

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST VYSOKOŠKOLSKÝCH
STUDENTŮ**

LIFE SATISFACION OF STUDENTS AT COLLEGE



Bakalářská diplomová práce

Autor: Lucie Ondráčková

Vedoucí práce: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Olomouc

2016

Poděkování

Velmi děkuji panu doc. PhDr. Zdeňku Vtípilovi, CSc. za ochotu a vstřícnost vést moji bakalářskou práci, za cenné rady a připomínky. Dále děkuji své rodině za podporu při studiu.

Prohlášení

Ochrana informací v souladu s ustanovením § 47b zákona o vysokých školách, autorským zákonem a směrnicí rektora k Zadání tématu, odevzdávání a evidence údajů o bakalářské, diplomové, disertační práci a rigorózní práci a způsob jejich zveřejnění. Student odpovídá za to, že veřejná část závěrečné práce je koncipována a strukturována tak, aby podávala úplné informace o cílech závěrečné práce a dosažených výsledcích. Student nebude zveřejňovat v elektronické verzi závěrečné práce plné znění standardizovaných psychodiagnostických metod chráněných autorským zákonem (záznamový arch, test/dotazník, manuál). Plné znění psychodiagnostických metod může být pouze přílohou tištěné verze závěrečné práce. Zveřejnění je možné pouze po dohodě s autorem nebo vydavatelem.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma „Životní spokojenost vysokoškolských studentů“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne 17. 3. 2016

Podpis

Obsah

Úvod.....	5
TEORETICKÁ ČÁST	7
1 Koncept životní spokojenosti	7
1.1 Životní spokojenost.....	7
1.2 Osobní pohoda	9
1.3 Kvalita života	11
2 Faktory ovlivňující životní spokojnost.....	13
2.1 Sociodemografické faktory	14
2.1.1 Pohlaví	14
2.1.2 Věk.....	15
2.1.3 Socioekonomický status	16
2.1.4 Rodinný stav	17
2.2 Osobnostní faktory	17
2.3 Faktory chování a projevů.....	18
2.4 Biologické faktory.....	19
3 Život a studium vysokoškolských studentů.....	19
3.1 Charakteristika vývojového období	20
3.2 Soudobé požadavky na vysokoškolského studenta v humanitně orientovaných oborech.....	22
3.3 Současné ekonomické, sociální a psychologické problémy vysokoškolského studenta	25
3.4 Životní spokojenost vysokoškolského studenta	27
PRAKTICKÁ ČÁST	30
4 Metodologický rámec výzkumu	30
4.1 Formulace výzkumného problému.....	30
4.2 Cíle výzkumu	31

4.3	Hypotézy	31
4.4	Aplikovaná metodika	31
4.4.1	Dotazník životní spokojenosti	32
4.4.2	Dotazník SUPOS – 7	33
4.5	Statistické zpracování dat.....	34
4.6	Zkoumaný soubor.....	35
4.7	Organizace a průběh šetření, etické aspekty	36
4.8	Symbolika výsledkové části.....	36
5	Výsledky výzkumu.....	38
5.1	Základní výstupy DŽS	38
5.2	Základní výstupy SUPOS-7	40
5.3	Vybrané koreláty uvnitř souborů	42
5.4	Komparace souborů v psychologických proměnných	45
6	Platnost hypotéz	53
7	Diskuze.....	55
8	Závěr.....	59
	Souhrn.....	60
	Zdroje.....	62

PŘÍLOHY

Příloha 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Příloha 2: Abstrakt bakalářské diplomové práce v českém a anglickém jazyce

Příloha 3: Dotazník životní spokojenosti

Příloha 4: Ukázka základní matice dat

Úvod

Rámcem této práce je oblast pozitivní psychologie, což je oblast psychologie velice inspirativní a potřebná vzhledem k dnešní uspěchané době zaměřené na výkon, produktivitu a materiální hodnoty. Jedním z jejich hlavních oblastí zájmu je životní spokojenost, která pro člověka byla, je a bude velmi hodnotná a žádaná. To vyplývá už jen z toho, jak často lidé tento termín používají v běžné řeči a jak často ve vztahu k sobě o něm přemýšlejí. Je naprosto přirozené, že lidé chtějí být spokojeni, šťastní a dělat věci, které mají smysl. A to je také důvod, proč se tato problematika dostává čím dál více do středu zájmu laiků a odborníků.

Téma životní spokojenosti jsem si vybrala také proto, že mě zajímalo, jak jsou lidé mého věku v životě spokojeni. Ve výzkumu jsem se zaměřila na vysokoškolské studenty, kteří z hlediska vývojové psychologie patří do specifické skupiny, protože spadají do 2 období periodizace lidského života, do adolescence a mladé dospělosti. Proto toto období je charakteristická vyšší míra příležitostí a mladí lidé si volí směr svého života. Jedná se tedy o velmi důležité období, které se promítne do jejich budoucnosti. I přes všechna pozitiva této životní etapy jsou zde určité problémy, se kterými se vysokoškoláci musí vypořádat. S přechodem na vysokou školu jsou často nuceni se osamostatnit a přijmout plnou zodpovědnost za svůj život. Dostávají se do nového prostředí a domů jezdí jenom na víkendy. Také si často snaží něco při studiu přivydělat, aby odlehčili svým rodičům, protože i studium na veřejné vysoké škole stojí mnoho peněz. V neposlední řadě musí vynaložit veškerou snahu a čas, aby úspěšně zvládli zkouškové období. A když se nedaří, pocítí to celá palce držící rodina. Tyto a mnohé další problémy a výzvy se mohou projevit v jejich životní spokojenosti a psychice.

Zkoumanými soubory jsou konkrétně studentky práv a psychologie, protože jsem sama studentkou obou zmiňovaných oborů a tudíž k nim mám velmi blízko. Také jsem si všimla určitých odlišností mezi studenty těchto dvou sice humanitních, přesto podle mě vzdálených oborů. A zajímalo mě, jestli se promítnou i do jejich životní spokojenosti.

Podtitulek článku na Žurnálu Univerzity Palackého zní: *„Univerzita Palackého se poprvé v historii zařadila mezi univerzity klasifikované v prestižním mezinárodním žebříčku Times Higher Education World University Rankings 2015-2016 (THE). Dostala se tak mezi osm stovek nejrespektovanějších vysokých škol ze sedmdesáti zemí světa.“* (8. října 2015). To vypovídá o tom, že o kvalitě „naší“ univerzity není pochyb. Ale jak je to s kvalitou života jejich studentů? Na tuto otázku se pokusí odpovědět tato bakalářská

práce, jejímž cílem je přispět k poznání skupiny současných vysokoškolských studentů. Budeme tedy zkoumat to, jaká je jejich životní spokojenost, psychický stav i subjektivní obtíže a potíže v kontextu dnešní doby.

Přínosem práce je především rozšíření našeho pohledu na tuto problematiku. Práce by mohla být užitečná pro samotné vysokoškolské studenty, kteří si na základě ní mohou klást otázky, jak jsou se svým životem spokojeni, co ovlivňuje jejich životní spokojenost a jak jsou na tom se svým psychickým stavem.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Koncept životní spokojenosti

Problematikou životní spokojenosti se zabývá pozitivní psychologie, která v současné době reaguje na donedávna převládající zaměření psychologie na studium problémových oblastí a jiných negativních jevů a problémů, v němž byly příznivé aspekty života přehlíženy. Snaží se tedy především o doplnění celkového obrazu psychiky jednotlivce i života společnosti o tato opomíjená kladná témata (Seligman, 2003).

Literatura zabývající se životní spokojeností je velmi obsáhlá a není utvořena jednotná terminologie. Životní spokojenost bývá často v odborné literatuře zaměňována s pojmy osobní pohoda (well-being) či kvalita života (Kebza, 2005, Kožený a kol., 2007, Slezáčková, 2012).

Většina autorů tyto 3 pojmy odlišuje a vesměs považují osobní pohodu a kvalitu života za pojmy nadřazené (obecnější) životní spokojenosti. Pro ujasnění rozdílů jsem se rozhodla věnovat se těmto termínům v následujících podkapitolách zvlášť.

1.1 Životní spokojenost

V současné době existuje více pohledů na vymezení životní spokojenosti a s ní souvisejících pojmů. Dle Hamplové (2004) pojem životní spokojenost zejména splývá se štěstím a subjektivním blahem. K tomu dodává, že v sociálních vědách neexistuje ani přibližná shoda na tom, co tyto pojmy znamenají a jak se liší. Nejčastěji se tyto pojmy však dávají do protikladu k objektivním ekonomickým a demografickým faktorům, materiálním a na zisk orientovaným kritériím.

Dle Fahrenberga (2001) se rozlišují 4 dimenze životní spokojenosti, které spolu vzájemně korelují. První dimenze zahrnuje životní spokojenost (kongruenci) charakteristickou plněním vytoužených cílů. Další dimenzi tvoří štěstí, které se vztahuje k dlouhodobému pozitivnímu afektivnímu stavu. Dále je zde pozitivní afekt jakožto přechodný pocit radosti a negativní afekt zahrnující přechodné pocity strachu, deprese atd.

Diener, Oishi, a Lucas (2002) chápou životní spokojenost jako jednu z kognitivních složek osobní pohody, přičemž ji definují jako globální posouzení života jako celku. To shodně tvrdí i např. Blatný (2005, s. 85). Můžeme tedy říci, že životní spokojenost je složkou osobní pohody, která popisuje její kognitivní stav. Kožený a kol. (2007) oproti tomu mluví o životní spokojenosti jako o významné složce, do které se promítá vnímání

vlastního zdravotního stavu a kvality života. Dle Dienera (1984) je životní spokojenost spojena s procesem, při kterém jednotlivci srovnávají reálné a ideální situace.

Dle Paulíka (2010, s. 129) je životní spokojenost „*zážitkový fenomén vycházející z hodnocení aktuální i celkové životní situace jedince, je jednak průvodním jevem i výsledkem dosavadního adaptačního procesu na pracovní a mimopracovní podmínky života jedince, jednak jedním z jevů ovlivňujících další adaptaci.*“ To, jestli je jedinec spokojený či nespokojený, závisí na jeho posouzení reality a očekávání, přičemž toto posouzení vychází z osobního hodnotového systému.

Hamplová (2004) dodává, že i přes značné odlišnosti v definicích pojmů životní spokojenosti a s ní souvisejících konstruktů mají jeden společný znak, a sice že všechny zdůrazňují subjektivní hodnocení daného jedince. Křivohlavý (2009) shodně tvrdí, že by životní spokojenost neměla být chápána jako obecný pojem, ale vždy by se měla vztahovat k individuálnímu jedinci a subjektivnímu prožívání. To znamená, že je subjektivně chápána a definována konkrétním jedincem. Základem je vždy osobní prožitek, který závisí na hodnotové orientaci a individuálních potřebách. Dle Blatného (2010) jsou subjektivní kritéria odlišujícím znakem od klinické psychologie, která spíše upřednostňuje objektivitu. Proto i duševně nemocný člověk může být spokojený, pokud si to myslí.

O tom, že subjektivní hodnocení jedince je neodmyslitelně spjato s životní spokojeností může svědčit i fakt, že se vyskytuje v běžné řeči, když se nás někdo ptá, jestli jsme spokojeni, tak mu odpovídáme podle toho, jak my sami hodnotíme náš život a naši situaci.

Nejčastěji se tedy k měření životní spokojenosti používá vlastní sebehodnocení jedince. Někdo by mohl namítat, jak se dá životní spokojenost objektivně měřit, když je výsledek závislý pouze na subjektivním pohledu. Diener, Ryan (2009) říkají, že i když je osobní pohoda subjektivní v tom, že se vyskytuje v rámci zkušeností daného jedince, její projevy mohou být přesto měřeny objektivně pomocí neverbálního chování, jednání, pozornosti, paměti či specifické stavby těla. Je potřeba si ale dávat pozor na to, že existuje mnoho faktorů jako aktuální nálada jedince či okolní prostředí, které mohou ovlivnit toho měření.

Lidé, kteří mají vysokou úroveň spokojenosti se životem, jsou úspěšnější v mezilidských vztazích a práci a celkově jsou psychicky odolnější. Kromě toho, že žijí déle, vydělávají více peněz a také se lépe vyrovnávají s nemocí (Lewis, 2010, in Doğan, Çelik, 2014).

1.2 Osobní pohoda

Životní spokojenost je nejčastěji chápána jako klíčový pojem v širší oblasti psychologie osobní pohody (well-being). V naší literatuře nepanuje dosud shoda, jak překládat anglický výraz „well-being“ či „subjective well-being“. Jako ekvivalentní bývají často používány výrazy subjektivní pohoda, subjektivní blaho či štěstí. V manuálu k Dotazníku životní spokojenosti Rodný, Rodná (2004) pojem „subjective well-being“ přeložili jako „subjektivní zdravotní stav“, což je podle mě nepřesné a ani jsem se s takovým překladem jinde nesešla. Pro potřeby naší práce budeme používat výraz osobní pohoda, což je podle Kebzy, Šolcové (2005) nejvýstižnější překlad.

Osobní pohoda je v současnosti chápána nikoli jako jednoduchý konstrukt, ale jako široká kategorie psychologických proměnných, které jsou ve vzájemné součinnosti (Blatný, 2005).

Významnost pojmu osobní pohoda dokládá i fakt, že Světová zdravotnická organizace (WHO) tento pojem zahrnuje do definice zdraví, ve které se hovoří o tom, že zdravý je ten, kdo je v pohodě (Křivohlavý, 2004). Osobní pohoda je zde zakotvena jako důležitá součást zdraví, které se nedefinuje jen podle přítomnosti a nepřítomnosti nějaké choroby, ale také je to stav úplné tělesné, duševní a společenské pohody. Zahrnuje tak nejen dimenzi duševní, ale také tělesnou, sociální a případně i spirituální (Kebza, Šolcová, 2005).

Definice osobní pohody většinou vylučují objektivní faktory, jako je např. materiální zázemí člověka či zdraví, ačkoliv tyto faktory mohou osobní pohodu ovlivnit (Diener, 1984). Osobní pohoda může být definována jako „*dlouhodobý či přetrvávající emoční stav, ve kterém je reflektována celková spokojenost člověka s jeho životem*“ (Blatný, 2010). Většina autorů se shoduje, že osobní pohoda je tvořena složkou kognitivní a emoční (např. Diener, Oishi, Lucas, 2002). Kebza, Šolcová (2005) mluví navíc o složce postojoyové. Podle Dienera, Oishiho, Lucase (2002, s. 187) je osobní pohoda „*široký koncept, který zahrnuje vysokou míru pozitivních emocí a nálad a nízkou míru negativních emocí a nálad a vysokou životní spokojenost.*“

Kognitivní složka zahrnuje vědomé hodnocení vlastního života, tedy to, jak daný člověk posuzuje různě vzdálené události svého života i své budoucí vyhlídky. Emoční složka potom zahrnuje nálady, emoce a afekty, které lidé zažívají, neuvědomují si je, ale přesto ovlivňují jejich osobní pohodu (Diener, Suh, Lucas, Smith, 1999).

Z přechozí podkapitoly již víme, že životní spokojenost může být chápána jako hlavní kognitivní komponenta osobní pohody. Mezi další komponenty kognitivní složky patří spokojenost v důležitých oblastech života a sebehodnocení. Mezi emoční komponenty pak patří dlouhodobé pozitivní a negativní emoční stavy a štěstí (Diener a kol., 1999). Životní spokojenost má z těchto komponent k osobní pohodě nejbliže, o čemž vypovídá fakt, že je její nejčastější výzkumnou operacionalizací (Blatný 2005).

Kebza, Šolcová (2005) zařazují osobní pohodu z psychologického hlediska na pomezí mezi afekty, nálady a osobnostní rysy a zahrnuje také kromě emotivních a kognitivních složek komponentu postojovou. Upozorňují na dvě úrovně osobní pohody, a to na složku individuální a sociální. Kromě individuální úrovně osobní pohody, zahrnující její strukturu a dynamiku, je třeba vzít v úvahu i její důležitou sociální dimenzi. Je to prožitek, který trvá spíše delší dobu, ale může mít i proměnlivý charakter, protože je ovlivňován aktuálními okolnostmi.

Levin a Chatters (1998) a mnoho dalších autorů dělí osobní pohodu na objektivní a subjektivní. Objektivní osobní pohoda se zaměřuje na funkční kapacitu organismu, zdravotní stav či socioekonomický status. Subjektivní osobní pohoda je oproti tomu tvořena čtyřmi komponenty – psychickou osobní pohodou v užším slova smyslu, sebeúctou, sebeuplatněním a osobním zvládnutím (in Kebza, Šolcová, 2005).

Křivohlavý (2004) vymezuje dimenze psychické a sociální pohody. Psychické dimenze osobní pohody tedy jsou: sebestřetí, osobní růst, účel života, začlenění do života, samostatnost a vztah k druhým lidem. Sociální dimenzi tvoří sociální přijetí, sociální aktualizace, spoluúčast na společenském dění, sociální soudržnost a sociální integrace.

Rozdíly v pojetí osobní pohody se projevují v tom, že autoři více či méně zdůrazňují její kognitivní a emociální nebo aktuální a dlouhodobé aspekty. Autoři zdůrazňující emocionální složku se zaměřují na nálady a citová rozpoložení jedince a vychází z toho, že v jedincově životě převažují pozitivní události nad negativními. Naopak ti, kdo zdůrazňují kognitivní složku, se zaměřují na způsob, jakým jedinec posuzuje pozitivní a negativní stránky své situace (Paulík, 2010).

Je zajímavé sledovat, jak se mění pohledy autorů na pojmy, s nimiž ve svých teoriích pracují. Např. Diener přešel od pojmu osobní pohody v novějších pracích k širšímu pojmu štěstí (Diener, Biswas-Diener, 2008). Seligman (2011) naopak zase upustil od podle něj problematického pojmu štěstí ve prospěch širšího označení osobní pohody (in Slezáčková, 2012). Z toho je patrné, jak složité je teoretické vymezení a uchopení základních pojmů.

Dle Van der Steena a kol. (2001) novější přístupy často stanovují osobní pohodu jako standard pro kvalitu života v různých kontextech (in Kebza, 2005). Protože je osobní pohoda klíčovou složkou kvality života, její měření je zásadní pro pochopení toho, jak zlepšit životy lidí. Kromě toho, rostoucí hladina osobní pohody poskytuje výhody nejen jednotlivci, ale i celé společnosti (Diener, Ryan, 2009). Dle závěrů Laška (2004) je pozitivní postoj k životu a pocit osobní pohody spojen s malým množstvím problémů, somatických potíží, depresí a s vysokou úrovní sebeúcty a radosti ze života, přičemž je to nezávislé na věku jedince.

Existuje čím dál více důkazů o tom, že vysoká osobní pohoda a životní spokojenost zlepšují život člověka v rámci 4 oblastí: zdraví a dlouhověkost, práce a příjmy, sociální vztahy a společenské výhody (Diener, Ryan, 2009). Je potřeba si ale uvědomit, že celková psychická pohoda není jediným nebo nejvyšším ukazatelem kvality lidského života, ale že jsou zde i jiná vyšší kritéria. Nicméně žít v životní pohodě má určitě svou cenu (Křivohlavý, 2004).

