

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Teologická fakulta  
Katedra etiky, psychologie a charitativní práce

## **Diplomová práce**

# VLIV VOLNÉHO ČASU NA ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST PŘÍSLUŠNÍKŮ VOJENSKÉ POLICIE

Vedoucí práce: RSDr. Ján Mišovič, CSc.

Autor práce: Bc. Peter Forró

Studijní obor: Pedagogika volného času

Ročník: 2.

2019

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Dne 10. března 2019

Peter FORRÓ

### **Poděkování**

Na tomto místě bych rád poděkoval vedoucímu diplomové práce RSDr. Jánů Mišovičovi, CSc. za cenné rady, připomínky, metodické vedení práce a trpělivost.

# Obsah

Úvod.....	6
1. Armáda České republiky (AČR) vs. Vojenská policie (VP).....	9
1.1 Armáda České republiky.....	10
1.1.1 Úkol Armády České republiky.....	11
1.1.2 Podmínky výběru do Armády České republiky.....	12
1.2 Vojenská policie.....	14
1.2.1 Úkoly Vojenské policie.....	14
1.2.2 Podmínky výběru k Vojenské policii.....	15
1.2.2.1 Přezkoušení tělesné zdatnosti.....	16
1.2.2.2 Psychologické vyšetření.....	18
2. Životní spokojenost.....	20
2.1 Oblasti ovlivňující životní spokojenost.....	22
2.2 Faktory životní spokojenosti dle BARRETT, A. J., MURK, P. J.....	23
3. Kvalita života.....	25
3.1 Různorodost terminologie kvality života.....	25
3.2 Význam kvality života.....	27
3.3 Indikátory kvality života.....	28
4. Volný čas.....	31
4.1 Volný čas v chápání Joffre Dumazediera.....	32
4.2 Funkce volného času.....	34
4.3 Volný čas a kvalita života / životní spokojenost.....	36
5. Specifikum pracovní činnosti ve vojenském prostředí.....	40
5.1 Preventivní funkce volného času v kontextu ozbrojených složek.....	41
5.2 Volnočasové aktivity v kontextu prevence rizikového chování.....	42

6.	Výzkumy volného času a životní spokojenosti .....	45
6.1	Jak Češi tráví čas? .....	45
6.2	Životní styl současné české rodiny, „Adult Literacy Survey“ .....	47
6.3	Jak vojáci tráví čas v zahraničním nasazení .....	49
6.4	Vliv životní spokojenosti na kariéru důstojníků .....	50
6.5	Analýza výskytu rizikového chování v prostředí AČR.....	52
7.	Výzkumná část .....	57
7.1	Cíle výzkumu, problémové okruhy .....	57
7.2	Metodika výzkumu .....	58
7.3	Organizace a průběh výzkumu .....	60
7.4	Interpretace výsledků .....	60
7.5	Sociodemografická data respondentů.....	80
7.6	Shrnutí výsledků a vyhodnocení hypotéz .....	86
8.	Diskuze .....	88
	Závěr .....	91
	Seznam použitých zdrojů.....	93
	Seznam zkratk .....	99
	Seznam tabulek, grafů a příloh .....	100
	Příloha č. 1 .....	102
	Abstrakt.....	107
	Abstract.....	108

*„Ti, kteří slouží vlasti ve vojsku, ať se považují za služebníky bezpečnosti a svobody národů. Když tento úkol správně plní, opravdu přispívají k upevnění míru.“<sup>1</sup>*

## Úvod

Volný čas je významnou součástí života každého z nás. Zejména v současné moderní společnosti narůstá potřeba a význam pozitivního trávení volného času. Je důležitým faktorem v obnovování duševních a fyzických sil, které jsou potřebné ke kvalitnímu uspokojování potřeb rodinného života, zájmů, zálib.<sup>2</sup> Tím se stává nedělitelnou součástí uspokojování životních potřeb a ovlivňuje životní spokojenost každého z nás. Každá sociální či profesní skupina přistupuje k trávení volného času jiným způsobem a připisuje mu rozdílnou hodnotu. To samé platí i při hodnocení životní spokojenosti. Příslušníci ozbrojených složek jsou v tomto ohledu specifickou skupinou. V současné době má již převážná část těchto mužů a žen zkušenosti se zahraničním nasazením, které do jisté míry ovlivnilo jejich hodnoty a přístup k životu. Spokojenost s vlastním životem se významně odráží v pracovní výkonnosti a může vést až k negativnímu přístupu k výkonu služby.

Vzhledem k tomu, že považují volný čas za významnou složku, která ovlivňuje životní spokojenost, rozhodl jsem se v rámci své práce zjistit, jaký vliv má volný čas na životní spokojenost příslušníků Vojenské policie (VP) jako specifické součásti ozbrojených složek České republiky (ČR), které jsem příslušníkem. Volný čas hraje velkou roli v životě vojáka. Zejména při plnění služebních povinností v zahraničních operacích je nutné kvalitním naplněním volného času zabezpečit regeneraci duše i těla každého vojáka. To není vždy jednoduché, zejména z časových i bezpečnostních důvodů.

Cílem této práce bylo explorativně obsáhnout problematiku vlivu volného času na životní spokojenost příslušníků VP. Postihnout významy, které jednotliví vybraní aktéři připisují trávení volného času, a zjistit jaké jsou jejich preference způsobů trávení volného času. Parciálním cílem bylo poukázat na vliv životní spokojenosti na pracovní výkonnosti a následně i jejího vlivu na kariéru příslušníků VP. Kromě toho bylo záměrem

---

<sup>1</sup> Gaudium et Spes, s. 53, [on-line], [cit. 2019-02-01], dostupné na: <http://klasterec.farnost.cz/soubory/dokumenty/pastoralni-konstituce.pdf>

<sup>2</sup> Srov. ŘEZÁČ, J. Humanizace života a činnosti vojáků, s. 101

této práce poukázat na preventivní funkci volného času, nutnost zkvalitnění podmínek pro efektivní využití volného času příslušníků VP, a tím zvýšení jejich životní spokojenosti, která ovlivňuje jejich pracovní výkon a kariérní růst.

Ve své práci se chci stručně věnovat tomu, co je životní spokojenost a co jí ovlivňuje. Zjistit, jak odlišný je vliv času na životní spokojenost příslušníků Vojenské policie jako specifické jednotky ve srovnání s příslušníky Armády České republiky (AČR) a civilního obyvatelstva ČR.

Podle mé vlastní zkušenosti má množství a způsob trávení volného času značný vliv na životní spokojenost a následně i na pracovní nasazení. V rámci AČR i VP je věnována značná pozornost prevenci negativních jevů, bohužel zkoumání životní spokojenosti není natolik v centru pozornosti. V minulosti nebyl proveden v rámci těchto složek žádný výzkum, který by se zabíral životní spokojeností jako takovou.

Svou práci jsem koncipoval do dvou základních částí, a to do části teoretické a praktické. V teoretické části jsem se věnoval objasnění pojmů, rozpracoval jsem specifika volného času v AČR. Dále jsem se v teoretické části věnoval stavu životní spokojenosti u civilního obyvatelstva ČR a příslušníků AČR. Informace pro teoretickou část jsem čerpal ze zákonů ČR týkajících se AČR a VP. Dále studiem interních dokumentů Ministerstva obrany (MO) České republiky, které řeší problematiku výběru personálu pro službu v AČR, VP a také dokumenty, které se zabírají výskytem a prevencí rizikového chování v rezortu MO. V rámci zpracování teoretické práce jsem vycházel zejména z následujících prací a výzkumů: DUFFKOVÁ, J. a kolektiv., *Sociologie Životního stylu*, 2008; HAMPLOVÁ, D., *Sociologické studie, Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*, 2004; HOFBAUER, B., *Děti, mládež a volný čas*, 2004; KUBÁTOVÁ, H., *Sociologie životního způsobu*, 2010; PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*, 2002; BARRETT, A. J., MURK, P. J. *Life Satisfaction Index for the Third Age (LSITA): A Measurement of Successful Aging*, 2006; *JAK ČEŠI TRAVÍ ČAS?, výsledky 1. ročníku výzkumu proměny české společnosti 2015*; PROYER, R., ANNEN, H., EGGIMANN, N., SCHNEIDER, A., RUCH, W., *Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers*, 2011;

Základem praktické části byl dotazníkový průzkum na základě vlastního dotazníku jsem vliv volného času na životní spokojenost a preferovaný způsob trávení volného času. Při shromažďování materiálů pro tuto práci jsem oslovil celkem 150 respondentů z řad Vojenské policie, průzkum probíhal v měsíci únoru 2019 a řádně vyplněných se mi vrátilo 100 dotazníků.



# 1. Armáda České republiky (AČR) vs. Vojenská policie (VP)

Na začátku své práce bych chtěl zdůraznit několik zvláštností vojenského systému a rozdílu mezi Armádou České republiky a Vojenskou policií. Tato informace je nutná pro obecné porozumění vzorku, který jsem zkoumal v praktické části. Toto specifické vojenské prostředí je založené na tradici a podporuje pěstování hodnot. Ozbrojené složky jako takové očekávají, že jejich členové budou odvážní, zodpovědní, budou mít respekt k národním hodnotám a tradicím a budou ochotni za obranu své země položit i vlastní život.

Služba profesionálního vojáka je specifickou službou, která se liší od práce příslušníka Policie České republiky, hasiče či záchranáře. Jejím zaměřením je ničení nepřátelských sil, zařízení a zabíjení nepřátel. Rychle postupující technický vývoj a rozvoj společností vyžaduje vysokou technickou vyspělost moderních zbrojních systémů, což klade vysoké nároky na kvalitu a náročnost výcviku. Tempo a rychlost současného způsobu boje klade nárok na vysokou fyzickou i psychickou připravenost profesionálního vojáka, a tím i na vysokou náročnost při výběr kandidátů pro tuto práci. Právě tyto charakteristiky odlišují práci vojáka od jiných povolání.<sup>3</sup>

Armáda jako hlavní nositel vojenských aktivit<sup>4</sup> je zvláštní organizace ozbrojených lidí. Je součástí politické moci a slouží k prosazování politických cílů prostředky ozbrojeného násilí. Vyznačuje se relativní samostatností a organizací. Má své zájmy a pevné struktury. Svým vlivem zasahuje do společenského života. Armáda je charakterizována jako:

1. organizace kde převažují formální vztahy nad osobními;
2. byrokratická organizace s pevně stanovenou hierarchií;
3. společenské prostředí s vlastním systémem;
4. bojová skupina, organizovaná a připravovaná pro vítězství ve válce.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Srov. ČUKAN, K., MATIS, J., ŠKVRNDA, F., *Aktuální problémy vojenské sociologie*, s. 52

<sup>4</sup> Srov. MAŘÍKOVÁ, H. a kolektiv, *Velký sociologický slovník*, s.1174

<sup>5</sup> Srov. MATYSKA, L., *Sociologická encyklopedie, sociologický ústav AV ČR*, [on-line], [cit. 2019-02-12], dostupné na: [https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Arm%C3%A1da\\_\(MSgS\)](https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Arm%C3%A1da_(MSgS))

Jak v AČR, tak i u VP slouží vojáci v služebním poměru. Úkoly postavené před tyto složky jsou ale rozdílné. Z tohoto důvodu se liší i výběr osob pro konkrétní složky. VP jako taková není součástí AČR. Náčelník VP je přímo podřízen Ministru obrany České republiky.

Vojáci z povolání (příslušníci AČR i VP) vykonávají svoji službu na území České republiky i v zahraničí. Služba vojáka se v průběhu jeho služebního poměru dle potřeb České republiky odehrává:

1. v ozbrojených silách České republiky,
2. v ministerstvu,
3. ve vojenských školách,
4. ve Vojenské policii,
5. ve Vojenském zpravodajství<sup>6</sup>

V další části se budu podrobněji věnovat úkolům AČR a VP tak, abych poukázal na rozdíl mezi těmito dvěma složkami.

Z výzkumu, který proběhl mezi vojáky nově nastoupivšími do Ozbrojených sil Slovenské republiky, vyplývá, že nejvýznamnější motivací pro práci v armádě je sociální zabezpečení vojáků. Dále pak k významným motivům patří ekonomická jistota, pravidelný příjem, slušný plat, možnost služby v zahraničí, karierní postup a možnost dalšího vzdělávání. V kontextu motivace je zajímavé, že sociální zabezpečení se považuje za nejvýraznější motiv služby.<sup>7</sup>

## 1.1 Armáda České republiky

AČR je základem ozbrojených sil. Organizačně se člení na vojenské útvary a vojenská zařízení. Příslušníci AČR se připravují k obraně České republiky proti vnějšímu napadení. Hlavní náplní AČR v tomto ohledu je pravidelný výcvik a příprava tak, aby byli její příslušníci neustále připraveni obraně České republiky. Dále pak AČR

---

<sup>6</sup> § 6 zákona č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání, ve znění platném k 01. 12. 1999

<sup>7</sup> Srov. ČUKAN, K., a kolektiv, Mládež a Armáda, Bratislava: MO SR 2007, str. 86

jako součást North Atlantic Treaty Organization (NATO) plní úkoly vyplývající z mezinárodních smluvních závazků v rámci kolektivní obrany vůči napadení.<sup>8</sup>

### 1.1.1 Úkol Armády České republiky

V rámci mezinárodní spolupráce AČR spolupracuje s ozbrojenými silami cizích států. Účastní se jak zahraničních operací na podporu a udržení míru, tak i na záchranných a humanitárních akcích. Účast AČR na těchto aktivitách přispívá k podpoře míru a bezpečnosti. V rámci přípravy na obranu České republiky a naplnění mezinárodních smluv a závazků se příslušníci AČR zúčastňují vojenských cvičení na území České republiky, ale i v zahraničí. V rámci těchto cvičení v současné době příslušníci AČR často spolupracují s ozbrojenými složkami cizích států, a to zejména v rámci přípravy na kolektivní obranu.<sup>9</sup>

Dále plní AČR úkoly vyplývající z § 14 zákona č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky, a to především tím, že jí lze použít:

1. ke střežení objektů důležitých pro obranu státu;
2. k plnění úkolů Policie České republiky (PČR), pokud síly a prostředky PČR nebudou dostatečné k zajištění vnitřního pořádku a bezpečnosti, a to na dobu nezbytně nutnou;
3. k záchranným pracím při pohromách nebo při jiných závažných situacích ohrožujících životy, zdraví, značné majetkové hodnoty nebo životní prostředí nebo k likvidaci následků pohromy;
4. k odstranění jiného hrozícího nebezpečí za použití vojenské techniky;
5. k letecké dopravě ústavních činitelů;
6. k zabezpečení letecké zdravotnické dopravy;
7. k zabezpečení dopravy pro vlastní potřeby;
8. k poskytování leteckých služeb;
9. k zabezpečování dopravy na základě rozhodnutí vlády;
10. k zabezpečení kulturních, vzdělávacích, sportovních a společenských akcí;
11. k plnění humanitárních úkolů civilní obrany.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> § 9 zákona č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky, ve znění platném k 01. 12. 1999

<sup>9</sup> § 10 zákona č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky, ve znění platném k 01. 12. 1999

<sup>10</sup> § 14 zákona č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky, ve znění platném k 01. 12. 1999

## 1.1.2 Podmínky výběru do Armády České republiky

Podmínky k přijetí do AČR stanovuje zákon č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání a dále je upřesňuje Metodika výběru personálu Agentury personalistiky AČR. K služebnímu poměru v AČR může být přijat občan České republiky, který:

1. složil vojenskou přísahu;
2. je starší 18 let;
3. je trestně bezúhonný;
4. není členem politické strany, hnutí, odborové organizace...
5. je zdravotně způsobilý;
6. splňuje kvalifikační předpoklady;<sup>11</sup>

Vyhláška k výběru osob dále upřesňuje podmínky a kritéria výběru uchazečů. Součástí této metodiky je i posouzení fyzické zdatnosti při výběru, které je prováděno přezkoušením splnění vstupních požadavků fyzické zdatnosti uchazečů. Posouzení fyzické zdatnosti zabezpečuje pouze zhodnocení obecných pohybových schopností uchazečů a nelze z jeho výsledků hodnotit specifické fyzické schopnosti a dovednosti jednotlivých vojenských odborností. Uskutečňuje se podle stanovených testů a výkonnostních norem.

Posouzení fyzické zdatnosti provádí tělovýchovný pracovník nebo vyškolený příslušník oddělení pro výběr personálu. Přezkoušení uchazečů u fyzické zdatnosti obsahuje:

1. *testy silových schopností;*
  - leh-sed opakovaně
  - klik-vzpor, pouze muži,
  - skok daleký z místa odrazem snožmo,
2. *test vytrvalostních schopností;*
  - takzvaný zátěžový test W<sub>170</sub> (výkon při srdeční frekvenci 170 tepů/min).

Přezkoušení fyzické zdatnosti je absolvováno jako jeden celek – všechny disciplíny jsou vykonány v jednom dni. Žádný z předepsaných testů nelze vynechat. V případě, že uchazeč některý z testů nesplní, posouzení fyzické zdatnosti je ukončeno a následující testy uchazeč již neabsolvuje.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> § 3 zákona č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání, ve znění platném k 01. 12. 1999

<sup>12</sup> Srov. *Metodika doplňování personálu*, Agentura personalistiky AČR, Praha 2016, str. 7,8

V níže uvedené tabulce č. 1<sup>13</sup> jsou uvedené požadavky na uchazeče o povolání vojáka. První věkovou kategorií se rozumí uchazeči do 30 let včetně a druhou věkovou kategorií osoby starší 30 let.

**Tabulka 1: Podmínky splnění fyzických testů při přijetí do AČR**

Cvik	LEH - SED				KLIK – VZPOR		SKOK DALEKÝ				W170			
	opakování				opakování		metr				W / kg			
Pohlaví	muži		ženy		muži		muži		ženy		muži		ženy	
Věková kategorie	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
Úroveň normy	33	31	28	23	19	16	182	173	144	134	1,80	1,60	1,30	1,10

zdroj: Hodnocení přezkoušení z tělesné přípravy k Metodice doplňování personálu, Agentura personalistiky AČR

Nejčastějším důvodem neúspěchu při výběru je zdravotní způsobilost (viz tabulka č. 2). Z níže uvedených údajů vidíme, že na základě splnění podmínek uspěje pouze 1/3 zájemců o vojenskou službu.

**Tabulka 2: Přehled výsledků vstupních výběru do AČR v letech 2016 - 2019**

Rok	Zařazeno do výběru	Neuspělo ze zdravotních	Neuspělo při fyzických testech	Splnilo podmínky přijetí
2016	6182	3766	303	1785
2017	5814	2248	230	1751
2018	5224	2486	167	1566

zdroj: Agentura personalistiky AČR

<sup>13</sup> Srov. Příloha č. 2 *Hodnocení přezkoušení z tělesné přípravy k Metodice doplňování personálu*, Agentura personalistiky AČR, Praha 2017, str. 1

## 1.2 Vojská policie

VP na rozdíl od AČR se řídí zákonem č. 300/2013 Sb., o Vojské policii. VP je součástí Ministerstva obrany (MO). Dle tohoto zákona VP plní úkoly policejní ochrany MO, ozbrojených sil, vojenských objektů, vojenského materiálu a ostatního majetku státu, s nímž je příslušné hospodařit MO.<sup>14</sup>

### 1.2.1 Úkoly Vojské policie

Příslušníci VP působí jak na území České republiky, tak plní i úkoly policejní ochrany ozbrojených sil na území jiných států. Tak jako AČR i VP spolupracuje s VP cizích států. Účastní se zahraničních operací na podporu a udržení míru. V rámci přípravy na obranu České republiky a naplnění mezinárodních smluv a závazků se zúčastňují příslušníci VP jak cvičení na území České republiky, tak i cvičení v zahraničí.

Na základě § 4 zákona 300/2013 Sb., o Vojské policii plní příslušníci VP tyto úkoly policejní ochrany:

1. odhalují trestné činy a zjišťují jejich pachatele a činí opatření k předcházení trestné činnosti;
2. působí v řízení o trestných činech jako policejní orgán a šetří přestupky;
3. pátrají po hledaných nebo pohřešovaných vojácích a po ztraceném nebo odcizeném vojenském materiálu nebo po dalších věcech v majetku státu, s nímž je příslušné hospodařit MO, zpravidla ve spolupráci s Policií České republiky;
4. podílejí se na ochraně vojenského materiálu a ostatního majetku státu, s nímž je příslušné hospodařit MO;
5. dohlížejí na zabezpečování kázně v chráněných objektech a na dodržování kázně vojáků na veřejnosti;
6. zajišťují ochranu vojenských objektů určených ministrem obrany a dohlíží na zajišťování režimu vstupu a vjezdu do vojenských objektů;

---

<sup>14</sup> § 1, 6 zákona 300/2013 Sb., o Vojské policii, ve znění platném k 01. 10. 2013

7. dohlíží nad bezpečností provozu vozidel ozbrojených sil a nad bezpečností provozu ostatních dopravních prostředků v chráněných objektech;
8. řídí provoz vozidel na pozemních komunikacích při pohybu vozidel ozbrojených sil na pozemních komunikacích;
9. vykonávají dohled nad výcvikem a zdokonalováním odborné způsobilosti řidičů vozidel ozbrojených sil a provádějí zkoušky odborné způsobilosti žadatelů o řidičská oprávnění;
10. schvalují technickou způsobilost vojenských vozidel;
11. zajišťují ochranu a doprovod ministra obrany a jím určených osob;
12. podílejí se na zajišťování ochrany oficiálních delegací České republiky a občanů České republiky v místech nasazení ozbrojených sil České republiky mimo území České republiky;
13. zajišťují ochranu vyčleněných vojenských dopravních letadel pro přepravu ústavních činitelů a ostatních osob využívajících přepravy vojenskými dopravními letadly a vojenských objektů určených pro odbavení a prostor určených ke vzletu a přistání vojenských dopravních letadel;
14. zajišťují na vyžádání bezpečnostním doprovodem ochranu vojenské letecké dopravy a přepravy;
15. vedou evidence a statistiky potřebné k plnění svých úkolů, zejména evidenci vozidel ozbrojených sil a evidenci případů Vojenské policie;
16. plní další úkoly, pokud tak stanoví jiný právní předpis nebo mezinárodní smlouva, která je součástí právního řádu.<sup>15</sup>

## **1.2.2 Podmínky výběru k Vojenské policii**

Úkoly VP vykonávají vojenští policisté. Již z výše uvedených úkolů je zřejmé, že na výběr příslušníků VP jsou kladeny vyšší nároky. Zájemce o službu u VP musí absolvovat výběrové řízení do AČR a následně speciální výběrové řízení k VP. K výběrovému řízení VP se může přihlásit ten, kdo splňuje požadavky pro službu u VP, a to tak že:

1. je trestně bezúhonný;

---

<sup>15</sup> § 4 zákona 300/2013 Sb., o Vojenské policii, ve znění platném k 01. 10. 2013

2. není závislý na alkoholu, omamných a psychotropních látkách či hazardních hrách;
3. má zdravotní klasifikaci A – schopen bez omezení;
4. nepřekročil stanovené věkové hranice pro jednotlivé kategorie;
5. dosáhl vzdělání odpovídající předpokládanému zařazení na systemizované místo;
6. je držitelem řidičského oprávnění minimálně skupiny "B";
7. úspěšně vykoná výběrové řízení.<sup>16</sup>

Podmínky pro přijetí dále upravuje „*Závazný pokyn Náčelníka Vojenské policie č. 13*“. Výběrové řízení k trvá obvykle 3 měsíce. Součástí tohoto výběrového řízení je:

1. posouzení dosažené kvalifikace, kdy nejnižší dosažené vzdělání je úplné střední s maturitou;
2. přezkoušení tělesné zdatnosti;
3. psychologické vyšetření.<sup>17</sup>

Zásadním rozdílem při výběru uchazečů k VP oproti AČR je komplexnější přezkoušení z tělesné zdatnosti. Náročnější je také psychologické vyšetření ve smyslu volby psychodiagnostických metod, jejich množství a také zvýšených požadavků na uchazeče o službu u VP.

### **1.2.2.1 Přezkoušení tělesné zdatnosti**

Přezkoušení tělesné zdatnosti musí být vykonané v jednom dni ze všech disciplín a provádí ho tělovýchovný pracovník VP. Přezkoušení je rozdělené do šesti kontrolních testů u mužů a pěti testů u žen (viz Tabulky č. 3,4). Nadstandartní výkon dosažený v jedné disciplíně není důvodem ke zproštění od jiného testu. Uchazeč musí absolvovat všechny disciplíny a v každé musí získat minimální počet bodů dle Tabulky č. 5.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> Srov. *Základní předpoklady a požadavky pro službu u Vojenské policie* [on-line], [cit. 2019-01-18], dostupné na: <http://www.vp.army.cz/vyberove-rizeni-k-vp>

<sup>17</sup> Srov. ZÁVAZNÝ POKYN č. 13 Náčelníka Vojenské policie, *Obsazování volných systemizovaných míst ve Vojenské policii a v jednotkách aktivní zálohy Vojenské policie*, Praha 2016, s. 3

<sup>18</sup> Tamtéž, s. 2



**Tabulka 3: Tabulka požadavků tělesné zdatnosti pro výběr k VP – muži**

Číslo testu	Disciplína	0 bodů	1 bod	2 body	3 body	5 bodů	5 bodů*	Poznámka/ měřící jednotka
1.	běh na 12 min	2550	2450	2300	2000	1700	1600	na atletické dráze/ metry
2.	plavání 100 m	2:20	2:30	2:45	3:05	3:30	3:50	minuty
3.	čl. běh 10x10 m	29,0	30,0	32,0	34,0	38,0	41,0	sekundy
4.	výdrž ve shybu	50	44	32	20	8	5	nadhmatem/ sekundy
5.	leh – sed	45	42	38	33	26	20	počet za 60 sekund

zdroj: *Základní předpoklady a požadavky pro službu u Vojenské policie* [on-line], [cit. 2019-01-18], dostupné na: <http://www.vp.army.cz/vyberove-rizeni-k-vp>

**Tabulka 4: Tabulka požadavků tělesné zdatnosti pro výběr k VP – ženy**

Číslo testu	Disciplína	0 bodů	1 bod	2 body	3 body	5 bodů	5 bodů*	Poznámka/měřící jednotka
1.	běh na 12 min	3000	2900	2800	2500	2200	2000	na atletické dráze/ metry
2.	plavání 100 m	1:35	1:45	2:00	2:20	2:40	3:10	minuty
3.	čl. běh 10x10 m	24,00	25,00	26,00	28,00	30,00	32,00	sekundy
4.	shyby nadhmatem	14	12	10	8	5	4	počet
5.	leh – sed	52	49	46	41	35	29	počet za 60 sekund
6.	kliky	32	29	25	21	16	13	počet za 30 sekund

zdroj: *Základní předpoklady a požadavky pro službu u Vojenské policie* [on-line], [cit. 2019-01-18], dostupné na: <http://www.vp.army.cz/vyberove-rizeni-k-vp>

**Tabulka 5: Bodové požadavky splnění testů fyzické připravenosti u věkových kategoriích**

Kategorie	max. bodů	
	muži	ženy
do 25 let	10	10
26–30	12	12
31–35	14	14
36–40	18	18
nad 40	22	22

zdroj: *Základní předpoklady a požadavky pro službu u Vojenské policie* [on-line], [cit. 2019-01-18], dostupné na: <http://www.vp.army.cz/vyberove-rizeni-k-vp>

### 1.2.2.2 Psychologické vyšetření

Psychologickým vyšetření jsou zjišťovány osobnostní předpoklady uchazeče pro službu ve VP. Vyšetření provádí psycholog Vojenské policie. Osobnostní předpoklady splňuje uchazeč, který je:

1. intelektově v pásmu průměru nebo vyšším;
2. emočně stabilní;
3. psychosociálně vyzrálý;
4. odolný vůči psychické zátěži;
5. s žádoucí motivací, postoji a hodnotami;
6. bez nedostatečnosti v oblasti volných procesů;
7. bez nedostatečnosti v oblasti poznávacích procesů;
8. bez nedostatečnosti v oblasti autoregulace;
9. bez psychopatologické symptomatiky.

