícími hodnotami civilizace.“ (Dumazedier, on line, s. 446).

2 VÝCHOVA, VOLNÝ ČAS A JEHO DETERMINANTY

Výchova a vedení k pozitivnímu trávení volného času by měla dát smysl činnosti dětí a v budoucnu dospělých i v jejich volném čase. Smysluplné využívání volného času, vytváření vhodných podmínek na formování a rozvoj osobnosti. Jde o výchovu dětí a mládeže v jejich volném čase a k volnému času jako osobní a společenské hodnotě. Ve volném čase se do života lidí promítají kladné i negativní jevy. Je třeba rozvíjet pozitivní podněty a řešit vznikající deficity, usilovat o výchovnou účinnost a překonávat složitosti. Výchovné zhodnocování volného času k hodnotnému využívání volného času směrem k pozitivnímu nebo zdravému využívání volného času je důležité.

V dnešní době je času málo a je třeba se rozhodnout, vybrat si čemu dáme prostor. Vzdělání by mělo odrážet reálný života člověka, má také zdokonalit schopnost člověka věnovat se volnočasovým aktivitám. Je nutné jim dát určitou vážnost, aby došlo ke zvýšení kvality života a samotného člověka. Pozitivní trávení volného času by mělo být součástí pozitivního a zdravého životního stylu. Najdeme-li u člověka problém hodnot, pak nastává problém výchovy člověka k hodnotám. Důležitostí výchovy k trávení volného času, aby pro jedince bylo vyžívání pozitivní, účelné a efektivní, se zabývá další kapitola.

2.1 Důležitost výchovy

„Volný čas se v životě člověka i celé společnosti rozšiřuje a uplatňuje rostoucím tempem, rozšiřují se rovněž jeho možnosti a zvyšuje se význam výchovného zhodnocování. Do života jednotlivce i společnosti přináší volný čas četné nové a všestranné podněty významné svým vlivem a dosahem.“ (Hofbauer, 2010, s. 14)

Kaplánek (2017, s. 102) uvádí, že úvahy o výchově je nutné vždy nutně formulovat v závislosti na určitém sociokulturním, politickém či ideologickém, hodnotovém rámci. V knize *Čas volnosti – čas výchovy* Kaplánek polemizuje nad otázkou, zda existuje souvislost mezi volnem, které člověk má k odpočinku, také pro svou realizaci jinde než v zaměstnání, pro své vzdělání a případně pro výchovu. *„Má být volný čas časem svobody nebo časem výchovy?“* (Kaplánek, 2017, s. 11) Jde o chápání svobody a výchovy v kontextu s volným časem jako alternativa anebo jako ekvivalent. Není jednoznačná odpověď, je zde jistá souvislost a vzájemná vazba obou pojetí. Volný čas je cílem výchovy ve smyslu volného času jako určité kvality života. Výchova pro volný čas jako výchova utvářející a rozvíjející schopnosti, dovednosti, motivaci a kompetence

pro hodnotné využívání volného času a účelné, efektivní naplnění volného času. (Kaplánek, 2017, s. 133)

Hofbauer k výchovnému uspořádání uvádí: Výchovné a společensky pozitivně zaměřené uspořádání celého systému vychází zejména z dobrovolnosti účasti. Jde o pozitivní vliv pro utváření aktivní osobnosti dítěte a mladého člověka. Rozšiřuje oblast svobodného rozhodování a důležitá je podpora individuálního rozvoje každého jednotlivce a vytváření předpokladů pro neformální spoluúčast. Důležité je docenění participace dětí a mládeže na společenském životě a vychovávání k zájmu o společnost a veřejně prospěšnou činnost. (Hofbauer, 2010, s. 27)

Volný čas je bezesporu jevem společenským a nelze zapomínat na pedagogický zřetel ve smyslu něčemu se ve volném čase naučit, aby jej člověk uměl dobře využít. Protože nenaplnit volný čas vhodnou činností znamená poskytovat příležitost ke špatnostem. Měli bychom dětem poskytovat nejen svobodu k volnému času, ale i výchovu k volnému času a ve volném čase. Dítě nemůžeme jen tak nechat, aby jednalo podle své vůle, protože by se tím mohlo dostat na nebezpečnou cestu, mohlo by totiž bez citlivých výchovných kolektivů porušovat práva druhých. (Bůžek, 2003, s. 30) Také Faltýsková (2002, s. 17) upozorňuje na zvláštnost volného času dětí a mládeže, kde je důležité výchovné působení a pedagogické ovlivňování volného času, aby se děti správně orientovaly v různých oblastech zájmové činnosti, je žádoucí jejich citlivé a nenásilné vedení a vhodně je motivovat pestrou nabídkou činností, z kterých si mohou dobrovolně vybírat.

Kaplánek (2017, s. 112) uvádí, že podstatou výchovy pro volný čas je napomáhání dětem, mládeži nebo dospělým k získání volnočasové kompetence, respektive klíčových kompetencí k naplnění volného času, jimiž se může rozumět schopnost aktivně využívat volný čas, vybírat přiměřené volnočasové aktivity, utvářet návyky pro udržení zdravého životního stylu, organizovat a řídit vlastní volný čas, odmítnout nevhodné aktivity, ale také schopnost sebereflexe, schopnost vhodně relaxovat, kompenzovat pracovní nasazení vhodnými a kvalitními aktivitami. „*Volnočasovou kompetenci přitom můžeme chápat nejen jako schopnost správně nakládat s volným časem, ale také jako schopnost uspořádat a dobře prožít svůj život.*“ (Kaplánek, 2017, s. 112) Volnočasová výchova nabízí možnosti, které děti buď spontánně využívají z vlastní iniciativy, nebo jim pomáhá zprostředkovat dospělý, sledující konkrétní potřeby účastníků. Z pedagogického hlediska je potřebné hledat cesty jak poznávat, objasňovat aspekty

výchovy z pohledu nejen pedagogů nebo dětí, ale i názorů rodičů na smysl výchovy a vzdělávání ve volném čase.

Jedinec se účastní zájmových aktivit racionálním poznáváním, emocionálními zážitky nebo realizuje volným úsilím v aktivitách podporující sebe sama. Hofbauer, 2010, s. 40-41) uvádí, že podněty, které stimulují, vycházejí z různých zdrojů. Někdy vycházejí od samotného dítěte a jejich spontánně projevujícího zájmu, kdy samo chce poznávat skutečnost a své vnitřní souvislosti, obohacovat svůj život novými zážitky. Jindy podněty přicházejí z prostředí k dítěti. Dále pak může vstoupit volnočasový pracovník, který pomáhá nasměrovat, vyhledávat a probouzet potenciál a rozvíjet již zájmy projevené. Jde o cílevědomou a výchovně zaměřenou práci, která sleduje vztahy účastníků k zájmové činnosti a zejména mezilidské vztahy mezi účastníky samotnými. Podněty k vytváření hlubších a trvalejších vztahů přicházejí od dítěte, od zájmové skupiny nebo kolektivu i od animátora.

Další rozměr výchovného působení je výchova k volnému času, která vychází z předpokladu, že se účastník nepodílí jen na činnostech organizovaných dospělým, nýbrž si ke svému volnému času sám vytváří pozitivní a aktivní vztah a ten si promítá do své praktické činnosti. Učí se rozvíjet vlastní iniciativu při hledání nových možností volnočasových aktivit, aby uměl sám sobě předkládat vhodné nabídky a dle svého rozhodnutí se na nich podílet a přebírat také spoluodpovědnost. „*Aktivní přístup dětí a mladých lidí k času svého života včetně volného času umožňuje osvojit si znalosti, dovednosti a kompetence nejen v určitém konkrétním zájmovém oboru, nýbrž také vzhledem k samotnému volnému času.*“ (Hofbauer, 2010, s. 61) Důležité je rozvíjet zájem o volný čas jako hodnotu života a utvářet pozitivní postoj k volnému času jako k prostředí a potenciálnímu zdroji dalších vhodných aktivit. Předmětem zájmu je zde sám volný čas, způsoby, míra a účelnost jeho realizace. (Hofbauer, 2010, s. 62)

Volný čas a možnosti jeho výchovného zhodnocování již prostoupily život dnešního člověka, jeho nejen denní, ale i celoživotní rytmus. Volnočasové aktivity přinášejí nové dovednosti, návyky, znalosti, ale i důležité sociální vztahy a kompetence, které si osvojujeme specifickými způsoby nejen v rodině. (Hofbauer, 2010, s. 65) „*Je nesporné, že výchova k smysluplnému využívání volného času dětí v rodině, je podmíněna úrovní volnočasových aktivit jejich rodičů.*“ (Darák, 2005, s. 355)

Následuje kapitola, která se zabývá výčtem různých vlivů na kvalitu a způsob trávení volného času.

2.2 Ovlivňující determinanty

Člověk se má od dětského věku učit nejen pracovat, ale také účelně trávit svůj volný čas, a tím čas svého života vyvažovat. Optimum nelze dosáhnout živelně. Na utváření se podílejí různé faktory, které podmiňují rozvoj a využívání volného času. Pávková (2008, s. 32) uvádí, že na kvalitu volného času mají vliv různé faktory politické, ekonomické, sociální, kulturní a stav životního prostředí, které mohou kvalitní prožívání volného času podporovat nebo ztěžovat. Hofbauer (2010, s. 54-55) se na to dívá, více z pohledu vlivu společnosti a její politiky. Na otázku, co ovlivňuje využívání a rozvoj volného času uvádí: Společnost jako celek a její instituce; Organizace svou nabídkou volnočasových aktivit a vytvářením podmínek; Politika možnosti využití volného času dětí a mládeže, zejména politika regulativního systému celospolečenských procesů stanovující cíle, volí postupy k dosažení a mobilizuje prostředky. Působí na celospolečenské úrovni, pečuje o společné zájmy a koordinuje vztahy mezi subsystemy a pomáhá regulaci celospolečenských hodnot v činnosti. Politika se zabývá všemi součástmi systému – cíli, oblastmi působení, aktivitami, metodami a institucemi, účastníky, podmínkami, řízením, personálním zajištěním, výzkumem a ekonomickými podmínkami.

Na formování volnočasových aktivit mají také vliv různá **školská zařízení** (DDM, stanice zájmových činností, školní kluby, školní družiny, domovy mládeže). Mají možnost svou nabídkou formovat a rozvíjet vztah vyrůstajících dětí k pozitivnímu využívání volného času různými soutěžení, příležitostnými akcemi nebo zájmovou činností pravidelného a dlouhodobého charakteru. Volnočasové aktivity se proměňují dle sociálního zrání. Struktura volného času je jiná v předškolním, školním a středoškolském období. Činnosti zanikají a nové se objevují v jednotlivých životních etapách. Kohútová, Almašiová (2016, s. 105) uvádějí, že v procesu socializace u dětí a mládeže je nepopiratelný význam rodiny v oblasti trávení volného času, ale u mládeže již má rodina mnoho konkurenčních prostředí jako jsou školní instituce, instituce v oblasti sportu, kultury, instituce v oblasti občanské účasti v podobě občanských sdružení, spolky, kluby apod. a je tu silný vliv médií a masových komunikačních prostředků.

K využívání volného času je dalším důležitým formujícím faktorem sdružování, jeho podstatou je svobodné rozhodnutí ke vstupu a účasti na činnosti. Jedinci aktivitami rozvíjí své osobnosti, rozvíjí sociální vztahy a osvojují si hodnoty. Základní formu

dobrovolného sdružování tvoří **vrstevnické skupiny**, které jsou podstatnou součástí života a mají důležitý výchovný potenciál. Můžou bohužel působit i negativním směrem, ale vrstevnické skupiny zaměřené pozitivně spolu sportují, hrají si, nacházejí vzájemnou komunikaci a utvářejí své zájmy. (Hofbauer, 2004, s. 98-99) Dále pak dospívající se už neidentifikuje s rodinou, ale jednoznačně s vrstevnickou partou. Pravidla proklamovaná partou mají prioritu před normami světa dospělých.

Prostředí je také výrazným faktorem mající vliv na utváření našeho vztahu k volnému času. Tam kde vyrůstáme, obce, regiony svou nabídkou a podporou ovlivňují formování a rozvoj člověka. Kraus (2001, s. 99, 105) uvádí, že naše obklopující prostředí působí různými podněty, které jsou potřebné pro rozvoj naší osobnosti. Dochází zde ke vzájemnému působení člověka a prostoru. Prostředí vytváří podněty a člověk na ně zpětně reaguje, přizpůsobuje se a také aktivně mění. Vliv prostředí může působit na jednání člověka, může být překážkou nebo naopak ho podpořit, může mít signální funkci nebo přímo jednání formovat. Naše prostředí přináší nové situace a člověk se vyrovnává a adaptuje na různé podmínky.

Dále stále narůstá význam sdělovacích hromadných prostředků (masmédií). Rozvoj nových elektronických technologií přináší nové možnosti komunikace. Zejména děti a mladí lidé díky nim rozvíjejí a uspokojují své zájmy a nové způsoby zábavy jsou inspirovány **masmédií**, která mají výrazný vliv na velké skupiny lidí najednou. (Hofbauer, 2004, s. 128-129) Sak uvádí, že se způsobem trávení volného času jsou stále více spojována média. *„Přirozené prostředí je tak vytěšňováno prostředím mediálním a v dalším vývoji i virtuální realitou.“* (Sak, 2000, s. 165) Média podporují a individualizují rozvoj mezilidské komunikace uvnitř společnosti i mezi příslušníky navzájem. Usnadňují a umožňují přístup k hodnotám kultury a dalších zájmových oblastí. Pro volnočasové aktivity přinášejí informační, obsahové i organizační podněty, pomáhají vytvářet virtuální realitu, spoluvytvářejí názory, postoje a hodnotový systém účastníků. Přinášejí informace místního, regionálního, celostátního, mezinárodního nebo globálního dosahu a významu a probouzejí zájem o uskutečněné nebo předpokládané události. Poskytují také emocionální prožitky a rozvíjejí fantazii. Informují na vysoké úrovni, jindy však působí protichůdně a rozporně. Do volného času dětí a mládeže s rostoucím důrazem vstupují zejména mobilní telefon a internet s pozitivními i negativními důsledky. Již dnes rozšíření uplatnění mobilního telefonu naráží na omezení, limity a zákazy (nemocnice, školy letadla apod.) a byly vyvinuty

rušičky. Lze jen konstatovat, že dnešní technické možnosti daleko překročily možnosti reálného uplatnění a vyžadují jistou regulaci. (Hofbauer, 2010, s. 113,125)

V průběhu posledních dvaceti let dochází k obrovskému rozvoji a nárůstu vlivu informačních technologií na celou společnost. Výrazné společenské změny také napomohly, zkomercializování volného času, dochází ke změnám ve vývoji volnočasových aktivit. Dominantní je televize, mobil, počítač a internet. Pokles je u čtení knih, snížení návštěvnosti v divadlech, pohybové aktivity ve volném čase rodin zaujímají poslední místa. Rodiny tráví volný čas, zejména víkendy, v obchodních centrech také to přispívá ke konzumnímu stylu života. Děti zakrňují emocionálně, ale také fyzicky. Pokles zájmu o četbu a čtenářských návyků ohrožuje také optimální rozvoj dětské osobnosti. (Kraus, 2017, s. 16) Duffková v *Sociologii životního stylu* uvádí jiné negativní charakteristiky přinášející moderní technická společnost, které se mohou podtrhovat a prohlubovat – v moderní době se odcizujeme, ztrácíme svůj smysl života, objevuje se riziko nekonečné spotřeby, která zahání nudu a existence prázdného volného času, jehož pozitivní možnosti nebudeme umět využít. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 155) Pokud jde o média lze u mládeže a adolescentů konstatovat závažné problémy s nezvládnutým volným časem. Častým užíváním redukuje na minimum svá přátelství vznikající i řešící konflikty. Následuje duševní ochlazení tím, že svět není objevován dětmi, ale je již objeven a ony se stávají pasivními diváky. Ohroženy jsou děti, které neprošly osobní zkušeností v prožitém přátelském vztahu. Nedochozí-li v životě k opravdovým mezilidským setkáním, ztrácí smysl a důsledky jsou relativita, nezájem, lehkovážnost a znechucení životem. Děti a mládež jsou bez ideálů a smysluplných setkání s ostatními a prožívají ztrátu vzoru jakékoli duchovní orientace. (Bůžek, 2003, s. 31) Pokud se již v raném dětství zruší tyto vztahové schránky – důvěru v život, v čas, v člověka, ve vřelý vztah, v radost ze života, pak to přináší důsledky v pozdějším životě.

Za posledních dvě stě let se změnil poměr mezi prací a volným časem, kdy volný čas není výsadou pouze společenských vrstev. Práce není vynucena otrockou a feudální závislostí na druhých. A proto je nabytá svoboda práce omezena závislostí na trhu. Činnost se změnila na produktivní práci nebo se sama stala zbožím. Negativní určení volného času se posílilo. Člověk, i když nepracuje, zůstává ve službě produkce svým konzumem. Všudypřítomná **reklama a sdělovací prostředky** pomáhají naplňovat a využívat čas, kdy člověk není v práci. (Kaplánek, 2012, s. 25) Současné uplatnění medií ve volném čase zejména mladších příslušníků společnosti přináší negativní

stránky. Úžasný obsah, ani technická dokonalost nezaručuje pozitivní vyznění jejich působení. U některých jednotlivců se objevuje jednostranné uplatnění a vede k nežádoucím důsledkům. Je otázkou do jaké míry rostoucím působením médií se u některých jedinců probouzí úzkost a stres, nemají-li u svých blízkých oporu a vzor. Prostředí nepodporuje jejich sociální rozvoj a soustavu hodnot, jsou-li ovlivňováni mediálními programy škodlivými informacemi o negativních a nežádoucích jevech a někdy z touhy po senzaci sami vnášejí projevy netolerance, násilí a agrese do mezilidských vztahů. (Hofbauer, 2010, s. 126-127)

Utváření virtuálních názorů a postojů probíhá neuvěřitelnou rychlostí. Nové technologie v sociálních sítích umožňují vznik nového typu sociability a sociálních entit. Dnes není podstatou obsah, ale aktivita, přenášení a sdílení. Sociální sítěmi proudí informace a jedinec svým přijímáním a předáváním potvrzuje, že je „in“, podstata se týká předávání a sdílení informací, ale ne jejich analýza a zpracování vlastními myšlenkovými operacemi (Kraus, 2017, s. 10) Média působí někdy jako přímý nástroj v oblasti volnočasového působení samostatně nebo jako součást působení různých činitelů výchovy či jen jako kulisa, která provází a podmalovává background-pozadí. Je důležité se nabídky médií učit třídit, a využívat pozitivních podnětů a učit se odmítat možnosti sice přitažlivé ale v důsledcích nežádoucí. Chránit se proti možnému manipulativnímu využívání médií a učit se omezovat nežádoucí vlivy. (Hofbauer, 2010, s. 130)

Dochází k zrychlování tempa vývoje poznávání a výchovného zhodnocování volného času současných dětí a mládeže. V současném světě do procesů vstupují individualizace, pluralizace a **globalizace**. Individualizace se týká každého jedince, která vychází z podstaty jedinečnosti, dále pluralizace, která umožňuje společná řešení v dané společnosti a globalizace která se týká rozvoje celé společnosti. Roste význam přípravy a připravenost dnešních dětí a mladých lidí pro vstup do volnočasového prostředí. Nutno reagovat na pozitivní i negativní důsledky globalizace. Je nutné rostoucí význam vlastní participace účastníků. Důraz politiky společnosti na zainteresovanosti, rozvoj a angažovanost osobnosti podporované státem a občanskou společností. Předpoklad vytvářet příznivé personální, organizační a hmotné předpoklady pro jejich činnost. (Hofbauer, 2010, s. 26-28)

Naše zájmové aktivity jsou součástí určitého životního stylu. Kraus (2017, s. 15) k životnímu stylu uvádí, že životní styl je nejvýznamnější faktor, který ovlivňuje celkově zdravotní stav jedince (až z 60 %). U dětí je životní styl dán životním stylem rodiny.

Dále zmiňuje výčet, co se do životního stylu zahrnuje: denní režim, stravovací zvyklosti, pitný režim, pohybové aktivity, spánek tělesná hygiena, duševní hygiena, oblékání a obouvání, způsob trávení volného času, zvyklosti v rodině, úroveň mezilidských vztahů.

Z celého výčtu faktorů, které formují a ovlivňují volný čas, byla záměrně vypuštěna rodina, které se věnuje celá následující kapitola.

2.3 Vliv rodiny jako primární sociální skupiny

Nesporným faktem je, že primární sociální skupinou je rodina, která se zásadním způsobem podílí na formování člověka a je také velmi důležitá při utváření volnočasových aktivit. Ze své původní rodiny si všichni přinášíme základní postoje a návyky a v oblasti formování způsobu trávení volného času rodina hraje významnou prvotní roli. Prvními vzory jsou rodiče. Děti napodobují životní styl rodičů a učí se od nich žít určitým způsobem. V rodině získáváme první zkušenosti s využíváním volného času (dále VČ), který se v různých rodinách liší.

