

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Teologická fakulta  
Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

ROZDÍLY VE VNÍMÁNÍ SMYSLU ŽIVOTA A VÍRY V ADOLESCENCI A V  
SENIORSKÉM VĚKU

Autor práce: Jana Velková  
Vedoucí práce: Mgr. Veronika Blažek Iňová, Ph.D.  
Studijní obor: Pedagogika volného času  
Ročník: III.

2023

Prohlašuji,  
že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím  
pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

23.3.2023,

Jana Velková

## Poděkování

„Děkuji vedoucí bakalářské práce, Mgr. Veronice Blažek Iňové, Ph.D., za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.“

## Obsah

I. ÚVOD.....	5
II. TEORETICKÁ ČÁST.....	7
1 Otázka smyslu života.....	7
2 Úvahy o smysluplnosti existence v dějinách filosofie.....	10
3 Pojetí smyslu života v některých psychologických teoriích.....	11
3.1 Vztah náboženské víry a smyslu života.....	13
3.2 Základní lidské hodnoty a smysl života.....	14
4 ADOLESCENCE JAKO ŽIVOTNÍ OBDOBÍ.....	15
4.1 Vymezení období adolescence a jeho diferenciaci.....	16
4.2 Vývojové úkoly adolescence.....	17
5 ADOLESCENCE A OTÁZKY PO SMYSLU ŽIVOTA.....	19
5.1 Hledání smyslu v průběhu dětství a adolescence.....	19
5.2 Hledání smyslu mladými lidmi v dnešní době.....	20
6 SMYSLUPLNOST V ŽIVOTĚ SENIORA.....	21
6.1 Vymezení základních pojmů.....	21
6.2 Adaptace na stáří.....	22
6.3 Smysluplnost jako předpoklad kvality života seniora.....	23
III. PRAKTICKÁ ČÁST.....	24
7 CÍL VÝZKUMU.....	24
7.1 Kvalitativní výzkum.....	24
7.2 Metoda sběru dat.....	25
7.3 Popis použitých metod.....	25
7.4 Cílové skupiny.....	26
7.5 Definování výzkumných otázek.....	27
IV. VÝZKUM.....	27
8.1 Reflexe vlastní zkušenosti.....	27
8.2 Charakteristika cílových skupin.....	28
8.3 Hledání vzájemných souvislostí analýzy u adolescentů.....	28
8.4 Hledání vzájemných souvislostí analýzy u seniorů.....	29
8.5 Prezentace výsledků výzkumné analýzy u adolescentů.....	30
8.6 Prezentace výsledků výzkumné analýzy u seniorů.....	31
8.7 Komparace výsledků výzkumné analýzy.....	32
V. DISKUZE.....	34
VI. ZÁVĚR.....	36
VII. SEZNAM LITERATURY.....	38
VIII. SEZNAM PŘÍLOH.....	40
1.1 Příloha I. Rozhovory adolescentů.....	41
1.2 Příloha II. Rozhovory seniorů.....	43
1.3 Příloha III. Tabulka adolescenti.....	46
1.4 Příloha IV. Tabulka seniori.....	49
IX. ABSTRAKT.....	53

## I. Úvod

Zásadní otázky v životě člověka vypadají jako velmi prosté věty: „*Proč jsem zde? O čem je můj život? Jaký je smysl mého života?*“ nebo spíše „*Jaký je vůbec smysl života?*“, ale odpovědi na ně často nacházíme jen velmi obtížně.

V životě se dostáváme do různých situací. Tušíme, že existuje něco jako smysluplnost života a že je důležité smysl svého života objevit. Podvědomě chápeme, že na správném zodpovězení této otázky záleží, jak se náš život bude odvíjet, zda bude šťastný a radostný, nebo naopak nešťastný až zoufalý. Život dostáváme jako jedinečnou možnost a z velké části záleží na nás, co z něj vytvoříme. Platí to pro mladé, stejně jako pro starší, pro zdravé, stejně jako pro nemocné. Profesor Křivohlavý píše, že nejrůznější druhy těžkostí, které lidé prožívají, jsou důvodem toho, že jejich život ztrácí smysl. Viktor E. Frankl říká: „*Život sám je nám otázkou. Tu my svým životem zodpovíme tím, jak žijeme a co děláme. My jsme životem dotazováni.*“ (KŘIVOHLAVÝ 2010: 111)

Erich Fromm popsal podstatu existenčních modů ve své knize *Mít a Být*, stejně jako důsledky, které působí na blaho člověka. Otázky, které si přitom kladl byly následující: „*Co je cílem života?*“; „*Jaký význam má pro člověka život?*“ nebo „*Existuje nějaký důvod, pro něž chceme žít tak, že kdybychom ho neměli, spíše bychom žít nechtěli?*“ (FROMM 1994: 9) Faktem je, že všichni žijící tvorové, zvířata i lidé, chtějí žít, pouze člověka v této chuti do života ochromují výjimečné okolnosti jako nesnesitelná bolest, láska, nenávisť, pýcha, věrnost, které mohou být silnější než touha žít. Zdá se, že příroda vybavila každého tvora přáním žít. To, že žijeme rádi, je skutečnost, která nevyžaduje žádný výklad. Když se ovšem zeptáme „*Jak chceme žít?*“, nebo „*Čím je pro nás život smysluplný?*“, někteří odpoví, že chtějí lásku, jiní si zvolí moc, jiní jistotu. Většina by se však sjednotila na názoru, že to, čeho chtějí dosáhnout, je štěstí. To také mnozí filosofové a teologové prohlásili za cíl lidského snažení.

Mistr Eckhart řekl: „*Jak může někdo žít, aniž byl poučen o umění žítí a umírání?*“ (FROMM 1994: 12) Člověk by si měl být vědom velkých překážek, jež stojí v cestě. Pokud si někdo neuvědomuje, čeho se má vyvarovat, bude veškeré jeho úsilí marné. Být naivní a dát se snadno oklamat je nepřipustné dnes spíše než kdy jindy, když převažují nepravdy, které mohou vést ke katastrofě, neboť oslepují lidi vůči

nebezpečí. Realisté si myslí o těch, kdo se snaží stůj co stůj dosáhnout dobra, že jsou naivkové plní iluzí. Víra v život, v sebe sama, v druhé, musí být stavěna na tvrdé realitě, tj. schopnost vidět zlo tam, kde je, vidět podvody, ale i v jejich přestrojení. Víra, naděje a láska musí jít ruku v ruce s úsilím vidět realitu v celé její nahotě.

Pracuji jako asistentka pedagoga a jsem stále v kontaktu s adolescenty ve věku třináct až patnáct let. Často přemýšlím o tom, jaký mají adolescenti smysl života, nebo zda-li vůbec přemýšlí o smyslu života a jestli má víra vliv na vnímání jejich smyslu života. Při studiu jsem se v literatuře setkala s názorem, že jedním z významných důvodů problémového chování dnešní mládeže v rozvinutých zemích je postrádání smyslu života. Balcar dokonce píše o „masovém postrádání smyslu u dětí a mládeže.“ (BALCAR IN ŘÍČAN, KREJČÍŘOVÁ A KOL. 2006: 537) Proto se v této práci zaměřuji na cílovou skupinu adolescentů ve věku třináct až patnáct let. Ale vzhledem k tomu, že mám kolem sebe lidi, kteří jsou v seniorském věku, tedy šedesát a více let, včetně mých rodičů, přirozeně mě tedy napadla otázka, jak vnímají smysl života senioři, kteří větší část života mají odžitou a jsou, co se týče zkušeností a určitého nadhledu, možná o krok blíže k odpovědi, co je vlastně tím smyslem života. Ve svém výzkum jsem se proto zaměřila na adolescenty ve věku mezi třináctým a patnáctým rokem a seniory ve věku šedesát a více let.

Cílem mé práce je zjistit, jaký je rozdíl smysluplnosti života a víry u vybrané skupiny adolescentů a seniorů a zda vnímají smysl života rozdílně senioři oproti adolescentům.

V této bakalářské práci jsou zpracovány teorie, kterými budu nejprve charakterizovat smysluplnost a kvalitu života z pohledu odborníků z oblastí filosofie, jako např. filosofa Arthura Schopenhauera, či dánského filosofa Søreny Kierkegaarda. V další části budu čerpat z prací odborníků, kteří na otázku po smyslu odpovídají z pohledu psychologie, např.: V. E. Frankl, A. Adler; C. G. Jung; E. Fromm či A. Maslow. K tématu a jeho výzkumné problematice budu ve své bakalářské práci přistupovat kvalitativně. Praktická část bude proto koncipována jako kvalitativní výzkum, ve kterém se zaměřím na výše uvedenou hlavní výzkumnou otázku: **Jaké jsou rozdíly ve vnímání smyslu života a víry v adolescenci a v seniorském věku.**

Práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou. Praktická část zahrnuje vlastní kvalitativní výzkum, jeho výsledky a samotný závěr. Teoretická část je členěna do šesti

kapitol. První kapitola má uvést čtenáře do problematiky otázky po smysluplnosti života, druhá představuje velmi stručné shrnutí pohledů na otázku smysluplnosti existence v průběhu dějin filosofie. Třetí kapitola je pak věnována otázce smysluplnosti z pohledu psychologie a ve čtvrté se již zabývá adolescentí a specifickými rysy tohoto životního období. V páté kapitole se věnuji adolescenci a otázkám po smyslu života s tímto věkovým obdobím spojeným. V šesté kapitole se zaměřuji na seniory, konkrétně na otázku smysluplnosti v životě seniora. Cílem těchto šesti kapitol je shrnout různé pohledy a možné odpovědi na otázku po smyslu života. V následující praktické části své bakalářské práce pak popisuji cíl výzkumu, zvolený výzkumný design, poté následuje vlastní výzkum a prezentace závěrů tohoto výzkumu.

## **II. TEORETICKÁ ČÁST**

### **1 Otázka smyslu života**

Otázka po smyslu existence světa a smyslu života provází lidstvo od nepaměti. Zabývali se jí všichni velcí filosofové a zabývá se jí v určitých životních údobích a v některých situacích snad každý člověk. Zájem lidstva o otázku smyslu ilustruje například fakt, že je dosud známo asi 170 definic smysluplnosti existence. Je to však otázka, která přestože o ní bylo napsáno mnoho knih, zůstává stále nezodpovězena. (srov. TAVEL 2007: 11).

Náboženství bylo po staletí, ba tisíciletí hlavní oblastí, která se zabývala hledáním odpovědi na otázku po smyslu života. Nabízelo lidem cíle, k nimž se podle toho či onoho náboženského pojetí vyplatilo směřovat život, a to nejen život v jeho celkovém pojetí, ale i v jednotlivostech, detailech každodenního myšlení, cítění a chtění. (srov. KŘIVOHLAVÝ 2006:152-153)

Uveďme zde jako příklad vztahu náboženství a smysluplnosti života to, jaký vztah k problematice smysluplnosti žití má křesťanství. Biser (2005) v pohledu ze současnosti do budoucnosti vidí hodnotu křesťanství v tom, že víra člověku nabízí smysluplný život. Gordon Allport – otec psychologie osobnosti napsal, že „má-li být pohled na osobnost úplný, musí nutně obsahovat i pohled na záměry daného člověka a na jeho náboženství.“ (ALLPORT 1950: 223) Při tom oněmi „záměry“ rozuměl to, co se daný člověk snaží realizovat, jak si představuje svou budoucnost a sebe sama. Tvrdí

zároveň, že záměry, k nimž náboženství člověka vede, jsou zcela jiného druhu nežli všechny jiné motivační tendence. Náboženství chápal jako celoživotní směřování člověka. Odlišoval ovšem intrinsickou víru, která je hlubokým osobní přesvědčením daného člověka a nachází se v hloubi jeho duše. Na rozdíl od extrinsické víry, kterou daný člověk navenek zastává a vyznává, ale není součástí jeho osobního duchovního života. Příkladem může být chození do kostela ze společenských důvodů nebo ze zvyku. (srov. KŘIVOHLAVÝ 2006: 154)

Člověk si podle Křivohlavého klade otázku po smyslu prakticky ve všech životních etapách. Otázky smysluplnosti v běžných životních problémech jsou například otázky účelu a smysluplnosti pracovní činnosti, výchovy, smysluplnosti lásky a milování, smysluplnost identity (toho, kým jsem), manželství atp. Nejvíce však člověk pátrá po smyslu v mezních životních situacích, kdy se blíží samotné hranici bytí a nebytí. (srov. KŘIVOHLAVÝ 2007: 1)

Erich Fromm pojednává o „cestě k bytí“, jež může člověka naučit „umění být“. K němu ho dovedou láska, rozum a tvůrčí aktivita – na rozdíl od majetkových předmětů, jež se užíváním spotřebovávají. Fromm rovněž varuje před představou, že osvícení můžeme dosáhnout bez úsilí, a před vírou, že život lze žít bez bolesti. Jeho cesta k sebeuvědomění a blahu je založena na psychoanalýze a meditaci. V umění být – v umění fungovat jako plná osobnost – lze vidět nejvyšší cíl života. Ten se nám podaří, když se obrátíme od narcistického egoismu a vlastnické orientace k psychologickému a duchovnímu štěstí, k orientaci na bytí. (srov. FROMM 1994: 32-33)

Také zakladatel logoterapie, Viktor Frankl, představuje zdroje, které mohou dát našemu životu smysl. To, co dnes tíží mnoho lidí na celém světě (a vede je také k tomu, aby se čím dál více věnovali duchovním záležitostem), je poznání smyslu: „Není nic, co by lidské existenci mohlo dát smysl. Štěstí nemá a nesmí a nemůže být nikdy cílem, ale pouze výsledkem.“ (FRANKL 2022: 11) Z toho rozvíjí Viktor Frankl hlavní myšlenku, která tvoří jádro jeho existenčně-filozofické koncepce: „Otázka nemůže už znít: Co mám ještě očekávat od života, ale smí znít už jen: Co očekává život ode mne? Jak říká Frankl: „Je to život, kdo nám klade otázky, na něž máme odpovídat. Jedině když na ně odpovídáme, máme možnost naplnit smysl života.“ (srov. FRANKL 2022: 11)

„Příkladem mohou být situace stárnoucích lidí, kteří si otázky po smyslu svého života



kladou s mimořádnou naléhavostí, případně situace lidí těžce nemocných nebo těžce zraněných, kterým hrozí ukončení života.“ (KŘIVOHLAVÝ 2007: 1) Smysl života se tedy jeví jako jakýsi poměrně stálý protektivní faktor, s jehož pomocí člověk lépe zvládá běžné i zátěžové situace. Poskytuje člověku určitý životní rámec, který mu umožňuje souvisle interpretovat životní události a směřovat ke stabilním životním cílům. Negativní události sice mohou koncept smyslu narušit, ovšem změnou životního schématu anebo změnou vnímání životních událostí se pocit smysluplnosti znovu objeví. Smysluplnost života má tedy své místo v průběhu celoživotního vývoje osobnosti: při růstu, zrání a stárnutí, při adaptaci na změny a při zvládání životních obtíží (srov. KŘIVOHLAVÝ 2007: 1).