1.3 Kvalita života

V literatuře se často setkáme s pojmem kvalita života, a to v nejrůznějších oborech, což je důsledkem toho, že se jen velmi obtížně definuje. Na nejobecnější úrovni lze kvalitu života definovat jako důsledek interakce mnoha faktorů jako jsou sociální, zdravotní, ekonomické a environmentální podmínky, které spolu úzce souvisí a ovlivňují rozvoj jedince na osobní či celospolečenské úrovni (Hnilicová, 2005).

Podle Dienera a Suha (1997) existují 3 hlavní filozofické přístupy k určování kvality života. První přístup se řídí normativními ideály, které jsou založeny na náboženských, filozofických nebo jiných systémech. Podle dalšího přístupu je dobrý život založen na uspokojení našich preferencí za předpokladu, že lidé budou volit ty věci, které nejvíce zvyšují kvalitu jejich života. Třetí přístup k určování kvality života zahrnuje, pokud jde o zkušenosti jednotlivce, pocity radosti, potěšení, pohody a životní spokojenosti.

Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) jde o vnímání pozice v životě v souvislosti s danou kulturou a hodnotovým systémem a ve vztahu k individuálním cílům, očekáváním, standardům a obavám (Kebza, Šolcová, 2003). Fahrenberg (2001) k definici dodává, že se kvalita života vztahuje na oblast tělesnou, psychickou, sociální, finanční, sexuální, funkcionální a spirituální. Z toho je patrné, jak se kvalita života prolíná s konstrukty životní spokojenosti a osobní pohody, o kterých pojednáváme výše.

Hartl, Hartlová (2000) chápou kvalitu života jako míru seberealizace a duševní harmonie, jinak řečeno jako míru životní spokojenosti a nespokojenosti. Mezi nejobecnější znaky řadí soběstačnost při obsluze vlastní osoby a pohyblivost.

Osobní pohoda a životní spokojenost jsou Dienerem a Suhem (1997) chápány jako subjektivní ukazatelé kvality života. Podobný názor zastává i Kebza (2005), když tvrdí, že kvalita života vyjadřuje většinou kombinaci prožitku úrovně vlastního zdraví, úrovně osobní pohody, životní spokojenosti a postavení v sociální stratifikaci. Z toho vyplývá, že kvalita života je nadřazený pojem životní spokojenosti a osobní pohodě. V kvalitě života se také výrazně promítá schopnost osobní mobility, možnost postarat se o sebe a schopnosti ovlivňovat vývoj vlastního života.

Vztah osobní pohody a kvality života velmi přehledně shrnuje Džuka (2004), který říká, že v současné době existují 4 proudy týkající se výzkumu těchto konstruktů. Osobní pohoda může být chápána jako subjektivní ukazatel kvality života (viz. výše zmíněný Diener a Suh (1997) nebo jako součást multidimenzionálního konstruktů kvality života. Dále tyto pojmy mohou být chápány odděleně anebo naopak ztotožňovány. Příčina tohoto chaotického vztahu spočívá hlavně v nedostačujícím teoretickém podkladě.

Na kvalitu života se můžeme dívat ze subjektivního i objektivního hlediska. Subjektivní kvalita života se týká lidské emocionality a toho, jak je obecně člověk se životem spokojen, zatímco objektivní kvalita života zahrnuje sociální a materiální podmínky života, sociální status a fyzické zdraví (Hnilicová, 2005, Slezáčková, 2012).

Džuka (2004) podobně rozlišuje subjektivní kvalitu života a osobní pohodu, přičemž oba pojmy vyjadřují podmínky života osoby, v prvním případě hodnocené z individuálního úsudku a v druhém případě z emocionálního systému (frekvence pozitivních a negativních emocí). Objektivní kvalita života jakožto objektivní podmínky života osoby nejsou objektem psychologického výzkumu.

Veenhoven (1996) se oproti tomu dívá na kvalitu života z objektivního hlediska s tím, že se dá pozorovat podle předem daných kritérií a ze subjektivního hlediska ji chápe, jak ji hodnotí sám jedinec podle těchto objektivních kritérií. Tyto subjektivní odhady zahrnují také životní spokojenost, která je chápána souhrnné hodnocení něčeho, co se jedinci líbí. Životní spokojenost je dle něj centrálním pojmem v oblasti výzkumu subjektivní kvality života.

Souhrnem se dá říci, že v současné době se pro vyjádření popisu stavu, kdy je člověku dobře a daří se mu, používá několik různých pojmů. Všechny tyto koncepty postihují pozitivní stránky lidského života. Mezi další pojmy zde nerozebírané patří např.

štěstí, blaho, psychologické bohatství či optimální prospívání. I přesto, že je každý pojem vymezen a operacionalizován odlišným způsobem, v podstatě reflektují různé aspekty téhož (Slezáčková, 2012).

Z výše napsaného vyplývá, že kvalita života je zastřešující pojem, který zahrnuje osobní pohodu a životní spokojenost, přičemž mnoho autorů vnímá životní spokojenost jako jednu ze součástí subjektivní osobní pohody. Naše práce je zaměřena na životní spokojenost jako na multidimenzionální konstrukt příbuzný a často se překrývající s osobní pohodou a kvalitou života. Budeme sledovat subjektivní hodnocení života jedince celkově i v jednotlivých oblastech.

2 Faktory ovlivňující životní spokojenost

Mnoho knih a článků (např. Diener a kol., 1999, Blatný, 2010) uvádí Wilsonovu definici šťastného člověka, podle níž je šťastný ten, kdo je mladý, zdravý, vzdělaný, dobře placený, extravertní, optimistický, bezstarostný, nábožensky založený, v manželství, sebevědomí, s vysokou pracovní morálkou, přiměřenými aspiracemi a s širokým rozpětím inteligence. Jak píše Blatný (2010), Wilsonovy závěry jsou stále platné, i když byly na některých místech upraveny. Současný výzkum se zaměřuje ještě na více možných zdrojů osobní pohody.

Životní spokojenost člověka ovlivňuje v různé míře mnoho faktorů, které se dají dělit do různých kategorií. Blížkovská (2003) rozeznává objektivní a subjektivní faktory štěstí. Objektivní faktory ovlivňují osobní pohodu mnohem méně než faktory subjektivní, neboť hodnocení situací závisí na osobnostních charakteristikách, očekáváních, cílech, normách, srovnání s ostatními, zkušenostech apod.

Rath a Harter (2010) popisují 5 nejdůležitějších oblastí, které ovlivňují životní spokojenost. První a nejdůležitější z nich je profesní život zahrnující činnosti, které člověk dělá každý den a to, jak rád je dělá. Úspěšný profesní život zvyšuje celkovou spokojenost se životem více než dvakrát. Další oblastí je sociální život, který zahrnuje pevné vztahy a lásku. Dále pak finanční život, v němž je o efektivním hospodaření s penězi. Důležitý je také fyzický život zahrnující dobré zdraví a dostatek energie v každodenních činnostech. A konečně je důležitý komunitní život, jehož smyslem je zapojení do oblasti, kde jedinec žije.

Dle Laška (2004) je životní spokojenost určována jak individuálně, tak daným sociokulturním zázemím, ekonomickými podmínkami a životním standardem. Zkoumání

determinant životní spokojenosti je otázkou jak habituální, tak situační složky vyladěnosti psychiky jedince, které ho ovlivňují jak vně, tak navenek. Blatný (2010) oproti tomu dělí zdroje osobní pohody na socioekonomické a demografické faktory, osobností predispozice, soulad či nesoulad mezi osobními očekáváním a realitou a sociální vztahy.

Protože v empirické části práce budeme pracovat s Dotazníkem životní spokojenosti (Fahrenberg, 2001), který zkoumá životní spokojenost člověka v 10 škálách, je nezbytné zmínit zde zmíněné oblasti jakožto faktory životní spokojenosti. Mezi tyto oblasti tedy patří: zdraví, práce a povolání, finanční situace, volný čas, manželství a partnerství, vztah k vlastním dětem, vlastní osoba, sexualita, přátelé, známí a příbuzní a bydlení.

Jak můžeme vidět, dělení faktorů životní spokojenosti existuje nespočet. Obecně se dá říci, že životní spokojenost je ovlivněna mnoha faktory, z nichž některé ji ovlivní více, některé méně a některé se ovlivňují navzájem. Protože každý z nás je jedinečný, bude i míra vlivu jednotlivých faktorů na životní spokojenost různá. V následujících řádcích se z těchto důvodů omezím na popis pouze některých z nich.

Obecně se faktory životní spokojenosti dají rozdělit do 4 základních oblastí: demografické faktory, faktory chování a projevů, osobnostní faktory a biologické faktory (Diener a kol., 1999).

2.1 Sociodemografické faktory

Mezi demografické faktory patří pohlaví, věk, manželství a rodina, vzdělání, zaměstnání, příjem, sociální status, zdravotní stav, bydlení, víra atd. Některé výzkumy ukazují, že vlivnost těchto faktorů na osobní pohodu je menší, než se původně předpokládalo. Tyto faktory totiž přispívají k osobní pohodě nanejvýš z jedné pětiny (Blatný, 2010).

2.1.1 Pohlaví

Dle Hamplové (2004) nejsou dosavadní výzkumy jednotné v tom, jak a jestli se muži a ženy liší v celkové životní spokojenosti. K tomu uvádí domněnku, že ženy častěji trpí depresemi a z tohoto důvodu mohou být častěji nespokojenější. Jenže muži a ženy prožívají pozitivní a negativní emoce jinak, a z toho, že ženy trpí častěji depresemi, nelze podle nás usuzovat, že jsou méně spokojené. Je ale třeba podotknout, že existují výzkumy, které tvrdí, že jsou ženy opravdu méně spokojené a muži oproti nim mají lepší kvalitu života (Hnilica, 2005a). Co se týče adolescentů, Macek (2003) také říká, že se pozitivnější hodnocení vlastního života a tedy větší spokojenost vyskytuje u chlapců. Inglehart (2002)

ve své velmi rozsáhlé studii zjistil, že ženy do věku 45 let jsou spokojenější než muži, avšak čím jsou starší, tím jsou nešťastnější. To může být způsobeno třeba tím, že už si nepřípadají tak atraktivní.

Podle Fahrenberga (2001) jsou rozdíly mezi pohlavími v hodnocení celkové životní spokojenosti nepatrné a ve většině výzkumů se neprokázaly žádné rozdíly. A to ani mezi českými vysokoškolskými studenty (Šolcová, Kebza, 2009). Blatný (2010) shodně tvrdí, že příslušnost k pohlaví nemá k osobní pohodě podstatný vztah, avšak muži a ženy se liší ve zdrojích osobní pohody a v jejím vyjádření. Ženy oproti mužům kladou důležitost na sociální vztahy a silněji prožívají emoce. Dle studie Hřebíčkové, Blatného, Jelínka (2010) nebyl zjištěn statisticky významný vztah mezi osobní pohodou a pohlavím a věkem u starších dospělých, avšak vysokoškolačky byly spokojenější než vysokoškoláci.

2.1.2 Věk

Věk je dalším z demografických faktorů, kterým se zabývalo mnoho autorů. Většina z nich tvrdí, že stejně jako pohlaví nedeterminuje míru osobní pohody či životní spokojenosti (např. Šolcová, Kebza, 2005, Hnilica, 2006). Ani u souboru českých vysokoškoláků se vliv věku neprojevil. To je tím, že u souboru vysokoškoláků jsou ve věku jen velmi malé rozdíly (Šolcová, Kebza, 2009).

Fahrenberg (2001) na základě několika studií tvrdí, že se životní spokojenost v různých oblastech života s věkem vyvíjí rozdílně. Starší lidé budou méně spokojeni se svým zdravotním stavem, ale zato si polepší ve financích, protože nemusí zaopatřovat děti a celkově se jim snižují nároky. Podobně Hamplová (2004) uvádí, že lze očekávat pozitivní i negativní souvislost věku s životní spokojeností. Pozitivní je spojena s tím, že starší lidé vedou odpovědnější život, kdy méně riskují, preferují zdravý životní styl, dosahují v zaměstnání vyšších pozic a mají vyšší příjmy. Negativní souvislost je spojena se zhoršujícím se zdravím ve vyšším věku. Ve vyšším věku jsou pak lidé méně soběstační, mají menší kontrolu nad svým životem a jejich sociální kontakt je omezen.

Podle Džuky, Dalberta (1997) životní spokojenost i pozitivní emoce malé intenzity s věkem zvyšují, zatímco pozitivní emoce velké intenzity s věkem klesají. I Fahrenberg (2001) shrnuje, že s přibývajícím věkem roste i životní spokojenost. S tím nekoresponduje závěr jiných autorů, kteří prokázali lineární úbytek životní spokojenosti s rostoucím věkem (Hnilica 2005a, Hamplová 2004). Lašek (2004) také tvrdí, že s narůstajícím věkem klesá pozitivní přístup k životu a sebeúcta a přirozeně přibývá somatických problémů. Na závěr konstatuje, že množství problémů, somatické obtíže deprese a radost ze života nejsou

závislé na věku. Tyto více situační prvky životní pohody mohou narůstat nebo se zmenšovat během krátké doby ve formě krátkodobých či dlouhodobých zážitků a jejich důsledků než v závislosti na dosaženém věku.

2.1.3 Socioekonomický status

Dle Fahrenberga (2001) vysoký socioekonomický status zahrnující příjem, vzdělání a povolání má pozitivní vliv na životní spokojenost, přičemž obzvlášť těsná je souvislost mezi příjmem a pracovní spokojeností. Tato souvislost byla zjištěna v mnoha výzkumech. Podle studie Šolcové, Kebzy (2005) zvyšuje univerzitní vzdělání u české populace skoro 1,5 krát pocit osobní pohody ve srovnání se vzděláním základním. Podle nich je to kvůli společenskému postavení dělníků v české společnosti, kteří musí často čelit nedostatku financí a nezaměstnanosti a neúspěchu při pokusu dostat se na střední školu. Autoři tento fakt uzavírají tím, že by se vzdělání mělo rozšířit co nejširšímu okruhu občanů. Je ale v naší zemi vzdělání tak nedostupné, že by se mělo rozšiřovat? Ze statistik vyplývá, že středoškoláků a vysokoškoláků je čím dál tím více. Dle mého názoru na tom dělnické profese co do budoucnosti nebudou zase tak špatně, vzhledem k tomu, že po nich vzrůstá poptávka na pracovním trhu. Tím pádem je možné, že se jejich životní spokojenost bude zvyšovat.

Odlišný názor zastávají Pavot, Diener (2004, in Slezáčková), podle nichž může vzdělání působit na osobní pohodu negativně, a to když se nenaplní očekávání, které měl jedinec v souvislosti s ním. Hamplová (2004) oproti jiným autorům nepovažuje vzdělání za příliš významný faktor v životní spokojenosti. Zjistila statisticky významný rozdíl pouze mezi lidmi s maturitou a bez maturity. Ke stejným výsledkům, akorát co se týče subjektivního zdraví, dospěli Šolcová, Kebza (2006), kdy subjektivní zdraví bylo nejpříznivěji hodnoceno u lidí se středoškolským a vysokoškolským vzděláním.

Dle Hnilici (2005b) pracovní spokojenost nemá přímý vliv na životní spokojenost. Vliv pracovní spokojenosti je dán jejím vztahem s kontrolou (zahrnující pracovní autonomii a možnosti uplatnit se v práci), která má přímý vliv na celkovou životní spokojenost.

Hamplová (2004) zjistila, že celková životní spokojenost souvisí s tím, jestli se člověku v práci líbí nebo ne, avšak spokojenost s prací je méně významná ve srovnání se spokojeností s osobním životem. Dále se nepotvrdilo, že by práce ovlivňovala více životní spokojenost mužů než žen a že práce více ovlivňuje spokojenost vzdělanějších lidí. Ukázalo se, že se starší lidé nechávají prací ovlivňovat méně než mladší.

Co se týče příjmů, Kebza a Šolcová (2005) shrnují, že vztah mezi štěstím a penězi je nejednoznačný a více je vidět v chudých zemích. Dá se však říct, že se lidé cítí v pohodě, když mají zajištěny alespoň základní životní potřeby.

2.1.4 Rodinný stav

Ve všech studiích, které uvádí Fahrenberg (2001), bylo zjištěno, že osoby žijící s partnerem byly se svým životem spokojenější. To samé platí také pro osoby více sociálně podporované, ať už rodinnými příslušníky nebo přáteli. Hamplová (2004) shodně uvádí, že lidé žijící bez partnera vykazují menší spokojenost se životem. Lidé žijící v manželství a v nesezdaném partnerství se ve spokojenosti nijak nelišili, z čehož můžeme vyvodit závěr, že uzavření sňatku nemá na životní spokojenost vliv. Hnilica (2005a, 2006) také došel k závěru, že ženatí muži a vdané ženy jsou spokojenější než rozvedení.

2.2 Osobnostní faktory

Přestože se v empirické části nebudeme zabývat osobnostními vlivy, považujeme je za nezbytné zde alespoň okrajově zmínit. Např. podle Dienera a kol. (1999) hraje struktura osobnosti zásadní roli v osobní pohodě. Říká, že někteří jedinci mají genetické předpoklady k tomu, aby byli šťastni.

Zájmy o osobnostní proměnné vycházejí z faktu dlouhodobé stability životní spokojenosti v čase a také z předpokladů o emočních prožitcích jakožto faktorech primárně ovlivňujících hodnocení vlastního života (Blatný, 2010). Dle Laška (2004) má osobnost předpoklady k určitým emočním reakcím, ale spíše aktuální zážitky v životě mají vliv na aktuální osobní pohodu. Podobně je to také s dlouhodobě prožívanými zážitky a situacemi.

Podle mnoha autorů jsou nejčastějšími vlastnostmi spojenými s osobní pohodou extraverte a neuroticismus (např. Lašek, 2004, Blatný, 2010). Hřebíčková a kol. (2010) uvádí, že tomu tak je proto, že jde o biologicky založené rysy, které jsou stejně jako životní spokojenost velmi stabilní v čase.

Kebza, Šolcová (2009) zjistili u vysokoškolských studentů korelaci se všemi faktory „velké pětky“ rysů osobnosti, nejvýrazněji s neuroticismem (záporně), extravertí a svědomitostí. Autoři citují McCreae a Costu (1991), podle nichž jsou extraverte a neuroticismus důležitými determinanty osobní pohody, přičemž extraverte souvisí s pozitivními emocemi a neuroticismus s negativními. Dle Kačmárové (2007) je neuroticismus významnějším prediktorem osobní pohody než extraverte. To potvrzují i výsledky Hřebíčkové a kol. (2010). Tito autoři dále vyzkoumali, že se u vysokoškoláků

osobnostní vlastnosti podílejí na rozptylu osobní pohody 30 %, zatímco u dospělých 20 %. Je tomu tak proto, že se s přibývajícím věkem posiluje ta část osobní pohody, která je založena na zkušenosti a tím pádem logicky ubývá osobnostních vlastností jakožto prediktorů.