Jedinec potlačuje nebo si volí různé aktivity dle hodnot, životních preferencí na základě modelu a zvyklostí získaných ze své původní rodiny. (Sak, 2000, s. 147) Osobnost člověka a jeho aktivita stejně jako způsob využívání VČ závisí na jeho zkušenostech v dětství. Zkušenosti z vlastní aktivity a seberealizace v rodině jsou úzce vázané na VČ jejich členů. Lze ho považovat za východisko sociálního a kulturního života ve smyslu aktivního učení se, utváření smyslu pro povinnost a zodpovědnost, vnitřní motivaci autentického zážitku z vlastní aktivity. V tomto směru rodina na sebe přebírá velkou výchovnou zodpovědnost, plní ideje, daruje inspiraci, poskytuje první podněty pro smysluplné aktivity dětí. Její úkol spočívá zejména v iniciaci a stimulaci potenciálních vnitřních dispozic. Rodina může rozvinout emocionální dispozice dítěte, jeho vazby k hodnotám volnočasových aktivit. (Darák, 2005, s. 354)

Pro formující se vztah k volnému času je podstatné o jakou rodinu se jedná, zda je malá, velká, otevřená či uzavřená a jaké je zde rodinné soužití. Způsob trávení VČ také závisí na pohlaví a věku rodičů i dětí a jaký je styl rodinné výchovy. Zásadním vlivem jsou nejen zájmy rodičů a jejich vzájemná tolerance, ale také jaký význam zájmovým aktivitám přikládají a jak mnoho finančních prostředků jim věnují. (Pávková a kol., 2001, s. 29-30) Bohatost zážitků dítěte závisí na rodině, která je základem pro připravenost dítěte na volnočasový život v dospělosti. Samotná realizace VČ se odlišuje a závisí na sociálním statusu rodiny, na vztahu k volnočasovým potřebám dítěte a na

životním stylu rodiny. Pro volný čas dítěte by měla rodina vytvářet příznivé podmínky – poskytovat dostatek času; vytvářet motivaci a hodnoty k dosahování cílů; zajistit aktivní účast na plánování a prožívání; poskytnout podněty a informace týkající se prostředí mimo rodinu; zajistit hmotné a finanční potřeby. Cílem je, aby volný čas dětí byl prožíván smysluplně a bohatě, a aby se mohly dobrovolně rozhodnout pod citlivým vedením rodičů. (Hofbauer, 2004, s. 57-61)

Nepodnětnost rodiny se může projevit, jestliže rodiče dítěti nic pozitivního neukážou, nemůže se nic naučit. V rodinách, kdy se scházejí pouze večer, chybí zde společná náplň a volný čas tráví maximálně sledováním televize či videa, jde o ochuzený životní styl, který není pro děti lákavý. Může se stát, že pak hledají zábavu a vzrušení někdy za hranicemi normy přijatelného chování. (Vágnerová, 2005, s. 150) Děti žijí v různých prostředích, plných pozitivních podnětů, ale jsou také vystaveni negativním vlivům, kterým je nutné předcházet anebo je překonávat. *„Nezastupitelná role rodičů je být pro své dítě vzorem v pozitivním i negativním slova smyslu. Rodiny, které neplní své základní funkce s velmi často vyznačujícím nezájmem o to, jak jejich děti tráví volný čas, a nemají sebemenší snahu být jakýmkoliv způsobem jeho součástí.“* (Mihálová, 2005, s. 402)

Kraus se vyjadřuje negativním pohledem na dnešní rodinu následovně: Celkově začínající mladé páry pohlížet na dítě jako na luxus nebo jako na přítěž, snižuje se počet narozených dětí. Život je ovlivněn dezintegrací rodinného života, dítě potřebuje pocit bezpečí, jistotu, místo kde najde porozumění, místo, kde se může svěřit se starostmi a radostmi. Přibývá rodin, kde se členové jen potkávají, nekomunikují, jen si korespondují. Rodina je jen průchozím prostorem a ne místem vyznačující se spoluprací, poskytnutím zázemí v obtížných životních situacích (Kraus, 2017, s. 11). Způsob trávení VČ dětí je významně ovlivněn sociálním prostředím a vlastní rodinou, která ji dává významný základ sociálních vazeb. *„Absence pozitivních sociálních vazeb, lásky a pocitu, že o ně někdo stojí a zajímá se o ně, jsou důležité předpoklady při formování osobnosti a mohou mít velký vliv pro jejich další vývoj a život.“* (Mihálová, 2005, s. 402)

Z důvodů negativních vlivů v oblasti volného času roste význam cílevědomé přípravy dětí v rodině pro adekvátní využívání volného času. Problémy s využíváním volného času jsou především výrazem slabosti osobnosti. Osobnostně slabí jedinci neradi přebírají na sebe zodpovědnost a jen zřídka počítají s úspěchem toho, co dělají. Svůj volný čas vyplňují často pasivními formami činnosti. Naopak osobnostně silné děti

upřednostňují ve svém volném čase aktivní a komunikativní formy činnosti. Dokážou si poradit s problémy ve škole i mimo něj. Nerezignují při setkání s překážkami, jsou schopné začít vždy znova, umějí si dávat nové cíle, které jsou zdrojem jejich optimismu a radosti. (Darák, 2005, s. 354-355) Zájmové činnosti poskytují dětem mnoho podnětů pro vlastní rozvoj vnímání, představivosti, paměti, myšlení a řeči. Rozvíjí osobnost celistvě, působí motivačně i socializačně a podporuje seberealizaci. Vlastními aktivitami si děti obohacují znalosti, rozšiřují obzory a samostatně řeší problémy. (Mihálová, 2005, s. 400) Pro účinnou výchovu dětí pro VČ je podstatné vytvoření dostatečného časového prostoru, který by děti mohli subjektivně vnímat jako čas pro sebe, prostor pro svobodnou a dobrovolnou seberealizaci v rozmanitých oblastech společenského života. Rodina je považovaná za podněcovatele, dárce idejí a impulzů pro vlastní činnost ve VČ. (Darák, 2005, s. 357)

Rodina je velmi důležitým činitelem. Rodiče věci nějakým způsobem interpretují a prožívají, dávají jim určitý význam, vytváří názor, celkový postoj, který významně ovlivní i dítě. Na názorech a postojích rodičů závisí i vznik a rozvoj případných potíží. (Vágnerová, 2005, s. 26) Volný čas a činnosti s ním spojené tvoří zásadní oblast v našem životě. Tyto aktivity dávají našemu životnímu způsobu širší rozměr, pestrost a jeho bohatost. Jedním z důležitých ukazatelů životního stylu je právě způsob využití VČ. Rodinný volný čas se dostává stále na vyšší stupeň našich hodnotových žebříčků. „Problémy spojené s využíváním volného času jsou v zásadě dvojí. Jednak spojené s celkovým nedostatkem volného času a jednak se schopnostmi umět jej využívat skutečně efektivně.“ (Žumárová, 2005, s. 19)

Zajímavostí je, že věkové spektrum účastníků volnočasových aktivit se rozšiřuje. Vstupují do nich i děti předškolního věku a projevuje se zde akcelerace jejich fyzického, psychického i sociálního vývoje, který umožňuje ve snižujícím se věku zvládat náročnější časové, obsahové a volní nároky než tomu tak bylo v minulosti. Je zde otevřen prostor k analýze tohoto vývoje a příčin, který nastal v posledních desetiletích, který přináší nové a náročnější podněty do stále nižšího věku pro rozvoj osobnosti dítěte i proces akcelerace. (Hofbauer, 2010, s. 71) Rodina stále zaujímá významné postavení a v dnešní době zejména matky, které jsou vzorem pro své děti v prvních letech života. Je nutné doceňovat děti a dětství, jejich specifické potřeby a jejich VČ, ale také jejich vzory, od kterých přebírají základní návyky. Rodič je zde v roli průvodce, který upozorňuje na věci, je vzorem, připravuje podněty a umožňuje se

setkat s okolním světem. Ukazuje vlastní aktivitu vychovávanému dítěti, má možnost vytvářet podnětné prostředí, kde aktivita jednotlivce může být podněcována.

Matky předávají dětem svůj přístup k životu, postoj k využívání VČ. Nemělo by vůbec být vnímáno sobecké, že když žena v době rodičovské dovolené vyžaduje naplnění svých potřeb, a okolí by ji mělo maximálně podporovat v dosažení spokojenosti a životní rovnováhy. Uvidí-li dítě, že se matka nevzdává svých zájmů a respektuje vlastní potřeby, naučí se to také. Podstatou je osobní iniciativa o odpovědnost vůči sobě. Darák (2005, s. 358) říká, že rodina může poskytnout základy, východiska, smysl vlastního konání i nečinnosti ve volném čase, jeho využití si však musí každý jedinec najít sám a za něj nést i osobní zodpovědnost.

Následující oddíl se detailněji věnuje ženě na rodičovské dovolené, vlivu tohoto období, hledání rovnováhy mezi povinnostmi, prací a VČ, o snaze k nalezení cesty a dosažení osobní vyrovnanosti.

3 ŽENA NA RODIČOVSKÉ DOVOLENÉ A VOLNÝ ČAS

Volný čas může být naplněn tím, co máme rádi, co nám přináší radost, uvolnění, co nás uspokojuje a baví nás, to co nejen můžeme dělat ale hlavně to co chceme. Pávková (2001, s. 11) uvádí jak obtížné je rozlišit pomyslnou hranici mezi povinnostmi a aktivitami týkající se volného času. Jde-li o povinnosti, tak tyto činnosti vykonat musíme bez ohledu na to, zda chceme či ne, ale nemusí být vždy prožívány nepříjemně. Někdo může určitou činnost vnímat jako povinnost, ale jiný ji může považovat za příjemnou zábavu.

Vlivem aktivity jedince a jeho životních podmínek si každý člověk vytváří svůj individuální systém hodnot a z hlediska volného času je možné zařadit jedince dle toho, jaké hodnoty volnému času přisuzují – pro některé je největší hodnotou práce a volný čas je posuzován jako dokonce něco nesprávného a nevhodného, často se přetěžují a neumí odpočívat bez tíživých výčitek svědomí. Jejich životním posláním je plnění povinností. Naopak někteří jedinci vnímají pracovní povinnosti jako nutnost. Jejich podstatnou a nejvýznamnější životní náplní jsou činnosti konané ve volném čase, někdy se mohou zájmové činnosti stát i povoláním. Ideální stav je, když nedochází ani k podceňování ani přeceňování volného času, kdy dokážeme svůj volný čas a své pracovní i jiné povinnosti dát do rovnováhy. V životě mají obě oblasti své místo a jsou stejně významné. (Pávková a kol., 2001, s. 28-29)

Příchodem miminka do rodiny ženy-matky změní své životní priority a zejména své hodnoty. Čím jsou děti starší, tím jsou náročnější a čas ženy pro sebe mají méně a méně. Mateřství zcela změní hodnoty, přesto, že před mateřstvím se ženy běžně věnovaly svým potřebám a zájmům, po porodu ve většině případů poslechnou svůj mateřský hlas a plně se zaměří na své dítě. Zanedbávají pak sebe samu s myšlenkou, že se ke svým koníčkům vrátí později, až děti odrostou. I když se žena před tím než se stala matkou, běžně zabývala svými potřebami, tak po narození jí instinkty novopečené maminky zaměří na dítě a to téměř bezvýhradně. Samozřejmě své potřeby nezanedbává úmyslně. Bohužel, když se stane matkou, nemá mnoho možností, aby se zabývala sama sebou. Péče o dítě zabere téměř všechnen čas a mateřství také výrazným způsobem změní žebříček hodnot téměř ve všem, čemu se žena věnuje a co ji uspokojuje.

Být dobrou matkou je pro mnoho žen tak podstatné, že mají pocit rozpolcenosti, zdali před vším ostatním dát přednost povinnostem. Vnitřní hlas říká, že není nic důležitějšího než povinnosti spojené s péčí o dítě a přicházejí tendence jim dát přednost,

i když žena vnímá, že by se raději věnovala činnostem, které nemají žádnou souvislost s dítětem. Je zde lehké sklouznout k tomu, že potřeby matky budou vždy na seznamu až na tom posledním místě. Marksová Tominová (2009, s. 9) uvádí, že matka věnující se pouze svému dítěti a na všechno ostatní rezignuje (kromě vaření a nezbytných domácích prací), zdaleka nejlepší matkou být nemusí. Je zde nebezpečí, že se příliš přehnaně zaměří na dítě a uškodí tak nejen sobě, ale i vztahu s otcem svého dítěte, ale i samotnému dítěti.

Ženy-matky v dnešní hypermoderní době se potkávají se závažnými riziky. Nejzávažnější riziko je mýtus mateřství. Ženy mohou být přesvědčené, že mateřství je skutečným posláním jejich života a neumí si bez něho představit své sociální fungování. Často svoji roli matky pečovatelky, považují za prioritní ve svém životě. Považují své mateřství za nevyhnutelnou součást svého života, něco co je přirozené, samozřejmé a logické. Toto chápání mateřské role může vést k negativním důsledkům zejména ve vztahu k samotným matkám, které se tímto smýšlením odsouvají na okraj společnosti a izolují se. V konečném důsledku to může mít neblahý vliv na jejich mateřské sociální fungování. Rodové stereotypy a nefunkční představy o ideální ženě, mohou vést k deformaci péče matek o sebe. Může to negativně působit i na jejich mentální a fyzické zdraví, která je při výchově a péči o děti podstatná. Dalším rizikem je společenský tlak na roli matky, který může vést ke kolizi v nevykonávání rolí ženy jako matky, manželky, zaměstnankyně. Tato velká zátěž může být spojena s pocity viny, mateřskou nekompetencí, která negativně působí na sebevědomí a sebejistotu žen, na vnímání svého sebe-obrazu. (Pížová, Balogová, 2016, s. 135)

Rodičovská dovolená je období, kdy ženy potřebují podporu a jsou odkázány na pomoc a kooperaci okolí. Když si chtějí udělat volno, musí si domluvit hlídání a zajistit péči o své dítě. Někdy ani o nějakém volnu neuvažují, ani je nenapadne, že by mohly vůbec chtít a mít nějaké vlastní potřeby. Těší se na dítě, myslí jen na něj, maximum času věnují jen dítěti a o nějaké jiné činnosti se nestarají. O rodičovské dovolené (dále RD) pojednává následující kapitola, která se věnuje srovnání RD v České republice (dále ČR) s vybranými státy, komparuje délku, nastavení rodinnou politikou a také nastiňuje sociální stereotypy, se kterými se ženy v ČR na rodičovské dovolené potýkají.

3.1 Nastavení rodičovské dovolené a její vnímání

Jde vůbec o správné označení „dovolená“? Jisto jistě ji žádná žena za dovolenou nepovažuje. Existují milné představy, předsudky, nemístné poznámky přicházející od

okolí nemající přímou zkušenost s tímto obdobím, a milně se domnívají, žena na RD má spoustu času. Naopak je toto období pro ženu plné nároků a změn, jde o velmi náročné období naplněné spoustou práce. Na neadekvátnost používání pojmu „dovolená“ v souvislosti s rodičovskou prací a péčí poukazuje také Křížková, říká že, „jde o neuznání a devalvací hodnoty tohoto období rodičovství v naší společnosti, které je jako takové dokonce uzákoněno. Legislativa a praxe označení tohoto institutu by se měla v České republice změnit.“ (2007, s. 16) Pojem dovolená evokuje nicnedělání, oddych či provádění dobrovolných činností, které člověk chce. To se nedá tvrdit o situaci, která se týká rodičovské dovolené. Mnozí z rodičů, kteří mají tu zkušenost, ať už šlo o ženu či muže, dospěli k závěru, že o žádné dovolené nemůže být zkrátka ani řeč, protože toto období je náročné časově, fyzicky i psychicky. (Maříková, 2008, s. 76)

Názory na délku období rodičovské dovolené se různí. V některých zemích je trvání rodičovské dovolené omezeno pouze na několik týdnů či měsíců, např. Velká Británie a Kypr (13 týdnů), Dánsko (52 týdnů), Švédsko 480 dní, Belgie, Irsko a Nizozemí (3 měsíce), Řecko (3,5 měsíce), Lucembursko (6 měsíců), Itálie (10 měsíců). V některých zemích je délka rodičovské dovolené i několik let např. Německo a Slovinsko (1 rok), Rumunsko a Rakousko (2 roky), Polsko, Litva, Malta, Španělsko, Francie, Maďarsko, Estonsko a Slovensko (3 roky). Nejdéle je možno rodičovskou dovolenou čerpat v Česku (4 roky). (MISSOC ANALYSIS 2008, online)

Vliv na počátky mateřství nemá jen délka RD. Dělbá rolí v rodině je do značné míry založena na sociálních stereotypch, a méně se zde projevují osobní preference aktérů a nové netradiční modely. Rodině se více věnuje žena a dává jí většinou přednost před prací, muž naopak více než žena věnuje svou pozornost práci, někdy i na úkor rodiny. V rané fázi rodičovství ženy-matky více podporují tradiční rozdělení rolí, než je tomu v pozdějších fázích, kdy jsou děti starší nebo již nejsou na rodičích závislé. Tradiční přístupy a stereotypy dělby rolí mezi muži a ženami charakterizují i jejich vztahy. (Sokačová, 2006, s. 7)

Významný vliv na mateřství mají systémy podpory péče dětí od státu a jsou v různých státech odlišné. Souvisí to i s celkovým vnímáním veřejnosti systému rodičovské dovolené a také role žen v tomto období. V různých státech se od sebe systémy liší. Pro srovnání jsou zde uvedeny detailněji tři příklady Francie, Španělsko a Německo ve vztahu k České republice.

Francie – zde téměř vždy kvůli narození dítěte přerušují práci ženy a konkrétní podoba přerušování zásadním způsobem ovlivňuje jejich profesní dráhu. To jaké to bude

mít pro zaměstnankyni důsledky, závisí na délce přerušení. Zejména manažerky vůbec nevyužívají rodičovskou dovolenou a zůstávají s dítětem doma jen v době mateřské dovolené případně dovolené, která se pojí s porodními komplikacemi, kterou lze prodloužit o svou řádnou dovolenou, která je dle délky praxe v podniku asi 8 týdnů. Ženy zde běžně zůstávají doma přibližně do čtvrtého až šestého měsíce věku dítěte. Toto krátké přerušení práce nemá závažné důsledky pro návrat na původní pozici ani pro kariérní postup. Ženy v dělnických pozicích, na nízko kvalifikovaných postech opouští práci na delší dobu. Možnost je 3 roky. Délka přerušení zaměstnání závisí na typu práce a na pracovních podmínkách, umožňující nebo neumožňující brzký návrat do práce. Délka přerušení zaměstnání je závislá na zastávané pozici ve firemní hierarchii. (Křížková, 2007, s. 57)

Ve **Švédsku** mají dohromady rodiče nárok na 480 placených dní rodičovské dovolené, ale ideálně na 240 dnů pro každého. Při narození vícečart na každé další dítě dostávají navíc 180 dnů. Existuje rodičovská kvóta, kdy šedesát dnů je určeno výlučně pro každého z nich. Tato minimální doba musí být vybrána každým z rodičů, jinak nárok na čerpání propadne. Je to doba, která je nepřenositelná na někoho jiného. Tato šedesátidenní období je označováno jako „daddy months“ nebo „father’s quota“, protože muži bývají s dětmi podstatně méně než ženy. Rodič tuto dobu může využít do 8 let věku dítěte. (Křížková, 2007, s. 66)

V **Německu** se doba ochrany matky vztahuje na všechny ženy-matky v jakémkoliv pracovním vztahu (ne na adoptivní). Po mateřské může žena nastoupit na rodičovskou dovolenou nebo také muž dnem porodu, mohou ji čerpat v délce tří let. Kompletní délka může trvat až 14 měsíců s tím, že jeden z rodičů stráví s dítětem 12 měsíců, druhý pak 2 měsíce. Faktem ale je, že není pro druhého povinnost 2 měsíce vyčerpat. Plno otců proto 60 dní nechává spíše propadnout. Dnes je to asi 5% mužů. Důvodem nemotivovanosti mužů k péči a především kvůli dlouhé době rodičovské dovolené se více než 40% žen ze západního Německa a 22% žen z východního po rodičovské nevrátí na svou původní pracovní pozici, protože dochází k problémům s re-integrací žen zpět do pracovního procesu. Oba rodiče mohou až 1,5 roku čerpat rodičovskou současně a 12 měsíců z rodičovské lze s přerušením čerpat až do 8 let věku dítěte. Mají zde zákon o částečných úvazcích, kde má zaměstnanec právo u podniku s více než 15 zaměstnanci a trvání práce více než půl roku žádat o poskytnutí pracovní možnosti částečného úvazku (20 hodinová týdenní pracovní doba). (Křížková, 2007, s. 26-28)

Výše uvedené informace vycházejí z případových studií, které srovnávají ČR se zahraniční pobočkou. Tyto čtyři země ČR, Německo, Francie a Švédsko lze rozdělit do dvou typů. U jednoho (týká se ČR a Německa) je nastavena rodinná politika státu tak, že vyřazuje ženy po narození dítěte z trhu práce dlouhou rodičovskou dovolenou a nedostupností veřejných zařízení péče o nejmenší děti. Také jsou zde silné genderové stereotypy péče, nejsou příliš podporováni muži v zapojení se do péče o děti. Druhý typ (kam lze zařadit Francii a Švédsko) dlouhodobě podporuje zaměstnanost žen, mateřskou a rodičovskou dovolenou nastavuje na výrazně kratší dobu asi jednoho roku s výraznou finanční kompenzací. Spolu s dobrou rozvinutou sítí zařízení péče o nejmenší děti tak ženám poskytují možnost se brzy vrátit do zaměstnání. Ve Švédsku rodinná politika výrazně podporuje muže, aby se účastnili péče o děti, a velký podíl mužů využívá rodičovskou dovolenou. Politiky těchto dvou států (více ve Švédsku než ve Francii) jsou postaveny na konceptu pracujícího rodiče. V ČR a Německu je sociální politika více založena na principu subsidiarity, vzájemné závislosti členů rodiny a v domácnosti podpory genderové dělby práce. (Křížková, 2007, s. 85-86)

Z výše uvedených informací vyplývá, že jsou velké rozdíly v různých státech a nezáleží jen na délce a podmínkách mateřské či rodičovské dovolené, ale významný vliv je v nastavení rodinné politiky a zejména ideologii mateřství určující standard pro potřeby dětí. Jde o nepřerušovanou přítomnost ženy-matky v zaměstnání nebo délka využití rodičovské dovolené, ale ta nemusí být plně využívána, jak je tomu běžné ve Francii u žen zaměstnaných ve vyšších pozicích.