Frankl rozvíjí své životní přesvědčení, že být člověkem znamená být schopen zvolit si, jak budeme v různých situacích reagovat, jak k nim budeme přistupovat. Důkazem toho jsou jeho vlastní bolestivé zkušenosti se ztrátou, hladem a strachem ze smrti, když byl vězněn v koncentračním táboře, ve kterých přes všechno dokázal nalézt i naději, přátelství a smysluplné zkušenosti. (srov. FRANKL 2022: 12-15)

Křivohlavý vyjmenovává několik hlavních důvodů, proč se otázkou smysluplnosti života zabývat, ať už z pohledu všeobecně lidského, či odborně psychologického:

1. Naše jednání je směřováno do budoucnosti, směřuje k určitým cílům a tyto cíle našeho snažení dávají našemu jednání smysl.
2. Problematika smysluplnosti života je v pozadí naší motivace, smysluplnost cíle nás povzbuzuje k jeho dosažení, smysl nějaké aktivity nás motivuje, abychom v ní vytrvali.
3. To, co se rozumí smysluplností života, má vliv na kvalitu života, na náš zdravotní stav, ať už fyzický nebo psychický. Prožívání smysluplnosti má vliv na to, jak zvládáme stres, jak se cítíme, zda prožíváme spokojenost a radost, nebo spíše nespokojenost, frustraci a smutek (feeling of well-being).
4. V neposlední řadě má naše pojetí smysluplnosti života vliv také na naši hierarchii hodnot.
5. Na tvorbu a udržování pojetí naší vlastní identity – hledání odpovědi na otázku „kdo vlastně jsem?“. (srov. KŘIVOHLAVÝ 2007: 1)

## 2 Úvahy o smysluplnosti existence v dějinách filosofie

Filosof Arthur Schopenhauer předkládal pesimistický a radikální názor na smysl života. Tvrdil, že život žádný smysl nemá a vše je krátkodobé a pomíjivé – jako například radost z uspokojení potřeby. „Každý člověk se žene za nějakým cílem. Když ho dosáhne, vyvstane naráz cíl nový, a když je docela na konci, když už má všechno, cokoli je možno si přát, propadá trýzni ze všech nejstrašnější: nudě. Lidský život je nemohoucí toužení a vzdychání, snové klopýtání skrz čtyři věky života k smrti, za neustálého doprovodu triviálních myšlenek.“ (SCHOPENHAUER 2010: 18). Schopenhauer doporučuje askezi překonání vůle a odříkání jako cestu k smysluplnému žití, člověk se pak ničím neznepokojuje.

Dánský filosof Søren Kierkegaard (1813–1855) se v rámci filosofie iracionalismu a fatalismu zabýval především otázkami lidské existence. Volal po obratu k niternosti, po opravdovosti, hlubokém a zodpovědném přístupu k vlastnímu životu – ke skutečné lidské existenci. Kierkegaard píše, že „subjektivita je pravdou“ (GARDINER 1996: 117-118). Má při tom na mysli především vnitřní vztah daného jedince k určitému objektu, problému či otázce, který může být buď hluboký a upřímný, tedy pravdivý, nebo povrchní a konvenční, tedy nepravdivý. Příkladem je mu především víra v Boha, která je buď vášnivá a niterná, nebo prostě není (GARDINER 1996: 117-118 cit. podle PLHÁKOVÁ 2006: 208-209). Svým názorem, že podstatou lidské existence je úzkost a nejistota, ovlivnil mnohé filosofy 19. a 20. století, například Heideggera, Jaspersea či Camuse.

Podle Heideggera není člověk stejné jsoucní jako třeba strom či kámen. Liší se od nich tím, že se ke svému bytí vztahuje a také se o ně musí starat, obstarávat ho. Zdůrazňuje, že lidské existenci je nutno rozumět skrze časovost. Lidské bytí ve světě je v čase ohraničeno smrtí. Člověk je nicméně schopen uvědomovat si sám sebe, je schopen činit rozhodnutí a nést za své jednání odpovědnost. Je schopen uvědomit si časové meze svého života a jeho nevyhnutelné uzavření smrtí. Vědomí vlastní smrti a hranic vlastní svobody zpravidla vyvolává úzkost, ale současně je výzvou k autentické existenci, v níž člověk převezme zodpovědnost za svou otevřenou budoucnost a uvědomí si naléhavost

a významnost každého okamžiku a každého rozhodnutí (HEIDEGGER 1996 cit. podle PLHÁKOVÁ 2006: 210-211).

### **3 Pojetí smyslu života v některých psychologických teoriích**

Teprve od druhé poloviny dvacátého století se začíná „multidimenzionální“ pojem smyslu života objevovat a zkoumat v různých vědních disciplínách. Nejprve se zkoumala pouze materiální strana života tedy, objektivní data měla přednost před subjektivními. V dnešní době se již prozkoumávají psychologické, sociální, duchovní, materiální a další podmínky pro šťastný a plný život člověka a při studiu smyslu života je třeba brát v úvahu vývoj, společenské souvislosti, historické a kulturní kořeny (západní křesťanská kultura, orientální kultura,...), generační i civilizační změny. Velice významně smysl života ovlivňuje také víra a náboženství. Při vymezování pojmu smysl a kvalita života, popisování subjektivních i objektivních, existencionálních i sociálních stránek, panuje nejednotnost a nejednoznačnost, chybí obecně přijímaný a teoreticky propracovaný model, univerzálně platná definice. Významný psycholog dvacátého století, Viktor Emil Frankl, našel v hledání cest ke smyslu života středobod své práce a založil vědu zvanou logoterapie (terapie smyslem života). U dalších odborníků pak téma smyslu života doplňovalo části jejich teorií. Mezi ně patřili např. A. Adler; C. G. Jung; E. Fromm; A. Maslow a další.

Podle Abrahama Harolda Maslowa je smysluplnost motivační silou lidského života tam, kde jsou nižší potřeby již uspokojeny. Je vnitřní vlastností člověka. Smysl neexistuje mimo něho. Každý si může svůj smysl života vybrat či podle své přirozenosti a svobodné vůle najít podle toho, co mu vyhovuje. Existenciální smysl je drobným motivům nadřazeným metamotivem. Má-li člověk normálně fungovat, potom tento metamotiv potřebuje naplnění. Když naplněn není, člověku není dobře a často upadá i do nemoci. (KŘIVOHLAVÝ 2006: 96) Ústředním motivem Maslowovy koncepce je pojem seberealizace. Maslow předpokládá, že člověk má vrozenou tendenci realizovat svůj potenciál a usilovat o stále plnější bytí a že hodnoty se objevují intuitivně.

Carl Gustav Jung měl smysl života propojený s osobním názorem, že vše začíná narozením člověka do světa, který nechápe a který se pokouší vysvětlit, odhalit a pochopit. Jung byl v otázce, zda má život smysl optimistický a píše: „Život je bláznivě

nerozumný a zároveň má význam a smysl. A když se v prvním případě nezasmějeme a ve druhém nezamyslíme, pak je život banální a všechno má ten nejmenší rozměr. Pak existuje jen malý smysl a malý nesmysl.“ (JUNG 1995: 229). Snaha o pochopení světa pochází z nejhlubší duševní nouze, rozmanitost života a smysl funguje jako hráz proti přívalu chaosu, kdy je člověk nucen na tyto stavy reagovat a hledat vysvětlení a odpovědi na své otázky. Tuto snahu uvádí Jung jako základní nadosobní životní úlohu člověka. Další důležitou roli při poznávání smyslu života přisuzuje Jung archetypům v kolektivním nevědomí, které je zároveň významnou pomocí v morálním uvažování a hodnocení (lidská moudrost a lidského poznávání a konání). Jung hovoří o archetypu smyslu, který se dostává ke slovu zpravidla v kritických situacích, kdy selhaly všechny lidské opory. Jung také popsal rozdíl mezi západním a východním vnímáním smyslu života. Východní člověk se snaží o naplnění smyslu v člověku samotném a odřiká se světa a života a hledá smysl života uvnitř sebe sama. Pro západního člověka je podle Junga nesmyslnost světa nesnesitelná, člověk potřebuje předpokládat konečný smysl a cíl a hledá smysl života venku. Jung tvrdil, že se obě vnímání navzájem doplňují a aby člověk mohl pochopit smysl venku, musí nejprve hledat uvnitř sebe, (srov. JUNG 1995: 115) což dokládá jeho výrok: „*Nemůžeme žít z ničeho jiného nežli z toho, čím jsme.*“ (JUNG 1995: 231). Jung klade velký důraz na nalezení smyslu života a jeho nedostatek uvádí jako hlavní příčinu psychických poruch, neboť ztráta smyslu zamezuje prožívat plný život a je korelující s nemocí: „*Ztráta smyslu v životě hraje klíčovou roli v etiologii neurózy. Neurózu je třeba chápat v konečném důsledku jako utrpení duše, která nenašla svůj smysl. (...) Zhruba třetina mých případů netrpí žádnou klinicky definovatelnou neurózou, ale pocitem nesmyslnosti a bezcílnosti svého života.*“ (JUNG 1995: 231)

Smysl je víc než jen cílem a něčím prospěšným, smysl zahrnuje celost člověka. Kdo chce uskutečnit smysl svého života, musí se zaměřit na přítomnost a budoucnost. Musí umět vybrat mezi hodnotami, které dávají člověku orientaci v jednání. Takovými hodnotami jsou například láska, pravda, dobro, krása, svoboda, dobrota nebo mír. Životu dávají perspektivu, hierarchii potřeb, jedinci umožňují dospět do své velikosti a skrze ně se rodí pocit smyslu a hodnoty života. (srov. TAVEL 2007: 174)

Každý je jedinečný a neopakovatelný. Každý komu záleží na realizování hodnoty

života, musí být člověkem otevřeným, pokorným, člověkem, jenž odvážně přijímá pravdu, který docení sebe i jiné, který si váží dobra a krásy, který je připraven podělit se s hlubokou radostí, který dokáže přijmout dary života a uprostřed nich i utrpení. Je mnoho cest, jak najít smysl života. (TAVEL 2007: 176)

Jak říká Frankl „*Je to život, kdo nám klade otázky, na něž máme odpovídat. Jedině když na ně odpovídáme, máme možnost naplnit smysl života.*“ (FRANKL 2022: 11) K nástrojům, jež máme k dispozici při hledání odpovědí na otázky, které nám život klade, řadí Viktor Frankl aktivní jednání, náklonnost k druhým a prožívání pěkných vjemů (včetně krás přírody). Komu je odebrána možnost být aktivně činný, tomu zbývá prožívání, včetně zkušenosti toho, že je milován. Člověk má možnost, mimo aktivní konání, v pasivním vstřebávání světa do svého já, naplňovat svůj smysl života. (srov. FRANKL 2022: 11)

### **3.1 Vztah náboženské víry a smyslu života**

„*Věřit v Boha znamená vidět, že život má smysl.*“ Ludwig Wittgenstein (KŘIVOHLAVÝ 2010: 103)

Slovo víra je odvozeno od slova „důvěřovat“. Když se rozhodujeme, kam směřovat svůj život, vyjadřujeme tím, komu nebo čemu důvěřujeme. (KŘIVOHLAVÍ 2010: 99)

Existuje cíl společný všem lidem: všichni lidé chtějí být šťastní, jak to praví i sv. Augustín ve svých vyznáních o člověku: „*A přece ne já sám, anebo několik málo lidí se mnou, ale všichni chceme být blažení.*“ (TAVEL 2007: 174,175) Třebaže je možné hledat štěstí v mnohých věcech, na mnohých cestách, nikdo nepopírá, že hledání štěstí je všem společné. Touhu po štěstí vložil do lidského srdce sám Bůh. (srov. TAVEL 2007: 174-175)

Kdo chce naplnit smysl svého života, musí přijmout skutečnost takovou, jaká je a měnit ji v lepší. Kdo říká životu ano, naplňuje vůli Stvořitele. Sv. Tomáš Akvinský řekl, že pravda je to, co je shodné s Boží myslí. To znamená, že život člověka je smysluplný, když jsou jeho činy shodné s úmyslem Boha, jeho vůlí a plány. Nestačí jen přijetí skutečnosti, ale skutečnost je třeba tvořivě zdokonalovat tak, aby se eliminovalo

zlo, aby byl svět a lidé bližší Bohu. (TAVEL 2007: 177)

Lidé na otázku po víře často odpovídají, že věří sami sobě. Mnozí však věří i mimo své „já“. Věří v Boha. Od něho očekávají odpověď na otázky, které přesahují všechny možnosti jejich chápání: Proč jsem na Zemi? Proč musíme zemřít? Odkud pochází rozmanitost člověka? Existuje důvod, který dává životu i utrpení nějaký smysl? (srov. VĚŘÍM 2001: 6)

Věřit znamená:

- Důvěřovat, že Bůh je zde, že je pro všechny lidi, že je zná a miluje.
- Spolehnout se na to, že Bůh je tu pro mne, že mě zná a miluje.
- Milovat Boha z celého srdce, ze všech sil, jak nejlépe mohu.
- Říci Bohu „ano“, slyšet jeho slovo, plnit jeho vůli.