Vyšetření absolvuje uchazeč v jednom dni za použití anamnestických a osobnostních dotazníků, výkonových testů, projektivních testů a řízeného rozhovoru s psychologem Vojenské policie. Každá jednotlivá část vyšetření je po jejím absolvování vyhodnocena, a pokud uchazeč nesplňuje některé z požadovaných kritérií v hodnocené části, dále se ve vyšetření nepokračuje. Pokud uchazeč neuspěje u psychologického vyšetření a nebyl psychologem VP doporučen ke službě u VP, může být znovu vyšetřen nejdříve po uplynutí 24 měsíců od předchozího vyšetření.<sup>19</sup>

I když většina uchazečů o službu u VP již úspěšně prošla výběrem pro službu v AČR, v Tabulce č. 6 vidíme, že v průměru více jak 65 % těchto uchazečů nesplní podmínky pro přijetí k VP, a to jak z důvodů nesplnění požadavků fyzické připravenosti, tak zejména z důvodu neuspění u psychologického vyšetření.

---

<sup>19</sup> Srov. *ZÁVAZNÝ POKYN č. 13* Náčelníka Vojenské policie, *Obsazování volných systemizovaných míst ve Vojenské policii a v jednotkách aktivní zálohy Vojenské policie*, s. 5,6

**Tabulka 6: Přehled výsledků vstupních výběru do AČR v letech 2016–2019**

<b>Rok</b>	<b>Zařazeno do výběru</b>	<b>Neuspělo u psychologického vyšetření</b>	<b>Neuspělo při fyzických testech</b>	<b>Splnilo podmínky přijetí</b>
<b>2016</b>	<b>348</b>	<b>206</b>	<b>150</b>	<b>122</b>
<b>2017</b>	<b>312</b>	<b>190</b>	<b>163</b>	<b>98</b>
<b>2018</b>	<b>307</b>	<b>176</b>	<b>162</b>	<b>103</b>

zdroj: Personální oddělení VP

## 2. Životní spokojenost

S postupným rozvojem společnosti dochází i k rozšiřování sociologického zkoumání kvality života lidí, a tím se zaměřuje pozornost i na životní spokojenost. I přes to, že životní spokojenost je v současné době moderním tématem, každý z nás si může pod tímto pojmem představit něco jiného. Definovat životní spokojenost je velmi těžké, a nejspíš proto nebyla doposud utvořena jednotná terminologie. Jak říká D. Hamplová (2004) ve svém výzkumu životní spokojenosti 2003, v sociálních vědách neexistuje shoda, co znamenají termíny životní spokojenost, štěstí, subjektivní blaho.<sup>20</sup>

Životní spokojenost, kvalita života, psychologické či subjektivní blaho se většinou stavějí do protikladu k ekonomickým, materiálním a na zisk orientovaným kritériím. Specifikovat rozdíl mezi kvalitou života a životní spokojeností není jednoduché. Kontraverzní je skutečnost, že není jasné, co koncept kvality života znamená. V minulosti se za měřítko kvality života považovala materiální úroveň společnosti. V současné době se ale výzkum kvality života zaměřuje více na osobnost člověka, jeho individuální vnímání a hodnocení subjektivního života a přístupu k němu.

Nejčastěji se setkáváme s názorem, že štěstí je stav, ve kterém převažují pozitivní emoce nad negativními. Životní spokojenost je podle tohoto názoru vnímána jako rozumové hodnocení vlastního života - např. Diener, Lucas (2000).

Na rozdíl od předešlého vnímání životní spokojenosti Haybron (2003) rozlišuje až tři pohledy na štěstí. Chápe štěstí jako nadřazený pojem, který obsahuje emoční i rozumovou stránku. První pohled srovnává potěšení nad nepohodlím. Šťastný je ten, u koho převažuje příjemné nad nepříjemným (hédonismus). Druhá teorie označuje štěstí jako soubor postojů jedince ke svému bytí. Když je člověk spokojený se svým životem, je šťastný (životní spokojenost). Třetí pohled identifikuje štěstí s celkovými emocionálními stavy. Šťastný je ten člověk, který má pozitivní emoční stavy (afektivní).

---

<sup>20</sup> Srov. HAMPLOVÁ, D., *Sociologické studie, Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*, s. 13

I když Haybron (2003) rozlišuje tři teorie štěstí, uznává, že tyto teorie nestojí samostatně, ale vzájemně se propojují a ovlivňují.<sup>21</sup>

Spokojenost se životem je jedním z nejzákladnějších cílů v životě člověka. Je možné konstatovat, že pojem spokojenost představuje subjektivní kritérium každého jednotlivce jako kladné hodnocení různých životních jevů, činností, okolí nebo sama sebe, pocíťované jako příjemný zážitek radosti, úspěchu, nebo satisfakci za odvedenou práci nebo činnost.<sup>22</sup>

J. Křivohlavý (2001) považuje životní spokojenost za subjektivní kritérium hodnocení činností člověka, prožívání jevů a životních stavů člověka. Uvádí, že vlivem působení času a zkušeností se subjektivní pohled a přístup na životní spokojenost člověka mění.<sup>23</sup>

Koncept životní spokojenosti je mnohdy zaměňován za pocit subjektivního zdravotního stavu. Z dalších blízkých pojmů se často definují:

1. štěstí – chápané jako dlouhodobý afektivní stav;
2. pozitivní efekt – definovaný jako pocit radosti;
3. negativní efekt – který představuje přechodný pocit strachu a deprese.

Množství autorů, jako např. R. H. Lawrence, W. Pavot, E. Diener, C. R. Colvin, E. Sandvik, charakterizují spokojenost jako subjektivní hodnocení situace vzhledem ke svým možnostem dosažení kýženého stavu. Spokojenost se může s ohledem na hodnocení vztahovat na posuzování různých životních situací. Může se jednat o hodnocení vztahu k nadřazenému, situací na pracovišti, rodině atd.<sup>24</sup>

I když autoři nejsou ve svých názorech jednotní, většina souhlasí s názorem, že většina definic životní spokojenosti, štěstí, subjektivního či psychologického blaha má společné to, že ze subjektivního hodnocení lidí vychází, že jsou šťastní a spokojeni, anebo se tak cítí.<sup>25</sup>

---

<sup>21</sup> Srov. HAYBRON, D., *What do We Want From a Theory of Happiness?*, *Metaphilosophy* Vol. 34, No. 3, s. 310 - 311

<sup>22</sup> Srov. STRMEŇ, L., RAISKUP, J., *Výkladový slovník odborných výrazů používaných v psychologii a v jejích příbuzných a hraničních vědních oborech* in POPELKOVÁ, M., ŠISKOVÁ, A., ZAŤKOVÁ, M., *Životní spokojenost a vybrané osobnostné premenné učiteľov* s. 16

<sup>23</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. s. 243-244

<sup>24</sup> Srov. POPELKOVÁ at al, *Životná spokojnosť a vybrané osobnostné premenné učiteľov*, s. 16 - 17

<sup>25</sup> Srov. HAMPLOVÁ, D., *Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*, s. 35 - 37

C. E. Lance et al. (1989) vidí životní spokojenost jako aditivní lineární funkci spokojenosti v jednotlivých oblastech života. Čím je člověk spokojenější se svým životem v jednotlivých oblastech, jako např. s prací, životem, zdravím, rodinou atd; tím je v globálu spokojenější se svým životem. Celková životní spokojenost je tedy chápána, jako celkový součet spokojeností v jednotlivých oblastech života.<sup>26</sup>

Spokojenost se životem můžeme chápat jako individuální hodnocení minulých a současných podmínek života a následně také očekávané životní perspektivy.

## 2.1 Oblasti ovlivňující životní spokojenost

J. Fahrenberg et al. (2001) v dotazníku životní spokojenosti uvádí při posuzování životní spokojenosti deset oblastí života, které ovlivňují životní spokojenost člověka a jednotlivce, každou z nich hodnotí individuálně. Jedná se o:

1. zdraví;
2. práci;
3. finanční situaci;
4. volný čas;
5. manželství a partnerství;
6. vztah ke svým dětem;
7. spokojenost s vlastní osobou;
8. sexualita;
9. přátelé, známí, příbuzní a vzájemné vztahy;
10. bydlení;

Celková životní spokojenost je pak sycena spokojeností z jednotlivých oblastí života, a vytváří tak jeden celek.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> LANCE, C. E., LAUTENSCHLAGER, G. J., SLOAN, C. E., VARCA, P. E. *A comparison between bottom-up, top-down, and bidirectional models of relationships between global and life facet satisfaction.* Journal of Personality, 1989, roč. 57, s. 601-602

<sup>27</sup> FAHRENBERG, J., MYRTEK, M., SCHUMACHER, J., BRÄHLER, E. *Dotazník životní spokojenosti (DŽS), vyhodnocovací list*

## 2.2 Faktory životní spokojenosti dle BARRETT, A. J., MURK, P. J

Životní spokojenost je pouze teoretický konstrukt, který není možné pozorovat. Jedná se tedy o latentní proměnou. Latentní proměnné jsou definovány jako faktory, které musí být měřeny nepřímo, což je založené na provozních definicích (Byrne, 2001). Neugarten, Havighurst a Tobin (in A. J. Barrett, P. J. Murk, 2006) popisují teoretický rámec operační definice latentní proměnné životní spokojenosti, která se skládá z pěti proměnných, a to:

1. Nadšení versus apatie (*Zest vs. Apathy*) – se vztahuje k nadšení jako reakci na život obecně. Necharakterizuje žádnou specifickou aktivitu, jako je např. společenská angažovanost, intelektuální závazky apod. Člověk, který bude nadšený z toho, že může být doma a číst knihu, bude podle této proměnné hodnocený jako energický jednatel a bude vysoce hodnocený. Psychická i intelektuální energie, stejně jako jakýkoliv entusiasmus, bude v této proměnné přispívat k vysokému skóre.
2. Rozhodnost a statečnost (*Resolution and Fortitude*) – představuje aktivní přijetí osobní odpovědnosti za svůj život místo pasivního akceptování toho, co se jedinci v životě přihodilo. Tato proměnná poukazuje na celistvost, která souvisí se smyslovostí života a nedostatkem strachu ze smrti.
3. Kongruence mezi požadovanými a dosaženými cíli (*Congruence between desired and achieved goals*) – vyjadřuje odlišnost mezi cíli, kterých by člověk chtěl dosáhnout, a tím byt spokojený nebo nespokojený se svým život v přihlédnutí k dosažení svých životních cílů.
4. Self-koncept (*Self-concept*) – je založen na současných emočních, psychických a intelektuálních dimenzích. Člověk, který se necítí být starý, zajímá se o svůj vzhled a existenci, myslí pozitivně, má tendenci se hodnotit lépe a výše. Spokojený člověk hodnotí svou vlastní existenci vždy lépe než člověk nespokojený. Kvalita jeho bydlení může mít na toto hodnocení vliv, ale jenom nepřímo.

5. Emoční ladění (*Mood tone*) – tento faktor se týká optimismu a štěstí a dalších pozitivních afektivních reakcí. Deprese, smutek, osamělost, podrážděnost a pesimismus jsou pocity, které by vedly k velmi nízkému skóre. Hodnocení životní spokojenosti je mnohem složitější než jen pouhé hodnocení štěstí. Štěstí je ale důležitým přispívatelem k tomu, aby byl člověk v životě spokojen.<sup>28</sup>

---

<sup>28</sup> Srov. BARRETT, A. J., MURK, P. J. *Life Satisfaction Index for the Third Age (LSITA): A Measurement of Successful Aging*. 2006, [on-line], [cit. 2019-01-25], dostupné na: [https://scholarworks.iupui.edu/bitstream/handle/1805/1160/Barrett\\_&\\_Murk\\_Life%20Satisfac%20tion.pdf,%20cit%2011.12.2008;jsessionid=1386890998F0367916E3D5868A05D0F2?sequence=1](https://scholarworks.iupui.edu/bitstream/handle/1805/1160/Barrett_&_Murk_Life%20Satisfac%20tion.pdf,%20cit%2011.12.2008;jsessionid=1386890998F0367916E3D5868A05D0F2?sequence=1)



### 3. Kvalita života

Kvalita života jako pojem patří v sociologii k nejrůzněji definovaným a těžko uchopitelným. Kvalita života se objevila již v 60. letech jako politické heslo, které použil americký prezident J. F. Kennedy, který vyzýval k tomu, aby kvalita života držela krok s kvantitou amerického zboží. Pojem kvalita života se ale v sociologii používá krátce, a to zhruba od začátku 70. let minulého století. I když vymezení pojmu samo o sobě vypadá jednoduše. Každý ví, co znamená „kvalita“ a „život“, realita je ale jiná. Každý z nás má svůj subjektivní názor a pod každým z těchto slov si představuje něco jiného. To z určitého pohledu můžeme považovat za přednost.<sup>29</sup>

Z takto obecného vymezení termínu kvalita života vyplývá podstata, že „Kvalita života je tedy to, zač ji člověk považuje.“<sup>30</sup>

#### 3.1 Různorodost terminologie kvality života

Mnohoznačnost pojmu kvalita života spočívá v tom, že neexistuje a ani nemůže existovat jedna všeobecně přijímaná definice kvality života. Existují různé pohledy na to, co kvalita života je, a to se odráží i v různé terminologii, s kterou se můžeme ve světě potkat. Vedle pojmu kvalita života (Quality of life) existuje řada dalších pojmů, které se používají jako související pojmy, nebo jako synonyma. Jako příklad můžeme uvést:

1. sociální pohoda (*Social Well – being*);
2. pocit pohody (*Well – being*);
3. individuální stav pohody (*Individual well – being*);
4. sociální blahobyt (*Social welfare*);
5. lidský rozvoj (*Human development*);
6. životní úroveň (*Standart of living*)
7. štěstí (*Happiness*);
8. zdraví (*Health*);
9. bohatství (*Wealth*);

---

<sup>29</sup> Srov. DUFFKOVÁ, J. et al., *Sociologie Životního stylu*, s. 98-99

<sup>30</sup> Tamtéž s. 100

## 10. spokojenost (*Satisfaction*) atd.

Téma kvalita života není jednoduše uchopitelné, přímo se totiž odvíjí od komplexnosti a složitosti lidského života. Lidský život je utvářen nekonečným množstvím vnitřních i vnějších faktorů. Množství interakcí a činností, náhod probíhajících v soukromém či pracovním životě, v zájmových oblastech, volném čase a různých sociálních skupinách ovlivňují kvalitu života.<sup>31</sup>

*„Kvalita života je emocionálně-kognitivní, psychologická reflexe dlouhodobého obecného stavu jedince a její základ je formován porovnáním prožité reality s ideálem významných hodnot (v kontextu společnosti, civilizace a kultury), což vyúsťuje do snahy o vytvoření lepšího života pro jedince a jeho svět.“<sup>32</sup>*

Podle Szalai (1980) je určována spokojenost se životem jak objektivními, tak i subjektivními skutečnostmi a faktory a jejich vnímáním, tak i hodnocením sebe sama (sebereflexí). Kvalitu života definuje jako stupeň uspokojivého stavu života. Jako osobní existenční stav individuálního stavu zdraví a pohody.<sup>33</sup>

Kvalita života je vnímána jako stav jednotlivce nebo skupiny identifikovaný objektivními indikátory, tedy jako stav sociální pohody (well – being).<sup>34</sup>

*Kvalita života je „málo propracovaný pojem sociologické futurologické a sociálně reformátorské provenience, který označuje kvalitativní parametry lidského života, způsobu života, životního stylu, životních podmínek, společnosti. Kvalita života představuje něco, co překračuje čistě materiální potřeby, které je možné uspokojit prostřednictvím zboží, a vztahuje se k duchovním hodnotám.“<sup>35</sup>*

---

<sup>31</sup> Srov. HEŘMANOVÁ, E., *Koncepty, teorie a měření kvality života*, s. 11

<sup>32</sup> KOVAČ, D., *Psychology of the quality of life in the activities of Slovak psychologists*, s. 102

<sup>33</sup> Srov. SZALAI, A., *The Meaning of Comparative Research on the Quality of Life*. In: SZALAI, A., ANDREWS, F., eds. Sage, Beverly Hills, s. 7 – 20.

<sup>34</sup> Srov. JOHNSTON, J., et al. *The Dictionary of Human Geography*, Malden, Blackwell Publishers, str. 493,

<sup>35</sup> MAŘÍKOVÁ, H. a kolektiv, *Velký sociologický slovník*, s. 557

## 3.2 Význam kvality života

Podle autorů Velkého sociologického slovníku můžeme pojem kvalita života vnímat ve čtyřech významech.

1. První význam „*kvalitativní stránky života*“ a způsob jejich hodnocení. Kvalita života je zde posuzována především podle indikátorů životního prostředí, zdraví, nemoci, úrovně bydlení, rekreace, mezilidských vztahů, množství a způsobu trávení volného času, sociálních a technologických charakteristik práce, možností participace na řízení společnosti, osobní i kolektivní bezpečnosti a samozřejmě globálních problémů, jako je ekologie.
2. Druhý význam „*programové politické heslo*“, které se zaměřuje na nové úkoly globální společnosti, jež přesahují materiální úroveň a vojenskou sílu.
3. Třetí význam jako „*sociální hnutí*“, které bojuje za lepší život, občanská práva, boj proti rasismu a semitismu. Činnost různých protikonzumeristických a ekologických hnutí.
4. Čtvrtý význam jako „*reklamní slogan*“. Kvalita života je zde používána jako lákadlo na spotřebitele, které láká k novým možnostem v konzumu. Toto je zejména spojené s rekreací, cestovním ruchem, koníčky, volným časem a volnočasovými aktivitami.<sup>36</sup>

Při pozitivním pohledu na kvalitu života většina autorů pojímá tuto kvalitu jako „kvalitu bytí“, při hodnocení života se tedy soustředí na hodnocení kvalitativních parametrů podmínek života. Kvalitu života můžeme také definovat jako odlišení od kvantity, nebo dokonce protikladnosti k ní.<sup>37</sup>

Člověk může být ve společnosti úspěšný. Může dosáhnout postavení v práci i společnosti, může být bohatý a úspěšný. Má dostatek všech hmotných statků a věcí, které si jenom přeje, a zahrnuje jimi lidi kolem sebe. Otázka zní, jestli je šťastný a jak to on sám cítí? Vědecko – technická revoluce, rozvoj masové výroby a následně také spotřeby ovlivnila celou společnost. Věci, které byly dříve nedostupné, se dnes stávají věcmi běžné spotřeby. Např. v 70. letech mít walkman, nebo kazetový přehrávač byl přepych. Cena spotřebiče se rovnala téměř průměrnému měsíčnímu příjmu. Dnes téměř

---

<sup>36</sup> Srov. MAŘÍKOVÁ, H. a kolektiv, Velký sociologický slovník, s. 557

<sup>37</sup> Srov. DUFFKOVÁ, J. et al., *Sociologie Životního stylu*, s. 98-99

každý má mp3 přehrávač. Když ne fyzicky, má ho v telefonu, autě, televizi, počítači. Nedostupnost této maličkosti si nikdo neumí ani představit. Dělá nás ale vlastnictví těchto spotřebních materiálů šťastnějšími? Co je pro nás důležitější, vlastnictví hmotných statků, nebo uspokojování duchovních potřeb?

Dle Duffkové (2008) vlastnictví předmětů samo o sobě nemůže člověka plnohodnotně uspokojit, udělat ho šťastným a spokojenějším. Kvalita života by měla obsahovat něco, co překračuje materiální hodnoty, něco, co se vztahuje k „postmateriálním hodnotám“<sup>38</sup>

### 3.3 Indikátory kvality života

Měření kvality života se většinou orientuje na to, co je pro člověka důležité. Kvalita života bývá posuzována dle různých indikátorů, jako například:

1. ukazatelé životního prostředí;
2. zdraví a nemoci;
3. bydlení;
4. rekreace a volný čas;
5. mezilidské vztahy;
6. sociální a technologické charakteristiky práce;
7. možnost podílet se na veřejných záležitostech;
8. sociální jistoty;
9. občanská svoboda atd.<sup>39</sup>

Všechny globální stupnice hodnocení životní spokojenosti a kvality života vyžadují od respondentů, aby vyhodnotili svůj život jako celek v měřítku od velmi uspokojivé až po velmi neuspokojivé. Tyto metody měření jsou používány výzkumníky už po desetiletí. Čím dále, tím častěji se o tyto informace o stavu kvality života a životní spokojenosti zajímá politická scéna. Například předseda vlády Velké Británie, David Cameron v roce 2010 prohlásil, že blahobyt občanů musí být zájmem vlády a že bude iniciovat průzkum životní spokojenosti a blahobytu. Hodnocení kvality života ve společnosti tím považuje za důležitý aspekt rozvoje společnosti.<sup>40</sup>

---

<sup>38</sup> Srov. DUFFKOVÁ, J. et al., *Sociologie Životního stylu*, s. 98-99

<sup>39</sup> Srov. Tamtéž, s. 101

<sup>40</sup> Srov. Diemer, E. et al, *Social Indicators Research, Theory and Validity of Life Satisfaction Scales*, s. 497-499

Česká republika v tomto nezaostává. V rámci přípravy Strategického rámce České republiky 2030, který stanovuje strategické cíle směřující k rovnoměrnému rozvoji země, který by měl znamenat ve výsledku zlepšení kvality života obyvatelů České republiky, proběhlo Odborem pro udržitelný rozvoj Úřadu vlády České republiky v době od 1. dubna 2016 do 31. března 2018 vytvoření Indikátorového rámce pro měření kvality života v České republice. Toto vytvoření indikátorového rámce pro měření kvality života v České republice bylo výstupem projektu Systému dlouhodobých priorit udržitelného rozvoje ve státní správě.

Expertní skupiny pracující na tomto projektu navrhují měřit kvalitu života v České republice dle následujících indikátorů:

1. příjem a bohatství;
2. zaměstnanost;
3. bydlení;
4. zdraví;
5. sladování pracovního a soukromého života;
6. vzdělávání;
7. mezilidské vztahy;
8. občanská angažovanost a dobré vládnutí;
9. životní prostředí;
10. bezpečnost;
11. osobní pohoda.<sup>41</sup>

Hlavním cílem projektu je vysvětlit nezbytnost sledování kvality života, jako měřítka pro zhodnocení stavu společnosti, a tím přispět k jejímu dalšímu rozvoji pomocí vodítek pro politické rozhodování. Na základě daných indikátorů je snaha v rámci tohoto výzkumu posunout důraz na kvalitativní hodnocení kvality života, a tím přispět k posunu důrazu od měření kvantitativního zaměřeného na měření příjmu, spotřeby a bohatství

---

<sup>41</sup> Srov. *Shrnutí závěrečných zpráv expertních skupin pro identifikaci relevantních indikátorů kvality života v ČR*, Úřad vlády České republiky, [on-line], [cit. 2019-01-22], dostupné na: <https://www.vlada.cz/assets/ppov/udrzitelny-rozvoj/projekt-OPZ/Kvalita-zivota---shrnuti.pdf> str. 2

z hlediska zdrojů. Doplňují se zde významná hlediska hodnocení postmateriálních hodnot, jako např. disponibilita volným časem.<sup>42</sup>

Ke sledování oblasti osobní pohody, byly vybrány čtyři měřitelné indikátory viz. Tabulka č. 7.

**Tabulka 7: Měřitelné indikátory životní pohody**

Číslo	Identifikátor	Měřicí jednotka	Definice	Periodicita zveřejňování dat	Zdroj dat
1.	Životní spokojenost	Průměr na škále	Kognitivní hodnocení vlastního života jako celku.	2 roky	European Social Survey
2.	Prožívané emoce	Průměr na škále	Celkový souhrn pozitivních a negativních emocí.		
3.	Eudaimonická pohoda	Průměr na škále	Subjektivně pocíťovaný výsledek uskutečňování pozitivních životních snah, typicky životní smysluplnost.		
4.	Osobnostní rysy	Průměr na škále	Relativně stabilní vlastnosti osobnosti, které vyjadřují tendence chovat se a prožívat určitým způsobem.		

zdroj: Shrnutí závěrečných zpráv expertních skupin pro identifikaci relevantních indikátorů kvality života v ČR

Velká skupina sociologů zabývající se kvalitou života se orientuje na subjektivní rozměr osobnosti, který je ovlivněný našimi osobnostními rysy. Proto byly zvoleny jako jeden z identifikátorů, a to obzvlášť z toho důvodu, že úroveň životní pohody významným způsobem souvisí s temperamentem a biologicky podmíněnými rysy jednotlivce. Proto je vhodné tento identifikátor brát v úvahu. Osobní pohoda může být ve větší míře podmíněna osobnostními rysy než vnějšími vlivy.<sup>43</sup>

<sup>42</sup> Srov. *Shrnutí závěrečných zpráv expertních skupin pro identifikaci relevantních indikátorů kvality života v ČR*, Úřad vlády České republiky, [on-line], [cit. 2019-01-22], dostupné na: <https://www.vlada.cz/assets/ppov/udrzitelny-rozvoj/projekt-OPZ/Kvalita-zivota---shrnuti.pdf> str. 3

<sup>43</sup> Srov. Tamtéž, s. 33

## 4. Volný čas

„Čas je základní dimenzí, velkou jistotou a šancí lidského života. V jeho průběhu se člověk setkává s příznivými i negativními podmínkami a vlivy, které jeho prožívání někdy podporují a stimulují, jindy však brzdí nebo znemožňují.“<sup>44</sup>

Čas jako takový patří k základním fyzikálním veličinám. Každý z nás má stejně 24 hodin, nemůžeme si ho vzájemně půjčit, nebo si čas, který nepotřebujeme, ušetřit na jindy. Žijeme v reálném čase, právě teď. Je jenom na nás, jak nám daný čas využijeme a zhodnotíme.<sup>45</sup>

Den je možné rozdělit podle rozdělení fyzikálního času na ráno, dopoledne, poledne, odpoledne, podvečer večer a noc. Nebo také podle trávení času na čas pracovní, polovolný nebo volný.

*Pracovním časem* rozumíme čas, který většinou trávíme výdělečnou činností (prací, školou).

*Čas polovolný / vázaný* je čas, který vynakládáme na činnosti denního života, jako je spánek, osobní hygiena atd.

*Časem volným* rozumíme čas, který nám zbyde a s kterým můžeme volně disponovat.<sup>46</sup>

Duffková et al. (2008) rozumí *pracovním časem* čas obecně vymezený obsahově i časově. Pracovní smlouvou je jednoznačně dané to, co má daný člověk v danou dobu vykonávat za činnost. Je to čas strávený pracovní výdělečnou činností.<sup>47</sup>

*Čas mimopracovní* je mezi kategorií, která obsahuje čas vázaný a čas volný. Můžeme ho hodnotit jako opozitum vůči času pracovnímu.<sup>48</sup>

*Čas vázaný* je vymezený pouze obsahově. Jedná se o čas po dobu, kterou vykonáváme rutinně opakující se činnosti každodenního života, jako je např. péče o domácnost, spánek, jídlo, osobní hygiena, dojíždka do práce atd.<sup>49</sup>

---

<sup>44</sup> HÁJEK, B., HOFBAUER, Z., PÁVKOVÁ, J., *Pedagogické ovlivňování volného času*, s. 10

<sup>45</sup> Srov. KRAUS, B., et al., *Životní styl současně české rodiny*, s. 138

<sup>46</sup> Srov. Tamtéž, s. 138

<sup>47</sup> Srov. DUFFKOVÁ, J. et al., *Sociologie Životního stylu*, s. 143

<sup>48</sup> Srov. Tamtéž str. 143, 148

<sup>49</sup> Srov. Tamtéž str. 144

*Čas volný* není vymezený ani časově ani obsahově. Je to veškerý čas, který zbyde po odečtení času pracovního a vázaného. Je to čas, ve kterém člověk vykonává činnosti, ke kterým se rozhodl sám ze své vlastní vůle, bez jakéhokoliv venkovního vlivu (společnost, rodina), a kdy výsledkem této činnosti je osobní radost či potěšení z této činnosti.<sup>50</sup>

*„Volný čas je doba, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně, rádi a přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění.“<sup>51</sup>*

Kaplánek et al. (2012) vymezuje dvě možnosti definování volného času, a to:

1. *Kvantitativní pojetí – negativní definice*, kde vymezuje volný čas vůči pracovní době *“mám volno od práce“*.
2. *Kvalitativní – pozitivní definice* vymezuje volný čas na základě jeho vlastní kvality. Jedná se o čas, který je náš a můžeme s ním svobodně nakládat *„mám volno pro sebe, svoje záliby, pro druhé atd.“<sup>52</sup>*

## 4.1 Volný čas v chápání Joffre Dumazediera

Dumazedier (1966) rozeznává volný čas a mimopracovní dobu. Mimopracovní čas je osvobozený nejen od profesionální práce, ale také od času, který člověk stráví dojížděním do práce či přípravou na práci. Mimopracovní čas v sobě zahrnuje čas mimo zaměstnání, jako naplňování osobních potřeb (hygiena, spánek, jídlo), povinnosti rodinné, společenské občanské i duchovní.

