Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

# BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2013 Zdenka Nováková

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

# "Životní styl a životní spokojenost ve vybrané profesní skupině - modelingu"

Bakalářská práce

Autorka práce: Zdenka Nováková

Vedoucí práce: Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

Olomouc 2013

**Bibliografická identifikace**

**Jméno a příjmení autora:** Zdenka Nováková

**Název závěrečné písemné práce :** Životní styl a životní spokojenost ve vybrané profesní skupině - modelingu

**Pracoviště:** Katedra rekreologie

**Vedoucí bakalářské práce:** Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

**Rok obhajoby:** 2012

**Abstrakt:**

Tato bakalářské práce se zabývá zjištěním životního stylu a životní spokojenosti v profesní skupině modelingu.

Teoreticko-metodologická část pojednává o pojmech spojených s tématem životní styl, životní spokojenost, modelka, modeling, historie modelingu, dále o psychosociálních rizicích souvisejících s profesní skupinou modelingu i o možném ovlivňování médii.

V empirické části vyhodnotím výzkum pomocí dotazníku životní spokojenosti autorů Jochena Fahrenberga, Michaela Myrteka, Jörga Schumachera a Elmara Brählera.

Cílem práce je zjistit a popsat úroveň životního stylu a spokojenosti v modelingovém odvětví.

**Klíčová slova :** modeling, životní styl, životní spokojenost

Souhlasím s půjčováním závěrečné písemné práce v rámci knihovních služeb.

**Bibliographical identification**

**Author´s first name and surname:** Zdenka Nováková

**Title of bachelor thesis:** Lifestyle and life satisfaction in a selected professional group - modeling

**Department:** Department of Recreology

**Supervisor:** Michal Šafář, Mgr., Ph.D.

**Year of bachelor thesis defense:** 2012

**Abstract:**

This thesis deals with the finding of lifestyle and life satisfaction in the professional group modeling.

Theoretical and methodological section covers concepts that are related to the topic of lifestyle, life satisfaction, model, modeling, modeling history, various psychosocial risks related to selected occupational group as well as the potential influence by the media. In the empirical part, I will evaluate research using a life satisfaction questionnaire of following authors: Jochen Fahrenberg, Michael Myrtek, Jörg Schumacher and Elmar Brähler.

The aim is to identify and describe the level of lifestyle and satisfaction of the modeling industry.

**Keywords:** modeling, lifestyle, life satisfaction

I hereby agree with the circulation of the bachelor thesis within the framework of the library services.

**Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je původní a zpracovala jsem ji samostatně. Prohlašuji, že citace použitých pramenů je úplná a neporušila jsem autorská práva (ve smyslu zákona č.121/2000 Sb. O právu autorském a o právech souvisejících s právem autorským).

V Brně, dne 20.listopadu 2012 ……

Podpis

**Poděkování**

Děkuji Mgr. Michalu Šafářovi, Ph.D., vedoucímu mé bakalářské práce, za odborné vedení, vstřícný a povzbuzující přístup a cenné rady.

Také děkuji všem respondentkám za jejich ochotu při vyplňování dotazníků, neboť bez nich by tato práce nemohla vzniknout.

Děkuji za podporu své rodině.

Zdenka Nováková

**1 ÚVOD** ..... **1**

**2 SYNTÉZA POZNATKŮ** ..... **2**

2.1. ŽIVOTNÍ STYL ..... 2
2.2 MODELING ..... 3
2.2.1 Manekýna, modelka ..... 3
2.2.2 Předpoklady pro vstup do modelingu ..... 4
2.2.2.1 Tělesné předpoklady ..... 4
2.2.2.2 Povahové předpoklady, charisma ..... 5
2.2.3 Modeling v České republice ..... 7
2.3 AKCELEROVANÉ DOSPÍVÁNÍ ..... 8
2.3.1 Vývoj dospívání ..... 8
2.3.2 Formování osobnosti ..... 9
2.3.3. Akcelerované dospívání, vliv modelingu ..... 10
2.4 PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY ..... 11
2.4.1 Mentální anorexie ..... 14
2.4.2 Mentální bulimie ..... 15
2.4.3 Poruchy příjmu potravy a módní průmysl ..... 17
2.5 OVLIVNĚNÍ MÉDII ..... 19
2.6 OMAMNÉ A PSYCHOTROPNÍ LÁTKY ..... 21
2.6.1 Omamné a psychotropní látky v modelingu ..... 23
2.7 ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST, MOTIVACE ..... 23

**3 CÍLE PRÁCE** ..... **26**

3.1 VÝZKUMNÁ OTÁZKA ..... 26

**4 METODIKA** ..... **27**

4.1. ORGANIZACE VÝZKUMU ..... 27
4.2. DOTAZNÍK ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI ..... 27
4.3. POPIS ZKOUMANÉ POPULACE ..... 29

**5 VÝSLEDKY A DISKUZE** ..... **31**

5.1. VYBRANÉ OTÁZKY Z DOTAZNÍKU ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI: ..... 31

**6 ZÁVĚR** ..... **51**

**7 SOUHRN** ..... **53**

**8 REFERENČNÍ SEZNAM** ..... **55**

**9 PŘÍLOHY** ..... **58**

# 1 ÚVOD

Dané téma práce jsem si vybrala z několika důvodů, především proto, že o životním stylu modelek existují pouze kusé informace. Dlouhé roky jsem se pohybovala v modelingové branži a dodnes často dostávám velké množství otázek k tomuto tématu. Chtěla bych popsat reálný život v tomto odvětví a pokusit se jej čtenáři přiblížit. V modelingu se vyskytuje celá řada profesí: modelky, fotografové, vizážisté, kadeřníci, asistenti fotografů, zaměstnanci modelingových agentur, reklamních agentur, castingových agentur, produkčních agentur, choreografové, návrháři a mnohé další. Na následujících stranách se budu věnovat převážně životnímu stylu modelek. Moje osobní zkušenost a znalost prostředí považuji za velkou výhodu, proto věřím, že ji v této práci zúročím a můj popis bude přínosný. Byla bych ráda, kdyby tato práce mohla pomoci lidem, kteří jsou přespříliš ovlivňováni médii. Zejména mladé dívky a čím dál tím častěji i chlapci se srovnávají s editoriály a titulními stránkami časopisů. Ty jsou velmi často nerélně upravené a to bohužel významně ovlivňuje jejich pohled natělesné proporce, psychiku i sociální vztahy. Nezřídkakdy bývají upravené postavy v médiích pro mladé lidi vzorem a touha po nich se může stát jedním z faktorů, který se podílí na vzniku poruch příjmu potravy.

Vzhledem ke stoupající duševní i fyzické zátěži a stoupajícím požadavkům na odreagování se a kvalitní využití volného času ve všech oblastech považuji nahlédnutí do této oblasti za zajímavé i z rekreologického hlediska. Tak jako každá činnost a práce má i působení v modelingu světlé i stinné stránky. Ke světlým stránkám, které tato profese přináší bych jednoznačně přiřadila rozšiřování obzorů, učení se novým věcem, jazykům, kulturám, etiketě, vzdělávání se po mnoha dalších stránkách. Mezi ty stinné bych zařadila samotu, odloučení od rodiny a blízkých na dlouhé měsíce, zrychlené dospívání, velkou zodpovědnost v nízkém věku i nástrahy, které mohou ovlivnit velkou část života. Celé je to o přístupu a životním stylu, který si zvolíte a vyberete.

# 2 SYNTÉZA POZNATKŮ

## 2.1. Životní styl

Životní styl může být charakterizován rozličnými způsoby dle jednotlivých vědních oborů, ale také podle zaměření konkrétních autorů. Za životní styl je možno označit soubor životních forem, které jedinec aktivně prosazuje. Může se jednat o souhrn individuálních postojů, hodnot, mezilidských vztahů, zájmů, výživy, telesného pohybu, organizaci volného času a dovedností odrážejících se ve všech činnostech člověka. Podstatnou položkou by měla být i hodnotová orientace člověka, hierarchie hodnot jež vyznává, nebo materiální i sociální podmínky, ve kterých žije. Životní styl je v širším kontextu ovlivňován i životním způsobem společnosti, ve které jedinec či skupina žijí.

Ze sociologického hlediska je možno uchopit pojem následovně: „...komplex psaných a nepsaných norem a identifikačních vzorů, souhrn životních podmínek, na které lidé berou ohled ve vzájemných vztazích a chování. Podoba životního stylu je ovlivněna životním cyklem, společenskými rolemi, tradicí.“ (Jandourek, 2001, 243)

Veškeré dostupné informace o životním stylu se shodují na možnosti zkoumání z mnoha různých úhlů a hledisek. Čeledová, Čevela (2010) se přiklánějí k tomu, že není možné ani vhodné obecně vymezit obsah pojmů životní způsob a životní styl.

Dreikursová-Fergusonová (1993) uvádí, že dle Alfreda Adlera se životní styl formuje již v předškolním věku na základě povahy a během života se nemění. Povahu dítěte vysvětluje jako určitý plán pro další způsob života, kdy na základě opakování jistých obtíží jež dítě nalézá a pociťuje a vytváří své zkušenosti prostřednictvím interpretací svého jednání a cíle, tím vytváří svoji osobnost a ze způsobu života vzniká životní styl.

„J.Dufková rozlišuje životní styl jednotlivce a životní styl skupin. Zatímco pod životním stylem jednotlivce je možné rozumět konzistentní životní způsob jedince, jehož jednotlivé části si navzájem odpovídají a jsou ve vzájemném vztahu, vycházejí z jednotného základu a mají společné jádro, které se jako červená linie prolíná všemi podstatnými činnostmi , životní styl skupiny představuje typické společenské rysy životního způsobu, které jsou příznačné pro převážnou většinu členů nějaké skupiny – profesní skupiny, či skupiny vytvářející se v souvislosti s povoláním...“(Čeledová, Čevela, 2010, 50)

Zamyšlení ohledně životního stylu přímo vybízí k navázání na zdravý životní styl, jelikož zdraví je klíčovým aspektem ovlivňující kvalitu našeho života. O zdraví je třeba kvalitně pečovat, jelikož bez něj, při nemožnosti vše naplno prožít ztrácí vše ostatní svůj význam. Podle Světové zdravotnické organizace (World Health Organization - WHO) je zdraví stav, kdy se člověk cítí naprosto dobře, a to jak po stránce fyzické, psychické, tak i sociální. Rizikovým faktorem vážných onemocnění není jen genetická výbava, ale kombinace genetických dispozic, vlivu prostředí a volby životního stylu. (Čeledová, Čevela, 2010)

## 2.2 Modeling

### 2.2.1 Manekýna, modelka

Název manekýna byl odvozen z francouzského slova mannequin, označoval figuru ve tvaru lidského těla. Tyto figury byly vyráběny ze dřeva, nebo lepenky a sloužily k vystavení oděvu, podobně jako krejčovské panny. Jako první začal pravidelné módní přehlídky pořádat anglický návrhář Charles Frederick Worth, zakladatel pařížského vysokého krejčovství (haute couture). Přehlídky zahájil již okolo roku 1855 s čímž sklidil obrovský úspěch u žen převážně z vysoké evropské společnosti, šaty si u něj nechávaly šít císařovny Evženie de Montijo (francozská manželka Napoleona III.) i rakouská císařovna Alžběta Bavorská zvaná „Sissi“ (manželka císaře Františka Josefa I.).Worthovy manekýnky byly označovány jako „sosies“, jelikož byly vybírány podle postav, vzhledu a typu jeho klientek. Následovala jej Coco Chanel, která pro prezentaci modelů zaměstnávala dívky z aristokratických vrstev, platila jim málo, předpokládalo se, že se dobře vdají. (Lipovetsky, 2002)

V šedesátých letech, kdy byly populární dlouhovlasé krásky ženských tvarů Marylin Monroe, Briggite Bardot, Sophia Loren. V roce 1966 vyvěsil londýnský kadeřník Nigel Davis do výlohy svého kadeřnictví fotky krátkovlasé, velmi štíhlé dívky s velkýma silně nalíčenýma očima a nevinným dětským obličejem. Tajemstvím její vizáže údajně byly tři řady umělých řas nalepených na sobě. Kvůli enormně štíhlým nohám získala přezdívku Twiggy. (z anglického slova twigs - proutky). Dívka z výkladní skříně jeho kadeřnictví byla jeho přítelkyně Lesley Hornby – Lawson. Fotografií si všimla Deirdre McSharry, reportérka bulvárního expresu Daily express a právě v těchto novinách vyšel několik týdnů poté o mladé dívce velký článek i s titulní fotografií. Tak se zrodil fenomén šedesátých let. I v současnosti je si Lesley velmi dobře

vědoma toho, že to byla právě ona, kdo odstartoval módu extrémně štíhlých modelek, proto se snaží důrazně varovat před tvrdými dietami a trendem, který vede k mentální anorexii. Upozorňuje, že ona v tomto směru nikdy nic nepodnikala. Jako dívka údajně jedla všechno a neomezovala se. Prostě má takovou dispozici, velmi rychlý metabolismus, dnes se především snaží jíst zdravě. V současné době se věnuje moderování, boji proti výrobkům z kožešin, prosadila se s kolekcí Twiggy mrkacích panenek, propaguje kosmetiku proti stárnutí a často podporuje dobročinné akce. (http://www.twiggylawson.co.uk/)

Osmdesátá až devadesátá léta byla pro modelky zlatou érou. Modelky zvučných jmen Linda Evangelista, Cindy Crawford, Helena Christensen, Naomi Campbell, Christy Turlington byly nejlepšími světovými modelkami, byly hvězdami, byly zároveň ženské a přirozeně krásné i bez dnes tak rozšířeného počítačového programu na dokreslení nedostatků - photoshopu. V té době se modeling stal jedním z průmyslových oborů, zaznamenávajících obrovský rozvoj. Vycházel z velkého růstu celého odvětví, kterému se obecně říká módní průmysl. Uplatnění a zaměstnání v modelingu, kromě samotných modelů a modelek v něm nacházeli stovky lidí v příbuzných a souvisejících profesích: fotografové, stylisté, agenti, osobní manažeři atd. Byla to oblast dosti lukrativní a velmi psychicky i fyzicky náročná. (Svánovský, 2001)

### 2.2.2 Předpoklady pro vstup do modelingu

> Prezentace módy a nových trendů jsou propojeny s tělem a tváří modelky. Považuji módní průmysl za malou, ale velmi podstatnou a důležitou součást marketingu. Kosmetické i oděvní značky dosahují při použití vhodných marketingových strategií enormních výdělků. „Krása se stala jedním z nejžádanějších artiklů společnosti..procesy estetizace, zkrášlování, které jsou mysliteli současnosti uváděny jako výsostná hodnota postmoderny na nás přímo útočí každodenně.“ (Jirásek, 2007, 27)

Krása se proměnila z filosofické ideje v obchodní zboží.

#### 2.2.2.1 Tělesné předpoklady

Pro profesionální modelky jsou důležité míry a výška. Míry se berou v oblastech prsa-pas-boky a neměly by se příliš odchylovat od známých 90-60-90 cm, výška by

měla být 175-180 cm. Tyto tělesné parametry byly dané, proto, že odpovídají konfekční velikosti 36 a většina kolekcí módních návrhářů je šita právě v této velikosti. Dalšími předpoklady jsou perfektní pleť a kvalitní vlasy. Dívky s těmito tělesnými parametry jsou vhodné pro všechny druhy zakázek. To, jaký druh zakázek v portfoliu převládá, se odvíjí podle dalších požadavků klientů. Editoriálové typy modelek fotí převážně módu do magazínů. Preferovány jsou ostré rysy, atypické, fotogenické dívky, které je možné snadno stylizovat a měnit tak celkový vzhled. Katalogový typ fotí převážně katalogy s módou. Na tento druh focení jsou preferovány komerční, líbivé tváře. Finální fotografie působí jednoduše, je kladen důraz na focené oděvy. Modelky na přehlídky jsou většinou v horní výškové hranici (okolo 177-180 cm) a extrémně štíhlé, míry přes boky by neměly přesáhnout 89 cm. Modelky do reklam mohou být různé, záleží na konkrétním produktu a požadavkům klienta.

#### 2.2.2.2 Povahové předpoklady, charisma

Modeling býval profesí, pro kterou bylo potřeba mnoho faktorů současně, fyzické předpoklady, originální tvář, mládí, sebedůvěru, inteligenci, sebekázeň, schopnost postarat se sama o sobe, fotogeničnost, taky něco jako pozitivní vyzařování - takzvaný faktor X, což je něco jako pozitivní vyzařování. Tento faktor by se dal nazvat i charismatem.

Již v řecké antice se používalo spojení kalokagathia (kalos - krásný, kai a, i agathos –dobrý), tímto spojením vyhrazovali harmonickou jednotu tělesné krásy spojené s duševní ušlechtilostí.

> ...vděčíme za ideál, jenž je v jakékoliv souvislosti s rekreologií, zážitkovou pedagogikou, či výchovou v přírodě neopominutelný. Je to pedagogický cíl všech optimistů, kteří věří v možnost harmonického rozvoje osobnosti a působí ze všech sil k jeho naplňování....Řekové vyhrazovali harmonickou jednotu tělesné krásy spojené s duševní ušlechtilostí nejprve pro aristokratický ideál paideie, neboť výraz AGATHOS se vztahoval na dobrý, tedy urozený původ. Ale ani demokracie na tomto výchovném ideálu nic nezměnila a ztotožnění krásy se ctností, spojení pěstěného těla a moudrého, spravedlivého, uměřeného a statečného ducha ( = čtyři ctnosti formulované v řecké antice) bylo bylo akcentováno jako řecký odkaz také u humanistických vychovatelů, kteří mj.

> Zavádějí do škol tělesnou výchovu a popírají jakékoliv opovrhování tělem. (Jirásek, 2007, 10)

Dle Webera (1997) přirozenými vůdci z psychické, fyzické, hospodářské, mravní, náboženské či politické krize nebývali ustanoveni úřední představitelé, ani vykonavatelé odborné profese v dnešním slova smyslu, kteří se vyučili a vykonávali práci, za kterou byli placeni, ale byly jimi osobnosti se zvláštním telesným či duševním nadáním považovaným za nadpřirozené, což není každému dosažitelné. Tyto osoby charismatem ve svých nejvyšších projevech rozbíjí pravidla a tradici, představy o svatosti obracejí takříkajíc naruby.

> Místo piety k věcem odpradávna navyklým, a proto posvěceným, vynucuje, aby se člověk vnitřně podrobil něčemu, co tu jeste nebylo, co je absolutne jedinečné, a proto božské. V tomto ryze empirickém smyslu, bez jakéhokoli hodnocení, můžeme charisma označit za specifický "tvůrčí", revoluční moc v dějinách. (Weber, 1997, 140)

Mnohé ženy a dívky jsou krásné, ale jen některé mají to, co se dá nazvat faktorem X. V tom by měl být rozdíl mezi velkými modelkami a ženami, které jsou jenom krásné. Může to být způsobem, kterým vchází žena do místnosti, jak se na někoho podívá, jak se pohybuje. „Poznám ho hned, mám tu schopnost. Všichni ostatní používají počítače. Já se spoléhám na to, co vidím! Eileen Ford....Špičkové modelce je vlastní zenbudhistická vyrovnanost čínského starce, fyzická dokonalost bohyně krásy, mozek byznysmena z Wall street a železná vůle nositele zlaté olympijské medaile v běhu na dlouhé tratě.“ (Muhič, 1993, 28, 10)

Tak jako i v jiných odvětvích může práce v modelingu zvenčí vypadat dost jednoduše. Setkala jsem se s názory, že modelka dostane všechno zadarmo. Tato práce mnohdy vzbuzuje pocit pohody a jednoduchosti, benefitů a výhod bez investicí, tohle zdání je však mylné. Skutečnost se od vžitých představ o tomto povolání podstatně liší. Reálně modelky pracují ve světě obchodníků, kde jsou brány jako zboží. V tomto odvětví je velký nápor na psychiku, nehrají roli city ani sympatie, je nemilosrdné. Spolupracovníci nedbají na charakter ani vzdělání, záleží jen na vzhledu a na tom jak jej co nejlépe prodat a vyjádřit tak obraz o značce, který je třeba. Konkurence je velká, každý je nahraditelný, vždy bude někdo mladší a krásnější a rozhodnější čekat na svůj okamžik, nebo nový módní trend. Kladené nároky jsou stresující, modelka musí

vypadat dokonale každý den. Za žádných okolností na ní nesmí být patrná únava, nebo špatná nálada. Při tomto povolání je vždy obklopena velkou společností, ale v nitru je možno se spolehnout jen na sebe. Opravdové přátelství je v konkurenčním prostředí modelingu ojedinělé, mimo něj také velmi vzácné, protože čas na letištích, ve studiích a na přehlídkových molech na různých kontinentech mu neprospívá.

Je to práce únavná i po fyzické stránce, časné vstávání, kilometry prochozených ulic při cestách na velké množství castingů, střídají nácviky choreografií, otlaky a puchýře od vysokých podpadků nutných pro chůzi na přehlídkovém mole, hodiny strávené ve studiích a na lokacích v různých nestandartních podmínkách, potoky potu pod reflektory. V létě se fotí zimní kolekce v zimě letní, je nutno se přizpůsobit podmínkám ve studiu, v exteriéru i stále novým pracovním týmům. Náročné jsou v neposlední řadě dlouhé cesty a časté změny časových pásem, na které je nutno se ihned adaptovat. Kdykoliv se mě někdo zeptá kde momentálně žiji, s nadsázkou odpovídám: „V kufru.“ Je to psychicky náročné povolání, při kterém je třeba se obrnit, mít odvahu, sebevědomí a nepodléhat tlaku.

### 2.2.3 Modeling v České republice

Opravdu seriózní modelingové agentury v České Republice spolupracují převážně s agenturami zahraničními, kam odesílají perspektivní dívky. Při natáčení a focení reklam jak pro tuzemský, tak i zahraniční trh v komerční sféře spolupracují na místním trhu s castingovými agenturami. Vzhledem k zajímavým lokacím a příznivým cenám je po natáčení v Česku stále velká poptávka.

Profesionální agentury na místním trhu koexistují i s dalšími agenturami zacílenými na tuzemský trh, většina těchto agentur zastupuje dívky, jež pracují především na menších přehlídkách a prezentacích. Práce na lokálním trhu nebývá vysoce ohodnocena a zeměstnáno je převážně množství tzv. „glamour girls“ (glamour – poodhalená nahota a sexualita). Jedná se o dívky, které poukazují na své křivky, velmi často si těla nechávají chirurgicky upravit. Tento typ dívek převážně zdobí auto i moto salóny, nebo předvádí spodní prádlo. Na malém trhu v České republice jsou často najímány i na předvádění módních kolekcí. Více než o předvedení módní kolekce jde mnohdy o skandály, na základě kterých se předváděná značka objeví v médiích, tím se dostává do povědomí a je zviditelněna. Médii jsou tyto dívky mylně označovány jako modelky,

v zahraniční by ale tato děvčata neměla šanci uspět. Obraz těchto dívek neodpovídá úrovni světového - profesionálního modelingu.

## 2.3 Akcelerované dospívání

### 2.3.1 Vývoj dospívání

Standartní vývoj v dospívání popisují Čeledová, Čevela (2010) jako emocionální i fyzické změny, kdy se mění pohled adolescenta na sebe sama. Mladý člověk by se měl stát zodpovědnějším, naučit se dbát na své zdraví, kvalitní život, osvojit si vyváženou stravu, pravidelné cvičení, adekvátní odpočinek a vyvarovat se rizikovému chování, jako je pití alkoholu, kouření a užívání drog.

Adolescenci popisuje Vágnerová (2005) jako období dospívání, dekádu života mezi 10 – 20 rokem života. V tomto období mezi dětstvím a dospělostí dochází ke komplexní proměně osobnosti ve všech oblastech, v somatické, psychické i sociální. Specifikuje tuto dobu, jako období hledání a přehodnocování, v němž má jedinec zvládnout vlastní proměnu, dosáhnout přijatelného sociálního postavení a vytvořit si subjektivně uspokojivou zralejší formu vlastní identity.

Existují různé teorie, na základě kterých je dospívání interpretováno různým způsobem. Freud označil toto období jako genitální fázi. Psychoanalýza kladla důraz na pohlavní dozrávání a nastupující sexuální aktivitu. V tomto období by měla být překonána závislost na rodičích. Freudova dcera Anna, kladla na fázi dospívání mnohem větší důraz, než její otec, který považoval za důležitější rané dětství. Dle jejího názoru dochází k narušení osobní rovnováhy s obrannými mechanismy. Těmi by měly být intelektualizace (transformace sexuálního puzení na jinou úroveň energie projevující se intelektuální aktivitou) a asketismus (nadměrná sebekontrola a potlačení pudových tendencí).

Eriksonův model epigenetického vývoje lidské osobnosti se na základě psychosociální terapie zabývá hodnocením každé životní fáze z hlediska vývojového úkolu a případných rizik jeho nenaplnění. Za charakteristické pro tohle období považuje hledání vlastní identity, boj s pochybnostmi o začlenění do společnosti i o sobě samém.

### 2.3.2 Formování osobnosti

Dle Junga (1994) by ten, kdo chce vychovávat, měl být sám vychován. To ale údajně dost dobře nejde, protože jsme měli všichni podobný model výchovy a pokračujeme v něm. Mechanická aplikace, tedy učení nazpamět není podle Junga výchovou pro dítě ani pro vychovatele samého. Mluví se o vychovávání osobností, autor se však pozastavuje nad tím, kdo by mohl dítěti onu osobnost vštípit.

> Náš problém výchovy všeobecně trpí jednostranným poukazováním na dítě, které má být vychováno, a přávě tak jednostranným nedostatkem důrazu na nevychovanost dospělého vychovatele....Od průměrného vychovatele se naprosto nedá očekávat nic víc než od průměrných rodičů. Pokud je vychovatel dobrý odborník, musíme se s tím spokojit stejně tak jako s rodiči, kteří své dítě vychovávají co možná nejlépe. (Jung, 1994, 55)

Jung popisuje osobnost tak, že je v dítěti klíčícím zárodkem, který se pozvolna vyvíjí jen skrze život a v životě. „Bez určitosti, celosti a zrání se žádná osobnost neprojeví. Tyto tři vlastnosti nemohou a nemají být díteti vlastní, neboť by kvůli nim bylo oloupeno o dětství. Bylo by jakousi nepřirozenou, předčasně zralou náhražkou dospělého.“ (Jung, 1994, 57) V textu je uvedeno, že pokud má dítě vlastní ambice jedná se o ideály rodičů, kteří se dopouštějí výchovných zrůdností. S tímto tvrzením rozhodně nesouhlasím. V mém případě tomu tak rozhodně nebylo. S citací o ztrátě dětství a předčasné náhražce dospělého souhlasím v plném rozsahu, bohužel je tomu tak. Jestliže má, ale člověk vlastní hlavu a ambice již v útlém věku, nepřemýšlí nad tím, co mu zkušenost dá a co mu vezme. To, že se o něco ochudil na úkor něčeho jiného se dozví až s odstupem času. Beru to jako zkušenost, která nemůže být přenesena jinak než prožitkem. A z této zkušenosti jsem si do života odnesla to, že každá mince má dvě strany a vše má své klady i zápory.

> Ještě nikdy se nepodařilo imponovat přírodě dobře míněnými radami. Přírodou hýbá jen kauzálně působící nutnost. Bez nutnosti se nic nemění, nejméně pak lidská osobnost. Ta je strašně konzervativní, pokud nechceme říci rovnou inertní. Vyplašit ji dokáže jen nejnaléhavější nutnost. A tak ani vývoj osobnosti není poslušen žádného přání, žádného rozkazu, žádného rozumu, poslouchá jen nutnost; potřebuje motivující tlak vnitřního, nebo vnějšího osudu....Počin osobnostního vývoje je ve skutečnosti nepopulární odvážlivost, nesympatické

odbočení z široké ulice, poustevnické podivínství. Tak se to může zdát člověku nezasvěcenému....Poukaz na historické osobnosti dostatečně vysvětluje, proč je vývoj osobnosti ideálem a proč je námitka individualismu pohanou. Velikost historických osobností nikdy nespočívala v jejich absolutním podrobení konvenci, ale tkvěla naopak v jejich osvobození od konvence a ve spásné svobodě. Vyčnívaly jako vrcholky hor z masy, která setrvávala v zajetí kolektivních úzkostí, přesvědčení, zákonů a kolektivních metod a volily si vlastní cestu. A obyčejnému člověku vždycky připadalo podivné, že někdo před vyšlapanou cestou a známými cíli dává přednost strmé a úzké stezce vedoucí do neznáma. Proto se také mělo za to, že pokud takový člověk není šílený, jistě v něm sídlí démon, nebo bůh; neboť ten zázrak, že by to mohl někdo dělat jinak, než jak to lidstvo odedávna dělalo, se dal vysvětlit jen nadáním démonickou silou nebo božským duchem....Je to skutečnost, která se označuje jako povolání: iracionální faktor, který osudově pudí k emancipaci ze stáda a z cest, jež stádo vyšlapalo. Opravdová osobnost má vždycky vnitřní povolání a věří v ně... (Jung, 1994, 59 - 61)

### 2.3.3. Akcelerované dospívání, vliv modelingu

Pro kariéru modelky je důležité správné načasování, žádoucí je aby na sobě začínaly budoucí modelky pracovat už jako náctileté. Když jsou do světa vyslány takto časně, stává se, že jsou přímo nuceny rychle dospět, okolnosti je přimějí. Ten, kdo se rozhodne pro tuto profesi, měl by být opravdu silná osobnost a taky se připravit téměř na všechno. Málo kdo si umí představit, co všechno tato práce obnáší, pro náctiletého člověka je tento svět plný představ a lákadel, ale následně je to velký nápor, ale i velká výzva. Já jsem velmi vděčná za mé zahraniční zkušenosti. Vděčím rodičům, za to, že díky jejich normální výchově jsem se dokázala vyhnout nástrahám alkoholu a drog a naučila se postarat sama o sebe.

V osobním kontaktu vyhlížejí o mnoho mladší. Za jejich bujnými, mladými, pružnými těly a dokonalými tvářemi se občas mihne cosi dětského. Příliš brzy dospěly. Úspěch budou mít jenom ty, které si uchovají tělo sedmnáctileté dívky a získají životní moudrost padesátileté ženy. (Muhič, 1993)

## 2.4 Poruchy příjmu potravy

Většina lidí těžko toleruje fyzickou bolest, stres a utrpení spojené s hladověním. Poruchy příjmu potravy tak mohou pro některé představovat hledání způsobu, jak pomocí hladovění či přejídání stresu uniknout a vyrovnat se s tíživou situací. Bohužel tento proces, přináší-li úlevu, tak pouze. Poté mohou nastupovat různé nepříjemné následky a komplikace, když je tento přístup používán častěji. (Papežová, 2003)

V šedesátých letech sestavili američtí psychologové Holmes a Rahe při zkoumání nemocnosti a umírání vlidské společnosti tabulku, ze které je možno určit míru stresu a zátěže (Tabulka 1.). Body přiřazené ke každé stresující události se sčítají, během 24 měsíců by nemělo být přesaženo 200 varovných bodů, jinak oslabenému organismu hrozí zdravotní obtíže.

**Tabulka 1. Škála životních událostí měřící stres z hlediska životních změn**

| | |
|---|---|
| smrt manžela či manželky | 100 |
| rozvod | 73 |
| rozchod manželů | 65 |
| vězení | 63 |
| smrt blízkého člena rodiny | 63 |
| lehčí nehoda nebo choroba | 53 |
| sňatek | 50 |
| ztráta zaměstnání | 47 |
| odchod do důchodu | 45 |
| choroba blízké osoby | 44 |
| těhotenství | 40 |
| narození dítěte | 39 |
| negativní změna příjmů | 38 |
| smrt přítele | 37 |
| změna zaměstnání | 36 |
| manželský spor | 36 |
| odchod dítěte z domova | 29 |
| konflikt s tchyní | 29 |
| nástup do nového zaměstnání | 28 |
| konflikt s nadřízeným | 23 |
| změna bydliště | 20 |
| změna rytmu spánku a bdění | 15 |
| drobný právní přestupek | 11 |

Zdroj: Jaro Křivohlavý, Jak zvládat stres, 1994

Vysvětlivky:

- 150 - 200 bodů: mírné ohrožení stresovými vlivy.
- 200 - 300 bodů: varovný stav, při překročení 250 bodů se organismus ocitá na pokraji vlastních rezerv.
- 300 a více bodů: vysoké riziko (měla by se podniknout protiopatření).

Tato onemocnění mohou vznikat převážně při stresových situacích, ale také při pocitech méněcennosti. Štíhlost je totiž všeobecně vnímána jako výsledek úspěšné sebekontroly a to bez ohledu na to jak jí bylo dosaženo. Při vzniku onemocnění hraje vekou roli i genetika. Papežová (2003) uvádí, že podle literatury tvoří genetický podíl 50-90 % při vzniku anorexie a 35-83 % u bulimie nervosa. U geneticky zranitelnějších lidí může rodinná dispozice spočívat v dědění některých povahových rysů, které jsou pro vznik onemocnění rizikové. Může se jednat o úzkostnost, či jedince citlivé na stres. Příbuzné ženského pohlaví jsou v největším riziku. Pro ženy je riziko mentální anorexie nejméně desetkrát vyšší než pro muže. Dříve byl výskyt těchto onemocnění u mužů vzácný. Některé autory vedl k předpokladu, že tito muži mají sklon k homosexualitě, nebo mají jinak narušený sexuální život. Příčinná souvislost mezi uvedeným se však neprokázala. (Krch, 2002)

**Tabulka 2. – Srovnání mentální anorexie a mentální bulimie.**

| SROVNÁNÍ ANOREXIE A BULIMIE | | |
|---|---|---|
| | **MENTÁLNÍ ANOREXIE** | **MENTÁLNÍ BULIMIE** |
| **Pokles hmotnosti** | výrazný nebo zastavení váhového přírůstku u dětí | mírný pokles nebo naopak zvýšení hmotnosti |
| **Amenorea (vynechávání menstruace)** | 60 – 100 %, podle poklesu hmotnosti a hormonální substituce | 10 – 30 % |
| **Navozené zvracení** | 15 – 30 % | 75 – 90 % |
| **Sebekontrola** | vystupňovaná | oslabená |
| **Jídelní chování** | pomalé jídelní tempo, malá sousta, vybíravost, nízký příjem tekutin | spíše rychlejší jídelní tempo, větší sousta, obvykle velký příjem tekutin |
| **Počátek obtíží** | 13 – 20 rok, výjimečně později | 14 – 30 rok, výjimečně dříve |
| **Pohlaví nemocných ženy:muži** | (10 – 15) : 1 | 20 : 1 |
| **Výskyt v rizikové populaci (ženy 15-30 let)** | 0,5 – 0,8 % | 2,5 – 6 % |
| **Deprese** | 10 – 60 % | 20 – 90 % |
| **Užívání alkoholu** | výjimečně | často |
| **Významné zlepšení** | 20 – 75 % | 60 -85 % |
| **Náhled chorobnosti** | minimální, vzrůstá s rostoucími obtížemi | zvýrazněný v případě přejídání, nízký v případě diet |
| **Motivace k léčbě** | z donucení obtížemi nebo okolím | snaha zbavit se přejídání, někdy snaha zhubnout |

Zdroj: František D. Krch, Bulimie - Jak bojovat s přejídáním (2008, s.23)

Krch (2002) popsal faktory posilující strach z tlošťky. Mohou být kulturní, nebo individuální.

**Mezi kulturní faktory patří:**

- Tlak médií (zejména televize) na představy a životní vzory současného člověka, jednostranné vykreslování určitých typů - kladní a úspěšní hrdinové jsou štíhlí, příliš se mluví o tom, kdo jak vypadá a média příliš zasahují do života lidí.
- Hubnoucí ideál krásy, vyhublý, nebo dětský typ módním vzorem
- Povrchní a jednostranné spojování vyhublosti se zdravím.
- Skandalizace obezity – jednostranné spojování nadváhy s leností, ošklivostí a zdravotní problémy.
- Přílišný důraz na konformitu a malá tolerance k různorodosti. Největší roli v průběhu dospívání hraje konformita s postoji vrstevníků.

**Mezi individuální faktory patří:**

- Úkostnost, pedanterie, důslednost a přílišná ctižádost.
- Nejistota dospívání, zejména je-li posílena nějakým traumatem.
- Tlošťka, nevhodná distribuce tělesného tuku.
- Zdravotní problémy spojené s dietou.

Léčba poruch příjmu potravy by měla podobně jako u jiných forem návykového chování obsahovat více rovin, týkat se tělesného zdraví a vnitřního prostředí organismu psychiky nemocného, i rodiny, z níž pochází. Taky brát v úvahu i širší sociální kontext a vlivy, jimž je postižený člověk vystaven. Lze využívat skupinovou i rodinnou terapii, dynamické i kognitivně behaviorální postupy, skupinovou i hromadnou terapii, poradenství, vhodné léky a u části nemocných i svépomocné příručky. (Nešpor, 2007)

### 2.4.1 Mentální anorexie

Psychická nemoc, kdy postižený člověk odmítá příjmat potravu a má zkreslené představy o vlastním těle, cítí se být tlustý a cítí se lépe, když nejí. Příznaků bývá celá řada: odmítání stravy, rapidní pokles váhy (15 a více %), neklid, používání laxativ a

diuretik, dlouhé přežvykování i malého množství potravy a následné výčitky. Z tohoto plyne mnoho zdravotních komplikací: migrény, nespavost, nízký tlak, zácpa, deprese, selhání ledvin, řídnutí kostí, chudokrevnost, neplodnost až smrt. Mentální anorexii nezřídka spouští rozvod rodičů, trauma z dětství, pohlavní zneužívání, komplikované vztahy a konflikty v rodině. Dříve tohle onemocnění postihovalo především dívky ve věku 12-19 let, dnes již nesou vyjímkou ženy okolo třiceti let, říká se tomu „syndrom zoufalých manželek“, podle stejnojmeného seriálu. Ženy jsou ovlivňovány štíhlými hrdinkami seriálů. Stále se zvyšuje počet žen ve středním věku, které touží vypadat dokonale, tak jako postavy ze seriálu Zoufalé manželky, chtějí být úspěšné a zvládat více než dokážou. Obvykle se jim nedaří tolik, kolik by si představovaly, jsou nešťastné, že nestíhají nic podle svých představ a uchylují se k drastickým dietám. (http://www.smh.com.au/lifestyle/beauty/desperate-housewives-syndrome-20120529-1zgoa.html)

> Anorexie má delší historii – první lékařský popis se přičítá Richardu Mortonovi v roce 1694. Popisuje dva případy odmítání jídla u dívky a chlapce. V 19. století William Gull a Charles Lasegue (1868 a 1888) upozornili lékařskou veřejnost na další případy, které byly podobné těm předchozím i současným. Jednalo se vždy o extrémní vyhubnutí a nadměrnou aktivitu. V české odborné literatuře popsali první případy poruchy příjmu potravy a jejich léčbu na interním a neurologickém oddělení Jonáš (1941) a Janota (1946). (Papežová, 2003, 26)

### 2.4.2 Mentální bulimie

Stejně tak jako mentální anorexie je bulimie psychickým onemocněním, vyžadujícím psychoterapii a odbornou pomoc. Bulimie je považována za chorobnou poruchu jednání. Tato nemoc spočívá v záchvatech přejídání, během kterých nemá postižená osoba žádnou kontrolu nad svým jednáním, ani nad množstvím zkonzumované stravy. Následuje vyvolané zvracení a výčitky. Tyto excesy mohou být kombinované s obdobím hladovění. Postižení jedinci takto reagují obzvláště ve stresových situacích, kdy vnímají jídlo jako příjemnou náhražku za potlačované potřeby. Onemocnění vzniká převážně u nevyrovnaných, impulzivních osob s nízkou snášenlivostí frustrace, jejich počínání nelze potlačit vůlí, následkem čehož se podceňují a vyznačují se depresivním a podrážděným chováním. Mají sklony k sebepoškozování

(řezné rány, trhání vlasů). Hmotnost bulimiků bývá na rozdíl od anorektiků většinou normální, ale velmi často se mění. Stejně jako u anorexie se často jedná o lidi ze střední nebo vyšší vrstvy populace. Postižený užívá projímadla a prostředky na odvodnění a pacienti se trvale zaobírají svojí postavou. 40% anorektiček trpí anorexií kombinovanou s bulimií. (http://bulimie.ordinace.biz/)

> Mentální bulimie je syndrom charakterizovaný opakujícími záchvaty přejídání a přehnanou kontrolou tělesné váhy, které vedou pacienta k aplikaci krajních opatření, aby zmírnil „tloušťku vyvolávající“ účinky požité potravy. Termín by se měl omezit na formu poruchy, která je stejnou psychopatologií příbuzná mentální anorexii. Výskyt podle věku a pohlaví je podobný jako u mentální anorexie, ale věk při začátku onemocnění bývá nepatrně vyšší. Poruchu je možno pokládat za následek trvající mentální anorexie (i když může dojít i k opačníému pořadí). (Nešpor, 2007, 41)

Dle Nešpora (2007) je pro definitivní diagnózu mentální bulimie zapotřebí, aby byly přítomny všechny následující faktory:

- Neustálé zabývání se jídlem, neustálá touha po jídle, jezení velkých dávek jídla během krátké doby.
- Snaha potlačení přibírání vyprovokovaným zvracením, zneužíváním projímadel, střídavými obdobími hladovění, užíváním léků poptlačujícími přibírání tzv. anorektika (thyreoidní preparáty, nebo diuretika). Úmyslné zanedbávání léčby u diabetických pacientů.
- Vymezení přesného váhového prahu, který je nižší než lékařem určený optimální, nebo zdravý. Často je v anamnéze dřívější epizoda anorexie.

První případ bulim-anorexie byl popsán v roce 1976 u vysokoškolských studentek. Roku 1979 anglický profesor Bernand Russel poprvé popsal bulimii jako zlověstnou formu anorexie nervosa a 1980 se syndrom bulimie poprvé dostal do americké klasifikace nemocí (DSM-III). 1980-1982 poukazují americké i anglické studie na skutečnost, jak je bulimie v populaci častá a objevuje se literatura o účinnosti kognitivně-behaviorální terapie a antidepresiv. 1987 se bulimie objevuje i v evropské klasifikaci (MKN-9). (Papežová, 2003)

### 2.4.3 Poruchy příjmu potravy a módní průmysl

Móda je stále více zaměřená na štíhlost. Média stále častěji prezentují na kost vyhublé modelky, tanečnice a herečky s anorektickou váhou. Mladé dívky považují diety za přirozený způsob stravování. Na internetu jsou propagovány anorektické způsoby života jako novodobá forma náboženství a špatným příklad představuje i velmi rozšířená panenka Barbie. Děti už nepřemýšlí nad tím, že kdyby dívka měla rozměry této panenky, neudržela by se na nohou a musela by chodit po čtyřech. (Papežová 2003)

Lidé bývají ovlivňováni karierou v zábavním průmyslu, nebo vrcholovém sportu, při taneci, gymnastice, baletu, krasobruslení, dostizích, i modelingu je třeba oplývat určitými tělesnými předpoklady. Je znám případ skokanů na lyžích, kteří čím byli lehčí, tím delší mohli mít lyže a o to dále doskočili. Ambiciózní závodníci, kteří neměli přirozeně rychlé spalování, začali mít potíže s poruchou příjmu potravy a kolabovat. Následkem byla změna pravidel, byla stanovena nutnost dosažení určité hmotnosti, pro možnost závodit na delších lyžích. Často to bývají trenéři, kdo na svých svěřencích zpozorují klesající formu ve spojitosti s poruchou příjmu potravy. Na základě podvyživenosti a následném selhání organismu, infarktu myokardu, nebo zápalu plic umírá 20% anorektických dívek všech profesí, případy úmrtí anorektických modelek jsou však více medializovány. (http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10318730018-polosero/211562222000004-polosero-anorexie/titulky/)

Isabelle Caro byla modelka trpící anorexií, rozhodla se s touto nemocí bojovat a upozornit na její nebezpečí. Pózovala na šokujících fotografiích Oliviera Toscaniho, díky kterým se stala celosvětově známou, poskytovala otevřené rozhovory televizním stanicím a přednášela na školách. Toužila po normálním životě, po dětech, pracovala na tom, aby své sny uskutečnila, léčila se. Zemřela na banální infekci plic, 17.11.2010 ve věku 28let. (http://www.bbc.co.uk/news/world-europe-12091475)

**Obrázek 1. – Isabelle Caro, Nolita**

Zdroj: www.reuters.com

Na základě protestů lékařů a organizací zastupujících práva žen byla v roce 2006 ve Španělsku zahájena medializace tzv. zákazu podváhy u modelek. Cílem je zavést pozitivní a zdravé vnímání krásy pro náctileté. „Móda je zrcadlem a mnohé dospívající děti. Napodobují to, co vidí na molu," řekl Concha Guerra. (http://news.bbc.co.uk/2/hi/europe/5341202.stm)

Jako první se vyjádřili organizátoři týdne módy ve španělském Madridu: „Omezení mohou být docela šokem pro svět módy, ale jsem si jistá, že je to důležité, pokud se to týká zdraví," citovala ředitelku přehlídek Leonor Perez Pita agentura Reuters. Organizace souhlasily s použitím Body mass index neboli BMI (BMI se počítá vydělením váhy v kilogramech druhou mocninou výšky v metrech), (Tabulka 3.). Dle doporučení odborníků měly mít předvádějící modelky BMI 18,5-25. Španělská asociace módních návrhářů navíc zakázala účast modelkám pod 18let a asociace anorexie a bulimie usiluje o dodržování podmínek, v opačném případě chtějí uzákonění zákazu hubených modelek. Módní svět se proti tomu bouřil. Cathy Gould z modelingové agentury Elite v New Yorku uvedla, že módní průmysl byl využit jako obětní beránek pro nemoci spojené s hmotností. „Chápu, že chcete nastavit tento tón zdravých a krásných žen, ale co diskriminace modelek a návrhářů?" zeptala se a dodala, že kariéra přirozeně „gazelích“ typů modelek by mohla být nenávratně zničena. (http://news.bbc.co.uk/2/hi/5341202.stm)

Musím říct, že jsem v onom roce 2006 na tomto týdnu módy v Madridu byla a po shlédnutí přehlídek mohu s čistým svědomím říct, že se nic nezměnilo. Předváděly

modelky extrémě hubené, tak jak tomu bývá při „fashion weeks“ zvykem. Osobně bych se přikláněla k jinému řešení. BMI není ideální, jelikož svaly jsou těžší než tuky. Měřením taktéž nelze porovnávat, je logické, že při 180 cm jsou míry větší než při 170 cm, není možné,aby měly obě ženy při tak rozdílné výšce proklamované míry 90-60-90. Měla jsem možnost se setkat s celkem velkým množství dívek s poruchou příjmu potravy ať už působících v modelingu, nebo nikoliv a musím říct, že většina z nich nezvládala v plné míře velké pracovní nasazení a byla omezena zdravotními komplikacemi. Tyto dívky jsou na svých postech rychle nahrazovány. Média mají bezesporu obrovský podíl na utváření veřejného mínění, i co se týče vnímání krásy.

**Tabulka 3. – Vyhodnocení výpočtu BMI**

**Body Mass Index (BMI) = tělesná váha (kg) / tělesná výška $^2$ (m)**

| **BMI** | **Kategorie** | **Zdravotní rizika** |
|---|---|---|
| méně než 18,5 | Podváha | vysoká |
| 18, 5 – 24,9 | Norma | minimální |
| 25,0 – 29,9 | Nadváha | nízká až lehce vyšší |
| 30,0 – 34,9 | obezita 1. Stupně | zvýšená |
| 35,0 – 39,9 | obezita 2. stupně (závažná) | vysoká |
| 40,0 a více | obezita 3. stupně (těžká) | velmi vysoká |

Zdroj: http://www.vypocet.cz/bmi

## 2.5 Ovlivnění médii

Denně jsme ovlivňováni rodinou, přáteli, knihami které čteme, kulturou, kterou sledujeme, prostředím ve kterém jsme vyrosti a ve kterém žijeme, ale především médii, které ať už účelově, nebo podvědomně vnímáme.

V roce 2008 byly zveřejněny alarmující výsledky výzkumu společnosti Factum Invenio, který zpracovala ve spolupráci s kosmetickou značkou Dove. Dvanáctileté děti uváděly informace týkající se spokojenosti s vlastním tělem. Z výzkumu nazvaného „Dětské sebevědomí ve vztahu k fyzické kráse prezentované v médiích“ vyplynulo, že

85 % dívek a 54% chlapců by na svém těle něco změnilo, 50 % chlapců a 42 % dotázaných dívek si myslí, že štíhlá postava je důležitá k tomu, aby lidé byli v životě šťastní. S narážkami na vzhled se setkalo 56 % dívek a 51 % chlapců. Svědky šikany a zesměšňování kvůli silnější postavě bylo 59 % dívek a 52 % chlapců. Z uvedených dat vyplývá, že dívky jsou častěji nespokojené se svojí postavou potažmo vzhledem, je to přisuzováno změněným a nereálným kráskám prezentovaným v médiích. Zatímco dívky se trápí se štíhlostí, pozornost chlapců je ubírána na svalnaté muže, jež jsou v posledních letech k vidění v médiích, také jsou pod zvýšeným tlakem a neprospívá to jejich sebevědomí. (http://www.ogilvypr.cz/pages/kstudie.php?ID=44)

Modelky a herečky jsou vnímány jako představitelky normy a my jsme dnes a denně konfrontováni s jejich upravenými fotografiemi. Mediální produkce ruší hranice mezi iluzí a skutečností, které podléháme proto, že jsme zvyklí pokládat informace v médiích za pravdivé a podložené.

> Nejenom využívání, ale také zachycování viditelných projevů lidské tělesnosti se stává nikoliv prostředkem sebereflexe, ale vnějším cílem. Situace kdy nám nezbívá nic jiného než zkušenosti přebírat od ostatních (prostřednictvím médií), kdy se vlivem technologických podmínek rozšiřuje okruh nevlastních životních zkušeností na úkor přímého prožívání, vede k otupování našeho vnímání i myšlení nehledě na etické hodnocení. (Jirásek, 2007, 26)

Ve studii z roku 1997 byla oslovena skupina studentek vysokých škol k vyplnění dotazníku ohledně vnímání vlastního těla. Před vyplněním dotazníků měly na pouhých třináct minut k dispozici časopisy. Polovina z nich měla k dispozici módní magazíny, druhá polovina časopisy zaměřené na jiné oblasti. Potvrdila se hypotéza, že studentky jež si před vyplněním dotazníku listovaly v módních magazínech uváděly nespokojenost s vlastní tělesnou hmotností, svým tělem i jeho tvarem, pocity viny po jídle, strach ze ztloustnutí a považovaly za ideální nižší váhu, než studentky z druhé skupiny. (http://www.vitalia.cz/clanky/co-vede-zeny-k-mentalni-anorexii/)

> Krásky ze žurnálů, líbivá těla v reklamách, proměňované z živých bytostí v hezčí, dokonalejší, rozhodně však umělejší tváře a postavy, jsou natolik všezahlcující, že si přestáváme nejenom klást otázky po lidské přirozenosti, ale také reálnosti. Hranice mezi realitou a virtualitou nejsme schopni rozeznávat.

Nepřiznáme si, že těla z časopisů jsou výsledkem práce grafiků. (Jirásek, 2007, 27)

## 2.6 Omamné a psychotropní látky

Omamné a psychotropní látky jsou často označovány také jako drogy. V naší společnosti je množství látek, které by se daly snadno zařadit mezi návykové látky, množství z nich je tolerováno, jsou legální. Jedná se o alkohol, tabákové výrobky, kávu i zdánlivě nevinný čaj. Konzumace těchto látek je běžná a nikdo se nad ní příliš nepozastavuje, tolerance společnosti v této oblasti je vysoká.

**Mezi omamné a psychotropní látky řadíme:**

- Přírodní, nebo syntetické látky, které ovlivňují prožívání okolní reality, vnitřní naladění, či jinak působí na psychiku (tzv. psychotropní účinek).
- Látky s potenciálem závislosti (vyvolávající závislost).

**Mezi nebezpečné a nelegální návykové látky patří:**

- Stimulační drogy: metamfatamin (pervitin), kokain, crack, ecstasy (ekstáze).
- Opiáty: morfin, kodein.
- Konopí a jeho produkty: marihuana (THC)
- Halucinogenní drogy: LSD, psilocybin (lysohlávka česká)
- Těkavé látky: toulen

Jednou ze základních vlastností drog je schopnost nejen proniknout do organismu a ovlivnit jeho funkce, ale postupně se stát součástí jeho látkové přeměny. Organismus si na původně novou látku, se kterou se opakovaně setkává, zvykne. Což vede ke dvěma důležitým projevům. Organismus reaguje za určitou dobu na původně dostatečné drog nedostatečně, droga jakoby méně funguje. To vede k nutnosti zvyšovat dávky potřebné k dosažení kýženého efektu – tzv. vzestupná tolerance. Druhým projevem je nedostatek drogy, který je prožíván jako nepříjemný stav. (Presl, 1995)

Závoslost je to co odpovídá definici závislosti podle mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10)....Je to skupina fyziologických, behaviorálních a kognitivních

fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek, má u daného jedince mnohem větší přednost, než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány), alkohol, nebo tabák. (Nešpor, 2007, 9-10)

Nešpor (2007) uvádí, že definitivní diagnóza závislosti, by se měla stanovit pouze tehdy, jestliže během jednoho roku došlo ke třem nebo více z následujících jevů:

- Silná touha, nebo pocit puzení užívat látku
- Potíže v sebeovládání při užívání látky a pokud jde o začátek a ukončení, nebo o množství látky.
- Tělesný odvykací stav: Látka je užívána s úmyslem zmenšit příznaky vyvolané předchozím užíváním této látky. Případně dochází k odvykacímu stavu, který je typický pro danou látku. Mírnění odvykacího stavu se také někdy používá příbuzná látka s podobnými účinky.
- Průkaz tolerance k účinku látky jako vyžadování vyšších dávek látek, aby se dosáhlo účinku původně vyvolaného nižšími dávkami.
- Postupné zanedbávání jiného potěšení, nebo zájmů ve prospěch užívané psychoaktivní látky a zvýšené množství času k jejímu získání.
- Pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků.

Soubor příznaků, které provázejí závislého člověka v bezdrogovém stavu je nazýván abstinenčním syndromem. Ten je vnímán jako obtížný a nepříjemný, jelikož droga je pro něj již nutností. Tento stav bychom mohli nazvat i „syndomem odnětí“, ovlivňující oblast fyzickou (nejrůznější tělesné obtíže, bolesti, křeče, průjmy, zácpy, pocení, slzení) i psychickou (úzkost, neklid, podrážďenost, agresivita, vyčerpanost, spavost, pasivita, nutkavá potřeba vzít drogu znovu). (Presl, 1995)

Léčba drogové závislosti je složitý a dlouhodobý proces. Základem je pacientovo přesvědčení o tom, že drogy mu přinášejí více zlého, než dobrého. Důležité je i uvědomění, že tato situace je trvalá a tedy vznikl problém, se kterým je třeba něco

dělat. V první řadě přizpůsobit motivaci ke změně životního stereotypu - bez tohoto vnitřního přesvědčení je léčba již od počátku neúspěšná. Nutná je spolupráce mezi terapeutem a pacientem a k úspěšné léčbě by mělo přispívat i okolí postiženého, jeho rodiče, partner, či partnerka. Základem úspěchu v léčbě je trpělivost a stanovování reálných cílů, pak neexistuje stav, který by nemohl být zlepšen. (Presl, 1995)

### 2.6.1 Omamné a psychotropní látky v modelingu

Tak jako v Holywoodu i v Paříži a New Yorku bývají skandální veškerá odhalení uživatelů omamných látek. Stělesněním typického příkladu byla modelka Gia Carangi, o které vznikl film v roce 1998. V tom excelovala americká herečka Angelina Jolie, získal dva Zlaté glóby, cenu Screen Actors Guild Award a nominaci na Emmy. Popisuje příběh sedmnáctileté modelky žijící v roce 1977, která se při cestě ke slávě stala drogově závislou. (http://www.imdb.com/title/tt0123865/)

Za nejproslulejší skandalistku dnešní doby by se dala s určitostí považovat modelka Kate Moss. V roce 2005 byla v New Yorku fotografy nachytána přímo při užívání kokainu, média fotografii zveřejnila a spekulovala o konci kariéry. Veškeré spekulace vyvrátila manažerka drogově závislé modelky - Sarah Doukas, která vítala i negativní publicitu. Ukázalo se, že měla pravdu, zájem o modelku dokonce vzrostl, zástupci značek Chanel a Dior projevili enormní zájem o spolupráci na reklamě, Kate zůstala na módním poli vlivnou osobou a dokonce zdvojnásobila příjmy. (http://www.fashionologie.com/Kate-Mosss-Earnings-Have-Doubled-Since-Her-Cocaine-Scandal-Five-Years-Ago-Her-Agent-Says-11422221)

Modelky jsou kvůli častému nárazovému přetížení spojovány zejména se stimulačními drogami, zejména s kokainem. Osobně si však nemyslím, že by mělo užívání omamných látek přímou spojitost s tímto odvětvím.

## 2.7 Životní spokojenost, motivace

Puškárová (1997) uvádí, že zvláštní místo v Jungově psychologii má individuace, která by se dala nazvat cestou ke svatosti, či vyvolenosti. Měl by to být proces, v němž se člověk stává sám sebou. Nezávisí na lidském vědomí ani lidské vůli, ale existuje v lidské duši jako možnost, tato zázračná cesta hledání sebe sama by měla představovat psychické zrání, které vytváří paralelu s růstem a stárnutím těla.

Životní spokojenost chápu jako subjektivní pocit pohody, kdy je člověk spokojen po všech stránkách, tedy psychické, fyzické i sociální. Nakonečný (1997) uvádí, že při vnitřní psychické nerovnováze, tedy nespokojenosti přichází na řadu motivace, aby udržela a obnovila optimální stav spokojenosti.

> Motivace tedy směřuje k udržování a obnovování určitého optimálního vnitřního stavu spokojenosti, který vyjadřuje interindividuálně odlišné vnitřní a vnější podmínky této spokojenosti. Ty jsou dány interindividuálně odlišným potenciálem potřeb (sexu, agrese, výkonu) a jejich specifickým zpředmětněním (např. odlišností v objektech sexuální apetence, odlišnými podmínkami, v nihž různí lidé uspokojují svou potřebu dojmů nebo kontaktů s jinými osobami apod.)....Souhrnně lze tedy říci, že motivace je postulovaný proces, určující zaměření (zacílení), trvání a intenzitu chování (jednání). V tomo smyslu je to psychologický, hypotetický konstrukt, popisující, resp. vysvětlující „psychologické příčiny" chování. (Nakonečný, 1997, 14-15)

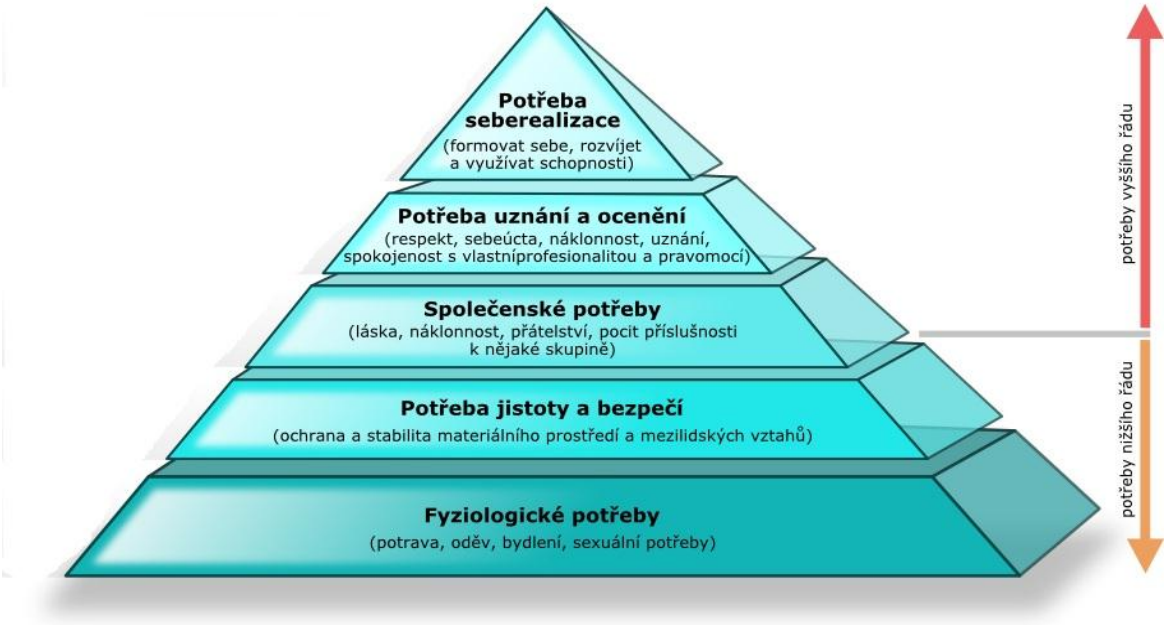
Podle Maslowa (in Nekonečný, 1997, 100-101) „...máme sklon brát již přítomná požehnání jako daná, zejména jestliže jsme za ně nemuseli pracovat, nebo bojovat...jídlo, jistota, láska, obdiv, svoboda, které tu vždy byly, na kterých se nestrádalo, mají tendenci zůstávat nepozorovány, nebo dokonce podhodnocovány..." dále Maslow uvádí: „Specifické podmínky uspokojení a nasycení mají ještě dodatečné, k těmto obecným výsledkům určité specifické ad hoc rezultáty. Tak třeba jestliže všechny ostatní faktory zůstávají stejné, přináší uspokojení potřeby jistoty specificky subjektivní pocit jistoty občerstvujícího spánku, nepřítomnost pocitu ohrožení, větší odvahu, více dobré mysli atd."

A. H. Maslow zavedl koncept seberealizace neboli potřeb růstu. Rozlišil dva druhy uspokojení: vývojově nižší potřeby, vyjadřující deficity v biologické a sociální dimenzi bytí subjektu a jsou spojeny s uspokojením, které je dáno jejich redukcí (potřeba jistoty – získáním pocitu jistoty, dostatek jídla – nasycením). Po uspokojení hladu, pocitu jistoty, když má jedinec střechu nad hlavou, dostatečný příjem peněz, dostatek respektu a pocit, že je člověk někým milován přicházejí vývojově nejvyšší potřeby. K uspokojení nejvyšších potřeb může dojít až po dosažení určité míry spokojenosti u potřeb nižších. Hierarchická teorie potřeb je založena v duchu humanistické psychologie. Nakonečný (1997, 146) uvádí podle Maslowa: „Mluvíme o

hierarchii potřeb v termínech vědomého pociťování potřeb a přání spíše než v termínech chování.“ Maslow uvádí deficitní motivy a motivy růstu, rozlišuje dvojí druh uspokojování.

> Až na nejvyšší potřeby sebeaktualizace (seberealizace) jsou všechny ostatní potřeby reakcí na stavy nedostatku a jsou uspokojovány redukcí tohoto stavu (např. Pocit ohrožení je redukován získáním pocitu bezpečí, hlad je redukován pocitem nasycení atd.). Potřeby sebeaktualizace, zahrnující také potřeby poznávání a estetického cítění (lépe řečeno kognitivní a estetické zájmy), jsou neuspokojitelné a dosažení jejich cílových objektů výchozí motivační stav naopak intenzifikuje tj. Indukuje dané napětí a s ním spojenou snahu o dalším uspokojení. (Nakonečný, 1997, 146-147)

**Obrázek 2. Maslowova hierarchie potřeb**




Zdroj: halek.info

# 3 CÍLE PRÁCE

Cílem empirické části bakalářské práce je provést výzkum pomocí dotazníku životní spokojenosti, který je zacílen především na modelky ve věku 15-40 let a vyhodnotit životní spokojenost v modelingovém odvětví.

## 3.1 Výzkumná otázka

Jaká je životní spokojenost u vybrané skupiny profesionálních modelek?

# 4 METODIKA

## 4.1. Organizace výzkumu

Byla oslovena skupina profesionálních modelek, aby vyplnily dotazník životní spokojenosti. Za profesionální modelky považujeme dívky, které se modelingovými zakázkami v České Republice, nebo v zahraničí úspěšně živily po dobu alespoň jednoho roku.

## 4.2. Dotazník životní spokojenosti

Autory dotazníku životní spokojenosti jsou Jochen Fahrenberg, Michael Myrtek, Jörg Schumacher a Elmar Brähler. Tento dotazník je určen k objektivnímu posuzování celkové životní spokojenosti a životní spokojenosti v deseti významných oblastech, utvářejících tuto spokojenost. Tyto oblasti jsou:

- Zdraví
- Práce a zaměstnání
- Finanční situace
- Volný čas
- Manželství a partnerství
- Vztah k vlastním dětem
- Vlastní osoba
- Sexualita
- Přátelé, známí, příbuzní
- Bydlení

Každá z oblastí obsahuje sedm otázek, na které lze odpovědět sedmi různými stupni spokojenosti. Jsou to:

- Velmi nespokojen(a)
- Nespokojen(a)

- Spíše nespokojen(a)
- Ani spokojen(a) ani nespokojen(a)
- Spíše spokojen(a)
- Spokojen(a)
- Velmi spokojen(a)

K dotazníku jsem připojila následující doplňující otázky a možnosti odpovědí:

- **Pohlaví:**
  - muž
  - žena
- **Věk:**

…..….let

- **Dosažené vzdělání:**
  - nedokončené základní vzdělání
  - základní
  - vyučen bez maturity
  - vyučen s maturitou
  - ukončené středoškolské vzdělání
  - ukončené vysokoškolské vzdělání
- **Rodinný stav:**
  - ženatý /vdaná
  - svobodný(á)
  - vdovec /vdova
  - rozvedený(á)
- **Jste zaměstnaný(á)?**
  - ano
  - ano, ve vlastní firmě

- v domácnosti

**anebo jste:**

- žák/žákyně
- student/studentka
- v učení
- v důchodu
- nezaměstnaný(á)

- **Domácnost:**

- žiji sám / sama
- žiji s partnerem / partnerkou
- žiji s rodiči

Dotazník byl anonymní, obvyklá doba jeho vyplnění by měla být 5-10 minut. Dotazník vyhodnotím pomocí tabulky a koláčového grafu. V rámci vyhodnocení budu prezentovat stupně spokojenosti pouze u vybraných otázek.

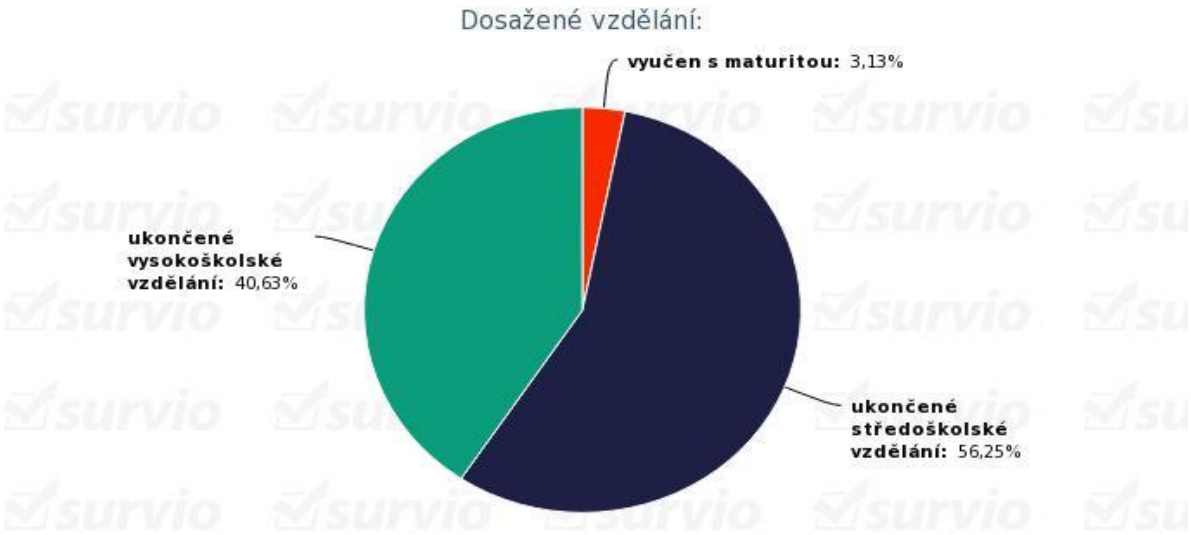
## 4.3. Popis zkoumané populace

Výzkumu se zúčastnila vybraná skupina modelek, které se alespoň jeden rok živily modelingem. Na otázky v dotazníku životní spokojenosti odpovědělo celkem 32 respondentů. Věkové rozpětí bylo dostatečně široké, nejmladší respondentce je 21 let, nejstarší uvedený věk je 37 let, průměrný věk byl vypočítán na 26 let (26, 1875). Do otázky k rodinnému stavu uvedlo 30 dotázaných, že jsou svobodní - 93,75 % a 2 žijí ve svazku manželském - 6,25 %. V domácnosti žije samo 12 respondentů - 37,50 %, stejný počet žije s partnerem: 12 - 37,50 %, 8 dotázaných žije ve společné domácnosti s rodiči - 25 %. Co se týče současného zaměstnání, tak 16 dotázaných pracuje na stálý pracovní poměr – 50%, 12 pracuje na živnostenský list - 37,50 %, 1 nepracuje - 3,13 %, 3 studují a pracují brigádně - 9,38 %. Nejvíce dotázaných má ukončené středoškolské vzdělání, je jich 18 - 56,25 %, 13 respondentů má ukončené vysokoškolské vzdělání - 40,63 %, 1 je vyučen s maturitou - 3,13 %. Neukončené zkladní vzdělání, základní vzdělání a vyučení bez maturity neuvedl nikdo.

**Tabulka 4. Dosažené vzdělání respondentů**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | ukončené středoškolské vzdělání | 18 | 56,25 % |
| ■ | ukončené vysokoškolské vzdělání | 13 | 40,63 % |
| ■ | vyučen s maturitou | 1 | 3,13 % |
| ■ | nedokončené základní vzdělání | 0 | 0,00 % |
| ■ | základní | 0 | 0,00 % |
| ■ | vyučen bez maturity | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 3. Koláčový graf dosaženého vzdělání respondentů**



# 5 VÝSLEDKY A DISKUZE

## 5.1. Vybrané otázky z dotazníku životní spokojenosti:

### 1. Zdraví

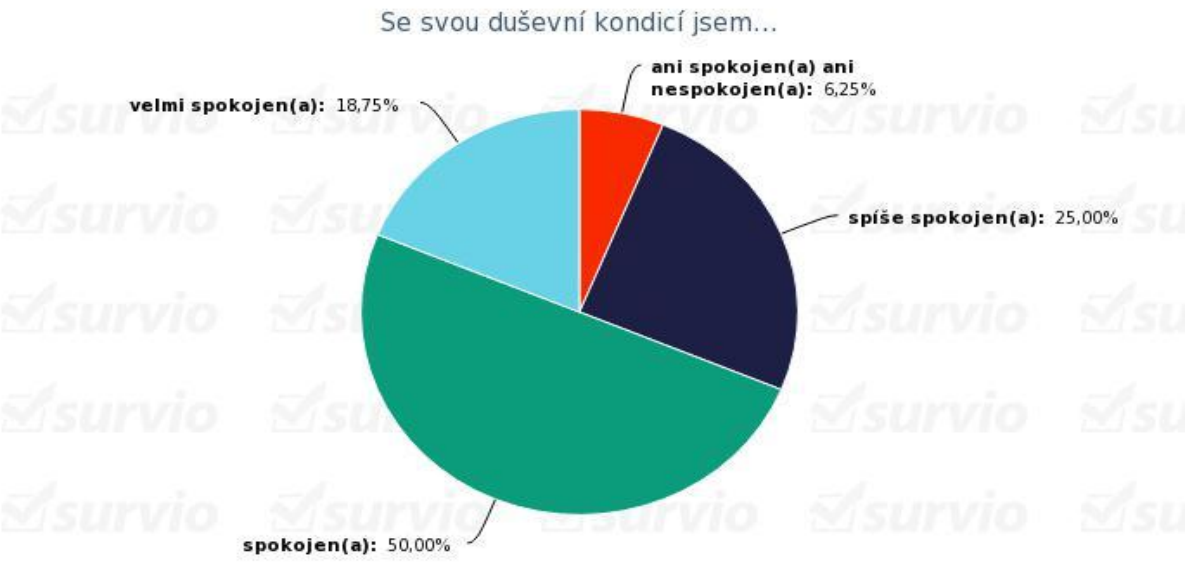
- **Se svou duševní kondicí jsem...**

Možnosti velmi nespokojen(a), nespokojen(a) a spíše nepokojen(a) nezvolil nikdo z dotázaných. 6,25 % respondentů označilo možnost ani spokojen(a) ani nespokojen(a). Spíše spokojena se svojí duševní kondicí je celá čtvrtina respondentů. Spokojena je polovina (50 %), velmi nespokojeno je 18,75 % účastníků. Celkově lze říct, že nejvíce tázaných je se svojí duševní kondicí spokojeno.

**Tabulka 5. Odpovědi k otázce: Se svou duševní kondicí jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spokojen(a) | 16 | 50,00 % |
| spíše spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| velmi spokojen(a) | 6 | 18,75 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| spíše nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 4. Koláčový graf k otázce: Se svou duševní kondicí jsem...**



- **Se svou tělesnou kondicí jsem...**

Největší část odpovědí se pohybuje v části, kdy jsou respondenti dotazníkového šetření se svojí tělesnou kondicí spokojeni. Nikdo neuvedl možnost velmi nespokojen(a) a nespokojen(a). Spíše nespokojeno je 12,5 % účastníků šetření. Stejně tedy 12,5 % je těch, kteří volili možnost ani spokojen(a) ani nespokojen(a). Spíše spokojených je 37,5 % respondentů. Se svojí tělesnou kondicí je spokojeno 31,25 % účastníků. Jen 6,25 % lidí je velmi spokojeno. Závěrem lze konstatovat, že účastníci dotazníkového výzkumu jsou se svou tělesnou kondicí spokojeni.

**Tabulka 6. Odpovědi k otázce: Se svou tělesnou kondicí jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spíše spokojen(a) | 12 | 37,50 % |
| ■ | spokojen(a) | 10 | 31,25 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 5. Koláčový graf k otázce: Se svou tělesnou kondicí jsem...**

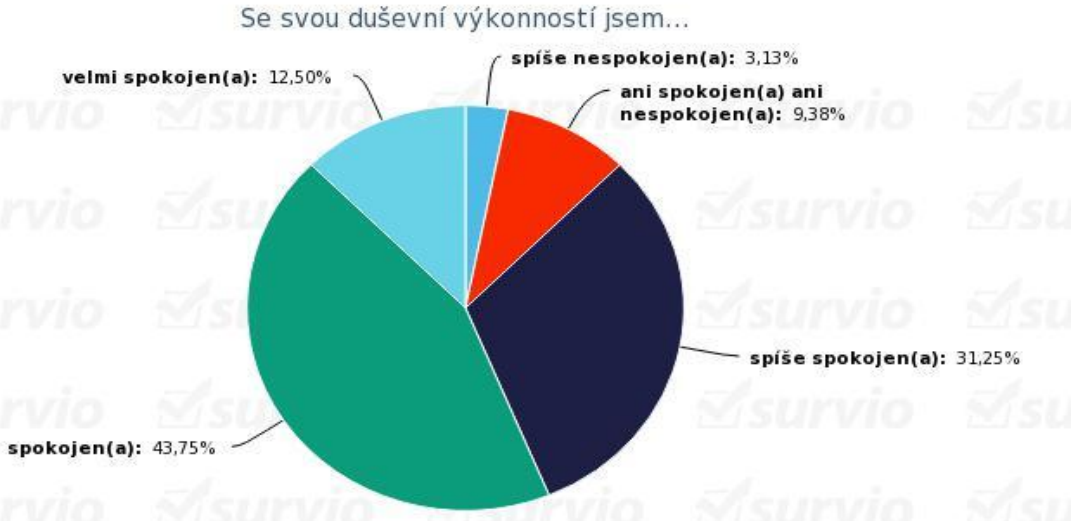
- **Se svou duševní výkonností jsem...**

I v odpovědích na tuto otázku převládá spokojenost, dobrý duševní stav jde ruku v ruce s tělesným. Nikdo neodpověděl, že je velmi nespokojen(a), nebo nespokojen(a) se svojí duševní výkonností. Spíše nespokojeno je 3,13 %, ani spokojeno ani nespokojeno je 9,38 % respondentů. Spíše spokojených je 31,25 %, spokojených je nevyšší počet – 43,75 %. Velmi spokojených je 12,5 % účastníků.

**Tabulka 7. Odpovědi k otázce: Se svou duševní výkonností jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spokojen(a) | 14 | 43,75 % |
| spíše spokojen(a) | 10 | 31,25 % |
| velmi spokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| spíše nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 6. Koláčový graf k otázce: Se svou duševní výkonností jsem...**



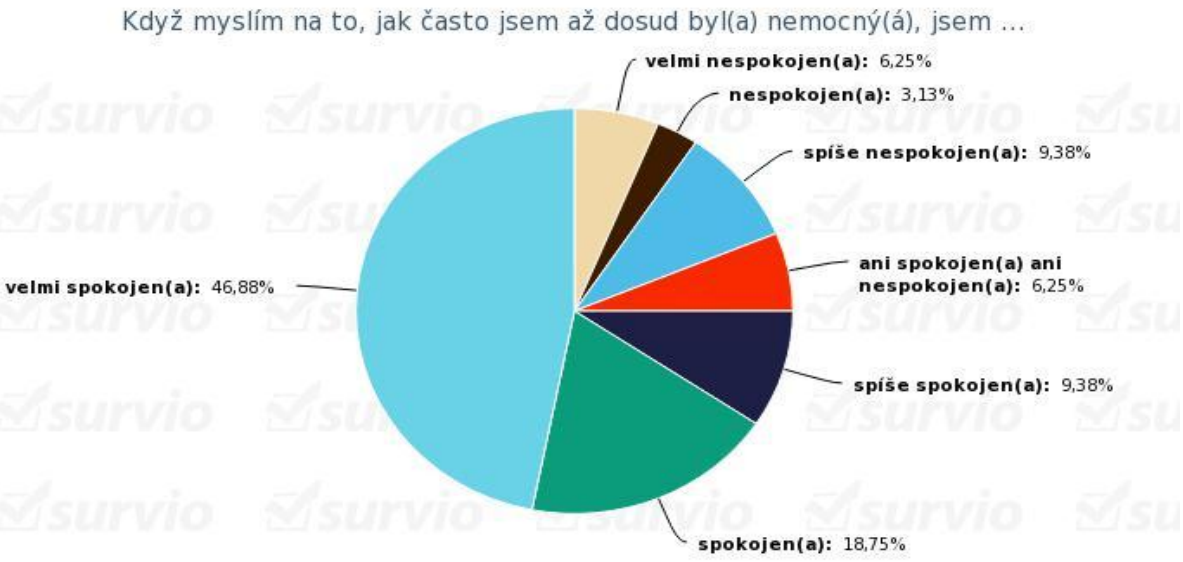
- **Když myslím na to, jak často jsem až dosud byl(a) nemocný(á), jsem…**

Nejvíce respondentů (46,86 %) odpovědělo na tuto otázku možností velmi spokojen(a). Při této otázce odpovídali respondenti ač v malém počtu i odpověďmi nespokojen(a) – 3,13 % a velmi nespokojen(a) – 6,25 %. Vzhledem k nížšímu věku dotazovaných to nejspíše souvisí s prodělanými nemocemi a úrazy v dětství.

**Tabulka 8. Odpovědi k otázce: Když myslím na to, jak často jsem až dosud byl(a) nemocný(á), jsem…**

| | | |
|---|---|---|
| velmi spokojen(a) | 15 | 46,88 % |
| spokojen(a) | 6 | 18,75 % |
| spíše nespokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| spíše spokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| velmi nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |

**Obrázek 7. Koláčový graf k otázce: Když myslím na to, jak často jsem až dosud byl(a) nemocný(á), jsem…**



## 2. Zaměstnání

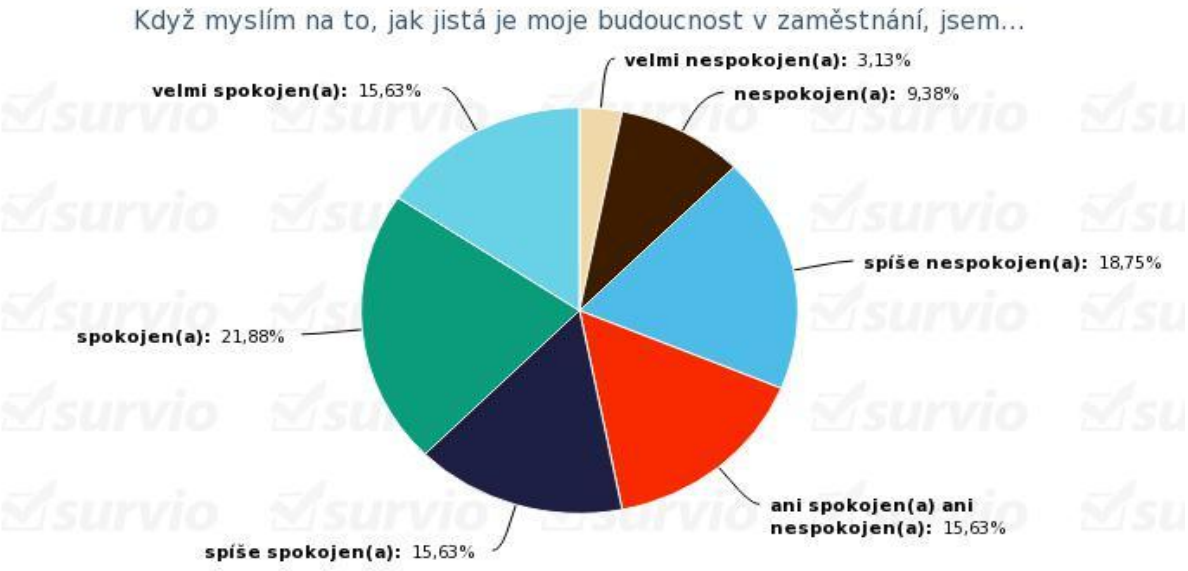
- **Když myslím na to, jak jistá je moje budoucnost v zaměstnání, jsem...**

Touto otázkou jsem se snažila zjistit, co si respondenti myslí o své budoucnosti v zaměstnání. Ekonomická krize zasáhla, tak jako jiná odvětví i svět modelingu. Objem zakázek se neustále zmenšuje, šetří se náklady na reklamě i propagaci. Přesto je nejvyšší procento respondentů spokojeno s budoucností zaměstnání (21,88 %). Tento výsledek může být ovlivněn faktem, že část lidí, kteří pracují v modelingu mají tuto činnost jako vedlejší zaměstnání.

**Tabulka 9. Odpovědi k otázce: Když myslím na to, jak jistá je moje budoucnost v zaměstnání, jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| spíše nespokojen(a) | 6 | 18,75 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 5 | 15,63 % |
| spíše spokojen(a) | 5 | 15,63 % |
| velmi spokojen(a) | 5 | 15,63 % |
| nespokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| velmi nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |

**Obrázek 8. Koláčový graf k otázce: Když myslím na to, jak jistá je moje budoucnost v zaměstnání, jsem...**



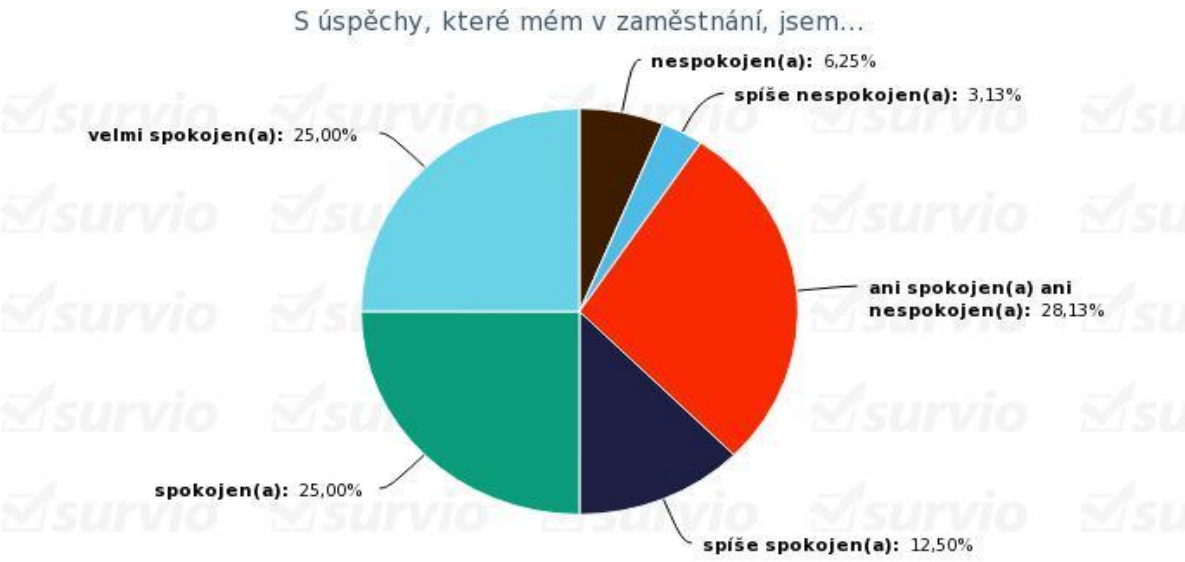
- **S úspěchy, které mám v zaměstnání, jsem...**

Nejčastější odpověď respondentů byla: ani spokojen(a) ani nespokojen(a) – 28,12 %, spokojenost s úspěchy v zaměstnání je tak průměrná. Velmi nespokojen se svými úspěchy nebyl ani jeden z respondentů.

**Tabulka 10. Odpovědi k otázce: S úspěchy, které mám v zaměstnání, jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 9 | 28,13 % |
| ■ | spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| ■ | nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 9. Koláčový graf k otázce: S úspěchy, které mám v zaměstnání, jsem...**



- **Co se týká mých pracovních povinností a zátěže, jsem...**

Stejně jako v odpovědích na předchozí otázku je nejvyšší počet odpovědí na úrovni ani spokojen(a) ani nespokojen(a). Stejný počet odpovědí je v úrovni spíše spokojen (28,13 %). Odpověď velmi nespokojen(a) neměla zastoupení.

**Tabulka 11. Odpovědi k otázce: Co se týká mých pracovních povinností a zátěže, jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 9 | 28,13 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 9 | 28,13 % |
| ■ | spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 10. Koláčový graf k otázce: Co se týká mých pracovních povinností a zátěže, jsem...**

### 3. Volný čas

- **S množstvím svého volného času po práci a o víkendech jsem…**

Cílem této otázky je zjistit kolik mají respondenti volného času po práci a o víkendech. Vzhledem k tomu, že modeling je relativně volné povolání a zakázek není mnoho, tak si většina lidí s množstvím volného času dokáže poradit. Nejvíce respondentů (28,13%) označilo odpověď spokojen(a), stejná procenta (21,88 %) byla zaznamenána u odpovědí velmi spokojen(a), ani spokojen(a) ani nespokojen(a). Velmi nespokojen nebyl nikdo.

**Tabulka 12. Odpovědi k otázce: S množstvím svého volného času po práci a o víkendech jsem…**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spokojen(a) | 9 | 28,13 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 6 | 18,75 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ■ | nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 11. Koláčový graf k otázce: S množstvím svého volného času po práci a o víkendech jsem…**

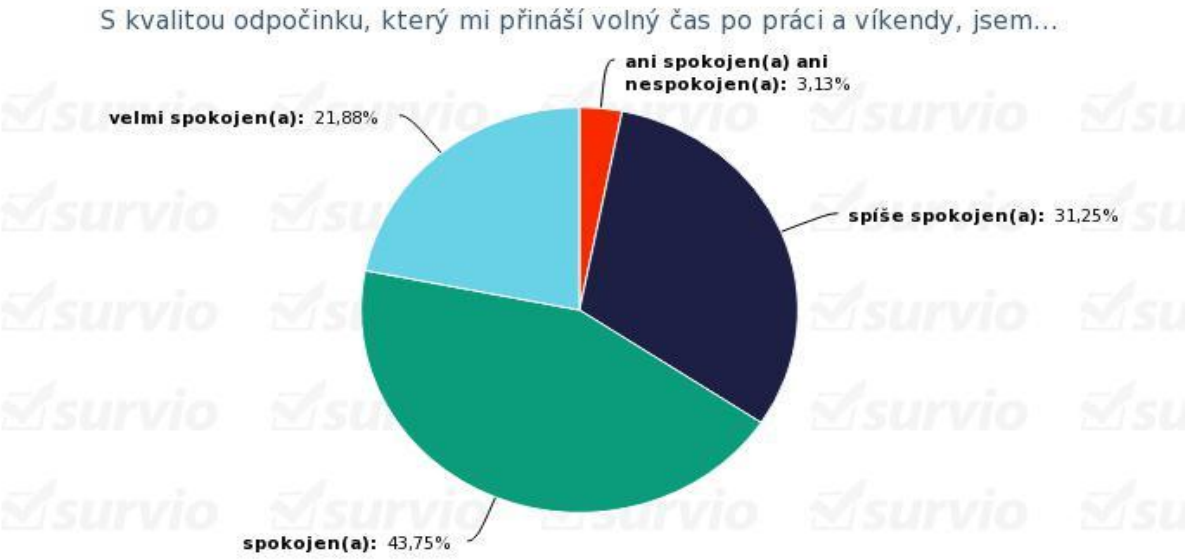
- **S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po práci a víkendy, jsem...**

Největší procento respondentů v dotazníku označilo, že jsou s kvalitou odpočinku ve volném čase spokojeni (43,75 %), spíše spokojeni (31,25 %) a velmi spokojeni (21,88 %). Tato vysoká procenta svědčí o tom, že si lidé váží svého volného času a pravděpodobně jej využívají, jak nejlépe dovedou.

**Tabulka 13. Odpovědi k otázce: S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po práci a víkendy, jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spokojen(a) | 14 | 43,75 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 10 | 31,25 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 12. Koláčový graf k otázce: S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po práci a víkendy, jsem...**



- **S pestrostí svého volného času jsem...**

Nejvíce respondentů je s pestrostí svého volného času velmi spokojených (28,13 %). Čtvrtina dotázaných je spíše spokojena a spokojena. Tyto výsledky považuji za pozitivní vzhledem k tomu, že nespokojen a velmi nespokojen nebyl nikdo.

**Tabulka 14. Odpovědi k otázce: S pestrostí svého volného času jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| velmi spokojen(a) | 9 | 28,13 % |
| spíše spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 5 | 15,63 % |
| spíše nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 13. Koláčový graf k otázce: S pestrostí svého volného času jsem...**

## 4. Vlastní osoba

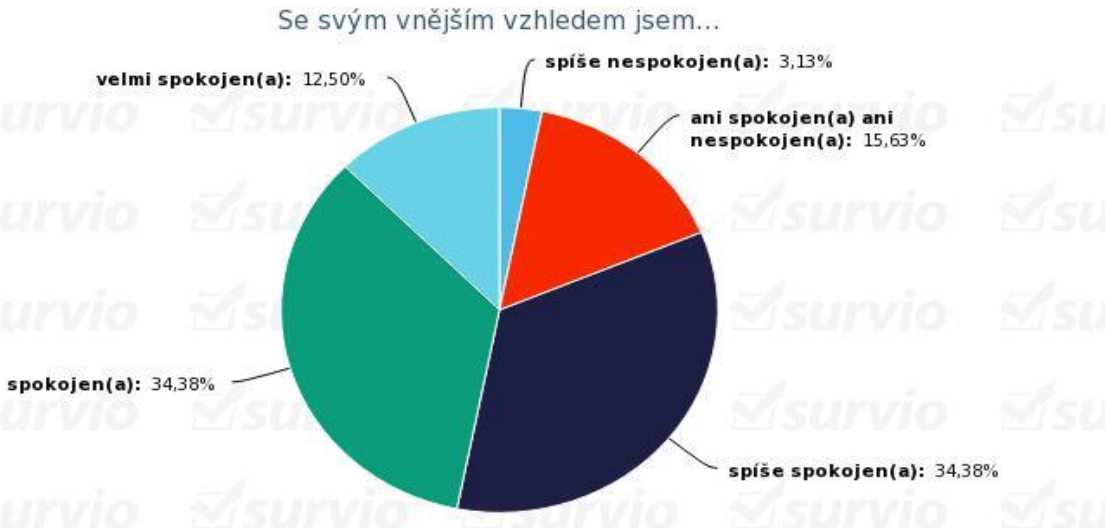
- **Se svým vnějším vzhledem jsem...**

Spíše spokojeni a spokojeni se svým vnějším vzhledem volili v obou případech 34,38 %. Velmi nespokojený a nespokojený se svým vnějším vzhledem není nikdo. Neutrální postoj zaujalo 15,63 % dotázaných. Výsledné hodnocení vychází nadprůměrně, lidé z modeligového odvětví jsou se svým vzhledem, o který kvůli práci pravidelně dbají většinou přiměřeně spokojeni.

**Tabulka 15. Odpovědi k otázce: Se svým vnějším vzhledem jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spíše spokojen(a) | 11 | 34,38 % |
| ■ | spokojen(a) | 11 | 34,38 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 5 | 15,63 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 14. Koláčový graf k otázce: Se svým vnějším vzhledem jsem...**



- **Se svým sebevědomím a sebejistotou jsem...**

Stejně jako u předchozí otázky nejvíce dotazovaných zvolilo odpověď spíše spokojen(a) - 34,38 % a spokojen(a) – 31,25 %. Odpověď ani spokojen(a) ani nespokojen(a) do dotazníku zaznamenalo 21,88 % účastníků šetření. Menší počet se přiklání k odpovědi spíše nespokojen – 3,13 %. Volba velmi spokojen byla zaznamenána s poměrně nízkým zastoupením – 9,38 %, svědčí to otom, že i lidé pracující ve světě modelingu v hodnocení svého sebevědomí a sebejistoty nezacházejí do extrémů. Jsou si vědomi vlastních chyb, ale pohybují se v příjemné, nadprůměrné zóně.

**Tabulka 16. Odpovědi k otázce: Se svým sebevědomím a sebejistotou jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spíše spokojen(a) | 11 | 34,38 % |
| spokojen(a) | 10 | 31,25 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| velmi spokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| spíše nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 15. Koláčový graf k otázce: Se svým sebevědomím a sebejistotou jsem...**

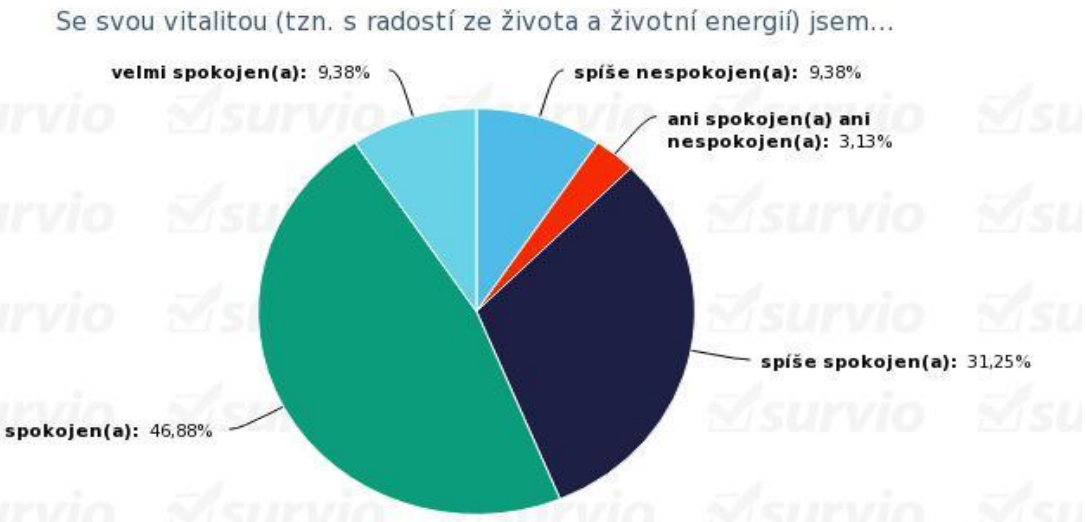
- **Se svou vitalitou (tzn. s radostí ze života a životní energií) jsem...**

Téměř polovina respondentů (46,88 %) je se svou vitalitou spokojeno. Druhý nejvyšší počet odpovědí byl spíše spokojen(a) – 31,25 %. Volby velmi nespokojen a nespokojen nemají v odpovědích zastoupení. Opět zmíním mladý věk dotazovaných, jejich energie a vitalita budou pravděpodobně spojeny s mládím a pozitivním přístupem většiny dotazovaných.

**Tabulka 17. Odpovědi k otázce: Se svou vitalitou (tzn. s radostí ze života a životní energií) jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spokojen(a) | 15 | 46,88 % |
| spíše spokojen(a) | 10 | 31,25 % |
| spíše nespokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| velmi spokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 16. Koláčový graf k otázce: Se svou vitalitou (tzn. s radostí ze života a životní energií) jsem...**



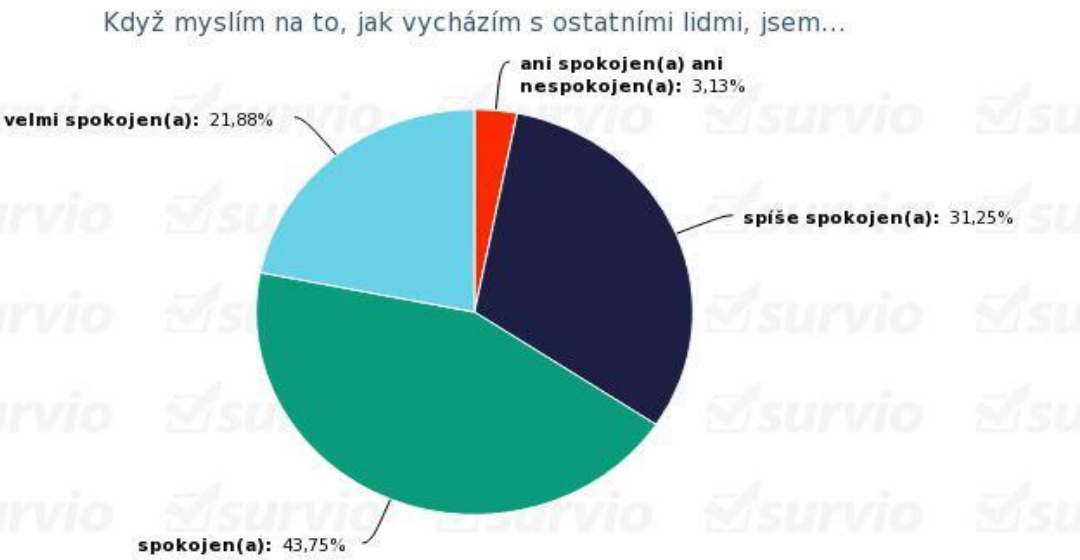
- **Když myslím na to, jak vycházím s ostatními lidmi, jsem...**

Touto otázkou jsem chtěla získat hodnocení respondentů v oblasti mezilidských vztahů. Při volbě toho, jak vycházejí s ostatními lidmi nikdo nezaznačil možnost velmi nespokojen(a), nespokojen(a) a spíše nepokojen(a). Nejvíce zaznačovanou odpovědí je spokojen - 43,75 % a spíše spokojen(a) – 31,25 %. Oproti ostatním otázkám je v tomto případě v hojném počtu zastoupena odpověď velmi spokojen(a) – 21,88 %. Svědčí to o dobrých, korektních a přátelských vztazích, které respondenti udržují.

**Tabulka 18. Odpovědi k otázce: Když myslím na to, jak vycházím s ostatními lidmi, jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spokojen(a) | 14 | 43,75 % |
| spíše spokojen(a) | 10 | 31,25 % |
| velmi spokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| spíše nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 17. Koláčový graf k otázce: Když myslím na to, jak vycházím s ostatními lidmi, jsem...**



## 5. Sexualita

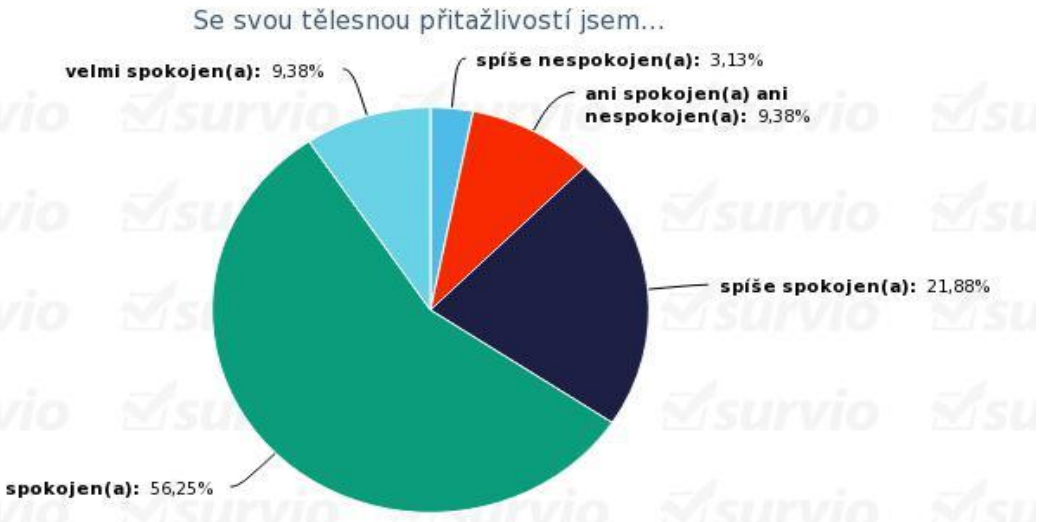
- **Se svou tělesnou přitažlivostí jsem...**

Tato otázka má za cíl zjistit, jak jsou dotazovaní spokojení se svojí tělesnou přitažlivostí. Celkem vysoký počet – 56,25 % označil odpověď - spokojen(a), spíše spokojeno je 21,88 % zúčastněných. Odpovědi velmi spokojen(a) a nespokojen(a) nebyly jako již tradičně, zastoupeny vůbec. Můžu konstatovat, že většina respondentů je se svojí tělesnou přitažlivostí nadprůměrně spokojena.

**Tabulka 19. Odpovědi k otázce: Se svou tělesnou přitažlivostí jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spokojen(a) | 18 | 56,25 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 7 | 21,88 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 18. Koláčový graf k otázce: Se svou tělesnou přitažlivostí jsem...**



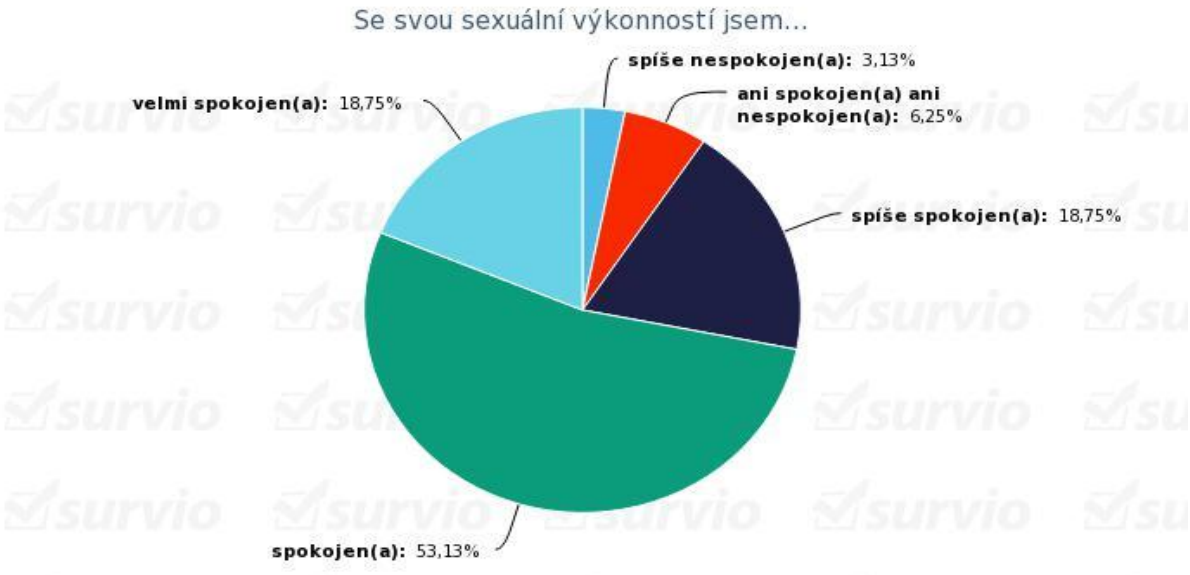
- **Se svou sexuální výkonností jsem...**

Tato otázka navazuje na předchozí a táže se na spokojensot se sexuální výkonností. Více než polovina dotazovaných je se svojí sexuální výkonností spokojena – 53,13 %. Další volby spíše spokojen(a) – 18,75 % a velmi spokojen(a) – 18,75 % doplňují celkovou nadprůměrně hodnocenou spokojenost v této oblasti.

**Tabulka 20. Odpovědi k otázce: Se svou sexuální výkonností jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spokojen(a) | 17 | 53,13 % |
| spíše spokojen(a) | 6 | 18,75 % |
| velmi spokojen(a) | 6 | 18,75 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| spíše nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 19. Koláčový graf k otázce: Se svou sexuální výkonností jsem...**



- **Se svými sexuálními reakcemi jsem...**

U této otázky řeším spokojenost respondentů se svými sexuálními reakcemi. V odpovědích byla ve velmi vysoké míře volena možnost spokojen(a) – 68,97 %, možnosti velmi nespokojen(a) a nespokojen(a) nebyly použity. Spíše spokojených účastníků šetření je 10,34 %, velmi spokojených 13,79 %. Celkově se dá říct, že spokojenost se sexuálními reakcemi je u respondentů nadprůměrná.

**Tabulka 21. Odpovědi k otázce: Se svými sexuálními reakcemi jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spokojen(a) | 20 | 68,97 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 4 | 13,79 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 3 | 10,34 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 2 | 6,90 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 20. Koláčový graf k otázce: Se svými sexuálními reakcemi jsem...**

### 6. Přátelé, známí a příbuzní

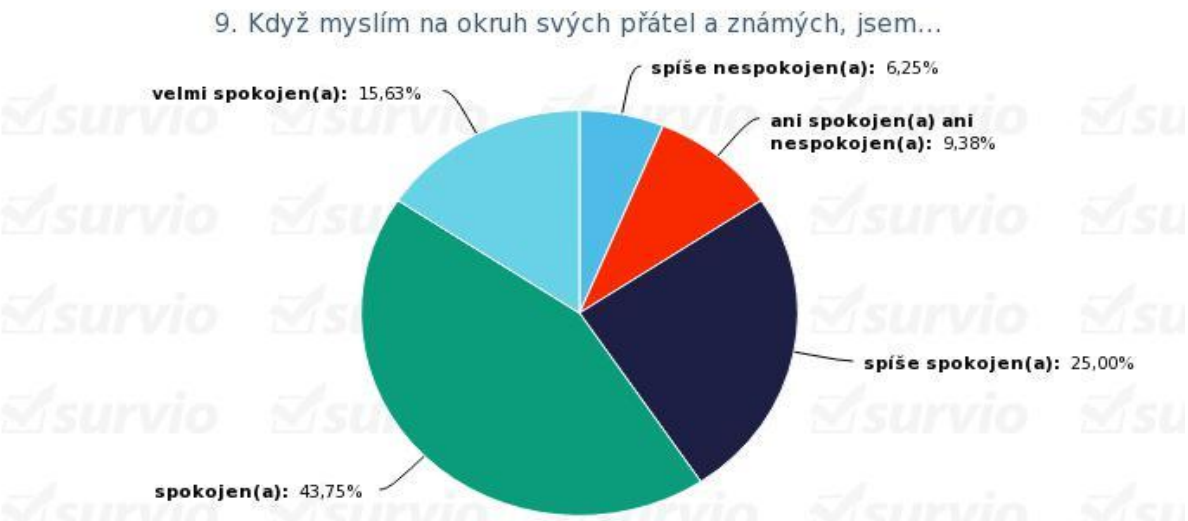
- **Když myslím na okruh svých přátel a známých, jsem...**

Touto otázkou jsem chtěla podchytit míru spokojenosti respondentů s okruhem svých přátel a známých. Pouze 6,25 % byla spíše nespokojena. Ostatní byli s okruhem svých přátel spíše spokojeni (25 %), spokojeni (43,75 %) a velmi spokojeni (15,63 %). Svedčí to o družnosti a přátelské povaze respondentů

**Tabulka 22. Odpovědi k otázce: Když myslím na okruh svých přátel a známých, jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spokojen(a) | 14 | 43,75 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 5 | 15,63 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| ■ | nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 21. Koláčový graf k otázce: Když myslím na okruh svých přátel a známých, jsem...**



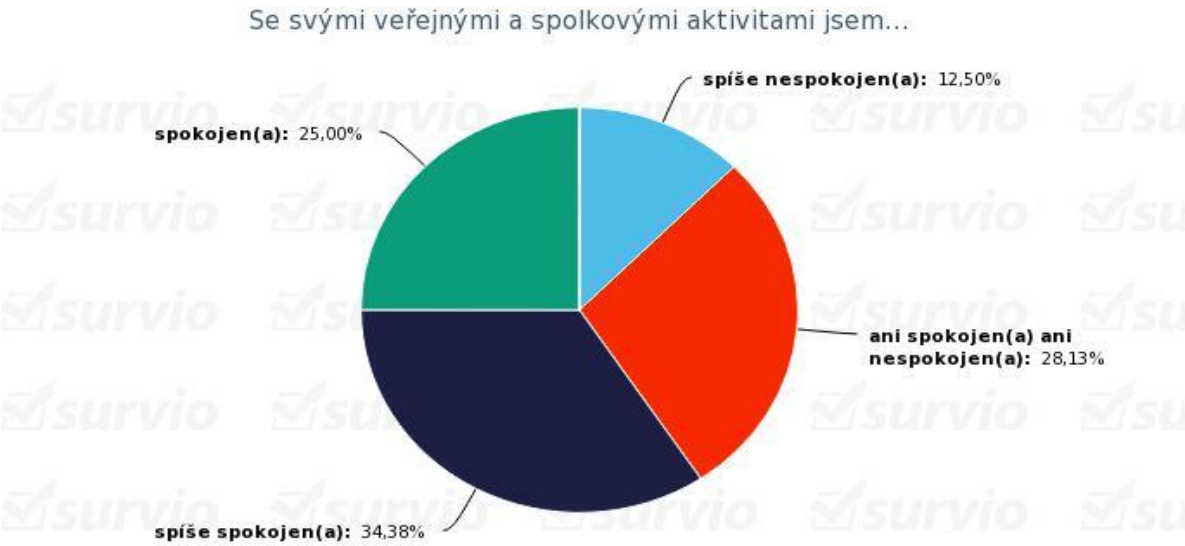
- **Se svými veřejnými a spolkovými aktivitami jsem...**

Většina odpovědí se tentokrát posunula k možnosti spíše spokojen(a) – 34,38 %. Extrémy v podobě odpovědí velmi spokojen(a) na straně jedné a velmi nespokojen(a) na straně druhé nejsou zastoupeny vůbec. Souhrnně bych hodnotila spokojenost v této oblasti jako podprůměrnou. Pravděpodobně to souvisí s tím, že respondenti nemají moc možností angažovat se ve veřejném životě. Souvisí to s tím, že tato profese ssebou nese nepravidelnost, časovou nestabilitu a hodně cestování.

**Tabulka 23. Odpovědi k otázce: Se svými veřejnými a spolkovými aktivitami jsem...**

| | | |
|---|---|---|
| spíše spokojen(a) | 11 | 34,38 % |
| ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 9 | 28,13 % |
| spokojen(a) | 8 | 25,00 % |
| spíše nespokojen(a) | 4 | 12,50 % |
| velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |
| velmi spokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 24. Koláčový graf k otázce: Se svými veřejnými a spolkovými aktivitami jsem...**



- **Když myslím na to, jak často se dostanu mezi lidi, jsem...**

Mohli bychom se domnívat, že respondenti z modelingové oblasti jsou neustále obklopeni lidmi, ale odpovědi tomu úplně nenasvědčují. Kupodivu jsou kromě velmi nespokojen(a) zastoupeny všechny alternativy. Přesto ale opět převažuje volba spokojen(a) s 43,75%, v hojném počtu je zastoupena i odpověď velmi spokojen(a) – 34,38 %. Z vyhodnocení vyplývá, že jsou respondenti nadprůměrně spokojeni s tím, jak často se dostanou do společnosti.

**Tabulka 24. Odpovědi k otázce: Když myslím na to, jak často se dostanu mezi lidi, jsem...**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ■ | spokojen(a) | 14 | 43,75 % |
| ■ | velmi spokojen(a) | 11 | 34,38 % |
| ■ | spíše spokojen(a) | 3 | 9,38 % |
| ■ | spíše nespokojen(a) | 2 | 6,25 % |
| ■ | nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | 1 | 3,13 % |
| ■ | velmi nespokojen(a) | 0 | 0,00 % |

**Obrázek 23. Koláčový graf k otázce: Když myslím na to, jak často se dostanu mezi lidi, jsem...**

# 6 ZÁVĚR

Během vyhodnocování dotazníků mne zaujaly odpovědi k otázce týkající se spokojenosti s veřejnými a spolkovými aktivitami. Spokojenost zde spadla do průměrných hodnot. Jen 25 % respondentů bylo spokojeno, nejvíce byla zaznačena odpověď „spíše spokojen(a)“ s 34,38 %. Předpokládám, že je to částečně způsobeno častým cestováním a kosmopolitním způsobem života lidí pracujících v modelingovém odvětví. Jistě zde hraje roli i naše česká mentalita. Angažovanost ve veřejném životě a spolkové aktivity u nás ještě nemají takovou tradici a širší zájem, který by si jistě zasluhovaly.

Nejvyšší počet kladných odpovědí z vybraných otázek v kolonce „velmi spokojen(a)“ jsem zaznamenala v sekci zdraví: Když myslím na to jak často jsem až dosud byl(a) nemocný(á). Velmi spokojeno bylo 46,86 % respondentů. Paradoxně bylo v této části i nejvyšší procento (6,25 %) a zároveň jediný záznam kdy byla v otázkách použita odpověď „velmi nespokojen(a)“. Nejvyšší procento celkově bylo zaznamenáno u otázky: Se svými sexuálními reakcemi jsem..., spokojených bylo celých 68,97 % respondentů. V těsném závěsu následuje 56,25 % spokojených se svou tělesnou přitažlivostí a 53,13 % spokojených se svojí sexuální výkonností. Neutrální odpovědi typu „ani spokojen(a) ani nespokojen(a)“ byly použity v menší míře.

Vypracovala jsem průměrné procento z odpovědí ke všem dvaceti vybraným otázkám. Zprůměrované stupně spokojenosti jsou:

- Velmi nespokojen(a): 0,47 %
- Nespokojen(a): 1,25 %
- Spíše nespokojen(a): 5,97 %
- Ani spokojen(a) ani nespokojen(a): 12,35%
- Spíše spokojen(a): 24,27 %
- Spokojen(a): 37,98 %
- Velmi spokojen(a): 15,63 %

Z výše uvedených průměrných procent stupňů spokojenosti lze odvodit, že životní spokojenost v oblasti modelingu je vysoká. Nejvyšší zastoupení v zaznamenaných odpovědích měla možnost „spokojen(a)“ s 37,98 %, dále „spíše spokojen(a)“ s 24,27 % a „velmi spokojen(a)“ s 15,63 %.

Vzhledem k výše uvedenému cíl své bakalářské práce považuji za naplněný.

# 7 SOUHRN

V bakalářské práci jsem se zabývala životním stylem a spokojeností v profesní oblasti modelingu. V teoreticko-metodologické části jsem rozebírala pojmy životní styl, životní spokojenost, modeling a vše co s těmito pojmy úzce souvisí. V této části práce jsem popsala životní styl, a rozebrala související psychosociální rizika. Považuji za důležité upozornit zejména na možný negativní vliv médií na adolescenty a jejich stravovací návyky.

V empirické části jsem zjišťovala životní spokojenost v modelingovém odvětví. Provedla jsem výzkum pomocí dotazníku životní spokojenosti Jochena Fahrenberga, Michaela Myrteka, Jörga Schumachera a Elmara Brählera, ketrý byl zacílen na modelky ve věku 15-40 let. Z dotazníkového šetření vyplývá, že v modelingu jsou vesměs spokojení lidé, svědčí o tom vyhodnocení odpovědí, které si vybírali. Ve většině otázek upřednostňovali volbu „spokojen(a)“, nebo „velmi spokojen(a)“, kolonky u odpovědí „nespokojen“, či „vemi nespokojen“ nezřídka kdy zůstávaly prázdné.

# SUMMARY

The focus of my thesis is the lifestyle and career satisfaction of those in the professional world of modeling. The theoretical and methodological sections of my thesis are based on defining the terms of that lifestyle, the level of personal and professional satisfaction, the predominate mentality of the modeling world, and other closely related aspects. The aim of this section is to describe the lifestyle and discuss the related psychosocial and psychological risks. In my opinion, it is important to draw attention to the possible negative influences of the media on adolescents and their eating habits.

In the empirical section of my thesis, I examine the level of personal satisfaction of those in the modeling industry. I have conducted research using a questionnaire of personal satisfaction from Jochen Fahrenberg, Michael Myrtek, Jörg Schumacher and Elmar Brähler. The focus of this survey was models from the age of 15 to 40 years old. From the results of the survey, it appears that those in the modeling industry are generally happy people. The most common answers from the survey were „satisfied“ or „very satisfied“, while the least common answers were „dissatisfied“ or „very dissatisfied“.

# 8 REFERENČNÍ SEZNAM


BBC (2006), *Madrid bans waifs from catwalks.* Retrieved 3. 6. 2012 from the Word Wide web: http://news.bbc.co.uk/2/hi/europe/5341202.stm

BBC (2010), *'No Anorexia' model Isabelle Caro dies aged 28.* Retrieved 3. 6. 2012 from the Word Wide web: http://www.bbc.co.uk/news/world-europe-12091475

Csikszentmihalyi M. (1996). *O štěstí a smyslu života*, Praha: Nakladatelství Lidové noviny

Čeledová L., Čevela R. (2010), *Výchova ke zdraví*, Praha: Grada

Dreikurs R. Dr. (1937). *Úvod do individuální psychologie*, Praha: Československá grafická unie

Česká Televize (2011), *Položero: Anorexie.* Retrieved 3. 6. 2012 from the Word Wide web: http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10318730018-polosero/211562222000004-polosero-anorexie/titulky/

Dreikursová E. – Fergusonová (1993). *Adlerovská teorie* (Úvod do individuální psychologie), Tišnov: Sursum

Fashionologie (2010), *Kate Moss Earnings Have Doubled Since Her Cocaine Scandal Five Years Ago Her Agent Says*. Retrieved 5. 9. 2012 from the Word Wide web: http://www.fashionologie.com/Kate-Mosss-Earnings-Have-Doubled-Since-Her-Cocaine-Scandal-Five-Years-Ago-Her-Agent-Says-11422221

Foster V. W. (1999). *Nový začátek (Kniha o zdravém životním stylu),* Praha: Advent-Orion

Frömel, K. (2002). *Kompendium psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: Univerzita Palackého

Gilík R. (2011), *Pryč s vyzáblými idoly! Vedou ženy k mentální anorexii.* Retrieved 14. 6. 2012 from the Word Wide web: http://www.vitalia.cz/clanky/co-vede-zeny-k-mentalni-anorexii/

Imdb, Gia (1998). Retrieved 20. 9. 2012 from the Word Wide web: http://www.imdb.com/title/tt0123865

Jung C.G. (1994). *Duše moderního člověka*, Brno: Atlantis spol. s.r.o.
Jung C.G. (1997). *Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*, Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka

Kopmeyer, M.R. (1995). *Formování osobnosti*, Praha: Knižní klub

Krch F.D. (2002). *Mentální anorexie*, Praha: Portál, s.r.o.

Krch F.D. (2008). *Bulimie - Jak bojovat s přejídáním*. Praha: Grada Publishing a.s.

Křivohlavý J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada Avicentrum

Lipovetsky G. (2002). *Říše pomíjivosti: Móda a její úděl v moderních společnostech*, Praha: Prostor, nakladatelství s.r.o.

Michel C. (2001-2012). *Twiggy Lawson*. Retrieved 8. 7. 2012 from the Word Wide web: http://www.twiggylawson.co.uk/
Muhič V.(1993). *Svět modelek. Jak se stát manekýnkou nebo fotomodelkou*, Praha: Galileo, spol.s.r.o.

Nakonečný M. (1997). *Motivace lidského chování*, Praha: Academia

Nešpor K. (2007). *Návykové chování a závislost*, Praha: Portál, s.r.o.

Oglivy/Dove (2008). *Případové studie*. Retrieved 15. 10. 2012 from the Word Wide web: http://www.ogilvypr.cz/pages/kstudie.php?ID=44

Papežová H. (2003). *Bulimia* nervosa, Psychiatrické centrum Praha

Peck M.S. (1993). *Nevyšlapanou cestou*, Praha: Odeon

Presl J. (1995). *Drogová závislost*, Praha: Maxdorf, nakladatelství odborné literatury

Puškárová M. (1997). *Múdry starec - Analytická psychológia C.G.Junga v praxi*, Bratislava: Sofa

Smith S. (2012). *'Desperate Housewives syndrome'*. Retrieved 1.6.2012 from the Word Wide web: http://www.smh.com.au/lifestyle/beauty/desperate-housewives-syndrome-20120529-1zgoa.html
Svánovský M.(2001). *Jak se stát modelkou? Váš průvodce za úspěšnou kariérou...*, Brno: Vlastním nákladem vydal Jaroslav Rubáš

Vágnerová M. (2005). *Vývojová psychologie*, Praha: Karolinum

Weber M., (1997). Autorita, etika a společnost, Praha: Mladá fronta

# 9 PŘÍLOHY

## Dotazník životní spokojenosti

DOTAZNÍK

**Dotazník životní spokojenosti**

J. Fahrenberg, M. Myrtek, J. Schumacher, E. Brähler

*Zaškrtněte prosím u každého z tvrzení na následujících stranách vždy to číslo, které nejvíce odpovídá vaší spokojenosti ve vztahu k danému tvrzení.*

| Příklad: | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S počasím jsem ... | ○ | ○ | ○ | ◉ | ○ | ○ | ○ |

*Pokud tedy -jako v tomto případě - nejste s počasím ani spokojen(a), ani nespokojen(a), zaškrtněte prosím 4.*

*U každého tvrzení zaškrtávejte prosím pouze jedno políčko.*

| ZDRAVÍ | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Se svým zdravotním stavem jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou duševní kondicí jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou tělesnou kondicí jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou duševní výkonností jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou obranyschopností proti nemoci jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak často mám bolesti, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak často jsem až dosud byl(a) nemocný(á), jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| PRÁCE A ZAMĚSTNÁNÍ (osoby v důchodu: hodnotte prosím své bývalé zaměstnání) | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Se svým postavením na pracovišti jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak jistá je moje budoucnost v zaměstnání, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S úspěchy, které mém v zaměstnání, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S možnostmi postupu, které mám na svém pracovišti, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S atmosférou na pracovišti jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Co se týká mých pracovních povinností a zátěže, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S pestrostí, kterou mi nabízí mé zaměstnání, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| FINANČNÍ SITUACE | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Se svým příjmem / platem jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S tím, co vlastním, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svým životním standardem jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S hmotným zajištěním své existence jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svými budoucími možnostmi výdělku jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S možnostmi, které mohu vzhledem ke své finanční situaci nabídnout své rodině, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svým budoucím očekávaným (finančním) zajištěním ve stáří jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| VOLNÝ ČAS | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S délkou své každoroční dovolené jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S množstvím svého volného času po práci a o víkendech jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S kvalitou odpočinku, který mi přináší dovolená, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po práci a víkendy, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S množstvím času, který mám k dispozici pro své koníčky, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S časem, který mohu věnovat blízkým osobám, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S pestrostí svého volného času jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| MANŽELSTVÍ A PARTNERSTVÍ (Vyplňte prosím pouze pokud máte stálého partnera / partnerku) | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S požadavky, které na mne klade mé manželství / partnerství, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S našimi společnými aktivitami jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S upřímností a otevřeností svého partnera / partnerky jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S pochopením, které má pro mne můj partner / partnerka, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S něžností a náklonností, kterou mi můj partner / partnerka projevuje, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S bezpečím, které mi poskytuje můj partner / partnerka, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S ochotou pomoci, kterou mi projevuje můj partner / partnerka, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| VZTAH K VLASTNÍM DĚTEM (Vyplňte pouze pokud máte vlastní děti) | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Když myslím na to, jak s dětmi vzájemně vycházíme, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na úspěchy svých dětí ve škole a zaměstnání, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, kolik radosti mám ze svých dětí, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na námahu a výdaje, které mě mé děti stály, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S vlivem, který mám na své děti, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S uznáním, kterého se mi od mých dětí dostává, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S našimi společnými aktivitami jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| VZTAH K VLASTNÍM DĚTEM (Vyplňte pouze pokud máte vlastní děti) | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Když myslím na to, jak s dětmi vzájemně vycházíme, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na úspěchy svých dětí ve škole a zaměstnání, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, kolik radosti mám ze svých dětí, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na námahu a výdaje, které mě mé děti stály, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S vlivem, který mám na své děti, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S uznáním, kterého se mi od mých dětí dostává, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S našimi společnými aktivitami jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| VLASTNÍ OSOBA | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Se svými schopnostmi a dovednostmi jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se způsobem, jak jsem až doposud žil, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svým vnějším vzhledem jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svým sebevědomím a sebejistotou jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svým charakterem (povahou) jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou vitalitou (tzn. s radostí ze života a životní energií) jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak vycházím s ostatními lidmi, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| SEXUALITA | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Se svou tělesnou přitažlivostí jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou sexuální výkonností jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S častostí svých sexuálních kontaktů jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S tím, jak často se mi můj partner / má partnerka tělesně věnuje (dotýká se mne, hladí mne), jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svými sexuálními reakcemi jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak otevřeně mohu mluvit o sexuální oblasti, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak se k sobě s partnerem v sexualitě hodíme, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| PŘÁTELÉ, ZNÁMÍ A PŘÍBUZNÍ | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Když myslím na okruh svých přátel a známých, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S kontaktem se svými příbuznými jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S kontaktem se svými sousedy jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S pomocí a podporou, kterou mi poskytují přátelé a známí, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svými veřejnými a spolkovými aktivitami jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se svou společenskou angažovaností jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na to, jak často se dostanu mezi lidi, jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

| BYDLENI | ① velmi nespokojen(a) | ② nespokojen(a) | ③ spíše nespokojen(a) | ④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a) | ⑤ spíše spokojen(a) | ⑥ spokojen(a) | ⑦ velmi spokojen(a) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S velikostí svého bytu jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se stavem svého bytu jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S výdaji za svůj byt (nájem, příp. splátky) jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S polohou svého bytu jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| S dosažitelností dopravních prostředků jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Když myslím na míru zátěže hlukem, jsem ve svém bytě... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Se standardem svého bytu jsem... | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

*Odpovězte, prosím, na následující otázky tak, že zaškrtnete hodící se odpověď.*

Pohlaví: O muž O žena Věk:.....let

**Dosažené vzdělání:**

O nedokončené základní vzdělání
O základní
O vyučen bez maturity
O vyučen s maturitou
O ukončené středoškolské vzdělání
O ukončené vysokoškolské vzdělání

**Rodinný stav:**

O ženatý /vdaná
O svobodný(á)
O vdovec / vdova
O rozvedený(á)

**Domácnost:**

O žiji sám / sama
O žiji s partnerem / partnerkou
O žiji s rodiči

**Jste zaměstnaný(á)?**

O ano
O ano, ve vlastní firmě
O v domácnosti

**- anebo jste:**

O žák / žákyně
O student / studentka
O v učení
O v důchodu
O nezaměstnaný(á)

*Děkujeme za vaši spolupráci.*