Blatný (2001) považuje temperamentové charakteristiky za nejlepší prediktory životní spokojenosti. Dále pokládá za významné především pozitivní hodnocení vlastní osoby. Kromě temperamentových charakteristik bychom do osobnostních faktorů mohli zařadit sebehodnocení jedince, jeho hodnoty, copingové strategie, sebeúctu, inteligenci, optimismus, pozitivní iluze apod.

2.3 Faktory chování a projevů

Mezi tuto kategorii faktorů životní spokojenosti můžeme řadit životní události, sociální kontakty či aktivitu jedince. Není pochyb o tom, že pevné a vřelé sociální vztahy pozitivně ovlivňují osobní pohodu. Jedněmi z nejsilnějších determinantů osobní pohody jsou přitom sociální opora, začlenění do sociálních vztahů a příslušnost k určité skupině. Samota je naopak příčinou malé životní spokojenosti. Obecně platí, že je důležitější kvalita sociálních vztahů než jejich množství (Blatný, 2010).

Dle závěrů Janečkové (2005) jsou spokojenější s kvalitou života jedinci, kteří prošli méně finančními ztrátami, rozvody, změnami zaměstnání, nemocemi a úrazy, soudními procesy a nesetkali se s trestným činem. Větší počet závažných životních událostí však nesouvisí s větší závažností zdravotních problémů a menší životní spokojeností.

Podle Hnilici (2005b) životní události nemají na životní spokojenost přímý vliv, protože tento vztah je zprostředkovaný spokojeností se zdravím. V jiném, velmi zajímavém výzkumu Hnilica (2006) srovnal jedince, kteří byli zasaženi povodněmi a kteří se jim vyhnuli. Rok po povodních mezi nimi nebyly zjištěny rozdíly v životní spokojenosti, povodně měly vliv jen na subjektivní zdraví (nikoliv na objektivní zdraví). Z výsledků jeho studie vyplývá, že socioekonomický status má na životní spokojenost mnohem větší vliv než živelná katastrofa.

Dle Fahrenberga (2001) mnohé výzkumy prokázaly, že aktivní trávení volného času přispívá k životní spokojenosti. Nekontrolované jídelní chování a konzumace drog, alkoholu, tabáku jsou pak spojeny s vyšší nespokojeností.

2.4 Biologické faktory

Zdraví je podle Fahrenberga (2001) nejdůležitější faktor životní spokojenosti. Dá se očekávat úzká souvislost mezi spokojeností a subjektivními tělesnými obtížemi. Hnilica (2006) také považuje subjektivní zdraví za velmi významný prediktor životní spokojenosti a zjistil, že umožňuje vysvětlit asi 10 % variance spokojenosti se životem.

Šolcová, Kebza (2006) mluví o tom, že mezi osobní pohodou a subjektivním zdravím existuje velmi pevný vztah, který je oboustranný. Tento vztah platí ovšem jen v případě subjektivního zdraví, protože objektivní zdraví s osobní pohodou koreluje jen slabě nebo vůbec. Oboustrannosti vztahu si můžeme všimnout i u Slezáčkové (2012), podle níž v dnešní době existuje mnoho vědeckých důkazů, které potvrzují to, že životní spokojenost ovlivňuje zdraví. Štěstí nejenže snižuje pravděpodobnost vzniku nemocí, ale také zmírňuje příznaky u již započaté nemoci. Podle Hnilici (2006) jsou se zdravím spokojenější muži než ženy a čím jsou respondenti starší, tím jsou se svým zdravím méně spokojeni. Dle Fahrenberga (2001) nespokojení lidé chodí častěji k lékaři a častěji se podrobují psychotherapeutickému léčení.

3 Život a studium vysokoškolských studentů

V této kapitole se zaměříme na osoby, o nichž tato bakalářská práce pojednává, a sice na vysokoškolské studenty. Ti v současné době představují specifickou skupinu lidí, o kterou jeví zájem čím dál více odborníků. Jedním z důvodů může být to, že je do nich vkládána velká naděje, protože to jsou právě ti, kteří by měli reprezentovat národ.

Předseda Studentské komory Rady vysokých škol se k současné situaci ve vysokoškolském vzdělávání vyjadřuje následovně: „*Ještě před dvaceti lety bylo vysokoškolské vzdělání dostupné velmi malému počtu lidí. Dnes nastupuje na vysokou školu téměř čtyřicet procent maturantů z různých typů středních škol. To samozřejmě proměňuje vnímání vysokoškolského titulu i samotné prostředí vysokých škol – někdy se hovoří o inflaci vysokoškolského vzdělání.*“ (Jašurek, M., 19. 4. 2013). Mění se nejen situace v terciálním vzdělávání, ale i studenti vysokých škol procházející novými vývojovými úkoly a změnami. S těmi přichází na řadu také novodobé problémy a požadavky, se kterými se musí vysokoškoláci vypořádat. To se může projevit v jejich životní spokojenosti. A o tom všem bude pojednávat tato kapitola.

V následujících řádcích tedy budeme obecně charakterizovat období života vysokoškolského studenta, dále se zaměříme na soudobé požadavky na studenta

humanitních oborů, následně rozebereme některé soudobé problémy a nakonec se pustíme do samotné životní spokojenosti vysokoškoláků.

3.1 Charakteristika vývojového období

Většina studentů během svých vysokoškolských studií na své cestě za diplomem přechází z období dospívání do období dospělosti. To s sebou nese mnoho nových vývojových úkolů, ve kterých se odráží celková úroveň jejich životní spokojenosti.

Je potřeba si vzít v potaz, že věkové vymezení u studentů vysokých škol není úplně přesné, protože studium na vysoké škole studenti nezačínají vždy hned poté, co úspěšně složili maturitní zkoušku. Často se také stává, že studenti své studium z různých důvodů přeruší nebo si ho prodlouží např. výjezdem na Erasmus (studijní pobyt v zahraničí).

Vymezení období vysokoškolského studia v rámci vývojových stádií člověka také není jednoznačné. Pokud budeme předpokládat, že věk vysokoškolských studentů je 19-26 let, budeme se pohybovat v rámci 2 období periodizace lidského života, a sice adolescence a mladé (časné) dospělosti.

Velmi výstižně období adolescence popisuje Macek (2003, s. 10), když píše: *„adolescence je dospívání i mládí současně, odlišuje se od ostatních životních etap a současně je vnitřně diferencována.“* Většina autorů rozeznává více fází adolescence, přičemž pro nás je relevantní fáze pozdní adolescence, kam Macek zařazuje období od 17 do 20 let, příp. i déle. I podle dalších odborníků končí adolescence ve 20 letech, avšak často k tomu dodávají, že studenti vysokých škol patří spíše do adolescence než do mladé dospělosti. Např. Macek (2003) podotýká, že na seminářích o adolescenci se vysokoškolští studenti ve věku 19-24 let cítí být spíše adolescenty než dospělými a to zhruba v polovině případů. Obecně se dá říct, že tomu je tak proto, že vzhledem ke studiu na vysoké školy nejsou schopni plnit úkoly dospělosti. (Říčan, 2004, Macek, 2003). Říčan (2004) k tomu uvádí, že konec adolescence je obtížné jednoznačně stanovit. V tomto ohledu je důležitý vstup do zaměstnání, který u každého nastává jindy. Konkrétně u vysokoškolských studentů „přidává“ 3 roky, protože ekonomická závislost a role studenta adolescenci prodlužují.

Vágnerová (2007), ač v souvislosti s obdobím dospělosti, také mluví o ekonomické závislosti dané prodloužením období profesní přípravy studentů, která zapříčiňuje to, že studenti nejsou mezi dospělými považováni za zcela rovnocenné. Role vysokoškoláka tak podle ní nemá jednoznačně status dospělého. S tím nelze jinak než souhlasit. Většina

vysokoškoláků v této době ještě neuzavřela manželství a nemá potomka, což je také stav vymykající se dospělosti.

Ze světových vývojových teorií krátce zmíníme velmi vlivný Eriksonův model epigenetického vývoje, přičemž nás budou zajímat 2 z jeho 8 etap charakteristických určitým vývojovým úkolem. Na každém stupni si jedinec musí vyřešit psychosociální konflikt. Když se mu to však nepovede, je ohrožen jeho další vývoj. Pro období adolescence je charakteristické hledání vlastní identity napříč pocitem nejistoty o své vlastní roli mezi lidmi (identita vs. zmatek). Adolescent se ptá, kdo vlastně je, jaký je smysl jeho života a jak ho vnímají ostatní. Zajímá ho hlavně to, jak ho vidí ostatní a srovnává to s tím, co si myslí o sobě. Pro období mladé dospělosti platí, že by se dospívající měl vzdát vlastní totožnosti a nechat ji splynout s totožností druhého člověka v pravou intimitu (intimita vs. izolace). Jedinec je schopen tělesných citových vztahů, i když jde o vztahy vyžadující určité oběti a kompromisy. Oproti tomu v rámci izolace se vyhýbá všem stykům, které ho nutí k intimitě (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Co se týče přímo mladé (časné) dospělosti (20-25/30 let), je to přechodné období mezi adolescencí a plnou dospělostí. Dospělost tu vymezujeme s přihlédnutím ke třem kritériím: k věku, k převzetí určitých vývojových úkolů a k dosažení určitého stupně osobní zralosti. *„Člověk je zpravidla pokládán za zralého, když po dokončení dospívání přejímá plnou osobní a občanskou odpovědnost, začíná být ekonomicky nezávislý a navíc přispívá k rozmnožování obecných statků, rozvinul plně své osobní zájmy, ustanovil legalizovaný vztah ke svému životnímu partnerovi, přejal očekávané výchovné úkoly vůči svým potomkům a na druhé straně se přizpůsobuje svým stárnoucím rodičům.“* (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 169). Tito autoři dále shrnují, že úkolem časné dospělosti je si najít dlouhodobé konkrétní cíle a začít se osamostatňovat.

Říčan (2004) popisuje tzv. „dvacátá léta“ jako období charakteristické značnou rozmanitostí, pomalejším biologickým vývojem, širokou škálou možností pracovního uplatnění, kombinací studia na vysoké škole a osobních zájmů. Dle něj se jedná o období velkých nadějí, optimismu a energického až nadšeného životního rozběhu. Mladý dospělí věří ve své schopnosti a štěstí a předpokládá, že se vše dá vyřešit racionálně. Nemyslí tak abstraktně jako adolescent a je vnímavější vůči okolnímu světu. Výsledkem dvacátých let by měla být dle Příhody niterná sebejistota (in Říčan, 2004). Teprve až teď se člověk může cítit opravdu svobodný a nezávislý na pokynech, protože dosáhl samostatnosti v řešení praktických úkolů.

Je potřeba říci, že ne všichni autoři vnímají mladou dospělost pouze jako přechodné období. Arnett (2000) samostatné období odlišné od adolescence a dospělosti označuje jako vynořující se dospělost (18-25 let) a mluví o něm jako o období změn a prozkoumávání nových možností. „*Klíčovým rysem období vynořující se dospělosti je to, že se jedná o období života, které nabízí největší příležitost k prozkoumání identity v oblastech lásky, práce a názorů.*“ (Arnett, 2000, s. 473). Dále říká, že do konce tohoto období většina lidí učinila životní rozhodnutí, která měla trvalé důsledky. Poukazuje na to, že přechod na vysokou školu je spojen se zvýšenou autonomií studenta v souvislosti se sníženým dozorem rodičů a také s novými příležitostmi k navázání společenských vztahů. Je potřeba brát v úvahu, že Arnett v rámci svých studií pracuje s americkými vynořujícími se dospělými a proto jeho koncepce nemusí být všeobecně platná.

3.2 Soudobé požadavky na vysokoškolského studenta v humanitně orientovaných oborech

Na tomto místě nejprve zmíníme obecné požadavky zaměstnavatelů v České republice po absolventech vysokých škol tak, jak jsou uvedeny v rámci Rozvoje vysokého školství do roku 2020 (MŠMT). V souvislosti s uplatněním na trhu práce zaměstnavatelé nejvíce požadují dobré komunikační dovednosti, dovednost identifikovat a řešit problémy, schopnost být zodpovědný, samostatně se rozhodovat a dovednost tvořivého a pružného myšlení a jednání. Absolventi vysokých škol mají z hlediska osvojených kompetencí dobrý základ pro výkon svého povolání. To však neplatí u povolání, kde je rozdíl mezi tím, co se absolvent naučí ve škole a osvojí a tím, co je skutečně požadováno zaměstnavatelem. Je proto potřeba, aby na těchto oborech probíhalo dostatečné osvojování kompetencí už na vysoké škole. V případě dovednosti komunikovat s lidmi a vyjednávat se jedná např. o obory právnické a v případě dovednosti identifikovat a řešit problémy jde o obory právnické či pedagogické.

V rámci výzkumné části bakalářské práce se budeme blíže zabývat vysokoškolskými studenty práv a psychologie. Obory, které studují, patří mezi humanitně orientované (společenskovědní). Je však třeba poznamenat, že existuje vícero klasifikací vysokoškolských oborů a např. šetření Eurostudent (Kredo, Eurostudent V, listopad 2013) rozeznává 9 kategorií oborů (mezi jinými humanitní a společenské a odděleně právnické obory). My však vycházíme z obecnějšího dělení na exaktní (přírodní) vědy, které jsou

založeny na přesnosti vědeckého bádání a humanitní obory, které se zabývají člověkem a společností.

V následujících řádcích popíšeme, jaké mají obory právo a psychologie požadavky na své studenty. A protože to, co je odlišuje, je i výkon jejich povolání, zahrneme sem i požadavky související s jejich prací. Pokud budeme používat slovo „právník“, budeme tím obecně označovat absolventa právnické fakulty a nikoliv jen advokáta jakožto subjekt zastupující zájmy svého klienta. Mezi právníky tedy včetně advokátů patří soudci, státní zástupci, exekutoři a notáři a další.

Odlišení těchto dvou oborů by mělo hlavně vycházet z toho, že psychologie je chápána jako pomáhající obor. Hartl, Hartlová (2000) chápou pomáhající profese jako *„veškeré profese, jejichž teorie, výzkum a praxe se zaměřují na pomoc druhým, identifikaci a řešení jejich problémů a na získávání nových poznatků o člověku a jeho podmínkách k životu, tak aby pomoc mohla být účinnější; patří sem lékaři, zvláště psychiatři, psychologové, sociální pracovníci, speciální pedagogové; šířeji i fyzioterapeuti, balneologičtí pracovníci apod.“* Někteří právníci také pomáhají lidem, avšak činí tak jiným způsobem než psychologové. Podstatou jejich profese není bezprostřední vztah k práci s lidmi.

Na studenty psychologie se podle mě tedy kladou vysoké požadavky hlavně v osobnostní sféře. Nedílnou součástí studia psychologie by mělo být poznání sebe samého, sebeuvědomění a seberozvoj. K tomu jim dopomůže účast na interakčních výcvicích a dalších obdobných předmětech tohoto typu, na kterých si mohou vyzkoušet různé situace a techniky a také uvědomit své reakce.

Pro pomáhající profese, zvláště pak pro psychology je velmi důležitá profesní etika. Dodržování etických a právnických norem je nezbytné k ochraně klienta i psychologa samotného. Koocher a Keith-Spiegelová (2008) uvádí, že psycholog by v žádném případě neměl ublížit klientovi a měl by minimalizovat jeho nebezpečí. Dále by měl respektovat jeho autonomii, nesnižovat jeho hodnoty a nepovyšovat se nad ním. Měl by být nestranný, spravedlivý, spolehlivý, důvěryhodný, ohleduplný, vlídný a zodpovědný, starostlivý a soucitný.

Pro psychology jsou významné etické kodexy, kde naleznou to, jak by měli v rámci své profese vystupovat a jaké by měli dodržovat etické zásady. Jsou tam zapracovány určité všeobecně dané hodnoty profese a mají spíše informativní charakter. I v právu existují různé etické kodexy, protože ne všechno chování právníků je regulované zákonem.

Dále je u studenta psychologie velmi důležitá empatie a prosociální chování (pomáhající chování). Empatie je nezbytná k porozumění pocitům a motivům klienta a prosociální chování k tomu, aby mu psycholog chtěl pomoci.

Mnoho právníků pracuje primárně s právními normami a až poté s lidmi. Jsou zavázáni tím, co je stanoveno v právním předpise a je po nich vyžadováno, aby se striktně řídily normativními pravidly. Z toho vyplývá, že většinou nemohou projevit své osobnostní kvality oproti psychologům, u kterých je to žádoucí.

Na Právnické fakultě nám často říkají, že jejich úkolem není přednášet obsah právních předpisů, ale naučit nás s nimi pracovat, tzn. mít o nich přehled, orientovat se v nich, umět je najít a správně použít. K tomu student práv kromě znalostí potřebuje velmi dobré analytické a logické myšlení a schopnost argumentace. Bez těchto atributů student na Právnické fakultě brzo skončí, protože kupř. nezvládne napsat klauzurní práce, které jsou zaměřeny právě na tyto dovednosti. Dále by si student práv měl umět stát za svým názorem a být asertivní. V právu trochu více než v ostatních vědách je mnoho věcí otázkou výkladu a proto by si každý student měl udělat vlastní názor a měl by ho umět prosadit a prezentovat. U studentů práv si můžeme povšimnout jejich „dravosti“, která je však po nich v mnoha případech opravdu vyžadována.

Často jsem se jako studentka práv setkala s tím, že si lidé okolo mě mysleli, že se musím učit nazpaměť celé paragrafy a zákony. Byla bych jim ráda řekla, že tomu tak není a že dobrý právník se pozná podle toho, jak umí s právním textem pracovat, ale opak je pravdou. Někteří vyučující opravdu vyžadují znalost právních předpisů a definic doslovnou a např. neváhají studenta „vyhodit“ kvůli 1 slovu ze souborné zkoušky. Studenti práv by tedy měli mít velmi dobrou paměť a schopnost naučit se látku doslova (protože je např. zásadní rozdíl mezi platností a účinností zákona nebo zápůjčkou a výpůjčkou).

Protože požadavky na právníky i psychology jsou stanoveny zákony, je třeba být způsobilý k výkonu činnosti. Mezi společné podmínky způsobilosti tak např. patří dosažení určité kvalifikace či bezúhonnost. Pro oba obory jsou dále vyžadovány např. velmi dobré komunikační schopnosti, odolnost vůči stresu, přesvědčivost a trpělivost. Právníci (v tomto případě hlavně advokáti) a psychologové budou s velkou pravděpodobností pracovat s klienty, kteří za nimi přijdou se svými problémy. Budou muset klienty patřičně vyslechnout a navázat s nimi důvěrný vztah. Při práci s lidmi budou nepochybně muset čelit mnoha stresovým situacím. Trpělivost je u právníků důležitá například proto, že se soudní spor může táhnout i několik let a psycholog například nemusí u klienta vidět zlepšení hned.