Nastavení je v Čechách a ve Francii diametrálně odlišné. V obou zemích existuje přesná představa, co znamená být dobrou matkou a je to považováno za univerzální. V případě dodržování standardu běžného pro Francii by v Čechách znamenalo, že dítě je zanedbáváno a žena by mohla být označena jako „krkavčí matka“. Výrazný rozdíl je ve Francii v nastavení široké kvalitní nabídky služeb péče o děti, která je společností vnímána jako důvěryhodná. Pro manažerky v ČR není výběr služeb v oblasti péče o děti a musí počítat s využitím placené soukromé péče. Navíc se tyto ženy potýkají s předsudky okolí v případě ukončení rodičovské dovolené třeba v 15 měsících, což je pro Francii běžné. (Křížková, 2007, s. 88)

Chodit do zaměstnání a mít dítě mladší než tři roky je v České republice zatím spíše výjimečné. Těmto ženám se může stát, že je jejich okolí označí za „krkavčí matku“. Ženy-matky vracející se do zaměstnání dříve nemusí zrovna být bezohledné kariéristky. Jejich brzký návrat může být spojen s udržením pracovního místa pro budoucnost nebo

v případech zajištění materiální potřeby. (Marksová Tominová, 2009, s. 78-79) Mnoho českých rodin je stále závislá na dvou příjmech, a také spousta žen jsou svobodné nebo rozvedené matky, matky samoživitelky. Křížková (2007, s. 59) v sociologické studii podmínek rodičovství v podnikovém prostředí v mezinárodním srovnání uvádí, že v ČR jedna z manažerek zůstala doma s dítětem po dobu patnácti měsíců, a pak se na žádost svého přímého nadřízeného vrátila. Manažerka tuto dobu osobně hodnotila jako dostatečně dlouhou, ale poukazovala na to, že musela čelit negativnímu sociálnímu tlaku. V našem českém prostředí ze strany svého okolí (zejména žen) se musela potýkat s negativním hodnocením, protože nesplnila kulturní normu „dobrého mateřství“, jež v ČR velí zůstat s dítětem doma alespoň do jeho tří let věku dítěte.

Pro ženy ve Francii je daleko snazší najít rovnováhu mezi - být dobrou perspektivní zaměstnankyní a být dobrou matkou. Kombinace práce a rodiny pro ženy ve Francii znamená hledání rovnováhy mezi oběma sférami a obě jsou hodnoceny stejně důležitě. Naopak české ženy více dávají přednost rodině před prací a negativně vnímanou kariérou. Pokud se zachovají jinak, než se zde od matek malých dětí očekává, často se musí vyrovnávat se silným psychickým tlakem. Klíčová je zde role jejich partnera, nakolik se do péče aktivně zapojuje, ale zejména jak svou partnerku jako matku a partnerku hodnotí, co od ní očekává a vyžaduje. (Křížková, 2007, s. 57) Evropská zkušenost je jednoznačná: *„skutečná rovnost mezi muži a ženami začíná především doma a vede k ní cesta přes stejný podíl na zodpovědnosti mužů a žen za péči a starost o děti a rodinu.“* (Špidla, 2008, s. 13) Většinová společnost stále vychází z tradičního pojetí rodiny, kde muž pracuje a je živitelem rodiny, zatímco žena je doma a stará se o děti a rodinu. Tento archetyp nemá žádnou reálnou oporu, ale u většiny evropské společnosti ještě stále přežívá. Hlavním problémem je, že v mnoha evropských zemích stále ještě dominuje tradiční kultura vnímající ženu převážně jako „strážkyni domácího krbu“. (Špidla, 2008, s. 17)

Po roce 1989 Česká republika opustila některá opatření v rodinné politice, která podporovala zaměstnané rodiče. Prodloužila se rodičovská dovolená a byla zrušena široká síť jeslí. Ženy byly vyřazeny na dlouhou dobu z pracovního procesu. Problém českého pracovního trhu je, že zde není dostatečná zákonná opora pro práci z domova a zejména zcela chybí podpora zkrácených úvazků. Proběhly také legislativní opatření týkající se rodinné politiky a pracovního trhu v souvislosti s ochranou zaměstnaneckých práv a zrovnoprávnění otců k přístupu k RD zavedením možnosti využívání a čerpání rodičovské dovolené pro oba rodiče.

Z této kapitoly je patrné, že RD je ovlivněna nejen její délkou, ale zejména rodinnou politikou, mimo jiné zda dochází k výrazné podpoře účasti mužů na péči a výchově dětí nebo se raději pěstují předsudky a dlouholeté stereotypy zaběhnuté v naší společnosti. To co je v jiné zemi chápáno jako běžné, v našich podmínkách je vnímáno negativně. V souvislosti s výše uvedeným výčtem mají ženy-matky ČR nelehkou výchozí pozici pro prosazení si v rámci RD svůj volný čas. Celodenní péče o dítě jim nedovoluje dimenzi volného času využívat jen sama za sebe, ale jsou zcela odkázány a závislé na svém okolí a okolnostech daleko více, než kdokoliv jiný v jiných životních situacích. A mimo jiné i proto, že se to od nich očekává. Následující kapitola se zabývá náročností mateřství, negativními pocity na RD a snahou sloučit povinnosti a volný čas v rané fázi rodičovství.

3.2 Sladění mateřství, povinností, domácnosti a volného času

Ve spojení s volným časem je možné vnímat negativní pocity – nemám žádný volný čas, mám velmi málo volného času, nejsem spokojena s trávením volného času apod. Zejména v období mateřské nebo rodičovské dovolené mohou ženy vnímat, že se jim času nedostává na své povinnosti a natož ještě vyšetřit nějaký volný čas jen pro sebe. Podstatné je zajistit si nebýt v tom sama. Pokud ženy-matky opustí všechny své potřeby, koníčky a zájmy, ukončí kontakty se svými přáteli, opustí vše, co doposud dělaly a zaměří se jen na péči o domácnost a dítě, po nějaké době intenzivního mateřství mohou pociťovat osamění a prožívat stavy odtržení od okolního světa. Ženy pak mohou přemýšlet o tom, jestli jim v životě něco nechybí, zda vše – své osobní potřeby, životní cíle, zcela nepodřizují miminku.

Podstatný úkol je zorganizovat si zájmy a proti tomu povinnosti tak, aby žena získala jistotu, že každé části dává tolik času a pozornosti, kolik si zaslouží. Některé situace se musí řešit okamžitě. Například, pokud jde o krmení či přebalování, žena se může rozhodovat jen v tom, kdo ty činnosti bude provádět. Neustále je nutné dělat potřebná rozhodnutí, co je relativně důležité a co nikoliv. Ve většině případů není matka na rodičovské povinnosti sama, a nemusejí matky určité věci dělat jenom proto, že je dělala odjakživa. Je nutné probrat s partnerem povinnosti týkající se chodu domácnosti, péče o dítě, zaměstnání a všeho potřebného, a domluvit se, jak se o to podělit. (Gurrentz, 2003, s. 32-33)

Některé matky na rodičovské dovolené prostě nevydrží a musí dělat ještě něco jiného a neznamena to, že jsou krkavčími matkami. Marksová Tominová vyznává heslo,

že „*spokojená matka znamená spokojené dítě, zatímco frustrovaná matka svou nespokojenost nejspíše přenesse i na ně.*“ (2009, s. 82) Dítě trávicí s matkou omezený čas, může být daleko spokojenější než to, které tráví s otrávenou nespokojenou matkou celé dny. Pokud najde žena uspokojení a naplnění v péči o dítě, je to v pořádku, stejně jako, když hledá ještě něco jiného. „*Krkavčí matka je ta, jejíž dítě nějakým způsobem trpí. Ne ta, která kromě péče o dítě zvládne i něco jiného.*“ (Marksová Tominová, 2009, s. 83)

Vychovávat pro volný čas také znamená pomáhat k dobrému životu, k životním hodnotám a smyslu života. „*Jedná se o to naučit se uspořádat svůj čas, zvládnou všechno, co chci, ale zejména vybírat si, co je dobré pro mne chtít.*“ (Kaplánek, 2017, s. 112) Je vždy nutné zvážit, co chci stihnout a čemu se nebudu věnovat. Saundersová (2007, s. 157-158) uvádí, že chtějí-li ženy být báječnými matkami, klíčovou věcí je, aby se pokusily o překonání překážek zdající se nepřekonatelné. Mít všechno je mýtus, ale není důvod, proč by si nemohly dopřát malý kousek toho, po čem touží. Usilují-li o to být dobrou matkou, respektovanou pracovnící a ještě mít pravidelně chvíli času pro sebe, není důvod, proč by tomu tak nemělo být. Dále radí, za žádných okolností nepodléhat pocitu provinění, že dělají něco nepatřičného. Investovat do sebe - na tom není absolutně nic špatného.

Ženy, které byly aktivní před rodičovstvím při narození dítěte stěží na všechno, co dělaly, zapomenou. Brzy jim aktivity začnou chybět. Pokud si to matka uvědomí, je částečně vyhráno. Špatné je, když vše kromě dítěte odsune do podvědomí, a pak pociťuje rostoucí nespokojenost a neví, z čeho pramení. „*Frustrace maminek na mateřské a rodičovské dovolené je dnes poměrně častým jevem.*“ (Marksová Tominová, 2009, s. 9) Aktivní ženy si nejvíce odpočinou, když se můžou něčemu věnovat. Novopečená maminka si musí vytvořit rovnováhu mezi aktivní činností, aby uspokojila svou potřebu, a odpočinkem, který tělo velmi potřebuje. Ve chvíli volna od mateřských povinností, je nutné velmi dobře zhodnotit, co je důležité a co ne. (Gurrentz, 2003, s. 23) Každý člověk osobně, by měl sám nejlépe vědět, co mu vyhovuje, jak nejlépe relaxovat, jak si odpočinout od každodenních povinností a jak si také najít cestu a udělat si čas sám pro sebe.

V některých případech nemusí jít jen o boj mít volný čas, ale může jít také o oblast týkající se brzkého návratu zpět do svého zaměstnání, ať už jsou důvody jakékoli – kariéra, vlastní seberealizace či nutnost z nedostatku finančních prostředků. Marksová Tominová (2009, s. 7-9) k brzkému návratu žen z rodičovské dovolené uvádí:

Realizovat se v zaměstnání a zároveň mít rodinu si musely ženy vybojovat. Toto právo jim po celá staletí bylo oficiálně odpíráno. Ty, které provozovaly vlastní živnost nebo se věnovaly vlastní práci v oboru, se většinou neprovdaly. Bohužel v naší zemi ani dnes (na rozdíl od západní Evropy), není samozřejmé, že matka s malým dítětem chodí do zaměstnání. Jsou matky, které se chystají vrátit do svého zaměstnání dříve, než je u nás obvyklé. A jistě se najde řada lidí, která na to bude poukazovat. Nutno si však uvědomit, že každý je jiný individuální a nelze nikoho soudit. Máme jiné vlastnosti, zájmy a potřeby. Existují matky, které jejich práce baví, ale je také řada žen, které do zaměstnání prostě musí. Může se ocitnout sama s dítětem bez finančních prostředků i matka, která si naplánovala zůstat na rodičovské dovolené několik let a z existenčních důvodů do práce prostě musí. Pížová, Balogová (2016, s. 135) uvádějí, že v období mateřství se objevuje riziko nedostatku finančních prostředků, je to pochopitelné. Manželský pár přechází z modelu dva platy pro dva na model jeden plat pro tři nebo čtyři. Je zde také rozpor s přáním trávit čas společně jako rodina včetně muže, na kterého je delegovaná zodpovědnost za materiální zabezpečení rodiny. Může to negativním směrem ovlivnit vztahy v rodině a vést i k rozpadu.

Naše povinnosti a práce jsou stejně důležité a potřebné jako aktivní a pozitivní využívání našeho volného času. Selucký o této skutečnosti uvádí, co je smyslem života. Není to ani spotřeba ani práce, ale život sám. Je důležité vyvažovat mezi prací a zábavou, mezi povinnostmi a požitky, mezi podřízením se práci a svobodou ve volném čase. (Selucký, 1966, s. 115) Je nutné vytvoření životní rovnováhy.

Vše se týká osobního přístupu a vlastní volby. Gurrentz (2003, s. 23) uvádí, že je zcela normální, že matky myslí na dítě i v době, kterou si ukradly jen pro sebe. Zejména pro novopečené matky se nedaří odpoutat od svých dětí. Je nutné si zvyknout či oprostít se od pocitu, že by měla dělat něco jiného a ne se věnovat sobě. Dítě poroste a zvyknete si na to, že chodíte pryč bez něho, a při návratu to bude zase ta žena jen bohatší o pocit zodpovědnosti za dítě, které je tu na celý život. Z pohledu opačného, se ženy také musí smířit s tím, že je nutné vzdát se některých osobních věcí a spoustu času je nutné trávit s dítětem.

Některé ženy zjistí, že celkový čas strávený se svými ratolestmi – různé společné aktivity, trávení času s rodiči, kteří mají také malé děti, je opravdu naplňuje a uspokojuje. Při zajištění péče o dítě je více než samozřejmé, že matky musí automaticky změnit pořadí hodnot. Ale je nutné dát si pozor a je žádoucí, aby vedle času věnovanému dítěti zbyl také prostor pro své vlastní koníčky, zájmy, záliby, potřeby.

V knize *Nová generace* (Stašová, Slaninová, Junová, 2015 s. 16-17) se říká, že v průběhu počáteční socializace v rodině svět významných druhých dítě přijímá jako jediný možný, jediný existující a sociální realita, se kterou se dítě vnitřně ztotožňuje během své primární socializace je „*vtisknuta do vědomí jedincem mnohem pevněji než cokoliv dalšího.*“ (Stašová, Slaninová, Junová, 2015 s. 16) Jedinec pak na základě toho považuje zvyky, normy a hodnoty za normální a obvyklé. Dítě se učí propojovat emoce s určitými událostmi a cíleně rozvíjet úspěšné chování. Jedinec vidí ve svém okolí vzory a přijímá jejich postoje. Proto je důležité, aby se také ženy-matky věnovaly sami sobě, protože v prvních letech života děti sledují druhé, pozorují matku, která na ně působí jako příklad, je jejich vzorem, jejich ideálem.

Pro mnohé ženy je velmi náročné a nedaří se jim odpoutat od svých dětí, oprostít se od pocitu musím dělat něco jiného a nemohu se věnovat sama sobě. Podaří-li se, že se žena-matka věnuje svým potřebám, i kdyby v minimálním množství, bude to pro malého vyrůstajícího jedince vzor, norma, běžná věc, dítě si na to zvykne a oba, jak žena, tak dítě budou o tuto zkušenost bohatší na celý život. Následující kapitola se zabývá potřebami žen na rodičovské dovolené a možné způsoby nalezení cesty jak jich dosáhnout.

3.3 Cílená starost o vlastní potřeby a nalezení cesty

Jedincův životní způsob odráží jeho život prožívaný i v jeho volném čase, a to i jako postoj ke svému zdraví jako celkově dobrému subjektivnímu pocitu, jako harmonii tělesné, duševní, sociální i duchovní složky. Zdraví je předpokladem šťastného života a zdravý životní způsob umožňuje jedinci své zdraví zachovat. Výchovná pomoc při hledání orientace a smyslu života by měla sledovat i odpovědnost za své zdraví. (Bůžek, 2003, s. 29) Také Pávková zmiňuje, že volný čas nabízí spoustu příležitostí věnovat se různým činnostem, které odpovídají našim zájmům, hodnotám, potřebám a podporuje celkovou pohodu a zdraví. (Pávková a kol., 2001, s. 32) Pro život prožívaný i v období mateřské či rodičovské dovolené je důležité uvědomění si vlastní odpovědnosti žen-matek za své zdraví a důležitosti výchovného působení na své děti od útlého věku.

Zde se to týká vlivu rodinného prostředí. Existují tři způsoby, jak dobře ovlivnit chování dítěte. První způsob je vlastní příklad, druhý způsob je vlastní příklad a třetí je překvapivě zase vlastní příklad. Vyplývá z toho, že dospělý nejvíce vychovává ve chvíli, kdy si myslí, že nevychovává. Podstatou výchovy není to, co se říká, ale zejména to co se dělá. Právě vlastní chování a jednání vychovatele je daleko účinnější než snaha

o argumenty, odrazující příklady, rodičovské intervence. Utváření vychovávaných je naše vlastní chování, je dobré, když vidí, jak rodič řeší obtíže, jak se raduje a jak to dělá, když něco nezvládá. (Dobrý pěstoun, 2018, s. 238-239)

Jedinec svými aktivitami a zájmy navazuje na celou společnost a zejména na životní způsob a hodnoty své rodiny. Děti a mládež nejsou tak silně zakotveni ve svých sociálních rolích jako dospělí. Jsou schopni se věnovat širšímu spektru zájmových aktivit. Ale u dospělých tomu už tak není, dochází k vyhranění a redukci zájmů. (Sak, 2000, s. 133) S ohledem na tuto informaci dá se konstatovat, že na rodičovské dovolené jde o redukci již redukovaného. Zejména v období mateřské a rodičovské dovolené dochází k výraznému omezení, redukci či zcela pozastavení osobních zájmů a volnočasových aktivit.

Cestou je se dívat na život jako na celek a zhodnotit co je důležité a podstatné. Důležité je si uvědomit, že nelze stihnout všechno. Ženy musí být ochotny změnit svůj postoj ke všemu, co nesouvisí s mateřstvím, aby se zbavily rušivých vlivů a mohly se těšit z toho, co dělají. Nutno se zamyslet a snažit vyloučit některé z povinností nebo najít zjednodušení. Zamyslet se nad běžnými domácími pracemi, zda může někdo pomoci, zda se najde něco, co lze odložit na pozdější dobu. Není nutné mít špatný pocit z důvodu neuklizeného bytu. Přes všechny povinnosti, by matky neměly zapomínat na odpočinek a zábavu, a zabudovat do svého denního či týdenního rozvrhu určitý čas vyhrazený pouze sobě. Jak jej bude trávit, záleží jen na samotné ženě. (Gurentz, 2003, s. 34) Ženy na rodičovské mohou být často podrážděné, řešit nespravedlnost, že kvůli dítěti zcela opouští všechny své koníčky případně zaměstnání, a muž se nadále věnuje všemu, co mám rád. Snaží si nic nevyčítat a své pocity držet v sobě. Mohou vnímat, že je přece v pořádku starat se o dítě, mateřská dovolená je od toho, aby dětem věnovaly veškerý svůj čas, myslet na sebe je přece sobectví hraničící s nedostatkem lásky k dítěti. Také se mohou stydět mluvit o svých pocitech, negativním vnímání, o svých nejobyčejnějších přáních.

Pokud se žena chce cítit spokojená jako matka i jako člověk a chce opravdu najít rovnováhu mateřských povinností se vším ostatním, čemu se chce věnovat, pak se musí vědomě postarat o své vlastní zájmy a potřeby i v tak náročné době, jako je péče o dítě. Je nutná kontrola priorit, naplánovat činnosti pro odpočinek a uspokojení, a musí najít realistický pohled na realitu, co je možné uskutečnit a co nelze zvládnout. Mateřství by mělo být úžasnou součástí našeho já, ale nemělo by matku pohltit celou. Měla by si

vyčlenit energii a čas pro jiné oblasti svého života, a cíleně si tuto energii a čas sama vytvořit, jinak ji pravděpodobně nezíská. (Gurrentz, 2003, s. 29)

Kvůli tomu, že je tu miminko, o které je nutné pečovat, by se neměla matka přestat starat sama o sebe. Je nutné se věnovat činnostem, které utvářejí její vlastní identitu - scházení se s přáteli, chození do společnosti. „*Stát se matkou neznamená přestat být tím, kým jste doposud byla, a vzdát se toho, co je pro vás důležité. Znamená to ale, že někdy se musíte více snažit, abyste svoje potřeby uspokojila.*“ (Gurrentz, 2003, s. 36) Není důležité, na co se matka po narození miminka zaměří – udržování koníčků, brzký návrat do zaměstnání, nebo začne dálkově studovat. Marksová Tominová radí: „*Každopádně dělejte něco, co s vaším dítětem vůbec nesouvisí – i když to třeba bude jen jednou týdně.*“ (2009, s. 11) Dále uvádí, proč by se matky v době rodičovské dovolené měly zabývat i něčím jiným než péčí o dítě, aby nebyly duševně frustrované, a také jde o udržení alespoň částečné samostatnosti a nezávislosti. (Marksová Tominová, 2009, s. 14) Jde o dosažení vyrovnanosti, o udržování rovnováhy mezi časem pro děti, práci, povinnosti a časem pro sebe. A není-li matka zcela v podřízení potřebám dítěte a je sama sebou, může jí to v náročných životních situacích velmi pomoci.