Volným časem označujeme každou činnost, která obsahuje čtyři základní vlastnosti:

1. *Volný čas osvobozuje* – je časem svobodné volby a osvobozením od povinností. I když člověk musí ve volném čase dodržovat určité závazky, a to zejména ve vztahu k různým volnočasovým klubům (stanovy sportovních klubů, kroužků), osvobozuje se od závazků profesionální práce, kterou ukládá podnik, nebo školní práce, kterou ukládá škola. Volný čas znamená osvobození od závazků, které

---

<sup>50</sup> Srov. DUFFKOVÁ, J. et al., *Sociologie Životního stylu*, s. 144, 150

<sup>51</sup> HÁJEK, B., HOFBAUER, Z., PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času*, s. 46

<sup>52</sup> KAPLÁNEK, M. et al, *Čas volnosti – čas výchovy*, *Portál*, s. 24 - 28



ukládají základní zařízení společnosti: instituce rodiny, instituce občanské, duchovní, prostě závazky institucionálního původu.

2. *Volný čas je nezainteresovaný* – nic ve volném čase neslouží žádnému materiálnímu nebo společenskému cíli. Volný čas na rozdíl od profesionální práce nemá žádný zjištný cíl, žádný prospěšný cíl, jako jsou povinnosti v domácnosti, žádný ideologický cíl, jako úkoly politické či duchovní. Pokud se volný čas změní v povinnost, nebo je částečně zaměřen na nějaký zjištný, prospěšný cíl, není již nadále volným časem jako takovým, ale stává se časem polovolným. Tak tomu je, pokud amatérský malíř již nemaluje pro radost, ale občas prodá svůj obraz, když kutil opravuje domy lidem za úplatu, či zahradník milující květiny pěstuje zeleninu, aby se jí živil.
3. *Volný čas je hedonistické povahy* – volný čas v tomto pojetí se vyznačuje snahou dosáhnout stavu uspokojení, které je vlastně cílem samo o sobě. Tato snaha má hedonistický charakter. Štěstí se neredukuje pouze na volný čas, ale může i provázet vykonávání základních společenských povinností. Hledání blaha, potěšení a radosti je jedním z charakteristických rysů volného času v moderní společnosti. Nikdo nevykonává činnost ve volném čase z důvodu povinnosti, jako je tomu při profesionální či školní činnosti. Předpokladem naplnění volného času je uspokojení člověka, naplnění „to mne zajímá“. Tato snaha chtít, mít zájem může vést k vyššímu výkonu a přivodit větší úsilí než práce profesionální. I když různé sportovní kluby či kroužky mohou mít přísná pravidla, která požadují přísné dodržování disciplíny, tyto všechny vycházejí ze svobodné vůle a volby. Z toho vyplývá, že základním rysem volného času je hedonistický charakter. Když volný čas neposkytuje požitek či potěšení, toto se prozrazuje slovy: "to není zajímavé", "to nebylo k smíchu".
4. *Volný čas uspokojuje osobní požadavky* – všechny funkce charakterizující volný čas odpovídají potřebám jednotlivců, oproti povinnostem, které ukládá společnost. Nabízí možnosti obrany a integrity vůči společenským pravidlům a věcem, které nás spoutávají. Nabízí člověku možnost zbavit se povinností, práce, školy a oprostít se od stavu jak tělesné, tak i nervové únavy, které působí proti biologickým rytmům člověka. Volný čas umožňuje se oprostít od opakovaných úkolů, všednosti běžných dní, uniformity moderní společnosti. Volný čas nabízí rekreaci. Dovoluje každému vystoupit ze své každodenní rutiny

a životních stereotypů, které vyplývají z života v moderní společnosti. Nejúplnější volný čas je ten, jenž může potřeby jednotlivců uspokojit. Všechny volný čas, který neposkytuje uspokojování potřeb člověka, je z hlediska potřeb osobnosti v moderní společnosti neúplný.<sup>53</sup>

*„Volný čas je čas, s kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku).<sup>54</sup>*

## 4.2 Funkce volného času

Hofbauer (2004) vnímá volný čas jako čas, do kterého člověk vstupuje s očekáváním a zúčastňuje se činností v tomto čase dobrovolně a dle svého svobodného rozhodnutí. Jedná se o dobu, která člověku přináší uspokojení a příjemné zážitky. Význam volného času pro člověka se pak odráží v jeho funkcích. Funkce volného času vyjadřují to, co člověk od volného času požaduje a očekává.<sup>55</sup> Jako hlavní funkce času Hofbauer (2004) uvádí:

1. odpočinek (regeneraci pracovní síly);
2. zábavu (regeneraci duševních sil);
3. rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury).<sup>56</sup>

Dále, Hofbauer (2004) ve své práci uvádí také funkce volného času podle soudobého francouzského sociologa volného času Rogera Sue, který rozlišuje tyto čtyři funkce:

1. psychosociologickou – uvolnění, zábava, rozvoj;
2. sociální – která zahrnuje zejména socializaci v různých sociálních skupinách, vyjadřuje vztah k různým skupinám a potvrzení vlastní osobnosti a sociálního uznání;

---

<sup>53</sup> Srov. DUMAZEDIER, J., *Sociologický Časopis* [on-line] Roč. 2, čís. 3 (1966), str. 443 – 447, [cit. 2019-22-01], dostupné na: [https://www.jstor.org/stable/41127355?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/41127355?seq=1#page_scan_tab_contents)

<sup>54</sup> MAREŠ, J., PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., *Pedagogický slovník*, s. 274

<sup>55</sup> Srov. KRAUS, B., et al., *Životní styl současné české rodiny*, s. 144

<sup>56</sup> Srov. HOFBAUER, B., *Děti, mládež a volný čas*, s. 13

3. terapeutickou – zahrnuje zdravý životní styl, smyslový rozvoj, prevenci chorob a zdravotní hledisko;
4. ekonomickou – oceňuje přínos volného času pro jednotlivce i společnost. Volný čas má pozitivní vliv na uplatnění člověka v profesní činnosti.<sup>57</sup>

Také německý pedagog volného času Horst W. Opaschowski vymezuje funkce a možnosti volného následovně:

1. rekreační – zotavení a uvolnění;
2. kompenzaci – odstraňování zklamání a frustrací;
3. výchovu a další vzdělávání – sociální učení, učení o svobodě a ve svobodě;
4. kontemplaci – hledání smyslu života, duchovno;
5. komunikaci – sociální interakce, partnerství, členství v sociálních skupinách;
6. participaci – podílení se na činnosti a rozvoji společnosti;
7. integraci – stabilizaci svého života a bytí v rámci rodiny a integraci sama sebe do společnosti;
8. enkulturaci – tvořivé rozvíjení sama sebe prostřednictvím umění, sportu, kultury a dalších činností.<sup>58</sup>

Dle Hofbauera (2004) české oficiální dokumenty považují za funkce volného času:

1. relaxaci;
2. regeneraci;
3. kompenzaci;
4. sociální prevenci;
5. výchovu.<sup>59</sup>

Pávková (2002) rozlišuje čtyři funkce výchovy mimo vyučování. I když hovoří o funkcích výchovy mimo vyučování, jsou tyto plně aplikovatelné i na dospělé osoby. Jsou to:

1. *Funkce výchovně – vzdělávací:* správným a pestrým naplňováním zájmových činností dochází k motivaci k společensky žádoucímu naplňování volného času,

---

<sup>57</sup> Srov. HOFBAUER, B., *Děti, mládež a volný čas*, s. 14

<sup>58</sup> Srov. OPASCHOWSKI, H.: *Padagogik der Freizeit. Grundlegungen Fur Wissenschaft und Praxis*, s. 195

<sup>59</sup> Srov. HOFBAUER, B., *Děti, mládež a volný čas*, s. 15

celoživotnímu vzdělávání. Úspěchy v zájmových činnostech přinášejí sebeuspokojení a příležitost k seberealizaci;

2. *Funkce zdravotní:* přispívá k vzdělávání k správnému životnímu stylu. Zejména význam má pak podněcování ke sportu, zdravému pohybu a pobytu na čerstvém vzduchu;
3. *Funkce sociální:* zejména se jedná o sociální integraci v různých sociálních skupinách, nácvik komunikačních dovedností, rozvoj sociálních kompetencí a dodržování pravidel sociálního chování
4. *Funkce preventivní:* spočívá zpravidla v prevenci v oblastech drogové závislosti, alkoholismu, kouření, kriminality a delikvence, prevence vůči virtuálním drogám (počítače, televize), gamblingu, záškoláctví, šikaně, vandalismu, xenofobii, rasismu či intolerance.<sup>60</sup>

### 4.3 Volný čas a kvalita života / životní spokojenost

K typickým tématům sociální pedagogiky bezesporu patří nejen oblast rodinného života, života společnosti, ale právě také problematika trávení volného času, zdravého životního stylu a samozřejmě otázka prevence vzniku a rozvoje sociálně – patologických jevů.<sup>61</sup>

Kvalita života člověka je určena jak objektivními, tak i subjektivními faktory, které ovlivňují náš život. Volnočasové aktivity hrají velmi důležitou roli v pocitu subjektivního blaha, protože poskytují příležitosti k uspokojování životních hodnot a potřeb. Díky účasti na volnočasových aktivitách lidé vytvářejí společenské vztahy, cítí pozitivní emoce, získávají další dovednosti a znalosti, a tím si zlepšují kvalitu života.<sup>62</sup>

Některé studie zkoumaly vztah mezi volným časem a životní spokojeností. Např. Brown a Frankel (1993) zkoumali vztah mezi uspokojováním volného času

---

<sup>60</sup> Srov. PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*, s. 39–41

<sup>61</sup> Srov. KOLAŘÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky, sociální pedagogika*, ročník 5, číslo 1, 2017, s. 11

<sup>62</sup> Srov. BRAJŠA-ŽGANEC, A., MERKAŠ, M., ŠVERKO, I., *Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being?* In *Social Indicators Research*, [on-line], Vol. 102, No. 1, [cit. 2019-01-30], dostupné na:

[https://www.jstor.org/stable/41476466?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/41476466?seq=1#page_scan_tab_contents)

a životní spokojeností. Ve svém zkoumání došli k závěrům, že ženy jsou s naplňováním svého volného času spokojenější než muži. Kromě toho také jejich studie poukázala na to, že jedním z hlavních faktorů, které zvyšují životní spokojenost, je aktivní účast na volnočasových aktivitách.<sup>63</sup>

V posledních letech došlo k rapidní změně v oblasti komunikačních technologií, a to zejména díky rozšíření internetu a přístupu k němu. Dnes má již téměř každý, možnost připojení k internetu a k sociálním sítím. Tato významná společenská změna také ovlivnila vývoj volného času. Dochází k postupné komercializaci volného času a sportu.<sup>64</sup> Rozvoj technologií, nárůst mezd a změna povahy práce v moderní společnosti také ale přispěla k rozvoji volného času a aktivního způsobu jeho trávení. Volnočasové aktivity se stávají dostupnější širší škále obyvatelstva. Jejich rozvojem pak následně vzrůstá zájem nejen o ně samotné, ale také o jejich výzkum.<sup>65</sup>

I přes všechno volný čas zůstává i nadále nenahraditelnou součástí každodenního života každého z nás. Je to čas, který nám slouží k odpočinku, relaxaci a regeneraci jak psychických, tak i fyzických sil. Je to čas pro seberealizaci, společenskou interakci, na naplňování zájmů, potřeb a hodnot (Brady, Vodanovich a Rotunda, 2008 in KRAUS, B. et al 2015 str. 147).

Množství a způsob trávení volného času může indikovat kvantitativní hodnocení volného času jako faktoru, který ovlivňuje kvalitu života jednotlivce.<sup>66</sup> Výzkum volného času je důležitou součástí sociální pedagogiky, která se snaží zvyšovat kvalitu života lidí. Volný čas se výraznou měrou podílí na úrovni kvality života, a proto je potřeba mu věnovat pozornost. Je nutné sledovat nejenom náplň volného času, ale především vztah volného času k fyzickému a duševnímu zdraví člověka, problematice stresu, deprese

---

<sup>63</sup> Srov. GENC, V., *The Relationship between Leisure Satisfaction and Life Satisfaction in Food and Beverage Establishments*, Journal of Social Science Studies 2017, vol. 4, No. 1 s. 251

<sup>64</sup> Srov. KRAUS, B., et al., *Životní styl současné české rodiny*, s. 143 - 7

<sup>65</sup> Srov. KOLAŘÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*, Sociální pedagogika, ročník 5, číslo 1, 2017, s. 12

<sup>66</sup> Srov. *Quality of life indicators – leisure and social interactions*, EUROSTAT, [on-line], [cit. 2019-01-29], dostupné na: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_leisure\\_and\\_social\\_interactions](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality_of_life_indicators_-_leisure_and_social_interactions)

a osobní pohody.<sup>67</sup> Volný čas se může podílet na ovlivňování fyzického i duševního stavu člověka a ten má následně vliv na subjektivní pocit životní pohody. Vhodným naplněním volného času a jeho správným využitím má potenciál snižovat míru stresu, která se v soudobé hektické společnosti zvyšuje s rostoucími nároky na pracovní dobu. Většina lidí, kteří si stěžují na nedostatek času či tlak ze strany zaměstnavatele, si častěji stěžuje i na zhoršený zdravotní stav, což ovlivňuje subjektivní pocit osobní pohody.<sup>68</sup>

Konkrétní využívání všech aktivit volného času je podmíněné okolnostmi, které nepřímo ovlivňují možnosti skutečného trávení volného času. Jedním z významných faktorů jsou životní podmínky pro trávení volného času v místě bydliště. Ocenění podmínek života v místě bydliště značně souvisí s životní úrovní. Lidé s dobrou životní úrovní jsou spokojenější s podmínkami trávení volného času než lidé s horší životní úrovní. Pohled lidí na životní podmínky vzniká jako výslednice konkrétních okolností, které charakterizují způsob života v místě bydliště. Tabulka č. 8 přibližuje kladné a záporné odpovědi v oblasti podmínek ovlivňujících využití volného času u tří oblastí, které bezprostředně souvisí s možnostmi volného času v letech 2004 a 2011<sup>69</sup>

**Tabulka 8: Hodnocení vybraných oblastí života souvisejících s možností trávení volného času (%)**

	2004		2011	
	kladné	záporné	kladné	záporné
Dostatek možností k odpočinku a rekreaci	69	26	73	26
Dostatek možností ke sportu	62	26	69	25
Dostatek možností kulturního využití	56	38	60	37

Zdroj: (Šamanová 2011:3 in Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu) Dopočet do 100 % u každé dvojice údajů představují odpovědi nevím

<sup>67</sup> Srov. KOLAŘÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*, Sociální pedagogika, ročník 5, číslo 1, 2017, s. 10

<sup>68</sup> Srov. KOLAŘÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*, Sociální pedagogika, ročník 5, číslo 1, 2017, s. 11

<sup>69</sup> Srov. MIŠOVIČ, J., *Dopad společenských faktorů na volný čas ve světle empirických výzkumů*, in Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu, s. 23-25

Každá práce znamená spotřebu energie, únavu a často i různé nepříjemnosti. Proto je důležité dodržovat režim činnosti a odpočinku promyšleně. Je nutné práci a odpočinek střídat. Jednoduše řečeno, je nutné po práci „vypřahnout“, přenést zájem na jinou oblast, prostě relaxovat. Lidé by neměli nosit své pracovní problémy v mysli. Nadměrně tím zatěžují psychiku a vyřešení problémů tím komplikují. Volný čas je důležitou částí mimopracovního vyžití.

Rozhodující není jen množství, ale i obsah volného času. Náplň volného času by měla být kompenzační, přizpůsobena pracovní činnosti, od které je potřebné si odpočinout. Po fyzicky náročné činnosti je potřebné nechat tělo odpočinout a na druhou stranu po náročném psychickém dni je vhodný takový způsob trávení volného času, který vede k aktivnímu fyzickému pohybu.<sup>70</sup>

Každý z nás má zkušenost s tím, že jsme si celý den lámali hlavu, jak vyřešit nějaký problém. Trápili jsme se celý den a nebyli jsme schopni dosáhnout žádného kýženého výsledku. Odcházeli jsme z práce s hlavou plnou problémů. Po pracovní době jsme se museli věnovat jiným starostem, jako péče o rodinu, či jsme si našli i čas na sebe, svůj volný čas tak, abychom si vyčistili hlavu. Následující den jsme pak problém, který nás trápil den předtím, vyřešili absolutně hravě.

Tyto zkušenosti by měly vést k tomu, aby se člověk zcela záměrně a uvědoměle snažil vypracovat si návyk k psychickému či fyzickému odpočinku ve svém volném čase.

---

<sup>70</sup> Srov. PADUCHA, GRUNTHALOVÁ, *Materiály pro vzdělávání příslušníků ozbrojených sil. Co by měl znát každý vedoucí pracovník*, s. 33

## 5. Specifikum pracovní činnosti ve vojenském prostředí

Vojenský kolektiv je specifickou skupinou a každého jedince zatěžuje různě. Únava a nedostačený odpočinek mají značný vliv na pracovní nasazení. Únava ale není podmíněna jenom režimem práce a odpočinku, ale i stavem a vlastnostmi člověka.

Tři základní druhy únavy jsou rozlišitelné:

1. únavu fyzická, která vzniká v důsledku fyzické námahy, dlouhodobým zatěžováním nervosvalové soustavy člověka;
2. únavu nervová a duševní, která vzniká tam, kde je práce psychicky náročná, zejména v rozhodovacím procesu;
3. emocionální – citová únava, která se projevuje zejména u těch činnosti, které jsou spojeny s mimořádnou zodpovědností a nadměrným citovým prožíváním.<sup>71</sup>

K pracovní přetíženosti při službě v ozbrojených složkách dochází zejména z důvodu:

1. nadměrného prodlužování pracovního času;
2. nadměrného množství intenzity práce;
3. neracionálního režimu práce a odpočinku;
4. nevyhnutelnosti zachovávat nezvyklou pracovní polohu těla (v některých specifických bojových prostředcích);
5. přetěžování některých smyslových a motorických orgánů těla.<sup>72</sup>

Kvalitní uspokojování volného času je jedním z hlavních požadavků moderní doby, a to zejména u sociální skupiny, jakou jsou příslušníci ozbrojených složek. Toto úzce souvisí s délkou pracovní doby. Volný čas neslouží pouze k obnově duševních a fyzických sil, ale je zásadním faktorem limitujícím uspokojování dalších potřeb, zejména potřeby rodinného života, zájmů a zálib. Je zřejmé, že neuspokojení potřeby naplnění volného času, a tím obnovy sil, může mít negativní efekt v pracovní výkonnosti a může vést až k zápornému vztahu k vojenské službě.<sup>73</sup>

---

<sup>71</sup> Srov. ČERNOCH, PIFFL, VELEHRADSKÝ, *Vybrané kapitoly z vojenské psychologie a pedagogiky*, s. 99

<sup>72</sup> Srov. Tamtéž, s. 101

<sup>73</sup> Srov. ŘEZÁČ, J. *Humanizace života a činnosti vojáků*, s. 101 - 102



Ve srovnání s civilním sektorem je využívání fondu času vojáky z povolání podstatně odlišné. Při zachování stejné doby na spánek a na nutný čas má voják z povolání denně o jednu hodinu třicet minut méně volného času než zaměstnanec civilního sektoru. Tuto délku volna omezuje pobyt v polních podmínkách, dozorčích službách, díky kterým se krátí doba na spánek, nutný čas je omezován na minimum a volný čas prakticky odpadá. (viz výzkum H2-VV-RE-02 in Řezáč et al 1991.)

Není možné opomenout fakt, že 80 % vojáků dojíždí do místa služby několik hodin denně<sup>74</sup> a někteří vzhledem k vzdálenosti přes pracovní týden zůstávají v místě výkonu služeb, kdy svou rodinu navštěvují pouze ve dnech volna a o víkendech. Trvalý nedostatek volného času vojáků má za následek přesun ve skladbě fondu času. Čas nezbytný na odpočinek a k obnově tělesných a duševních povinností je čerpán na úkor vázaného volného času a projevuje se především přesunu řady povinností a úkolů na manželky vojáků (nákupy, péče o rodinu atd.). Výsledkem je nejen pracovní, ale i psychické přetížení žen vojáků z povolání, které má nepříznivý dopad na rodinné vztahy, uspokojování potřeb rodinného života a zprostředkovně na pracovní výkonnost vojáků z povolání.<sup>75</sup> Tím dnes podstatně naléhavěji vystupuje do popředí nejen zajištění volného času, ale i určitých předpokladů pro jeho využití, což by se mělo odrážet:

1. v trvalém zlepšování prostorovém a materiálně technickém zabezpečení;
2. organizování a zajišťování různých kulturních a sportovních akcí;
3. v podpoře vzdělávání a zájmové činnosti;
4. v péči o rodinu vojáků z povolání.

## **5.1 Preventivní funkce volného času v kontextu ozbrojených složek**

Jednou z funkcí volného času, kterou zdůrazňují sociální pedagogové, je zejména funkce „preventivní“.<sup>76</sup> Preventivní funkce volného času spočívá zejména v prevenci v oblastech drogové závislosti, alkoholismu, kouření, kriminality a delikvence, prevenci

---

<sup>74</sup> Srov. *Koncepce primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015–2019*, s. 23

<sup>75</sup> Srov. ŘEZÁČ, J. *Humanizace života a činnosti vojáků*, s. 102

<sup>76</sup> Srov. KOLARÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*, s. 10

vůči virtuálním drogám (počítače, televize), gamblingu, záškoláctví, šikaně, vandalismu, xenofobii, rasismu či intoleranci.<sup>77</sup> I proto MO věnuje oblasti prevence sociálně negativních jevů velkou pozornost. V rámci této prevence MO vydalo dokument „Koncepce primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015 – 2019“<sup>78</sup>

Tento materiál se rozsáhlým způsobem věnuje primární prevenci rizikového chování personálu rezortu Ministerstva obrany. Popisuje základní východiska a směry řešení problematiky primární prevence v oblasti sociálně negativních jevů u personálu rezortu Ministerstva obrany. Koncepce vychází z právních předpisů a usnesení vlády České republiky pro oblast protidrogové politiky, prevence kriminality, boje proti extrémismu a boje s korupcí. Tato koncepce v uvedených oblastech analyzuje současný stav, vývojové trendy, vytyčuje cíle, navrhuje a stanovuje úkoly k zabezpečení preventivních aktivit.<sup>79</sup>

Tyto navrhované aktivity pro prevenci rizikového chování vychází ze specifík prostředí Ministerstva obrany a jak z vlastních, tak i mezinárodních zkušeností v této oblasti.

## **5.2 Volnočasové aktivity v kontextu prevence rizikového chování**

Součástí prevence rizikového chování jsou i volnočasové aktivity vojáků a jejich rodin. Jak jsem se již zmiňoval, přibližně 80 % vojáků vykonává službu mimo místo trvalého bydliště. Tyto aktivity jsou alternativou, která zejména této skupině vojáků, která je považována za skupinu s vyšší mírou rizikového chování, napomáhají k smysluplnému naplnění volného času tráveného mimo rodinu. Samozřejmě jsou vytvářeny také podmínky k naplnění volného času vojáků včetně jejich rodinných příslušníků

---

<sup>77</sup> Srov. PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*, s. 41

<sup>78</sup> Srov. *Koncepce primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015 – 2019*, s. 2

<sup>79</sup> Srov. Tamtéž, s. 2

využíváním rezortních sportovních, tělovýchovných, kulturních a společenských zařízení v místě dislokace vojenských útvarů.<sup>80</sup>

V rámci rozvoje volnočasových aktivit a jejich přiblížení vojákům a jejich rodinám MO stanovilo několik základních úkolů na období let 2014 – 2019 a to:

1. využívat rezortní sportovní, tělovýchovná, kulturní a společenská zařízení k realizaci volnočasových aktivit pro personál MO včetně rodinných příslušníků;
2. zabezpečit nákup specializovaných služeb a pronájem sportovních, tělovýchovných, kulturních a společenských zařízení k realizaci volnočasových aktivit v posádkách, kde nejsou dostupná příslušná rezortní zařízení;
3. rozšiřovat nabídky volnočasových tělovýchovných a sportovních aktivit s využitím spolupráce s místními sportovními a tělovýchovnými institucemi v aktivních formách činnosti, podporovat zájmovou činnost a účast v civilních sportovních soutěžích na základě prokázaného zájmu personálu;
4. rozšiřovat nabídky volnočasových kulturních a společenských aktivit, které přispějí ke zkvalitnění života personálu;
5. podporovat rozvoj beznákladové zájmové činnosti v oblasti kultury a duchovních aktivit při vojenských útvarech se širším začleněním rodinných příslušníků vojáků.<sup>81</sup>

Na základě osobní zkušenosti musím uznat, že péče o vojáka a jeho rodinu se v oblasti zabezpečení volnočasových aktivit ze strany MO značně zlepšila. Toto se zejména projevilo v oblasti budování nových tělovýchovných zařízení, nákupu nového materiálu, a hlavně možností využívání všech těchto prostředků rodinnými příslušníky vojáků.

Způsob trávení volného času výraznou mírou ovlivňuje život jedince a jeho rodiny. Má vliv nejenom na fyzické zdraví, podílí se také na způsobu vnímání životní pohody, nebo na odbourávání každodenního stresu.<sup>82</sup>

---

<sup>80</sup> Srov. *Koncepce primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015–2019*, s. 23

<sup>81</sup> Srov. Tamtéž, s. 22 - 23

<sup>82</sup> Srov. KOLAŘÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*, s. 22

Dobrá fyzická kondice a zdravotní stav jsou jednou ze základních podmínek přijetí do ozbrojených složek a prolínají se celou služební kariérou každého vojáka či policisty v ozbrojených složkách. I proto MO věnuje značnou pozornost zabezpečení v oblasti aktivních volnočasových aktivit, a to zejména dostupností různých tělovýchovných areálů, sportovišť a posiloven.