Asi se shodneme na tom, že pro oba tyto humanitně orientované obory jsou nezbytné určité lidské a osobní předpoklady, znalosti a dovednosti. Určitě bychom jich našli mnohem více, než tu je zmíněno, ale pro alespoň rámcovou představu o tom, co se od těchto oborů vyžaduje a očekává, to je snad dostačující.

3.3 Současné ekonomické, sociální a psychologické problémy vysokoškolského studenta

Podle Říčana (2004) se první problémy mohou objevit už v souvislosti s tím, že se mladý člověk vůbec přihlásí na vysokou školu. Nemusí mít dostatečné studijní nadání nebo mu odklad samostatnosti a zahájení produktivního života může snížit jeho sebedůvěru a pokřivit jeho osobnost. Jiným studentům se může stát, že si vyberou obor, pro který se nehodí. V takovémto případě je nejhorší, když tento obor vystudují.

Souhlasím s tím, že je lepší studovat obor, pro který se student hodí a který ho baví a naplňuje a to i za cenu delší doby studia v případě přechodu ze špatně zvoleného oboru. Jenže situace může být velmi složitá. Studenti, kteří zjistí, že se pro daný obor nehodí nebo je nebaví, nechtějí ztratit dosavadní čas, který mu věnovali, tak ho i s odporem raději dostudují. Stejně tak to může být i v případě, kdy se stydí za to, že by ho nedokončili, protože by to jejich okolí mohlo vnímat jako neúspěch. Studenti si už mohli udělat mezi spolužáky kamarády a celkově si mohli zvyknout na chod a prostředí školy. Ve společnosti je také poměrně hodně rozšířen názor ten, že je důležité mít alespoň nějaký titul z jakékoliv vysoké školy. Zkrátka často existuje mnoho důvodů, proč dostudovat i špatně zvolený obor. Problém vidím v tom, že uchazeči o studium na vysokých školách nejsou dostatečně informováni o obsahu a možnostech oboru. Na oficiálních internetových stránkách škol nacházíme jen obecné a velmi stručné informace o daných oborech¹ a na jiných neoficiálních stránkách nemůžeme spoléhat na věrohodnost a aktuálnost informací. Uchazečům tak nezbývá jiná možnost než spoléhat se, že se dozví více relevantních informací na dnech otevřených dveří, které se však často konají nedlouho před ukončením podávání přihlášek na vysokou školu. I ty se však zdají být nedostačující vzhledem k tomu, že 23,3 % studentů již v minulosti předčasně ukončilo studium v jiném studijním programu, přičemž tak učinilo 44 % studentů ve věkové skupině 25-30 let. Nejčastějším důvodem předčasného ukončení předchozího studia je nevhodná volba studijního programu (38,9 % studentů) (Kredo, Eurostudent V, listopad 2013).

¹ Srovnej <http://www.pf.upol.cz/skupiny/zajemcum-o-studium/pravo> nebo <http://www.muni.cz/study/fields/209>

Co se týče sociálně-ekonomických problémů vysokoškolského studenta, můžeme sledovat zlepšení situace oproti letům minulým. Roste počet těch, kteří jsou na vysoké škole celkově spokojeni a podmínky na ni hodnotí jako dobré. Klesá počet studentů, kteří bydlí na koleji a stále více studentů bydlí v podnájmu, přičemž asi třetina bydlí u rodičů. (Menclová, Baštová, 2005). Studenti bydlící na koleji jsou méně spokojeni oproti studentům bydlících mimo ně. Koleje jsou považovány za finančně dostupné, avšak ne moc pohodlné. Čím jsou studenti starší, tím je větší spokojenost s jejich bydlením, protože mj. hledají bydlení jinde než na kolejích. Tito studenti však stráví více času na cestě do školy, protože koleje bývají často v její těsné blízkosti (Kredo, Eurostudent V, listopad 2013).

Finance na studium studenti získávají hlavně od rodičů, přičemž 52 % studentů prezenčního studia nevydělává nic a jsou odkázáni na příjmy od rodičů. (Kredo, Eurostudent V, listopad 2013). Dále si pravidelně přivydělávají a čím dál častěji mají příjmy ze svého stálého zaměstnání. Výdělky studentů se tak stále významněji stávají zdrojem pro financování jejich studie. Z toho vyplývá, že chtějí být co nejvíce samostatnými a že narůstá počet možností, které jim to umožňují. Obvyklá celková finanční částka k pokrytí nákladů narůstá, protože se také zvyšují náklady na studium. Snížil se počet studentů, pro jejichž rodinu znamená studium na vysoké škole velkou finanční zátěž, což svědčí o zvyšující se úrovni rodin studentů (Menclová, Baštová, 2005). Čím je nižší sociální status rodičů studentů, tím vyšší je podíl studentů s finančními problémy. Ty má v současné době 15% studentů, přičemž studenti právnických, technických a ekonomických jsou na tom mnohem lépe oproti studentům ze zdravotnických, pedagogických, zemědělských a veterinárních oborů. (Kredo, Eurostudent V, listopad 2013). Garant projektu Eurostudent doc. Fischer upozorňuje, že „*system neposkytuje zcela rovné podmínky*“ a že je třeba „*efektivní finanční podpora studentů ze slabšího sociálního zázemí.*“ V dnešní době si většina studentů na své životní náklady, které v průměru přesahují 10 000 Kč měsíčně, musí přivydělávat při studiu a zároveň se spoléhá na pomoc rodičů.

Dalším problémem současného vysokoškolského studenta může být najít kvalifikované práce. I přesto, že vysokoškolsky vzdělaná populace čelí méně často nezaměstnanosti a v rámci Evropské unie patříme k zemím s nejnižší nezaměstnaností této skupiny, v posledních letech skokově narůstá zastoupení absolventů vysokých škol pracujících na pozicích nevyžadujících vysokoškolské vzdělání. To je mj. dáno zvětšující se konkurencí mezi absolventy (MŠMT, Rámec rozvoje vysokého školství do roku 2020).

Psychologické problémy se vysokoškolským studentům také nevyhýbají. Tomu nasvědčují i výsledky mnohých studií. Ze zahraničních výzkumů o stresu vysokoškoláků mě zaujala průřezová studie zkoumající úroveň zažívaného distresu u australských studentů medicíny, práv, psychologie a strojírenství. U 48 % studentů z celkového počtu 955 byl naměřen distres. Studenti vysokých škol jsou tedy mnohem více ve stresu oproti vrstevníkům nestudujícím vysokou školu, u kterých byl distres naměřen pouze u 11 %. Z toho vyplývá, že u studentů bude 4 krát větší pravděpodobnost, že budou v chronickém stresu než u ostatních vrstevníků. Celkem 11 % studentů uvedlo, že se léčilo z důvodů problémů s duševním zdravím. Chronický stres se nejvíce projevil u studentů práv (58 %) a nejméně u studentů psychologie (40%). Otázkou, proč je u vysokoškolských studentů signifikantně vyšší stres než u ostatních vrstevníků, se autoři nezabývají. Je zde pouze nastíněno, že to může být spojeno s měnící se kulturou vysokých škol. Studenti často pracují na částečný úvazek a zároveň chtějí zvládat časově náročnou školu a také se věnovat rodině. Díky tomu nemají čas účastnit se společenských aktivit a odpočívat, což přispívá k jejich chronickému stresu. (Leahy a kol., 2010).

U vysokoškolských studentů je závažným problémem také nespavost. Taylor a kol. (2013) zjistili chronickou nespavost u 9,5 % studentů univerzity v Texasu. Je zajímavé, že 27 % studentů si na nespavost nestěžovalo, přestože jí podle výsledků výzkumu trpělo. S chronickou nespavostí byla také spojena zvýšená míra deprese, úzkost, stres, únava, užívání drog a celkové snížení kvality života. Z domácích výzkumů se mj. nespavostí u vysokoškolských studentů Univerzity Palackého v Olomouci zabývaly Janečková, Dostál, Plháková (2013). Ze souboru složeného ze studentů medicíny a filozofické fakulty mělo subjektivně horší kvalitu spánku 39 % osob. Také byla naměřena velmi nízká depresivita a studenti se v ní mezi obory nelišili.

3.4 Životní spokojenost vysokoškolského studenta

V této kapitole se zaměříme na některé, převážně zahraniční výzkumy, které se zabývaly spokojeností vysokoškolských studentů. Drtivá většina vysokoškoláků po celém světě považují štěstí a životní spokojenosti za mimořádně důležité. Téměř všichni respondenti věří, že štěstí je důležitější než peníze (Diener a kol., 1999). Životní spokojenost vysokoškolských studentů představuje jeden z určujících faktorů dobrého zdraví, dále je důležitá pro vysokou motivaci pro studium, produktivitu práce, uspokojivé mezilidské vztahy a celkově zdravý životní styl (Sigmund, Kvintová, Hřebíčková, Šafář, Sigmundová, 2014).

Sigmund a kol. (2014) srovnal životní spokojenost 522 studentů Univerzity Palackého v rámci fakulty Tělesné kultury, Pedagogiky a Přírodovědecké fakulty. Výsledky studie ukázaly, že životní spokojenost studentů studujících sportovní vědy je významně vyšší oproti studentům z ostatních oborů. Byla zde nalezena pozitivní korelace i mezi fyzickou aktivitou vysokoškolských studentů a subjektivně vnímanou mírou životní spokojenosti, zdravím, sebehodnocením a sexualitou. Oproti tomu Pedišić, Greblo, Phongsavan, Milton, Bauman (2015) ve studii provedené na 1750 studentech univerzity v Záhřebu zjistili jen slabý pozitivní vztah mezi jejich fyzickou aktivitou ve volném čase s životní spokojeností. Dále nebyl zjištěn žádný vztah mezi kouřením studentů a životní spokojeností, mezi pitím alkoholu a životní spokojeností a mezi BMI studentů a životní spokojeností. Sami autoři však uvádí jiné předešlé studie, které našly různé vztahy mezi těmito proměnnými.

Weinstein, Laverghetta (2009) zjistili, že životní spokojenost vysokoškolských studentů je negativně ovlivněna stresem z vysoké školy. To je důsledkem toho, že čím dál více studentů opouští vysokou školu. Tito autoři radí příslušným fakultám, aby se tímto problémem zabývaly, pokud si chtějí udržet své studenty. Stejně tak nedávná studie provedená na tureckých vysokoškolských studentech ukázala, že studenti, kteří jsou více vystresovaní, jsou méně spokojeni se svým životem a hrozí jim tak větší ohrožení v osobní sféře. Předem nespokojeni jsou ti studenti, kteří mají náročnější studijní podmínky. Studenti, kteří vykazují vysokou míru stresu, se mohou cítit méně spokojeni se svými současnými zkušenostmi a mohou udělat nesprávné rozhodnutí, jako je např. odchod ze škol (Kaya, Tansey, Melekoglu, Çakiroğlu, 2015).

Křivohlavý (2009) mluví o tom, že zkouškový stres má vliv na imunitní systém studentů, kdy se snižuje hladina protilátky imunoglobulinu chránící před infekcí. Toto snížení je pak největší v průběhu zkoušek. Důsledkem snížení imunity může student snadněji onemocnět a v situaci, kdy má před sebou zkoušky, je to bezpochyby nežádoucí.

Ciarrochi a kol. (2000) ve své studii zjistili vztah mezi emoční inteligencí a životní spokojeností u vysokoškolských studentů. Ukázalo se, že čím vyšší je emoční inteligence studentů, tím lepší je hodnocení jejich spokojenosti se životem a kvalita jejich vztahů (In Holinka, 2015). Tyto výsledky však nepotvrdila studie Holinky (2015), která ve svém výzkumu nenalezla žádnou souvislost emoční inteligence s životní spokojeností u vysokoškoláků.

Bogdan a Nevodan (2015) ve své studii zkoumající psychosociální koreláty osobní pohody u rumunských vysokoškoláků došli k závěrům, že studenti soukromých vysokých

škol mají vyšší osobní pohodu než jejich kolegové z veřejných vysokých škol. Dále, že studenti 2. ročníků jsou spokojenější než studenti 1. a 3. ročníků a že aktivní zvládnání stresu, vysoké standarty a vzdělávací prostředí ovlivňují jejich osobní pohodu v souvislosti s fakultou. Šolcová, Kebza (2009) provedli výzkum osobní pohody vysokoškolských studentů ze 3 různých fakult v Praze a zjistili, že ji obor studia nijak neovlivňuje.

V současné době je nejen mezi mládeží velmi populární užívání sociální sítě Facebook. Ten, kdo ho dnes nemá, je spíše výjimkou. I přesto, že se velmi často mluví o jeho negativěch, Valenzuela, Park, Kee (2009) překvapivě zjistili, že užívání sociální sítě Facebook má pozitivní vliv na životní spokojenost vysokoškolských studentů v USA. Větší intenzita používání Facebooku je spojena s vyšší životní spokojeností a důvěrou a účastí na studentských a politických aktivitách vysokoškolských studentů. Zároveň však vyšla jen slabá pozitivní souvislost mezi užíváním Facebooku a sociálním kapitálem, což jsou sociální kontakty či známosti, které může určitá osoba použít. Z toho tedy vyplývá, že Facebook není nejúčinnějším způsobem, jak se vysokoškoláci mohou odpoutat od svých povinností.

Koukola a Ondřejová (2006) ve studii měřící kvalitu života vysokoškoláků zjistili, že vysokoškoláci byli více spokojeni se životem než středoškoláci. Dále je zajímavé, oč vysokoškolákům v životě vlastně jde. Na prvním místě figurovalo zdraví, poté rodina, vzdělání, vztahy atd. Z toho jednoznačně vyplývá, že zdravotní aspekty hrají v životní spokojenosti vysokoškoláka zásadní roli. Sigmund a kol. (2014) však zdůrazňují, že populace mezi dvaceti a třiceti lety sice patří ke skupinám s nejnižší nemocností a úmrtností, nicméně výsledky mnoha výzkumných studií analyzujících rizikové faktory univerzitní populace zdůrazňují, že lidé nestudující vysokou školu jsou zdravější než vysokoškoláci.

PRAKTICKÁ ČÁST

4 Metodologický rámec výzkumu

4.1 Formulace výzkumného problému

Téma životní spokojenosti, osobní pohody a kvality života je velmi aktuální i na mezinárodní úrovni. Ze statistik vyplývá, že v roce 2013 téměř 80 % evropských obyvatel hodnotí svou celkovou kvalitu života na stupnici od 0 do 10 hodnotou 6 a výše. Co se týče věku, životní spokojenost je nejvyšší u nejmladší skupiny ve věku 16-24 let. V rámci pracovního statusu jsou nejvíce spokojeni lidé ve vzdělávání a profesní přípravě (Eurostat, 2015). Tato data svědčí ve prospěch tomu, že (evropští) vysokoškolští studenti patří k nejspokojenější skupině.

Na druhou stranu je potřeba si uvědomit, že vysokoškolské studium také klade na studenty zvýšené nároky, typicky např. učení se na zkoušky, se kterým bývá často spojen nedostatek času a tedy stres. Tyto požadavky pak mohou celkově znamenat zvýšenou psychickou zátěž. Hlavní roli při zvládání této zátěže hrají kromě osobnostních charakteristik také jejich spokojenost se životem, kvalita psychického stavu a fyzické obtíže. Tento vztah je zároveň oboustranný a nároky, které na ně klade život, rodiče a škola se mohou negativně projevit do těchto oblastí. Existuje celá řada studií, které se zaměřují na psychické problémy vysokoškolských studentů. Jejich úzkost je např. spojena s akademickým selháním a potížemi se zvládáním úkolů, což se může promítnout v jejich pozdějším životě. Moderní univerzity se stávají konkurenčním prostředím, které studenty nutí splňovat profesní požadavky za stresujících podmínek, což se u nich projevuje vznikem depresivních nálad a úzkostí (Bauman, Karavdic, Chau, 2013).

Problém životní spokojenosti byl, na základě důležitosti jeho významu pro jedince, zahrnut do empirické části této práce. Cílem je zjistit životní spokojenost současných vysokoškolských studentek, popsat jejich psychický stav a zabývat se vztahem mezi těmito proměnnými. Sledování psychického stavu může pomoci odhalit, jakým směrem se současní studenti ubírají a nalézt možné příčiny jejich případných problémů. V práci se konkrétně zaměříme na vysokoškolské studentky práv a psychologie, které podrobíme srovnání jak mezi sebou, tak s normou.

Zjištěné výsledky mohou být užitečné jak pro samotné vysokoškolské studenty a jejich ctižádostivé rodiče, tak pro vysokoškolské pedagogy.

4.2 Cíle výzkumu

V empirické části této práce budeme sledovat následující cíle:

Zjistit míru životní spokojenosti u zkoumaných souborů studentek práv a studentek psychologie a porovnat ji s normou pro běžnou populaci.

Zjistit profily dimenzí psychického stavu u zkoumaných souborů a porovnat je s normou pro běžnou populaci.

Zjistit, zda existuje statisticky významná souvislost mezi celkovou životní spokojeností a celkovou hodnotou kvality psychického stavu v rámci jednotlivých souborů.

Provést komparace mezi zkoumanými soubory u vybraných proměnných.

4.3 Hypotézy

H1: Existuje statisticky významná souvislost mezi průměrným skórem celkové životní spokojenosti a průměrným skórem celkové kvality psychického stavu (platí pro soubor právníků a psychologů zvlášť).

H2: Existuje statisticky významný rozdíl v průměrném skóru celkové životní spokojenosti mezi souborem právníků a psychologů.

H3: Existuje statisticky významný rozdíl v průměrném skóru celkové kvality psychického stavu mezi souborem právníků a psychologů.

H4: Existuje statisticky významný rozdíl v průměrném skóru spokojenosti se studiem mezi souborem právníků a psychologů.

4.4 Aplikovaná metodika

K výzkumu jsme použili kvantitativní přístup, konkrétně korelační a komparační studii. Kvantitativní výzkum nám umožnil získat poměrně velké množství dat v relativně krátkém časovém rozmezí.

Ve výzkumu jsme použili 2 standardizované dotazníky v následujícím pořadí: pro zjištění životní spokojenosti respondentů jsme použili Dotazník životní spokojenosti (DŽS), pro kvalitu psychického stavu pak SUPOS. Součástí výzkumu byl také oddíl

zjišťující míru Neurastenie (NEU). Dále jsme se ptali na základní sociodemografické údaje zjišťující pohlaví, věk, rodinný stav, domácnost a studovanou fakultu.

4.4.1 Dotazník životní spokojenosti

Dotazník životní spokojenost (DŽS) byl vytvořen v Německu v roce 1986 a standardizován na vzorku 2870 respondentů. Jeho autory jsou J. Fahrenberg, M. Myrtek, J. Schumacher a E. Brahler. Českou verzi přeložili K. Rodná a T. Rodný (2001). Tento dotazník slouží k posuzování celkové životní spokojenosti a diferencovanému posuzování deseti různých oblastí životní spokojenosti.

DŽS má 10 škál, přičemž každá škála má vždy 7 položek vztahujících se k dané oblasti a respondent na ně odpovídá na sedmibodové stupnici od 1 (velmi nespokojen/a) po 7 (velmi spokojen/a). Čím vyšší jsou dosažené hodnoty, tím vyšší je i spokojenost respondenta.

Škály DŽS:

Zdraví (ZDR) - hodnocení spokojenosti s celkovým zdravotním stavem, duševní a tělesnou kondicí, fyzickou výkonností a odolností proti nemocem.

Práce a zaměstnání (PAZ) - spokojenost s pozicí v zaměstnání, ale také možností vzestupu (profesionální budoucnost) či úspěchu, pracovní klima, penzu požadavků, pestrost pracovní náplně nebo zátěž v zaměstnání.

Finanční situace (FIN) – zahrnuje hodnocení příjmů, výše majetku, životního standardu, možností výdělku v budoucnosti a zajištění na stáří.

Volný čas (VLC)- je zde posuzována délka a kvalita volného času a dovolené – a to jak v souvislosti s koničky respondenta, tak času, který tráví s blízkými osobami.

Manželství a partnerství (MAN) - hodnocení spokojenosti s požadavky v manželství a partnerství, společnými aktivitami, s partnerskou otevřeností, vzájemným pochopením a ochotou si pomáhat, s něžností i bezpečím.

Vztah k vlastním dětem (DET) – jde o radost prožívanou s dětmi, postoj k jejich pokrokům ve škole i zaměstnání, ale také námaha a náklady; respondenti se vyjadřují k tomu, jak s dětmi vychází, jaký na ně mají vliv či jak si jich děti cení.

Vlastní osoba (VLO) – hodnocení spokojenosti jedince s vlastní osobou zahrnující jeho vzhled, schopnosti, charakter, vitalitu či sebevědomí.

Sexualita (SEX) – zahrnuje spokojenost s fyzickou atraktivitou, sexuální výkonností, reakcemi a kontakty. Dále je zde hodnocena otevřená komunikace v sexuální oblasti či sexuální harmonii s partnerem.

Přátelé, známí a příbuzní (PZP) - zahrnuje spokojenost se sociálními vztahy. Týká se kontaktu s příbuznými, s okruhem přátel a známých. Dále zahrnuje hodnocení sociální podpory, společenskou angažovanost či obecnou interakci s ostatními.

Bydlení (BYD) - zjišťuje se spokojenost s bytovými podmínkami – velikostí, stavem a polohou bydlení, dostupností dopravních prostředků, úrovní hluku v okolí či výdaji na bydlení.

V naší práci byla škála Práce a zaměstnání (PAZ) přejmenována na škálu Studium (STU) a to proto, že respondentkami byly studentky vysokých škol. Tomu byly také přizpůsobeny jednotlivé položky, které zní následovně:

- Se svým postavením ve skupině jsem...
- Když myslím, jaká je moje budoucnost po studiu, jsem...
- S úspěchy, které mám ve studiu, jsem...
- S možnostmi uplatnění, které mám po studiu, jsem
- S atmosférou ve skupině studentů jsem...
- Co se týká mých studijních povinností a zátěže, jsem...
- S pestrostí, kterou mi nabízí mé studium, jsem...

Ve škále Volný čas (VLC) byly také pozměněny první 4 položky a to tak, aby se vztahovaly k volnému času po škole a k prázdninám (a nikoliv po práci a k dovolené):

- S délkou svých každoročních prázdnin jsem...
- S množstvím volného času a o víkendech jsem...
- S kvalitou odpočinku, který mi přináší prázdniny, jsem...
- S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po škole a víkendy, jsem...

Po vyhodnocení dostaneme 10 skóre z jednotlivých škál a celkovou životní spokojenost, do které se nezapočítávají škály Práce a zaměstnání (u nás Studium), Manželství a partnerství a Vztah k vlastním dětem, protože zůstávají často nevyplněny. Výsledky se dají srovnávat jak s normami, tak s jinými skupinami respondentů a jde v nich o individuální posouzení minulých a současných životních podmínek a perspektivy do budoucnosti.

4.4.2 Dotazník SUPOS – 7

Dotazník SUPOS – 7 hodnotí strukturu a dynamiku aktuálních psychických pocitů a stavů. Jeho autorem je O. Mikšík (1993). Dotazník zjišťuje složky psychického stavu pomocí adjektiv, podle kterých pak hodnotí povahu, míru, kvalitu prožívání a aktivaci jedince. Respondenti jednotlivým adjektivům přisuzují hodnotu na škále od 0 (vůbec ne) po 3 (soustavně, velmi silně). V našem výzkumu respondenti hodnotili svůj psychický stav v rámci dlouhodobého období („obvykle“).

Komponenty psychického stavu:

PE – psychická pohoda – pocity spokojenosti, příjemného naladění, prožitky euforie a sebedůvěry. Důležité je to, do jaké míry se dotyčný cítí spokojený, svěží, psychicky vyrovnaný, optimistický a dobře naladěný.

A – aktivnost, činorodost – pocity síly, energie a touha po akci. Jde o zvýšenou pohotovost k aktivní interakci s dynamikou situačních proměnných, která je dána kvalitami psychických jevů, jako je činorodost a průbojnost.

O – impulzivita, odreagování se – jedná se o neřízené a spontánní uvolňování energetické a psychické tenze. Lze ji definovat náladovostí, výbušností, obtížným sebeovládáním či neřízenou agresivitou.

N – psychický nepokoj, rozlada – psychické napětí, kdy člověk prožívá psychický a motorický neklid, pocity nespokojenosti a rozmrzelosti, ale není přitom schopen nalézt ventil pro uvolnění psychické tenze.

U – úzkostné očekávání, obavy – jedná se o astenické prožívání psychického napětí při ohrožujícím nebo nejistém vývoji situace. Subjekt prožívá pocity nejistoty, psychického napětí, úzkostné nálady a má obavy z možných budoucích důsledků.

D – psychická deprese, pocity vyčerpání – jde o komplex pocitů a stavů, kdy převládá snížená pohotovost k interakci se situačními proměnnými. Patří sem pesimismus, otrávenost, pocity slabosti a apatie.

S – sklíčenost – zahrnuje pasivní prožívání negativních důsledků prodělané psychické zátěže. Jde o obrácení prožitků psychického napětí směrem dovnitř, kdy se jedinec cítí smutný, osamělý, přecitlivělý či nešťastný.

K dotazníku SUPOS 7 byly připojeny otázky zjišťující subjektivní tělesné potíže respondentů. Krátký dotazník neurastenie (NEU) se skládá z 8 následujících položek: bolesti hlavy, žaludeční potíže, nechutenství, potivost, poruchy spánku, nutkání na WC, tělesná únava a kouření. Respondentky tyto potíže hodnotí podle toho, jak často se u nich vyskytují na škále od 0 (vůbec ne) po 3 (soustavně, velmi silně).

4.5 Statistické zpracování dat

Pro statistické zpracování údajů byla zjištěná data uspořádána v programu Excel 2010 do přehledných tabulek. Většina výpočtů byla rovněž prováděna v tomto programu a Statisticu jsme využili v případě složitějších výpočtů a ke kontrole. Jednotlivé dotazníky jsme vyhodnotili na základě pokynů v manuálech a hrubé skóry jsme zaznamenali v tabulkách v Excelu. Následně jsme nejdůležitější výsledky zobrazili pomocí tabulek a grafů.

Pro zjištění míry vztahu mezi 2 proměnnými jsme použili Pearsonův korelační koeficient, který nabývá hodnot v intervalu $(-1,+1)$. Je-li $r = -1$, pak mezi oběma proměnnými je výrazně protikladný vztah negativní korelace. Je-li $r = +1$, pak mezi proměnnými existuje pozitivní lineární souvislost. Pokud obě proměnné nejsou v žádné souvislosti a jsou rozptýlené nezávisle na sobě, pak je $r = 0$. Z velikosti se r se dá zjistit těsnost zkoumaného vztahu. Ze statistických tabulek jsme si zvolili hladinu významnosti

$\alpha = 0,05$ a při velikosti souboru $n = 40$ je kritická hodnota $r_{\alpha 0,05} = 0,304$. Pokud tedy bude výsledek vyšší, než je tato kritická hodnota, potom souvislost mezi proměnnými je statisticky významná (signifikantní).

Pro komparaci 2 souborů jsme nejprve pomocí F-testu zjistili, jestli je mezi rozptyly souborů signifikantní rozdíl. Porovnali jsme hodnotu F s hodnotou F krit. a když platilo, že $F < F_{krit.}$, použili jsme Studentův t-test s rovností rozptylů a když vyšlo $F > F_{krit.}$, použili jsme Studentův t-test s nerovností rozptylů. Nakonec jsme porovnaly hodnoty $|t_{Stat}|$ a t_{krit} (2).

4.6 Zkoumaný soubor

Náš výzkumný soubor tvoří celkem 80 vysokoškolských studentek Univerzity Palackého v Olomouci. Konkrétně jde o studentky Právnické fakulty magisterského oboru Právo ($n=40$) a studentky Filozofické fakulty bakalářského oboru Psychologie ($n=40$). Jedná se o studentky prezenční formy studia, přičemž respondentky z práv byly převážně ze 4. ročníku a respondentky z psychologie z 3. ročníku. Věkové rozpětí účastnic výzkumu se pohybuje mezi 21 a 27 lety, přičemž jejich průměrný věk celkově je 22,7 let (SD 1,269). Průměrný věk studentek psychologie je 22,05 let (SD 1,094) a studentek práv 23,35 let (SD 1,085). Studentky práv jsou tedy přibližně o 16 měsíců starší než studentky psychologie.

Co se týče rodinného stavu, všechny studentky jsou svobodné a s partnerem žije 10 studentek práv a 6 studentek psychologie.

Pro soubor studentek práv je relevantní akademický rok 2011/12, protože v tomto roce nastoupili na obor Právo. Z tabulky 1 vyplývá, že v tomto akademickém roce se do magisterského oboru Právo zapsalo 344 studentů.

Tab. 1 Přehled studentů oboru Právo na Právnické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci (2010-2014)

	2010	2011	2012	2013	2014
nově zapsaní:	345	344	331	292	270
navrácení z přerušení:	17	18	10	12	7
studenti:	221	243	249	223	206
přerušení:	38	20	20	15	13
absolventi:	221	243	249	223	206
absolventi pokračující ve studiu:	0	0	0	0	0
neúspěšní:	60	169	209	139	130

Zdroj: <http://krakatau.uiv.cz/statistikyvs/>

Protože druhý zkoumaný soubor tvořily studentky Psychologie ze 3. ročníku, nastoupily na vysokou školu o rok později než studentky práv, tedy v akademickém roce 2012/2013. Z tabulky 2 vyplývá, že nově zapsaných studentů v tomto roce bylo 111, jenže do toho jsou započítáni i studenti kombinované formy studia. Do prezenční formy studia tedy nastoupilo 57 studentů.

Tab. 2 Přehled studentů oboru Psychologie na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci (2010-2014)

	2010	2011	2012	2013	2014
nově zapsaní:	60	107	111	125	93
navrácení z přerušení:	3	7	5	3	7
studenti:	28	37	57	32	84
přerušení:	10	7	5	8	7
absolventi:	28	37	57	32	84
absolventi pokračující ve studiu:	0	0	0	0	0
neúspěšní:	17	19	13	13	11

Zdroj: <http://krakatau.uiv.cz/statistikyvs/>

4.7 Organizace a průběh šetření, etické aspekty

Sběr dat jsme prováděli převážně v letním semestru akademického roku 2014/2015, konkrétně od února do září. Studentkám psychologie byly dotazníky rozdány vedoucím práce v rámci jeho vyučování. Studentkám práv jsem dotazníky rozdala na Právnické fakultě při vyučování a o přestávkách. Před vyplněním dotazníků jsem každé respondentce sdělila účel a cíle svého dotazníkového šetření a následně jsem ji ubezpečila, že získané informace budou zpracovány anonymně. Také jsem ji upozornila, že vyplnění je časově náročnější a že je potřeba vyplnit všechny dotazníky (i oddíl měřící neurastenii na poslední stránce archu). Některé respondentky z práv tedy dotazníky nevyplnily hned a nechaly mi je na vrátnici. Všechny rozdané dotazníky se mi řádně vyplněné vrátily zpět. Účast na výzkumu byla samozřejmě dobrovolná.

4.8 Symbolika výsledkové části

Právničky – studentky práv

Psycholožky – studentky psychologie

Věk – věk respondenta

DŽS – Dotazník životní spokojenosti

ZDR – spokojenost se zdravím

STU – spokojenost se studiem
FIN – spokojenost s financemi
VLC – spokojenost s volným časem
VLO – spokojenost s vlastní osobou
SEX – spokojenost s vlastní sexualitou
PZP – spokojenost s přáteli, známými a příbuznými
BYD – spokojenost s bydlením
 Σ DŽS – celková životní spokojenost
SUPOS-7 – Subjektivní posuzovací škála
PE – psychická pohoda
A – aktivnost, činorodost
O – impulzivita, odreagování se
N – psychický nepokoj, rozlada
U – úzkostné očekávání, obavy
D – psychická deprese, pocity vyčerpání
S – sklíčenost
 Σ SUPOS-7 - celková kvalita psychického stavu
SD – směrodatná odchylka
NEU – subjektivně vnímané potíže (SUPOS-7)
SUM - suma
t Stat – vypočítaná hodnota na základě t-testu
t krit (2) – kritická hodnota, při aplikaci t-testu
 α – hladina významnosti
r – Pearsonův korelační koeficient

5 Výsledky výzkumu

V této části naší práce se budeme věnovat konkrétním výstupům získaným z dotazníků, které zpracujeme do následujících tabulek a grafů.

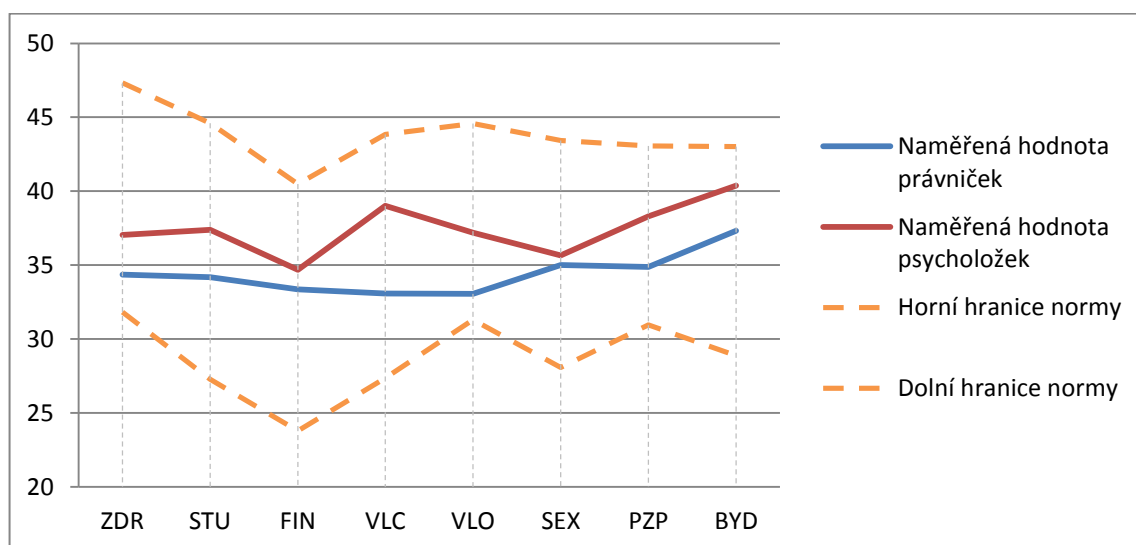
5.1 Základní výstupy DŽS

Základními výstupy DŽS jsou hrubé skóry, které jsme srovnali s normou pro ženy ve věku 14-25 let. Hrubé skóry jsme zaznamenali do tabulky a následně do grafu.

Tab. 3 Průměrné hrubé skóry škál životní spokojenosti souboru právníček a psychologek a jejich srovnání s normou žen ve věku 14-25 let

Škála DŽS	Norma (ženy 14-25 let)	Standartní odchylka	Naměřená hodnota právníček	Naměřená hodnota psychologek
ZDR	39,58	7,75	34,35	37,05
STU	35,93	8,66	34,18	37,38
FIN	32,14	8,35	33,35	34,68
VLC	35,61	8,24	33,08	39,00
VLO	37,94	6,64	33,05	37,20
SEX	35,75	7,67	35,00	35,65
PZP	37,01	6,06	34,88	38,30
BYD	35,94	7,07	37,33	40,38
SUM	253,97	33,15	239,23	262,25

Graf 1 Průměrné hrubé skóry v jednotlivých složkách životní spokojenosti u souboru právníček a psychologek v porovnání s normami žen ve věku 14 – 25 let



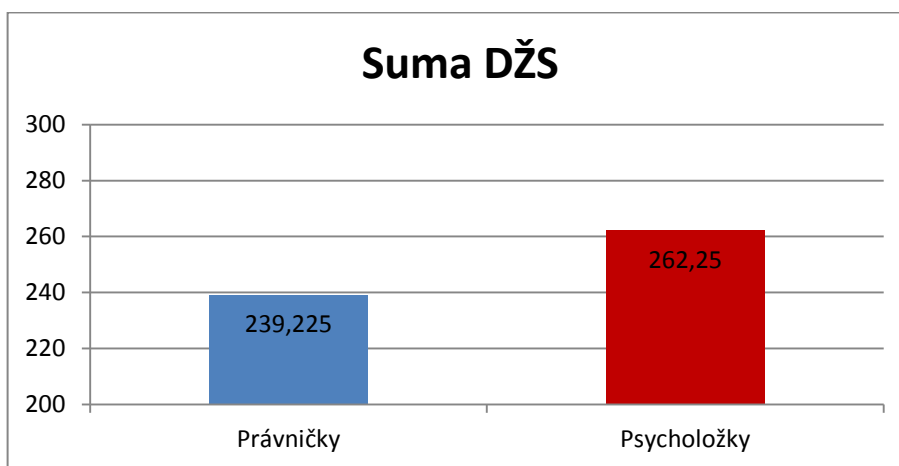
Z tabulky a grafu vyplývá, že se oba soubory pohybují v rámci normy. Na první pohled je vidět, že psychologky dosahují vyšší spokojenosti ve všech škálách životní

spokojenosti. Největší rozdíl mezi soubory je v oblasti Volný čas (VLC) a nejmenší v oblasti Sexualita (SEX).

Psycholožky mají vyšší hodnoty než je průměr normy žen (14-25 let) ve škálách Finance (FIN), Studium (STU), Přátelé, známí a příbuzní (PZP), Volný čas (VLC) a Bydlení (BYD), přičemž u posledních dvou zmiňovaných je rozdíl nejpatrnější. Právničky dosahují vyšších hodnot než je průměr normy jen ve škálách Finance (FIN) a v Bydlení (BYD).