K možnosti aktivního trávení volného času, k celkové pohodě a vyrovnanosti žen na mateřské a rodičovské dovolené může přispět několik následujících rad:

- Je důležité se zabývat pouze činnostmi, které uspokojují osobní potřeby a zájmy. Lze koníčky provozovat s **menší intenzitou** a méně často, ale není na škodu udržovat občasný kontakt, který usnadní návrat, až nastane vhodná doba. (Gurrentz, 2003, s. 38) „*Připomeňte si společenské aktivity, které milujete a postrádáte, a alespoň jednu z nich pravidelně provozujte, abyste posílili svou identitu a sebeúctu.*“ (Saunders, 2007, s. 158)
- Proti frustraci napomůže **mluvení s partnerem** o zážitcích z celého dne, o aktuálních událostech. Je dobré s ním plánovat společné aktivity. (Gurrentz, 2003, s. 38) Ale zejména, důkladně podrobně si s partnerem vysvětlit představy o životě s dítětem, sdílet představy o sladování rodinného, společenského a pracovního života. (Marksová Tominová, 2009, s. 21)
- Udržet **kontakt se svými přáteli** je důležité (i kdyby příležitostně telefonem, či e-mailem), aby nedošlo k pocitu ztráty minulosti. (Gurrentz, 2003, s. 38) Investovat čas do svých přátelství mimo rodinu. Například pravidelně jednou za měsíc dělá zázraky. Zajistit, aby čas strávený s jinými dospělými byl kvalitním časem. Klíčem k úspěchu je plánovat dopředu. (Saunders, 2007, s. 158) Omezení sociálních

kontaktů s přáteli z éry před rodičovské je jedním z rizik způsobující sociální izolovanost matek. (Pížová, Balogová, 2016, s. 135)

- Cíleně vyhledávat **společnost jiných maminek** (v kurzech pro maminky, v mateřských centrech, v parcích, na dětských hřištích). Využívat příležitostí a hovořit s ostatními maminkami a společně sdílet poznatky o dětech. Objeví se nové způsoby řešení situací, které jsou podobné. Také se vytvoří tolik potřebný nadhled. Povídat si s lidmi kamkoliv žena přijde, nedopustit, aby dítě bylo jedinou osobou, se kterou za celý den maminka promluví. (Gurrentz, 2003, s. 39)
- **Internet** je neuvěřitelný zdroj širokých informací, jak pro novopečené maminky, tak i pro odreagování při hledání informací nesouvisící s dětmi, a je možné zde komunikovat, když nelze jít ven. (Gurrentz, 2003, s. 39)
- Zhodnotit si, které aktivity provozované před mateřstvím nám nejvíce schází, a pokusit se je zařadit do aktivit, které provozujeme **spolu s dítětem**, třeba i v pozměněné a omezené formě.
- Radovat se ze života v mateřství a **nespěchat do práce** příliš brzy, je to posvátný čas zasvěcený matce a jejímu dítěti. V případě osobní potřeby brzkého návratu do zaměstnání **nemít pocit viny**, kvůli svému rozhodnutí ohledně práce. Stát si za svým rozhodnutím pevně a být na ně pyšná. Zajistit, aby pracovní život poskytoval finanční zajištění, čas pro rodinu a pocit identity. Mít jedno na úkor druhého předznamenává, že se časem vše zhroutlí. (Saunders, 2007, s. 158)
- Naučit se **říkat ano** těm, kdo nabízejí pomoc a **ne** požadavkům, které nedokážete splnit. Vytvořit si pevný flexibilní systém podpory – od přátel, rodiny, partnera a dalších lidí, kterým můžete věřit. Je nutné zvažovat potřeby svého dítěte, zejména v raných letech života, kdy je základem kvalitní péče a formování klíčových vazeb k pečovateli. (Saunders, 2007, s. 158) Uvědomit si co je důležité, že děti mají nejen matku, ale i tátu, babičky a dědečky, kteří se o ně dokážou postarat stejně dobře a se stejnou láskou.
- **Nezanedbávat sebe** samu. Najít si čas pro sebe vždy a všude, kde to jen trochu jde. (Saunders, 2007, s. 158) Zanedbávání matek péče o sebe samu, je jedno z rizik přinášející hypermoderní doba. Vyplývá z nedostatku času pro uspokojení vlastních či základních fyziologických a psychických potřeb a vede k fyzickému či psychickému vyčerpání. (Pížová, Balogová, 2016, s. 135)

Klíčový je aktivační přístup ve zlepšování role mateřské péče o sebe, usilovat a iniciovat činnosti matek, rozvíjet a uchovávat schopnosti, rozvíjet sociální kontakty a podporovat je v trávení volného času. Orientovat se na vztahy a komunikaci v rodině, co se děje mezi členy, jak zvládají problémy – delegování úloh spojených s péčí o děti a o domácnost, zanedbávání péče žen o sebe samy. Rodina je systém propojených typů chování, je třeba učit jak měnit citlivé vnímání vůči ostatním. Celou rodinu učit novým způsobům komunikace a chování, přičemž využití stereotypních vzorců konání a chování se minimalizuje. (Pížová, Balogová, 2016, s. 135-136)

Nelze očekávat zázraky, ale je nutné vyvíjet snahu. Mít nějaký volný čas je možné, ale chce to trochu více snahy a tvrdé práce. Přijme-li žena-matka svou pozici bez aktivního hledání, bez vzájemné komunikace s okolím a zbaví se možnosti vyjadřovat vlastní potřeby, zůstane ve svých normách, zvycích, přejatých od své rodiny a společnosti. Cestu jak nejvhodněji skloubit všechny povinnosti, najít čas pro sebe a možnost věnovat se i sama sobě, za ni nikdo neobjeví, nikdo nevybojuje.

Následuje empirická část této práce věnující se výzkumnému šetření inspirované autorčinou bakalářskou prací. Zabývá se výzkumným cílem, hypotézami, výzkumnou metodou, výzkumným souborem a následnou interpretací výsledků.

4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Výzkumné šetření navazuje na předchozí teoretická východiska, která případného čtenáře uvede do zvolené problematiky. Tato část s názvem výzkumné šetření je rozdělena do čtyř samostatných oddílů zabývajících se postupně stanovením výzkumného cíle, otázek a úkolů; rozborem zvolené výzkumné metody; vydefinováním výzkumného souboru a v závěru kapitoly interpretací získaných dat a výsledků.

Tvorba této diplomové práce je nejen inspirována, ale také se opírá o poznatky vycházející z mnoha dat autorčiny bakalářské práce, která se zabývala mapováním množství a náplní volného času žen na rodičovské dovolené. Proto není předmětem diplomové práce samotná existence nedostatku volného času, ovlivňující faktory, spokojenost a náplň VČ žen na RD, to již bylo ověřeno bakalářskou prací, kde výzkumné šetření přiblížilo volný čas žen na RD a prokázalo, že množství VČ se na RD výrazně sníží s porovnáním doby, kdy ještě ženy neměly děti. Je to období, kde dochází k poklesu a změně provozovaných volnočasových aktivit, dochází ke změnám v prioritách a matky nemají dostatek času na své potřeby. V některých případech se maximálně věnují dětem a na sebe ženy zapomínají. Diplomová práce si klade za cíl jít více do hloubky zvoleného tématu a zaměřuje se na to, jak ženy vnímají svůj VČ v náročném období mateřství na rodičovské dovolené.

4.1 Výzkumný cíl, hypotézy, stanovení otázek a úkolů

Výzkumným cílem této diplomové práce je: **Zjistit vnímání volného času žen na rodičovské dovolené v Královéhradeckém kraji.**

Obecně definovaný výzkumný cíl byl rozpracován do třech oblastí související s vnímáním volného času – vnímání, důležitost a plánovitost. Na každou oblast byla formulována hypotéza, s vymezením za jakých podmínek bude považována za platnou. Pro objasnění zvolené problematiky byly k jednotlivým hypotézám stanoveny konkrétní otázky a úkoly, které posloužily k jednotlivým krokům při zpracování získaných dat.

Oblast VNÍMÁNÍ:

H1: Aktivně založené ženy před mateřstvím vnímají volný čas na rodičovské dovolené odlišně oproti ženám, které před tím než měly děti, nebyly aktivní.

Úkoly:

- Zjistit, které ženy byly v době před mateřstvím aktivní.

- Zjistit jak ženy na rodičovské dovolené vnímají volný čas
- Porovnat vnímání volného času aktivních a neaktivních žen.

K vytvoření hypotézy přispěla vlastní zkušenost autorky a je podpořena neformálním pozorováním žen na rodičovské dovolené ve svém okolí. Hypotéza může být také podpořena autorkou Marksovou Tominovou, která ve své knize *Rodina a práce – jak je sladit a nezbláznit se* uvádí, že aktivní ženy s mnoha koníčky, hodně přátel, mající rády své zaměstnání, při narození dítěte stěží na to všechno zapomenou. Dříve či později jim činnosti začnou chybět. (2009, s. 9)

Hypotéza bude považována za platnou, v případě, že neaktivní ženy vyjádří své vnímání volného času odlišně oproti aktivním ženám ve více než v polovině předložených výroků týkající se oblasti vnímání.

Oblast DŮLEŽITOSTI:

H2: Starší ženy oproti mladším ženám na rodičovské dovolené vnímají odlišně důležitost volného času na rodičovské dovolené.

Otázky a úkoly:

- Jak starší ženy na RD vnímají důležitost volného času na RD?
- Jak mladší ženy na RD vnímají důležitost volného času na RD?
- Porovnat vnímání důležitosti volného času starších a mladších žen na RD.

Základem pro tuto hypotézu je předpoklad, že starší ženy na RD vnímají silněji důležitost VČ a kladou na něj větší důraz než mladší ženy, které ještě nemají dostatek životních zkušeností, a mají odlišný žebříček hodnot. Hypotéza může být dále podpořena informacemi od autorky Duffkové, která uvádí, že hodnoty hrají v životním stylu velmi důležitou roli, všechny nemají stejnou důležitost a lze je radit do určité hierarchie označované jako hodnotová orientace, což je uspořádání hodnot vyjadřující, čemu dává člověk v životě přednost a co považuje za významné. Hodnotový žebříček si člověk dlouhodobě vytváří sám na základě vlastních zkušeností a prožitků, svých vlastností a celého svého psychologického profilu. Podoba hodnotové orientace není u jedince stálá a neměnná, stejně jako umístění jednotlivých hodnot na žebříčku. Individuální hodnoty se vytvářejí především v dětství, nicméně v průběhu života je nutná orientace v nových prostředích a adaptace na ně, proto i hodnotový žebříček se v určité míře proměňuje po celý život. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 124-126)

Za starší ženy budou uvažovány ve věkových kategoriích 31 let a starší, mladší ženy v kategoriích 30 let a mladší. Hypotéza bude považována za platnou, za předpokladu, že starší ženy na RD budou klást větší důraz na důležitost VČ oproti mladším ženám a vyjádří se odlišně ve více než v polovině předložených výroků týkající se oblasti důležitosti.

Oblast PLÁNOVITOSTI:

H3: Ženy na rodičovské dovolené s vyšším vzděláním více plánují svůj volný čas než ženy na rodičovské dovolené s nižším vzděláním.

Otázky a úkoly:

- Zjistit jak ženy na rodičovské dovolené vnímají plánování volného času.
- Jaké mají ženy na rodičovské dovolené vzdělání?
- Porovnat vnímání plánování VČ žen s vyšším vzděláním a vnímání plánování žen s nižším vzděláním.

K vytvoření této hypotézy přispěla vlastní zkušenost autorky a domněnka vycházející z pozorování rodin s malými dětmi mezi přáteli. Z logické úvahy vychází předpoklad, že ženy s vyšším vzděláním jsou z víceletých studií zvyklé si více organizovat a plánovat svůj čas. Úvahu může podpořit Duffková, která uvádí, že diferenciaci v životním způsobu je založena spíše na určitých podmínkách, to znamená, na určitých danostech rámce životního způsobu jednotlivce. Ke strukturování životního způsobu dochází na úrovni velkých skupin, sociálních vrstev či společenských tříd. Jde o životní podmínky společné pro velké skupiny lidí a jako příklady zmiňuje rozdíly v životním způsobu podle pohlaví, typu bydliště, věku či fáze životního cyklu, vzdělání apod. (Duffková, Urban, Dubský, 2008, s. 115)

Do kategorie vyššího vzdělání bude zařazeno vyšší odborné, bakalářské, vysokoškolské a vysokoškolské doktorské vzdělání. Za nižší vzdělání bude uvažováno neúplné základní, základní, nižší střední, střední odborné s výučním listem, úplné střední všeobecné a úplné střední odborné s maturitou. Hypotéza bude považována za platnou, jestliže se potvrdí, že ženy s vyšším vzděláním více plánují a organizují svůj volný čas na RD, za předpokladu, že se ženy s vyšším vzděláním vyjádří pozitivně ve prospěch plánovitosti a ve více než v polovině předložených výroků odlišně oproti ženám s nižším vzděláním.

4.2 Výzkumná metoda

Výzkumné šetření je založeno na kvantitativním zkoumání. Takovýto způsob umožňuje měřit a vyjadřovat výsledky matematicky. Kvantitativně orientovaný výzkum naskýtá možnost „jednoznačného vyjádření výzkumných údajů v podobě čísel.“ (Gavora, 2000, s. 31)

Sběr dat byl proveden dotazníkem v elektronické formě a rozšířen pomocí internetu. Hlavním důvodem volby této metody bylo získání velkého počtu respondentů v krátkém časovém úseku a respondentkám nabízí vyplnit dotazy v domácím pohodlí v klidu a bez nutné přítomnosti zadavatele. Prvky do výzkumného souboru byly vybrány náhodně. Byla zde osobní vůle respondenta, zda se šetření zúčastní nebo ne.

Byl vytvořen seznam správních obvodů ležících na území Královehradeckého kraje. K jednotlivým správním obvodům byly doplněny názvy některých měst a vesnic. Na základě tohoto seznamu byly hledány na internetových stránkách, na facebooku apod. odkazy a skupiny, které by mohly mít nějakou spojitost s matkami na mateřské nebo rodičovské dovolené. Jednalo se o různé inzerce, bazary, bazárky, skupiny maminek, mateřská centra, rodinná centra, kterým byl zaslán odkaz na dotazník s průvodní prosbou o vyplnění. Dále byl odkaz šířen mezi známými soukromými internetovými adresami. Průběh výzkumného šetření byl průběžně monitorován a v případě nedostatečného počtu respondentů z nějaké konkrétní oblasti, bylo úsilí zaměřeno na danou oblast a cíleně znovu rozesílány odkazy na dotazník s prosbou o vyplnění a podpoření výzkumného šetření, tak aby bylo zajištěno zastoupení všech správních obvodů ve zvoleném kraji.

Šetření bylo provedeno pomocí elektronického dotazníku na internetové adrese <https://www.vyplnto.cz/realizovane-pruzkumy/vc-zen-na-rd-v-hkrajih/> v období od 20. října 2019 do 20. listopadu 2019. Před samotným spuštěním internetového odkazu byl dotazník vytvořen v papírové podobě a byl pro svou formu inspirován dotazníkem, který byl vytvářen pro účely bakalářské práce autorky. Pak byl převeden do elektronické verze. Respondentky vyplňovaly dotazník v průměrné době 7:57 minut. Návratnost dotazníků, která je dána poměrem vyplněných a zobrazených dotazníků, byla 68 %.

Po otevření odkazu v úvodu před samotným vyplňováním dotazníku byla uvedena informace, komu je dotazník určen – „pro ŽENY aktuálně na RODIČOVSKÉ DOVOLENÉ (nebo na mateřské dovolené) žijící v KRÁLOVEHRADECKÉM KRAJI.“

Je možné předpokládat, že některé respondentky po otevření odkazu zjistily, že nespádají do vymezení výzkumného souboru a tím ovlivnily návratnost dotazníků. Úvod dotazníku dále obsahoval vysvětlení účelu, za jakým byl vytvořen a dále pokračoval vysvětlením: „*Volným časem se rozumí doba, kdy máte čas jen pro sebe, na svoji realizaci, rozvoj, relaxaci apod.*“

Dotazník byl naplněn 13 otázkami, z nichž 3 obsahovaly další podotázky, které byly pro přehlednost a zjednodušení vyplňování uspořádány do tabulek. Zde byly použity v četném zastoupení numerické posuzovací škály, kdy posuzovatel má před sebou řadu čísel, s uvedením jen krajních bodů. U posuzovacích škál se doporučuje používat extrémního označení krajních bodů, tzv. zakotvení škály. Tyto extrémní body podněcují diferencovaný přístup k ostatním bodům škály. Byl vybrán lichý počet stupňů, pro možnost zvolit středový bod uprostřed. Škály s lichým počtem stupňů umožňují neutrální, někdy také alibistická rozhodnutí tzv. „sémantická nula“. (Chrátka, 2016, s. 154)

Všechny položky byly nastaveny jako povinné, pouze jedna poslední otevřená otázka s volným prostorem se vyjádřit ke zvolenému tématu, byla nastavena na dobrovolné vyplnění. Jednotlivé položky v dotazníku lze rozdělit do následujících okruhů:

- Otázky spojené s hypotézou H1: 2 - 4.2 – 4.3 – 4.4 – 8.1 – 8.3 – 8.6 – 8.7 – 8.8 – 8.9 – 8.10 – 10 - 11.5 – 11.10
- Otázky spojené s hypotézou H2: 4.1 – 4.5 – 4.6 – 8.5 – 11.2 – 11.6 – 11.8 – 11.12 - 12
- Otázky spojené s hypotézou H3: 3 – 8.2 – 8.4 – 8.11 – 11.1 – 11.3 – 11.4 – 11.7 – 11.9 – 11.11
- Otázky demografické a informativní pro popis a určení výzkumného souboru: 1 – 5 – 6 – 7 - 9
- Poslední dotazníková položka s číslem 13 byla nepovinná a umožňovala volné vyjádření se k danému tématu.

Validita dotazníku spočívá v tom, že dotazník zjišťuje skutečně to, co má, to co je výzkumný záměrem. Konstrukce dotazníku vychází z hypotéz a jednotlivé položky musí přinášet data pro verifikaci (kontrolu platnosti) hypotézy. Posouzení stupně validity dotazníku je do určité míry subjektivní a záleží na fundovanosti a kompetentnosti autora dotazníku. (Chrátka, 2016, s. 165) Aby autorka nevycházela jen

z vlastních názorů, bylo směřování diplomové práce, operacionalizace (převod výzkumného problému do měřitelné, testovatelné podoby) a dotazník posouzeno dalšími odborníky.

Položky zjišťující mínění, postoje a motivy jsou citlivé na formulaci a na zařazení v dotazníku. Důležitou zásadou je, že v položkách se nesmí projevovat postoje, názory a hodnocení autora dotazníku. Otázky mohou respondenta uvést do rozpaků, vyvolat u někoho negativní reakci, a proto se doporučuje dát formulaci položek najevo, že různost názorů je zcela přirozená a normální. (Chrátka, 2016, s. 163) S ohledem na téma této práce, ve které je stěžejní zjistit vnímání volného času a jsou voleny i emotivní formulace, byly voleny posuzovací škály s extrémním označením krajních výroků, které by měly podněcovat diferencovaný přístup. Touto volbou se autorka snaží vyhnout podsouvání vlastních postojů a názorů osloveným respondentkám.

Před začátkem administrace dotazníku proběhla jeho **pilotáž**. Té se účastnily dvě matky ve věku 25 a 36 let na rodičovské dovolené. Obě v rámci rozhovoru nad dotazníkem hodnotily srozumitelnost pokynů, položek i škál. Na základě výsledků a zkušeností z této pilotáže, byl navržený dotazník korigován, upravena formulace položek, případně vypuštěny některé položky. Účastnice pilotáže byly požádány o zpětnou vazbu na srozumitelnost problematických částí a po jejich úpravě, byly dle vyjádření obou žen položky jasněji formulované a lépe pochopitelné.

Dotazník byl celkem vyplněn a potvrzen 502 respondentkami. Čtyři účastnice výzkumného šetření byly z celkového počtu vyřazeny. Důvodem pro vyřazení bylo nesplnění základních kritérií stanovených pro výběr základního vzorku. Šlo o respondentky, které již nejsou na rodičovské dovolené anebo nežijí ve zvolené oblasti. Dále bylo pracováno s počtem 498 dotazníků.