V současné době je zvyšující trend zájmu o sportovní aktivity, které se za sport dříve nepovažovaly (jóga, tai-chi, různé způsoby práce s tělem, vnímané spíše jako psychické, meditační, než fyzické). Pro mnoho lidí přestává být u sportu základní motivaci vítězství a soutěživost. Do popředí se dostává motivace k životní pohodě, zábavě vzrušení či radosti. Asketické tvrdošijné hnaní se za vítězstvím ve sportovním zápolení upadá a do popředí se dostává význam pozitivního prožitku.<sup>83</sup>

Jakákoliv pohybová aktivita jako taková patří k základním prvkům, které přispívají ke kvalitě života a zdraví. Člověk, který je fyzicky fit a zdravý, je povětšinou osobnost harmonicky vyrovnaná ve všech sférách (biologické, psychologické, sociální i spirituální).<sup>84</sup>

---

<sup>83</sup> Srov. HRUBÁ, R., OTIPKOVÁ, D., ŠTĚRBOVÁ, D., HARVANOVA, J., *Volný čas a pohyb součást životní spokojenosti žen ve věku střední a pozdní dospělosti*, s. 3, [on-line], [cit. 2019-01-30], dostupné na: <https://cmeps.ecn.cz/pd/2006/texty/pdf/hruba%20a%20kol.pdf>

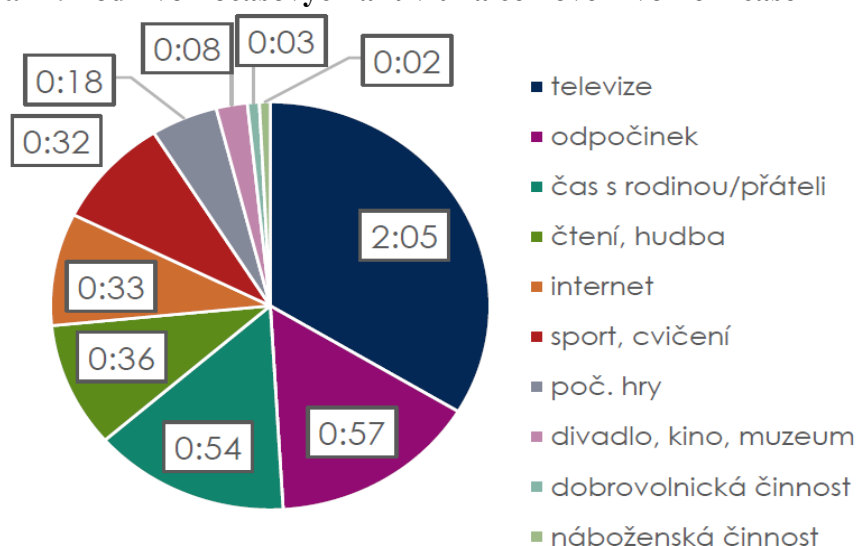
<sup>84</sup> Srov. Tamtéž s. 3

## 6. Výzkumy volného času a životní spokojenosti

### 6.1 Jak Češi tráví čas?

V rámci mezioborového čtyřletého šetření proběhl Sociologickým ústavem Akademie věd ČR v letech 2015–2018 výzkum se širokým tematickým záběrem. Jednalo se o jeden z nejvýznamnějších výzkumů v historii české společnosti. Výzkum proměny české společnosti se zabýval tématy bydlení, práce a vzdělávání, rodinného života, zdraví a trávení volného času, polické a občanské participace. Zúčastnilo se ho 5212 českých domácností s asi více než 13 000 členy.<sup>85</sup> Z výsledku 1. ročníku „Výzkumu české společnosti 2015“ vyplývá, že 99 % dospělých Čechů se jak ve všední den, tak i o víkendu aspoň nějakou chvíli věnuje nějaké volnočasové aktivitě. Je zajímavé, že jak ve všední den, tak i o víkendu se soustředí volný čas do večerních hodin. Ve večerních hodinách se volnočasové aktivitě věnuje něco mezi 50 % – 70 % české populace. Zatímco ve všední den se do volnočasových aktivit zapojuje v dopoledních hodinách více než 15 % lidí, tak o víkendu je tento počet vyšší a graduje kolem desáté hodiny dopoledne (25 % obyvatelstva).<sup>86</sup>

**Graf 1: Podíl volnočasových aktivit na celkovém volném čase**



zdroj: JAK ČEŠI TRÁVÍ ČAS?, výsledky 1. ročníku výzkumu proměny české společnosti 2015, materiál k tiskové konferenci

<sup>85</sup> Srov. *JAK ČEŠI TRÁVÍ ČAS?*, výsledky 1. ročníku výzkumu proměny české společnosti 2015, materiál k tiskové konferenci 20. 6. 2016, s. 20, [on-line], [cit. 2019-01-30], dostupné na: [http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak\\_Cesi\\_travi\\_cas\\_TK\\_20-06-2016.pdf](http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak_Cesi_travi_cas_TK_20-06-2016.pdf)

<sup>86</sup> Tamtéž s. 3

Dále z uvedeného výzkumu vyplývá, že penzum volného času u lidí do 24 let se přibližuje až 7 hodinám za den. Poté následně objem volného času klesá a u věkové kategorie 35 až 44 let se jedná už jenom o 5 hodin volného času denně. Po fázi produktivního věku dochází k opětovnému nárůstu volného času. U seniorů v důchodovém věku 65 let a více se pohybuje množství volného času přes 8 hodin denně. U nezaměstnaných do věku 50 let je množství volného času stejné jako u seniorů.<sup>87</sup>

Podle výše uvedeného výzkumu je nejčastější aktivitou ve volném čase u české populace sledování televize. Zabírá lidem v průměru 2 hodiny denně, což je téměř třetina volného času lidí v produktivním věku. U seniorů se tato doba zvyšuje na přes 3 hodiny a téměř 90 % seniorů usedá k televizi denně. Naopak mladí lidé sledují televizi v průměru jenom každý třetí den.<sup>88</sup>

Zhruba polovina dospělých se jednu hodinu denně věnuje odpočinku. Necelá hodina připadá také na trávení času s rodinou. Jedna třetina lidí tráví kolem půl hodiny denně čtením a ten samý čas sportují nebo tráví volný čas pobytem venku na čerstvém vzduchu.<sup>89</sup>

Překvapivě pouze půl hodiny denně tráví průměrný český člověk brouzdáním po internetu. Při tom k počítači usedá 40 % lidí. Hraní počítačových her se pak následně věnují spíše mladší lidé ve věku do 34 let, kde v běžném dni hraje počítačové hry téměř 25 % z nich. K méně všedním aktivitám patří potom návštěva různých představení, včetně kina či kulturních akcí. V běžném dni takto tráví čas méně než desetina dospělých. Náboženské činnosti či dobrovolnictví se ve volném čase věnuje pouze zlomek české populace. V typický den jde o 4 až 5 lidí ze sta. Celkově tráví muži a ženy volný čas podobným způsobem. Muži však preferují sport, internet a počítačové hry. Ženy se více věnují četbě a poslouchání hudby.<sup>90</sup>

---

<sup>87</sup> Srov. *JAK ČEŠI TRÁVÍ ČAS?*, výsledky 1. ročníku výzkumu proměny české společnosti 2015, materiál k tiskové konferenci 20. 6. 2016, s. 20, [on-line], [cit. 2019-01-30], dostupné na: [http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak\\_Cesi\\_travi\\_cas\\_TK\\_20-06-2016.pdf](http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak_Cesi_travi_cas_TK_20-06-2016.pdf) s. 14

<sup>88</sup> Srov. Tamtéž s. 14

<sup>89</sup> Srov. Tamtéž s. 14

<sup>90</sup> Srov. Tamtéž s. 14-15

## 6.2 Životní styl současné české rodiny, „Adult Literacy Survey“

Trávení volného času v rodině odborníci rozdělují na aktivní a pasivní. Do aktivních činností je zařazeno vše, co může člověk aktivně ovlivňovat, jako stolní hry, sportovně turistické činnosti, poznávací činnosti i hry na hudební nástroj. Do pasivního trávení volného času je zařazeno sledování televize, návštěva kina či přátel. Jsou to aktivity, na kterých se člověk podílí nepřímo, a tím nemůže jejich průběh ovlivnit. V tabulce níže jsou vyjmenovány volnočasové aktivity české rodiny. V oblasti společných aktivit dominují výlety a sledování televize. Nejméně oblíbenou společnou aktivitou v české rodině je četba a ruční práce. Více údajů viz Tabulka 8.<sup>91</sup>

Výsledky v tabulce č. 9 jsou zajímavé v porovnání s tím, že v rámci „*Adult Literacy Survey 1994–1998*“ (in Možný, I., 2002) probíhal výzkum stavu společnosti v rámci 18 států a Česká republika umístila se na čtvrtém místě v procentu dospělých, kteří uvádějí, že se denně nejméně dvě hodiny věnují sledování televize. Tím v mezinárodním srovnání patří Češi k velkým televizním divákům.<sup>92</sup>

**Tabulka 9: Typické volnočasové aktivity provozované se členem rodiny (v %)**

Volnočasová aktivita	%
Procházky a výlety	87,9
Sledování TV	86,2
Stolní hry	77,1
Návštěva kina	75,3
Návštěva divadla	73,3
Práce na zahradě	63,8
Návštěvy, vyprávění	56,1

<sup>91</sup> Srov. KRAUS, B., et al., *Životní styl současné české rodiny*, s. 153–158

<sup>92</sup> Srov. MOŽNÝ, I., *Česká společnost: nejdůležitější fakta o kvalitě našeho života*, s. 143 - 157

Volnočasová aktivita	%
Sport	55,6
Návštěva koncertů	55,4
Provozování hudby	47,0
Poslech hudby – doma	43,2
Zájmové kroužky	35,7
Žádné	30,6
Návštěva restaurací	30,1
Kuřilství	25,8
Ruční práce	13,5
Četba	10,8

Poznámka: respondenti mohli zvolit více možností (nebylo omezeno)  
zdroj: KRAUS, B., et al., Životní styl současné české rodiny

V zahraničních i domácích výzkumech bylo prokázáno, že aktivní trávení volného času má pozitivní vliv na životní spokojenost. Toto potvrzují i výsledky výzkumu „*Volný čas jako součást životní spokojenosti žen ve věku střední a pozdní dospělosti*“, který proběhl u vzorku 48 žen ve věku 39 – 66 let v roce 2005. Ze zjištění v rámci tohoto výzkumu vyplývá, že ženy považují pravidelnou aktivitu za jednu z možností udržování fyzické a i psychické kondice. V rámci těchto činností také očekávají naplnění sociálních a kulturně společenských potřeb. Neméně významnou je pro ně komponenta relaxace, radosti a zábavy. Pohybové aktivity a aktivní trávení volného času je vnímané jako důležitý aspekt životní spokojenosti.<sup>93</sup>

Dle výše uvedeného výzkumu se volný čas objevuje uprostřed preferencí, které ovlivňují u žen životní spokojenost stejně jako manželství a partnerství. Nejvýše ženy

<sup>93</sup> Srov. HRUBÁ, R., OTIPKOVÁ, D., ŠTĚRBOVÁ, D., HARVANOVÁ, J., *Volný čas a pohyb součástí životní spokojenosti žen ve věku střední a pozdní dospělosti*, s. 10, [on-line], [cit. 2019-01-31], dostupné na: <https://cmps.ecn.cz/pd/2006/texty/pdf/hruba%20a%20kol.pdf>



hodnotily oblast vztahu k dětem a bydlení. Následně pak k přátelům, známým, příbuzným práci a sexualitě. Překvapivě se jako nejnižší preference objevuje dimenze financí.<sup>94</sup>

### 6.3 Jak vojáci tráví čas v zahraničním nasazení

Ve své bakalářské práci jsem se věnoval tématu „Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení“. Z mého výzkumu, který jsem v rámci této práce prováděl, vyplynulo, že většinová část aktivit ve volném čase vojáků v zahraničních operacích je věnována sportu. Toto se pojí s tím, že dobrá fyzická kondice je v podmínkách zahraničního nasazení důležitým faktorem vojenského profesionála. Jde také ruku v ruce s psychickou kondicí a pohodou. Jak je prokázáno, sport je nejlepším prostředkem pro odbourání přebytečného adrenalinu, který je vzhledem k vykonávané činnosti vojáků v zahraničním nasazení značně vysoký. Sport následuje s odstupem 20 % sledování televize a nemalou měrou se podílí na trávení volného času komunikace s rodinou.<sup>95</sup> Procenta poměru trávení volného času viz. Tabulka č. 10.

**Tabulka 10: Způsob trávení volného času v zahraničních operacích (v %)**

Druh volnočasové aktivity	%
Sport	33
Sledování TV - filmů	13
Četba	5
Komunikace s rodinou	17
Internet	12
Spánek	9
Studium	9
Jiné	2
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014 str. 36

<sup>94</sup> Srov. Tamtéž, s. 6 – 7

<sup>95</sup> Srov. *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014 s. 36

Dále v rámci mého výzkumu téměř všichni respondenti (99 %) souhlasili s tvrzením, že „Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na výkonnost při plnění bojových úkolů v zahraniční operaci“. Z toho nám vyplývá, že kvalitní trávení volného času má pozitivní vliv na činnost vojáků, a proto je možné předpokládat, že i na jeho spokojenost.<sup>96</sup> S obdobným výsledkem (99 %) odpovídali respondenti i na dotaz „zda se při aktivním trávení času dokáží oprostít od problémů spojených s nasazením v zahraničí“, čímž souhlasili s relaxačním účinkem správně využitého volného času. Pozitivní vliv volného času na regeneraci sil a uspokojení vojáků v zahraničních operacích je nepopíratelný.<sup>97</sup>

## 6.4 Vliv životní spokojenosti na kariéru důstojníků

Zajímavá studie proběhla ve Švýcarsku v roce 2011, kde se 221 kariérních důstojníků Švýcarské armády zúčastnilo výzkumu, jaký vliv má životní spokojenost na jejich kariérní růst. (*Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers?*)

Radost, angažovanost, pozitivní myšlení, volný čas, to vše souvisí s uspokojováním potřeb utvářením životní spokojenosti, která se vzájemně ovlivňuje se spokojenosti pracovní.

Toto byla první studie, která se zabírala štěstím v prostředí Švýcarské armády a ve vojenském prostředí vůbec. Ve Švýcarské armádě proběhla v letech 1995–2004 značná restrukturalizace z důvodu snižování rozpočtu na armádu, což vedlo ke snižování počtů armády, a tím k větší nervozitě personálu a ke snížení možnosti kariérního růstu (v České republice probíhala obdobná situace v letech 2008–2015).

Snižování rozpočtu je vždy úzce spojeno se snižováním početních stavů ozbrojených sil, které má zpravidla kvantitativní charakter a má přímý vliv na kvalitativní následky. Vede k výrazným organizačním změnám (reorganizacím), které vnášejí nejistotu a stres do pracovního prostředí.<sup>98</sup>

---

<sup>96</sup> Srov. *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014 str. 37

<sup>97</sup> Srov. Tamtéž str. 38

<sup>98</sup> Srov. ČUKAN, K., MATIS, J., ŠKVRNDA, F., *Aktuální problémy vojenskej sociologie, Sociologický pohľad na ozbrojené sily Slovenskej republiky*, s. 20

Z výsledků studie vyplynulo, že životní spokojenost přímo koreluje s pracovním úspěchem. Dotazovaní důstojníci, kteří byli spokojeni se životem, byli následně spokojeni i se svou kariérou, a naopak. Studie potvrdila, že radost ze života, angažovanost v životě a pozitivní náhled na život ovlivňují kladně životní spokojenost důstojníků. Studie dále prokázala, že důstojníci, kteří vedou aktivní život, jsou také spokojeni s obsahovými aspekty jejich práce, s její různorodostí a mají větší zájem o to, co dělají.<sup>99</sup>

Ze závěrů této studie vyplynulo, že je nutné vypracovat strategii, jak zlepšit pracovní i životní spokojenost vojenského personálu. Dále tato zjištění vedla k iniciaci vývoje individuálního vzdělávacího programu pro zlepšení jejich schopnosti identifikovat a využívat vlastní síly (relaxace ve volném čase, pozitivní pohled na život atd.) tak, aby opatření měla pozitivní dopad na jejich osobní i profesní růst. Strategie by se měla zaměřit na zvýšení životní spokojenosti důstojníků, a tím by měla i zvýšit jejich angažovanost v práci. Kromě individuálního vzdělávání by bylo na základě studie také přínosné, aby se příprava orientace na štěstí důstojníků stala součástí výcvikového modulu pro budoucí kariérové důstojníky. Proto není překvapivé, že studie zdůrazňuje potřebu a význam aplikace pozitivní psychologie v tomto specifickém prostředí.<sup>100</sup>

Profesionální armáda klade vyšší nároky na kvalitu přípravy vojenských profesionálů, a zejména důstojníků, kteří jsou zodpovědní za velení a řízení jednotek. Důstojníci musí být připravováni tak, aby se stali součástí sociálního systému, s kterým se ztotožňují. Nebudou pouze pasivním produktem tohoto sociálního systému, ale jeho aktivním prvkem. Toto se projevuje v přístupu k aktuálnímu sociálnímu systému a také aktivním vstupem do jeho vylepšování a přetváření.<sup>101</sup>

---

<sup>99</sup> Srov., PROYER, R., ANNEN, H., EGGIMANN, N., SCHNEIDER, A., RUCH, W., *Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers?*, s.577–590, [on-line], Social indicator research. Vol. 106, Issue 3, [cit. 2019-02-01], dostupné na: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-011-9823-8>

<sup>100</sup> Srov. Tamtéž s. 586 - 588

<sup>101</sup> Srov. ČUKAN, K., MATIS, J., ŠKVRNDA, F., *Aktuální problémy vojenskej sociologie, Sociologický pohľad na ozbrojené sily Slovenskej republiky*, s. 43

## 6.5 Analýza výskytu rizikového chování v prostředí AČR

V rámci resortu Ministerstva obrany neproběhl žádný sociologický výzkum v oblasti životní spokojenosti nebo kvality života personálu MO. Ale zajímavé výstupy můžeme získat z projektu, který proběhl v letech 2014 – 2015 pod názvem „*Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR*“.

Stres, jako faktor, který výrazně ničí kvalitu života mnoha lidem, se ukazuje jako velmi podstatná součást života vojáků. Z výsledků zjištěných v rámci tohoto projektu vyplývá, že ve stresu se cítí přibližně polovina dotázaných. Nejčastěji mezi vojáky roste s hodností a s věkem klesá. Typickým zaměstnancem, který je nejčastěji ve stresu, je tedy mladý voják/vojákyne v důstojnické hodnosti. Za jeho nejčastější důvod stresu uvádějí dotazovaní zcela jasně nedostatek času, s velkým odstupem pak rodinné problémy. Celkově unavená se alespoň někdy cítí více než 1/3 všech dotázaných. Trvalou únavu po dobu delší než půl roku, která může již mít souvislost s únavovým syndromem, pocítuje nezanedbatelná část armádního personálu. Více než ¼ lidí v armádě uvádí, že při únavě mají další doprovodné příznaky typu bolest svalů, hlavy, zad či celkový stav vyčerpání. Když měli respondenti označit na škále od 1 do 5 intenzitu své únavy v posledních třech měsících, pohybovala se známka někde v polovině stupnice. Převážná část dotazovaných přičítá svou únavu spíše pracovnímu vypětí než rodinným problémům. Zároveň je potřebné poznamenat, že není možné oddělovat osobní a pracovní problémy. Většina osobních problémů vyplývá z problémů pracovních a na druhou stranu se výraznou měrou podílejí na problémech pracovních.<sup>102</sup> Nižší míra intenzivní únavy se projevila u vojáků, kteří slouží u jednotek, kde mají jasnou budoucnost na následujících několik let. Dále u jednotek, kde je činnost dobře dlouhodobě naplánovaná a činnost jednotky se řídí tímto plánem bez zásadních změn.<sup>103</sup>

Snížení míry intenzivní únavy a stresu napomáhá změna byrokratického chápání a uplatňování nedělitelné velitelské pravomoci. Novými požadavky vojenství je delegování zodpovědnosti a pravomoci na nižší stupně velení, čímž se zvyšuje důvěra

---

<sup>102</sup> Srov. KORČOKOVÁ, Z., PLACHÁ, J., *Sociální poradenstvo – súčasť sociálneho zabezpečenia profesionálneho vojaka*, in *Komplexné sociálne zabezpečenie vojenského profesionála*, s. 138

<sup>103</sup> Srov. *Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR*, Závěrečná zpráva z výzkumu, s. 17–18

v jejich schopnosti a dovednosti. Participativní způsob řízení a velení, přechod z příkazového na úkolový systém velení přispějí k vyšší samostatnosti nižších velitelů, a tím i vyšší snaze dodržování vlastního plánování.<sup>104</sup>

Z výše uvedeného vyplývá, že zaměstnanci rezortu obrany mají problém s nedostatkem času, přetížením, které má vliv na vznik stresu. Tyto skutečnosti mohou mít a mají negativní vliv na jejich kvalitu života, potažmo životní spokojenost.

Je zajímavé, že podle výše zmiňovaného výzkumu se relativně velké množství dotázaných shodlo, že není způsobu trávení volného času věnována dostatečná pozornost ani ze strany MO, ani ze strany organizační složky, u které aktuálně slouží. Zlepšení situace by podle nich přineslo zejména navýšení finančních prostředků na zabezpečení volnočasových aktivit.<sup>105</sup>

V letech 2015–2018 došlo k navýšení rozpočtových prostředků Ministerstva obrany, a tím i ke zlepšení v oblasti zabezpečení volnočasových aktivit jak po stránce materiální, tak i finanční. Oblasti prevence rizikového chování, zabezpečení volnočasových aktivit, a tím i péči o vojáka ve volném čase je v současné době věnována mnohem větší pozornost, než tomu bylo v minulosti. K udržení tohoto progresu je nutné zabezpečit dostatečný počet finančních prostředků.

Společnost i Ministerstvo obrany musí změnit přístup k utváření socio - profesní skupiny vojenských profesionálů. K této změně musí být vytvořeny podmínky zejména ve vyčlenění finančních prostředků na obranu (2% HDP) z rozpočtu. Díky tomu bude možné zabezpečit zkvalitnění přípravy vojáků ve všech oblastech vytvořením nového efektivního systému přípravy profesionálních vojáků 21. století.<sup>106</sup>

V provedeném výzkumu se většina dotázaných shodla, že primárně by finanční prostředky na zabezpečení prevence rizikového chování měly být použity na nákup

---

<sup>104</sup> Srov. ČUKAN, K., MATIS, J., ŠKVRNDA, F., *Aktuální problémy vojenskej sociologie*, Sociologický pohľad na ozbrojené sily Slovenskej republiky, s. 44

<sup>105</sup> Srov. *Analýza možného výskytu rizikového chování v prostredí AČR*, s. 31

<sup>106</sup> Srov. ČUKAN, K., MATIS, J., ŠKVRNDA, F., *Aktuální problémy vojenskej sociologie*, Sociologický pohľad na ozbrojené sily Slovenskej republiky, s. 42

materiálu. Potřeba navýšení personálu pro zabezpečení volnočasových aktivit není dle respondentů potřebná. Většina také souhlasí se skutečností, že hlavní část finančních prostředků, pokud jsou poskytnuté na zabezpečení volnočasových aktivit, či prevenci rizikového chování, je investována do sportovních aktivit. S otázkou volného času také úzce souvisí sladění pracovního a osobního života, které se více než dobře daří polovině dotazovaných. ¼ dotazovaných však uvádí, že pracovní povinnosti zvládají na úkor rodiny.<sup>107</sup>

Není překvapující, že k podobným zjištěním jsem dospěl i ve své bakalářské práci (2014), kde se většina dotázaných vyjádřila, že ke zkvalitnění zabezpečení volnočasových aktivit je potřeba lepší materiální zabezpečení a pouze 6 % se vyjádřilo pro potřebu nárůstu personálu pro zabezpečení volnočasových aktivit. Údaje viz tabulka č. 11.<sup>108</sup>

Zajímavé je také zjištění, že dotazovaní vnímají potřebu poradenství poskytovaného zaměstnavatelem, a to v následujícím pořadí: Dluhové poradenství, sociální poradenství, psychologické poradenství a rodinné poradenství.<sup>109</sup>

---

<sup>107</sup> Srov. *Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR*, Závěrečná zpráva z výzkumu, s. 32

<sup>108</sup> Srov. *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014 s. 36

<sup>109</sup> Srov. *Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR*, Závěrečná zpráva z výzkumu, s. 29 - 32

**Tabulka 11: Doporučení pro zkvalitnění volného času v zahraničních operacích**

Doporučení	%
Lepší materiální zabezpečení	65
Více finančních prostředků	12
Zkvalitnění vzdělávání velitelů v oblasti volnočasových aktivit	9
Odborný personál pro volnočasové aktivity	6
Jiné	5
Zavedení normy, předpisu pro využití volného času	0
Celkově platná %	98
Neudali	2
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014 str. 36

Význam podpory rodiny se dále projevuje i v doporučení dotazovaných na směřování peněz, které jsou pro prevenci rizikového chování a k zabezpečení volnočasových aktivit k dispozici. Investovat by se mělo do sportovních aktivit a společných akcí s rodinami. Dle daného výzkumu je rodina významným faktorem v životě vojáků, který ovlivňuje jejich životní, ale i pracovní spokojenost.<sup>110</sup>

Sociálním zabezpečením rodin profesionálních vojáků rozumíme komplex společenských vztahů, prostřednictvím kterých se zabezpečují potřeby jejich příslušníků. Toto se realizuje sociální politikou rezortu obrany, kterou můžeme chápat jako komplex opatření, které napomáhají nerušenému průběhu služby vojenských profesionálů. Významnou roli v tomto komplexu opatření má:

1. oblast služebního režimu;
2. oblast finančního a materiálního zabezpečení;
3. oblast stavebně – ubytovacího zabezpečení;

<sup>110</sup> Srov. *Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR, Závěrečná zpráva z výzkumu*, s. 29

4. oblast zdravotního a nemocenského zabezpečení;
5. oblast kulturního rozvoje osobnosti a její vzdělávání.

Pokud rezort obrany chce, aby došlo k rozšíření péče o rodinné příslušníky v daných oblastech, je nezbytně nutné navýšit finanční prostředky na tyto oblasti a také navýšit personál pro naplnění zabezpečení v daných oblastech.<sup>111</sup>

---

<sup>111</sup> Srov. HOLLÁNOVÁ, L., *Rodina profesionálního vojáka, Problémy vznikající odlúčením od rodiny*, in *Komplexné sociálne zabezpečenie vojenského profesionála*, s.. 96 - 97



## 7. Výzkumná část

V poslední kapitole diplomové práce bych rád prezentoval výsledky dotazníkového šetření, které proběhlo mezi vybranými příslušníky Vojenské policie. Pro zjištění vlivu volného času na životní spokojenost jsem použil vlastní dotazník o jedenácti otázkách.

### 7.1 Cíle výzkumu, problémové okruhy

V letech 2014–2015 proběhl v rámci AČR projekt pod názvem „*Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR*“. V rámci realizace tohoto projektu bylo zjištěno, že příslušníci AČR si stěžují na nedostatek volného času, čímž se zvyšuje předpoklad existence stresových situací a následný negativní vliv na jejich životní spokojenosti.

Cílem tohoto výzkumu je zjistit s odstupem čtyř let, vliv volného času na životní spokojenost příslušníků VP pomocí výstupů z dotazníkového šetření. Dílčím cílem šetření je porozumět významu, který kladou příslušníci VP trávení volného času, a jakým způsobem ho tráví. V návaznosti na trávení volného času pak analyzovat, jaké trávení volného času vybraných aktérů má největší preventivní funkci proti rizikovému chování.

Na základě prostudovaných materiálů, vlastních zkušeností, výstupů z domácích i zahraničních výzkumů týkajících se životní spokojenosti, kvality života, volného času a výskytu rizikového chování, jsem zvolil následující hypotézy:

H1 – způsob trávení volného času má vliv na životní spokojenost příslušníku VP;

H2 – životní spokojenost pozitivně ovlivňuje pracovní výkonnost;

H3 – preferovaná forma trávení volného času příslušníků VP je aktivní forma trávení volného času;

H4 – kvalitní trávení volného času má preventivní funkci vůči rizikovému chování.

## 7.2 Metodika výzkumu

Pro aplikaci kvantitativního výzkumu byla použita dotazníková technika. Tento způsob jsem zvolil jako optimální cestu ke zjištění údajů potřebných pro naplnění cíle. Tato technika má své výhody, a to zejména v tom, že umožňuje v krátké době získat velký počet údajů od relativně vysokého počtu osob. Její výhody pro mě, jako interního aktéra jsou také ve snadné a rychlé kontrole výzkumných materiálů a následné možnosti jejich statistického zpracování. Zejména u otázek, které zjišťují roli zaměstnavatele v zajištění určitých činností je důležitá relativně vysoká anonymita, kterou dotazník poskytuje.

Pro naplnění cílů této práce byla zvolena sociální skupina příslušníků VP. Výběrový soubor 100 příslušníku VP byl sestaven průřezově z různých expozitur VP ve vojenských posádkách v ČR, různých věkových skupin, z respondentů různých zkušeností, pohlaví, rozdílné délky služby u VP, specializace a hodnostních sborů. Tímto byly vytvořeny podmínky pro získání různorodého vzorku respondentů z řad příslušníků VP.

Pro potřeby praktické části diplomové práce byl sestavený dotazník týkající se volného času, životní spokojenosti a volnočasových aktivit o 11 otázkách a souhlasem či nesouhlasem s několika tvrzeními:

1. Považujete dobu, kterou máte pro Váš volný čas, za dostatečnou?
2. Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času?
3. Při jakém způsobu trávení volného času si nejvíc odpočínáte, „Dobijete baterky“?
4. Vyznačte, jak často vyplňujete volný čas aktivitami v tabulce níže:
  - sport;
  - četba;
  - studium;
  - sledování TV, filmů;
  - trávení času na čerstvém vzduchu (procházky, práce na zahrádce atd.);
  - internet;
  - hraní s dětmi;
  - posezení s přáteli v restauraci;
  - nemám žádný volný čas;

- jiné (napište jaký).
5. Jak jste spokojeni se svým životem?
  6. Myslíte, že životní spokojenost ovlivňuje nebo neovlivňuje pracovní výkonnost?
  7. V tabulce níže označte Váš názor na to, jaký vliv mají níže uvedené faktory na prevenci vůči rizikovému chování (RCH), jako je alkoholismus, drogy, domácí násilí, gaming atd.
    - aktivní trávení volného času (sport, procházky, práce na zahrádce atd.);
    - četba ve volném čase, studium;
    - sledování TV, filmů;
    - internet;
    - trávení času na čerstvém vzduchu (procházky, práce na zahrádce atd.);
    - práce na pracovišti;
    - posezení s přáteli v restauraci;
    - nakupování;
    - práce na vlastním majetku (oprava rodinného domu, chaty atd...).
  8. Domníváte se, že jsou ze strany Vašeho zaměstnavatele vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času vojáků s jejich rodinami?
  9. Myslíte, že čas, který trávíte s rodinou, je dostačující nebo nedostačující?
  10. Jaké využívání volného času je nejvíc podporované ze strany Vašeho zaměstnavatele?
  11. Vyjádřete (označte) svůj souhlas nebo nesouhlas s následujícími výroky:
    - ze strany Ministerstva obrany je zabezpečení volného času vojáků věnována dostatečná pozornost;
    - kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na pracovní výkonnost;
    - ostatní armády věnují větší pozornost problematice trávení volného času vojáků;
    - při aktivním trávení volného času se dokážu oprostit od problémů spojených s prací;
    - životní spokojenost má vliv na kariéru v práci;
    - využití volného času má vliv na to, jak je člověk v životě spokojený;
    - fyzická kondice jde ruku v ruce s psychickou vyrovnaností;
    - při aktivním trávení volného času se dokážu oprostit od problémů spojených s rodinou (mimopracovních problémů).