(VĚŘÍM 2001: 8)

### 3.2 Základní lidské hodnoty a smysl života

Hodnotu definujeme jako něco, kvůli čemu je člověk ochoten vynaložit určité úsilí, aby toho dosáhl. Hodnoty se vytváří během lidského života pod vlivem různých vnějších činitelů, především sociálních. V tomto směru působí nejvíce názory, hodnocení a požadavky nejbližších lidí a dále vlastní zkušenosti. Různé faktory mají na každého člověka jiný vliv, proto tedy individuální hodnotová hierarchie závisí na osobnosti jedince. (srov. VÁGNEROVÁ 2010: 292)

Základní lidské hodnoty jsou poměrně stabilní. K současným hodnotám patří:

**Láska k lidem** – hodnota, která vychází ze základní lidské potřeby někam patřit, milovat a být milován. Týká se především rodiny, která pro mnohé jedince znamená jednu z nejvyšších hodnot.

**Materiální hodnoty** – patří sem peníze, majetek, což souvisí i s pocitem nezávislosti na jiných. Patří sem i péče o vlastní tělo – fyzická síla, krása.

**Moc** je další hodnotou, která je pro určitou část lidí důležitá. Týká se úspěchu, sebeprosazení. Cílem je sebevědomí.

**Pravda** ve smyslu poznání podstaty a zákonitostí má velkou hodnotu pro některé jedince. Člověk se lépe orientuje, chce vědět, znát, aby si byl jistější.

**Svoboda** je v současné době velmi ceněnou hodnotou. Může jít o osobní svobodu, kdy se člověk neomezuje v individuálních potřebách nebo o svobodu se zodpovědností a ohledem na druhé.

**Moudrost, nadhled a vymezení smyslu živo, ta** představují hodnoty, které přesahují aktuální dění. Patří do kategorie transcendence, tj. mezi nejvyšší potřeby, které směřují ke zjištění, že člověk je součástí vyšších celků.

**Morální hodnoty** a život v souladu se svým svědomím. Pro mnohé jedince je velmi důležitou hodnotou, avšak pro některé limitující a závazná. (VÁGNEROVÁ 2010: 296)

Pojem hodnoty zahrnuje ostatní pojmy, které také pojednávají o společenských vlastnostech jedince, zejména dispozice, cíle, preference, motivy, ideály aj. Vše, co člověk preferuje, např. inteligence, charakterové rysy nebo motivy, ideály a zájmy, obsahuje význam hodnoty. Hodnotami se mohou stát i osobnostní rysy, fyzické vlastnosti a vše, k čemu vede lidské chování. (srov. ÇAKIRPALOGLU 2004: 12,13)

Hodnoty se v průběhu života můžou měnit. Vlivem vývojových proměn osobnosti dochází ke změně jejich významu. V adolescenci jsou nejdůležitější cíle a jejich dosažení, u středního věku jde víc o udržení získaných hodnot a ve stáří nutné vyrovnat se s jejich ztrátou. Hodnotový systém se mění, i pokud dojde k zásadnímu zlomu v životě člověka. (srov. VÁGNEROVÁ 2010: 293)

#### **4 ADOLESCENCE JAKO ŽIVOTNÍ OBDOBÍ**

V úvodu své monografie popisuje Petr Macek duševní stav dospívajícího takto: „Někteří lidé mají dojem, že právě tehdy začínají žít ‚naplno‘ či ‚doopravdy‘. Vynořuje se zde nová kvalita sebeuvědomování – mladý člověk si zřetelně uvědomuje, jak intenzivně

prožívá, jak myslí a jak komunikuje s druhými lidmi. Je si vědom svých emocionálních prožitků, svých potřeb a přání. Z hlediska časové perspektivy si uvědomuje, kolik toho má ještě před sebou, z hlediska vědomí vlastní existence se však často cítí přímo ve středu vlastního života.“ (MACEK 1999: 11)

#### 4.1 Vymezení období adolescence a jeho diferenciaci

„Termín adolescence je odvozen z latinského slovesa *adolescere* (dorůstat, dospívat, mohutnět). Jako termín označující určité období života člověka bylo toto slovo použito poprvé v 15. století (Muuss, 1989). Přitom označení *adolescenti* (typické pro psychologii) se v českém jazyce volně zaměňuje s označením *dospívající* či *dorost* (typické pro lékařské vědy) a rovněž s širším označením *mládež* (charakterističtější pro sociologii a pedagogiku).“ (MACEK 1999: 11)

Adolescence je snad z celého života nejdramatičtější a nejzajímavější období. Adolescent dělá pod vlivem školy velké pokroky v rozumovém vývoji, které mění jeho způsob nazírání na svět i na vlastní život. Nově mnohem hlouběji chápe svou individualitu a hledá – v přeneseném a často i doslovném významu – svůj rukopis. Zároveň mění i své vztahy k vrstevníkům, k rodičům a dalším autoritám. (srov. ŘÍČAN 1990: 180)

Macek např. chápe adolescenci jako celé období mezi dětstvím a dospělostí. Toto pojetí obhajuje tím, že ve vyspělých zemích se dnes vyskytují faktory, které období adolescence prodlužují – je to především zrychlení pohlavního dospívání (sekulární akcelerace), které posunuje spodní hranici adolescence směrem k nižšímu věku, a na druhé straně prodlužování přípravy na role, které bude mladý člověk v dospělosti zastávat, které posouvá hranice v opačném směru. (MACEK 1999: 12) V souvislosti s posledně jmenovaným faktem je třeba zmínit tendenci k odkládání rodičovství, která je v posledních letech evidentní, a vznik vrstvy mladých lidí setrvávajících v psychosociálním moratoriu, která si vytváří jistou svébytnou „adolescentní kulturu“. (srov. MACEK 1999: 12)



Macek rozděluje období adolescence na tři fáze:

- časná adolescence 10(11)–13 let,
- střední adolescence 14–16 let,
- pozdní adolescence 17–20 let, příp. i mnohem déle.

Zdůrazňuje přitom, že uvedená období se od sebe velmi odlišují a každé z nich je specifické, co se týče prožívání, kognitivní vyspělosti i chování adolescenta. Jedno však mají všechna tři období společné – tvoří most mezi dětstvím a dospělostí. Celou adolescenci v tomto pojetí je tedy třeba definovat široce, pomocí dějů, které ji charakterizují: dokončení pohlavního dozrávání, fyzický a duševní rozvoj a sociální učení.

#### **4.2 Vývojové úkoly adolescence**

Adolescence je úsekem života člověka, během kterého je třeba splnit určité specifické vývojové úkoly. Vývojové úkoly člověka mají nejen biologickou, ale také psychologickou a kulturní dimenzi. Týkají se jeho vlastních potřeb a očekávání, ale souvisejí samozřejmě vždy také se socializací, s požadavky společnosti, ve které žije. Člověk se tedy v určité vývojové fázi snaží naplnit to, co on sám považuje za důležité pro svůj život, ale také to, co od něj očekává společnost. Každá kultura nabízí jisté osvědčené vzorce, jak takový úkol splnit, a pokud se jimi člověk neřídí a jde svou vlastní cestou, nebývá komunitou dobře přijímán, nebo je dokonce odsuzován či trestán. (srov. MACEK 1999: 20-21)

Musím zde zmínit, že díky studiu pedagogiky volného času, si uvědomuji, jak je velice důležité a přínosné mít plnohodnotně naplněný volný čas, neboť, jak zmiňuje Pavel Říčan ve své knize, „zaměstnání ve volném čase odpovídá jejich větší rozumové i celkové vyspělosti a má, vedle školy, stále rostoucí význam pro vývoj všech složek osobnosti.“ (srov. ŘÍČAN 1990: 189)

Adolescenti dokáží nezávisle na pozorované realitě skákat od předpokladu k předpokladu, od hypotézy k hypotéze, uvádět myšlenky od nejrůznějších souvislostí.

Myslí o vzdálené budoucnosti a vzdálených prostorech. Proto si znovu, na mnohem vyšší úrovni, klade otázky o vesmíru a lidském životě, včetně smrti. Uvažuje kriticky o smyslu hodnot, které mu společnost vštěpuje. Byl-li vychován nábožensky, pochybuje o Bohu – bude však pochybovat o jakémkoli světovém názoru. Mění se celá jeho mentalita. (srov. ŘÍČAN 1990: 189)

Macek uvádí upravenou verzi výčtu vývojových úkolů pro období adolescence podle Hurrelmana. Poznává však, že tento výčet se sice poměrně dobře hodí pro současnou evropskou a severoamerickou společnost, v jiných částech světa by však výčet vývojových úkolů pro období adolescence mohl být výrazně odlišný:

- Přijetí vlastního těla, fyzických změn, včetně pohlavní zralosti a pohlavní role.
- Kognitivní komplexita, flexibilita a abstraktní myšlení – schopnost aplikovat intelektový potenciál v běžné každodenní zkušenosti.
- Uplatnění emocionálního a kognitivního potenciálu ve vrstevnických vztazích, schopnost a dovednost vytvářet a udržovat vztahy s vrstevníky obou pohlaví.
- Změna vztahu k dospělým (rodičům a dalším autoritám) – autonomie, příp. vzájemný respekt a kooperace, nahrazuje emocionální závislost.
- Získání představy o ekonomické nezávislosti a směřování k určitým jistotám, které s ní souvisejí – k volbě povolání, k získání základní profesní kvalifikace, k ujasnění představ o budoucí profesi.
- Základní zkušenosti v erotickém vztahu, příprava na partnerský a rodinný život.
- Rozvoj intelektu, emocionality a interpersonálních dovedností zaměřených ke komunitě a společnosti – tj. získání kompetence pro sociálně zodpovědné chování.
- Představa o budoucích prioritách v dospělosti – důležitých osobních cílech a stylu života.
- Ujasnění hierarchie hodnot, reflexe a stabilizace vlastního vztahu ke světu a k životu. (světový názor, HURRELMAN 1994, cit. podle MACEK 1999: 21)

Některé výše uvedené úkoly jsou z vývojového hlediska kontinuální, začínají již v dětství a období adolescence by je mělo završit (např. vývoj abstraktního myšlení), ale některé jsou specifické právě pro adolescenci, např. změna vztahu k dospělým nebo stabilizace vlastního náhledu na život. Nejsou-li úkoly specifické pro dané senzitivní období splněny právě v tuto dobu, je velmi obtížné řešit je v pozdějším věku. (srov. MACEK1999: 22).

Adolescent se má vyznat sám v sobě a najít své místo ve světě, ověřit si, co dokáže a co vydrží, sám sebe najít v nějakém přesvědčení a životním programu. (ŘÍČAN 1990: 205)

## **5 ADOLESCENCE A OTÁZKY PO SMYSLU ŽIVOTA**

### **5.1 Hledání smyslu v průběhu dětství a adolescence**

Podle Macka (ADOLESCENCE 1999: 35) se člověk právě v období adolescence velmi naléhavě zabývá otázkami sebevymezení, sebehodnocení a smyslu života. Pro porozumění dnešní mladé generaci si nestačí vzpomenout na dospívání vlastní, a to z toho důvodu, že se prostředí a společnost velmi rychle mění – mění se společenské hodnoty, životní styl i morální a sociální normy.

Balcar (2006) však uvádí ještě další možný zdroj prožívání smysluplnosti vlastního snažení, který má základy již v dětství. Tímto zdrojem jsou příležitosti k zaujetí zajímavými činnostmi a možnost uskutečňovat cíle, jejichž cenu dítě intuitivně i rozumově chápe. Patří sem radost ze hry, z kamarádství, radost z toho, že i dítě může nějak pomoci, např. drobnou prací v domácnosti, radost z přírody, ze statečného překonání nějaké těžkosti, např. očkování, kterého se dítě obávalo. Všechny tyto zážitky rozvíjejí podle Balcara přirozenou zaměřenost ke smyslu, kterou má každé dítě od narození a mají vliv na směr, kterým bude jedinec později v dospělosti hledat své hodnotové cíle, a na to, s jakým prožitkem smysluplnosti bude tyto cíle uskutečňovat.

Po uplynutí období dětství přichází doba, kdy je podle Balcara (2006) většina lidí poprvé přímo konfrontována s otázkou smyslu – období dospívání. Dospívání je čas, kdy pomalu dochází k pádu absolutních autorit a k hledání vlastní, jedinečné identity, čas, kdy mladý člověk začíná pátrat po vlastních názorech, hledá svou životní cestu.

Nevyhnutelně tedy musí řešit otázku svých priorit, hodnot, otázku své osobní svobody a zodpovědnosti. Na tak významné životní křižovatce se sotva kdo může vyhnout otázce po smyslu toho všeho. I když si ji někdy mladí lidé neformulují explicitně, je jistě v období adolescence velmi naléhavě přítomna. (BALCAR in ŘÍČAN, KREJČÍŘOVÁ A KOL. 2006: 493-536)

## 5.2 Hledání smyslu mladými lidmi v dnešní době

Petr Macek ve své monografii *Adolescence* v roce 1999 napsal: „... psychiatri od počátku 90. let zaznamenávají v adolescentní klientele nové trendy, a to speciálně v kategorii nepsychiatrických diagnóz. Přibývá adaptačních poruch a poruch, které by se daly charakterizovat jako poruchy vztahu k sobě. Týkají se tělesného sebeschématu, sociální a výkonové složky sebesystému a také celkového sebehodnocení. Souvisejí s důležitostí pocitu vlastní kontroly a se zodpovědností za vlastní chování. Zažívají-li adolescenti pocit neúspěchu, často jeho příčinu spatřují sami v sobě. Vede je to ke ztrátě důvěry ve vlastní schopnosti a posléze až ke ztrátě smyslu vlastního života.“ (MACEK 1999: 177)

Balcar dále uvádí tři „mýty“ dnešní postmoderní doby, které podle něj zapříčiňují „masové postrádání smyslu u dětí a mládeže ve vlastním životě.“ (BALCAR IN ŘÍČAN, KREJČÍŘOVÁ A KOL. 2006: 539). Jsou to:

- pojetí svobody jako popření autority,
- zajišťování životní úrovně v podobě snadné spotřeby hmotných i kulturních statků jako nutné a postačující podmínky ke štěstí,
- víra v determinovanost člověka jeho vrozenou povahou a prostředím.