Je nutné také uvažovat skutečnost o stinné stránce dotazníků rozesílaných informačními komunikačními technologiemi. Vzorek respondentů, kteří dotazník vyplnili a vrátili, nemusí být nutně reprezentativní. Jak uvádí Chrátka (2016, s. 169) výzkumy ukazují, že vrácení dotazníků není jen věcí náhody, ale podílejí se na něm různé další vlivy. Bylo například prokázáno, že dotazníky vracejí více lidé s vyšším vzděláním, lidé s větší odpovědností a kladným postojem ke zkoumané problematice. Je také důležité, aby respondenti měli záruku, že dotazníkem zjištěné skutečnosti nebudou zneužity proti nim. Je dobré užívat anonymní dotazníky, kterými většinou získáme pravdivější údaje, ale na druhé straně anonymní dotazník, může svádět k neodpovědnému vyplňování či dokonce k recesi.

Zamyslíme-li se nad **etikou výzkumu**, tak účast všech matek na této studii byla zcela dobrovolná. Dotazníky byly vyplněny anonymně na základě vlastní vůle účastnic. Respondentky nebyly nuceny odpovídat na dotazník a u každé z položek měly možnost kdykoliv odejít z prostředí vyplňování a ukončit svou účast na výzkumném šetření. V úvodní pasáži představení dotazníku byla uvedena anonymní povaha dotazníku, která je také umocněna možností vyplňovat formulář v internetovém prostředí.

4.3 Výzkumný soubor

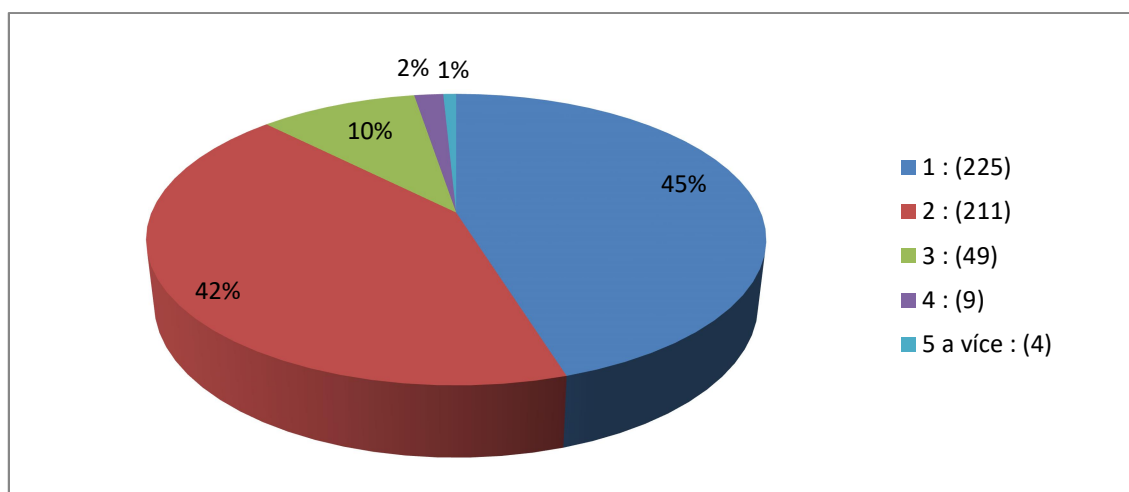
Pro výzkumný soubor byla stanovena tato kritéria: Ženy, které jsou aktuálně na rodičovské nebo mateřské dovolené a žijí v Královohradeckém kraji. Kritéria byla volena s ohledem na to, aby bylo možné získat výzkumný soubor stejných či přinejmenším obdobných znaků. Vychází se zde z předpokladu, že ženy, které jsou již v pracovním procesu a nejsou aktuálně na rodičovské nebo mateřské dovolené, nevnímají tak intenzivně souvislosti spojené s volným časem v tomto období, jako ženy, které nyní přímo aktuálně prožívají období rodičovské nebo mateřské dovolené. Výpověď zúčastněných respondentek je tedy aktuální a nezkrácená případnými jinými povinnostmi, které jsou spojené s jinými životními obdobími.

Ve výzkumném šetření není rozlišováno, zda se jedná o mateřskou nebo rodičovskou dovolenou. Autorka se domnívá, že toto rozlišení není podstatné pro vnímání volného času na RD. Dále pro stručnější a přehlednější interpretaci výsledků je uváděn pouze pojem rodičovská dovolená zahrnující také respondentky aktuálně na mateřské dovolené. Za jednotku byl vybrán jeden celý kraj, u kterého se dají předpokládat podobné či stejné životní podmínky.

Vzhledem k faktu, že byl zvolen elektronický dotazník a byl šířen elektronickou komunikační technikou, se dá předpokládat, že účastníci tohoto výzkumného šetření jsou ženy-matky, které jsou na mateřské nebo rodičovské dovolené a účastní se elektronické komunikace. Bohužel u dotazníku šířeného v elektronické formě a v anonymním prostředí nelze stoprocentně potvrdit, zda všechny respondentky splňují zvolená kritéria a zda se zde neobjeví nějaké nepravdivě vyplněné informace. Ve prospěch případných nepravdivě vyplněných údajů hovoří získané velké množství respondentek, které může případnou chybu ve výsledných datech minimalizovat.

Následuje přehled složení zkoumaného souboru z různých hledisek: dle počtu dětí, dle pracovního zařazení žen, dle jejich věku, dosaženého vzdělání a dle správního obvodu, ve kterém respondentky žijí.

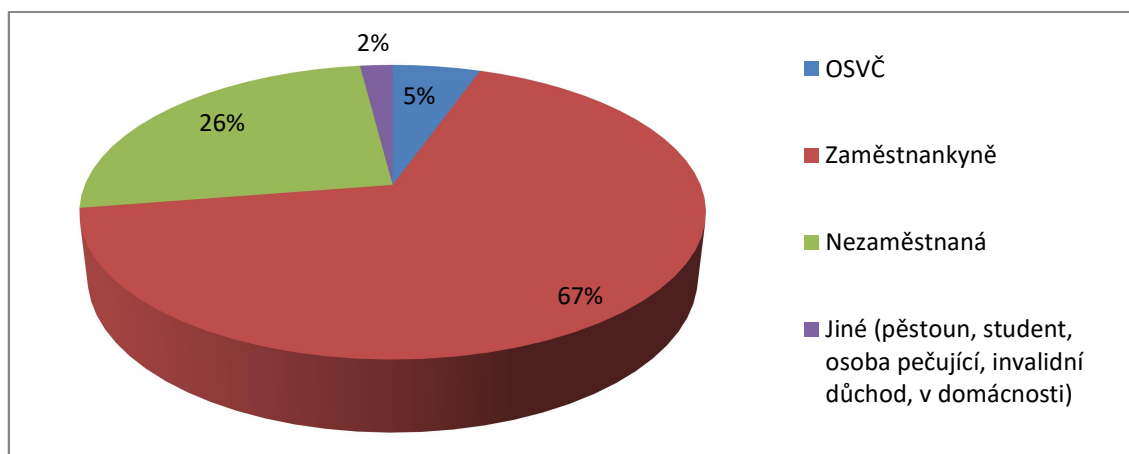
Složení zkoumaného souboru z pohledu počtu dětí - Počet dětí pro výběr prvků do zkoumaného souboru nebyl nijak vymezen.



Graf 1 - Složení zkoumaného souboru z pohledu počtu dětí (zdroj vlastní)

Zkoumaný soubor je zastoupen respondentkami, tvořící dvě velké skupiny: Nejpočetnější skupina zastoupená 225 ženami pečující o jedno dítě – tvořící 45 % a skupina 211 žen pečující o dvě děti – tvořící 42 %; dále pak menší část obsahující 49 prvků jsou ženy se třemi dětmi - tvořící 10 % a malé části, které jsou zastoupeny ženami se čtyřmi dětmi v počtu 9 žen – 2 % a ženami s pěti a více dětmi v počtu 4 ženy tvořící 1 %.

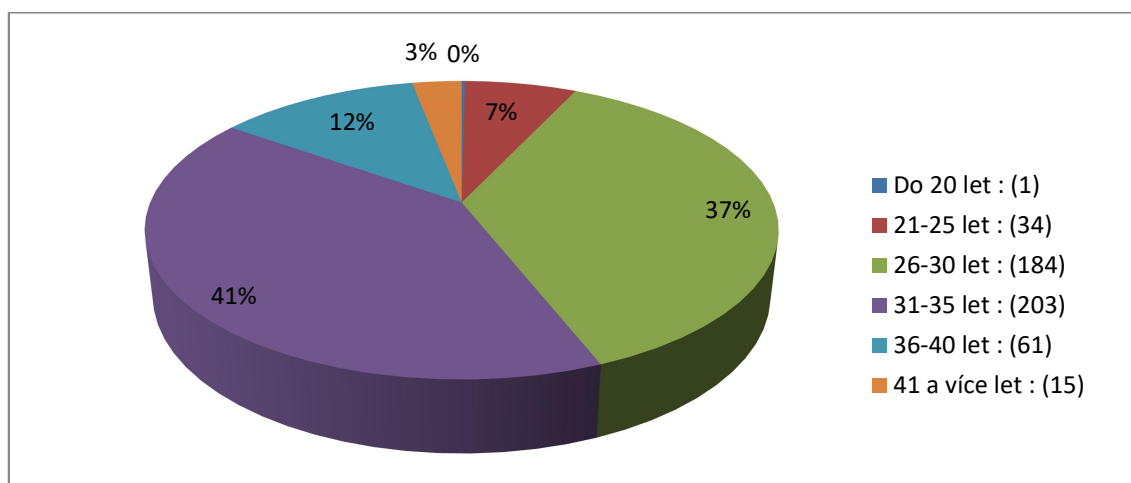
Zkoumaný soubor podle pracovního zařazení žen - Účastnice dotazníkového šetření odpovídaly na formulaci: „Nyní jste na rodičovské dovolené vedena jako:“



Graf 2 - Výzkumný soubor dle pracovního zařazení žen na RD (zdroj vlastní)

Z uvedeného grafu je patrné, že nejpočetnější skupina žen ve zkoumaném souboru je zastoupena respondentkami, které jsou na rodičovské nebo mateřské dovolené vedeny jako zaměstnankyně – tvoří více než polovinu z celkového počtu 67 % celkem 334 respondentek; následuje v pořadí druhá početná skupina tvořena ženami, které se zařadily do možnosti nezaměstnaná – celkem 127, tvoří 26 %; menší skupinu tvoří ženy vedené na RD jako osoby samostatně výdělečně činné 27 žen – 5 %. Poslední nejmenší skupinu tvoří respondentky, které nespádají do výše uvedených skupin a jsou vedeny jako dlouhodobá pěstounka, invalidní důchodkyně, osoba pečující, studentka nebo žena v domácnosti celkem v počtu 10 žen v celkovém počtu prvků tvořící 2 %.

Složení zkoumaného souboru z hlediska věku - Zastoupení žen na rodičovské nebo mateřské dovolené ve zkoumaném souboru jsou v různých věkových kategoriích. Pro výběr nebylo žádné omezení věkové hranice a byly vytvořeny věkové skupiny. Ženy ve věku do 20 let jsou zastoupeny jednou respondentkou, věkovou kategorií od 21 let do 25 let tvoří 34 žen – 34 %, další početnou skupinu tvoří rozmezí od 26 let do 30 let s počtem 184 – 37 %, nejpočetnější skupina žen je ve věku 31 let až 35 let zastoupena počtem 203 respondentek – 41 %. Věkovou skupinu od 36 let do 40 let tvoří počet 61 – 12 % a poslední věková skupina je obsazena 15 respondentkami – 15 %.

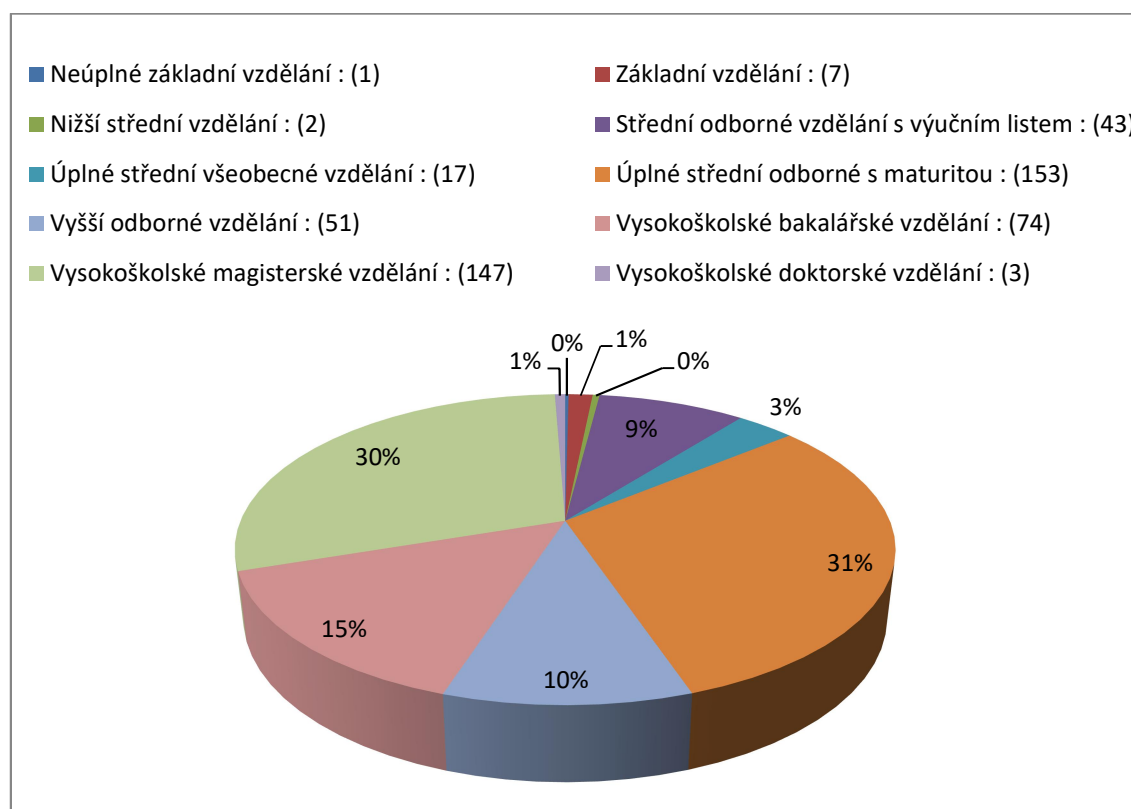


Graf 3 - Složení zkoumaného souboru z hlediska věku (zdroj vlastní)

Z tohoto grafu je patrná skutečnost, která nebyla předmětem zkoumání - uvedené zastoupení věkových skupin žen mající malé děti, odráží současnou situaci, kdy dnešní ženy odkládají mateřství do pozdějšího věku. Největší zastoupení je patrné ve věkovém rozmezí 31-35 let a hned po té ve věkovém rozmezí 26-30 let, což koresponduje se

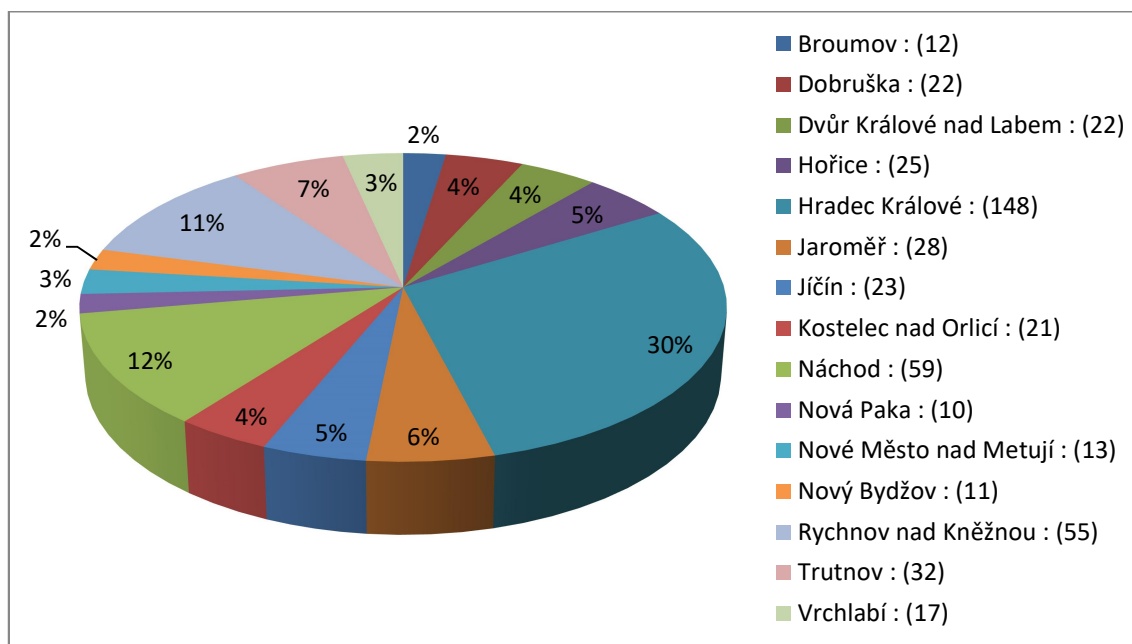
současným trendem zakládání rodin v pozdějším věku. Dle statistické ročenky Královehradeckého kraje byl v roce 2018 průměrný věk matky při narození dítěte 30,6 a průměrný věk matky při narození prvního dítěte 28,6. (ČSÚ, online)

Složení zkoumaného souboru dle vzdělání - Složení zkoumaného souboru z hlediska vzdělání je zastoupen kategoriemi neúplné základní vzdělání 1 respondentka; základní vzdělání, které tvoří 7 respondentek – 1%; nižší střední vzdělání 2 respondentky; střední odborné vzdělání s výučním listem je zastoupeno v počtu 43 – tvořící 9%; dále pak úplné střední všeobecné vzdělání 17 – 3%. Nejpočetnější skupinu tvoří ženy, které mají vzdělání úplné střední odborné s maturitou v počtu 153 respondentek – tvořící 31 % z celkového počtu zkoumaného souboru; dále pak vyšší odborné vzdělání 51 – 10%; také vysokoškolské bakalářské vzdělání 74 – 15%; další velkou skupinu tvoří ženy s vysokoškolským magisterským vzděláním v počtu 147 – tvořící 30 % a v malém počtu zastoupené vysokoškolským doktorským vzděláním 3 tvořící 1%.



Graf 4 - Složení zkoumaného souboru dle vzdělání (zdroj vlastní)

Složení zkoumaného souboru dle správního obvodu, ve kterém respondentky žijí - V dotazníku byly poskytnuty k výběru všechny správní obvody obcí s rozšířenou působností spadající do Královehradeckého kraje a respondentky volily z nabízeného seznamu dle místa, kde žijí. Podařilo se zajistit zastoupení ve všech správních obvodech celého kraje.



Graf 5 - Složení dle správního obvodu, ve kterém respondentky žijí (zdroj vlastní)

Nejpočetněji je zastoupen obvod Hradec Králové s počtem 148 žen - tvořící 30 %; následuje Náchod s počtem 59 tvořící 12 % a obvod Rychnov nad Kněžnou, který je zastoupen 55 ženami – 11 %; dále pak Trutnov 32 respondentek – 6 %; Jaroměř 28 respondentek – 6 %; Hořice 25 respondentek – 5 %; Jičín s 23 respondentkami – 5%; zastoupení Dobrušky a Dvora Králové nad Labem je na stejné úrovni s počtem 22 žen – tvořící 4 %; Kostelec nad Orlicí 21 žen – 4 %; Vrchlabí 17 – 3 %; Nové Město nad Metují 13 – 3 %; Broumov 12 – 2 %; Nový Bydžov 11 – 2 % a nejméně Nová Paka 10 – tvořící 2 %.

Po zdůvodnění zvolených kritérií a uvedení rozboru složení zkoumaného souboru podle různých hledisek, následuje kapitola věnující se získaným výsledkům z dotazníkového šetření a jejich interpretaci.

4.4 Interpretace výsledků

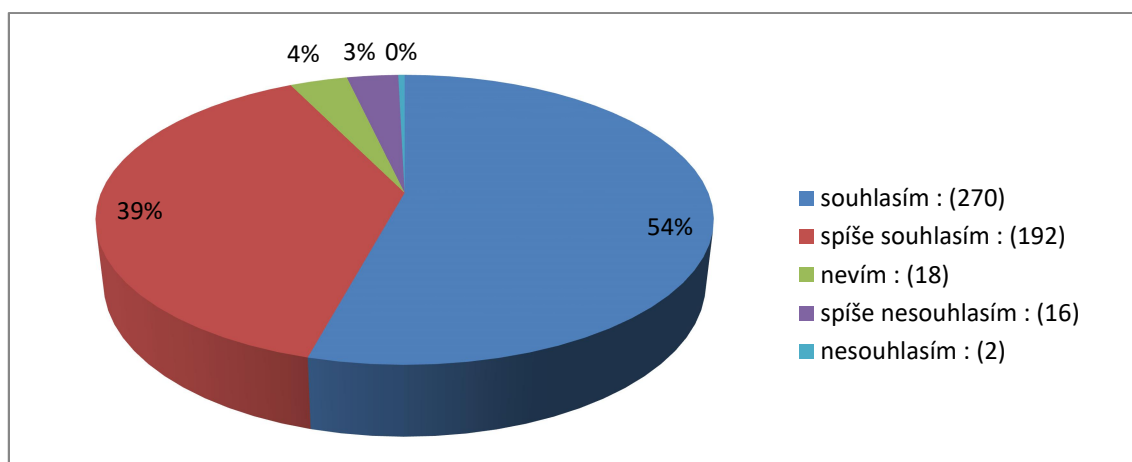
Následuje část diplomové práce, kde jsou interpretovány výsledky vytvořených otázek, úkolů a platnost či neplatnost stanovených hypotéz. Interpretace byla rozdělena tematicky na vnímání, důležitost a plánovitost. Získané odpovědi byly zpracovány do xls-tabulek a grafů. S ohledem na přehlednost byly procentuální částky zaokrouhleny na celá čísla. Průměry vycházejí z jednotlivých počtů odpovědí respondentek v pětistupňové škále a počtu v jednotlivých porovnávaných skupinách.