## 7.3 Organizace a průběh výzkumu

Sběr dat probíhal v průběhu měsíce února 2019 na různých místech výkonu služby příslušníku Vojenské policie v České republice. Někdy se jednalo o menší skupiny, někdy o jednotlivce a některým respondentům byl po domluvě dotazník zaslán elektronicky. Při plnění výkonu činnosti VP je totiž velmi náročné shromáždit v určitý čas, a na jedno místo větší skupinu respondentů.

Všem respondentům byl standardní formou sdělen účel a způsob průzkumu. Všichni respondenti, kteří se šetření zúčastnili, udávali dobrý fyzický i psychický stav. Průzkum proběhl na základě dobrovolnosti a ochotě pomoci kolegovi s jeho výzkumem. Respondenti byli upozorněni, že dané informace získané šetřením, budou anonymní, použity pouze pro studijní účely a že se s jednotlivými vyplněnými dotazníky nebudou seznamovat žádné jiné osoby.

Dotazník byl vždy administrován z pozice kolegy – studenta, který potřebuje pro realizaci výzkumu pro svou diplomovou práci získat informace o volnočasových aktivitách svých kolegů, o jejich názorech na životní spokojenost, kvalitu života atd.

## 7.4 Interpretace výsledků

Vzhledem k počtu respondentů byla analýza dat získaných v rámci výzkumu zpracována za pomoci výpočetní techniky. V programu Microsoft Excel jsem vytvořil tabulku, do které byla získaná data od respondentů dotazníkovou technikou zaznamenána a statisticky vyhodnocena. Následně byly tabulky a grafy vytvořeny opět v programu Microsoft Excel a zkopírovány do programu Microsoft Word.

Data získaná od respondentů v rámci výzkumu jsem rozdělil do čtyř dílčích okruhů. Tyto okruhy budou následně rozpracovány v interpretaci výsledků výzkumu. Jedná se o následující témata:

1. volný čas, jeho dostatek a způsob jeho naplňování;
2. angažovanost Ministerstva obrany v oblasti zabezpečení volnočasových aktivit;
3. spokojenost se životem a vliv životní spokojenosti na další život;
4. rizikové chování.

## 1. Volný čas, jeho dostatek a způsob jeho naplňování.

První okruh otázek byl věnován tématu volného času, jeho dostatku či nedostatku a preferovanému způsobu jeho naplňování. V rámci tohoto okruhu jsem se také zajímal o oblast trávení času s rodinou, a to zejména jestli jsou respondenti spokojeni s množstvím času, který mají s rodinou k dispozici. V první tabulce 12 je uvedeno, jak se respondenti vyjádřili k množství volného času, s kterým disponují.

**Tabulka 12: „Považujete dobu, kterou máte pro Váš volný čas za:“ (v %)**

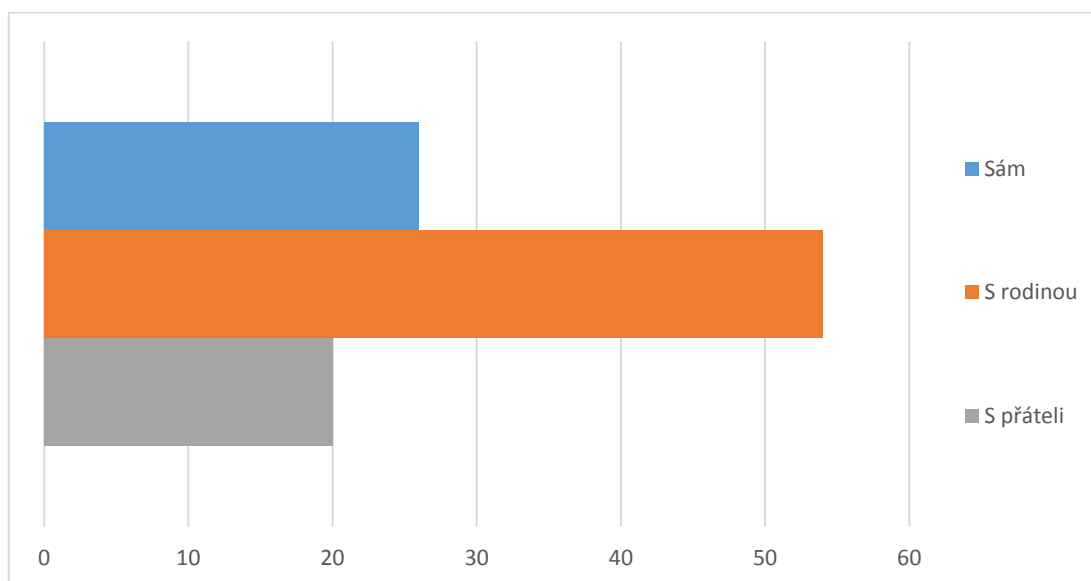
Rozhodně dostačenou	15
Spíše dostatečnou	47
Spíše nedostatečnou	34
Rozhodně nedostatečnou	4
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: vlastní výzkum

Poměrně malá skupina dotázaných (15 %) se vyjádřila, že má rozhodně dostatek volného času. Zajímavé je, že většina z těchto respondentů (80 %) dojíždí do místa služby z místa bydliště. Je pravděpodobné, že uvedení respondenti setrvávají v místě služby celý týden mimo rodinu, a tím jim vzniká větší prostor pro volný čas. Největší skupinou respondentů (47 %) považuje dobu, kterou mají pro trávení volného času, za spíše dostatečnou. Tato skupina se téměř rovnoměrně rozděluje na ty, kteří dojíždějí do místa služby (53 %), a na ty, co slouží v místě bydliště (47 %). Nejmenší skupina respondentů (4 %) považuje dobu k trávení volného času za nedostačenou. U všech (100 %) se jedná o dojíždějící respondenty. Je pravděpodobné, že dojíždějí do místa bydliště denně a poměrně velké množství času tráví cestou do místa služby a zpět do místa, kde žijí. Celkově je možné konstatovat, že většina respondentů (62 %) považuje dobu, kterou disponují pro trávení volného času, za dostatečnou.

V následujícím grafu je znázorněné, při jakém způsobu trávení volného času si nevíce odpočinu, resp. s kým respondenti preferují trávení volného času.

**Graf 2: „Při jakém způsobu trávení volného času si nejvíc odpočnete?“ (v %)**

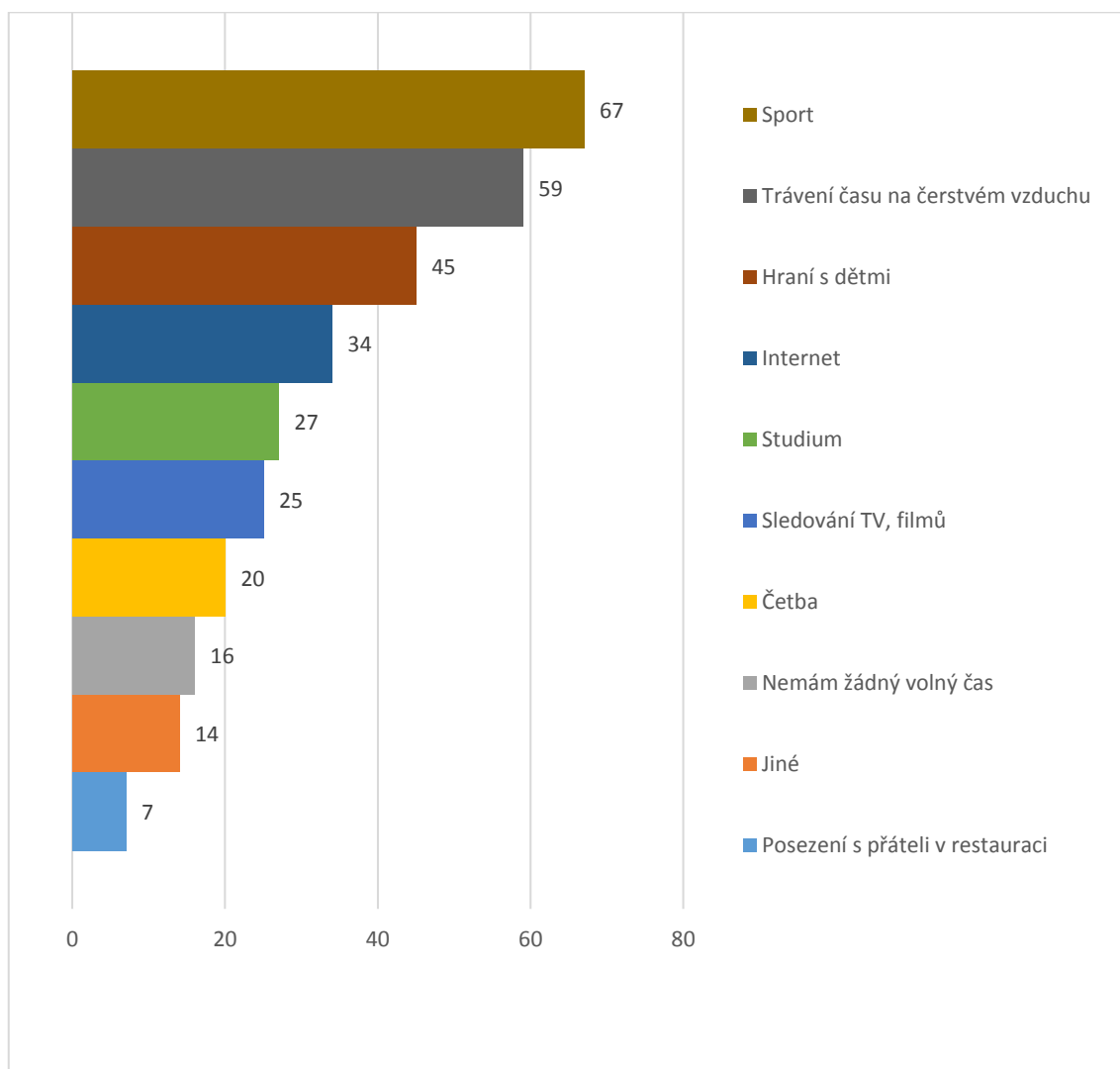


zdroj: vlastní výzkum

Z údajů uvedených v grafu č. 2 výše vyplývá, že největší skupinou respondentů (54 %) jsou ti, kteří si nejvíc odpočinou při trávení volného času s rodinou. Není překvapením, že 76 % těch, kteří si odpočinou při trávení volného času s rodinou, jsou respondenti ženatí, nebo žijící ve vztahu. Nejmenší skupinou (20 %) jsou respondenti, kteří preferují trávení volného času s přáteli. Poslední skupinou jsou respondenti (26 %), kterým nejvíc vyhovuje, pokud nejsou rušeni a preferují trávení volného času o samotě. Tato skupina se skládá z respondentů, kteří jsou ženatí nebo žijí ve vztahu (58 %), svobodní (31 %) a rozvedeni (11 %). Převážná část (73 %) ženatých respondentů, kteří udali, že tráví nejraději volný čas samotní, dojíždí do místa služby. Je tedy možné konstatovat, že vzhledem k jejich odloučení od rodiny využívají volný čas sami. Tato skutečnost se bude týkat zejména respondentů, kteří dojíždějí do místa bydliště pouze na víkendy. Z vlastní zkušenosti vím, že týdenní a někdy i více týdenní odloučení od rodiny je náročné. O víkendech, kdy je člověk doma, musí v maximální možné míře věnovat všechnen svůj čas k vyřešení různých záležitostí týkajících se bydlení, rodiny, úřadu atd. Následně se pak ve volném čase snaží věnovat rodině. Je možné předpokládat, že i z těchto důvodů preferují tito respondenti v týdnu trávení volného času o samotě.

V následujícím grafu č. 3 jsou uvedené volnočasové aktivity, které respondenti označili, že je praktikují stále nebo často. Respondenti mohli označit aktivity bez omezení množství na škále stále, často, občas, zřídka a nikdy.

**Graf 3: „Vyznačte, jakými aktivitami vyplňujete volný čas“ (v %)**



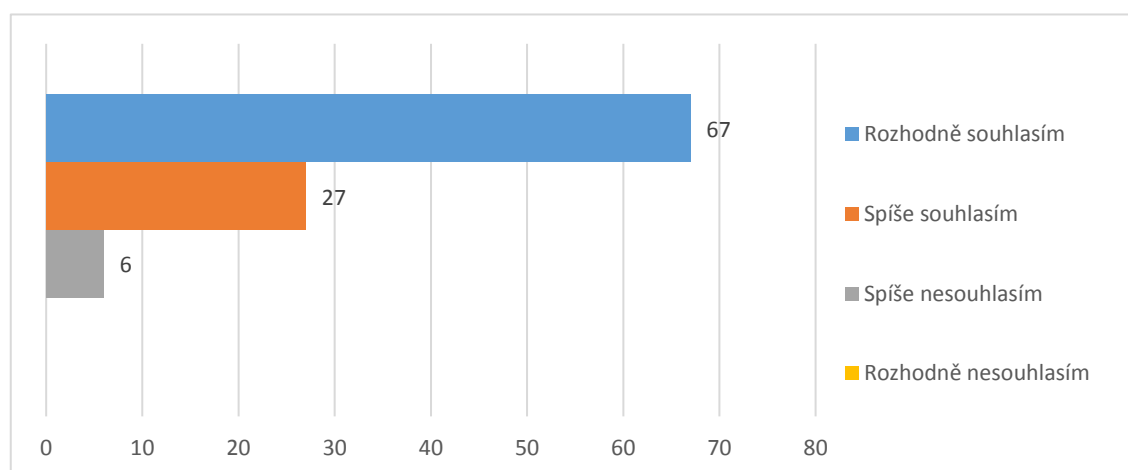
Respondenti mohli vybrat aktivity bez omezení množství.  
zdroj: vlastní výzkum

Z výše uvedeného grafu vyplývá, že nejvíce respondentů (67 %) preferuje sport jako volnočasovou aktivitu. Následně vysoké procento označilo opětovně aktivní způsob trávení volného času, a to trávení času na čerstvém vzduchu (58 %) a hraní s dětmi (54 %). Aktivity spojené s pasivním trávením volného času jsou zastoupeny u respondentů nižším procentem, a to: internet (34 %), studium (27 %), sledování TV (25 %), četba (20 %). Pozoruhodné je, že pouze relativně malá skupina (25 %) odpověděla, že svůj volný čas tráví sledováním TV. Toto je zajímavé zejména ve srovnání s výzkumy prováděnými ve světě, ve kterých Češi patří k zaujatým televizním divákům. 86 % udalo jako

volnočasovou aktivitu sledování televize).<sup>112</sup> Nezanedbatelná skupina (16 %) se vyjádřila, že volným časem nedisponuje. Toto je nejspíš ovlivněné skutečností, že z počtu respondentů, kteří se vyjádřili, že nemají volný čas, většina dojíždí (75 %) a jak se již dříve projevilo, je možné předpokládat, že tráví větší množství času denním dojížděním do místa výkonu služby z místa bydliště. Také dalším zajímavým zjištěním je, že nedostatek volného času udávají respondenti starší 35 let (63 %), z čehož je možné následně usuzovat, že s přibývajícím věkem a karierním postupem narůstá doba trávená vykonáváním pracovních činností na úkor volného času. Nejmenší skupina (7 %) tráví volný čas s přáteli v restauraci. Za jiné trávení volného času (14 %) většinou respondenti považují cestování, motorismus, péči o rodinu či domácího mazlíčka.

Jak bylo možné předpokládat, většina respondentů přikládá největší pozornost trávení volného času aktivním způsobem. Tento způsob trávení volného času vychází ze základu nároků na vojenského profesionála, kde je fyzická zdatnost jedním z podstatných požadavků na službu v AČR či VP. Z níže uvedeného grafu č. 4 je jednoznačné, že vojenští profesionálové považují fyzickou kondici za důležitou součást svého života. Převážná část respondentů (94 %) souhlasí s tvrzením (odpověděli rozhodně souhlasím a spíše souhlasím), že „Fyzická kondice jde ruku v ruce s psychickou vyrovnaností“. Pouze (6 %) respondentů spíše nesouhlasilo s tímto tvrzením.

**Graf 4: „Fyzická kondice jde ruku v ruce s psychickou vyrovnaností“ (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

<sup>112</sup> údaj uveřejněný v MOŽNÝ, I., *Česká společnost: nejdůležitější fakta o kvalitě našeho života*, s. 143–157



V následující tabulce jsou uvedeny odpovědi respondentů na otázku, jestli pocítují dobu, kterou tráví s rodinou, za dostačující či nedostačující.

**Tabulka 13: „Myslíte, že čas, který trávíte s rodinou, je:“ (v %)**

Rozhodně dostačující	12
Spíše dostačující	57
Spíše nedostačující	29
Rozhodně nedostačující	2
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: vlastní výzkum

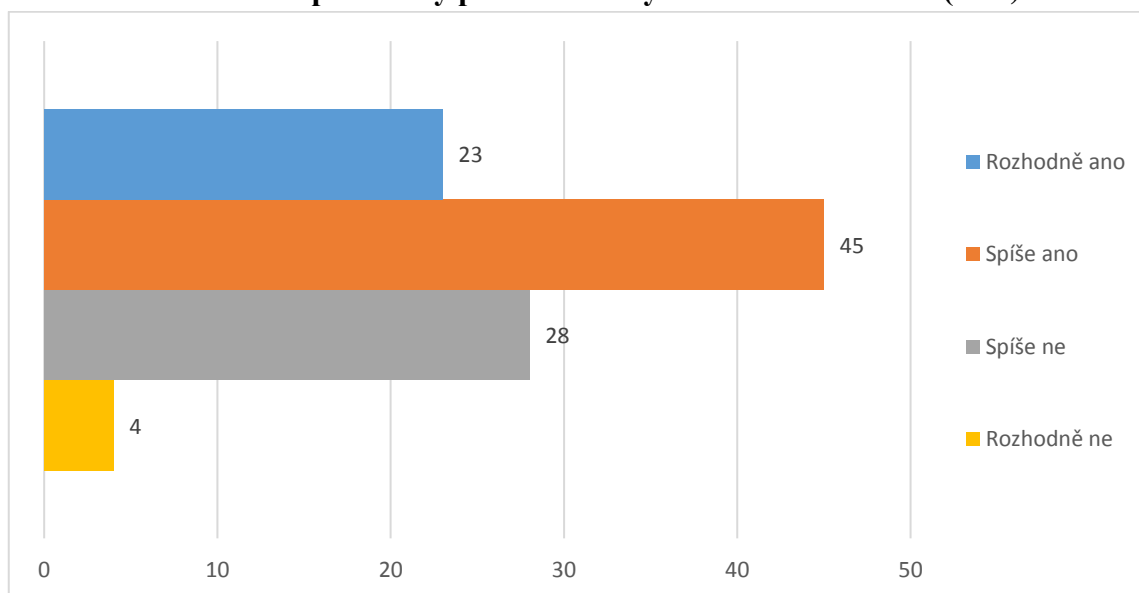
Z údajů uvedených v tabulce č. 13 se ukazuje, že převážná část respondentů je spokojená s množstvím času, které tráví s rodinou. Největší skupinou (57 %) jsou respondenti, kteří se domnívají, že množství času, které tráví s rodinou, je spíše dostačující. Z množství respondentů (69 %), kteří se kladně vyjádřili (rozhodně dostačující, spíše dostačující) k otázce dostatečnosti času, který mají na trávení s rodinou, víc jak tři čtvrtiny (78 %) dojíždí do místa výkonu služby z místa bydliště. Je možné předpokládat, že se jedná o denně dojíždějící s časově dobrou dostupností do místa bydliště. Na druhou stranu skupina respondentů (31 %), která se vyjádřila negativně (spíše nedostačující, rozhodně nedostačující) k množství času, který mají na trávení s rodinou, pochází ze 100 % z řad jednotlivců, kteří dojíždí z místa bydliště do místa výkonu služby. Příslušnost k hodnotnímu sboru, či činnosti, které respondenti vykonávají, se pohybují na úrovni rovnoměrnosti, bez významných odchylek. Z toho můžeme konstatovat, že dojíždění z místa bydliště do místa výkonu služby je nejmarkantnějším faktorem, který ovlivňuje spokojenost respondentů s množstvím volného času, který mají na trávení s rodinou.

## 2. Angažovanost Ministerstva obrany v oblasti zabezpečení volnočasových aktivit.

Druhý blok zabývající se výzkumem se orientuje na tematiku angažovanosti Ministerstva obrany v oblasti zabezpečení volnočasových aktivit, pozorností, jakou věnuje resort Ministerstva obrany volnočasovým aktivitám, a jaké volnočasové aktivity jsou ze strany resortu Ministerstva obrany nejvíce podporované z pohledu respondentů.

V grafu č. 5 jsou názorně zobrazené názory respondentů na otázku, jestli resort Ministerstva obrany vytváří vojákům z povolání dostatečné podmínky pro trávení volného času.

**Graf 5: „Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času?“ (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

Z grafu č. 4 plyne, že největší skupinou (45 %) jsou respondenti, kteří zastávají názor, že resort Ministerstva obrany spíše vytváří dostatečné podmínky pro kvalitní naplnění volného času. Pouze malá část respondentů (4 %) se domnívá, že resort Ministerstva obrany nevěnuje dostatečnou pozornost zabezpečení volnočasových aktivit. V mé bakalářské práci v roce 2014 se při odpovědi na obdobnou otázku (Je ze strany AČR dostatečně věnována pozornost volnočasovým aktivitám?) respondenti rozdělili na dvě velikostně téměř stejné skupiny a vyjádřili se protikladně (ano 56 %; ne 43 %).<sup>113</sup>

<sup>113</sup> Data uveřejněná v *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014

Vzhledem k tomu, že se větší část (68 %) respondentů vyjádřila pozitivně (rozhodně ano, spíše ano) k otázce vytváření podmínek pro zabezpečení volného času vojenských profesionálů, je možné na základě daných výsledků konstatovat kvalitativní posun při zabezpečování aktivit v oblasti volnočasových činností ze strany resortu Ministerstva obrany v posledních letech.

V tabulce č. 10 jsou znázorněny názory respondentů na otázku, které volnočasové aktivity nejvíc podporuje resort Ministerstva obrany.

**Tabulka 14: „Jaké využívání volného času je nejvíc podporované ze strany Vašeho zaměstnavatele?“ (v %)**

Sport	71
Rekreace	15
Kultura	11
Vzdělávání	1
Jiné	1
<b>Celkově platná %</b>	<b>99</b>
<b>Neudali</b>	<b>1</b>
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

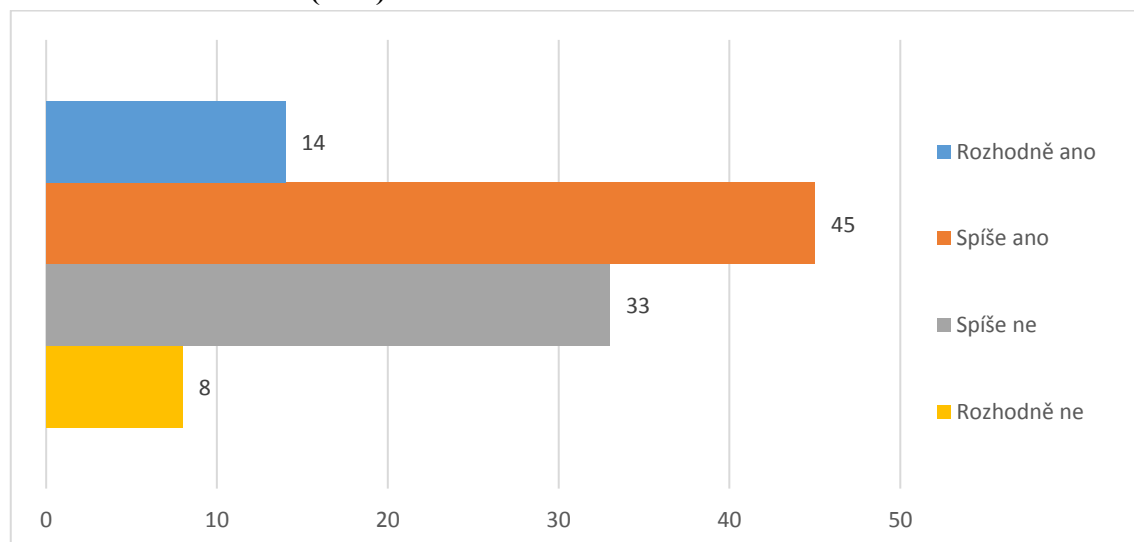
zdroj: vlastní výzkum

Podle očekávání z odpovědí vyplynulo, že největší skupina respondentů (71 %) si myslí, že ze strany resortu Ministerstva obrany dochází k největší podpoře sportu v rámci volnočasových aktivit. Jak již bylo několikrát zmiňované, fyzická zdatnost je jedním ze základních požadavků na vojenské profesionály, a proto je pochopitelné, že resort Ministerstva obrany vynakládá největší úsilí v oblasti zabezpečení možností zvyšování či udržování fyzické zdatnosti vojenských profesionálů ve volném čase. Druhá výrazně menší skupina (15 %) respondentů se domnívá, že resort Ministerstva obrany primárně zabezpečuje volnočasové aktivity v oblasti rekreace. Toto je ze strany resortu Ministerstva obrany zabezpečované cestou Vojenských lázeňských a rekreačních

zařízení, kde je možnost zakoupit si rodinnou rekreaci v České republice i v zahraničí. Vojáci z povolání mají po splnění určitých podmínek (odsloužená léta, druh speciální služby, zahraniční operace, fyzický věk) nárok na preventivní rehabilitaci v rozsahu 14 kalendářních dnů v roce. Toto ale není považované za volnočasovou aktivitu, ale za služební činnost. Nejmenší skupinou (1 %) jsou respondenti, kteří se domnívají, že resort Ministerstva obrany věnuje v dané oblasti největší pozornost vzdělávání. Jeden respondent (1 %) odpověděl, že resort Ministerstva obrany nedělá pro zabezpečení volnočasových aktivit vojáků nic.

V dalším grafu je zobrazený názor respondentů, zda resort Ministerstva obrany vytváří kvalitní podmínky pro využití volného času vojáků s jejich rodinami.