Zjistili jsme, že se soubory liší ve všech škálách DŽS. Nyní porovnáme celkové průměrné hodnoty životní spokojenosti u obou souborů.

Graf 2 Průměrná celková hodnota životní spokojenosti souboru právniček a psycholožek



Z výše uvedeného Grafu 2 vyplývá, že se oba soubory liší v celkové průměrné hodnotě životní spokojenosti, přičemž právničky dosahují nižší hodnoty. Nyní pomocí t-testu ověříme, zde je tento rozdíl mezi soubory signifikantní. Na základě F-testu jsme zjistili, že mezi rozptyly není signifikantní rozdíl a proto použijeme t-test s rovností rozptylů.

Tab. 4 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro Σ DŽS

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	239,225	262,25
Rozptyl	1519,82	1008,038
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	1263,929	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-2,8964	
P(T<=t) (1)	0,0024	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0049	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 2,8964 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V celkové životní spokojenosti se soubor právniček a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právniček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

5.2 Základní výstupy SUPOS-7

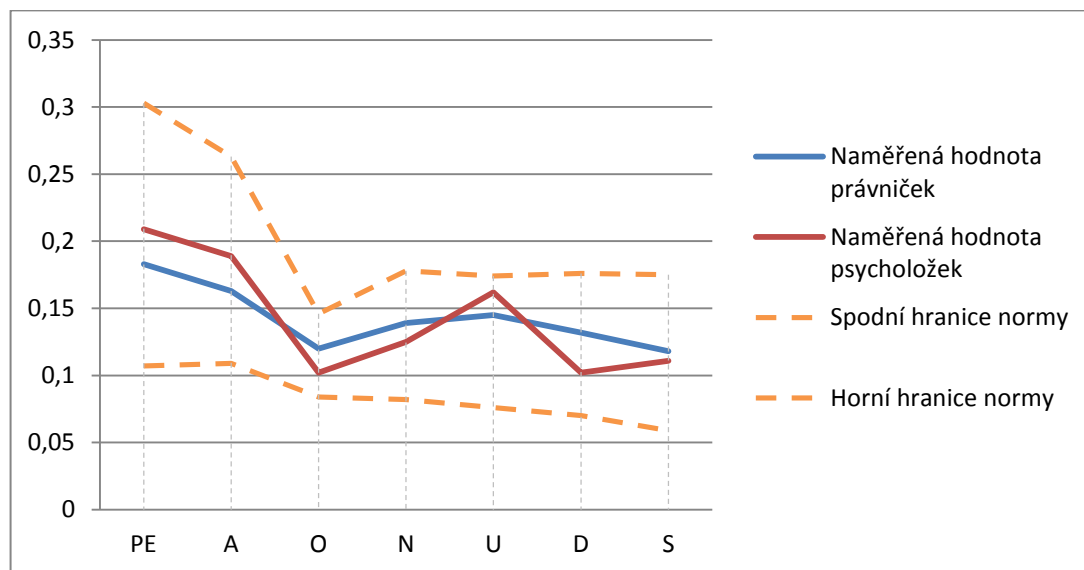
Základními výstupy dotazníku SUPOS-7 jsou hrubé skóry, které jsme přepočítali na proporcionální zastoupení jednotlivých komponent a srovnali s normou pro ženy.

Tab. 5 Průměrné proporcionální zastoupení dimenzí psychického stavu dle SUPOS-7 u souboru právniček a psycholožek a u normy žen

SUPOS-7	PE	A	O	N	U	D	S
Norma ženy	0,205	0,186	0,115	0,130	0,125	0,123	0,117
Směrodatná odchylka	0,098	0,077	0,031	0,048	0,049	0,053	0,058
Naměřená hodnota právniček	0,183	0,163	0,120	0,139	0,145	0,132	0,118
Naměřená hodnota psycholožek	0,209	0,189	0,102	0,125	0,162	0,102	0,111

I zde jsme hodnoty z tabulky pro lepší přehlednost převedli do názorného Grafu 3.

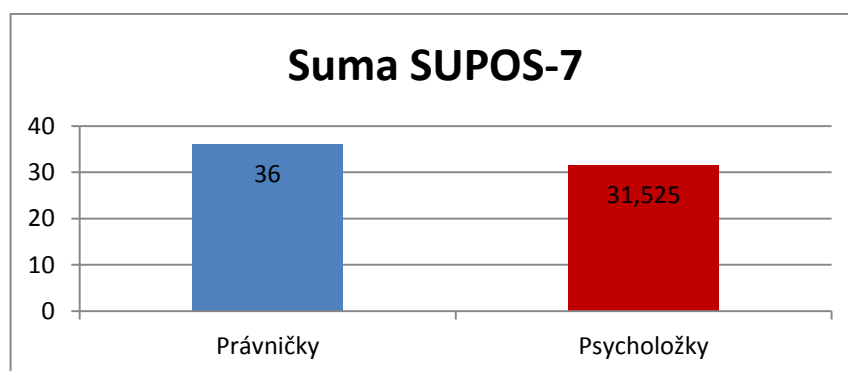
Graf 3 Porovnání průměrného proporcionálního zastoupení jednotlivých komponent psychického stavu souboru právníček, psychologek a norem u žen



Z grafu a tabulky je zřejmé, že se oba soubory pohybují v rámci normy. Největší rozdíly mezi soubory jsou v psychické pohodě (PE), čínorodosti (A) a v psychické depresi (D). Právničky dosahují nižších hodnot v psychické pohodě (PE), čínorodosti (A) a úzkostných očekáváních a obavách (U). Naopak vyšších hodnot dosahují v impulzivité (O), psychickém nepokoji (N), psychické depresi (D) a sklíčenosti (S).

Zjistili jsme, že se soubory liší ve všech dimenzích SUPOS-7. Nyní porovnáme celkové průměrné hodnoty psychického stavu u obou souborů.

Graf 4 Průměrná celková hodnota psychického stavu souboru právníček a psychologek



Z grafu je zřejmé, že se oba soubory liší v průměrné celkové hodnotě psychického stavu, přičemž právničky dosahují mírně vyšší hodnoty. Je potřeba uvést, že čím vyšší je hodnota Σ SUPOS, tím nižší je kvalita celkového psychického stavu. Nyní pomocí t-testu ověříme, zda je tento rozdíl mezi soubory signifikantní. Na základě F-testu jsme zjistili, že mezi rozptyly je signifikantní rozdíl a proto použijeme t-test s nerovností rozptylů.

Tab. 6 Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů pro Σ SUPOS

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	36	31,525
Rozptyl	76,7692	154,2045
Pozorování	40	40
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	70	
t Stat	1,8623	
P(T<=t) (1)	0,0334	
t krit (1)	1,6669	
P(T<=t) (2)	0,0668	
t krit (2)	1,9944	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 1,8623 < t \text{ krit (2)} = 1,9944$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V celkové kvalitě psychického stavu se soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší. Jinak řečeno, soubor právníček nevykazuje v průměrné hodnotě celkového psychického stavu statisticky významně jinou hodnotu než soubor psycholožek

5.3 Vybrané koreláty uvnitř souborů

V této části výzkumu jsme použili statistickou metodu pro zjišťování míry vztahu mezi dvěma proměnnými nazývanou korelace. Protože máme pro obě proměnné k dispozici metrické údaje, popíšeme stupeň jejich závislosti pomocí Pearsonova korelačního koeficientu r .

Nejprve jsme zjišťovali, jestli existuje vztah mezi Σ DŽS a jednotlivými dimenzemi SUPOS-7 u obou souborů.

Tab. 7 Koreláty Σ DŽS na jednotlivé dimenze dotazníku SUPOS-7

Proměnná	SUPOS-7	Právničky		Psycholožky	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ DŽS	PE	0,64546	signifikantní	0,43233	signifikantní
Σ DŽS	A	0,60410	signifikantní	0,28516	nesignifikantní
Σ DŽS	O	0,25024	nesignifikantní	0,45711	signifikantní
Σ DŽS	N	0,44659	signifikantní	0,43960	signifikantní
Σ DŽS	U	0,26839	nesignifikantní	0,55604	signifikantní
Σ DŽS	D	0,42601	signifikantní	0,51556	signifikantní
Σ DŽS	S	0,37404	signifikantní	0,62482	signifikantní

Zjištěné hodnoty korelace v tabulce ukazují, že u právniček existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi Σ DŽS a psychickou pohodou (PE) a aktivitou (A) a statisticky významná negativní souvislost mezi Σ DŽS a psychickým nepokojem (N), psychickou depresí (D) a sklíčeností (S). To znamená, že vyšší celková životní spokojenost právniček souvisí s větší psychickou pohodou a aktivitou a jejich nižší životní spojenost souvisí s větší mírou psychického nepokoje, psychické deprese a sklíčenosti.

U psycholožek existuje také statisticky významná pozitivní souvislost mezi Σ DŽS a psychickou pohodou (PE) a statisticky významné negativní souvislosti jsou u všech dimenzí SUPOS-7 kromě aktivity (A). Znamená to, že vyšší celková životní spokojenost psycholožek souvisí s větší psychickou pohodou a jejich nižší životní spojenost s větší impulzivitou, psychickým nepokojem, úzkostným očekáváním, psychickou depresí a sklíčeností.

Dále jsme zjišťovali, zda existuje vztah mezi Σ SUPOS-7 a jednotlivými škálami DŽS u obou souborů.

Tab. 8 Koreláty sumy SUPOS-7 na jednotlivé škály dotazníku DŽS

Proměnná	DŽS	Právničky		Psycholožky	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ SUPOS-7	ZDR	-0,60165	signifikantní	-0,38062	signifikantní
Σ SUPOS-7	STU	-0,67371	signifikantní	-0,38727	signifikantní
Σ SUPOS-7	FIN	-0,5237	signifikantní	-0,38821	signifikantní
Σ SUPOS-7	VLC	-0,33507	signifikantní	-0,23369	nesignifikantní
Σ SUPOS-7	VLO	-0,76899	signifikantní	-0,71218	signifikantní
Σ SUPOS-7	SEX	-0,51664	signifikantní	-0,59822	signifikantní
Σ SUPOS-7	PZP	-0,42428	signifikantní	-0,26024	nesignifikantní
Σ SUPOS-7	BYD	-0,40505	signifikantní	-0,50691	signifikantní

Tato tabulka ukazuje, že u právniček existuje statisticky významná negativní souvislost mezi Σ SUPOS-7 a všemi škálami DŽS. To znamená, že vyšší Σ SUPOS-7, tedy horší psychický stav právniček, souvisí s jejich nižší spokojeností ve všech škálách DŽS.

U psycholožek existuje statisticky významná negativní souvislost mezi Σ SUPOS-7 a všemi škálami DŽS kromě škály Volného času (VLC) a Přátel, známých, příbuzných (PZP). To tedy znamená, že vyšší Σ SUPOS-7 (znamenající horší psychický stav psycholožek) souvisí s jejich nižší spokojeností se Zdravím (ZDR), Studiem (STU), Financemi (FIN), Vlastní osobou (VLO), Sexualitou (SEX) a Bydlením (BYD).

Zde jsme zjišťovali, zda existuje vztah mezi Σ NEU a Σ DŽS a mezi Σ NEU a Σ SUPOS-7 u obou zkoumaných souborů.

Tab. 9 Koreláty sumy NEU se sumou DŽS a SUPOS-7

	Právníci		Psychologové	
	r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ NEU s Σ DŽS	-0,44007	signifikantní	-0,41446	signifikantní
Σ NEU s Σ SUPOS-7	0,19143	nesignifikantní	0,55383	signifikantní

Tabulka ukazuje, že u právniček existuje statisticky významná negativní souvislost mezi Σ NEU s Σ DŽS a stejně tak u psycholožek. U nich navíc existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi Σ NEU s Σ SUPOS-7.

U právníček tedy větší míra subjektivních potíží souvisí s nižší životní spokojeností a u psychologek to platí totéž. U nich však navíc větší míra subjektivních potíží souvisí s horším psychickým stavem.

Na tomto místě jsme zjišťovali, zda existuje vztah mezi Σ DŽS a Σ SUPOS-7 u obou zkoumaných souborů

Tab. 10 Koreláty sumy DŽS se sumou SUPOS-7

	Právníci		Psychologové	
	r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ DŽS s Σ SUPOS-7	-0,65766	signifikantní	-0,62227	signifikantní

Tato tabulka ukazuje, že u obou souborů existuje statisticky významná negativní souvislost mezi Σ DŽS a Σ SUPOS-7, tzn., že velkým hodnotám Σ DŽS odpovídají malé hodnoty Σ SUPOS-7 a naopak. S rostoucí životní spokojeností tedy roste i kvalita psychického stavu a naopak.

5.4 Komparace souborů v psychologických proměnných

V této části výzkumu jsme provedli u každé plné psychologické proměnné Fischerův dvouvýběrový F-test, abychom zjistili, jestli mezi rozptyly obou souborů existuje signifikantní rozdíl. Na základě výsledků F-testu jsme rozhodli, který Studentův t-test použijeme pro zjištění signifikance rozdílů průměrů obou souborů. Pokud bude hodnota Studentova t (t stat) v absolutní hodnotě vyšší než hodnota t krit (2), pak je rozdíl v průměrech zkoumaných souborů signifikantní.

Dimenze PE (Psychická pohoda)

Tab. 11 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro dimenzi PE

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	7,075	7,725
Rozptyl	3,9173	3,8968
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	3,9071	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-1,4706	
P(T<=t) (1)	0,0727	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,1454	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 1,4706 < t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V dimenzi PE se tedy soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Dimenze A (Aktivnost, činnost)

Tab. 12 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro dimenzi A

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	6,3	6,975
Rozptyl	4,0103	4,8455
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	4,4279	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-1,4346	
P(T<=t) (1)	0,0777	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,1554	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 1,4346 < t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V dimenzi A se také soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Dimenze O (Impulzivita, odreagování)

Tab. 13 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro dimenzi O

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	4,65	3,75
Rozptyl	3,259	5,5256
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	4,3923	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	1,9205	
P(T<=t) (1)	0,0292	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0585	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 1,9205 < t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V dimenzi O se tedy soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Dimenze N (Psychický nepokoj, rozlada)

Tab. 14 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro dimenzi N

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	5,4	4,625
Rozptyl	2,8615	4,1378
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	3,4997	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	1,8527	
P(T<=t) (1)	0,0339	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0677	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 1,8527 < t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V dimenzi N se soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Dimenze U (Úzkostné očekávání, obavy)

Tab. 15 Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů pro dimenzi U

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	5,625	5,975
Rozptyl	3,4199	8,4865
Pozorování	40	40
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	66	
t Stat	-0,6415	
P(T<=t) (1)	0,2617	
t krit (1)	1,6683	
P(T<=t) (2)	0,5234	
t krit (2)	1,9966	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 0,6415 < t \text{ krit (2)} = 1,9966$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V dimenzi U se soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Dimenze D (Psychická deprese, pocity vyčerpání)

Tab. 16 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro dimenzi D

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	5,125	3,775
Rozptyl	3,2917	5,5635
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	4,4276	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	2,8692	
P(T<=t) (1)	0,0026	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0053	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 2,8692 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V dimenzi D se soubor právníček a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právníček dosahuje statisticky významně vyšší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

Dimenze S (Sklíčenost)

Tab. 17 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro dimenzi S

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	4,575	4,1
Rozptyl	4,558	5,3231
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	4,9407	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	0,9557	
P(T<=t) (1)	0,1711	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,3422	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 0,9557 < t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V dimenzi S se tedy soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Škála ZDR (Zdraví)

Tab. 18 Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů pro škálu ZDR

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	34,35	37,05
Rozptyl	60,6436	30,5615
Pozorování	40	40
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	70	
t Stat	-1,7880	
P(T<=t) (1)	0,0390	
t krit (1)	1,6669	
P(T<=t) (2)	0,0781	
t krit (2)	1,9944	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 1,7880 < t \text{ krit (2)} = 1,9944$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V škále ZDR se tedy soubor právníček a psycholožek signifikantně neliší.

Škála STU (Studium)

Tab. 19 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu STU

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	34,175	37,375
Rozptyl	23,122	26,907
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	25,015	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-2,8613	
P(T<=t) (1)	0,0027	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0054	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 2,8613 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V škále STU se soubor právniček a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právniček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

Škála FIN (Finance)

Tab. 20 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu FIN

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	33,35	34,675
Rozptyl	35,6179	40,2763
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	37,9471	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-0,9619	
P(T<=t) (1)	0,1695	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,3390	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 0,9619 < t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V škále FIN se tedy soubor právniček a psycholožek signifikantně neliší.

Škála VLC (Volný čas)

Tab. 21 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu VLC

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	33,075	39
Rozptyl	87,6609	46,4103
Pozorování	40	40
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	71	
t Stat	-3,2363	
P(T<=t) (1)	0,0009	
t krit (1)	1,6666	
P(T<=t) (2)	0,0018	
t krit (2)	1,9939	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 3,2363 > t \text{ krit (2)} = 1,9939$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V škále VLC se soubor právniček a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právniček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

Škála VLO (Vlastní osoba)

Tab. 22 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu VLO

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	33,05	37,2
Rozptyl	46,7154	36,8308
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	41,773	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-2,8715	
P(T<=t) (1)	0,0026	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0053	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 2,8715 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V škále VLO se tedy soubor právniček a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právniček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

Škála SEX (Sexualita)

Tab. 23 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu SEX

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	34,925	35,65
Rozptyl	66,5840	65,1051
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	65,8446	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-0,3996	
P(T<=t) (1)	0,3453	
t krit (1)	1,6645	
P(T<=t) (2)	0,6906	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 0,3996 < t \text{ krit (2)} = 1,6906$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V škále SEX se tedy soubor právniček a psycholožek signifikantně neliší.

Škála PZP (Přátelé, známí, příbuzní)

Tab. 24 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu PZP

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	34,875	38,3
Rozptyl	32,9327	30,5231
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	31,7279	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-2,7193	
P(T<=t) (1)	0,004	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0081	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 2,7193 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V škále PZP se tedy soubor právniček a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právniček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

Škála BYD (Bydlení)

Tab. 25 Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů pro škálu BYD

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	Právničky	Psycholožky
Stř. hodnota	37,35	40,375
Rozptyl	47,2077	35,266
Pozorování	40	40
Společný rozptyl	41,2369	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	78	
t Stat	-2,1067	
P(T<=t) (1)	0,0192	
t krit (1)	1,6646	
P(T<=t) (2)	0,0384	
t krit (2)	1,9908	

Porovnáme-li hodnoty $|t \text{ Stat}| = 2,1067 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ platí, že mezi průměry souborů **existuje signifikantní rozdíl**. V škále BYD se tedy soubor právnicek a psycholožek signifikantně liší, přičemž soubor právnicek dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu než soubor psycholožek.

6 Platnost hypotéz

H1: Existuje statisticky významná souvislost mezi průměrným skórem celkové životní spokojenosti a průměrným skórem celkové kvality psychického stavu (platí pro soubor právnicek a psycholožek zvlášť).

Analýzou výsledků bylo zjištěno, že u obou souborů existuje statisticky významná souvislost mezi Σ DŽS a Σ SUPOS-7. Korelace mezi sumou DŽS a sumou SUPOS-7 na hladině $\alpha = 0,05$ dosahují záporných hodnot, u právnicek je $r = -0,65766$ a u psycholožek $r = -0,62227$. U obou zkoumaných souborů tedy platí, že čím vyšší je životní spokojenost, tím lepší je kvalita psychického stavu. Vzhledem ke zjištěným hodnotám korelací můžeme hypotézu potvrdit. **Hypotézu H1 přijímáme u obou souborů.**

H2: Existuje statisticky významný rozdíl v průměrném skóru celkové životní spokojenosti mezi souborem právníků a psychologů.

Pomocí dvouvýběrového t-testu s rovností rozptylů jsme porovnali průměrné skóry celkové životní spokojenosti u souboru právnicek a psycholožek. Na základě porovnání hodnot $|t \text{ Stat}| = 2,8964 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ můžeme říct, že mezi průměry souborů

existuje statisticky významný rozdíl. Soubor právníček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu celkové životní spokojenosti než soubor psycholožek. **Hypotézu H2 přijímáme.**

H3: Existuje statisticky významný rozdíl v průměrném skóru celkové kvality psychického stavu mezi souborem právníček a psycholožek.

Zde jsme pomocí dvouvýběrového t-testu s nerovností rozptylů porovnali průměrné skóry celkové kvality psychického stavu u souboru právníček a psycholožek. Vzhledem k tomu, že $|t \text{ Stat}| = 1,8623 < t \text{ krit (2)} = 1,9944$, bylo prokázáno, že mezi průměry zkoumaných souborů neexistuje statisticky významný rozdíl. Neplatí, že průměrné skóre celkové psychické kvality stavu se mezi souborem právníček a psycholožek statisticky významně liší. **Hypotézu H3 tedy zamítáme.**

H4: Existuje statisticky významný rozdíl v průměrném skóru spokojenosti se studiem mezi souborem právníček a psycholožek

Na základě dvouvýběrového t-testu s rovností rozptylů jsme porovnali průměrné skóry škály DŽS spokojenosti se studiem mezi souborem právníků a psychologů. Na základě porovnání hodnot $|t \text{ Stat}| = 2,8613 > t \text{ krit (2)} = 1,9908$ můžeme říct, že mezi průměry souborů existuje statisticky významný rozdíl. Soubor právníček dosahuje statisticky významně nižší průměrnou hodnotu spokojenosti se studiem než soubor psycholožek. **Hypotézu H4 přijímáme.**

7 Diskuze

Stanovené cíle, které jsme určili si na začátku výzkumu, byly splněny. V empirické části naší práce jsme se zaměřili na získání a vyhodnocení dat týkajících se životní spokojenosti a psychického stavu studentek vysokých škol, konkrétně studentek práv a psychologie. Ve výzkumu jsme použili 2 standardizované dotazníky DŽS, SUPOS-7 a oddíl zjišťující míru neurastenie (NEU). Předně je potřeba uvést, že co se týče životní spokojenosti a kvality psychického stavu, oba soubory se neodlišují naměřenými hodnotami od norem pro běžnou populaci, což považujeme za pozitivní zjištění. Je tedy vidět, že se zkoumané vysokoškolské studentky ubírají správným směrem.

DŽS

Pomocí DŽS jsme zjišťovali míru životní spokojenosti studentek práv a psychologie. Všechny naměřené hodnoty v jednotlivých škálách byly v rámci normy pro ženy ve věku 14-25 let. Porovnáním hodnot souborů jsme zjistili, že studentky psychologie dosahují vyšší spokojenosti ve všech škálách životní spokojenosti. Na základě t-testu jsme ověřili, že rozdíl v průměrné celkové hodnotě životní spokojenosti je statisticky významný. V souvislosti s těmito výsledky je potřeba zmínit výzkum Šolcové, Kebzy (2009), v němž obor studia neovlivnil osobní pohodu českých vysokoškoláků.

Vyšší životní spokojenost studentek psychologie může souviset s jejich vysokou emoční inteligencí, která je pro jejich budoucí povolání potřeba. Pozitivní souvislost mezi životní spokojeností a emoční inteligencí u vysokoškolských studentů zjistil např. Ciarrochi a kol. (2000), jehož výzkum zmiňujeme v teoretické části práce. Psychologie je především pomáhající profesí a proto by psychologové měli být plně rozvinuté osobnosti, které zvládají své emoce a umí se vcítit do emocí druhých.

Sheldon, Krieger (2007) ve své studii tvrdí, že právnické fakulty mají negativní vliv na osobní pohodu, hodnoty a motivaci studentů kvůli jejich problematické institucionální kultuře. Životní spokojenost zkoumaných studentů v průběhu 3 let jejich studia poklesla, avšak studenti z méně radikální fakulty hlásili větší podporu autonomie. Ta je podle autorů zásadní pro dobrou psychickou pohodu studentů.

V rámci testování hypotéz jsme zjistili signifikantní rozdíl v průměrném skóru Spokojenosti se studiem (STU) mezi studentkami práv a psychologie, přičemž u studentek práv jsme zjistili signifikantně nižší Spokojenost se studiem (STU). To může být způsobeno odlišnou náročností a úspěšností studia těchto oborů. Mnohým studentům (mým kamarádům) z Právnické fakulty přišel dopis o ukončení studia z důvodu nesplnění

studijních povinností, a to i ve 3., 4. nebo 5. ročníku studia. Tato vysoká studijní neúspěšnost může být záměrnou strategií školy. Příkladem takové strategie může být to, že studentům 1. ročníku Právnické fakulty není dovoleno opakovaně si zapsat předmět Ústavní základy organizace státu (čl. 3 Směrnice děkanky č. 2/2011). Důkazem této strategie může být vysoké množství neúspěšných studentů Právnické fakulty, které je na první pohled patrné z Tabulky 1. V akademickém roce 2014/2015 bylo neúspěšných 130 studentů (tedy 48 % z celkového počtu 270 zapsaných studentů v tomto roce). Na Psychologii je úspěšnost mnohem větší (neúspěšných je přibližně 10%) a studenti, když se snaží, nemusí být ve stresu, že budou „vyhozeni“.

Nižší Spokojenost se studiem u studentek práv může být zapříčiněna také tím, že studentů práv je v ročníku asi 5 krát více než studentů psychologie. Právníkům proto může chybět osobní přístup pedagogů, kteří nemají na jedince tolik času a často ani neodpovídají na emaily. Kvůli vysokému počtu studentů na právech není často zajištěna rovnost hodnocení výsledků zkoušek a obzvláště klauzurních prací, které v rámci jednoho termínu předmětu opravuje více učitelů. Vím o případech, kdy studenti došli na základě stejné argumentace ke stejnému výsledku, a jeden uspěl a druhý ne. Jak píší v teoretické části práce, právo je otázkou výkladu a to se projevuje i u některých pedagogů práv při jejich hodnocení.

Možným řešením vedoucím ke zlepšení spokojenosti se studiem na Právnické fakultě může být kladení většího důrazu na zpětnou vazbu, konkrétně na evaluaci. Za 5 let studia zde se mi evaluační dotazník od vyučujícího dostal do rukou všeho všudy asi 5 krát. Sice je možnost evaluovat přes Edis, ale o této možnosti určitě neví všichni studenti a bez předchozího upozornění (např. emailem, jak činí Filozofická fakulta) se k ní hůře dostávají. Dovolím si tedy tvrdit, že systém evaluace je na Psychologii propracovanější než na Právech.

Dále je z výsledků t-testů patrné, že existuje signifikantní rozdíl mezi průměry souborů ve škálách Volný čas (VLC), Vlastní osoba (VLO), Přátelé, známí, příbuzní (PZP) a Bydlení (BYD). Studentky psychologie vykazují signifikantně vyšší spokojenost ve všech těchto škálách. Jejich vyšší spokojenost s volným časem může souviset s tím, že studují dle mého názoru méně časově náročný obor a proto mají více volného času. Na druhou stranu, jak píší v teoretické části práce, jsou na ně kladeny zvýšené nároky v osobnostní sféře, což se může projevit v jejich kladnějším hodnocení vlastní osoby.

SUPOS-7

Ke zjištění kvality psychického stavu obou souborů jsme použili dotazník SUPOS-7. I zde naměřené hodnoty u obou souborů nepřekračovaly normy pro ženy. Na základě toho tedy můžeme tvrdit, že soubory nedosahují klinického psychického stavu, který se u nich ani nepředpokládá.

Pomocí t-testu jsme zjistili, že mezi soubory neexistuje statisticky významný rozdíl v průměrné celkové hodnotě psychického stavu. Hypotézu H3 jsme tedy museli zamítnout. Oba zkoumané soubory se nacházejí ve stejné etapě života a proto je jejich životní situace přinejmenším podobná. Specifické studijní prostředí a sociální okolí může inklinovat k podobnému obvyklému prožívání obou skupin.

Výsledky t-testů zjistili signifikantní rozdíl mezi průměry souborů pouze v dyskomfortní dimenzi Psychická deprese, pocity vyčerpání (D). Studentky práv zde dosahují statisticky významně vyšší hodnotu než studentky psychologie. Výsledky znamenají, že soubor studentek práv pociťuje více vyčerpání, dále mají právničky větší tendenci k pasivitě, apatii, pesimismu a otrávenosti. Internetové stránky s názvem LawLifeline (zaštitěné národním projektem, do kterého se zapojilo více než 1300 univerzit) vznikly na podporu emocionálního zdraví amerických vysokoškolských studentů, především studentů práv. Dočteme se zde, že na základě mnohých výzkumů jsou studenti právnických fakult více než studenti ostatních oborů vystaveni stresu, duševním problémům a depresím. Situace může být podobná i v evropských zemích, protože právnické fakulty v rámci udržení své prestiže kladou i zde na své studenty vysoké nároky.

V ostatních dimenzích SUPOSU-7 vyšly přibližně stejné výsledky bez statisticky významných rozdílů.

Dále jsme zjistili statisticky významnou negativní souvislost mezi průměrným skórem celkové životní spokojenosti a průměrným skórem celkové kvality psychického stavu u obou zkoumaných souborů. To tedy znamená, že s rostoucí životní spokojeností tedy roste i kvalita psychického stavu a naopak. U obou souborů se tedy přirozeně spokojenost se životem promítá do kvality psychického stavu.

Co se týče proměnné neurastenie (NEU), u obou souborů byla zjištěna statisticky významná negativní souvislost mezi sumou NEU a sumou DŽS. To tedy znamená, že jejich větší míra subjektivních potíží přirozeně souvisí s jejich nižší životní spokojeností. U studentek psychologie byla dále zjištěna statisticky významná pozitivní souvislost mezi sumou NEU a sumou SUPOS-7. U psycholožek se tedy větší míra subjektivních potíží promítá do jejich horšího psychického stavu.

Náš výzkum má samozřejmě některá omezení, která je potřeba vzít v potaz. Výzkumný soubor byl tvořen pouze ženami a to z toho důvodu, že jich je na těchto oborech naprostá většina. Nicméně tyto obory studují i muži, jejichž výsledky by se mohli lišit od naměřených výsledků žen, a proto nemůžeme generalizovat na veškeré studenty práv a psychologie ve zkoumaných ročnících.

Limity výzkumu můžeme také vidět při sběru dat, kdy nebyly zajištěny zcela rovné podmínky u obou skupin. Studentkám psychologie byly dotazníky rozdány vedoucím práce v rámci jeho vyučování a studentkám práv jsem je rozdala ve škole při vyučování a o přestávkách, kdy mohly být rušeny hlukem o přestávkách či výkladem vyučujícího. Také mohly být ve větší časové tísní a dotazníky vyplnit bez hlubšího zamyšlení se nad nimi.

Také je potřeba zmínit, že jsme některé položky v Dotazníku životní spokojenosti upravili pro potřebu naší práce tak, aby se více vztahovali ke skupině vysokoškolských studentů. Zejména pak škálu Práce a zaměstnání, kterou jsme přejmenovali na námi sledovanou škálu Studium a přirozeně celou přepsali. Dále jsme upravili některé položky ve škále Volný čas. Tudíž tyto škály nemůžeme označit za standardizované.

8 Závěr

V naší bakalářské práci jsme dospěli k následujícím nejdůležitějším zjištěním:

Celkové průměrné hodnoty životní spokojenosti a psychického stavu se u obou souborů studentek pohybují v rámci normy pro populaci.

Soubor studentek psychologie dosahuje statisticky významně vyšší průměrnou hodnotu celkové životní spokojenosti než soubor právniček.

Soubor studentek psychologie dosahuje statisticky významně vyšší průměrnou hodnotu ve škále Spokojenosti se studiem než soubor právniček.

V průměrné celkové hodnotě psychického stavu se oba soubory statisticky významně neliší.

Soubor studentek práv dosahuje statisticky významně vyšší hodnotu v dimenzi Psychická deprese, pocity vyčerpání

Existuje statisticky významná negativní souvislost mezi celkovou průměrnou hodnotou životní spokojenosti a celkovou průměrnou hodnotou kvality psychického stavu u obou souborů.

Výsledky tohoto výzkumu vedou k závěru, že soubory vysokoškolských studentek v některých vybraných oblastech liší a v některých shodují. Přesto však nevybočují z norem pro běžnou populaci.

Souhrn

Tato práce se zaměřuje na skupinu vysokoškolských studentů, o kterou jeví v současné době stále větší zájem mnoho odborníků i proto, že jsou do nich vkládány velké naděje. Se změnou situace v terciálním vzdělávání se mění i studenti vysokých škol procházející novými vývojovými úkoly a změnami. S těmi přichází na řadu také novodobé problémy a požadavky, se kterými se musí vysokoškoláci vypořádat. To vše se může projevit v jejich životní spokojenosti a kvalitě psychického stavu.

V práci se zaměřujeme na studentky práv a psychologie na Univerzitě Palackého v Olomouci. Přesto, že jsou právo a psychologie humanitně orientované obory, v mnohém se liší. Především jsou pro každý obor vyžadovány odlišné osobní požadavky, znalosti a dovednosti. Na psychologii jakožto pomáhající profesi se kladou vysoké požadavky hlavně v osobnostní sféře, na právech velmi záleží na podrobných znalostech a argumentačních schopnostech.

Práce je členěna na teoretickou a výzkumnou část. V rámci 1. kapitoly teoretické části se obecně zabýváme problematikou životní spokojenosti a s ní souvisejících termínů jako je osobní pohoda a kvalita života. U různých autorů se objevují odlišná pojetí těchto pojmů. Následující kapitola se věnuje hlavním faktorům ovlivňujícím životní spokojenost, které dělíme na sociodemografické faktory, faktory chování a projevů, osobnostní a biologické faktory. Teoretická část práce je zakončena kapitolou, která by měla tvořit most mezi teorií a empirií a v níž se podrobněji zabýváme životem a studiem současných vysokoškolských studentů. Zde charakterizujeme období vysokoškolského studia z vývojového pohledu, zaměřujeme se na soudobé požadavky a problémy studentů a také zmiňujeme některé výzkumy o životní spokojenosti vysokoškolských studentů.

Na teoretickou část navazuje část výzkumná, v níž popisujeme vlastní výzkum provedený na 40 studentkách práv a 40 studentkách psychologie. K výzkumu jsme použili kvantitativní přístup, konkrétně korelační a komparační studii. Sběr dat jsme prováděli převážně v letním semestru akademického roku 2014/2015, konkrétně od února do září. Studentkám psychologie byly dotazníky rozděleny vedoucím práce v rámci jeho vyučování. Studentkám práv jsem dotazníky rozdala na Právnické fakultě při vyučování a o přestávkách. Data jsme získali pomocí Dotazníku životní spokojenosti, dotazníku SUPOS-7 a oddílu zjišťující míru neurastenie.

Stanovili jsme si následující cíle: zjistit míru životní spokojenosti a profilu dimenzí psychického stavu u obou zkoumaných souborů a srovnání s normou, zjistit korelaci mezi

celkovou životní spokojeností a celkovou hodnotou kvality psychického stavu v rámci jednotlivých souborů a provést komparace mezi soubory u vybraných proměnných.

Analýzou dat jsme dospěli k následujícím výsledkům:

Všechny průměrné výsledky dotazníků DŽS a SUPOS-7 se u obou souborů pohybovaly v rámci normy. Soubor studentek psychologie dosahuje statisticky významně vyšší průměrnou hodnotu celkové životní spokojenosti a Spokojenosti se studiem než soubor právniček. Nepotvrdil se náš předpoklad, že se soubory v průměrné celkové hodnotě psychického stavu statisticky významně liší. Soubor studentek práv dosahuje statisticky významně vyšší hodnotu v dimenzi Psychická deprese, pocity vyčerpání než soubor psycholožek. Se stoupající celkovou průměrnou hodnotou životní spokojenosti roste i celková průměrná hodnota kvality psychického stavu u obou souborů.

Zdroje

1. Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55 (5), 469-480.
2. Bauman, M., Karavdic, S., Chau, N. (2013). Psychological quality of life and employability skills among newly registered first-year students: Opportunities for further university development. *Health*, 5 (03), 617. doi:10.4236/health.2013.53A082
3. Bogdan, C., Nevodan, V. (2015). Psychosocial Correlates of Undergraduate Students' Subjective Well-Being Related to the Faculty. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 187, 653–657. doi:10.1016/j.sbspro.2015.03.121
4. Blatný, M. (2001). *Sebepojetí v osobnostním kontextu*. Brno: Masarykova univerzita.
5. Blatný, M. (2005). Osobnostní předpoklady sebehodnocení a životní spokojenosti: shody a rozdíly. In M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza, I. Šolcová (Ed.), *Psychosociální souvislosti osobní pohody* (83-107). Brno: Masarykova Univerzita a Nakladatelství MSD.
6. Blatný, M. (2010). *Psychologie osobnosti. Hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada Publishing.
7. Blížkovská, J. (2003). Objektivní a subjektivní faktory štěstí. In *Sborník prací filozofické fakulty brněnské univerzity*, Brno, 7, 55-61.
8. Kebza, V. Šolcová, I. (2005). Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti. In M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza, I. Šolcová (Ed), *Psychosociální souvislosti osobní pohody* (11-29). Brno: Masarykova Univerzita a Nakladatelství MSD.
9. Diener, E., Suh, E.,M., Lucas, R.E.,Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276 – 302.
10. Diener, E. (1984). *Subjective well-being*. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542–575.
11. Diener, E., Suh, E. M. (1997). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189–216.
12. Diener, E., Oishi, S., Lucas, R. E. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Ed.), *Handbook of Positive Psychology*. Oxford and New York: Oxford University Press.

13. Diener, E., Biswas Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing.
14. Diener, E., Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39 (4), 391-406.
15. Doğan, U., Çelik, E. (2014). Examining the Factors Contributing to Students' Life Satisfaction. *Educational Sciences: Theory & Practice*. 14 (6), 2121-2128.
16. Džuka, J., Dalbert, C. (1997). Model aktuálnej a habituálnej subjektívnej pohody. *Československá psychologie*, 41 (5), 385 – 398.
17. Džuka, J. (2004). Kvalita života a subjektívna pohoda – teorie a modely, podobnosť a rozdiely. In Džuka, J. (Ed.) *Psychologické dimenzie kvality života (24-53)*. Prešov: Prešovská Univerzita.
18. Fahrenberg, J., Myrtek, M., Schumacher, J., Braehler, E. (2001). *Dotazník životní spokojenosti*. Překlad a úprava K. Rodná, T. Rodný. Praha: Testcentrum.
19. Hamplová, D. (2004). *Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd.
20. Hartl, P., Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
21. Hnilica, K. (2005a). Věk, pohlaví a kvalita života. In Payne, J. a kol. (Ed.), *Kvalita života a zdraví (415-441)*. Praha: Triton.
22. Hnilica, K. (2005b). Vliv pracovního stresu a životních událostí na spokojenost se životem. In Payne, J. a kol. (Ed.), *Kvalita života a zdraví (473-488)*. Praha: Triton.
23. Hnilica, K. (2006). Vlivy socioekonomického statusu a přírodní katastrofy na zdraví a spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 50 (1), 16-35.
24. Hnilicová, H. (2005). Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví. In Payne, J. a kol. (Ed.), *Kvalita života a zdraví (205- 213)*. Praha: Triton.
25. Holinka, C. (2015). Stress, emotional intelligence and life satisfaction in college students. *College Student Journal*, 49 (2), 300.
26. Hřebíčková, M., Blatný, M., Jelínek, M. (2010). Osobnost jako prediktor osobní pohody v dospělosti. *Československá psychologie*, 54 (1), 31-41.
27. Inglehart, R. (2002). Gender, aging, and subjective well-being. *International Journal of Comparative Sociology*, 43 (3-5), 391-408.
28. Jed Foundation & Dave Nee Foundation. LawLifeline (2016). Získáno 10. března 2016 z <http://www.lawlifeline.org/>
29. Janečková, H. (2005). Životní události a kvalita života. In Payne, J. a kol. (Ed.), *Kvalita života a zdraví (451-472)*. Praha: Triton.

30. Janečková, D., Dostál, D., Plháková, A. (2013). Kvalita spánku, cirkadiánní preference a zdravý životní styl u vysokoškolských studentů. *Praktický lékař*, 93 (3), 114-120.
31. Jašurek, M. (19. 4. 2013). Snižuje vyšší počet studentů hodnotu diplomu? Získáno 10. října 2015 z Euractiv web: <http://www.euractiv.cz/vzdelavani0/clanek/snizuje-vyss-i-pocet-studentu-vs-hodnotu-vysokoskolskeho-diplomu-cesko-mluvi-o-vzdelavani-010776>
32. Kačmárová, M. (2007). Osobnost, manželský stav a subjektivní pohoda seniorov. *Československá psychologie*, 51 (5), 530-541.
33. Kaya, C., Tansey, T., Melekoglu, M., Çakiroglu. (2015). Stress and life satisfaction of turkish college students. *College Student Journal*, 49 (2), 257.
34. Kebza, V. (2005). *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia.
35. Koocher, G. P., Keith-Spiegel, P. (2008). *Ethics in psychology and the mental health professions: standards and cases*. USA: Oxford University Press.
36. Koukola, B., Ondřejová. (2006). Kvalita života vysokoškoláků zjišťovaná metodou SEIQoL. In Koukola, B., Mareš, J. (Ed.). *Psychologie zdraví a kvalita života* (149-151). Brno: nakladatelství MSD.
37. Kožený, J., Csémy, L., Tišanská, L. (2007). Strukturální analýza modelu životní spokojenosti adolescentů. *Československá psychologie*, 51 (3), 224 – 237.
38. Kredo, Eurostudent V. (Listopad 2013). Získáno z <http://kredo.reformy-msmt.cz/kredo-pro-vysoke-skoly/eurostudent-v>
39. Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie. Radost, naděje, odpouštění, smířování, překonávání negativních emocí*. Praha: Portál.
40. Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
41. Langmeier, J., Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing
42. Lašek, J. (2004). Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů. *Československá psychologie*, 48 (3), 215-223.
43. Leahy, M., Peterson, R., Wilson, I., Newbury, J., Tonkin A., Turnbull, D. (2010). Distress levels and self-reported treatment rates for medicine, law, psychology and mechanical engineering tertiary students: cross-sectional study. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 44 (7), 608-615. doi: 10.3109/00048671003649052.

44. Macek, P. (2003). *Adolescence: psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. Praha: Portál.
45. Menclová, L., Baštová, J. (2005). *Vysokoškolský student v České republice roku 2005*. Oponovaná výzkumná zpráva určená pro státní správu. MŠMT: Centrum pro stadium vysokého školství
46. Mikšík, O. (1993). SUPOS. Praha: Heuréka Progress.
47. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Rozvoj vysokého školství do roku 2020. Získáno z: http://www.vzdelavani2020.cz/images_obsah/dokumenty/ramec_vs.pdf
48. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Statistika veřejných a soukromých vysokých škol v ČR - Testovací režim. Získáno z <http://krakatau.uiv.cz/statistikyvs/>
49. Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing.
50. Pedišić Ž, Greblo Z, Phongsavan P, Milton K, Bauman A. (2015) Are Total, Intensity- and Domain-Specific Physical Activity Levels Associated with Life Satisfaction among University Students? *PLoS ONE* 10(2). doi: 10.1371/journal.pone.0118137
51. Rath, T., Harter, J. (2010). *Well being: The five essential elements*. New York: Gallup Press.
52. Reiterová, E. (2004). *Statistické metody pro studenty kombinovaného studia psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci
53. Říčan, P. (2004). *Cesta životem*. Praha: Portál.
54. Seligman, M. E. (2003). *Opravdové štěstí: pozitivní psychologie v praxi*. Praha: Ikar.
55. Sheldon, K., Krieger, L. (2007). Understanding the Negative Effects of Legal Education on Law Students: A Longitudinal Test of Self-Determination Theory. *Personality and Social Bulletin*, 33 (6), 883-897. doi: 10.1177/0146167207301014
56. Sigmund, M., Kvintová, J., Hřebíčková, H., Šafář, M., Sigmundová, D. (2014). Life satisfaction, health, self-evaluation and sexuality in current university students of sport sciences, education and natural sciences. *Acta Gymnica*, 44 (4), 231-241.
57. Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií. Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada Publishng.
58. Směrnice děkanky č. 2/2011. Získáno z http://www.pf.upol.cz/fileadmin/user_upload/PF/uredni_deska/predpisy_PF/S2-2011_2013-2014.pdf

59. Šolcová, I., Kebza, V. (2009). Osobní pohoda vysokoškolských studentů: česká část studie. *Československá psychologie*, 53 (2), 129–139.
60. Šolcová, I., Kebza, V. (2005). Prediktory osobní pohody (well-being) u reprezentativního souboru české populace. *Československá psychologie*, 49 (1), 1-8.
61. Šolcová, I., Kebza, V. (2006). Subjektivní zdraví: Současný stav poznatků a výsledky dvou českých studií. *Československá psychologie*, 50 (1), 1-15.
62. Taylor, D., Bramoweth, A., Grieser, E., Tatum, J., Roane, B. (2013). Epidemiology of Insomnia in College Students: Relationship With Mental Health, Quality of Life, and Substance Use Difficulties. *Behavior Therapy*, 44 (3), 339-348.
63. Valenzuela, S., Park, N., Kee., K. (2009). Is There Social Capital in a Social Network Site?: Facebook Use and College Students' Life Satisfaction, Trust, and Participation. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14, 875–901.
64. Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie 2*. Praha: Karolinum.
65. Veenhoven, R. (1996). Developments in satisfaction-research. *Social Indicators Research*, 37 (1), 1-46.
66. Weinstein, L., Laverghetta, A. (2009) College student stress and satisfaction with life. *College Student Journal*, 43 (4), 1161-1162.
67. Žurnál Online. (8. října. 2015). Univerzita Palackého je mezi světovou univerzitní elitou, potvrzuje to nejnovější žebříček z USA. Získáno z: <http://www.zurnal.upol.cz/zprava/clanek/univerzita-palackeho-je-mezi-svetovou-univerzitni-elitou-potvrzuje-to-nejnovejsi-zebricek/>

PŘÍLOHY

Příloha 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Příloha 2: Abstrakt bakalářské diplomové práce v českém a anglickém jazyce

Příloha 3: Dotazník životní spokojenosti

Příloha 4: Ukázka základní matice dat

Příloha 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2014/2015

Studijní program: Psychologie
Forma: Kombinovaná
Obor/komb.: Psychologie (PSYB)

Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
ONDRÁČKOVÁ Lucie	Dolní 1733/19, Žďár nad Sázavou	F120641

TÉMA ČESKY:

Životní spokojenost vysokoškolských studentů

NÁZEV ANGLICKY:

Life satisfaction of students at college

VEDOUcí PRÁCE:

Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Speciální zaměření: K současným ekonomickým, sociálním a psychologickým problémům vysokoškolských studentů. Životní spokojenost, pojetí, přístupy. Faktory a koreláty životní spokojenosti. K soudobým požadavkům na vysokoškolského studenta v humanitně orientovaných oborech. Život a studium vysokoškolských studentů (z dosavadních výzkumů k životní spokojenosti, resp. kvalitě života).

Cíle: a) Struktura dimenzí životní spokojenosti u souborů vě. srovnání s normou, b) Profil dimenzí psychického stavu souborů vě. srovnání s normou, c) Vybrané koreláty v rámci jednotlivých souborů, d) Komparace mezi soubory z hlediska vybraných proměnných. Metodika: DŽS Fahrenheit et al., SUPOS 7 Mikšik (event. + proměnná neurasthenie). Zkoumané soubory: Cca 40 studentů prezenčního studia psychologie, cca 40 studentů prezenčního studia právnické fakulty. Formální parametry práce: Viz Kolařík et al. 2013. Statistika: Pearsonův korelační koeficient, Studentův T-test.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

- Langmeier, J., Krejčířová, D. (2006). Vývojová psychologie. Praha: Psyché.
 Loskotová, Z. (2012). Životní spokojenost vysokoškolských studentů. Bakalářská práce. Jihlava: VŠP (elektron.zdroj).
 Vágnerová, M. (2012). Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál.
 Říčan, P. (2012). Cesta životem. Praha: Portál.
 Křivohlavý, J. (2002). Psychologie zdraví. Praha: Portál.
 Křivohlavý, J. (2002). Psychologie nemoci. Praha: Portál.
 Křivohlavý, J. (2002). Pozitivní psychologie. Praha: Portál.
 Payne, J. (2005). Kvalita života a zdraví. Praha: Triton.
 Kubátová, H. (2010). Sociologie životního způsobu. Praha: Grada.
 Bedrnová, E. et al. (2009). Management osobního rozvoje-Duševní hygiena, sebeřízení a efektivní životní styl. Praha: Management Press.
 Stuchlíková, I. (2010). Základy psychologie emocí. Praha: Portál.
 Hamplová, D. (2004). Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory. Praha: Sociol. Ústav AV.
 Kolařík, M. et al. (2013). Manuál pro psaní diplomových prací na Katedře psychologie FF UP. Olomouc: UP.
 Dosedlová, J., Slováčková, Z. (2008). Předpoklady zdraví a životní spokojenosti. Brno: MSD.
 Řehan, V. et al. (2013). Metodika výzkumu Katedry psychologie FF UP v Olomouci (První úroveň). Olomouc: FF UP Projekt Partnerská síť.
 Práce Blatného k životní spokojenosti.
 Časopisy: Československá psychologie, odvětvové časopisy. Elektronické zdroje.

Podpis studenta: *Marie Kucharska*
Podpis vedoucího práce: *Jana Vojtíšková*

Datum: 5.12.2014

Datum: 5/12/2014

Příloha 2: Abstrakt diplomové práce v českém a anglickém jazyce

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Životní spokojenost vysokoškolských studentů

Autor práce: Lucie Ondráčková

Vedoucí práce: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Počet stran a znaků: 66 / 111 354

Počet příloh: 4

Počet titulů použité literatury: 67

Abstrakt: Bakalářská práce se zabývá životní spokojeností vysokoškolských studentů. V teoretické části se zaměřujeme na problematiku životní spokojenosti a faktorů, které ji ovlivňují. Důraz je také kladen na život a studium současných vysokoškolských studentů. Ve výzkumné části práce se zaměřujeme na vysokoškolské studentky práv a psychologie. U těchto souborů zjišťujeme míru životní spokojenosti a profily dimenzí psychického stavu a srovnáváme s normou pro běžnou populaci. Dále provádíme komparaci těchto souborů ve vybraných proměnných a zkoumáme souvislost mezi životní spokojeností a kvalitou psychického stavu. Ve výzkumu jsme použili Dotazník životní spokojenosti, SUPOS-7 a oddíl zjišťující proměnnou Neurastenii. K vyhodnocení dat byly použity popisné statistiky, Pearsonův korelační koeficient a Studentův párový t-test.

Klíčová slova: vysokoškolský student, životní spokojenost, psychický stav

ABSTRACT OF THESIS

Title: Life satisfaction of students at college

Author: Lucie Ondráčková

Supervisor: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Number of pages and characters: 66 / 111 354

Number of appendices: 4

Number of references: 67

Abstract: The thesis is focused on life satisfaction of students at college. The theoretical part of the thesis focuses on life satisfaction and its determinates. Topic of life and study today's students at college is also emphasized. In practical part we are focused on students of law and psychology. At those samples the work looks into life satisfaction and profile of dimensions of mental state and compare with the norm. Further, we compare these samples in selected variables and research correlation between life satisfaction and quality of mental state. The questionnaires used for the survey are DŽS, SUPOS-7 and variable NEU. For the evaluation of data descriptive statistics, Pearson correlation coefficient and paired Student's t-test were used.

Key words: student at college, life satisfaction, mental state

Příloha 3: 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	②	③	④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a)	⑤	⑥	⑦
	velmi nespokojen(a)	nespokojen(a)	spíše nespokojen(a)	spíše spokojen(a)	spíše spokojen(a)	spokojen(a)	velmi spokojen(a)
S počasím jsem ...				X			

Pokud tedy – jako v tomto případě – nejste s počasím ani spokojen(a), ani nespokojen(a), zaškrtněte prosím ④. U každého tvrzení zaškrťávejte prosím pouze jedno políčko.

ZDRAVÍ	①	②	③	④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a)	⑤	⑥	⑦
	velmi nespokojen(a)	nespokojen(a)	spíše nespokojen(a)	spíše spokojen(a)	spíše spokojen(a)	spokojen(a)	velmi spokojen(a)
Se svým tělesným 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 ...							

ŠKOLA	①	②	③	④ ani spokojen(a) ani nespokojen(a)	⑤	⑥	⑦
	velmi nespokojen(a)	nespokojen(a)	spíše nespokojen(a)	spíše spokojen(a)	spíše spokojen(a)	spokojen(a)	velmi spokojen(a)
Se svým postavením ve studijní skupině jsem...							
Když myslím, jaká je moje budoucnost po studiu, jsem...							
S úspěchy, které mám ve studiu, jsem...							
S možnostmi uplatnění, které mám po studiu, jsem...							
S atmosférou ve skupině studentů jsem...							
Co se týká mých studijních povinností a zátěže, jsem...							
S pestrostí, kterou mi nabízí mé studium, 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 svých každoročních prázdnin jsem...							
S množstvím svého volného času po škole a o víkendech jsem...							
S kvalitou odpočinku, který mi přináší prázdniny, jsem...							
S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po škole 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...							

Příloha 4: Ukázka základní matice dat

Právničky	SD				SUPOS								DŽS											NEO
	Věk	Pohl	Rod	Dom	Pe	A	O	N	U	D	S	Zdr	Sko	Fin	Vlc	Man	Det	Vlo	Sex	Pzp	Byd	Sum		
1	23	2	2	1	7	5	4	8	6	5	9	37	32	35	28			25	16	29	39	209	6	
2	23	2	2	1	5	5	8	7	5	7	2	26	32	33	11			31	32	33	29	195	13	
3	24	2	2	1	9	7	4	4	5	5	3	38	34	38	37	48		40	42	37	42	274	7	
4	23	2	2	1	8	9	4	5	5	4	4	42	41	38	38			43	40	40	44	285	3	
5	23	2	2	1	3	2	5	9	12	10	10	16	20	11	15	35		13	26	31	16	128	12	
6	23	2	2	1	3	4	4	7	5	8	8	20	24	27	20	28		32	29	15	28	171	7	
7	22	2	2	1	9	8	6	8	3	7	2	36	35	33	44	36		39	46	35	37	270	7	
8	22	2	2	1	10	8	2	4	5	2	3	42	39	37	37	47		37	40	35	48	276	9	
9	23	2	2	1	8	6	5	7	6	5	6	34	39	40	25			33	31	35	36	234	5	
10	22	2	2	2	7	6	6	4	4	4	3	28	34	29	34	40		31	34	33	33	222	10	
11	23	2	2	1	7	8	5	4	4	4	3	42	39	37	41	37		36	37	36	37	266	2	
12	23	2	2	1	8	5	5	6	5	7	6	36	38	36	34			34	32	38	32	242	7	
13	23	2	2	1	10	10	4	7	6	4	4	38	38	36	23	47		42	44	41	41	265	6	
14	23	2	2	2	2	8	3	3	4	2	3	35	40	30	44	42		36	42	38	34	259	10	
15	23	2	2	2	8	5	4	4	6	7	7	40	35	44	41			39	29	40	40	273	9	
16	23	2	2	1	10	8	1	3	4	5	4	44	40	39	31	38		42	45	40	42	283	8	
17	23	2	2	2	7	6	4	5	4	6	4	44	36	41	20	43		33	43	35	34	250	6	
18	27	2	2	2	7	8	3	6	6	4	2	33	32	35	22	42		38	38	37	38	241	5	
19	23	2	2	1	7	5	3	6	6	3	4	35	36	37	44			35	30	35	38	254	7	
20	23	2	2	1	6	4	5	6	6	6	7	37	36	32	39			24	19	37	38	226	6	
21	23	2	2	1	8	7	4	5	6	4	5	39	36	33	41			34	33	41	44	265	6	
22	23	2	2	1	8	5	6	4	5	3	4	42	34	38	38	46		37	36	31	36	258	5	
23	23	2	2	1	6	4	5	4	5	5	6	28	30	23	28			28	17	30	33	187	12	
24	22	2	2	1	8	6	5	5	7	4	4	42	32	35	34	46		34	37	34	36	252	6	
25	22	2	2	1	8	8	3	4	6	5	4	37	39	39	42	41		44	41	41	42	286	3	
26	23	2	2	2	9	12	11	7	7	7	3	42	40	36	45	48		42	45	38	35	283	6	