V přehledu je také uvedena směrodatná odchylka, respektive rozptyl, což je nejčastěji používanou mírou variability pro data, která byla získána intervalovým měřením. Rozptyl (variance) uvádí míru rozptýlenosti a označuje průměrnou kvadratickou odchylku (aritmetický průměr čtverců odchylek) všech hodnot od jejich aritmetického průměru. (Chrátka, 2016, s. 47)

V průběhu zpracování dat se ukázalo, že podstatná část respondentek volila v některých případech škálovou hodnotu 3. Jde o středovou neutrální volbu tzv. „sémantická nula“, kdy se účastníci z nejrůznějších důvodů nechtějí rozhodnout. Dle jedné internetové diskuse, kterou vyvolalo samotné vyplňování dotazníku, je také možné usuzovat, že byla volena také v případech, kdy respondentkám nevyhovovala ani jedna strana uvedeného výroku. Jedna z respondentek uvedla: „*Tak já se snažila to vyplnit, ale některé otázky mne štvaly. Výběr mezi "umím si to zorganizovat" a "neumím si to zorganizovat" evokovalo mi to, že jsem vlastně neschopná si ten volný čas zařídit, neumím si ty neexistující hlídače a nehlídatelné děti dobře zorganizovat. A to vlastně asi jsem.*“ (Respondentka 1, online) Jiná z respondentek na to reagovala: „*V těch případech jsem dávala prostředek jako vlastně ani jedno z toho.*“ (Respondentka 2, online) Další z respondentek také potvrdila, že dávala středovou hodnotu 3.

VNÍMÁNÍ - Jsou zde zpracovány informace týkající se vnímání volného času a stanovené hypotézy **H1: Aktivně založené ženy před mateřstvím vnímají volný čas na rodičovské dovolené odlišně oproti ženám, které před tím než měly děti, nebyly aktivní.** Pro tuto hypotézu je podstatné rozdělit celý výzkumný soubor na aktivní a neaktivní ženy, a pak porovnat vnímání jejich volného času zda je odlišné.

Celý výzkumný soubor byl rozdělen na části, dle toho, jak respondentky odpovídaly na konstatování: *V době před mateřstvím jste byla „aktivní člověk“.*



Graf 6 - Vnímání vlastní aktivity před mateřstvím (zdroj vlastní)

Z uvedeného grafu je zřejmé, že soubor obsahuje zejména aktivní ženy. Skupiny, které s výrokem souhlasily, tvoří největší část – 270 respondentek 54%, druhou početnou skupinou jsou ženy, které spíše souhlasily – 192 respondentek tvoří z celkového počtu 39%. Také se objevily ženy, které se nedokázaly rozhodnout a odpověděly, že neví 18 – 4% a malá skupina dotázaných se necítí být aktivním člověkem a volily alternativu „spíše nesouhlasím“ 16 - 3% a dvě ženy zvolily variantu „nesouhlasím“.

Výzkumný soubor byl rozdělen dle výše uvedených informací na ženy aktivní a neaktivní a následně informace týkající se jednotlivých hesel a výroků spojených s vnímáním VČ byly sestaveny do následující tabulky. Respondentky, které se nemohly rozhodnout a uvedly, že neví, byly z tohoto posuzování vyřazeny. Celkový počet aktivních žen je 462 a skupinu neaktivních žen tvoří 18 žen.

Numerické posuzovací škály v dotazníku měly hodnoty 1 – 2 – 3 – 4 – 5. Čím se uvedený průměr v tabulce více blíží krajní hodnotě 1, tím se více respondentky přikláněly k výroku uvedenému na levé straně. Pokud se hodnota průměru blíží více krajní hodnotě 5, tak se respondentky přikláněly k výroům uvedeným na pravé straně. Čím se více průměr pohybuje okolo hodnoty 3, tak se respondentky z různých důvodů nechtěly přiklonit ani k jednomu z výroků.

Rozptyl charakterizuje kolísání jednotlivých hodnot kolem aritmetického průměru. Čím více a čím častěji se jednotlivé hodnoty odchylují od aritmetického průměru, tím je

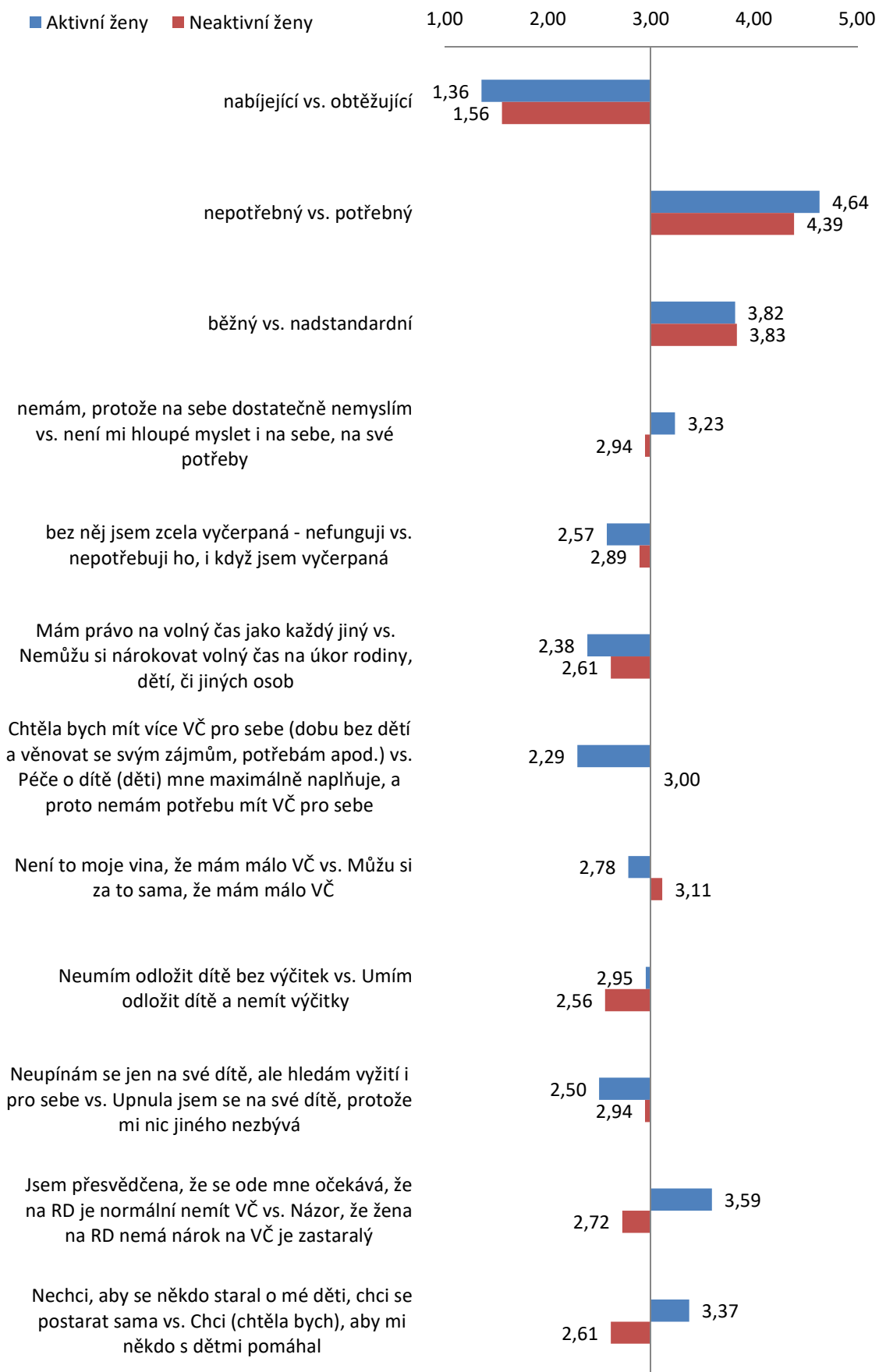
rozptyl větší. (Chrátka, 2016, s. 48) Jde o charakteristiku variability rozdělení pravděpodobnosti náhodné veličiny, která vyjadřuje variabilitu rozdělení souboru náhodných hodnot kolem její střední hodnoty.

Tabulka 1 - Přehled výroků - vnímání volného času

	Aktivní ženy		Neaktivní ženy		
	Průměr	Rozptyl	Průměr	Rozptyl	
Volný čas na rodičovské dovolené je...					
nabízející	1,357	0,675	1,556	1,025	obtěžující
nepotřebný	4,636	0,837	4,389	1,238	potřebný
běžný	3,816	1,315	3,833	1,250	nadstandardní
Volný čas na rodičovské dovolené...					
nemám, protože na sebe dostatečně nemyslím	3,234	1,335	2,944	1,719	není mi hloupé myslet i na sebe, na své potřeby
bez něj jsem zcela vyčerpaná - nefunguji	2,574	0,985	2,889	1,321	nepotřebuji ho, i když jsem vyčerpaná
Hodnocení výroků:					
Mám právo na volný čas jako každý jiný	2,383	1,708	2,611	2,015	Nemůžu si nárokovat volný čas na úkor rodiny, dětí, či jiných osob
Chtěla bych mít více VČ pro sebe (dobu bez dětí a věnovat se svým zájmům, potřebám apod.)	2,288	1,075	3,000	0,889	Péče o dítě (dětí) mne maximálně naplňuje, a proto nemám potřebu mít VČ pro sebe.
Není to moje vina, že mám málo VČ	2,781	0,976	3,111	0,765	Můžu si za to sama, že mám málo VČ
Neumím odložit dítě bez výčitek	2,950	1,865	2,556	2,358	Umím odložit dítě a nemít výčitek
Neupínám se jen na své dítě, ale hledám vyžití i pro sebe	2,498	1,098	2,944	1,386	Upnula jsem se na své dítě, protože mi nic jiného nezbývá
Jsem přesvědčena, že se ode mne očekává, že na RD je normální nemít VČ	3,591	1,861	2,722	1,756	Názor, že žena na RD nemá nárok na VČ je zastaralý
Nechci, aby se někdo staral o mé děti, chci se postarat sama	3,372	1,320	2,611	1,238	Chci (chtěla bych), aby mi někdo s dětmi pomáhal

(Zdroj vlastní)

Pro snadnější vizuální zhodnocení byl vytvořen následující graf, kde středová neutrální hodnota 3 je označena jako hlavní svislá osa. Jednotlivé části grafu se vychylují vpravo nebo vlevo dle průměrné hodnoty reakcí respondentek na jednotlivé výroky. Z grafu je patrné, že se aktivní ženy (označeny modře) a neaktivní ženy (označeny červeně) shodují v sedmi výrocích a liší se v pěti výrocích. Rozdíly nejsou výrazné a pohybují se blízko středové nerozhodné polohy.



Graf 7 - Porovnání vnímání aktivních a neaktivních žen (zdroj vlastní)

Nejvýraznější rozdílné vnímání je, kdy aktivní ženy chtějí, aby jim někdo s dětmi pomáhal, oproti tomu neaktivní ženy nechtějí, aby se jim někdo staral o děti, chtějí se raději starat samy. Aktivní ženy souhlasí, že se jedná o zastaralý názor, že žena na RD nemá nárok na VČ, oproti tomu neaktivní ženy se více přiklánějí k výroku, že se od nich očekává, že na RD je normální nemít VČ. Obě skupiny aktivních i neaktivních žen se výrazně shodují ve vnímání VČ na RD, že je nabízející, potřebný, ale zároveň nadstandardní.

Respondentky měly také možnost se vyjádřit, jak vnímají svůj volný čas v otevřené otázce. Následující větu byly vyzvány doplnit jedním nebo maximálně dvěma slovy: „*Svůj volný čas na rodičovské dovolené vnímám jako...*“ Nejčastější odpovědi se týkaly odpočinku, oddychu, relaxaci, odreagování se celkem v 66 odpovědích, další v pořadí čttná odpověď se týkala vnímání VČ jako vzácnost, vzácný čas, vzácná věc celkem v 62 odpovědích. Další oblast vnímání se týkala neexistujícího VČ, nulový, žádný není, chybí, nemají apod. celkem v 47 případech. Také se objevily odpovědi – nedostatečný, nedostatečkový celkem v 46 případech. Jedna z častých odpovědí byla - zázrak celkem 34 krát. Respondentky také odpovídaly, že je to dar celkem 22 krát. Následovaly odpovědi 17x – krátký, omezený, limitovaný; 15x – užitečný, smysluplný, prospěšný, zájmy, koníčky, zábava; 15x – luxus a přepych; 15x – povinnosti, práce, dřina, domácnost; 14x – čas jen pro sebe; 12x - čas pro rodinu, pro dítě; 12x – sen, nemožný, nereálný atd. V případě rozdělení výzkumného souboru na aktivní a neaktivní ženy nejsou zde rozdíly ve vnímání. Neaktivní ženy nevnímají VČ odlišně, zahrnují všechny možné odpovědi, volný čas je vnímán jako nedostatečný, luxus, pro sebe, nádherný, čas pro dítě, je vzácný, není žádný, odpočinek a relaxace atd., které se stejně objevují u aktivních žen.

ZÁVĚR K H1: V sedmi tvrzeních v oblasti vnímání volného času na RD se aktivní a neaktivní ženy shodují. Rozdílné vnímání nabízených tvrzení se projevilo v pěti případech a rozdíly jsou nevýrazné, pohybují se blízké středové nerozhodné pozice. Z výše uvedených informací vyplývá, že obě skupiny žen vnímají volný čas na RD obdobně. Z uvedených výsledků vyplývá, že aktivně založené ženy před mateřstvím nevnímají volný čas na rodičovské dovolené odlišně oproti neaktivním ženám. V neprospěch H1 také hovoří fakt, že zkoumaný soubor je zastoupen velmi malou skupinou neaktivních žen a tím porovnávání získaných dat aktivních a neaktivních má velmi malou výpovědní hodnotu. Z výše uvedených poznatků **H1 není přijata za**

platnou. Z toho vyplývá, že aktivně založené ženy svůj volný čas na rodičovské dovolené nevnímají odlišně oproti neaktivním ženám, ale vnímají svůj volný čas na RD obdobně.

DŮLEŽITOST – Následuje interpretace získaných informací týkající se vnímání důležitosti volného času a stanovené hypotézy **H2: Starší ženy oproti mladším ženám na rodičovské dovolené vnímají odlišně důležitost volného času na rodičovské dovolené.** Pro tuto hypotézu je důležité rozdělit celý výzkumný soubor na starší a mladší ženy, a pak porovnat vnímání důležitosti volného času.

Celý výzkumný soubor byl rozdělen na dvě skupiny dle věku. Detailní informace o složení výzkumného souboru z hlediska věku jsou uvedeny v kapitole 4.3 s názvem výzkumný soubor. Do kategorie mladší ženy byly zahrnuty všechny respondentky do 30 let a skupina starší ženy je zastoupena ženami ve věku 31 let a starší. Získané informace byly uspořádány do následující tabulky a grafu. Údaje o průměru vycházejí z celkových počtů mladších žen 219 a starších žen 279 a z četností výpovědí v jednotlivých hodnotách numerických posuzovacích škál.

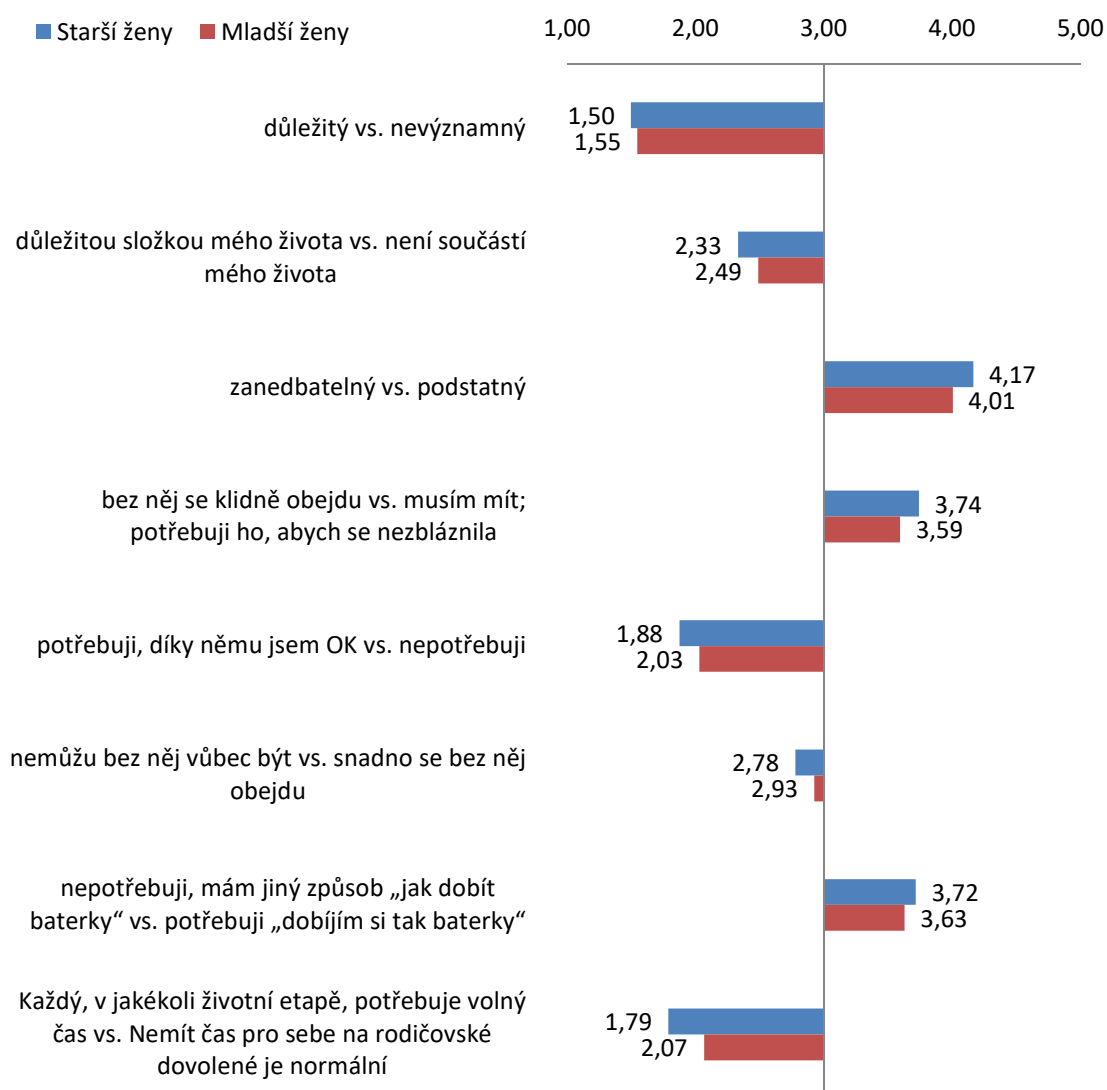
Tabulka 2 - Přehled výroků - důležitost volného času

	Starší ženy		Mladší ženy		
	Průměr	Rozptyl	Průměr	Rozptyl	
Volný čas na rodičovské dovolené je...					
důležitý	1,498	0,888	1,548	0,814	nevýznamný
důležitou složkou mého života	2,333	1,505	2,489	1,419	není součástí mého života
zanedbatelný	4,165	1,428	4,005	1,356	podstatný
Volný čas na rodičovské dovolené...					
bez něj se klidně obejdu	3,742	1,267	3,594	1,365	musím mít; potřebuji ho, abych se nezbláznila
potřebuji, díky němu jsem OK	1,875	0,920	2,032	1,017	nepotřebuji
nemůžu bez něj vůbec být	2,778	0,904	2,927	0,908	snadno se bez něj obejdu
nepotřebuji, mám jiný způsob „jak dobít baterky“	3,717	1,106	3,630	1,000	„dobívám si tak baterky“
Hodnocení výroků:					
Každý, v jakékoli životní etapě, potřebuje volný čas	1,789	1,321	2,068	1,726	Nemít čas pro sebe na rodičovské dovolené je normální

(Zdroj vlastní)

Přehled údajů v tabulce vychází z pěti stupňové numerické posuzovací škály uvedené v dotazníku. Přiklání-li se hodnota průměru více číslu jedna, pak respondentky více volily levé výroky, v případě opačném, průměrná hodnota blíží se více číslu 5, pak respondentky více volily pravé výroky. Nerozhodné, nevyhovující, alibistické, či jiné důvody nepřiklonit se ani k jednomu z výroků se hodnota průměru blíží číslu 3.