Ačkoli by tyto skutečnosti měly dětem usnadnit život, a dopřát jim tak šťastnější dětství, ve skutečnosti vedou podle Balcara k deprivaci v oblasti citových vztahů, v oblasti vlastní zodpovědnosti a vlastní snahy a usilování. Mladá generace pak nerozumí tomu, proč – a neví ani jak – bojovat s překážkami. Tím, že je jim vzata možnost vlastními silami se o něco dobrého přičinit, o něco a za něco bojovat, vzniká u nich existenciální prázdnota, kterou pak zaplňují pomocí různých náhražek poskytovaných dnešní

společností. (srov. BALCAR IN ŘÍČAN, KREJČÍŘOVÁ A KOL. 2006: 539)

## **6 SMYSLUPLNOST V ŽIVOTĚ SENIORA**

Od adolescence k seniorskému věku vede dlouhá cesta jak z pohledu rozumu, zkušeností, tak životních moudr, ale právě proto by bylo zajímavé porovnat pohledy obou těchto, ač výrazně rozdílných, věkových skupin na otázku smyslu života. Proto jsem se rozhodla zabývat otázkou, jak vnímají smysl života senioři oproti výše zmíněným adolescentům.

Podoba smyslu se mění v různých fázích života. Každé období lidského život má svoje potřeby, nedostatky a možnosti. Smysl života dítěte nemůže vystačit dospělému, protože možnosti člověka se postupně rozšiřují. Jde o formování smyslu života tak, aby byl v souladu se zvláštnostmi daného věku. (TAVEL 2007: 176-177)

Pojem stáří je třeba rozlišovat na úrovni jednotlivce a populace. U člověka znamená stárnutí biologický proces, kterým je organismus přetvářen od narození do smrti (což je zvyšování věku jednotlivce), stárnutí lidského organismu je permanentní a omlazení je nemožné.

### **6.1 Vymezení základních pojmů**

„Senior je označení, kterým nazýváme osobu ve věku 60 let a více, aniž bychom přihlíželi k faktu, zda dotyčný člověk již pobírá důchod či nikoliv. Na druhou stranu je to osoba prožívající ve společnosti zvláštní úctu s ohledem na svůj věk a získané životní zkušenosti“. (PETRÁČKOVÁ 1997: 834)

„Seniorem je míněn příslušník starší věkové kategorie, nebo také někdo starší z více osob či celého kolektivu.“ (PETRÁČKOVÁ 1997: 834)

### **Stáří**

Samotný termín „senior“ (z latinského senex, senis – starý, senior – starší) je označení posledních etap ontogenetického vývoje člověka, kterými jsou stárnutí, stáří, umírání a smrt. Na způsobu prožívání období stáří se podílí řada faktorů, např. zdravotní stav, životní styl, vlivy sociálně ekonomické a psychické.

## Gerontologie

Stářím a stárnutím a naukou o nich se zabývá obor gerontologie. Pojem „gerontologie“ poprvé vymezil nositel Nobelovy ceny Mečnikov v roce 1903. Její název je odvozený z řeckého slova „gerón“ – stařec.

### 6.2 Adaptace na stáří

Geront se musí vyrovnávat s přibývajícím stigmaty stáří, čelit stále hrožícím pocitům méněcennosti, snad i ošklivosti a nenávisti vůči vlastnímu tělu – i tělu svého manželského partnera. Učit se – jako v postupně devastované krajině – nacházet na svém těle i tváři tu krásu oduševnělé osobnosti, kterou přináší střední věk. O jedno se lze opřít: Když žijeme ve společnosti, nejsme se svým stárnutím, které se týká i duševního poklesu, sami. Stejně jako my stárnou i naši přátelé, bližní i nám vzdálenější lidé. Je to úděl každého člověka. Další snad ještě lepší oporou je myšlenka, že stejně jako my stárli i naši rodiče a nevážíme si jich proto méně, nemusíme proto pohrdat sami sebou. Tou cestou dolů, kterou teď jdeme my, půjdou za dvacet nebo třicet let naše děti. Jak píše Říčan: „Tady je pro nás úkol, tady je smysl stáří: I pro ně tu cestu „prošlapat“, prozkoumat, hledat způsob, jak v dnešní době stárnout důstojně.“ (srov. ŘÍČAN 1990: 374-375)

S rostoucím věkem se mnohé mění. Nezadržitelně ubývá tělesných i duševních sil. Jedno však jde opačným směrem: duchovní obzor se rozšiřuje. Důraz na to „kdo jsem“, roste. Důraz na to „co mám“ naopak slábne. To, co se za peníze koupit dá, ustupuje z žebříčku hodnot, a naopak to, co se za peníze koupit nedá (např. moudrost, láska, úcta, respekt atp.), nabývá na hodnotě. Jak život pokračuje, člověk je citlivější k otázkám smysluplnosti svého bytí. (srov. KŘIVOHLAVÝ 2010: 125)

Anselm Grun vidí ctnosti stáří v těchto hodnotách a životních úkolech:

- vyrovnanost – kdy se člověk dostává do stavu, že nepotřebuje nic měnit,
- trpělivost – kdy je člověk s to něco snést, vydržet, odolat tlakům,

- pokora – chápaná jako realistické pojetí sebe jako organického celku se všemi klady a zápory,
- svoboda - např. k naslouchání druhým lidem bez povinnosti hodnotit to, co říkají či dělají,
- vděčnost – jako myšlení na to, co vše člověk v životě dostal a s čím mohl v životě počítat, na co se mohl spolehnout a za co smí, může, ba i by měl poděkovat. (KŘIVOHLAVÝ 2010: 126)

Všechny problémy stáří nevyplývají jen z vnějších podmínek, ale i z vnitřních příčin, které lze shrnout pod pojem „sociální vlivy“ (Viewegh, 1970). Podle Pacovského je charakteristickým rysem sociálního stárnutí postupné ubývání samostatnosti, z čehož vyplyne narůstání závislosti. Pacovský (1990) uvádí, že celý předchozí život ovlivňuje spokojené stárnutí. (srov. PACOVSKÝ 1990: 135)

V průběhu stárnutí je kladen důraz na udržení sociálního kontaktu, protože dochází ke změnám sociálních rolí. Odchod do starobního důchodu se řadí k nejnáročnějším obdobím v životě člověka. Mění se zavedený životní styl člověka, jeho životní rytmus a ekonomické zajištění a tím i životní úroveň. Je to zásadní změna v životě a může vést k pocitu společenské bezvýznamnosti, nepotřebnosti, depresím a v hraničních situacích až k sebevraždě. Důležité je, aby si senior uchoval své záliby a věnoval se naplňujícím činnostem. Stejně tak dochází ke změnám sociálního postavení a generační napětí v rodině bývá často velkým zdrojem konfliktů. Senior si v tomto období obvykle méně rozumí s vlastními dětmi a naopak si více rozumí se svými vnoučaty. Viewegh (1972) tvrdí, že ztráta životního partnera vede k silné psychické zátěži. (VIEWEG 1972: 44)

### **6.3 Smysluplnost jako předpoklad kvality života seniora**

Nahlížení na pojem „kvalita života“ není opravdu jednoduché. Lze se na něj dívat z mnoha úhlů pohledu, a to například z psychologického, sociálního, filosofického, spirituálního apod.

Kvalita života je hlavně o potřebách a individuálních žebříčcích hodnot každého člověka (a teorie potřeb je úzce propojena s teorií motivace – Maslow), jak se již zmiňuji ve výše uvedené kapitole, kde se tématem hodnot a teorií motivace zabývám. Z toho důvodu je termín kvalita života velice obtížně definovatelný. U starších lidí to je hlavně otázka naplnění života (srov. ŠVANCARA 2004: 108). Naplnění života totiž vyjadřuje „celou subjektivní skutečnost, zejména sebereflexi, sebehodnocení, prožitky kladné i záporné, i usilování o naplnění života.“ (ŠVANCARA 2004: 108).

### III. PRAKTICKÁ ČÁST

#### 7 CÍL VÝZKUMU

Cílem mého výzkumu bylo zjistit, jaké **rozdíly ve vnímání smyslu života mají vybraní senioři a adolescenti, kde nacházejí smysl života, jak celkově přistupují k životu a co jim napomáhá smysl života najít**. Dílčím cílem je zjistit subjektivní pohled na životní hodnoty obou těchto věkových skupin.

##### 7.1 Kvalitativní výzkum

Pro svoji bakalářskou práci jsem zvolila formu kvalitativního výzkumu. Domnívám se, že tato forma výzkumu je nejvhodnější z toho důvodu, že rozhovor je pro seniory, ale i adolescenty příjemnější a přístupnější než vyplňování dotazníku. V kvalitativním výzkumu je cílem do hloubky prozkoumat určitý široce definovaný jev a přinést o něm maximální množství informací. Výzkumník se snaží nalézt odpovědi na otázky, jak jednotlivci nahlízejí, chápou a interpretují svět. Provádí se na malé skupině respondentů. V mém pojetí se jednalo o pět adolescentů a čtyři seniory. Zde je cílem hlubší vhled do čistě osobních názorů a zkušeností lidí tak, jak je sami prožívají a chápou. Předností v tomto případě je, že dotazována je v daný okamžik pouze jedna osoba, a že tak nedochází k jejímu vystavení sociálnímu tlaku okolí nebo skupiny. Mohou být proto zkoumána například i citlivá témata. Podstatou kvalitativního výzkumu je do široka rozprostřený sběr dat bez toho, že by na počátku byly stanoveny základní proměnné. Jde o to do hloubky a kontextuálně zakotveně prozkoumat určitý široce definovaný jev a



přinést o něm maximální množství informací. (srov. ŠVARÍČEK, ŠEDOVÁ 2007: 24)

## **7.2 Metoda sběru dat**

Nejčastěji používanou metodou sběru dat v interpretativní fenomenologické analýze (dále jen IPA) je polostrukturovaný rozhovor. Ten představuje dostatečně flexibilní metodu, která dává respondentovi možnost volně mluvit o tématu, reflektovat svůj postoj k němu a rozvíjet o něm své myšlenky. Současně výzkumník může v reálném čase sledovat, co se v rozhovoru vynořuje, co je významné pro respondenta a zároveň může rozhovor usměřňovat tak, aby se neodchýlil od tématu (SMITH 2004: 15).

Obecně se předpokládá, že rozhovor bude směřovat od toho, co na tématu považuje výzkumník za významné, k tomu, co se vynořuje, i když to původně nebylo v plánu rozhovoru, alespoň do té míry, do které je téma relevantní výzkumné otázce (SMITH, FLOWERS A LARKIN 2009: 15).

Výzkumné šetření jsem pojala jako kvalitativní mapování zkušeností. Jako nástroj sběru dat jsem tedy aplikovala metodu polostrukturovaného rozhovoru. V rámci jednotlivých rozhovorů jsem používala pouze otevřené otázky. Seznam otázek je uveden v kapitole 1.5. Dotázaným byl nejdříve sdělen výzkumný cíl šetření a úvodní otázka byla formulována jako otázka „o něčem“: „Jaký je ...?“ apod. Zároveň s rozhovorem probíhalo nestrukturované pozorování zkoumané osoby i prostředí, ve kterém žije. Rozhovor byl se souhlasem dotazovaných nahráván na diktafon a následně pořízena jeho doslovná transkripce.

## **7.3 Popis použitých metod**

Použila jsem metodu IPA, neboť vede k porozumění zkušenosti člověka se zaujetím pro to, jaký význam přisuzuje své zkušenosti určitý člověk v určitých podmínkách či situaci a jaká je podoba tohoto procesu nabývání významu. IPA je považována za přístup, který poskytuje více prostoru pro kreativitu a svobodu výzkumného procesu (SMITH, FLOWERS A LARKIN 2009 :9), proto jsem zvolila k mému výzkumu tuto metodu, neboť se mi pro moji výzkumnou otázku jevila jako nejvhodnější.

Výzkumným fokusem interpretativní fenomenologické analýzy, je porozumění žité zkušenosti člověka. Pomáhá nám detailně prozkoumat, jak člověk utváří význam své zkušenosti, což nám umožňuje porozumět jednotlivé události nebo procesu – fenoménu. (SMITH, FLOWERS A LARKIN 2009: 9).

IPA je považována za přístup, který poskytuje více prostoru pro kreativitu a svobodu výzkumného procesu než jiné kvalitativní přístupy (WILLIG 2001). Jeví se jako vhodná perspektiva, z níž můžeme pohlížet na kvalitativní data, jestliže chceme popsat, interpretovat způsob, jakým nositel zkušenosti, která nás zajímá, přisuzuje této zkušenosti význam. Osvědčuje se tak v případech, kdy je předmětem výzkumu neobvyklá skupina či situace.

#### **7.4 Cílové skupiny**

Cílové skupiny, na něž jsem se v rámci svého výzkumu zaměřila, zahrnovaly dva okruhy respondentů, jimiž byli na prvním místě adolescenti mezi třináctým až patnáctým rokem a druhou skupinu tvořili senioři ve věku šedesát a více let.

Jedněmi z mých respondentů byli adolescenti. Z mezinárodního srovnání vyplývá, že čeští adolescenti vyjadřují menší míru spokojenosti se životem než většina ostatních mladých lidí z ostatních zemí, neodlišují se od nich v míře negativních pocitů a nejvýše ze všech skórují v dimenzi „pozitivní postoj k životu“. Jinými slovy řečeno nejsou příliš spokojeni s vlastním životem, k sobě samým mají mírně pozitivní vztah a realitu života berou takovou, jaká je. (srov. MACEK 1999: 170)

Dalšími mými respondenty byli senioři, neboť seniorů přibývá a lidé stále větší část svého života budou prožívat ve stáří. Zajímalo mě proto, zda senioři přemýšlejí nad smyslem svého života a v čem ho nachází, nebo se potýkají se ztrátou smyslu a jak tyto situace řeší. V rozhovoru s nimi jsem se pokusila zjistit, jak hodnotí svůj dosavadní život, jak nahlížejí na smysl života, zda-li věří v Boha a jaké hodnoty v životě mají. Snažila jsme se odkrýt, jaká je kvalita jejich života, co jim přináší uspokojení, zda o sebe pečují, jestli je zajímá kultura nebo zda mají zájem o okolní dění.

Dle Křivohlavého (2006:185) jsou otázky po životním smyslu velmi důležité v průběhu celého lidského života. Ujasnění si toho, kdo vlastně jsem, a tím i smysluplnosti vlastního života se projevuje mimo jiné i ve zlepšení psychického zdraví a má významný vliv také na kvalitu fyzického života. (KŘIVOHLAVÝ 2006: 185)

### **7.5 Definování výzkumných otázek**

- Zabývají se senioři/adolescenti smyslem života?
- V čem vidí svůj smysl života?
- Co jim pomáhá najít smysl života?
- Jaké hodnoty považují za nejdůležitější?
- Věří/nevěří v Boha?
- Vnímají smysl života ještě v něčem jiném?
- Co dělají proto, aby se cítili spokojeně?

## **IV. VÝZKUM**

### **8.1 Reflexe vlastní zkušenosti**

Po smyslu se ptám a přemýšlím nad ním. Ale smysl má každý jiný a každý ho hledá jinde. Já například vidím smysl života v rodině, v dětech v manželství, ale i v našem celkovém žití. Když se zamyslím hlouběji, tak smysl života je z mého pohledu život sám a dovolení mu, aby námi proudil, aby nám každý den tvořil nový smysl života, vědomě naplněný život. Smysl života je totiž ta naplněnost životem uvnitř nás. Ale kdo ví, třeba se člověk na konci života zeptá, jaký měl ten jeho život smysl. Proto se touto otázkou zabývám, zda opravdu senioři i v pozdějším věku pořád hledají, nebo zda již mají nalezen svůj smysl života. A protože pracuji na základní škole a s adolescenty se setkávám a vnímám, že každá nová generace si jde svou vlastní cestou, přirozeně mě

napadla otázka, jak vnímají svůj smysl života adolescenti oproti seniorům. Téma prožívání smysluplnosti života u seniorů a adolescentů mě nakonec zaujalo natolik, že jsem se rozhodla jej zpracovat do podoby bakalářské práce.

Ačkoli jsem se snažila přistupovat ke všem respondentům neutrálně, jsem si vědoma, že jako člověk jsem ovlivňována vlastními postoji, zkušenostmi a emocemi. Svě mohl sehrát i ten fakt, že sama jsem matkou dětí, které jsou v období mladé dospělosti, a proto mě některá témata mohla oslovovat více do hloubky a v jejich stínu jsem mohla přehlédnout významy jiné, rovněž důležité. Uvědomuji si, že již volba tématu byla tímto faktem ovlivněna. Na druhou stranu jsem si uvědomovala, že témata, která se objevila, mi byla blízká, známá, a tak jsem se v dialogu lépe orientovala a mohla jsem se doptávat na hlubší souvislosti a významy.

## **8.2 Charakteristika cílových skupin**

S ohledem na mou práci, kde jsem s dětmi v každodenním kontaktu, věřím, že jsem zůstala nestranná a otevřená, a to i při rozhovorech se seniory. Dvě věkově rozdílné skupiny mých respondentů jsem si vybrala úmyslně, s ohledem na to, že mí rodiče a rodiče mého manžela, ale nejen ti, jsou v mé blízkosti nejvíce, a proto jsem se zaměřila na tuto věkovou skupinu šedesát a více let. Adolescenty ve věku třináct až patnáct let jsem si vybrala s ohledem na to, že jsem s nimi v kontaktu, jak v mém zaměstnání, tak i v soukromí, neboť mám děti v tomto věku. Zabývat se tím, jak prožívají dnešní mladí lidé smysl svého života, a hledat faktory, které toto jejich prožívání ovlivňují, osobně považuji za velmi důležité, protože lepší porozumění vnitřnímu životu, vnitřním motivacím a potížím dnešních adolescentů může vést k lepší komunikaci s nimi a rovněž může přispět k rozšíření pohledu na řešení různých problémů v chování adolescentů.

## **8.3 Hledání vzájemných souvislostí analýzy u adolescentů**

Z mé výzkumné analýzy vyplynulo, že čtyři adolescenti z pěti jsou **věřící**. Smysl života, jak se ukázalo v tématech, které při rozboru výzkumných rozhovorů vyvstaly, mladí lidé

hledají nejvíce v **osamostatnění** se, ale také v **lásce, pomoci bližnímu**, ale i ve snech o budoucnosti, které zmínila Vanessa: „*No já spíš si tak **sním**, chci jednou se **osamostatnit a mít svoji vlastní rodinu**.*“ Více se zamýšlí i nad způsobem žití, tedy nad tím, co je pro její život podstatné. Jednou z nejdůležitějších věcí v životě adolescenta, která vede k nalezení životního smyslu, je **láska** (např. Tomáš: „*láska k někomu*“). Naprostá většina se také shodla v životním cíli, kde adolescenti jednoznačně odpověděli, že jejich životním cílem je **vzdělání, rodina**, ale i **práce** a s tím související **bydlení**. V kategorii, kterou jsem nazvala **hodnoty**, vybraní respondenti považují za nejdůležitější **rodinu a zdraví**, ale také **peníze**. To, co jim pomáhá k tomu, aby se cítili spokojeni, jak z odpovědí vyplývá, je **zábava a volný čas**, ale také **přátelství**, jak uvádí Vanessa: „*Ráda chodím ven s kamarádkou a povídám si s ní.*“

#### 8.4 Hledání vzájemných souvislostí analýzy u seniorů

Seniori, kteří byli osloveni, odpověděli na otázku týkající se **víry** z poloviny kladně, tedy, že věří v Boha a zbylí dva neuměli, nebo nechtěli na tuto otázku odpovědět. Z odpovědí seniorů, kteří v rozhovorech uvedli, že se zabývají smyslem života, vyplynulo, že jednou z důležitých věcí pro ně jsou dobré **vztahy s rodinou**, ale i s **přáteli**. Např. jak uvedla paní Marie: „*No, já to vidím jako v **rodině**, nebo v **té rodině** a abych života prožila tak, abych ke stáří mohla říct, že jsem ho prožila dobře ten život. Snažím se žít tak, abych si mohla říct, že jsem **prožila život dobře a úspěšně**, nejenom úspěšně, to bych nechtěla zvýrazňovat, ale v tom svém chování, žití, že jsem ho dobře prožila.* Z odpovědí respondentů vyplynulo, že **smysl života** vidí v **rodině, v dětech, ve vnoučatech**, ve spokojených rodinných **vztazích**. Vybraní seniori se vyjádřili, že jim ke hledání smyslu života pomáhá sám **život**. Například pan Jan uvedl, že „*smysl života, ten **život** je nějak daný a ten smysl sám osobě je už taky daný*“. Pro seniory jsou jednoznačně jednou z nejdůležitějších a zároveň hlavní kategorií **hodnoty**, jimiž jsou na prvních místech **zdraví a rodina**. V tomto věku přicházejí různé zdravotní komplikace, ale lidé v seniorském věku na svůj zdravotní stav myslí a snaží se předcházet komplikacím a přizpůsobují tomu své aktivity. Vybraní respondenti se snaží být aktivní a nechtějí ustrnout na jednom místě a díky svým zálibám a koníčkům naplňují hodnotně svůj život a tím u nich dochází i k

vnitřnímu naplnění smyslem. Zajímavé bylo zjištění, že na otázky směřované ke zjištění **pocitu spokojenosti s vlastním životem** senioři odpověděli různě. Jeden z respondentů uvedl, že pocit spokojenosti mu přináší **přátelé** a popovídání si s nimi. Kromě toho je to často také komunikace s lidmi, kteří jsou na tom podobně jako oni, mají stejný pohled na věci. Díky komunikaci s přáteli se tak seniorům ožívuje stereotypní život v důchodu a nepřipadají si, že jsou jediní, kteří stárnou. Další odpovědi, které v souvislosti s otázkou o spokojenosti s vlastním životem zazněly, byly: „bavit se něčím“ a „mít **koníčky**“. Ukázalo se tak, že ten, kdo měl koníčky před vstupem do důchodu, je ve výhodě. Člověk by měl dělat věci, které umí vrátit radost do života. Jak vyplynulo z provedených rozhovorů, tak je pro seniory velmi důležité mít stále co dělat, neustrnout na místě. Díky tomu pak jedinec cítí, že je jeho život naplněný. Paní Marie například odpověděla: „*Snažím se abych byla **spokojená**. Hlavně **vztahy**, řešit si hlavně vztahy, abych byla spokojená. Protože když máš kolem sebe lidi, kteří jsou spokojeni, tak ty jsi spokojená taky.* A pan Jan uvedl: „*Dělám pro to ten **celý život jak žiješ**, to není jenom tenhle moment, ale to je celý život, je na to navázaný.*“

## 8.5 Prezentace výsledků výzkumné analýzy u adolescentů

### Zabývají se adolescenti smyslem života?

Ukázalo se, že respondenti, kteří sami sebe označili jako „věřící“, přemýšlí nad smyslem života více než jejich nevěřící vrstevníci. Přemýšlí nad životem a jeho smyslem s větší rozvahou a svým způsobem rozumně. Více se zamýšlí i nad způsobem žití, nad tím, co je podstatné. Například Tomáš říkal, že jedna z nejdůležitějších věcí v jeho životě je láska, mít někoho rád.

### V čem vidí svůj smysl života?

Mladí lidé přemýšlí o životě a plánují si svou budoucnost, ve které se chtějí mít dobře. Což je samozřejmé. Na základě zaznamenaných odpovědí mohu říci, že jsou mezi nimi i tací, kteří nad životem přemýšlí rozumně a s určitým nadhledem.

Záleží také na tom, v jakém prostředí vyrůstají. Adolescenti, kteří vyrůstali ve věřící rodině, vidí život více smysluplnější a více o životě přemýšlejí.

## **Co jim pomáhá najít smysl života?**

Vybraní adolescenti se vyjádřili tak, že nejvíce jim pomáhá najít smysl v tom být vyučený, nebo vystudovat střední školu. Tam vidí smysluplnost, že se jim bude v životě dařit. Takže vzdělání je pro adolescenty důležité.

Co pomáhá adolescentům najít smysl života je láska. Jak říkal Tomáš, „*jedna z nejdůležitějších věcí v životě je láska, mít někoho rád.*“

## **Jaké hodnoty považují za nejdůležitější?**

Zdraví, rodina, láska, peníze. V případě Vanessy, která má těžce nemocného otce a v rodině je toto hlavním tématem, je samozřejmé, že uvádí na prvním místě zdraví.

Nepřekvapí, že tato náročná životní situace ovlivňuje i její další uvažování o hodnotách, a proto také ve svých odpovědích odkazuje na rodinu.

Rodinu vnímají jako jednu z nejdůležitějších i ostatní respondenti, kteří vyrůstají v úplné rodině. Věřící adolescenti na první místo hodnotového žebříčku staví rodinu a vnímají ji jako jednu z pro sebe nejdůležitějších hodnot. V neúplné rodině se spíše chtějí osamostatnit a mít peníze, jak tvrdil Vítězslav.

## **Jste věřící/nevěřící?**

Náboženská víra u adolescentů úzce souvisí s vnímáním smysluplnosti v životě. Věřící častěji prožívají svůj život jako smysluplný a vidí život s větším nadhledem. Hodnoty mají také lépe uspořádané a více o životě přemýšlejí. Vnímají také, jak říkal Tomáš, krásu přírody a mají o ni zájem, není jim lhostejná.

## **8.6 Prezentace výsledků výzkumné analýzy u seniorů**

### **Zabývají se senioři smyslem života?**

Vybraní respondenti nad smyslem života přemýšlí. Čas chtějí trávit smysluplně a aktivně, něčím se bavit a život prožít jako třeba paní Jarmila, která se stará o zahrádku a háčkuje, nebo pan Josef, který se schází pravidelně se svými přáteli.

### **V čem vidí svůj smysl života?**

Senioři vnímají svůj smysl života v tom, co prožili a jak život prožili. Takže hledí spíše do minulosti. Hodně přemýšlí nad tím, jak žili a více svůj život zaměřují na to, čeho již dosáhli, ale snaží se i stále dělat věci pro druhé, hlavně pro rodinu, vnoučata. V tom nachází svůj smysl života. Mají radost z toho, když se jejich dětem a rodinám daří. Také jeden z respondentů uvedl, že je pro něj podstatné být celkově spokojený se životem a vyrovnaný.

### **Co jim pomáhá najít smysl života?**

Osloveným seniorům pomáhá najít smysl života rodina a činnosti, které je baví, jak uvedl například pan Josef, který rád hospodaří a chová zvířata. Paní Jarmila zase uvedla, že ji těší dobré rodinné vztahy.

### **Jaké hodnoty považují za nejdůležitější v seniorském věku?**

Pro seniory jsou dvěma nejdůležitějšími hodnotami zdraví a rodina. V tomto věku přicházejí různé zdravotní komplikace, ale proto také senioři na svůj zdravotní stav myslí, snaží se předcházet komplikacím a přizpůsobují tomu své aktivity.

Vybraní respondenti se snaží být aktivní a nechtějí ustrnout na jednom místě. Díky svým zálibám naplňují hodnotně svůj život, a tím nachází i naplnění.

### **Jste věřící/nevěřící?**

Také náboženství má veliký vliv na to, zda-li na svůj seniorský život hledí více se smířením. Víra je udržuje v naději, že i ve stáří jsou krásné chvíle a je pořád pro co žít. Třeba pozorovat život kolem sebe, přírodu, ... Naproti tomu nevěřící senioři vnímají smysl spíše teď a tady. Cítí se, že jsou už „ti staří“ a že na nich nezáleží. Často také uvádějí, že nic už nepotřebují, ani od života už nic neočekávají.

## **8.7 Komparace výsledků výzkumné analýzy**

Při analýze jsem nejprve zaznamenala, že adolescenti, které jsem oslovila, byli ve většině případů věřící (což bylo zcela náhodné) a prokazatelně u nich existoval lepší, smysluplnější náhled na život. Z vynořujících se témat jsem vyzorovala, že skupině



věřících adolescentů šlo častěji o něco jiného, než jen o vlastní osobu, ale např. i o přírodu či pomoc druhým. Jak se zmínil Tomáš: „*Musím si vážit přírody.*“, nebo jak se zmínila Karolína: „*Snažím se pomáhat lidem, abych měla pocit, že tu nejsem jenom pro sebe, že jsem tu i pro jiný.*“ Takže **víra** hraje ve vnímání smyslu života adolescentů významnou roli. Jeden respondent uvedl, že v Boha nevěří a po otázce, zda přemýšlí nad smyslem života odpověděl, že nad tím nepřemýšlí. Z jeho odpovědi bylo znatelné, že žije ze dne na den a do hloubky nad existenciálními otázkami nepřemýšlí. Při analýze odpovědí u seniorů byli dva respondenti věřící a dva nevěřící, i když paní Jarmila neuměla víru plně vysvětlit. Odpověděla, že „něco je“, ale neví (nechce) svoji nevyslovenou víru pojmenovat („*No, jako asi ne, ale na druhou stranu vím, že něco asi je.*“). A druhý respondent, který uvedl, že v Boha nevěří, odpověděl, že do kostela chodí pouze na mši za zemřelé. Takže i tady je patrný vnější znak příslušnosti k víře a zřejmě se jedná o víru v posmrtný život, jen ji respondent neumí (nebo nechce) pojmenovat. Zbylí dva respondenti věří v Boha a opět se i u seniorů potvrdilo totéž, co jsem objevila již u adolescentů, a sice, že věřící umí lépe zformulovat, jaký smysl života mají. Oba oslovení věřící senioři přemýšlí více do sobě samých, o celkovém bytí a přemýšlí o něm více do hloubky. Jako důležité vidí, že to jak se jim daří, není jen otázkou přítomnosti a přítomného okamžiku, ale navazuje na celý jejich dosavadní život (pohled do minulosti). To jak žili, jak se chovali...

Další kategorii, ve které se shodli adolescenti i senioři, jsem nazvala **hodnoty**. U obou oslovených skupin se na prvním místě vždy objevila rodina, u seniorů jsou to především vnoučata, poté zdraví, láska, přátelé a peníze.

Rozdíl, který jsem zaznamenala při **hledání smyslu** u adolescentů, bylo téma **osamostatnění se**, takže mladí lidé hleděli spíše do budoucnosti. Ale zazněla zde i odpověď, že smysl života nacházejí také v lásce, v pomoci druhému, ale i ve víře. U seniorů byla zaznamenána spíše orientace na minulost a reflexe toho, jak prožili svůj život.

Další z mých otázek se týkala **životního cíle**. Zde adolescenti uváděli na prvním místě vzdělání. Vynořující se témata ukázala, že všech pět dotazovaných se shodlo. Z toho je viditelné, že u mladých lidí hraje důležitou roli vzdělání, které jim zajistí lepší budoucnost. Senioři spíše nahlíží celkově na své žití, bilancují svůj dosavadní život a přemýšlí i o svém bytí.

Na otázku, co dělají proto, aby se **cítili spokojeně**, se adolescenti ve většině shodli na

**zábavě** a poté uváděli jejich **volný čas**, a že jim dělá dobře, když mají čas na to, aby se věnovali sami sobě. U seniorů nebylo možné na tuto otázku najít shodný koncept (kategorii), protože každý odpověděl něco jiného. Například se zde objevila odpověď, že pro pocit spokojenosti se musí jednat o vlastní spokojenost, udržování hezkých vztahů, kde paní Marie řekla: „*Hlavně **vztahy**, řešit si hlavně vztahy, abych byla spokojená. Protože když máš kolem sebe lidi, kteří jsou spokojeni, tak ty jsi spokojená taky.*“ Zaznamenala jsem například u pana Jana, že proto, aby se cítil spokojený, je důležitý celý jeho život a jak jej žije: „*Dělám pro to ten **celý život, jak žiješ, to není jenom tenhle moment, ale to je celý život, je na to navázaný.***“ V jednom případě se shodli adolescenti s jedním seniorem, když paní Jarmila uvádí, že se cítí spokojeně při četbě knih, při pohybu, zkrátka v něčem, čím se baví. Tady je zřejmá spojitost s adolescenty, kteří se shodli na zábavě a volném čase pro sebe. Pan Josef nachází pocit spokojenosti ve scházení se s kamarády a v možnosti popovídat si s nimi, zde se shodl s Vítězslavem, který uvedl téma přátelství.

## **V. Diskuze**

V bakalářské práci jsme se zaměřila na výzkumné otázky, jaké **rozdíly ve vnímání smyslu života mají vybraní senioři a adolescenti, kde nacházejí smysl života a s jakými rozdíly přistupují k životu a co jim napomáhá smysl života najít.**

Respondenti, kteří uvedli svůj kladný vztah k víře uměli formulovat svůj smysl života lépe než jejich nevěřící vrstevníci. Spojitosti smyslu a víry si všímá také Viktor E. Frankl, o kterém se zmiňuji v kapitole 1- Otázka smyslu života.

Jak popisuje Frankl (1996: 60), smysl života člověk nachází v naplňování hodnot obsažených v obvyklých životních situacích. Rozlišuje jejich tři druhy, v nichž lze životní smysl nacházet – hodnoty zážitkové, tvůrčí a postojové. Mým výzkumem jsme ověřila, že oslovení senioři i adolescenti nacházejí smysl života právě v těchto třech oblastech. Do zážitkové oblasti patří prožívání lásky k člověku i ostatním věcem, ale také zábava, hodnota volného času, které probouzí v člověku kladné emoce, např. se to týká uměleckých zážitků všeho druhu. V rozhovorech respondenti zmínili jako životní hodnoty na prvním místě rodinu, zdraví, a mezi vztahové hodnoty lásku, ale uvedli také

pomoc bližnímu.

Do tvůrčí oblasti patří projevy tvořivé činnosti – naše vlastní aktivita, která pomáhá ostatním. Dotyčný bere svou činnost vážně, a to i tehdy, když ho nikdo nehodnotí a nevidí. Pro toho, kdo to dělá, je to smysluplné. Zde jsem se setkávala s odpověďmi, které zahrnovaly např. pocit naplnění při činnosti na zahradě, v péči o zvířata, ale například i v tanci.

Dalším mým výzkumným cílem bylo odhalení kategorií, které přispívají k objevení smysluplnosti života. Prager ve své metodě SLM – Sources of Life Meaning – zjišťování zdrojů smysluplnosti - kladl konkrétní otázky a výsledkem výzkumu bylo zjištění celkem 8 hlavních zdrojů: být druhými lidmi respektován, rodinná sounáležitost, patřit do určité společenské skupiny, žít podle zvolených hodnot, sledovat spirituální, kulturní, duchovní či intelektuální cíle, tělesné a duševní zdraví, osobní úspěch a významné společenské místo, mít pocit naplnění života. (srov. KŘIVOHLAVÝ 2006: 63)

V kategorii pocitu spokojenosti s vlastním životem, jsem u seniorů zaznamenala odpovědi: něčím se bavit, tedy koníčky, ale také přátelé a vztahy. U adolescentů to byla především zábava a jejich volný čas. Adolescenti vidí svůj volný čas jako velmi důležitý a kladou na jeho naplnění velký důraz. Prvořadým úkolem seniora po odchodu do důchodu je zvládnout adaptaci na změnu životního rytmu a dalším je zvládnout stáří samotné. To jim dává prostor soustředit se na sebe, na své vlastní potřeby. Získaný volný čas je jejich a je na nich, jak s ním naloží.

Vybraní senioři i adolescenti se zabývají tělesným i duševním zdravím. Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody. Ve skutečnosti tedy neexistuje zdraví bez duševního zdraví. Je to jeho neoddelitelná část, která je pro celek stejně důležitá jako všechny ostatní. Nehledě na to, že všechny složky zdraví jsou vzájemně propojené a navzájem se také ovlivňují. A dohromady pak utváří stav, jak se cítíme a jak se máme. Jak u adolescentů, tak u seniorů jsem zaznamenala, že se starají jak o zdraví tělesné, tak i duševní. Senioři i ve svém stárnutí objevili svou životní šanci, našli v sobě odpovědnost za vlastní život ve zdraví a snaží se, aby mohli co nejdéle užívat života. V mém výzkumném šetření u vybraných seniorů jsme identifikovala jako hlavní zdroje smysluplnosti života rodinu, děti, vnoučata a činnosti, které respondentům přináší potěšení. U adolescentů jsem dospěla k závěru, že smysl života vnímají v osamostatnění se a s tím spojeném vzdělání, na které adolescenti kladli velký důraz.

## VI. ZÁVĚR

V mé bakalářské práci jsem se zabývala otázkou, zda existují rozdíly ve vnímání smyslu života a víry v adolescenci a v seniorském věku, respektive **jak vnímají smysl života senioři oproti adolescentům.**

V teoretické části práce jsem se zaměřila na obecné vymezení otázky po smyslu života a teoretické zdůvodnění, proč jsem se tuto otázku rozhodla podrobit empirickému zkoumání u dále uvedených cílových skupin. Ve druhé a třetí kapitole teoretické části mé práce jsem se zabývala pojmem „smysl života“ v širším kontextu různých filozofických a psychologických přístupů. Názory na to, co je smyslem lidského života a jak jej hledat a nalézat, se sice velmi různí – od osobních prožitků až po hledání smyslu mimo člověka, v transcendentním rozměru, avšak ve všech těchto různých pohledech rezonuje shodná skutečnost, že otázka smyslu je pro člověka neobyčejně důležitá. Dále se pak zabývám životním obdobím adolescence a vývojovými úkoly specifickými pro toto období. Adolescence se z tohoto pohledu jeví jako nelehký úsek života, který klade na mladého člověka velké nároky: musí se zorientovat v sociálním prostředí a najít si v něm své nové role, nalézt a vymezit svou osobní identitu, ujasnit si své morální postoje, získat pro sebe uspokojivý světový názor a smysl života. V páté kapitole se zabývám problematikou hledání smyslu v průběhu dětství a adolescence a otázkou po smyslu v životě dnešní mládeže. V poslední kapitole teoretické části se věnuji otázce hledání smysluplnosti v životě seniorů, ve které na začátku vymezuji základní pojmy, dále se zabývám adaptací na stáří a smysluplnosti, jako základnímu předpokladu kvalitního a spokojeného života. Všechny změny ve stáří mají velký vliv na kvalitu života lidí.

V praktické části nejprve definuji cíle výzkumu a popisuji zvolenou výzkumnou metodologii, včetně metody sběru a analýzy zjištěných dat, a obě cílové skupiny. Pro zjištění odpovědí na základní výzkumnou otázku jsem zvolila kvalitativní výzkum, neboť jsem se chtěla hlouběji ponořit do tématu smyslu života. Mými respondenty bylo pět adolescentů ve věku třináct až patnáct let. Senioři byli čtyři ve věku šedesát a více let.

Cílem mého výzkumu bylo zjistit, v čem nacházejí vybraní senioři a adolescenti smysl života a **jak vnímají smysl života senioři oproti adolescentům.**

S pomocí interpretativní fenomenologické analýzy (IPA) bylo zjištěno, že oslovení senioři vnímají smysl svého života hlavně v rodině a v udržování dobrých vztahů s dětmi a vnoučaty.

Tento smysl života je pro ně zdrojem radosti a uspokojení. Dále z výzkumu vyplynulo, že věřící senioři více přemýšlí o otázce po smyslu života a na svůj život hledí z celkového pohledu bytí, reflektují, jak dosavadní život prožili, a to jak z postoje k sobě samým, tak i k druhým lidem. Tím se lišili od adolescentů, kteří svůj smysl vidí ve vzdělání jako cestě k lepšímu žití v budoucnu. Čtyři z pěti oslovených adolescentů byli věřící a vnímali smysl života ve víře. Ve výzkumu jsem tímto zjistila, že věřící mladí lidé prožívají svůj život jako smysluplný ve větší míře než jejich nevěřící vrstevníci. Zmiňují se také často o osamostatnění se. Důležitá je pro ně také motivace a smysluplné cíle. Již samotná cesta k těmto cílům je činí šťastnými. Z mého pohledu je velmi důležité, aby člověk věděl, že někam patří, má své místo a zázemí, ale také vědomí vlastní důstojnosti. Z výzkumu vyplynulo, že je důležité, aby lidé našli svou hodnotu skrze vztahy, jako je vztah k Bohu, ale i k sobě samému. Pokud člověk ztrácí naději, víru, smysl své existence a cítí se nemilován, pak je jeho potřeba vědomí oslabena. Myslím, že nejdůležitější je pro něco žít, v něco, nebo v někoho věřit. Jedině tak člověk dokáže žít alespoň trochu spokojeně, i když je třeba na světě sám, nemá své blízké, příbuzné, nebo má v blízkosti těžce nemocného.

Objevování smyslu života je celoživotní cesta a jednotlivé kroky a etapy nebudou pro každého stejné. Bohužel jednotná odpověď na to, co je smyslem života, neexistuje. Žádní dva lidé nejsou stejní, a tak existuje nekonečný seznam odpovědí na otázku po smyslu života.

Pro některé lidi může být smyslem života učinit svět lepším místem. Jiní mohou věřit, že smyslem života je najít a dosáhnout osobního naplnění. A někteří mohou mít pocit, že smyslem života je jednoduše si ho co nejvíce užít.

Pro některé lidi jsou vztahy s rodinou a přáteli tím, co je smyslem života. Jiní mohou nacházet smysl života ve své práci, koníčcích nebo tvůrčích vášních. A dalším pomáhá najít smysl života jejich spiritualita nebo náboženské přesvědčení.

Nejdůležitější je to, čemu člověk věří. Každý má jiné hodnoty a přesvědčení, která dávají jeho životu smysl. Neexistuje žádná špatná odpověď. To, co někomu dává smysl, cíl a naplnění, nemusí jinému pomáhat. A je to tak v pořádku.

## VII. Seznam literatury:

- BALCAR IN ŘÍČAN, KREJČÍŘOVÁ A KOL. *Dětská klinická psychologie*. Čtvrté vydání. Grada Publishing, 2006, s. 152.. ISBN 80-247-1049-8.
- CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Psychologie hodnot*. Votobia 2004, s. 143. ISBN 80-7220-195-6.
- FRANKL, Emanuel Viktor. *O smyslu života*. První vydání. Praha 2022, s. 11. ISBN 978-80-3357-4.
- FRANKL, Viktor E. *Lékařská péče o duši: Základy logoterapie a existenciální analýzy*. První vydání. Brno: Cesta, 1996, s. 60. ISBN 80-85319-50-0.
- FROMM, Erich. *Umění být*. První vydání. Praha 1994, s. 10. ISBN 80-206-0225-9.
- JUNG, Karl Gustav. *Člověk a duše*. První vydání. Praha: Akademie věd České republiky 1995, s. 229. ISBN 80-200-0543-9.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Mít pro co žít*. Druhé vydání. Praha: Karmelitánské nakladatelství 2010, s. 99. ISBN 978-80-7195-404-0.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Problematika smysluplnosti života v psychologii*. Česká republika, 2007. Dostupné z: <https://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii>
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence*. První vydání. Praha: Publishing 2006, s. 96. ISBN 80-247-1370-5.
- MACEK, Petr. *Adolescence*. První vydání. Praha: Portál, 1999, s. 11. ISBN 80-7178-348-X.
- PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. První vydání. Praha: Avicenum 1990, s. 135. ISBN 80-201-0076-8.

PETRÁČKOVÁ, Věra a kol. *Akademický slovník cizích slov: [A-Ž]*. První vydání. Praha: Academia, 1997, s.834. ISBN 80-200-0607-9.

PLHÁKOVÁ, Alena. *Dějiny psychologie*. První vydání. Praha: Grada 2006, s. 328. ISBN 80-247-0871-X.

PLHÁKOVÁ, Alena. *Dějiny psychologie*. První vydání. Grada Publishing 2006, s. 210-211. ISBN 978-80-247-0871-3.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. První vydání. Praha, 1990, s. 180. ISBN 80-7038-078-0.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. První vydání. Praha: Portál 2007, s.328. ISBN 978-80-7367-312-3.

SCHOPENHAUER, Artur. *Životní moudrost*. První vydání. Prana: NN (III) 1992. ISBN 80-900962-5-5.

ŠVARŤÍČEK, Roman, ŠEDOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. První vydání. Praha: Portál, 1997, s. 25. ISBN 978-80-7367-313-0.

TAVEL, Pavel. *Smysl života*. Praha: Triton 2007, s. 176. ISBN 80-7254-915-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychologie osobnosti*. Praha: Karolinum 2010. ISBN 978-80-246-1832-6.

VĚŘÍM, *Malý katolický katechismus*. Praha: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 8. ISBN 80-7192-509-8.

## **VIII. SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha I.      Rozhovory adolescentů

Příloha II.     Rozhovory seniorů

Příloha III.    Tabulka adolescenti

Příloha IV.    Tabulka senioři



## Příloha I.

### Rozhovory adolescentů

Jana 15 let

Chodí na Střední zemědělskou školu do prvního ročníku. Žije v úplné rodině se dvěma bratry. Je věřící.

**Zabýváš se smyslem života?** *Ano, po stránce duchovní, když vím, že je duchovní smysl, tak bych asi ani nevěděla, co je smysl života, tak bych ani netušila proč jsem tu.*

**Jaké máš hodnoty, co je nejdůležitější v životě?** *No rodina, peníze, protože je to v životě tak postavené, bez peněz by se nežilo dobře. Lidi to tak nastavili, proto peníze. Peníze ale ne úplně, jenom abych se uživila. Jinak život sám o sobě není o penězích. Zdraví a potom štěstí.*

**Je něco, čeho chceš v životě dosáhnout?** *Aby se mi dobře žilo. Chci dosáhnout abych měla nějaké vzdělání a aby mě to bavilo. Najít si potom takovou práci, aby mě bavila. A do budoucna se vdát a mít rodinu.*

**Co děláš proto abys byla spokojená, nebo se cítila spokojená?** *Mít čas pro sebe, volný čas.*

Tomáš 13 let

Chodí na základní školu do osmého ročníku. Žije v úplné rodině a s mladším bratrem a starší sestrou. Je věřící.

**Zabýváš se smyslem života?** *No jako jo, přemýšlím.*

**Co si myslíš co je smyslem života?** *Věřit, věřit v boha.*

**V čem vidíš smysl tvého života?** *Musím si tu něco prožít. Jinak nevím.*

**Vnímáš smysl i v něčem jiném?** *Jo třeba v přírodě. Musím si vážit přírody. Třeba nevím, proč lidi vyhodí něco jen tak do přírody, proč. Vždyť to tam zůstane.*

**Pomáhá ti něco, abys našel svůj smysl života?** *Noo, třeba láska k někomu. A taky pomáhat. Rád pomáhám tatkově a těším se, když spolu něco děláme. Třeba dřevo, nebo když spolu jezdíme traktorem.*

**Jaké hodnoty máš?** *Zdraví a mít rodinu a ta láska.*

**Jaký máš v životě cíl, čeho chceš dosáhnout?** *Určitě se chci dostat na střední no a potom asi na tu vejšku. Myslím, že je důležitý mít vzdělání.*

*Co děláš pro to aby jsi se cítil spokojeně? No nějakou zábavu a jako to svý, nevím jak to říct.*

Vanessa 14 let

Chodí na základní školu do deváté třídy. Žije s matkou, babičkou a s mladší sestrou.

Otce mají těžce nemocného v nemocnici. Je věřící.

**Zabýváš se smyslem života?** *Ano, protože mám hodně nemocného tatku a strašně mi chybí, a modlím se za něho, aby se uzdravil, ale vím, že se už domů nevrátí. Je mi líto mladší sestry, nechápe to. A myslím, že i mamka neví, jak se s tím má srovnat. Taký kvůli tomu hodně brečím.*

**Co si myslíš, že je smyslem života?** *Asi, .... Nevím, zdraví a pak přátelé.*

**Vnímáš smysl i v něčem jiném?** *Dostat se na střední školu. Ted' mě budou čekat přijímačky. Chci na střední, protože doma mi říkají, že z učňáku se nebudu mít tak dobře.*

**Pomáhá ti něco, abys našla svůj smysl života?** *No já spíš si tak sním, že chci jednou se osamostatnit a mít svoji vlastní rodinu, kterou si budu žít Já.*

**Jaké máš hodnoty?** *Být zdravá.*

**Jaký máš v životě cíl, čeho chceš dosáhnout?** *Mít svoji rodinu, manžela.*

**Co děláš proto, abys ses cítila spokojeně?** *Ráda chodím ven s kamarádkou a povídám si s ní, nebo si píšeme přes telefon.*

Vítězslav 15 let

Chodí na základní školu do devátého ročníku. Žije s matkou, otčímem. Má starší sourozence, ale už jsou dospělí a nežijí s nimi. Je nevěřící.

**Zabýváš se smyslem života?** *Ne vůbec.*

**Co si myslíš, že je smyslem života, nebo co je v životě důležité?** *Mít kde bydlet, vyučit se.*

**Pomáhá ti něco, abys našel svůj smysl života?** *Chci jít na učňák, asi na zedníka.*

**Jaké máš hodnoty?** *Až budu dospělí, tak mít práci a vydělávat peníze a osamostatnit se. A chci si dělat co chci, jezdit na kole a ne pořád, že mi máma volá kde jsem. Ona mi nevěří, myslí, že jí lžu.*

**Co děláš pro to, abys ses cítil spokojeně?** *Hraju hry na počítači a mám potkana, tak s ním trávím čas, když jsem doma. Je ochočený.*

Karolína 14 let

Chodí na základní školu do deváté třídy. Žije v úplné rodině a má tři sourozence. Je věřící.

**Věříš v Boha?** *Jo, jako jo, věřím*

**Zabýváš se smyslem života?** *(chvilku přemýšlí) zabývám*

**V čem vidíš svůj smysl života?** *Jako rodina mi hodně pomáhá, moje koníčky, kamarádi a tak.*

**Vnímáš smysl života i v něčem jiném?** *No jako, hudba určitě, tanec, jako koníčky.*

**Jaké hodnoty považuješ za důležité?** *No tak podle mě vystudovat nějak dobře a prostě užít se. A založit rodinu, která tady bude pro mě pořád.*

**Co děláš proto, aby jsi se cítila spokojeně?** *Dělám to co mě baví a snažím se pomáhat lidem, abych měla pocit, že tu nejsem jenom pro sebe, že jsem tu i pro jiný.*

Příloha II.

Rozhovory seniorů

Josef 70 let. Je v důchodu. Je vyučený strojním zámečníkem a celý život pracoval jako automechanik. Žije v rodinném domku se svojí ženou. Má dvě dospělé děti.

**Věříte v Boha?** *Ne, ale otec chodil do kostela a já občas zajdu na mši do kostela, když se koná za umřelé.*

**Zabýváte se smyslem života?** *Ne ani ne. Prostě jak život plyne, tak žiju.*

**V čem vidíte svůj smysl života?** *Tak celý život jsem chodil do práce, abych živil rodinu. A aby děti byly slušně vychované. Mám rád, když mají děti se dobře a na vnoučata hodně myslím, aby se jim dobře žilo v téhle době. To co se děje, je hrozný.*

**Vnímáte smysl života i v něčem jiném?** *Já už nic nepotřebuju, jsem starý. To spíš děti. Snažil jsem se jim hodně pomoci, hlavně v bydlení, aby měli svůj domov.*

**Co Vám pomáhá najít Váš smysl života?** *Baví mě hospodaření, rád pěstuju brambory a mám dvě prasátka, rád se o ně starám. Králíky a slepice. Tím se teď bavím.*

**Jaké hodnoty považujete za nejdůležitější?** *Teď už jen hlavně to zdraví. Nic víc nepotřebuju.*

**Co děláte proto, aby jste se cítil spokojeně?** *Mám rád dobré jídlo. A rád jezdím za kamarády, si popovídat. Scházíme se každou neděli a probíráme všechno možný (smích).*

Jarmila 65 let.

Je v důchodu. Je vyučená přadlena. Celý život pracovala jako dělnice. Žije s manželem v rodinném domě a má dvě dospělé děti.

**Věříte v Boha?** No, jako *asi ne*, ale na druhou stranu *vím, že něco asi je*.

**Zabýváte se smyslem života?** (přemýšlí) *Asi ani ne, nevím, ale zase když člověku zemřou rodiče, tak jsem si říkala, že už nemám nikoho, kdo je nade mnou a život najednou je a není, je pomíjiví, byl to zvláštní pocit. A tehdy jsem si říkala, proč člověk tu je.*

**V čem vidíte svůj smysl života?** Mám ráda, když se scházíme jako *rodina*. Vždy nás chodí navštěvovat každou sobotu děti s rodinou. Já upeču nějaké buchty. Těším se na to. Když se někdy stane, že nemůžou přijít, přijde mi to takové divné. Ten den je prázdný. Už je to taková naše *tradice*. Dodržujeme veškeré narozeniny, Vánoce, Velikonoce to je vždycky pozvu na oběd. A mám radost, když se bavíme a *všichni společně vycházíme*.

**Vnímáte smysl života i v něčem jiném?** Ráda se *bavím háčkováním, pletením*, ale spíš přes zimu. V létě zase jsem raději venku *na zahrádce*. Pěstuju si sama rajčata, papriky, cibuli, česnek a dostala jsem od dětí fóliovník, tak zkouším pěstovat i tam. No a pak seču zahradu, tím se taky zabývám.

**Jaké hodnoty považujete za důležité?** Tak určitě *zdraví, klid v rodině*.

**Co děláte proto, aby jste se cítila spokojeně?** Pořád něco dělám, tak asi ten *pohyb*, bavit se něčím. Moc ráda *čtu knížky*. Ted' mám na to čas a chodím si je půjčovat do knihovny.

Marie 65 let

Je v důchodu. Má Střední zemědělskou školu. Žije s manželem v rodinném domě a má čtyři děti.

**Věříte v Boha?** *Věřím*

**Zabýváte se smyslem života?** *Určitě*

**V čem vidíte svůj smysl života?** No, já to vidím jako v *rodině*, nebo v té rodině a abych života prožila tak, abych ke stáří mohla říct, že jsem ho prožila dobře ten život. Snažím se žít tak, abych si mohla říct, že jsem *prožila život dobře a úspěšně*, nejenom úspěšně, to bych nechtěla zvýrazňovat, ale v tom svém chování, žití, že jsem ho dobře prožila.

**Vnímáte smysl života i v něčem jiném?** (přemýšlí) No možná v tom *bytí, v celém bytí*, jak máme bytí, naše duše pokračuje dál, takže jak žijeme, tak se nám promítá dál.

**Jaké hodnoty považujete za důležité?** *Láska, pokora, úcta, srdečnost, co ještě bych tam dala, ...to je asi to nejdůležitější co je. Možná ještě i ten úspěch.*

**Co děláte proto, aby jste se cítila spokojeně?** *Všechno (smích), snažím se abych byla spokojená. Hlavně vztahy, řešit si hlavně vztahy, abych byla spokojená. Protože když máš kolem sebe lidi, kteří jsou spokojeni, tak ty jsi spokojená taky.*

Jan 69 let

Je v důchodu. Má Střední zahradnickou školu. Žije s manželkou v rodinném domě a má čtyři dospělé děti.

**Věříte v Boha?** *Věřím*

**Zabýváte se smyslem života?** *Zabývám. To záleží, do jaké situace se dostanete. Když se dostanete do tíživé situace, tak nad tím přemýšlíte víc a když jste spokojený tak nad tím tolik nepřemýšlíte, berete to jako samozřejmost.*

**V čem vidíte svůj smysl života?** *Aby jsi se měla dobře materiálně, ne jako dobře jenom materiálně, ne, ale celkově spokojenost, to není jenom o materiálu, to je o duševnu o vyrovnanosti toho života.*

**Vnímáte smysl života i v něčem jiném?** *V něčem jiném... (přemýšlí). Smysl života, ten život je nějak daný a ten smysl sám osobě je už taky daný.*

**Jaké hodnoty považujete za důležité?** *Aby byl člověk upřímný sám k sobě a tím pádem bude upřímný i k ostatním a nesmí být zákeřný, nesmí závidět.*

**Co děláte proto, aby jste se cítila spokojeně?** *Dělám pro to ten celý život jak žiješ, to není jenom tenhle moment, ale to je celý život, je na to navázaný. Nemůžeš padesát let dělat bordel a pak začneš dělat něco, abys byl spokojený, prostě to je daný, na tom musí člověk pracovat od narození.*

Příloha III.  
Tabulka adolescenti

TÉMATA	KATEGORIE	POPIS
TOMÁŠ		
Přemýšlení o smyslu	Zabývání se smyslem	<i>No jako jo, přemýšlím.</i>
Víra v Boha	Co je smyslem života?	<i>Věřit, věřit v boha.</i>
Prožitek	Vlastní odpověď na otázku po smyslu	<i>Musím si tu něco prožít.</i>
Příroda		<i>Musím si vážit přírody</i>
Láska a pomoc bližnímu	Hledání smyslu	<i>Noo, třeba láska k někomu. A taky pomáhat.</i>
Zdraví, rodina, láska	Hodnoty	<i>Zdraví a mít rodinu a ta láska.</i>
Vzdělání	Životní cíle	<i>Myslím, že je důležitý mít vzdělání.</i>
Zábava	Pocit spokojenosti (s vlastním životem)	<i>No nějakou zábavu a jako to svý, nevím jak to říct.</i>
VANESSA		
Těžká nemoc otce	Motivace	<i>Ano, protože mám hodně nemocného tatku</i>
Zdraví, přátelé	Co je smyslem života?	<i>Asi, .... Nevím, zdraví a pak přátelé.</i>
Vzdělání Mít rodinu, manžela	Životní cíle	<i>Dostat se na střední školu. Mít svoji rodinu, manžela.</i>
Sny, osamostatnit se a mít svoji vlastní rodinu	Hledání smyslu	<i>No já spíš si tak sním, že chci jednou se osamostatnit a mít svoji vlastní rodinu, kterou s</i>

		<p><i>budu žít Já.</i></p> <p><b>Jaké máš hodnoty?</b> <i>No já spíš si tak sním, že chci jednou se osamostatnit a mít svoji vlastní rodinu, kterou si budu žít Já.</i></p>
Zdraví, přátelé, rodina	Hodnoty	<p><i>Být zdravá</i></p> <p><i>Asi, .... Nevím, zdraví a pak přátelé.</i></p> <p><i>Mít svoji rodinu, manžela.</i></p> <p><i>Ráda chodím ven s kamarádkou a povídám si s ní,</i></p>
Přátelství	Pocit spokojenosti	<p><i>Ráda chodím ven s kamarádkou a povídám si s ní,</i></p>
JANA		
Duchovno	Zabývání se smyslem	<p><i>Ano, po stránce duchovní,</i></p>
Rodina, peníze, zdraví, štěstí	Hodnoty	<p><i>No rodina, peníze, ...jenom abych se uživila. Zdraví a potom štěstí.</i></p>
Vzdělání, práce, rodina	Životní cíle	<p><i>Chci dosáhnou abych měla nějaké vzdělání, práci, aby mě bavila. A do budoucna se vdát a mít rodinu.</i></p>
Volný čas	Pocit spokojenosti	<p><i>Mít čas pro sebe, volný</i></p>

		<i>čas.</i>
VÍTĚZSLAV		
Přemýšlení o smyslu	Zabývání se smyslem	<i>Ne vůbec.</i>
Bydlení, vzdělání	Co je smyslem života	<i>Mít kde bydlet, vyučit se.</i>
Práce, peníze, samostatnost	Hodnoty	<i>Až budu dospělí, tak mít práci a vydělávat peníze a osamostatnit se.</i>
Hry	Pocit spokojenosti	<i>Hraju hry na počítači a mám potkana, tak s ním trávím čas</i>
KAROLÍNA		
Přemýšlení o smyslu	Zabývání se smyslem	<i>zabývám</i>
Rodina, koníčky, kamarádi	Vlastní odpověď na otázku po smyslu.	<i>Jako rodina mi hodně pomáhá, moje koníčky, kamarádi</i>
Hudba, tanec, koníčky	Hledání smyslu	<i>No jako, hudba určitě, tanec, jako koníčky .</i>
Vzdělání, rodina	Hodnoty	<i>No tak podle mě vystudovat nějak dobře a prostě uživit se. A založit rodinu, která tady bude pro mě pořád.</i>
Zábava, pomáhat druhým	Pocit spokojenosti	<i>Dělám to co mě baví a snažím se pomáhat lidem, abych měla pocit, že tu nejsem jenom pro sebe, že jsem tu i pro jiný.</i>



Příloha IV.

Tabulka senioři

TÉMATA	KATEGORIE	POPIS
JOSEF		
	Víra v Boha	<i>Ne</i>
Přemýšlení o smyslu	Zabývání se smyslem	<i>Ne ani ne. Prostě jak život plyne, tak žiju.</i>
Práce, <b>rodina</b> , děti, vnoučata	Vlastní odpověď na otázku po smyslu	<i>Tak celý život jsem chodil do <b>práce</b>, abych živil <b>rodinu</b>. A aby <b>děti</b> byly slušně vychovaní. Mám rád, když mají děti se dobře a na <b>vnoučata</b> hodně myslím, aby se jim dobře žilo</i>
Děti, pomoc	Hledání smyslu	<i>To spíš <b>děti</b>. Snažil jsem se jim hodně <b>pomoc</b>, hlavně v bydlení, aby měli svůj domov.</i>
Hospodářství	Vlastní smysl	<i>Baví mě <b>hospodaření</b>, rád pěstuju brambory a mám dvě prasátka, rád se o ně starám. Králíky a slepice. Tím se teď bavím.</i>
<b>Zdraví</b>	<b>Hodnoty</b>	<i>Teď už jen hlavně to <b>zdraví</b>.</i>
Dobré jídlo, <b>kamarádi</b>	Pocit spokojenosti (s vlastním životem)	<i>Mám rád <b>dobré jídlo</b>. A rád jezdím za <b>kamarády</b>, si popovídat.</i>
JARMILA		

	Víra v Boha	<i>No, jako asi ne, ale na druhou stranu vím, že něco asi je. něco asi je.</i>
Přemýšlení o smyslu	Zabývání se smyslem	<i>Asi ani ne, nevím,</i>
Rodina, tradice, společné vycházení	Vlastní odpověď na otázku po smyslu	<i>Mám ráda, když se scházíme jako rodina. Už je to taková naše tradice. A mám radost, když se bavíme a všichni společně vycházíme.</i>
Koníčky, bavit se něčím	Hledání smyslu	<i>Ráda se bavím háčkováním, pletením, ale spíš přes zimu. V létě zase jsem raději venku na zahrádce.</i>
Zdraví, rodina	Hodnoty	<i>Tak určitě zdraví, klid v rodině.</i>
Pohyb, četba knih	Pocit spokojenosti (s vlastním životem)	<i>Pořád něco dělám, tak asi ten pohyb, bavit se něčím. Moc ráda čtu knížky.</i>
MARIE		
	Víra v Boha	<i>Věřím</i>
	Zabývání se smyslem	<i>Určitě</i>
Rodina, prožít život dobře, úspěšně	Vlastní odpověď na otázku po smyslu	<i>No, já to vidím jako v rodině, nebo v té rodině a abych života prožila tak, abych ke stáří mohla říct, že jsem ho prožila dobře ten život. Snažím se žít tak, abych</i>

		<i>si mohla říct, že jsem prožila život dobře a úspěšně,</i>
Bytí naší duše, život	Hledání smyslu	<i>No možná v tom bytí, v celém bytí, jak máme bytí, naše duše pokračuje dál, takže jak žijeme, tak se nám promítává dál.</i>
Láska, pokora, úcta, srdečnost, úspěch	Hodnoty	<i>Láska, pokora, úcta, srdečnost, co ještě bych tam dala, ...to je asi to nejdůležitější co je. Možná ještě i ten úspěch.</i>
Spokojenost, vztahy	Pocit spokojenosti (s vlastním životem)	<i>snažím se abych byla spokojená. Hlavně vztahy, řešit si hlavně vztahy, abych byla spokojená.</i>
JAN		
	Víra v Boha	<i>Věřím</i>
Životní situace	Zabývání se smyslem	<i>Zabývám. To záleží, do jaké situace se dostanete. Když se dostanete do tíživé situace, tak nad tím přemýšlíte víc a když jste spokojený tak nad tím tolik nepřemýšlíte, berete to jako samozřejmost.</i>

Spokojenost, duševno, vyrovnanost	Vlastní odpověď na otázku po smyslu	<i>Aby jsi se měla dobře materiálně, ne jako dobře jenom materiálně, ne, ale celkově <b>spokojenost</b>, to není jenom o materiálu, to je o <b>duševnu o vyrovnanosti toho života.</b></i>
<b>Život</b>	Hledání smyslu	<i>Smysl života, ten <b>život</b> je nějak daný a ten <b>smysl sám osobě</b> je už taky daný.</i>
Upřímnost	Hodnoty	<i>Aby byl člověk <b>upřímný sám k sobě</b> a tím pádem bude upřímný i k ostatním a nesmí být zákeřný, nesmí závidět.</i>
Žití celého života	Pocit spokojenosti (s vlastním životem)	<i>Dělám pro to ten <b>celý život jak žiješ</b>, to není jenom tenhle moment, ale to je celý život, je na to navázaný. ...na tom musí člověk pracovat od narození.</i>

## IX. ABSTRAKT

VELKOVÁ, J. *Rozdíly ve vnímání smyslu života a víry v adolescenci a v seniorském věku*. České Budějovice 2023. Bakalářská práce. Jihočeská universita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce V. Blažek Iňová.

**Klíčová slova:** adolescence, stáří, životní cíle, kvalita života, smysl života, hodnoty, víra.

Bakalářská práce se zabývá problematikou hledání smyslu života ve stáří a v adolescenci. Cílem výzkumu bylo zjistit, zda a jaké existují rozdíly ve vnímání smyslu života a v čem nachází smysl života vybraní senioři a adolescenti. Dílčím cílem bylo zdůraznit důležitost vědomí smysluplnosti našeho jednání v seniorském věku a v období adolescence. V teoretické části je popisován vztah náboženské víry a smyslu života, životní období adolescence, dále stárnutí, stáří a změny spojené s tímto obdobím. Praktická část obsahuje kvalitativní výzkum. Cílem výzkumu je zjistit pohled vybraných seniorů a adolescentů na smysl jejich života. Provedený kvalitativní výzkum se zaměřil také na dílčí otázky, jejichž prostřednictvím zjišťoval, zda a jakým způsobem se osloveným respondentům daří naplňovat jejich život, jaké hodnoty mají, co je jejich smyslem života, jaké jsou jejich hlavní zdroje smysluplnosti a životní cíle.

## **ABSTRACT**

### **Differences in the perception of the meaning of life and beliefs in adolescence and in old age.**

**Key Words:** adolescence, old age, life goals, quality of life, meaning of life, values, faith.

The Bachelor's thesis deals with the issue of finding the meaning of life in old age and in adolescence. The aim of the research was to find out whether and what differences exist in the perception of the meaning of life and what the selected seniors and adolescents find the meaning of life in. The partial goal was to emphasize the importance of awareness of the meaning of our actions in senior age and in adolescence. The theoretical part describes the relationship between religious faith and the meaning of life, the life period of adolescence, then ageing old age and the changes associated with this period. The practical part contains qualitative research. The goal of the research is to find out the view of selected seniors and adolescents on the meaning of their lives. The conducted qualitative research also focused on sub-questions, through which it found out, whether and how the addressed respondents manage to fulfil their lives, what values they have, what is their meaning in life, what are their main sources of the meaning and life goals.