**Graf 6: „Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času vojáků s jejich rodinami?“ (v %)**



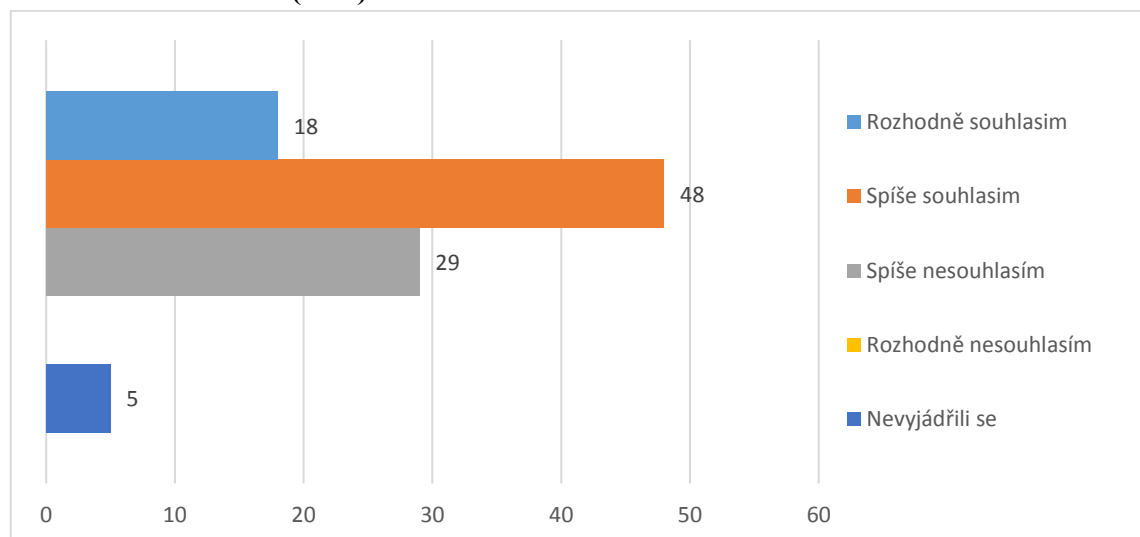
zdroj: vlastní výzkum

Z výše uvedeného grafu vyplývá, že téměř polovina (45 %) respondentů se domnívá, že ze strany resortu Ministerstva obrany jsou vytvářené dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času s rodinami. Celkově se pozitivně (rozhodně ano, spíše ano) vyjádřila nadpoloviční část (59 %) respondentů. Celkově překvapivé je, že z počtu respondentů, kteří se vyjádřili pozitivně v oblasti zabezpečení volnočasových aktivit pro rodiny vojáků, je většinová skupina vojáků (64 %), kteří dojíždí do místa služby z místa bydliště. Nejmenší skupina (8 %) se vyjádřila, že resort Ministerstva obrany rozhodně nezabezpečuje podmínky pro kvalitní naplňování volnočasových aktivit vojáků

s rodinami. U všech těchto respondentů se jednalo o důstojníky, kteří dojíždějí do místa služby z místa bydliště a jejich průměrný věk je 43,5 let. Z toho je možné dedukovat, že se jedná o důstojníky na vyšších pozicích s větší odpovědností, kteří vykonávají činnost, která je časově náročnější a přináší i větší pracovní zatížení. Celkově se k otázce negativně vyjádřilo 41 % respondentů. Pouze 22 % z respondentů, kteří se vyjádřili negativně k otázce zabezpečení možností kvalitního využití volného času s rodinou ze strany resortu Ministerstva obrany, slouží v místě trvalého bydliště. Z čehož pochopitelně vyplývá, že vojáci z povolání, kteří slouží v místě trvalého bydliště, mají větší možnosti využívání volnočasových nabídek ze strany resortu Ministerstva obrany se svými rodinami.

V následující tabulce jsou uveřejněny názory respondentů na tvrzení, že ostatní armády věnují větší pozornost problematice trávení volného času než Česká armáda, potažmo resort Ministerstva obrany.

**Graf 7: „Ostatní armády věnují větší pozornost problematice trávení volného času než AČR“ (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

V grafu č. 7 vidíme graficky znázorněné odpovědi respondentů na tvrzení, že ostatní armády věnují větší pozornost volnočasovým aktivitám. Tyto reakce můžou být částečně zkreslené, a to zejména z důvodu, že velká část respondentů (46 %) nemá zkušenosti ze zahraniční mise, a je zde tedy malý předpoklad, že mají osobní zkušenosti se zabezpečením volnočasových aktivit ze strany cizích armád. Větší skupina respondentů (rozhodně souhlasím, spíše souhlasím 64 %) se domnívá, že ze stran ostatních armád je

věnována volnočasovým aktivitám větší pozornost. Jak se dalo předpokládat, většina respondentů (75 %), kteří odpověděli, že ostatní armády věnují větší pozornost volnočasovým aktivitám, má zkušenosti ze zahraničního nasazení. Většina materiálního zabezpečení, zejména v oblasti sportovního využití, je v zahraničním nasazení zabezpečovaná ze strany jiných národů, nebo vedením základny, na které Česká jednotka působí. Toto je ze strany základny zabezpečované z prostředků vyčleňovaných pro „Morale Welfare Activities (MWA)“, do kterých přispívá rovnoměrně (dle počtu vojáků) každý stát, který na základně působí. Menší skupina respondentů (29 %) spíše nesouhlasí s tímto tvrzením. Pouze malá skupina (5 %) se nevyjádřila, a to nejspíš z důvodu, že nemají s danou problematikou žádné zkušenosti.

### 3. Spokojenost se životem a vliv životní spokojenosti na další život.

V další tabulce č. 15 jsou zobrazeny názory respondentů na jejich spokojenost se svým životem.

**Tabulka 15: „Jak jste spokojeni se svým životem“ (v %)**

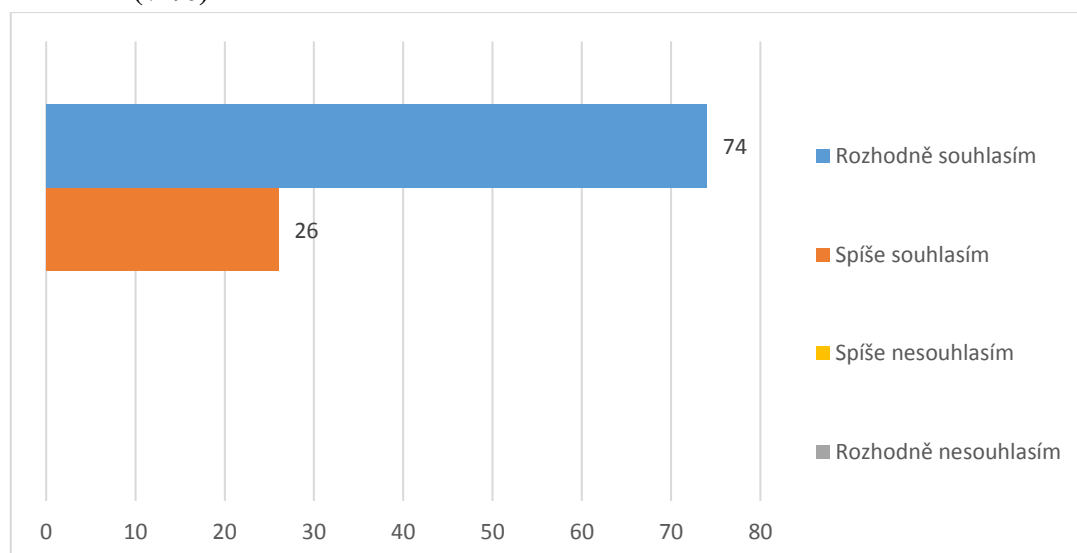
Rozhodně spokojen	46
Spíše spokojen	51
Spíše nespokojen	3
Rozhodně nespokojen	0
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: vlastní výzkum

Z výše uvedené tabulky vyplývá, že většina ze souboru respondentů je spokojena s tím, jak žijí a jaký je jejich život. Největší skupina (51 %) odpověděla, že je se svým životem spíše spokojena a hned za ní je skupina (46 %) respondentů, která je se svým životem spokojena rozhodně. Pouze malá skupina (3 %) respondentů odpověděla, že se svým životem není spokojena a nikdo se nevyjádřil, že se svým životem rozhodně spokojen není. Zajímavé je, že většina z respondentů (93 %), která se vyjádřila, že je rozhodně spokojena se svým životem, rovněž preferuje (vyjádřili se, že volný čas vyplňují sportem, nebo trávením času na čerstvém vzduchu stále, nebo často). Na druhou stranu všichni respondenti, kteří se vyjádřili, že se svým životem jsou spíše nespokojeni, také

v dotazníku uvedli, že stále nebo často nemají volný čas, a když ho mají, tráví ho pasivním způsobem. Z globálního pohledu je velice pozitivní, že téměř všichni (97 %) dotázaní respondenti jsou se svým životem spokojeni. Malá skupina respondentů, která odpověděla negativně, je pravděpodobně tak zaneprázdněna, že nemá dostatek času na naplňování svých potřeb a následnou regeneraci sil ve volném čase. Z toho je možné usuzovat na přímou souvislost vlivu volného času (regenerace sil ve volném čase) na životní spokojenost. Toto podporují i odpovědi respondentů, kteří za tvrzení že, *využití volného času má vliv na to, jak je člověk v životě spokojen*, odpověděli všichni jednotně, že „ANO“ viz graf č. 8.

**Graf 8: „Využití volného času má vliv na to, jak je člověk v životě spokojený“  
(v %)**

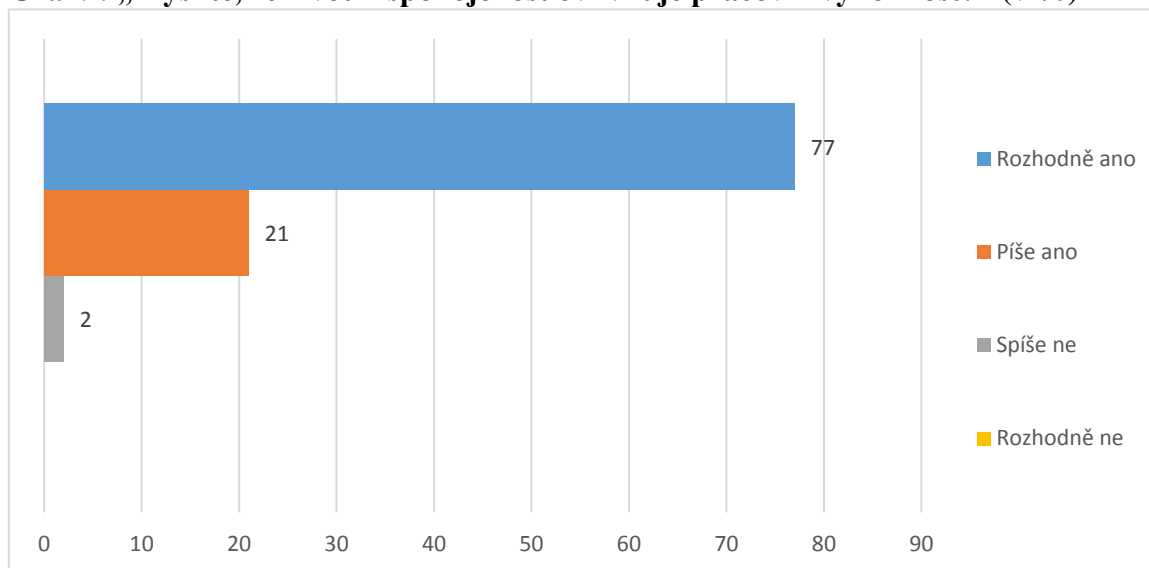


zdroj: vlastní výzkum

Ve výše uvedeném grafu je názorně zobrazeno, že 74 % respondentů s tvrzením rozhodně souhlasilo a zbytek respondentů (26 %) souhlasilo spíše.

V grafu č. 9 jsou znázorněné odpovědi respondentů na vztah životní a pracovní spokojenosti.

**Graf 9: „Myslíte, že životní spokojenost ovlivňuje pracovní výkonnost?“ (v %)**



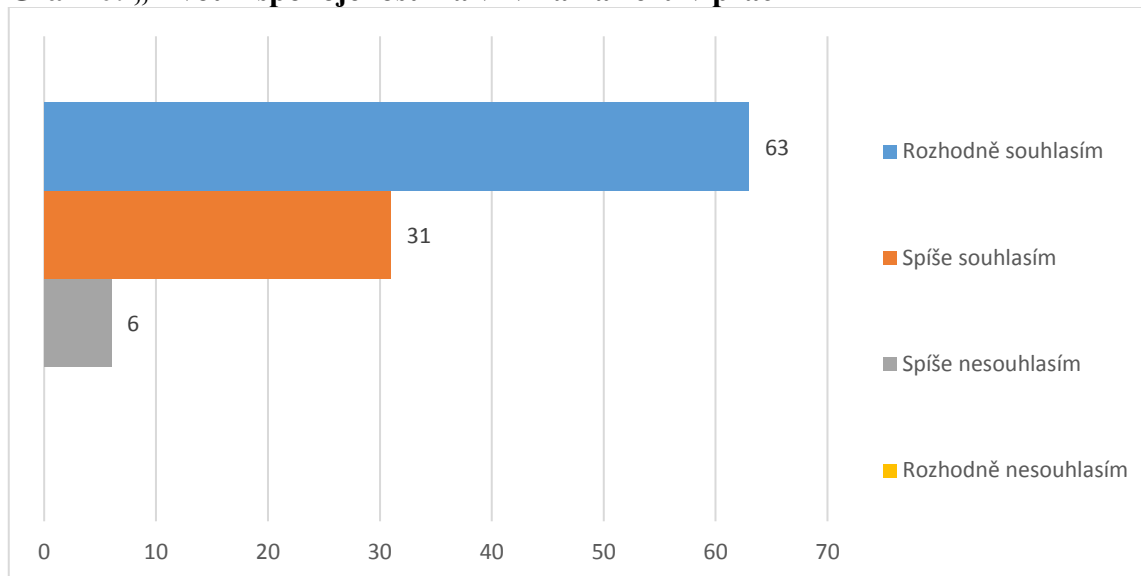
zdroj: vlastní výzkum

Podle J. Fahrenberg et al. (2001) je práce jednou z oblastí posuzování životní spokojenosti.<sup>114</sup> Životní a pracovní spokojenost se ovlivňují navzájem, proto není překvapivé, že téměř stejné procento respondentů, kteří v dotazníku udali spokojenost se svým životem (odpověděli rozhodně spokojen, spíše spokojen) také sdílí názor, že životní spokojenost ovlivňuje pracovní výkon. Z grafu č. 7 vyplývá, že převážná většina respondentů (98 %) se domnívá, že spokojenost v osobním životě ovlivňuje následně pracovní výkonnost. Z čehož větší skupina (77 %) odpověděla, že životní spokojenost má rozhodně vliv na pracovní výkonnost. Z vlastní zkušenosti vím, že když člověk není zatížen problémy v soukromém životě, které trvale vnitřně řeší, může se lépe koncentrovat na své pracovní aktivity, a tím zvyšovat svojí pracovní výkonnost. Při výkonu odborných činností Vojenské policie je potřebné být maximálně koncentrovaný. Jakékoli pochybení, způsobené nekoncentrováním z důvodu vnitřního řešení soukromých problémů, může mít dalekosáhlé následky. Pouze malá skupina (2 %) respondentů se vyjádřila, že životní spokojenost spíše nemá vliv na pracovní výkonnost. Většina respondentů zároveň zastává názor, že životní spokojenost má nejen vliv na pracovní výkonnost, ale i na kariéru a potažmo kariérní postup v práci viz Graf č. 10.

<sup>114</sup> FAHRENBERG, J., MYRTEK, M., SCHUMACHER, J., BRÄHLER, E. *Dotazník životní spokojenosti (DŽS)*, vyhodnocovací list



**Graf 10: „Životní spokojenost má vliv na kariéru v práci“**



zdroj: vlastní výzkum

Ve výše uvedeném grafu je názorně ukázané že, drtivá většina (94 %) respondentů se domnívá, že životní spokojenost má vliv na kariéru v práci. Z daných odpovědí respondentů je možné konstatovat, že příslušníci Vojenské policie se ztotožňují s názorem švýcarských důstojníků, že životní spokojenost přímo koreluje s pracovním úspěchem. Výsledky ukazují, že ti respondenti, kteří jsou spokojeni se životem, následně souhlasí, že životní spokojenost má vliv na pracovní výkonnost a jejich kariéru, a naopak. Studie „Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ *How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers?*“ je popsána v teoretické části.<sup>115</sup>

Přímou návaznost na vliv životní spokojenosti na pracovní výkonnost má i způsob trávení volného času. V tabulce č. 16 jsou uvedeny názory respondentů na tvrzení, že *kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na pracovní výkonnost.*

<sup>115</sup> Studie je popsána v teoretické části diplomové práce str. 49–50,

**Tabulka 16: „Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na pracovní výkonnost“  
(v %)**

Rozhodně souhlasím	79
Spíše souhlasím	20
Spíše nesouhlasím	1
Rozhodně nesouhlasím	0
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: vlastní výzkum

Respondenti téměř jednohlasně (99 %) souhlasili s výše uvedeným tvrzením, a jak je názorně zobrazené v tabulce č. 16, převážná část (79 %) se vyjádřila, že s tvrzením rozhodně souhlasí. Pouze jeden respondent spíše s tvrzením nesouhlasil.

Zajímavé je v tomto kontextu porovnání dat s odpověďmi příslušníků AČR v roce 2014<sup>116</sup> viz tabulka č. 17, kde na tvrzení že, „Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na výkonnost při plnění bojových úkolů v zahraniční operaci“ bylo procentuální rozdělení odpovědí téměř totožné s odpovědí respondentů z řad Vojenské policie na otázku vlivu volného času na pracovní výkonnost.

**Tabulka 17: „Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na výkonnost při plnění bojových úkolů v zahraniční operaci“ (v %)**

Rozhodně souhlasím	74
Spíše souhlasím	25
Spíše nesouhlasím	0
Rozhodně nesouhlasím	1
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014

<sup>116</sup> Data uveřejněná v *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, Teologická fakulta Jihočeské univerzity, 2014

Na základě těchto výsledků je možné konstatovat, že aktivní přístup k životu, volnému času, umění relaxace, kompenzace a obnovy sil přispívá k radosti ze života. Pozitivní náhled na život následně kladně ovlivňuje životní spokojenost. Tak jak prokázala studie „*Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers?*“, že důstojníci, kteří vedou aktivní život, jsou také spokojeni s obsahovými aspekty jejich práce, s její různorodostí a mají větší zájem o to, co dělají<sup>117</sup>, tak i výsledky aktuálního šetření prokazují, že respondenti souhlasí s tezí, že spokojený život, kvalitní naplnění volného času má vliv na jejich pracovní výkonnost a následně i kariérní růst.

#### **4. Rizikové chování**

Posledním tematickým okruhem, kterým se budu zabývat v praktické části své diplomové práce, je „Rizikové chování“.

Výskyt rizikového chování u personálu resortu Ministerstva obrany je vysoce nebezpečný, proto je nezbytně nutné aktivním způsobem preventivně působit proti vzniku jakýchkoliv forem rizikového chování, které doprovázejí vývoj a rozvoj naší společnosti, a lze tedy předpokládat jejich výskyt i v prostředí resortu Ministerstva obrany.<sup>118</sup>

Rizikovým chováním se rozumějí zejména takové formy chování, které mají negativní dopady na zdraví, sociální a psychickou pohodu personálu resortu Ministerstva obrany a jsou určitým způsobem ohrožující i pro jeho sociální okolí. V posledním okruhu se soustředím na názory respondentů v oblasti prevence rizikového chování, jaké činnosti či faktory podporují prevenci vůči rizikovému chování, nebo podporují jeho vznik. Vzhledem k tomu, že veškeré formy rizikového chování mají svůj negativní dopad na plnění úkolů profesionálních vojáků, na požadovanou kulturu organizace i na kvalitu života personálu resortu Ministerstva obrany včetně rodinných příslušníků, je tento tematický okruh v kontextu této práce velmi důležitý.

---

<sup>117</sup> Srov. PROYER, R., ANNEN, H., EGGIMANN, N., SCHNEIDER, A., RUCH, W., *Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers?*, s.577–590, [on-line], Sociál indicator research. Vol. 106, Issue 3, [cit. 2019-02-01], dostupné na: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-011-9823-8>

<sup>118</sup> Srov. *Koncepce primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015–2019*, s. 2

V tabulce č. 18 jsou zobrazeny názory respondentů na jednotlivé aktivity, které podle nich podporují prevenci, nebo se podílejí na vzniku rizikového chování.

**Tabulka 18: „Označte Váš názor na to, jaký mají vliv níže uvedené faktory na prevenci vůči rizikovému chování (RCH), jako je alkoholismus, drogy, domácí násilí, gambling atd.“ (v %)**

<b>Aktivita</b>	<b>Podporuje prevenci</b>	<b>Způsobuje RCH</b>
Aktivní trávení volného času (sport, procházky, práce na zahrádce atd.)	97	0
Četba ve volném čase, studium	82	0
Sledování TV, filmů	30	17
Internet	23	22
Trávení času na čerstvém vzduchu (procházky, práce na zahrádce atd.)	96	0
Práce na pracovišti	43	13
Posezení s přáteli v restauraci	42	20
Nakupování	13	8
Práce na vlastním majetku (oprava rodinného domu, chaty atd...)	78	2
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>	

Respondenti se mohli vyjádřit ke každé činnosti jednotlivě.

Podporuje prevenci RCH = odpověď rozhodně souhlasím, spíše souhlasím.

Způsobuje RCH = odpověď spíše nesouhlasím, rozhodně nesouhlasím.

Dopočet do 100 %, respondenti se vyjádřili neutrálně (žádný vliv)

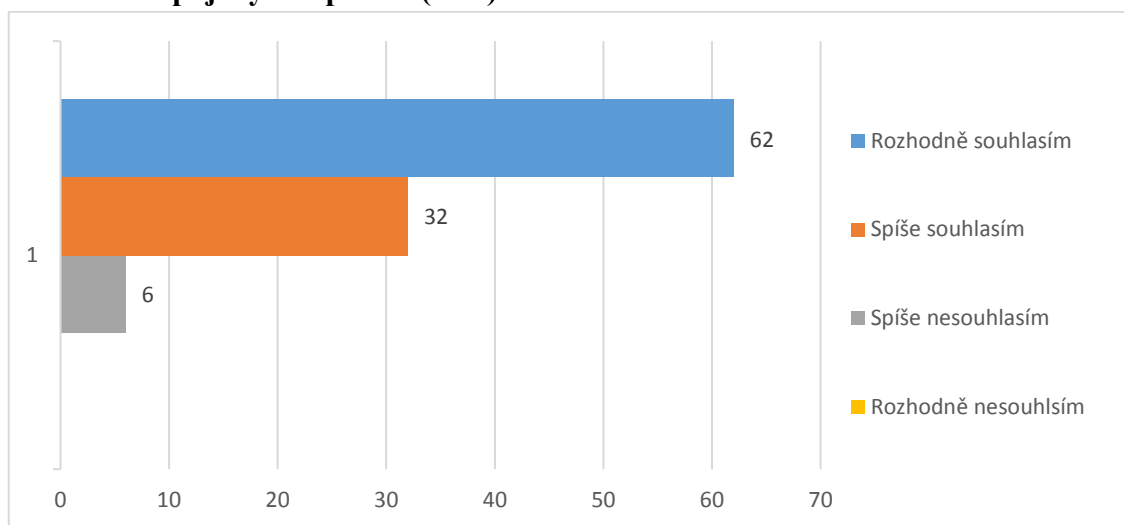
zdroj: vlastní výzkum

Jak vidíme z výše uvedené tabulky a jak se z předešlých názorů respondentů dalo předpokládat, téměř všichni se shodují v názoru, že aktivní trávení volného času (97 %), trávení volného času na čerstvém vzduchu (96 %) i vyplnění volného času četbou (82 %) pozitivně působí v rámci prevence RCH. Ani jeden z respondentů se nevyjádřil ve směru, že dané aktivity mají podíl na vzniku rizikového chování. Do této skupiny je možné zařadit i skupinu respondentů (78 %), kteří označili práci na vlastním majetku za preventivní aktivitu. Při této aktivitě se pouze 2 % respondentů domnívá, že může mít vliv na vznik RCH. Téměř totožná skupina označila práci na pracovišti (43 %) a posezení

s přáteli v restauraci (42 %) za aktivitu, která preventivně působí vůči RCH. Zejména u posezení v restauraci se jedná o relativně vysoké procento respondentů, kteří tuto aktivitu označili za pozitivní. V názoru na internet se respondenti rozdělili na dvě téměř totožné skupiny, kde první (23 %) považuje internet za aktivitu, která působí preventivně vůči RCH, a druhou skupinu (22 %), která považuje internet za faktor, který se podílí na vzniku RCH. Internet byl respondenty rovněž vnímán jako nejrizikovější činitel, který podporuje vznik rizikového chování. Dle názoru respondentů druhou nejrizikovější aktivitou je posezení v restauraci (20 %) a hned za ní následuje sledování TV a filmů (17 %). Z uvedených výsledků jednoznačně vyplývá, že všechny činnosti spojené s aktivním trávením volného času, mají dle respondentů pozitivní vliv na prevenci rizikového chování. Největší nebezpečí, které vede ke vzniku rizikového chování, vidí respondenti v posezení v restauraci a užívání internetu. Resort Ministerstva obrany směřuje prevenci vůči rizikovému chování do konkrétních aktivit v oblastech výchovy, vzdělávání, sociální participace, a to zejména se zaměřením na rizikové skupiny vojáků s cílem předcházet vzniku rizikového chování, minimalizovat jeho výskyt a eliminovat případné dopady jeho aktuálního výskytu v resortu obrany. Dle názorů respondentů resort Ministerstva obrany věnuje zvýšenou pozornost aktivním formám naplňování volnočasových činností profesionálních vojáků, čímž podporuje významnou oblast, která má největší podíl na prevenci vůči RCH.

Základním předpokladem dobře fungující organizace je dobře fungující pracovní, sociální i rodinné prostředí. Kultura uvnitř organizace ovlivňuje motivaci a rozvíjí schopnosti vojenských profesionálů. Důležitou součástí zajištění této vnitřní kultury je minimalizace stresu a schopnost regenerace sil. Stres může mít a má negativní vliv na kvalitu života, potažmo životní spokojenost, která, jak z odpovědí respondentů vyplývá, má přímou souvislost s pracovní výkonností a s kariérním růstem. Proto je důležité dokázat se oprostit od pracovních i rodinných problémů a, jak nám odpovědi respondentů ukazují v grafech č. 11 a 12, kvalitní naplnění volného času je důležitým prostředkem pro prevenci stresu vyplývající z pracovních i rodinných problémů.

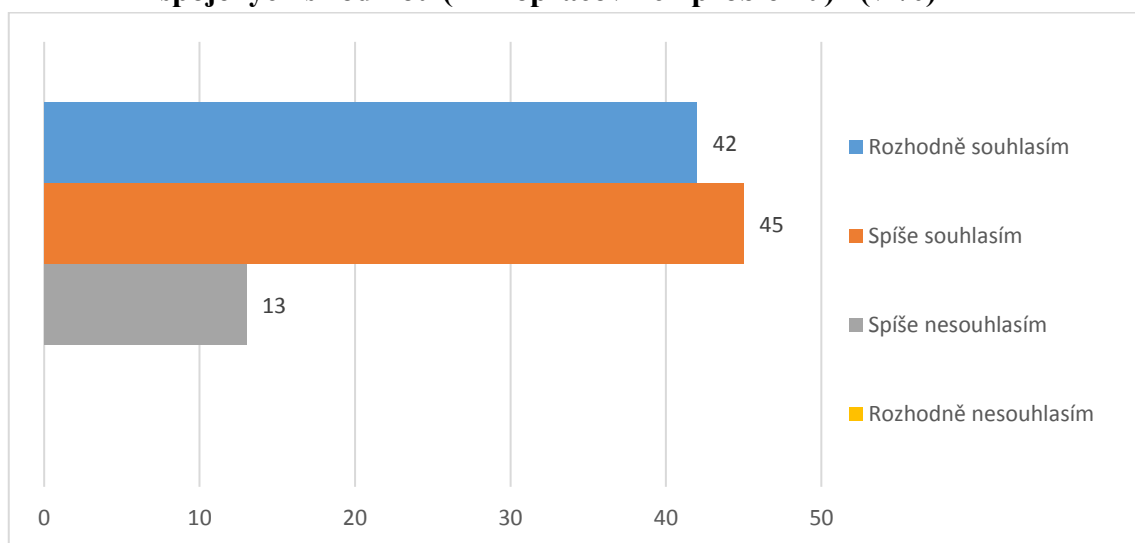
**Graf 11: „Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostít od problémů spojených s prací“ (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

Jak názorně ukazují výsledky v grafu č. 11, téměř dvě třetiny respondentů (62 %) rozhodně souhlasily s tvrzením, že při aktivním trávení volného času se dokážou oprostít od problémů spojených s prací. Pouze malá skupina respondentů (6 %) spíše nesouhlasí s tímto tvrzením. Je ale možné konstatovat, že (94 %) respondentů (odpovědi rozhodně souhlasím, spíše souhlasím) považuje aktivní trávení volného času jako prostředek prevence proti stresu a potažmo i jako nástroj prevence rizikového chování.

**Graf 12: „Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostít od problémů spojených s rodinou (mimopracovních problémů)“ (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

Obdobně jako na předešlé tvrzení, tak i na tvrzení „*Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostit od problémů spojených s rodinou (mimopracovních problémů)*“ se vyjádřila většina respondentů (87 %) pozitivně (odpovědi rozhodně souhlasím, spíše souhlasím) - viz graf č. 12. U tohoto tvrzení se téměř rovnoměrně rozložily odpovědi respondentů rozhodně souhlasím (42 %) a spíše souhlasím (45 %). Je zajímavé, že ze skupiny respondentů (13 %), kteří udali, že aktivní trávení volného času jim nenapomáhá oprostit se od problémů spojených s rodinou, se tři čtvrtiny vyjádřily, že jim aktivní způsob trávení volného času pomáhá oprostit se také od pracovních problémů. Z toho je možné usuzovat, že pro skupinu respondentů je jednodušší se oprostit od problému spojených s prací než od problému v soukromém životě.

Ze zjištěných údajů vyplývá, že aktivní trávení volného času jednoznačně přispívá k oproštění se od problému, a tím nám napomáhá v prevenci proti rizikovému chování.

## 7.5 Sociodemografická data respondentů

Jak již jsem se dříve zmínil, byl výběr osob sestaven průřezově z různých expozitur VP, různých věkových skupin, zkušeností, pohlaví, rozdílné délky služby u VP, specializace a hodnostních sborů. Tímto byly vytvořeny podmínky pro získání různorodého vzorku respondentů z řad příslušníků VP.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 100 příslušníků Vojenské policie, jejich věkové rozložení nám znázorňuje tabulka č. 19.

**Tabulka 19: Věk (v %)**

29 let a méně	13
30–39 let	47
40 let a více	40
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: vlastní výzkum

Průměrný věk respondentů činil 38 let. Tento fakt naznačuje, že se v průměru jednalo o zkušenější příslušníky Vojenské policie s víceletou profesní i životní zkušeností. Největší skupinu (47 %) tvořili respondenti ve věku 30-39 let (47 %), následně (40 %) byla zastoupena skupina respondentů ve věku 40 let a více a nejmenší skupinou (13 %) byly respondenti ve věku 29 let a méně.

V následné tabulce č. 20 je uvedený rodinný stav respondentů.

**Tabulka č. 20 Rodinný stav (v %)**

Svobodný/a	18
Ženatý, vdaná	52
Žijí v partnerském vztahu	14
Rozvedený, rozvedená	16
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

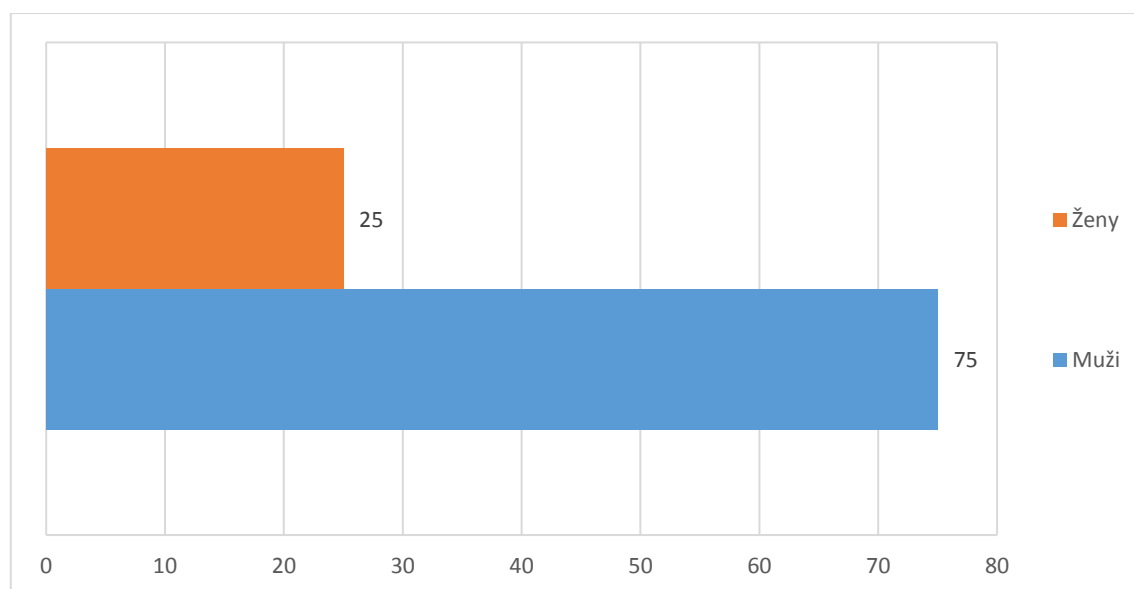
zdroj: vlastní výzkum



Z uvedených dat v tabulce č. 20 je zřejmé, že největší zastoupenou skupinou (52 %) jsou respondenti žijící v manželském svazku. Příjemným překvapením je, že skupina respondentů, kteří jsou rozvedeni (16 %), je o poznání nižší, než je průměr rozvodovosti v České republice, který v roce 2018 tvořil 45 % rozpadnutých manželství<sup>119</sup>. Dalšími skupinami jsou pak respondenti žijící v partnerském stavu (14 %) a svobodní (18 %).

Graf č. 13 graficky ilustruje poměr mužů a žen, kteří se účastnili výzkumu.

**Graf 13: Pohlaví (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

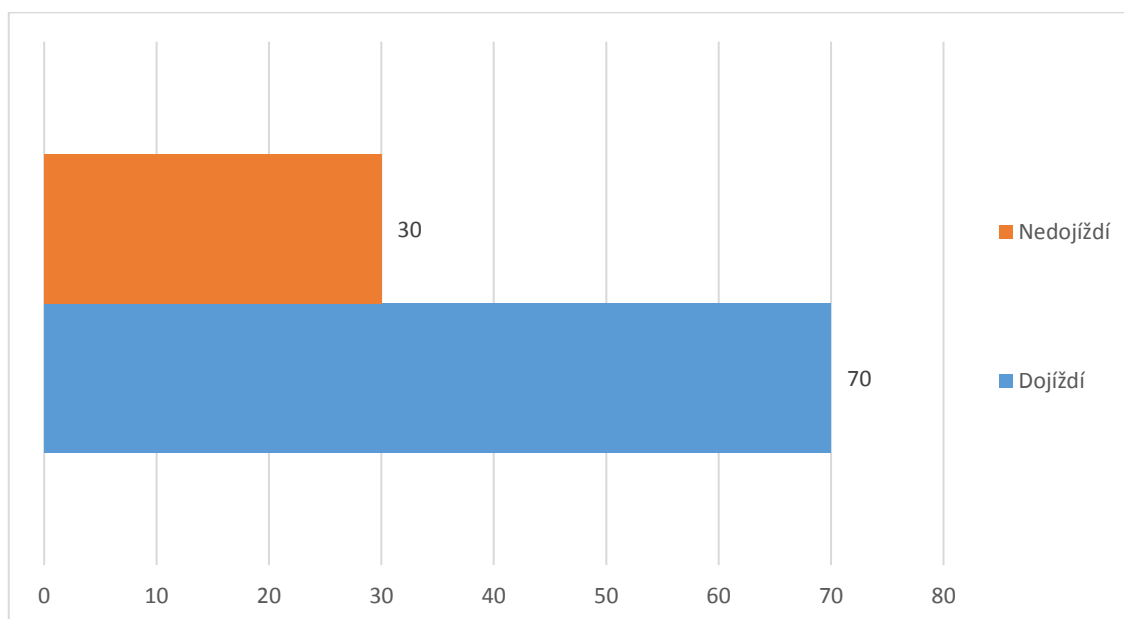
Ze 100 osob, které byly osloveny, byla relativně velká skupina žen (25 %). Vzhledem k tomu, že procento zastoupení žen mezi vojáky z povolání v resortu Ministerstva obrany je 12, 73 %<sup>120</sup>, skupina příslušnic VP, která se účastnila průzkumu, tvořila cca dvojnásobek běžného zastoupení žen v resortu Ministerstva obrany. Zbylou skupinu respondentů tvořili muži (75 %).

V grafu č. 14 je znázorněný poměr respondentů, kteří dojíždí z místa trvalého bydliště do místa výkonu služby.

<sup>119</sup> Data udávaná ČSÚ

<sup>120</sup> Stav k 1. 1. 2018 vyplývající z Kvantitativní genderové analýzy k 1. lednu 2018, [on-line], [cit. 2019-02-20], dostupné na: <http://www.mocr.army.cz/assets/dokumenty-a-legislativa/kvantitativni-genderova-analyza-k-1-1-2018.pdf>

**Graf 14: Výkon služby mimo místo trvalého bydliště (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

Z výše uvedeného grafu vyplývá, že větší skupina respondentů (70 %) dojíždí do místa služby z místa bydliště. Jedná se o skupinu, která dojíždí denně či na celý týden. Tento počet je sice nižší, než počet příslušníků AČR (80 %) <sup>121</sup>, kteří dojíždí do místa služby mimo místo bydliště, ale i přes to je poměrně vysoký. Další skupinou (30 %) je skupina respondentů, která vykonává službu v místě bydliště.

V tabulce č. 21 je uvedena doba služby respondentů v resortu Ministerstva obrany.

**Tabulka 21: Délka služby u Ministerstva obrany (v %)**

10 let a méně	27
11–20 let	45
21–31 let	26
31 let a více	2
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

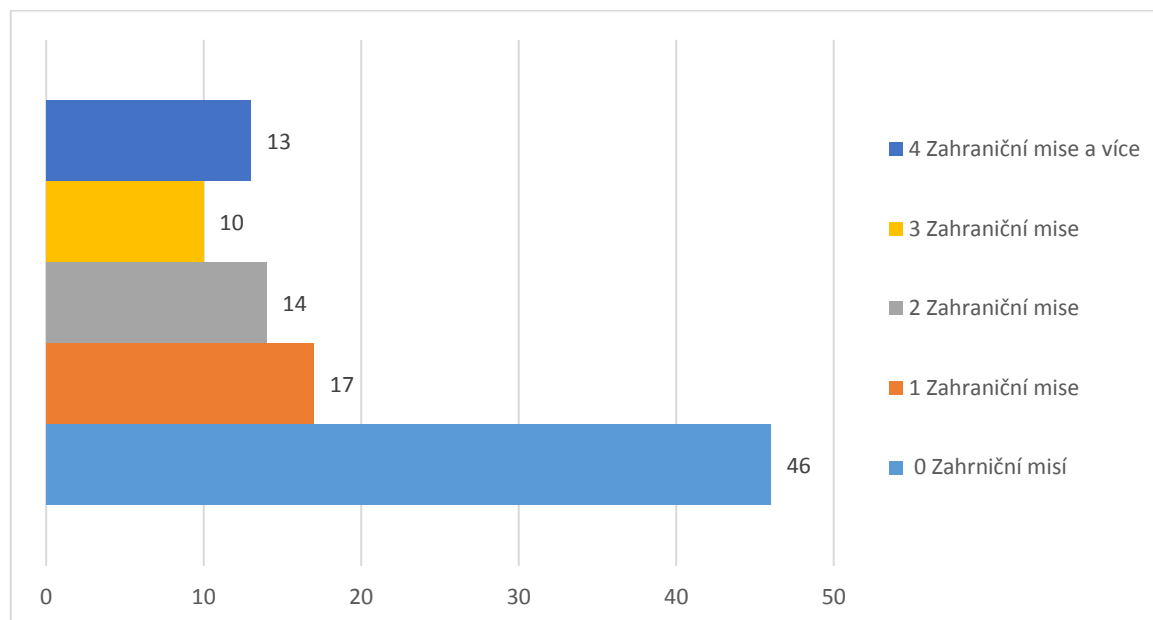
zdroj: vlastní výzkum

<sup>121</sup> Údaj uvedený v *Koncepci primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015–2019*, s. 23

Z údajů uvedených v tabulce č. 21 výše vyplývá, že průměrná doba služby respondentů v resortu Ministerstva obrany je 16 let. Největší zastoupenou skupinou (45 %) jsou respondenti sloužící v resortu Ministerstva obrany 11-20 let. Nejméně zastoupenou skupinou (2 %) je skupina sloužící v resortu Ministerstva obrany více jak 30 let. Další dvě skupiny respondentů jsou poměrově zastoupeny téměř stejně, a to skupina sloužící v resortu Ministerstva obrany 10 let a méně (27 %) a skupina sloužící 21-30 let (26 %). Toto potvrzuje to, co již vyplynulo z průměrného fyzického věku respondentů, že se v průměru jedná o vzorek se značnou profesní i životní zkušeností.

V následujícím grafu č. 15 je znázorněný počet absolvovaných misí respondentů.

**Tabulka 15: Počet absolvovaných misí (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

Z výše uvedeného grafu vyplývá, že průměrný počet absolvovaných misí z počtu 100 respondentů je přibližně 1,5 mise na respondenta, a to i přes to, že největší zastoupenou skupinou (46 %) jsou respondenti, kteří se ještě nezúčastnili žádné zahraniční mise. Nejmenší skupinou (10 %) respondentů jsou ti, kteří absolvovali 3 zahraniční mise. Nejvyšší počet absolvovaných misí u respondentů bylo 8 zahraničních nasazení, a to u jednoho příslušníka vojenské policie.

V následující tabulce č. 22 je uvedený poměr rozložení hodnostních sborů respondentů.

**Tabulka 22: Hodnostní sbor (v %)**

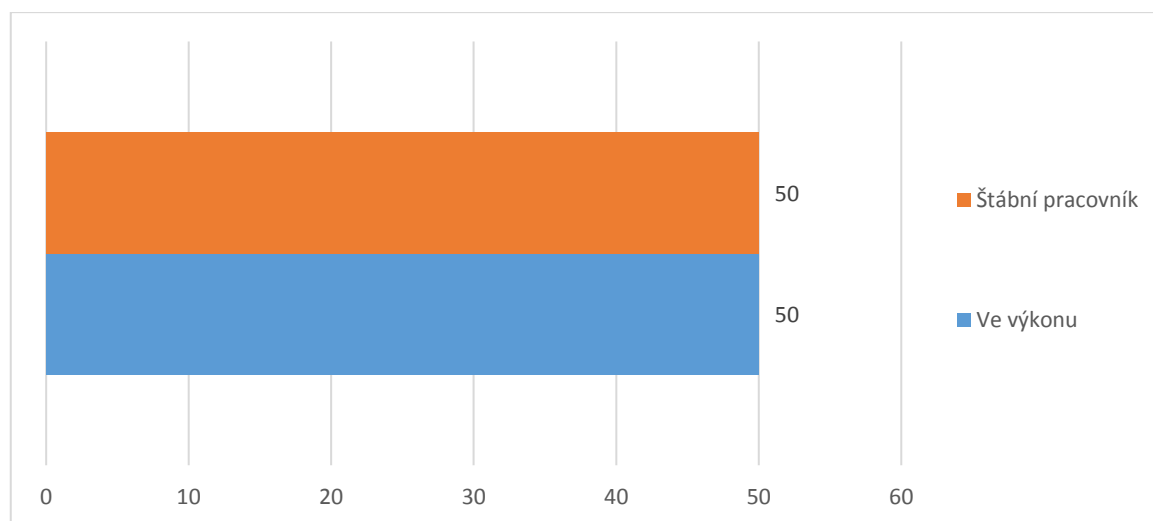
Poddůstojnický sbor	12
Praporčický sbor	36
Důstojnický sbor	52
<b>Celkově %</b>	<b>100</b>

zdroj: vlastní výzkum

Uvedené údaje naznačují, že ze skupiny 100 respondentů, byli nejsilnější skupinou (52 %) respondenti s důstojnickou hodností. Z toho automaticky vyplývá, že minimálně 52 % respondentů má vysokoškolské vzdělání. Nejmenší skupinou (12 %) byli respondenti v poddůstojnických hodnostech, což bylo ovlivněné celkovým nízkým počtem poddůstojnického sboru v tabulkových počtech Vojenské policie. Poměrově byl „zlatý“ sbor (důstojníci 52 %) a „stříbrný“ sbor (praporčíci a poddůstojníci 48 %) rozložen téměř rovnoměrně.

Poslední graf č. 16 nám názorně ukazuje, že rozložení respondentů vzhledem k činnosti kterou vykonávají u VP.

**Graf 16: Vykonávaná činnost u VP (v %)**



zdroj: vlastní výzkum

Z údajů uvedených v grafu č. 16 je vidět stejnoměrné rozložení respondentů podle způsobu vykonávané činnosti u Vojenské policie. Jak skupina respondentů, která vykonává štábní práci (50 %) na štábu hlavního velitelství Vojenské policie, štábech teritoriálních velitelství, tak i skupina respondentů (50 %), kteří pracují v policejním výkonu na celém území ČR.

## 7.6 Shrnutí výsledků a vyhodnocení hypotéz

V rámci praktické části byl proveden výzkum za použití dotazníkového šetření mezi příslušníky Vojenské policie. Na základě prostudovaných materiálů, výstupů z domácích i zahraničních materiálů a vlastních zkušeností byly stanoveny čtyři hypotézy.

Na základě výsledků dotazníkového šetření je možné konstatovat, že všechny stanovené hypotézy byly pozitivně verifikovány.

### **Hypotéza č. 1: Způsob trávení volného času má vliv na životní spokojenost příslušníků VP.**

Výsledky získané šetřením naplňují předpoklad, že způsob trávení volného času má vliv na životní spokojenost příslušníků VP. Nadpoloviční většina zkoumaného vzorku udala, že má dostatek volného času. Většina respondentů dále uvedla, že preferuje trávení volného času aktivním způsobem. Téměř všichni dotázaní se shodli na tom, že jsou se svým životem spokojeni a beze zbytku souhlasili s tvrzením, že způsob trávení volného času má vliv na životní spokojenost. Pouze malá část uvedla, že není se svým životem spokojena, všichni respondenti, kteří uvedli, že jsou se svým životem nespokojeni, zároveň uvedli, že nemají na volnočasové aktivity čas.

### **Hypotéza č. 2: Životní spokojenost pozitivně ovlivňuje pracovní výkonnost.**

Také hypotéza, že životní spokojenost pozitivně ovlivňuje pracovní výkonnost, se jeví jako potvrzená. Respondenti se shodli v tom, že životní spokojenost má vliv na pracovní výkonnost a návazně i na karierní postup v práci.

### **Hypotéza č. 3: Preferovaná forma trávení volného času příslušníků VP je aktivní forma trávení volného času.**

Jak se dalo předpokládat, příslušníci VP preferují trávení volného času aktivně, většinou sportem či pobytem na čerstvém vzduchu. Fyzická kondice, jako jeden ze základních požadavků na profesionálního vojáka, je také ze strany resortu Ministerstva obrany nejvíce podporovanou volnočasovou aktivitou. Z těchto důvodů můžeme tuto hypotézu považovat za potvrzenou.

**Hypotéza č. 4: Kvalitní trávení volného času má preventivní funkci vůči rizikovému chování.**

Tuto hypotézu můžeme bezesporu považovat za potvrzenou. Respondenti se shodli na tom, že zejména aktivní naplnění volného času má preventivní účinek vůči rizikovému chování. Zároveň se shodli v tom, že resort Ministerstva obrany směřuje své úsilí v prevenci rizikového chování zejména do oblasti aktivního naplnění volného času. Kvalitní naplnění volného času napomáhá dotázaným oprostit se od pracovních i mimopracovních problémů. Tím se snižuje riziko stresu, což působí preventivně proti vzniku rizikového chování. V konečném důsledku má způsob trávení volného času samozřejmě i vliv na úroveň plnění náročných úkolů vyplývajících ze služebních povinností profesionálního vojáka.

## 8. Diskuze

Volný čas je významnou složkou našeho života a životů našich rodin, která ovlivňuje životní spokojenost a následně má vliv i na další oblasti našeho života, jako jsou pracovní výkonnost či zdraví.

Péče o profesionálního vojáka a jeho rodinu prošla v posledních letech pozitivním progresivním vývojem – nárůst finančních prostředků umožnil investice do infrastruktury, a to zejména pro sportovní vyžití, kterou můžou zaměstnanci resortu Ministerstva obrany využívat i v době volného času. Dalším krokem, který má pozitivní vliv na životní spokojenost i možnosti využití volného času, byla změna finančního ohodnocení vojenských profesionálů. Díky navýšení měsíčního příjmu většiny z nich mají vojáci větší možnost financování volnočasových aktivit jak svých, tak i svých rodin.

Potvrdily to i názory vybraného vzorku příslušníků VP, jako výběrové složky resortu Ministerstva obrany. Příslušníci této složky procházejí náročným výběrem z důvodu předpokládané vyšší psychické i fyzické zátěže při výkonu jejich povolání.

Volný čas je dle J. Fahrenberg et al. (2001) jednou z oblastí, která ovlivňuje životní spokojenost. Také je všeobecně známé, že rekreace a volný čas jsou považovány za indikátory kvality života. Toto se potvrdilo i v rámci našeho výzkumu, kdy se většina respondentů jednotně vyjádřila, že volný čas ovlivňuje životní spokojenost.

Ze zjištění vyplývajících z dotazníků se ukazuje, že většina příslušníků VP tráví volný čas aktivním způsobem a kvalitní využití volného času je pro ně důležitou součástí života. Toto je do značné míry ovlivněno kulturou uvnitř resortu Ministerstva obrany, který klade velký důraz na fyzickou připravenost vojenských profesionálů. Fyzická připravenost se u většiny vojáků stává důležitou součástí jejich životního stylu, a to se odráží i v preferovaném způsobu naplňování volnočasových aktivit vojáků.

Resort Ministerstva obrany pojímá zabezpečení volnočasových aktivit zejména jako prevenci vůči rizikovému chování. Zde je nutné poznamenat, že 80 % příslušníků AČR a 70 % příslušníků VP dojíždí do místa služby z místa bydliště. U vojáků, kteří se v týdnu nevrací k rodinám, může docházet ke vzniku situace zvyšující pravděpodobnost rizikového chování.



*„Z hlediska vlastního výskytu sociálně nežádoucích jevů je rezort Ministerstva obrany (MO) zvláště nebezpečným prostředím, protože se jedná např. o službu vojáků se zbraní, týdenní odloučenost zaměstnanců MO od svých partnerů a rodin z důvodů služebního nebo pracovního zařazení. Navíc služba v Armádě České republiky s sebou přináší řadu úskalí, která mohou být zdrojem vzniku některých sociálně nežádoucích jevů (např. opakované nasazování vojáků do zahraničních operací).“<sup>122</sup>*

Zde hraje významnou roli preventivní funkce volnočasových aktivit. Zabezpečením dostatečných možností kvalitního naplnění volného času těchto zaměstnanců resortu Ministerstva obrany lze působit vůči potenciálním negativním vlivům preventivně. Dle názorů respondentů resort Ministerstva obrany vytváří dobré podmínky zejména v oblasti sportu. Ze zjištění vyplývajících z názorů respondentů je vidět pozitivní vývoj v politice resortu Ministerstva obrany, kdy byl v minulosti přístup v této oblasti ze strany resortu Ministerstva obrany hodnocen profesionálními vojáky spíše negativně.

Je prokázáno, že pracovní spokojenost významně ovlivňuje celkovou životní spokojenost. Oblast životní spokojenosti, spokojenosti v rodině, spokojenosti v práci jsou spolu úzce provázané a vzájemně se ovlivňují. Pokud je člověk spokojený v jedné oblasti, bývá většinou spokojený i v oblasti druhé.<sup>123</sup>

Na rozdíl od výzkumu, který byl proveden mezi příslušníky AČR v letech 2014–2015, kdy si respondenti stěžovali na nedostatek času a stres, z výsledků našeho výzkumu můžeme konstatovat, že dotazovaní respondenti jsou s množstvím svého volného času relativně spokojeni a jsou také spokojeni se svým životem.

Celková pracovní spokojenost je významným fenoménem nejen z hlediska práce ale i z hlediska celoživotního působení člověka. Pracovní spokojenost je rozhodujícím determinanem životní spokojenosti, a naopak. Nespokojenost v práci se projevuje v nižší pracovní spokojenosti, kterou doprovázejí takové jevy, jako je například zvýšená nervová apatie, nespavost, všeobecná únava, výskyt psychosomatických onemocnění atd. Pracovní nespokojenost se tak dostává do pozice stresorů v pracovní i mimopracovní oblasti.<sup>124</sup>

---

<sup>122</sup> HRBATA, M., *Problematika prevence sociálně nežádoucích jevů*, [on-line], [cit. 2019-03-03], dostupné na: <http://vojenskerozhledy.cz/kategorie/problematika-prevence-socialne-nezadoucich-jevu>

<sup>123</sup> Srov. HAMPLOVÁ, D., *Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*, s. 34–36

<sup>124</sup> KOLLÁRIK, T., *Sociální psychologie práce*, 2002, s. 148.

Podobně jako v zahraničních výzkumech byl zjištěn vliv životní spokojenosti na pracovní výkonnost a návazně na to na kariéru příslušníků armády. Respondenti se shodli na tom, že když nemají problémy, můžou se lépe koncentrovat na práci, čímž se zvyšuje jejich pracovní výkonnost. Téměř všichni se shodli, že životní spokojenost má vliv na jejich kariéru.

Pracovní benefity, za které můžeme zabezpečení volnočasových aktivit ze strany resortu Ministerstva obrany považovat, jsou významným faktorem pracovní spokojenosti a motivace k pracovnímu výkonu.

Benefity jsou důkazem sociální odpovědnosti firmy. Odpovědností organizace je poskytovat příspěvky na stravování, další vzdělávání, zdravotní péči a udržování fyzické kondice zaměstnanců.<sup>125</sup> Výsledky výzkumu „*Funkce benefitů v organizaci a jejich vnímání zaměstnanci*“, který proběhl v roce 2012 vyplývá, že poskytování benefitů má vliv na produktivitu práce“. Poskytování benefitů má vliv na motivaci zaměstnanců. Daným výzkumem byla prokázána oboustranná závislost. Tedy pokud jsou ze strany zaměstnavatele benefity poskytovány, zaměstnanci jsou motivováni; naopak, pokud poskytovány nejsou, zaměstnanci jsou demotivováni.<sup>126</sup>

---

<sup>125</sup> Srov. STAŇKOVÁ 2007 in VNOUČKOVÁ, L., *Funkce benefitů v organizaci a jejich vnímání zaměstnanci*, [on-line], [cit. 2019-03-03], dostupné na: <http://krus.slu.cz/opf/cz/informace/acta-academica-karviniensia/casopisy-aak/aak-rocnik-2014/docs-1-2014/Vnouckova.pdf>

<sup>126</sup> Srov. Tamtéž s. 196

## Závěr

Cílem této práce bylo explorativně obsáhnout problematiku vlivu volného času na životní spokojenost příslušníků Vojenské policie (VP), poukázat na jejich preference trávení volného času a postihnout význam, jaký příslušníci VP volnému času připisují. Dílčím cílem bylo poukázat na vliv životní spokojenosti na spokojenost pracovní a na to, zdali ovlivňuje kariéru příslušníků VP. Dalším dílčím cílem bylo poukázat na preventivní funkci volného času, a to zejména v kontextu prevence vůči rizikovému chování v prostředí VP.

Cíle práce se povedlo naplnit v plném rozsahu. Danou problematiku jsem analyzoval a zhodnotil na základě dostupné literatury a výsledků dotazníkového šetření se skupinou respondentů z řad VP.

Jak již bylo zmíněno v úvodě této práce, k problematice životní spokojenosti nebyl v rámci resortu Ministerstva obrany proveden za posledních několik let žádný výzkum.

Na základě informací získaných v rámci studia literatury i výsledků provedeného šetření je možné konstatovat, že stav životní spokojenosti personálu by měl být důležitou informací pro zaměstnavatele z důvodu zabezpečení správného pracovního klimatu uvnitř organizace.

Z výsledků realizovaného výzkumu vyplývá, že většina příslušníků VP preferuje aktivní trávení volného času. Jak jsem již několikrát zmiňoval, fyzická připravenost je jedním ze základních požadavků na vojenského profesionála a resort Ministerstva obrany dle respondentů věnuje této oblasti největší pozornost.

Zjištění jednoznačně ilustrují, že kvalitní naplnění volného času má pozitivní vliv na životní spokojenost příslušníků VP. Většina respondentů ve svých odpovědích příznivě hodnotila vliv životní spokojenosti na pracovní výkon a potažmo na kariérní růst.

Pozitivním poznatkem je shoda respondentů na tom, že mají dostatek volného času, že resort Ministerstva obrany vytváří dostatečné podmínky v oblasti prevence rizikového chování, a to zejména zabezpečováním možností sportovního vyžití vojáků. V situaci, kdy z průzkumu vyplynulo, že 70 % z respondentů dojíždí do místa služby, je nezbytně nutné vytvářet v rámci prevence rizikového chování podmínky pro naplnění volného času těchto dojíždějících vojáků.

Dalším pozitivním zjištěním je, že velké procento respondentů je spokojeno se svým životem a kvalitním využitím volného času se dokáže oprostit od problémů jak v pracovním, tak i mimopracovním životě.

Ze strany Ministerstva obrany by měla být v budoucnosti věnována větší pozornost oblasti sledování životní spokojenosti personálu. Životní spokojenost má značný vliv na pracovní výkonnost a kariéru vojenských profesionálů. Čím menšímu stresu z důvodu životní či pracovní nespokojenosti budou vojáci vystavováni, tím víc se bude zlepšovat kultura pracovního prostředí uvnitř resortu Ministerstva obrany, a tím i jeho kvalita. Na základě výsledků z výzkumů životní spokojenosti by bylo možné přijímat jak operativní opatření pro zkvalitnění stavu, tak i strategické záměry v dané oblasti.

## Seznam použitých zdrojů

BLATNÝ, M., DOSEDLOVÁ, J., KEBZA, V., ŠOLCOVÁ, I., *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, Brno: Vydavatelství MSD 2005, ISBN 80-86633-35-7

ČUKAN, K., MATIS, J., ŠKVRNDA, F., *Aktuální problémy vojenskej sociologie, Sociologický pohľad na ozbrojené sily Slovenskej republiky*, Liptovský Mikuláš: 2011, ISBN: 978 80-8040-440-6

ČUKAN, K., a kolektiv, *Mládež a Armáda*, Bratislava: MO SR 2007, ISBN 80-89261-04-3

DISMAN, M., *Jak se vyrábí sociologická znalost*, Praha: Karolinum 2002, ISBN 80-246-0139-7

DUFFKOVÁ, J. a kolektiv., *Sociologie Životního stylu*, Příbram: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2008, ISBN 978-80-7380-123-6

FAHRENBERG, J., MYRTEK, M., SCHUMACHER, J., BRÄHLER, E. *Dotazník životní spokojenosti (DŽS)*, Praha: Testcentrum 2001, ISBN 80-86471-16-0

FORRÓ, P., *Profesionální voják ve volném čase – přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*, Bakalářská práce, České Budějovice: Teologická fakulta Jihočeské univerzity 2014

GENC, V., *The Relationship between Leisure Satisfaction and Life Satisfaction in Food and Beverage Establishments*, Jurnal of Social Science Studies 2017, vol. 4, No. 1, Turkey: Batman University 2017. ISSN 2329-9150

GILLERNOVÁ, I., KEBZA, V., RYMEŠ, M., at all, *Psychologické aspekty změn v České společnosti, Člověk na přelomu tisíciletí*, Praha: Grada Publishing, a. s. 2011, ISBN 978-80-247-2798-1

HÁJEK, B., HOFBAUER, Z., PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času*, Praha: Univerzita Karlova 2003, ISBN 80-7290-128-1

HÁJEK, B., HOFBAUER, Z., PÁVKOVÁ, J., *Pedagogické ovlivňování volného času*, Praha: Portál 2008, ISBN 978-80-7367-473-1

HAMPLOVÁ, D., *Sociologické studie, Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*, Praha: SOÚ AV 2004, ISBN 80-7330-063-X

HEŘMANOVÁ, E., *Koncepty, teorie a měření kvality života*, Praha: SLON, 2012, ISBN 978-80-7419-106-0

HNILICOVÁ, H., a kolektiv, *Kvalita života, Sborník příspěvků z konference, konané dne 25. 10. 2004 v Třeboni, Kostelec nad Černými lesy*. IZPE 2004, ISBN 80-86625-20-6

HOFBAUER, B., *Děti, mládež a volný čas*, Praha: Portal 2004, ISBN 80-7178-927-5

KAPLÁNEK, M., *Čas volnosti – čas výchovy*, Praha: Portál 2012, ISBN 978-80-262-0450-3

KOLLÁRIK, T., *Sociálna psychológia práce*, Bratislava: Univerzita Komenského 2002, ISBN 80-223-1731-4.

KOLAŘÍKOVÁ, V., NĚMEC, J., *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*, Sociální pedagogika, ročník 5, číslo 1, 2017, ISSN 1805-8825

*Komplexné sociálne zabezpečenie vojenského profesionála*, Liptovský Mikuláš: AOS SR 2010, ISBN 978-80-8040-405-5

KOVAČ, D., *Psychology of the Quality of Life in the Activities of Slovak Psychologists*, in: *Studia Psychologica* roč. 2/2007, str. 101–116, ISSN 0039-3320

KRAUS, B., a kolektiv., *Životní styl současné české rodiny*, Hradec Králové: Gaudeamus 2015, ISBN 978-80-7435-544-8

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001, ISBN 978-80-7367-568-4

KUBÁTOVÁ, H., *Sociologie životního způsobu*, Havlíčkův Brod: Grada Publishing.a. s. 2010, ISBN 978-80-247-2456-0

LANCE, C. E., LAUTENSCHLAGER, G. J., SLOAN, C. E., VARCA, P. E., *A comparison between bottom-up, top-down, and bidirectional models of relationships between global and life facet satisfaction*. *Journal of Personality*, 1989, roč. 57, s. 601-602

MACKEY, R., *The U.S. Army Study Of The Human Dimension in The Future 2015-2024*. Fort Monroe, Virginia: 2008

MAREŠ, J., PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., *Pedagogický slovník*, Praha: Portál 2003, ISBN 80-7178-772-8

MAŘÍKOVÁ, H. a kolektiv, *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum 1996. ISBN 80-7184-310-5

MÍŠOVIČ, J., *Dopad společenských faktorů na volný čas ve světle empirických výzkumů*. In *Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu*. FÁZIK, A., ŠTEMBERK J. (ed.) Pelhřimov: Nová tiskárna, spol. s. r. o., 2013, ISBN 978-80-86841-41-0

MOŽNÝ, I., *Česká společnost: nejdůležitější fakta o kvalitě našeho života*, Praha: Portál 2002, ISBN 80-7178-624-1

OPASCHOWSKI, H.: *Pädagogik der Freizeit. Grundlegungen Für Wissenschaft und Praxis*. Bad Heilbrunn 1976, ISBN 3-7815-0278-3

PAPŘOKOVÁ, A., *Techniky sociologického výzkumu*, Ostrava: VŠB-TU 2012, ISBN 978-80-248-2931-9

PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*, Praha: Portál 2002, ISBN 80-7178-711-6

POPELKOVÁ a kolektiv, *Životná spokojnosť a vybrané osobnostné premenné učiteľov*, Nitra 2010, ISSN 1803-9278

POSPÍŠILOVÁ, J., *Jak se žije Čechům v současné Evropě?*, Praha: Nakladatelství Academia 2018, ISBN 978-80-200-2855-6

ŘEZÁČ, J. a kolektiv, *Humanizace života a činnosti vojáků*, Praha: Naše vojsko, 1991, ISBN 80-206-0260-7

STRMEŇ, L., RAISKUP, J., *Výkladový slovník odborných výrazov používaných v psychológii a v jej príbuzných a hraničných vedných odboroch*, Bratislava IRIS 1998, ISBN 80-88778-69-7

SZALAI, A., *The Meaning of Comprartive Research on the Quality of Life*. In: SZALAI, A., ANDREWS, F., eds. Sage, Beverly Hills, ISBN 0803998244

ŠAFR, J., *Životní styl a sociální třídy: vytváření symbolické kulturní hranice diferenciací vkusu a spotřeby*, Praha: Sociologický ústav AV ČR 2008, ISBN 978-80-7330-154-5

TEPPERWEIN, K., *Pryč se vším, co nám brání ve štěstí aneb Cesta k vnitřní svobodě*, Bratislava: NOXI, s.r.o. 2011, ISBN 978-80-8111-035-1

## Elektronické zdroje:

BARRETT, A. J., MURK, P. J. *Life Satisfaction Index for the Third Age (LSITA): A Measurement of Successful Aging*. 2006, [on-line], [cit. 2019-01-25], dostupné na: [https://scholarworks.iupui.edu/bitstream/handle/1805/1160/Barrett\\_&\\_Murk\\_Life%20Satisfac%20tion.pdf,%20cit%2011.12.2008;jsessionid=1386890998F0367916E3D5868A05D0F2?sequence=1](https://scholarworks.iupui.edu/bitstream/handle/1805/1160/Barrett_&_Murk_Life%20Satisfac%20tion.pdf,%20cit%2011.12.2008;jsessionid=1386890998F0367916E3D5868A05D0F2?sequence=1)

BRAJŠA-ŽGANEC, A., MERKAŠ, M., ŠVERKO, I., *Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being?* In *Social Indicators Research* [on-line], Vol. 102, No. 1, [cit. 2019-01-30], dostupné na: [https://www.jstor.org/stable/41476466?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/41476466?seq=1#page_scan_tab_contents)

DIEMER, E., et al, *Social Indicators Research, Theory and Validity of Life Satisfaction Scales*, Spring Science, business Media B.V 2012, str. 497–499, [on-line], [cit. 2019-01-25], 25. 01. 2019, dostupné na: <https://ideas.repec.org/a/spr/soinre/v112y2013i3p497-527.html>

DUMAZEDIER, J., *Volný čas*, *Sociologický Časopis*, str. 443–447, [on-line], Roč. 2, čís. 3, [cit. 2019-01-22], dostupné na: [https://www.jstor.org/stable/41127355?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/41127355?seq=1#page_scan_tab_contents)

HAYBRON. D., *What do Want From a Theory of Happiness?* [on-line], *Metaphilosophy* Vol. 34, No. 3, Malden, USA 2003, [cit. 2019-01-18], dostupné na: [https://www.researchgate.net/publication/227601676\\_What\\_Do\\_We\\_Want\\_from\\_a\\_Theory\\_of\\_Happiness](https://www.researchgate.net/publication/227601676_What_Do_We_Want_from_a_Theory_of_Happiness)

HRBATA, M., *Problematika prevence sociálně nežádoucích jevů*, [on-line], [cit. 2019-03-03], dostupné na: <http://vojenskerozhledy.cz/kategorie/problematika-prevence-socialne-nezadoucich-jevu>

HRUBÁ, R., OTIPKOVÁ, D., ŠTĚRBOVÁ, D., HARVANOVÁ, J., *Volný čas a pohyb součást životní spokojenosti žen ve věku střední a pozdní dospělosti*, UP Olomouc, str. 3, [on-line], [cit. 2019-01-30], dostupné na: <https://cmps.ecn.cz/pd/2006/texty/pdf/hruba%20a%20kol.pdf>

*JAK ČEŠI TRAVÍ ČAS?, výsledky 1. ročníku výzkumu proměny české společnosti 2015, materiál k tiskové konferenci 20. 6. 2016*, str. 20, [on-line], [cit. 2019-01-30], dostupné na: [http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak\\_Cesi\\_travi\\_cas\\_TK\\_20-06-2016.pdf](http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak_Cesi_travi_cas_TK_20-06-2016.pdf)



JOHNSTON, J., et al. *The Dictionary of Human Geography*, Malden, Blackwell Publishers, str. 493, [on-line], [cit. 2019-01-18], dostupné na: [https://books.google.cz/books?hl=en&lr=&id=5gCHckKszz0C&oi=fnd&pg=PA1974&dq=JOHNSTON,+J.,+et+al.+The+Dictionary+of+Human+Geography,+Malden,+Blackwell+Publishers+ISBN&ots=fvV3h2kNIz&sig=cquEe1pkSujr56kbg3jVj1Rk42M&redir\\_esc=y#v=onepage&q=weel%20being&f=false](https://books.google.cz/books?hl=en&lr=&id=5gCHckKszz0C&oi=fnd&pg=PA1974&dq=JOHNSTON,+J.,+et+al.+The+Dictionary+of+Human+Geography,+Malden,+Blackwell+Publishers+ISBN&ots=fvV3h2kNIz&sig=cquEe1pkSujr56kbg3jVj1Rk42M&redir_esc=y#v=onepage&q=weel%20being&f=false)

MATYSKA, L., *Sociologická encyklopedie*, Sociologický ústav AV ČR, [on-line], [cit. 2019-02-12], 12. 02. 2019, dostupné na: [https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Arm%C3%A1da\\_\(MSgS\)](https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Arm%C3%A1da_(MSgS))

MAUSSEN, J., a kolektiv, *Shrnutí závěrečných zpráv expertních skupin pro identifikaci relevantních indikátorů kvality života v ČR*, Úřad vlády České republiky, 2018, [on-line], [cit. 2019-01-22], dostupné na: <https://www.vlada.cz/assets/ppov/udrzitelny-rozvoj/projekt-OPZ/Kvalita-zivota---shrnuti.pdf str. 2>

Pastorální konstituce, *Gaudium et Spes*, Řím: 1965, [on-line], [cit. 2019-02-01], dostupné na: <http://klasterec.farnost.cz/soubory/dokumenty/pastoralni-konstituce.pdf>

PROYER, R., ANNEN, H., EGGIMANN, N., SCHNEIDER, A., RUCH, W., *Assessing the „Good Life“ in a Military Context“ How Does Life and Work-Satisfaction Relate to Orientations to Happiness and Career-Success Among Swiss Professional Officers?*, Springer Science+Business Media B.V. 2011 str.577–590, [on-line] [cit. 2019-02-01], dostupné na: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-011-9823-8>

*Quality of life indicators – leisure and social interactions*, EUROSTAT, [on-line], [cit. 2019-01-29], dostupné na: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_leisure\\_and\\_social\\_interactions](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality_of_life_indicators_-_leisure_and_social_interactions)

STAŇKOVÁ 2007 in VNOUČKOVÁ, L., *Funkce benefitů v organizaci a jejich vnímání zaměstnanci*, [on-line], [cit. 2019-03-03], dostupné na: <http://krus.slu.cz/opf/cz/informace/acta-academica-karviniensia/casopisy-aak/aak-rocnik-2014/docs-1-2014/Vnouckova.pdf>

*Základní předpoklady a požadavky pro službu u Vojenské policie* [on-line], [cit. 2019-01-18], dostupné na: <http://www.vp.army.cz/vyberove-rizeni-k-vp>

## **Ostatní zdroje:**

*Analýza možného výskytu rizikového chování v prostředí AČR, Závěrečná zpráva z výzkumu, Praha: GŠ AČR 2015.*

CVRČEK, J., *V zájmu humanizace naší armády*, in Výběr statí pro výchovu, vzdělávání a rekvalifikaci, Praha: Magnet-Press 1991,

ČERNOCH, PIFFL, VELEHRADSKÝ, *Vybrané kapitoly z vojenské psychologie a pedagogiky*, MAGNET 1991

Kolektiv autorů FEM, *Vojenský profesionál v měnícím se světě 21. století*, Praha: Univerzita obrany 2007

*Koncepce primární prevence rizikového chování personálu Ministerstva obrany na období let 2015–2019*, Praha: Ministerstvo obrany 2014,

*Metodika doplňování personálu*, Agentura personalistiky AČR, Praha 2016

PADUCHA, GRUNTHALOVÁ, *Materiály pro vzdělávání příslušníků ozbrojených sil. Co by měl znát každý vedoucí pracovník*, Magnet 1991

*Příloha č. 2 Hodnocení přezkoušení z tělesné přípravy k Metodice doplňování personálu*, Praha: Agentura personalistiky AČR 2017

Zákon č. 219/1999 Sb., *o ozbrojených silách České republiky*, ve znění platném k 01. 12. 1999

Zákon č. 221/1999 Sb., *o vojácích z povolání*, ve znění platném k 01. 12. 1999

Zákon č. 300/2013 Sb., *o Vojenské policii*, ve znění platném k 01. 10. 2013

*ZÁVAZNÝ POKYN č. 13 Náčelníka Vojenské policie, Obsazování volných systemizovaných míst ve Vojenské policii a v jednotkách aktivní zálohy Vojenské policie*, Praha: Hlavní velitelství Vojenské policie 2016

## **Seznam zkratek**

AČR – Armáda České republiky

HDP – Hrubý domácí produkt

MO – Ministerstvo obrany

NATO – North Atlantic Treaty Organization

PČR – Policie České republiky

VP – Vojenská policie

## Seznam tabulek, grafů a příloh

### Seznam tabulek:

- Tabulka 1: Podmínky splnění fyzických testů při přijetí do AČR
- Tabulka 2: Přehled výsledků vstupních výběrů do AČR v letech 2016–2019
- Tabulka 3: Tabulka požadavků tělesné zdatnosti pro výběr k VP – muži
- Tabulka 4: Tabulka požadavků tělesné zdatnosti pro výběr k VP – ženy
- Tabulka 5: Bodové požadavky splnění testů fyzické připravenosti u věkových kategorií
- Tabulka 6: Přehled výsledků vstupních výběrů do AČR v letech 2016–2019
- Tabulka 7: Měřitelné indikátory životní pohody
- Tabulka 8: Hodnocení vybraných oblastí života souvisejících s možností trávení  
volného času
- Tabulka 9: Typické volnočasové aktivity provozované se členem rodiny
- Tabulka 10: Způsob trávení volného času v zahraničních operacích
- Tabulka 11: Doporučení pro zkvalitnění volného času v zahraničních operacích
- Tabulka 12: „Považujete dobu, kterou máte pro Váš volný čas za:“
- Tabulka 13: „Myslíte, že čas, který trávíte s rodinou, je:“
- Tabulka 14: „Jaké využívání volného času je nejvíc podporované ze strany Vašeho  
zaměstnavatele?“
- Tabulka 15: „Jak jste spokojeni se svým životem?“
- Tabulka 16: „Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na pracovní výkonnost.“
- Tabulka 17: „Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na výkonnost při plnění  
bojových úkolů v zahraniční operaci.“
- Tabulka 18: „Označte Váš názor na to, jaký mají vliv níže uvedené faktory na prevenci  
vůči rizikovému chování (RCH), jako je alkoholismus, drogy, domácí  
násilí, gambling atd.“
- Tabulka 19: Věk
- Tabulka 20: Rodinný stav
- Tabulka 21: Délka služby u Ministerstva obrany
- Tabulka 15: Počet absolvovaných misí
- Tabulka 22: Hodnostní sbor

## **Seznam Grafů:**

Graf 1: Podíl volnočasových aktivit na celkovém volném čase

Graf 2: „Při jakém způsobu trávení volného času si nejmíc odpočínáte?“

Graf 3: „Vyznačte, jakými aktivitami vyplňujete volný čas.“

Graf 4: „Fyzická kondice jde ruku v ruce s psychickou vyrovnaností.“

Graf 5: „Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času?“

Graf 6: „Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času vojáků s jejich rodinami?“

Graf 7: „Ostatní armády věnují větší pozornost problematice trávení volného času než AČR“

Graf 8: „Využití volného času má vliv na to, jak je člověk v životě spokojený“

Graf 9: „Myslíte, že životní spokojenost ovlivňuje pracovní výkonnost?“

Graf 10: „Životní spokojenost má vliv na kariéru v práci.“

Graf 11: „Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostít od problémů spojených s prací.“

Graf 12: „Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostít od problémů spojených s rodinou (mimopracovních problémů).“

Graf 13: Pohlaví

Graf 14: Výkon služby mimo místo trvalého bydliště

Graf 16: Vykonávaná činnost u VP

## **Seznam příloh:**

Příloha 1: Dotazník pro příslušníky VP – Trávení volného času a jeho vliv na životní spokojenost

## Příloha č. 1

**Vážení kolegyně, vážený kolego,**

Jmenuji se Peter FORRÓ a rád bych Vás požádal o cca 15 minut Vašeho času k věnování pozornosti tomuto DOTAZNÍKU, který je zaměřen na TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU A JEHO VLIV NA ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST. Vaše odpovědi mi významně pomohou při vypracování diplomové práce, jejichž výsledky budou důležitým zdrojem informací při mapování této problematiky.

DOTAZNÍK není testem vědomostí, ale příležitostí, abyste vyjádřil/a své skutečné názory, postoje a pocity, svá mínění. Neexistují zde správné či špatné odpovědi, jsou pouze Vaše odpovědi.

DOTAZNÍK vyplníte jednoduše tak, že u otázek, kde není vysloveně uvedena jiná instrukce, **označte (kroužkem, podškrtněte, vyznačte barevně atd.)** jednu z předložených variant odpovědi – tu, která je nejbližší Vašemu osobnímu názoru, nebo která se podle Vás nejvíce blíží skutečnosti. Žádnou odpověď nevynechejte! Na ostatní otázky odpovídejte zcela **volným písemným projevem**.

V případě, že mi dotazník budete zasílat elektronicky, zašlete ho jako přílohu na můj email [forro94@gmail.com](mailto:forro94@gmail.com), ve Wordu, jako scan, nebo vyfoťte a zašlete jako fotku atd.

Vítám jakékoliv Vaše připomínky, názory, podněty, návrhy či kritiku současného stavu, se kterým se na mne můžete obrátit prostřednictvím tohoto dotazníku, ale i osobně, telefonicky, dopisem či e-mailem.

**Zaručení naprosté ANONYMITY vyslovených názorů a diskrétnosti při jejich zpracování je samozřejmostí!**

**Děkuji Vám za spolupráci a Vaši vstřícnost.**

**Bc. Peter FORRÓ**

Kancelář: +420 973 215 594

Mobil: +420 720 078 222

Email: [forro94@gmail.com](mailto:forro94@gmail.com)

Praha únor 2019

**1. Považujete dobu, kterou máte pro Váš volný čas za:**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Rozhodně dostatečnou
- 2. Spíše dostatečnou
- 3. Spíše nedostatečnou
- 4. Rozhodně nedostatečnou

**2. Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času?**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Rozhodně ano
- 2. Spíše ano
- 3. Spíše ne
- 4. Rozhodně ne

**3. Při jakém způsobu trávení volného času si nejvíc odpočínáte „Dobijete baterky“?**

(Označte pouze jednu možnost)

Když jste:

- 1. Sám
- 2. S rodinou
- 3. S přáteli

**4. Vyznačte, jak často vyplňujete volný čas aktivitami v tabulce níže:**

		Stále	často	občas	zřídka	nikdy
A	Sport	1	2	3	4	5
B	Četba	1	2	3	4	5
C	Studium	1	2	3	4	5
D	Sledování TV, filmů	1	2	3	4	5
E	Trávení času na čerstvém vzduchu (procházky, práce na zahrádce atd.)	1	2	3	4	5
F	Internet	1	2	3	4	5
G	Hraní s dětma	1	2	3	4	5
H	Posezení s přáteli v restauraci	1	2	3	4	5
I	Nemám žádný volný čas	1	2	3	4	5
J	Jiné (napíšte jaký).....	1	2	3	4	5
	.....					

Otočte na druhou stranu >>>

**5. Jak jste spokojeni se svým životem?**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Rozhodně spokojen
- 2. Spíše spokojen
- 3. Spíše nespokojen
- 4. Rozhodně nespokojen

**6. Myslíte, že životní spokojenost ovlivňuje pracovní výkonnost?**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Rozhodně ano
- 2. Spíše ano
- 3. Spíše ne
- 4. Rozhodně ne

**7. V tabulce níže označte Váš názor na to, jaký mají vliv níže uvedené faktory na prevenci vůči rizikovému chování (RCH), jako je alkoholismus, drogy, domácí násilí, gambling atd.**

		Podporuje prevenci	Žádný vliv	Způsobuje RCH
A	Aktivní trávení volného času (sport, procházky, práce na zahrádce atd.)	1	2	3
B	Četba ve volném čase, studium	1	2	3
C	Sledování TV, filmů	1	2	3
D	Internet	1	2	3
E	Trávení času na čerstvém vzduchu (procházky, práce na zahrádce atd.)	1	2	3
F	Práce na pracovišti	1	2	3
G	Posezení s přáteli v restauraci	1	2	3
H	Nakupování	1	2	3
I	Práce na vlastním majetku (oprava rodinného domu, chaty atd...)	1	2	3

**8. Domníváte se, že ze strany Vašeho zaměstnavatele jsou vytvořeny dostatečné podmínky pro kvalitní využití volného času vojáků s jejich rodinami?**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Rozhodně ano
- 2. Spíše ano
- 3. Spíše ne
- 4. Rozhodně ne

Otočte na druhou stranu >>>



**9. Myslíte, že čas, který trávíte s rodinou je:**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Rozhodně dostačující
- 2. Spíše dostačující
- 3. Spíše nedostačující
- 4. Rozhodně nedostačující

**10. Jaké využívání volného času je nejvíc podporované ze strany Vašeho zaměstnavatele?**

(Označte pouze jednu možnost)

- 1. Sport
- 2. Kultura
- 3. Rekreace
- 4. Vzdělávání
- 5. Jiné (napíšte jaké).....

**11. Vyjádřete (označte) svůj souhlas nebo nesouhlas s následujícími výroky zakroužkováním (barevným označením) odpovědi:**

		Rozhodně SOUHLASÍM	Spíše SOUHLASÍM	Spíše NESOUHLASÍM	Rozhodně NESOUHLASÍM
A	Ze strany Ministerstva obrany je zabezpečení volného času vojáků věnována dostatečná pozornost	1	2	3	4
B	Kvalitní využití volného času má pozitivní vliv na pracovní výkonnost	1	2	3	4
C	Ostatní armády věnují větší pozornost problematice trávení volného času vojáků	1	2	3	4
D	Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostit od problémů spojených s prací	1	2	3	4
E	Životní spokojenost má vliv na kariéru v práci	1	2	3	4
F	Využití volného času má vliv na to, jak je člověk v životě spokojený	1	2	3	4
G	Fyzická kondice jde ruku v ruce s psychickou vyrovnaností	1	2	3	4
H	Při aktivním trávení volného času se dokážu oprostit od problémů spojených s rodinou (mimopracovních problémů)	1	2	3	4

Otočte na druhou stranu >>>

**12. SOCIODEMOGRAFICKÉ ÚDAJE »» označte a vyplňte:**

**Kolik je Vám let? »»**

**Pohlaví**

- 1. Muž
- 2. Žena

**Rodinný stav, jsem**

- 1. Svobodný/a
- 2. Ženatý, vdaná,
- 3. Žiji v partnerském vztahu
- 4. Rozvedený, rozvedená
- 5. Vdovec, vdova

**Délka služby u Ministerstva obrany »»**

**Počet absolvovaných misí »»**

**Specializace**

- 1. Pracuji ve výkonu
- 2. Jsem štábní pracovník

**Hodnostní sbor**

- 1. Poddůstojnický sbor
- 2. Praporčícký sbor
- 3. Důstojnický sbor

**Dojíždíte do zaměstnání mimo místo trvalého bydliště?**

- 1. Ano
- 2. Ne

*Děkuji Vám za vyplnění dotazníku a přeji krásný a příjemný den!*

## Abstrakt

FORRÓ, P. *Vliv volného času na životní spokojenost příslušníků Vojenské policie*. České Budějovice 2019. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra etiky, psychologie a charitativní práce. Vedoucí práce J. Mišovič.

**Klíčová slova:** Armáda České republiky, kvalita života, Vojenská policie, volný čas, životní spokojenost,

Práce se zabývá vlivem volného času na životní spokojenost u příslušníků Vojenské policie. Postihuje významy, které jednotliví aktéři připisují trávení volného času, a to, jak preferují jeho trávení. Teoretická část poukazuje na specifiku sociálních skupin, jakými jsou Armáda České republiky a Vojenská policie, a podmínkami výběru personálu do těchto organizací. Dále popisuje různé přístupy k volnému času, životní spokojenosti a kvalitě života. Zhodnocuje některé výsledky výzkumů v oblasti trávení volného času a životní spokojenosti v České republice i v zahraničí. V teoretické části je také poukázáno na preventivní funkci volného času vůči rizikovému chování a je zde popsán způsob koncepce prevence proti těmto vlivům ze strany Ministerstva obrany.

Obsahem praktické části práce je vyhodnocení dotazníkového šetření. Toto šetření bylo koncipováno tak, aby reflektovalo způsob trávení volného času, jeho dostatečnost či nedostatečnost a jeho vliv na životní spokojenost příslušníků Vojenské policie. Potažmo vliv volného času na prevenci vůči rizikovému chování a vliv volného času na životní spokojenost.

## Abstract

FORRÓ, P. *The Influence of Free Time on Life Satisfaction of Military Police Personnel*. Ceske Budejovice 2019. Diploma thesis. The University of South Bohemia. Faculty of Theology. Department of Ethics, Psychology and Charity. The Head of the thesis: J. Mišovič.

**Key words:** Armed Forces of the Czech Republic, quality of life, Military Police, free time, and life satisfaction.

The thesis deals with the influence of free time on life satisfaction of Military Police personnel. It depicts how much the free time means to military personnel and how they spend their free time. A theoretical part is focused on peculiarity of different social groups represented by The Armed Forces of the Czech Republic and the Military Police and it is also focused on acceptance requirements to the aforementioned organizations. In addition to that it describes different views on the free time, life satisfaction and quality of life. It evaluates certain survey outcomes aimed at spending the free time and the life satisfaction not only in the Czech Republic but also abroad. Positive effects of the free time against risk behavior are mentioned in the theoretical part of the thesis as well as ways of prevention against the negative impacts implemented by Ministry of Defense.

A survey is the main part of the practical part. The survey is focused on ways of the free time spending, on its sufficiency or deficiency, and how the quantity of the free time influences the life satisfaction of the Military Police personnel. The survey shows connection between the free time and prevention against the risk behavior and influence of the free time on life satisfaction too.