Data byla zpracována do následujícího grafu, kde je znázorněno vychýlení od středové osy napravo nebo nalevo, dle vnímání důležitosti volného času na rodičovské dovolené. Modré označení reprezentuje skupinu starších žen a červené označení reprezentuje mladší ženy.



Graf 8 - Porovnání vnímání důležitosti starších a mladších žen (zdroj vlastní)

Z grafu jednoznačně vyplývá, že vnímání důležitosti VČ na RD obou skupin je shodné. Přiklánění se více či méně k výrokům na levé nebo pravé straně je shodné ve všech osmi případech. Respondentky se výrazně shodují, že je pro ně VČ na RD důležitý, podstatný, potřebují ho, protože díky němu jsou OK a souhlasí s výrokem, že každý, v jakékoli životní etapě, potřebuje volný čas.

ZÁVĚR K H2: Ve všech osmi nabízených tvrzeních na vnímání důležitosti volného času na RD se starší a mladší ženy shodují. Výsledná data neukázala rozdílné vnímání důležitosti VČ na RD. Z výše uvedených informací vyplývá, že starší ženy vnímají důležitost svého volného času na rodičovské dovolené shodně jako mladší ženy. Na základě těchto zjištění **H2 není přijata za platnou.**

Další část zpracování výsledků se týká PLÁNOVITOSTI, kde jsou zpracovány informace týkající se vnímání plánování volného času a stanovené hypotézy **H3: Ženy na rodičovské dovolené s vyšším vzděláním více plánují svůj volný čas než ženy na rodičovské dovolené s nižším vzděláním.**

Detailní informace o složení výzkumného souboru z hlediska nejvyššího dosaženého vzdělání jsou uvedeny v kapitole 4.3 s názvem výzkumný soubor. Do kategorie nižší vzdělání byla zařazena následující vzdělání - neúplné základní, základní, nižší střední, střední odborné s výučním listem, úplné střední všeobecné a úplné střední odborné s maturitou. Do kategorie vyšší odborné vzdělání byla zařazena vysokoškolské bakalářské, vysokoškolské magisterské a vysokoškolské doktorské vzdělání.

Výzkumný soubor byl rozdělen na dvě skupiny dle vzdělání a získaná data byla uspořádána do tabulky. Údaje o průměru vycházejí z celkových počtů žen s nižším vzděláním 223 a žen s vyšším vzděláním 275 a z četností výpovědí v jednotlivých hodnotách numerických posuzovacích škál.

Obdobně jako v předešlých případech týkajících se zpracování dat pro H1 a H2, i zde přehled údajů v tabulce vychází z pěti stupňové numerické posuzovací škály uvedené v dotazníku. Blíží-li se hodnota průměru více číslu jedna, pak respondentky více volily výroky uvedené na levé straně v tabulce. V případě opačném, kdy průměrná hodnota se blíží více k číslu 5, pak respondentky více volily výroky uvedené v tabulce na pravé straně. Opět je tu středová hodnota 3 vyjadřující nerozhodnou nulovou pozici.

Tabulka 3 - Přehled výroků - plánovitost volného času

	Vyšší vzdělání		Nižší vzdělání		
	Průměr	Rozptyl	Průměr	Rozptyl	
Volný čas na rodičovské dovolené...					
si vždy nějak zajistím	3,487	1,595	3,408	1,641	mám, jen když zbyde
cíleně plánuji	2,596	1,615	2,924	1,801	nějak sám vznikne (sám se udělá)
si nemohu zařídit, je to nereálné	3,080	0,997	3,112	1,095	není problém si zajistit
nemám, protože svůj veškerý čas maximálně věnuji dětem	3,091	0,992	2,982	1,193	je to jenom výmluva, vždy to jde nějak zařídit
neumím najít, nejsem schopna si uspořádat povinnosti	3,418	0,963	3,381	0,971	si vždy vyčlením, umím si zorganizovat povinnosti
si umím prosadit a není mi to hloupé	3,000	1,171	2,978	1,143	velmi mne trápí pocit, že je na úkor někoho jiného
Hodnocení výroků:					
Vůbec nemyslím na své zájmy a potřeby	3,302	1,280	2,969	1,125	Vědomě se snažím postarat se o vlastní potřeby a zájmy
Není nikdo, kdo by mi pomohl s dětmi	3,436	1,482	3,175	1,660	Okolí mi pomáhá s dětmi
Stále zkouším nové způsoby jak si zajistit VČ	2,625	1,100	2,753	1,163	Nehledám cesty jak si udělat VČ, je to zbytečné

(Zdroj vlastní)

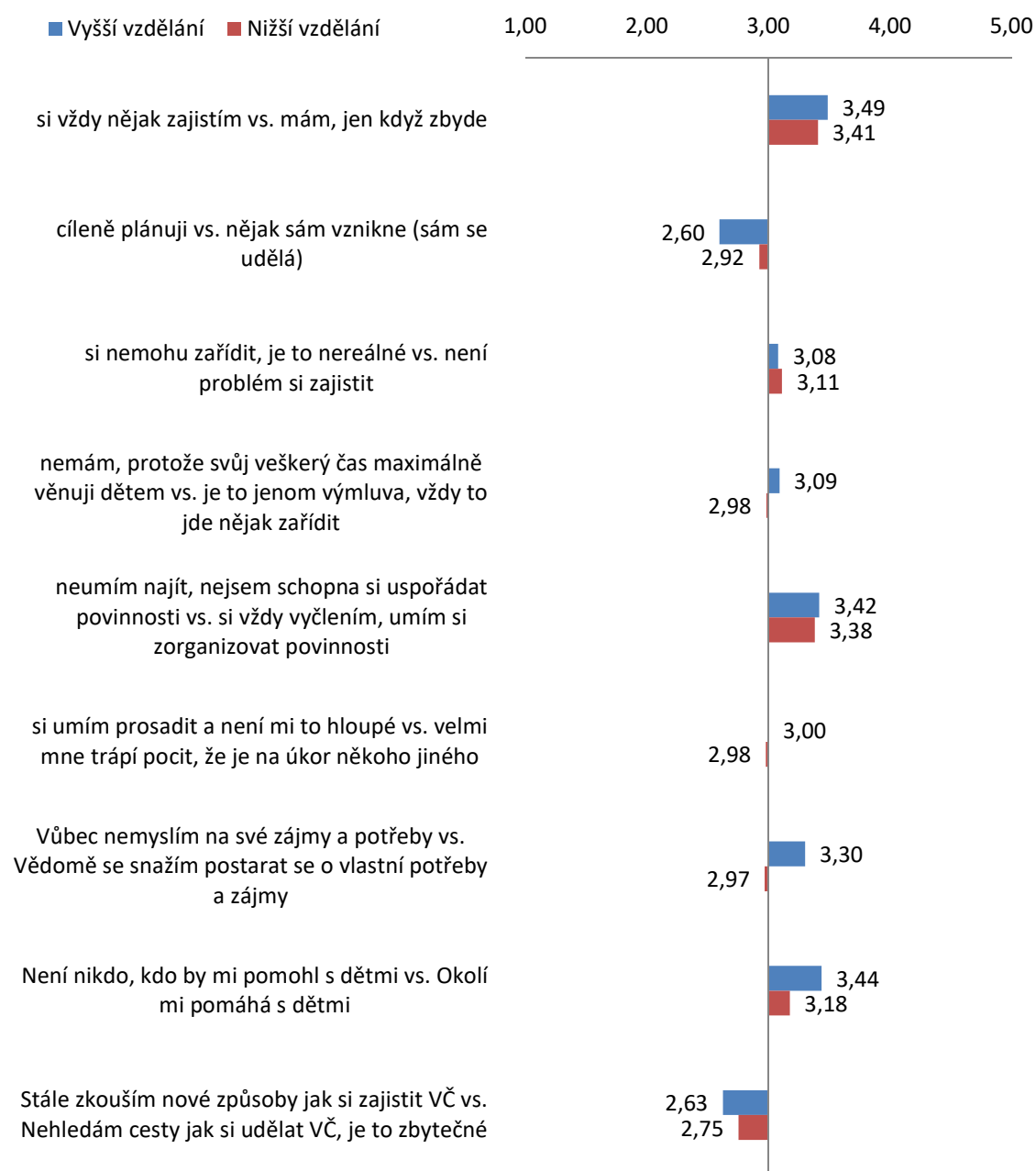
Data byla následně zpracována do grafu, prezentující pravé nebo levé vychýlení od středové osy dle vnímání plánovitosti VČ na RD. Modré označení znázorňuje vnímání žen s vyšším vzděláním a červené označení znázorňuje vnímání žen s nižším vzděláním. Z grafu vyplývá, že vnímání plánovitosti se u obou skupin shoduje v šesti případech a liší se ve třech výrocích, ale ve velmi malé míře a všechny neshodné se blíží středové nerozhodné hodnotě.

Ženy s nižším vzděláním volný čas na rodičovské dovolené nemají, protože svůj veškerý čas maximálně věnují dětem a ženy s vyšším vzděláním to více vnímají jako jenom výmluvu, že to vždy jde nějak zařídit. Ženy s nižším vzděláním si umí VČ prosadit a není jim to hloupé, ale ženy s vyšším vzděláním se nemohly rozhodnout, ke kterému výroku se více přikloní. Dále pak ženy s nižším vzděláním nemyslí na své zájmy a potřeby a ženy s vyšším vzděláním se vědomě snaží postarat o vlastní potřeby a zájmy.

Obě skupiny respondentek se výrazněji shodují ve výrocích – „VČ na RD mám, jen když zbyde“ a „VČ na RD si vždy vyčlením, umím si zorganizovat povinnosti.“ Toto vnímání si překvapivě protirečí. Zde je možné odkázat na teorii v kapitole 1.1 Různá vymezení volného času. První výrok odpovídá negativnímu chápání VČ, které vychází

ze zbytkové kategorie, kdy čas máme až po pracovní době, po splnění všech svých povinností, až když zbyde. Ten druhý výrok více prezentuje pozitivní vymezení VČ, které je více vnímáno jako stav, který je nezávislý na práci a povinnostech, jde o čas svobody. I když VČ nelze od pracovního jednoznačně oddělit, jsou spolu provázány a vzájemně se ovlivňují.

Bohužel v této části výzkumného šetření zkoumání plánovitosti data nepřinesla výrazné příklony k jednotlivým výrokům. Všechny se pohybují velmi blízko středové nerozhodné hodnoty.



Graf 9- Porovnání plánovitosti žen s vyšším a nižším vzděláním (zdroj vlastní)

ZÁVĚR K H3: Ve většině výroků na vnímání plánovitosti volného času na RD se respondentky vyššího a nižšího dosaženého vzdělání shodují (celkem v šesti případech). Rozdílné vnímání plánovitosti je velmi nevýrazné (ve třech případech) a pohybují se blízko středové nerozhodné pozice. Tyto nepatrné rozdíly se objevily v oblastech, kdy ženy s nižším vzděláním se více přiklánějí k tomu, že VČ nemají, protože svůj veškerý čas maximálně věnují dětem, oproti tomu ženy s vyšším vzděláním se více přiklánějí k tomu, že je to jenom výmluva, vždy se to dá nějak zařídit. Dále ženy s nižším vzděláním vůbec nemyslí na své zájmy a potřeby, kdežto ženy s vyšším vzděláním se vědomě snaží postarat o své potřeby a zájmy. Z uvedených výsledků vyplývá, že ženy s vyšším vzděláním nevnímají plánovitost volného času na rodičovské dovolené odlišně oproti ženám s nižším vzděláním. Na základě výše uvedených poznatků **H3 není přijata za platnou**. Na základě uvedených informací týkajících se plánovitosti VČ na RD lze konstatovat, že ženy na rodičovské dovolené s vyšším vzděláním a ženy s nižším vzděláním vnímají plánovitost VČ na RD podobně.

V této kapitole týkající se výzkumného šetření, která navazuje na teoretická východiska, se postupuje od popisných částí jako je stanovení cíle, hypotéz, úkolů přes zdůvodnění a rozbor zvolené výzkumné metody, dále pokračuje charakteristikou výzkumného souboru dle několika hledisek a směřuje až k samotné interpretaci získaných informací, došlo k propojení teoretických poznatků s realizovaným výzkumem a k naplnění vytyčeného cíle, kterým bylo zjistit vnímání volného času žen na rodičovské dovolené v Královehradeckém kraji.

ZÁVĚR

Volný čas je důležitou součástí našeho života. Nabízí možnosti relaxace, regenerace a realizace a díky němu můžeme kvalitněji naplnit svůj život. Volný čas je spojen s naší svobodnou volbou, dobrovolností a přináší nám radostné chvíle a vnitřní uspokojení. Bez rozdílu trávení našeho volného času individuálně nebo v nějaké společnosti, měl by mít volný čas v našem životě své pevné místo. Nejen že bychom ho měli mít, ale také mít možnost s ním svobodně nakládat, ale vždy tomu tak není. Může docházet k nedostatku volného času nebo i nedostatku příležitostí z různých důvodů, kdy jsme stabilně ovlivňováni tlakem pracovních, mimopracovních povinností a také vlivem různých tíživých životních situací.

Součástí životního stylu je také způsob trávení volného času a v prvotní fázi se na jeho utváření velmi podstatným způsobem podílí vlastní výchozí rodina, kde se utvářejí naše budoucí zvyklosti, návyky, hodnoty a postoje, které jsou také spojené s volným časem, s jeho hospodařením a využíváním. Pro přípravu na vstup do společnosti je základem rodina. Po odpoutání se od rodiny, zde působí další faktory, jako jsou vrstevnické skupiny, školská zařízení, a dnes zejména také hromadné sdělovací prostředky a nové informační komunikační technologie. Výrazným způsobem nás také ovlivňuje a formuje naše společnost, ve které žijeme.

V náročných životních situacích a krizích může být volný čas naší velkou oporou. Takovým náročným obdobím pro některé ženy může být mateřství, kdy dochází k mnoha změnám, péče o dítě zabere téměř všechny čas a změní se žebříček hodnot, ženy se maximálně přizpůsobují potřebám dítěte. Ženy na mateřské a rodičovské dovolené ztrácejí své koníčky, kontakty, mají omezenou možnost seberealizace, je to období, kdy není snadné zvládnout všechny povinnosti, péči o dítě o domácnost a nezbývá mnoho možností, aby se matka ještě zabývala sama sebou a svými potřebami. Je zde nebezpečí, že se žena téměř bezvýhradně zaměří na dítě a podlehne tradičním přístupům, společenským tlakům a rodovým stereotypům.

Česká republika patří k zemím, kde je možno zůstat velmi dlouhou dobu s dítětem na rodičovské dovolené. Nejen délka RD, ale také nastavení rodinné politiky, nabídky služeb péče o dítě a zejména ideologie mateřství, výrazným způsobem ovlivňuje vnímání společnosti i vnímání samotné matky. Co je běžné v jiné zemi, v našich krajinách je vnímáno negativně, objevují se sociální tlaky, ženy se potýkají s předsudky a negativním hodnocením okolí.

Na mateřské a rodičovské dovolené je velmi důležité umět si zorganizovat povinnosti, zhodnotit, co je podstatné a co není. Jedná se o období, kdy je také podstatné vědomě hledat a nalézt volný čas jen pro sebe. Pozitivně strávený volný čas má výrazný vliv na pohodu a spokojenost matky. Uvědomit si vlastní odpovědnost za své zdraví (psychickou a fyzickou pohodu) a důležitost výchovného působení na své děti, kdy je v prvních letech života žena-matka pro nově přichozícího jedince tou nejdůležitější osobou. Od útlého věku vychovává zejména vlastním příkladem a je pro své dítě primárním vzorem mimo jiné také v oblasti utváření vztahu, postojů a způsobu trávení volného času jako součástí určitého životního stylu. To vše ale za předpokladu, že je žena schopna se sama postarat o vlastní potřeby a volný čas využívat pozitivním způsobem.

Chce-li se žena cítit spokojená jako matka, ale i jako člověk, je nutné umět vyvážit, najít rovnováhu mezi nároky mateřství plné povinností a svým volným časem, zájmy, koníčky, vlastními potřebami. Je potřebné vyvíjet snahu, zapojit celý systém rodiny. Bez aktivního hledání a osobního postarání se o vlastní volný čas cestu žena neobjeví. Úspěšné nalezení volného času a jeho pozitivního naplnění bude mít pozitivní vliv na samotnou matku a také zprostředkovaně na její dítě.

Diplomová práce je inspirována a navazuje na autorčinu bakalářskou práci, která byla zaměřena na množství a způsob trávení volného času žen na rodičovské dovolené. Tato práce jde více do hloubky zvoleného tématu a zkoumá vnímání volného času žen na rodičovské dovolené jako chybějící dimenzi jejich života. Cílem této diplomové práce bylo zjistit vnímání volného času žen na rodičovské dovolené v Královéhradeckém kraji. Byla zvolena kvantitativní výzkumná strategie a využita metoda dotazníku v elektronické formě. Zvolené téma je rozděleno do tří částí na vnímání, které je zkoumáno pohledem aktivních a neaktivních žen; na důležitost, která je zkoumána v závislosti na věku respondentek a závěrem je šetření zaměřeno na vnímání plánovitosti a případné závislosti na vyšším či nižším dosaženém vzdělání žen-matek na rodičovské dovolené.

V souvislosti s porovnáváním vnímání aktivních a neaktivních žen jsou nejmarkantnější rozdíly v tom, že aktivní ženy chtějí, aby jim někdo s dětmi pomáhal, ale neaktivní ženy nechtějí, aby se někdo staral o děti, chtějí se starat raději sami. Dále se aktivní ženy více přiklání k výroku, že se jedná o zastaralý názor, že žena na RD nemá nárok na VČ, oproti tomu neaktivní ženy více vnímají, že se od nich očekává, že na RD je normální nemít VČ. Velmi výrazná shoda je ve vnímání VČ jako nabíječického,

potřebného a zároveň nadstandardního. V souvislosti s vnímáním důležitosti je pozornost věnována porovnávání skupin mladších a starších žen na RD. Porovnání sice hypotézu nepotvrdilo, ale prokázalo vzácnou shodu ve vnímání všech výroků. Mladší i starší ženy vnímají důležitost VČ na RD shodně a pro všechny respondentky je VČ důležitý, podstatný, potřebují ho, díky němu jsou OK a výrazně se přiklánějí k názoru, že každý, v jakékoli životní etapě volný čas potřebuje. V části týkající se vnímání plánovitosti, bohužel nebyla data příliš přínosná, protože se respondentky téměř ve všech výrocích držely velmi blízko středové nic neříkající hodnoty (tzv. sémantické nuly).

Výzkumné šetření přiblížilo představu o vnímání volného času žen na rodičovské dovolené v Královéhradeckém kraji. Přestože žádná z hypotéz nebyla potvrzena a žádné z porovnávaných skupin (aktivní, neaktivní, starší, mladší, vyšší či nižší vzdělání) nevnímají toto náročné životní období výrazně odlišně, údaje zprostředkovávají pohled dnešních žen-matek na vnímání jejich volného času. Výsledky práce mohou být zdrojem zajímavých podnětů k zamyšlení ať už budoucím nebo současným ženám na RD bojujícím za možnost mít nějaký svůj volný čas. Práce může být také významným podnětem pro všechny, kteří si doposud neuvědomují, že VČ je významnou součástí našeho života a péče o něj je důležitá a měla by být součástí i výchovného působení na naše děti, vedoucí k pozitivnímu zhodnocování VČ v dospělosti. Dále práce může být inspirující pro správní oblastní jednotky, které mohou více podporovat a rozvíjet možnosti aktivního trávení VČ žen na RD.

Autorka práce vnímá velký nedostatek směřování odborného působení v oblasti volného času související s mateřskou nebo rodičovskou dovolenou a vidí zde široký prostor pro uplatnění sociální pedagogiky nebo pedagogiky volného času. Autorka si také uvědomuje, že je zde další prostor pro pokračování v hlubším zkoumání zvoleného tématu a bylo by možné výzkumné šetření doplnit kvalitativním šetřením.

Závěrem snad jen přání ženám-matkám na RD, aby svůj VČ využívaly pozitivně a efektivně, aby se naučily s nedostatkem času dobře hospodařit, úspěšně bojovat a aktivně hledat, vytvářet možnosti a najít si cestu jak zajistit rovnováhu mezi povinnostmi přinášející mateřství a volným časem pro ně samotné, aby nebyly příliš ovlivňovány obecným stereotypním vnímáním společnosti a tradičním rozdělením rolí, pokud to tak sami vnitřně nevnímají. Také v souvislosti s volným časem si nepřipouštět pocit, že kradou čas pro sebe na úkor někoho jiného a v případě osobního rozhodnutí být na ně pyšná a pevně si za ním stát.

Seznam citovaných pramenů

BŮŽEK, Antonín. Sociální a pedagogická dimenze volného času. In *Socialia 2002 k sociální analýze mládeže: Sborník příspěvků z mezinárodní konference konané v Hradci Králové 10. – 11. 11. 2002* - 2. díl. Hradec Králové: Gaudeamus, 2003. S. 27-32. ISBN 80-7041-557-6.

ČSÚ [online] – *Statistická ročenka Královéhradeckého kraje - 2019*. [cit. 21. 3. 2020]
Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/4-obyvatelstvo-o7n70cmusl>

Dobrý pěstoun: náhradní rodinná péče v ČR. Vydání 1. Tábor: Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR, 2018. 266 stran. ISBN 978-80-907053-2-6.

DARÁK, Milan. Rodina a výchova dětí k zmysluplnému využívání volného času. In *Socialia 2004. Sborník příspěvků z mezinárodní konference konané v Hradci Králové 14. – 15. 10. 2004* -1. díl. Hradec Králové: Gaudeamus, 2005. s. 19-23. ISBN 80-7041-247-X.

DEMČÁK, Marek [online] – *Elektronické průzkumy*. [cit. 7. 3. 2020] Dostupné z: <https://www.vyplnto.cz/>

DUFFKOVÁ, Jana, URBAN, Lukáš a DUBSKÝ, Josef. *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2008. 237 s. Vysokoškolské učebnice. ISBN 978-80-7380-123-6.

DUMAZEDIER, Joffre. [online] – *Volný čas*. Sociologický ústav AV ČR, v.v.i. - Sociologický časopis č. 3 / 1966, s. 443-447. [cit. 13. 3. 2020] Dostupné z: <http://sreview.soc.cas.cz/cs/issue/131-sociologicky-casopis-3-1966/2462>

FALTÝSKOVÁ, Jarmila. Koncepce výchovy ve volném čase. In NĚMEC, Jiří a kol. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. s. 15-26 ISBN 80-7315-012-3.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. 207 s. ISBN 80-85931-79-6.

GURRENTZ, Sheryl. *Maminkou spokojeně a beze stresu*. Překlad Jana Hübschová. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. 224 s. Rádce pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-679-9.

HÁJEK, Bedřich, HOFBAUER, Břetislav a PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2008. 239 s. ISBN 978-80-7367-473-1.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. 173 s. ISBN 80-7178-927-5.

HOFBAUER, Břetislav a KAPLÁNEK, Michal, ed. *Kapitoly z pedagogiky volného času: soubor pojednání o volném čase a jeho výchovném zhodnocování*. Vyd. 1. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta, 2010. 164 s. Opuscula; sv. 6. ISBN 978-80-7394-240-3.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. 254 stran. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5326-3.

KAPLÁNEK, Michal. *Čas volnosti - čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. 175 s. ISBN 978-80-262-0450-3.

KAPLÁNEK, Michal a kol. *Volný čas a jeho význam ve výchově*. Vydání první. Praha: Portál, 2017. 207 stran. ISBN 978-80-262-1250-8.

KNOTOVÁ, Dana. *Volný čas a prevence sociálních deviací - SOCIALIA 2002 K sociální analýze mládeže: Sborník příspěvků z mezinárodní konference*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 2002. 208 s. ISBN 80-7041-784-6

KOHÚTOVÁ, Katarína, ALMAŠIOVÁ, Angela. Voľný čas trávený s rodinou ako protektívny faktor užívania návykových látok mládežou. In *Sociální práce v nejisté době: sborník vědeckých textů z konference XII. Hradecké dny sociální práce, Hradec Králové 2. až 3. října 2015 = Social Work in Uncertain Times: anthology of scientific contributions of the XII. Hradec Days of Social Work, Hradec Králové 2nd-3rd October 2015*. Vydání: první. Hradec Králové: Gaudeamus, 2016. s. 105-114. Texty k sociální práci. ISBN 978-80-7435-648-3.

KOUTEKOVÁ, Mária. Voľný čas detí a mládeže ako prostriedok prevencie v kontexte pedagogiky voľného času a sociálnej pedagogiky. In *Acta sociopathologica IV*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 135-141. ISBN 978-80-7435-666-7.

KRAUS, Blahoslav. Co ohrožuje dětství na počátku 21. století. In *Acta sociopathologica IV*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2017. s. 7-18. ISBN 978-80-7435-666-7.

KRAUS, Blahoslav et al. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. 199 s. ISBN 80-7315-004-2.

KŘÍŽKOVÁ, Alena et al. *Podmínky rodičovství v podnikovém prostředí v mezinárodním srovnání*. 1. vyd. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2007. 104 s. Sociologické studie = Sociological studies; 07: 9. ISBN 978-80-7330-127-9.

MARKSOVÁ-TOMINOVÁ, Michaela. *Rodina a práce: jak je sladit a nezbláznit se*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. 157 s. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-615-5.

MAŘÍKOVÁ, Hana. Kapitola 4. In *Práce a péče: proměny "rodičovské" v České republice a kontext rodinné politiky Evropské unie*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2008. 163 s. Knižnice Sociologické aktuality; sv. 18. ISBN 978-80-86429-94-6.

MIHÁLOVÁ, Katarína. Podíl školy a rodiny na kvalitě volnočasových aktivit dětí. In *Socialia 2004. Sborník příspěvků z mezinárodní konference konané v Hradci Králové*

14. – 15. 10. 2004 -1. díl. Hradec Králové: Gaudeamus, 2005. s. 19-23. ISBN 80-7041-247-X.

MISSOC ANALYSIS 2008 [online] – *Social protection: Aspects of flexicurity and active inclusion*. [cit. 20. 3. 2020] Dostupné z:
<https://biblio.ugent.be/publication/1141341/file/1141350.pdf>

PÁVKOVÁ, Jiřina et al. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008. 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2001. 229 s. ISBN 80-7178-569-5.

PIEPER, Josef. *Volný čas, vzdělání, moudrost*. Vyd. 1. Praha: Křesťanská akademie, 1992. 75 s. ISBN 80-900615-6-7.

PÍŽOVÁ, Lívia, BALOGOVÁ, Beáta. Rola materstva v hypermodernej dobe. In *Sociální práce v nejisté době: sborník vědeckých textů z konference XII. Hradecké dny sociální práce, Hradec Králové 2. až 3. října 2015 = Social Work in Uncertain Times: anthology of scientific contributions of the XII. Hradec Days of Social Work, Hradec Králové 2nd-3rd October 2015*. Vydání: první. Hradec Králové: Gaudeamus, 2016. s. 128-137. Texty k sociální práci. ISBN 978-80-7435-648-3.

RESPONDENTKA 1, RESPONDENTKA 2 [online] – *Reakce na vyplňování dotazníku*. Komunikace v prostředí facebook v uzavřené skupině. [cit. 20. 3. 2020] Dostupné z:
<https://www.facebook.com/groups/535555596648166/permalink/1318872014983183/>

SAK, Petr. *Proměny české mládeže: česká mládež v pohledu sociologických výzkumů*. Vyd. 1. Praha: Petrklíč, 2000. 291 s. ISBN 80-7229-042-8.

SAUNDERS, Grace. *Průvodce spokojeným mateřstvím: [tipy a rady z oblasti výživy, životního stylu a partnerských vztahů]*. Vyd. 1. Brno: Computer Press, 2007. 222 s. ISBN 978-80-251-1827-6.

SELUCKÝ, Radoslav. *Člověk a jeho volný čas: pokus o ekonomickou formulaci problému*. 1. vyd. Praha: Československý spisovatel, 1966. 203, [3] s. Život kolem nás; Sv. 62.

SOKAČOVÁ, Linda, ed. *Kariéra, rodina, rovné příležitosti: výzkumy postavení žen a mužů na trhu práce*. Praha: Gender Studies, 2006. 25 s. ISBN 80-86520-12-9.

STAŠOVÁ, Leona, SLANINOVÁ, Gabriela a JUNOVÁ, Iva. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Vydání: první. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. 212 stran. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-567-7.

ŠPIDLA, Vladimír. Kapitola 1. In *Práce a péče: proměny "rodičovské" v České republice a kontext rodinné politiky Evropské unie*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2008. 163 s. Knihnice Sociologické aktuality; sv. 18. ISBN 978-80-86429-94-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Školní poradenská psychologie pro pedagogy*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2005. 430 s. ISBN 80-246-1074-4.

ŽUMÁROVÁ, Monika. Odras volnočasových aktivit v životním způsobu mládeže. In *Socialia 2004. Sborník příspěvků z mezinárodní konference konané v Hradci Králové 14. – 15. 10. 2004 -1. díl*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2005. s. 19-23. ISBN 80-7041-247-X.

Seznam tabulek a grafů

Tabulka 1 - Přehled výroků – vnímání volného času	62
Tabulka 2 - Přehled výroků - důležitost volného času.....	65
Tabulka 3 - Přehled výroků - plánovitost volného času	68
Graf 1 - Složení zkoumaného souboru z pohledu počtu dětí (zdroj vlastní)	56
Graf 2 - Výzkumný soubor dle pracovního zařazení žen na RD (zdroj vlastní)	56
Graf 3 - Složení zkoumaného souboru z hlediska věku (zdroj vlastní)	57
Graf 4 - Složení zkoumaného souboru dle vzdělání (zdroj vlastní)	58
Graf 5 - Složení dle správního obvodu, ve kterém respondentky žijí (zdroj vlastní)	59
Graf 6 - Vnímání vlastní aktivity před mateřstvím (zdroj vlastní)	61
Graf 7 - Porovnání vnímání aktivních a neaktivních žen (zdroj vlastní).....	63
Graf 8 - Porovnání vnímání důležitosti starších a mladších žen (zdroj vlastní).....	66
Graf 9 - Porovnání plánovitosti žen s vyšším a nižším vzdělání (zdroj vlastní)	69

PŘÍLOHY

Příloha A - Ukázka internetové verze dotazníku (print screen)

Příloha B - Ukázka výstupu vyplněného dotazníku

Příloha A - Ukázka internetové verze dotazníku (print screen)

povinná otázka

4. Doplňte následující větu: „VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené je... „

Zvolte prosím na škále, ke kterému z výroků se více kloníte:

důležitý	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	nevýznamný
nabíjející	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	obtěžující
nepotřebný	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	potřebný
běžný	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	nadstandardní
důležitou složkou mého života	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	není součástí mého života
zanedbatelný	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	podstatný

povinná otázka

9. Do kterého správního obvodu obce s rozšířenou působností spadá místo, kde žijete?

- Broumov
 Dobruška
 Dvůr Králové nad Labem
 Hořice
 Hradec Králové
 Jaroměř
 Jičín
 Kostelec nad Orlicí
 Náchod
 Nová Paka
 Nové Město nad Metují
 Nový Bydžov
 Rychnov nad Kněžnou
 Trutnov
 Vrchlabí
 Jiný (uveďte název správního obvodu):

povinná otázka

10. V době před mateřstvím jste byla „aktivní člověk“:

 SOUHLASÍM

 SPÍŠE SOUHLASÍM

 NEVÍM

 SPÍŠE NESOUHLASÍM

 NESOUHLASÍM

povinná otázka

11. Doplňte následující větu z tabulky: „VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené...“

Zvolte prosím na škále, ke kterému z výroků se více kloníte:

si vždy nějak zajistím	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	mám, jen když zbyde
bez něj se klidně obejdu	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	musím mít; potřebuji ho, abych se nezbláznila
cíleně plánuji	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	nějak sám vznikne (sám se udělá)
si nemohu zařídit, je to nereálné	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	není problém si zajistit
nemám, protože na sebe dostatečně nemyslím	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	není mi hloupé myslet i na sebe, na své potřeby
potřebuji, díky němu jsem OK	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	nepotřebuji
nemám, protože svůj veškerý čas maximálně věnuji dětem	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>	je to jenom výmluva, vždy to jde nějak zařídit

povinná otázka

12. Do jaké věkové skupiny patříte?

- Do 20 let
- 21–25 let
- 26–30 let
- 31–35 let
- 36–40 let
- 41 a více let

Příloha B – Ukázka výstupu vyplněného dotazníku

#203

Pořadové číslo respondenta: 203

Unikátní ID na Vypĺňto.cz: 5872273

Datum a čas vyplnění: 2019-10-25 11:09:29

Délka vyplňování: 00.04:26

Parametry a identifikace:

1.) Nyní jste na: **Rodičovské dovolené**2.) Následující větu doplňte jedním nebo maximálně dvěma slovy: "Svůj VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené vnímám jako..." **Vzácný**3.) Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání? **Vysokoškolské magisterské vzdělání**

4.) Doplňte následující větu: „VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené je... „

4.1.) důležitý vs. nevýznamný **1**4.2.) nabízející vs. obtěžující **1**4.3.) nepotřebný vs. potřebný **5**4.4.) běžný vs. nadstandardní **5**4.5.) důležitou složkou mého života vs. není součástí mého života **1**4.6.) zanedbatelný vs. podstatný **5**5.) Nyní jste na rodičovské (mateřské) dovolené vedena jako: **Zaměstnankyně**6.) Kolik máte dětí? **1**7.) Uveďte věk vašeho dítěte / vašich dětí: **1 rok**

8.) Zhodnoťte následující výroky:

8.1.) Mám právo na volný čas jako každý jiný vs. Nemůžu si nárokovat volný čas na úkor rodiny, dětí, či jiných osob **1**8.2.) Vůbec nebudím na své zájmy a potřeby vs. Vědomě se snažím postarat se o vlastní potřeby a zájmy **5**

8.3.) Chtěla bych mít více VČ pro sebe (dobu bez dětí a věnovat se svým zájmům, potřebám apod.) vs. Péče o dítě (dětí) mne maximálně

naplňuje, a proto nemám potřebu mít VČ pro sebe **1**8.4.) Není nikdo, kdo by mi pomohl s dětmi vs. Okolí mi pomáhá s dětmi **2**8.5.) Každý, v jakékoli životní etapě, potřebuje volný čas vs. Nemít čas pro sebe na rodičovské dovolené je normální **1**8.6.) Není to moje vina, že mám málo VČ vs. Můžu si za to sama, že mám málo VČ **1**8.7.) Neumím odložit dítě bez výčitek vs. Umím odložit dítě a nemít výčitky **5**8.8.) Neupínám se jen na své dítě, ale hledám vyžití i pro sebe vs. Upnula jsem se na své dítě, protože mi nic jiného nezbyvá **1**

8.9.) Jsem přesvědčena, že se ode mne očekává, že na RD je normální nemít VČ vs. Názor, že žena na RD nemá nárok na VČ je zastaralý

58.10.) Nechci, aby se někdo staral o mé děti, chci se postarat sama vs. Chci (chtěla bych), aby mi někdo s dětmi pomáhal **5**8.11.) Stále zkouším nové způsoby jak si zajistit VČ vs. Nehledám cesty jak si udělat VČ, je to zbytečné **1**9.) Do kterého správního obvodu obce s rozšířenou působností spadá místo, kde žijete? **Náchod**10.) V době před mateřstvím jste byla „aktivní člověk“: **souhlasím**

11.) Doplňte následující větu z tabulky: „VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené...“

11.1.) si vždy nějak zajistím vs. mám, jen když zbyde **5**11.2.) bez něj se klidně obejdu vs. musím mít; potřebuji ho, abych se nezbláznila **5**11.3.) cíleně plánuji vs. nějak sám vznikne (sám se udělá) **1**11.4.) si nemohu zařídit, je to nereálné vs. není problém si zajistit **3**11.5.) nemám, protože na sebe dostatečně nemyslím vs. není mi hloupé myslet i na sebe, na své potřeby **5**11.6.) potřebuji, díky němu jsem OK vs. nepotřebuji **1**11.7.) nemám, protože svůj veškerý čas maximálně věnuji dětem vs. je to jenom výmluva, vždy to jde nějak zařídit **3**11.8.) nemůžu bez něj vůbec být vs. snadno se bez něj obejdu **1**11.9.) neumím najít, nejsem schopna si uspořádat povinnosti vs. si vždy vyčlením, umím si zorganizovat povinnosti **4**11.10.) bez něj jsem zcela vyčerpaná - nefunguji vs. nepotřebuji ho, i když jsem vyčerpaná **1**11.11.) si umím prosadit a není mi to hloupé vs. velmi mne trápí pocit, že je na úkor někoho jiného **2**11.12.) nepotřebuji, mám jiný způsob „jak dobít baterky“ vs. potřebuji „dobít si tak baterky“ **5**12.) Do jaké věkové skupiny patříte? **31-35 let**

13.) Chcete-li se ještě vyjádřit k tématu „Volný čas žen na rodičovské dovolené“, využijte prosím následujícího prostoru

Příloha B – Ukázka výstupu vyplněného dotazníku

#501

Pořadové číslo respondenta: 501

Unikátní ID na Vypĺňto.cz: 5909252

Datum a čas vyplnění: 2019-11-20 10:07:24

Délka vyplňování: 00.20:46

Parametry a identifikace:

1.) Nyní jste na: **Rodičovské dovolené**

2.) Následující větu doplňte jedním nebo maximálně dvěma slovy: "Svůj VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené vnímám

jako..." **Téměř nereálný**3.) Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání? **Úplně střední odborné s maturitou**

4.) Doplňte následující větu: „VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené je... „

4.1.) důležitý vs. nevýznamný **1**4.2.) nabízející vs. obtěžující **1**4.3.) nepotřebný vs. potřebný **5**4.4.) běžný vs. nadstandardní **3**4.5.) důležitou složkou mého života vs. není součástí mého života **2**4.6.) zanedbatelný vs. podstatný **4**5.) Nyní jste na rodičovské (mateřské) dovolené vedena jako: **Nezaměstnaná**6.) Kolik máte dětí? **2**7.) Uveďte věk vašeho dítěte / vašich dětí: **5 let a 2 měsíce, 11měsíců**

8.) Zhodnoťte následující výroky:

8.1.) Mám právo na volný čas jako každý jiný vs. Nemůžu si nárokovat volný čas na úkor rodiny, dětí, či jiných osob **3**8.2.) Vůbec nebudím na své zájmy a potřeby vs. Vědomě se snažím postarat se o vlastní potřeby a zájmy **4**

8.3.) Chtěla bych mít více VČ pro sebe (dobu bez dětí a věnovat se svým zájmům, potřebám apod.) vs. Péče o dítě (dětí) mne maximálně

naplňuje, a proto nemám potřebu mít VČ pro sebe **3**8.4.) Není nikdo, kdo by mi pomohl s dětmi vs. Okolí mi pomáhá s dětmi **2**8.5.) Každý, v jakékoli životní etapě, potřebuje volný čas vs. Nemít čas pro sebe na rodičovské dovolené je normální **3**8.6.) Není to moje vina, že mám málo VČ vs. Můžu si za to sama, že mám málo VČ **2**8.7.) Neumím odložit dítě bez výčitek vs. Umím odložit dítě a nemít výčitky **2**8.8.) Neupínám se jen na své dítě, ale hledám vyžití i pro sebe vs. Upnula jsem se na své dítě, protože mi nic jiného nezbyvá **4**

8.9.) Jsem přesvědčena, že se ode mne očekává, že na RD je normální nemít VČ vs. Názor, že žena na RD nemá nárok na VČ je zastaralý

58.10.) Nechci, aby se někdo staral o mé děti, chci se postarat sama vs. Chci (chtěla bych), aby mi někdo s dětmi pomáhal **2**8.11.) Stále zkouším nové způsoby jak si zajistit VČ vs. Nehledám cesty jak si udělat VČ, je to zbytečné **4**9.) Do kterého správního obvodu obce s rozšířenou působností spadá místo, kde žijete? **Dobruška**10.) V době před mateřstvím jste byla „aktivní člověk“: **souhlasím**

11.) Doplňte následující větu z tabulky: „VOLNÝ ČAS na rodičovské dovolené...“

11.1.) si vždy nějak zajistím vs. mám, jen když zbyde **4**11.2.) bez něj se klidně obejdu vs. musím mít; potřebuji ho, abych se nezbláznila **4**11.3.) cíleně plánuji vs. nějak sám vznikne (sám se udělá) **1**11.4.) si nemohu zařídit, je to nereálné vs. není problém si zajistit **3**11.5.) nemám, protože na sebe dostatečně nemyslím vs. není mi hloupé myslet i na sebe, na své potřeby **2**11.6.) potřebuji, díky němu jsem OK vs. nepotřebuji **2**11.7.) nemám, protože svůj veškerý čas maximálně věnuji dětem vs. je to jenom výmluva, vždy to jde nějak zařídit **2**11.8.) nemůžu bez něj vůbec být vs. snadno se bez něj obejdu **3**11.9.) neumím najít, nejsem schopna si uspořádat povinnosti vs. si vždy vyčlením, umím si zorganizovat povinnosti **4**11.10.) bez něj jsem zcela vyčerpaná - nefunguji vs. nepotřebuji ho, i když jsem vyčerpaná **4**11.11.) si umím prosadit a není mi to hloupé vs. velmi mne trápí pocit, že je na úkor někoho jiného **5**11.12.) nepotřebuji, mám jiný způsob „jak dobít baterky“ vs. potřebuji „dobít si tak baterky“ **4**12.) Do jaké věkové skupiny patříte? **26-30 let**

13.) Chcete-li se ještě vyjádřit k tématu „Volný čas žen na rodičovské dovolené“, využijte prosím následujícího prostoru: