

Univerzita Hradec Králové
Fakulta informatiky a managementu
Katedra managementu

**Výzkum hodnotového systému u zaměstnanců a zaměstnavatelů ve
třech fázích covidového období**
Bakalářská práce

Autor: Michaela Součková
Studijní obor: Ekonomika a management

Vedoucí práce: PhDr. Věra Strnadová, Ph.D.
Odborný konzultant: Mgr. Jiří Haviger, Ph.D.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně a s použitím uvedené literatury.

V Hradci Králové dne 19. 3. 2024

Michaela Součková

Poděkování:

Děkuji vedoucí bakalářské práce PhDr. Věře Strnadové, Ph.D. za metodické vedení práce. Dále bych chtěla poděkovat studentům, kteří se podíleli na sběru dat pro dotazníkové šetření týkající se hodnotového systému pracujících. Moc děkuji všem dotazovaným za jejich čas a ochotu sdílet své pocity, myšlenky a zkušenosti, které byly klíčové pro zpracování této práce. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat za podporu a cenné připomínky svému příteli, díky kterému je vždy vše jednodušší.

Abstrakt

Název: Výzkum hodnotového systému u zaměstnanců a zaměstnavatelů ve třech fázích covidového období

Bakalářská práce se zabývá změnou hodnot pracujících lidí před příchodem covidu (rok 2018), v jeho průběhu (rok 2020) a po jeho skončení (rok 2022) v kombinaci s ekonomickou kapitolou týkající se hospodaření s penězi. Teoretická část je rozdělena do čtyř oddílů, ve kterých jsou rozebírány hodnoty, kvalita života, zdraví a jeho vliv na spokojenost se životem a finanční hospodaření. Praktická část se zabývá primárně výzkumem pěti nejdůležitějších hodnot pracujících respondentů a jejich změnami ve fázích covidu formou kvalitativního rozhovoru s využitím metody SEIQoL. Pro sekundární výzkum zaměřený na hospodaření s penězi bylo použito dotazníkové šetření. Díky zpracovaným výsledkům se podařilo potvrdit všech pět stanovených hypotéz, avšak za statisticky významný rozdíl byl po provedení Z-testu označen výsledek pouze jedné hypotézy, a to ten, že hodnoty „rodina“ a „zdraví“ jsou v postcovidové fázi uváděny mezi pěti nejdůležitějšími hodnotami mnohem častěji než před příchodem pandemie. V rámci dotazníkového šetření bylo zjištěno, že více než polovina respondentů v důsledku inflace omezila své výdaje a přes 80 % dotazovaných se tedy snaží své peníze nějak zhodnocovat, nejčastěji ovšem přes spořicí účty. V diskuzi byl následně proveden rozbor souladu výsledků práce s literaturou.

Klíčová slova: hodnoty, kvalita života, spokojenost se životem, zdraví, metoda SEIQoL, finance

Abstract

Title: Research on the value system of employees and employers in three phases of the covid period

The bachelor thesis deals with the change in the values of working people before (2018), during (2020) and after (2022) the arrival of the covid in combination with the economic chapter on money management. The theoretical part is divided into four sections, which discuss values, quality of life, health and its impact on life satisfaction and financial management. The practical part deals primarily with the research on the five most important values of working respondents and their changes in the stages of covid in the form of a qualitative interview using the SEIQoL method. A questionnaire survey was used for the secondary research focusing on money management. Thanks to the processed results, it was possible to confirm all five hypotheses, but the result of only one of them was considered as statistically significant difference after the Z-test was performed, namely that the values "family" and "health" are mentioned among the five most important values much more often in the post-covid phase than before the pandemic. Thanks to the questionnaire survey was found out that more than half of the respondents have cut back on their spending as a result of inflation, and over 80 % of respondents are therefore trying to value their money in some way, but most often through savings accounts. Subsequently, the consistency of the results of the work with the literature was analysed in the discussion.

Keywords: values, quality of life, life satisfaction, health, SEIQoL method, finances

Obsah

1	LITERÁRNÍ REŠERŠE	1
2	ÚVOD	3
3	TEORETICKÁ ČÁST.....	4
3.1	HODNOTY	4
3.1.1	<i>Pojem hodnoty v psychologii</i>	4
3.1.2	<i>Vliv hodnot na život člověka</i>	4
3.1.3	<i>Důležitost určení vlastních hodnot.....</i>	4
3.1.4	<i>Subjektivnost & univerzálnost.....</i>	4
3.1.5	<i>Změna hodnot v čase</i>	5
3.1.6	<i>Problém příliš mnoha hodnot.....</i>	5
3.1.7	<i>Dobré a špatné hodnoty</i>	6
3.1.8	<i>Nastavení hodnot.....</i>	6
3.2	KVALITA ŽIVOTA	7
3.2.1	<i>Definice pojmu</i>	7
3.2.2	<i>Spokojenost se životem.....</i>	7
3.2.3	<i>Optimismus x pesimismus.....</i>	8
3.2.4	<i>Faktory ovlivňující spokojenost se životem</i>	9
3.2.5	<i>Tip k lepší spokojenosti se životem</i>	10
3.3	ZDRAVÍ.....	10
3.3.1	<i>Definice pojmu</i>	10
3.3.2	<i>Rozdíly v péči o zdraví</i>	11
3.3.3	<i>Optimisté & pesimisté a zdraví</i>	11
3.3.4	<i>Propojení zdraví s psychikou člověka</i>	12
3.4	FINANČNÍ HOSPODAŘENÍ DOMÁCNOSTÍ.....	13
3.4.1	<i>Jak zhodnotit své peníze</i>	13
3.5	SHRNUTÍ TEORETICKÉ ČÁSTI	18
4	METODIKA ZPRACOVÁNÍ	19
4.1	CÍLE PRÁCE.....	19
4.2	STANOVENÍ HYPOTÉZ.....	19
4.3	METODIKA A CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÝCH SOUBORŮ	20
4.4	PROCES VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	21
4.5	STATISTICKÉ NÁSTROJE VYUŽITÉ PRO HODNOCENÍ DAT	22
5	VÝSLEDKY	23

5.1	PRIMÁRNÍ VÝZKUM	23
5.1.1	<i>Fáze před covidem</i>	23
5.1.2	<i>Covidová fáze</i>	23
5.1.3	<i>Fáze po covidu</i>	24
5.1.4	<i>Srovnání</i>	26
5.2	SEKUNDÁRNÍ VÝZKUM	30
5.2.1	<i>Výsledky otázek</i>	31
5.3	VYHODNOCOVÁNÍ HYPOTÉZ	40
5.3.1	<i>Statistická významnost</i>	43
5.4	SHRNUTÍ VÝLEDKŮ	45
6	DISKUZE	46
7	ZÁVĚRY A DOPORUČENÍ	49
8	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	51
8.1	TIŠTĚNÉ ZDROJE	51
8.2	INTERNETOVÉ ZDROJE	52
8.3	SEZNAM GRAFŮ	55
8.4	SEZNAM TABULEK	56
8.5	SEZNAM ROVNIC	56
9	PŘÍLOHY	I

1 Literární rešerše

Ke zpracování teoretické části bylo čerpáno z několika různých literárních zdrojů pro získání co nejucelenějšího přehledu o dané problematice, přičemž z některých děl bylo čerpáno podstatně více než z jiných, ze kterých byla použita třeba jen zajímavá myšlenka či doplňující informace pro lepší pochopení tématu.

DOSEDLOVÁ, Jaroslava. *Optimismus a jeho role v kontextu zdraví*. Brno: Filozofická fakulta, Masarykova univerzita, 2018. ISBN 978-80-210-8951-8.

Tato publikace byla jedním z nejpřínosnějších zdrojů pro bakalářskou práci, jelikož je v ní podrobně popisováno propojení zdraví s psychikou člověka včetně konkrétních příkladů, a dále jsou zde zkoumány četné rozdíly mezi optimisty a pesimisty, co se týče spokojenosti se životem.

PAYNE, Jan. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, 2005. ISBN 80-7254-657-0.

Bylo čerpáno také z díla sepsaného kolektivem autorů v čele s Janem Paynem, ve kterém jsou uvedeny výstižné definice kvality života. Autoři se zabývají mnoha faktory, které kvalitu života ovlivňují, přičemž kladou důraz zejména na faktor zdraví.

PELCÁK, Stanislav. *Osobnostní nezdolnost a zdraví*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2013. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-342-0.

Autor se rovněž zabývá kvalitou života, věnuje se především psychologii zdraví, kde zdůrazňuje prevenci vzniku onemocnění. Poukazuje zejména na důležitost zdravého životního stylu, ale upozorňuje také na vliv životních hodnot na kvalitu života člověka.

MANSON, Mark. *Důmyslné umění, jak mít všechno u prle: neintuitivní přístup k lepšímu životu*. Přeložil Jan KUČERA. Knihy Omega. Praha: Dobrovský, 2017. ISBN 978-80-7390-723-5.**

Zcela odlišný pohled na danou problematiku obsahuje kniha Marka Mansona, který výstižně poukazuje na problém dnešní doby, kdy lidé řeší všechno a všechny, díky čemuž se nedokážou soustředit na to, co je opravdu důležité. Nabízí také zajímavý pohled na optimismus, který si člověk není schopen udržet za každé situace, což ale nemusí být problém, stačí se naučit přijmout to, že život není vždy tzv. „bez mráčku“.

KARPIŠ, Juraj. *Jak na zlato: peníze pro nevěřící : praktický průvodce spořením ve zlatě*. Přeložil František PROKOP. Žilina: Bajkal, 2021b. ISBN 978-80-99975-14-0.

Autor v knize poskytuje ucelený přehled o zlatu, od historie přes charakteristiku výhod a nevýhod až po konkrétní možnosti investování. Pro sepsání podkapitoly o zlatu byla tato publikace naprosto klíčová.

KARPIŠ, Juraj. *Špatné peníze: průvodce krizí*. Přeložil Andrea HOLÚBKOVÁ-MACHÁLKOVÁ. Plzeň: Fish&Rabbit, 2021a. ISBN 978-80-907962-0-1.

Toto dílo by se dalo označit za velmi komplexní a obsáhlou učebnici ekonomické teorie, jelikož velmi podrobně popisuje celý finanční systém, od vzniku a fungování peněz přes různé nástroje monetární politiky až po vysvětlování jednotlivých ekonomických krizí a rozebírání několika možností investování. Kniha byla velmi přínosná pro pochopení souvislostí týkajících se financí.

RYBA, Pavel a Rost'ou PLACHÝ. *Proč bitcoin (ne)funguje jako peníze a proč jej tolik potřebujeme*. Plzeň: Fish&Rabbit, 2023. ISBN 978-80-908812-2-8.

Úspěšný podnikatel a zakladatel společnosti Golden Gate Pavel Ryba společně s autorem mnoha úspěšných bitcoinových projektů Rost'ou Plachým nabízejí v knize vhled do světa bitcoinu jako alternativy ke státním měnám. Rozebírají výhody a nevýhody této kryptoměny v porovnání s dalšími možnostmi investování a komplexně vysvětlují fungování bitcoinu od jeho vzniku přes klíčové charakteristiky a proces těžby až po způsoby jeho využívání v běžném životě člověka.

Dále bylo čerpáno ještě z několika publikací, nicméně tyto byly citovány nejčastěji, proto je jejich obsah více přiblížen.

2 Úvod

V dnešní době je psychické zdraví člověka, rovnováha a spokojenost se životem často vzácností a nedosažitelným ideálem pro značnou část společnosti. Covid, následně válka na Ukrajině a vysoká inflace ovlivnily psychiku a změnily uspořádání hodnot mnoha lidí, což bude v této práci podrobněji zkoumáno. Hodnoty vždy byly, jsou a budou subjektivní, mohou se neustále měnit a pro každého jedince mohou představovat něco zcela odlišného. Nicméně některé události mohou způsobit hromadnou změnu preferencí a na vrchol žebříčku umístit podobné hodnoty pro většinu světa.

Problémem lidí je především určení těch „správných“ a opravdu důležitých hodnot. Během rozhovorů bylo zjištěno, že lidé jich sledují příliš mnoho a nejsou schopni vybrat pět nejdůležitějších, jelikož se soustředí na desítky dalších. Ty odvádí pozornost od potenciálního jednání, které by mohlo být pro daného jedince signifikantně prospěšnější. Druhým významným problémem, kterým se práce zabývá, je hospodaření domácností s penězi, jelikož většina z nich neví, jak ochránit své úspory před soustavným znehodnocováním, nebo si ani neuvědomují, že se něco takového děje. Nedostatečné znalosti v oblasti ekonomiky se dnes projevují nezbytnou odkázaností na slepou víru v činnosti státních úředníků či bank a poměrně rychlou ztrátou kontroly nad svým majetkem i jednáním.

Téma práce bylo zvoleno z důvodu zpracovávání výběrových projektů v minulých semestrech týkajících se této problematiky, a to konkrétně hodnot člověka a jejich změn v čase. V důsledku covidu, války a následné inflace vzrostl vliv financí na spokojenost člověka. Z toho důvodu, a samozřejmě také díky návaznosti na studijní obor, byl do práce zařazen i výzkum hospodaření pracujících s penězi.

Hlavním důvodem výběru segmentu pracujících je možnost propojení primárního výzkumu nejdůležitějších hodnot se sekundárním výzkumem hospodaření s penězi, jelikož tato věková skupina již vede vlastní domácnost, tudíž je pro zpracování práce vhodnější než skupina studentů a zároveň je snazší vyhledávání dotazovaných a sběr odpovědí z dotazníkového šetření v porovnání se seniory.

3 Teoretická část

3.1 Hodnoty

3.1.1 Pojem hodnoty v psychologii

Hodnoty jsou v psychologii definovány různě, nicméně význam tohoto pojmu lze pochopit obdobně z mnoha definic. Například Ninivaggi (2016) popisuje hodnoty jako „osobně zvolená přesvědčení, cíle, kterých se člověk snaží dosáhnout a udržet si je.“

Franče (2009) definuje hodnoty jako „životní postoje, které o nás vypovídají, čeho si v životě vážíme nejvíce a co považujeme za nejpodstatnější.“

Dle Pelcáka (2013, s. 190) představují základní životní hodnoty smysl života člověka.

3.1.2 Vliv hodnot na život člověka

Z výše uvedených pojetí hodnot o nich lze říci, že mají velký vliv na život člověka, jelikož utváří to, kým je, ukazují jeho směřování, ovlivňují to, jak člověk jedná a jak se cítí.

Davis (2023a) říká, že „hodnoty jsou velmi úzce propojeny s činy, neboť člověk se snaží jednat způsobem, který není v rozporu s jeho hodnotami.“

3.1.3 Důležitost určení vlastních hodnot

Vzhledem k obrovskému vlivu hodnot na život člověka je důležité umět si své hodnoty určit a definovat, co je třeba udělat, aby se naplnily, díky čemuž může dle Davis (2023b) „každý začít vytvářet život, který bude lépe odpovídat jeho skutečnému já.“ Výsledkem podle ní je, že život v souladu s vlastními hodnotami dává člověku větší smysl a učiní ho šťastnějším.

3.1.4 Subjektivnost & univerzálnost

Je známo, že každý člověk vyznává jiné hodnoty a může je tedy určit jen on sám (Davis, 2023b). Mnoho lidí může mít podobné hodnoty a lze je označit univerzálním pojmem, jako například láska nebo zdraví, nicméně všechny hodnoty jsou subjektivní, což znamená, že je každý vnímá jinak a každý jim také přisuzuje jinou důležitost, tudíž je nelze interpersonálně porovnávat. Někdo si pod pojmem úspěch představí vrcholnou kariéru, někdo zase spokojené manželství. Jeden člověk uvede mezi svými hodnotami lásku a myslí tím lásku k partnerovi, někdo jiný tím myslí vztahy v rodině a pro někoho

dalšího to může znamenat lásku k životu jako takovému, přičemž pro někoho může být důležitější láska a zase naopak. Hodnoty tedy lze rozdělit dle univerzálních pojmů, ale za nimi se skrývá neskutečně mnoho různých pojetí.

3.1.5 Změna hodnot v čase

Franče (2009) uvádí, že lidé během života své hodnoty různě přehodnocují, mění jejich pořadí a někdy je změny úplně, přičemž příčinou změn mohou být jak vnitřní, tak vnější okolnosti. Co se týče průběhu života, lze předpokládat, že studenti mezi své hodnoty zařadí vzdělání, později jako pracující uvedou místo vzdělání například naplňující práci a v důchodovém věku pro ně bude důležitá třeba finanční nezávislost. Člověk se mění a vyvíjí, tudíž se mění i jeho hodnotové preference (Franče, 2009). Zajímavá korelace byla zjištěna mezi hodnotami a vzděláním, kdy u nižšího vzdělání převažují materialistické hodnoty a u vysokoškolského vzdělání hodnoty postmateriální, jako je pocit svobody, nebo právě vzdělání (Bence et al., 2007, s. 92). Jelikož lidé jsou ovlivňováni i vnějšími okolnostmi, lze očekávat, že například během války bude mezi hodnotami častěji zmiňován mír a bezpečí, během epidemie bude pro lidi důležitější zdraví apod. Proto je výzkum v této práci zaměřen na hodnoty před pandemií covidu, během ní a po jejím skončení, aby se zjistilo, zda došlo vlivem této situace k nějakým významnějším změnám v žebříčku hodnot lidí.

3.1.6 Problém příliš mnoha hodnot

Manson (2016, s. 15) poukazuje na zajímavý paradox: „Za posledních třicet let vystřelily se stresem spojené zdravotní problémy, návaly úzkosti a případy deprese obrovskou rychlostí směrem nahoru i přesto, že má každý plochou televizi a může si nechat doručit nákup až domů.“ Podle něj je současný problém v tom, že jsou lidé přehlceni věcmi a možnostmi, že už ani sami nevědí, co všechno mají řešit. Jak řekl E. O. Wilson: „Máme paleolitické emoce, středověké instituce a božskou technologii.“ „Mnoho lidí příliš přemýšlí o věcech, které si to ani nezaslouží, např. nepříjemná pokladní na benzínce, která nám vrátila v drobných“ (Manson, 2016, s. 19).

Proto není klíčem k dobrému životu zajímat se o víc, ale pouze o to, co je důležité (Manson, 2016, s. 13), jelikož není možné skutečně naplňovat ty nejpodstatnější hodnoty, pokud toho člověk řeší příliš mnoho.

3.1.7 Dobré a špatné hodnoty

Je tedy třeba si uvědomit, že ne všechny hodnoty mohou vést ke štěstí a lepšímu životu. Ninivaggi (2016) upozorňuje na to, že existují jak zdraví prospěšné a pozitivní hodnoty, tak nezdravé a negativní. Též Manson (2016, s. 86) rozlišuje dobré a špatné hodnoty, konkrétně dle možnosti ovlivnitelnosti a jejich dosažení vlastní silou. Dobré hodnoty jsou podle něj spojené s realitou, jsou kontrolovatelné a závisí na vlastním chování dané osoby (např. kreativita, zlepšení vztahů s lidmi), naproti tomu špatné hodnoty nejsou lidé schopni sami ovlivnit a jsou tedy závislé spíše na vnějších podnětech (např. popularita). Mnoho lidí radí do svých hodnot například stálé zaměstnání, protože nemají rádi změny a chtějí jistotu, nicméně, jak už bylo zmíněno výše, tato hodnota rovněž nepatří mezi ty, které může člověk ovlivnit. Svět se totiž neustále mění a s rychle se vyvíjejícími technologiemi, zejména umělou inteligencí apod. zanikají pracovní místa a vznikají jiné pracovní příležitosti, proto je dnes velmi důležitou vlastností adaptabilita (Bednár, 2020, s. 118). Takové nastavení myslí, kdy člověk věří tomu, že věci nejsou dané, ale že každý může své schopnosti zlepšovat, být flexibilní a zkoušet nové možnosti, nazývá Bednár (2020, s. 100) „rastový mindset“. Podle něj lidé s tímto přístupem lépe zvládají krize, jako třeba covid, jelikož místo nevýhod lockdownu vidí příležitosti, například čas přemýšlet nad životem, zda člověk žije v souladu se svými hodnotami, co by mohl dělat jinak a jestli to, co dělá, má smysl, případně může zjistit, co by skutečně dělat chtěl.

3.1.8 Nastavení hodnot

Dle Mansona (2016, s. 72) je ke změně pohledu člověka na svůj problém nejprve nutná změna hodnot. Proto je třeba „upřednostňovat lepší hodnoty, o které se bude člověk zajímat, neboť když se stará o lepší věci, řeší lepší problémy“ (Manson, 2016, s. 87).

Nastavení hodnot nemusí být vždy jednoduché, zejména pokud se člověk snaží najít ty „dobré“ hodnoty, které může ovlivnit. Davis (2023a) přináší zajímavý tip, který může pomoci při určování nejdůležitějších hodnot. Spočívá v tom, že se ke každé hodnotě přidá sloveso, tudíž člověk popíše, jak bude dle dané hodnoty žít. Pokud mezi své hodnoty zařadí například zdraví, může ji formulovat jako „udržovat zdravý životní styl“, je-li hodnotou láska, pak ji lze popsat jako „budovat dobré vztahy“ atd. Tímto způsobem člověk zjistí, zda může své hodnoty ovlivnit a zároveň sám přijde na způsob, jak těchto cílů dosáhnout.

3.2 Kvalita života

3.2.1 Definice pojmu

Pojem kvalita života je stejně jako hodnoty subjektivní a tyto dva pojmy spolu navzájem souvisí, neboť „subjektivně vnímaná kvalita života je výrazně ovlivněna hodnotovou orientací jedince“ (Bence et al., 2007, s. 70). I pro kvalitu života lze uvést mnoho definic, například podle Světové zdravotnické organizace představuje kvalitu života „to, jak jedinec vnímá své postavení ve světě v kontextu kultury a hodnotových systémů, ve kterých žije, a ve vztahu ke svým cílům, očekáváním, životnímu stylu a zájmům“ (Pelcák, 2013, s. 25).

Zajímavě vysvětluje kvalitu života Centrum pro podporu zdraví v Torontu, a to jako „stupeň, ve kterém jedinec využívá důležité možnosti svého života, jež vyplývají z příležitostí a omezení, které člověk má“ (Payne a kol., 2005, s. 208).

Obecnější, a tedy méně subjektivní definici nabízí Mezinárodní společnost pro studium kvality života, která za tímto slovním spojením vidí „produkt souhry sociálních, zdravotních, ekonomických a environmentálních podmínek, ovlivňujících rozvoj lidí“ (Payne a kol., 2005, s. 211).

Z uvedených definic je patrné, že kvalita života může být chápána mnoha způsoby, jelikož se jedná o velmi komplexní pojem se subjektivním vnímáním. Každý posuzuje kvalitu svého života podle jiných parametrů, v různém emocionálním rozpoložení atd., tudíž ani nemůže existovat zcela jednotná definice, neboť tento pojem je jen těžko uchopitelný. Nicméně na základě výše zmíněných vysvětlení by kvalita života mohla být jednoduše chápána jako spokojenost se životem.

Payne a kol. (2005, s. 211) uvádí, že tímto pojmem se od 70. let zabývá i medicína, jelikož kvalita života může souviset se vznikem různých nemocí, proto je důležité brát v potaz i psychickou stránku věci, která, jak je známo, má významný vliv na zdravotní stav člověka. Tato problematika bude rozebrána podrobněji v kapitole o zdraví.

3.2.2 Spokojenost se životem

Míru životní spokojenosti popisuje Blatný (2020, s. 190) jako „rozdíl mezi aktuální životní situací a očekáváním daného jedince.“ Životní spokojenost představuje jednu ze dvou složek subjektivní pohody, přičemž tou druhou je štěstí, které „vyjadřuje rovnováhu mezi prožívanými pozitivními a negativními emocemi“ (Blatný, 2020, s. 37). Termín

subjektivní pohoda, neboli well-being je tedy označení pro „všeobecné hodnocení kvality života jako takového“ (Payne a kol., 2005, s. 210).

V dnešní době je internet plný různých motivačních rad typu „podívejte se na sebe a řekněte si, že jste šťastní a skvělí“, nicméně Manson (2016, s. 37) trefně konstatuje, že „nikdo, kdo je opravdu šťastný, nemusí stát před zrcadlem a říkat si, jak moc je šťastný.“ Místo přesvědčování sebe sama prázdnými větami je užitečnější zvolit si hodnoty, které člověka učiní spokojenějším, bude-li se snažit podle nich žít.

3.2.3 Optimismus x pesimismus

Existuje mnoho důvodů, proč optimisté vykazují vyšší spokojenost se životem než pesimisté. Podle Dosedlové (2018, s. 35) se optimisté snaží každý problém nějak využít, najít na něm něco pozitivního a věří tomu, že překonání problému je posune v jejich rozvoji, tudíž se k překážkám staví čelem a vnímají je jako cenné životní zkušenosti. Jak dále vysvětluje, pesimisté jednají opačně, jejich potíže tkví ve strachu z problému a snaže ho oddálit, nebo si ho vůbec nepřipouštět. Důsledkem je to, že nemohou mít radost z překonání překážek, jelikož se jim vyhýbají, a navíc se jim nevyřešené problémy hromadí, což snižuje jejich spokojenost a zvyšuje míru stresu (Dosedlová, 2018, s. 33).

Významný rozdíl mezi optimisty a pesimisty je pozorovatelný ve vnímání příčin dobrých a špatných událostí, což popisuje Dosedlová (2018, s. 38): „Pesimisté považují příčiny špatných událostí za trvalé a neodstranitelné (diety nefungují) a naopak příčiny úspěchů jako nestálé a nahodilé (měl jsem zrovna dnes u zkoušky štěstí).“ Optimisté to podle ní vnímají obráceně, negativní události vidí jako přechodné („diety nefungují, když se stravuji v restauraci“) a ty pozitivní považují za trvalejší („dobře jsem se připravil na zkoušku, mám talent“).

Podobně je to s předvídaním důsledků. Pesimistovi v hlavě probíhají katastrofické scénáře a je přesvědčen, že například „ztráta práce ohrozí všechny oblasti jeho života“, kdežto optimista se snaží najít východisko, tudíž si uvědomí, že se může žít něčím jiným, dost možná najde práci, která ho bude bavit mnohem víc, což povede ke zvýšení jeho spokojenosti a neúspěch tedy nespojuje automaticky s katastrofou, nýbrž opět s příležitostí něco ve svém životě změnit (Dosedlová, 2018, s. 39).

Je to zkrátka o nastavení mysli, které může významně ovlivnit kvalitu života člověka.

Zajímavý je z hlediska optimismu také rozdíl mezi pohlavími. Dosedlová (2018, s. 28) na základě provedeného výzkumu uvádí, že „muži na svou budoucnost pohlíželi signifikantně optimističtěji než ženy, zejména u pravděpodobnosti stát se společensky významnými, vlastnit dům či nadprůměrný plat.“ Nicméně vysvětluje, že na tyto faktory může mít vliv obsah genderových rolí, jelikož „u žen se role nepojí s takovým společenským a materiálním úspěchem jako role mužská.“

3.2.4 Faktory ovlivňující spokojenost se životem

Faktorů, které nějakým způsobem ovlivňují spokojenost člověka, je neskutečně mnoho a liší se od osoby k osobě, tudíž není možné všechny vyjmenovat a zkoumat, nicméně některé z těchto faktorů lze považovat za obecné vlivy, které s lidskou spokojeností souvisí.

Prvním takovým faktorem je věk, přičemž výzkum Dolana et al. (2008) odhalil nelineární vztah mezi věkem a spokojeností ve tvaru paraboly, tedy že vyšší spokojenost vykazují mladší respondenti, s rostoucím věkem se v období cca 31-50 let spokojenost snižuje a následně se u starších lidí zase zvyšuje. Vysvětlením může být například to, že období středního věku je považováno za „období intenzivního přehodnocování smyslu života“ (O'Connor a Chamberlain, 1996). Lidé si tedy uvědomují, že stárnou a zjišťují, že mají před sebou spoustu nesplněných cílů, nebo že zkrátka nežijí život podle svých představ, nicméně díky tomuto přehodnocení mohou „prozít“ a začít svůj život žít naplno, proto se jejich spokojenost opět začne zvyšovat.

Dle Pelcáka (2013, s. 44) představuje naprosto zásadní vliv na životní spokojenost člověka psychická zátěž, proto je velmi důležité pracovat s vlastní psychikou, zejména umět se vyrovnávat se stresem, v čemž jsou prokazatelně lepší lidé s optimistickým smýšlením (Dosedlová, 2018, s. 33).

Jelikož osamělí lidé vykazují mnohem nižší míru spokojenosti a tento faktor často označují za zásadnější než zdravotní problémy, lze říci, že kvalitu života velmi pozitivně ovlivňuje partnerství a přítomnost blízkých osob (Payne a kol., 2005, s. 356). Tuto myšlenku potvrzuje i mezinárodní studie, ve které bylo zjištěno, že vdání / ženatí lidé jsou více spokojeni se svým životem než nezadaní (Diener et al., 2000).

Finanční příjem dává lidem pocit jistoty, tudíž delší nezaměstnanost (nejen daného člověka, ale i jeho blízkých) spokojenost člověka výrazně snižuje, neboť je vystavován stresu z možných finančních problémů (Kokko a Pulkkinen, 1998).

Posledním uvedeným faktorem je covid-19, který rovněž ovlivnil životní spokojenost lidí a jejich smýšlení celkově (Proženy.cz, 2021). Od ostatních faktorů se liší tím, že se jedná o nečekanou krizovou situaci, která zasáhla celý svět, ovšem pouze dočasně, kdežto věk, psychická zátěž, partnerství či finanční příjem se vyvíjí s člověkem celý život a u každého jedince v jiný čas.

3.2.5 Tip k lepší spokojenosti se životem

Někteří lidé by nejspíše rádi dostali přesný návod na štěstí, nicméně nic takového neexistuje. Každého učiní spokojeným něco jiného, tudíž nelze aplikovat konkrétní radu jednoho člověka na všechny. Nebylo by tedy moudré si myslet, že to, co pomůže k větší spokojenosti např. mladé prodavačce, bude mít stejný efekt i na starého politika. Nicméně existují hodnoty, které dokážou učinit spokojenými opravdu obrovské množství lidí, jako třeba pěstování dobrých vztahů s lidmi, nebo udržování zdravého životního stylu po psychické i fyzické stránce (Strnadová a Voborník, 2014). V konečném důsledku je to tedy opět o nastavení a žití podle těch správných hodnot, které si však musí každý jednotlivec určit sám.

3.3 Zdraví

3.3.1 Definice pojmu

Dosedlová (2018, s. 74) považuje za výstižnou definici zdraví z roku 1946, která jako první bere v potaz i psychickou stránku věci, zdraví je tedy definováno jako „stav kompletní fyzické, mentální i sociální pohody, nejedná se o pouhou absenci nemoci nebo slabosti.“ Dále uvádí, že tato definice byla později ještě doplněna o dovětek „schopnost žít sociálně a ekonomicky produktivní život“, tudíž se stala ještě výstižnější.

Společnost také během let změnila ke zdraví přístup, kdy se lidé postupně přeorientovali od léčení nemocí k jejich prevenci, jež tkví především ve správném nastavení životního stylu, a snaží se udržovat si úroveň zdraví a celkovou pohodu (Dosedlová, 2018, s. 76).

3.3.2 Rozdíly v péči o zdraví

Péče o zdraví je opět velmi individuální, jelikož každý člověk je jiný, tudíž má jiné stravovací návyky, specifický přístup k pohybu, hodnotí odlišně důležitost psychické vyrovnanosti apod., jinak řečeno má vlastní životní styl. Nicméně na základě výzkumů lze najít jisté podobné prvky a tendence u určitých skupin lidí, ať už se jedná o rozlišení dle pohlaví nebo věku. Například Dosedlová (2018, s. 84-91) poukazuje na výsledky své výzkumné studie, kde bylo vyzpozorováno, že zdravé stravování se zvyšuje s věkem, přičemž u mužů byl zaznamenán podstatně výraznější rozdíl, což autorka studie vysvětluje tím, že mladí muži příliš nedbají na zdravé stravování, kdežto ženy řeší jídlo již od mládí (diety, cukr apod.), tudíž s přibývajícím věkem není rozdíl tak viditelný jako u mužů. Stejný vzorec chování byl zjištěn také v oblasti péče o duševní zdraví, tedy psychohygienu. Dále uvádí, že s rostoucím věkem se lidé vyhýbají návykovým látkám, přičemž ženy se jich vyvarovávají více než muži. Z jejich výsledků také plyne, že starší lidé lépe dodržují pravidelný režim, díky volnému času se věnují svým zájmům více než střední věková skupina a také dostatečně odpočívají. Fyzická aktivita je však přirozeně vyšší u mladších věkových skupin.

Z těchto poznatků lze odvodit, že starší lidé se více zajímají a pečují o své zdraví, s výjimkou fyzické aktivity, která u seniorů klesá. Nicméně jak už bylo zmíněno, péče o zdraví se liší od člověka k člověku, jistě existují i senioři fyzicky aktivnější než řada dospívajících, tudíž tyto vzorce nelze aplikovat na celou společnost bez rozdílu.

3.3.3 Optimisté & pesimisté a zdraví

Jak už bylo popsáno v kapitole týkající se spokojenosti se životem, optimisté jsou na tom lépe než pesimisté, což platí i zde v oblasti zdraví. Dosedlová (2018, s. 38) vysvětluje, že více pozitivních emocí, méně stresu, a tudíž i nižší fyziologické napětí působí příznivě na zdraví člověka, tudíž zdravotní stav je lepší než u pesimistů. Dále poukazuje na studie, které dokazují, že optimisté jsou „méně náchylní k nákaze infekcemi, mají lépe fungující imunitní systém a v průměru se dožívají vyššího věku než pesimisté“ (Dosedlová, 2018, s. 99). Lepší zdravotní stav optimistů Peterson a Avila (1995) in (Dosedlová, 2018, s. 110) zdůvodňují také jejich vírou ve schopnost aktivně ovlivňovat a kontrolovat své zdraví.

K pevnějšímu zdraví pozitivně přispívá také vyšší aktivita a vytrvalost, navazování a udržování dobrých vztahů, což opět lépe zvládají optimisté (Dosedlová, 2018, s. 40).

Naopak pesimismus podporuje vznik depresí, pesimisticky naladění lidé často nevyužívají svůj potenciál, bývají postiženi chorobami dříve a vážněji než optimisté atd., proto je pesimismus spojován se špatným fyzickým zdravím (Dosedlová, 2018, s. 40).

Je tedy viditelné, jak důležité je nastavení mysli člověka nejen z hlediska psychické pohody, ale také z hlediska fyzického zdraví, které je mírou duševní vyrovnanosti velmi ovlivněno.

3.3.4 Propojení zdraví s psychikou člověka

V důsledku zkoumání vlivu psychiky na zdravotní stav člověka se začala na přelomu 70. a 80. let rozvíjet psychologie zdraví, která je popisována jako „systematická aplikace psychologických poznatků do oblasti zdraví, nemoci a systému zdravotní péče“ (Dosedlová, 2018, s. 75). Jedná se tedy o oblast psychologie, která zkoumá vliv psychiky na zdraví lidí a snaží se pomáhat k lepšímu zdravotnímu stavu skrze řešení psychických problémů uvnitř daného člověka (Pelcák, 2013, s. 36). Dle mnoha odborníků je totiž až 70 % všech tělesných problémů psychického původu (Liv, 2015). Hrabica (2007, s. 1) vysvětluje, že to, co člověka trápí, se odrazí na jeho těle. Důvodem je to, že „stres, starosti a další lidská trápení jsou pro tělo takovou zátěží, se kterou se nedokáže vyrovnat jinak než vznikem tělesného problému“ (Liv, 2015). Samozřejmě, že mnoho faktorů, jenž ovlivňuje zdraví lidí, je mimo jejich kontrolu, nicméně značnou část svého zdraví mohou lidé ovlivnit sami tím, jak vnímají svět kolem sebe a jak jednájí, přičemž „nesprávné jednání je základem oslabování lidského organismu“ (Hrabica, 2007, s. 4). Psychické zdraví bylo již v roce 2005 na Evropské konferenci Světové zdravotnické organizace označeno za základní předpoklad kvality života (Pelcák, 2013, s. 41), tudíž jeho význam by neměl být podceňován.

Díky těmto informacím lze říct, že psychika a zdraví jsou velmi úzce propojeny a mohou představovat jak příčinu, tak důsledek toho druhého, tedy že špatná psychika může mít negativní vliv na zdraví člověka a obráceně zase zdravotní obtíže mohou negativně působit na psychické rozpoložení, čímž se v podstatě vytváří spirála, proto je důležité pečovat o sebe jak po fyzické, tak psychické stránce.

3.4 Finanční hospodaření domácností

Podle Ministerstva financí České republiky (2015) je základem pro finanční hospodaření domácností schopnost vytvářet a udržovat přebytkový rozpočet, tedy mít vyšší příjmy než výdaje, přičemž tyto dvě složky lze vyrovnávat snižováním výdajů, zvyšováním příjmů či v ideálním případě kombinací obojího.

Sestavování a plánování rozpočtu může lidem pomoci k získání lepšího přehledu nad svými financemi, což usnadní rozhodování týkající se úspor či utrácení, dále napomáhá pravidelně vytvářet rezervy na nečekané výdaje či odkládat část peněz na budoucí spotřebu typu dovolená apod. (Asociace občanských poraden, 2021), proto bude v praktické části zjišťováno, zda lidé používají tento způsob kontroly nad svým majetkem, či si vystačí se sledováním stavu svých účtů.

V České republice je podíl lidí žijících ve vlastním bydlení téměř 80 %, což je ve srovnání s mnoha dalšími zeměmi Evropy vysoké procento (Ryba, 2020 in Müller, 2020, s. 87), nicméně spousta z nich na vlastní bydlení nedosáhne bez hypotéky a dle Pikory (2023b) poté většina lidí nemá právě kvůli hypotékám a dalším půjčkám dostatek peněžních prostředků na tvorbu úspor.

V důsledku různých opatření proti covidu bylo mnoho lidí nuceno změnit zaměstnání, spousta podniků zkrachovalo a lidé začali kvůli nejisté budoucnosti více šetřit (Proženy.cz, 2021).

Pikora (2023a) uvádí, že domácnosti v reakci na rostoucí inflaci a pokles reálných příjmů zareagovaly snížením spotřeby, zatímco stát reagoval obřími výdaji, čímž roste státní dluh a zároveň je jeho utrácení jedním ze zdrojů inflace, které se lidé snaží ubránit, tudíž stát by si měl z domácností vzít příklad a začít šetřit.

3.4.1 Jak zhodnotit své peníze

Dle názoru autorky je v oblasti finančního hospodaření nejdůležitější schopnost uchránit své peníze před inflací a dlouhodobě je zhodnocovat, což velká část populace bohužel neumí. Ryba (2023, s. 81) trefně poznamenal: „Lidé věnují v průměru 40h týdně vydělávání peněz, ale nezajímá je, jak vznikají, jak fungují, kdy a jak je mohou využít ve svůj prospěch, nebo kdy o ně naopak mohou přijít.“

V současné době se však z obyčejných lidí kvůli inflaci a vysokým daním stávají spekulanti a zoufale se snaží najít nějaký způsob, jak uchovat hodnotu svých peněz

(Karpiš, 2021a, s. 201), proto je důležité znát různé možnosti zhodnocování úspor, vědět, jak fungují a které naopak nefungují. Z těchto důvodů je zbytek části týkající se financí věnován tomuto tématu.

Quantified strategies (2023) vysvětluje zajímavou teorii permanentního portfolia Harryho Browna, dle které by měl člověk diverzifikovat svůj majetek na čtvrtiny: 25 % ve zlatě, 25 % v akciích, 25 % ve státních dluhopisech a 25 % v penězích, díky čemuž se snižuje riziko ztráty úspor a portfolio se pravidelně „dovažuje“, aby poměry zůstávaly vyrovnané. Tyto a některé další možnosti zhodnocování majetku budou rozepsány níže.

3.4.1.1 Spořicí účty

Lidé, kteří nevědí, jak funguje finanční systém, se snaží zhodnocovat své peníze přes spořicí účty, nicméně úroky na nich většinou ani zdaleka nedosahují míry inflace, tudíž reálná kupní síla úspor klesá (Stroukal, 2021, s. 239), proto se nejedná o vhodný způsob zhodnocování peněz a nebude v práci rozepisován.

3.4.1.2 Státní dluhopisy

Jedná se o typ cenného papíru, jehož emitentem je stát ručící za to, že jednoho dne vrátí, co si půjčil (Karpiš, 2021a, s. 471). Nicméně nákupem státních dluhopisů se podporuje stále větší zadlužování států a z ekonomického pohledu po započtení inflace většinou nenesou téměř žádný reálný výnos, často je dokonce záporný (Karpiš, 2021a, s. 475), proto nebudou v této práci blíže popisovány.

3.4.1.3 Akcie

Tento druh cenného papíru představuje podíl vlastnictví v dané společnosti, přičemž investice do nich je z morálního i ekonomického hlediska lepší než do státních dluhopisů, jelikož „dlouhodobě může na trhu přežít jen firma schopná dlouhodobě přinášet zisk“, vytváří tedy skutečnou hodnotu v podobě služeb či produktů, díky čemuž může inovovat, zlepšovat efektivitu atd. a tím roste její hodnota (Ryba, 2020 in Müller, 2020, s. 75).

Pro správné načasování nákupu či prodeje je dobré sledovat některé poměrové ukazatele, například P/E ratio, který vyjadřuje poměr ceny akcie a zisku na akcii, tedy jak dlouho bude muset akcie vydělávat, aby přinesla tolik, kolik za ni člověk zaplatil, díky čemuž lze zjistit, zda je trh drahý či levný (Macrotrends, 2023). Dalším ukazatelem je Dow/Gold ratio, vyjadřující, kolik uncí zlata je třeba na nákup akciového indexu Dow Jones, kdy se

po srovnání s historickým mediánem za 120 let zjistí, zda jsou akcie měřeny zlatem drahé či levné (Macrotrends, 2023), jelikož index umožňuje z pohledu ceny „vyndat“ inflační a nejistou měnu státu, která narušuje tržní cenové signály (Ryba, 2020 in Müller, 2020, s. 93). Mezi nejuznávanější indexy patří zajiště S&P 500, zahrnující akcie 500 největších firem na americké burze, jenž byl založen roku 1957, avšak jeho historie sahá až do 20. let 20. století (S&P Dow Jones Indices, 2023).

3.4.1.4 Zlato

Zlato je považováno za pojistku proti špatným dobám, kdy jeho cena je „nepřímo úměrná důvěře v bankovní systém řízený státem, což znamená, že cena a význam zlata rostou s růstem nejistoty“ (Karpiš, 2021b, s. 36).

Zlato bylo zvoleno penězi tržním způsobem, jelikož nejlépe splňovalo požadavky peněz: je vzácné (výkyvy v roční produkci mají zanedbatelný vliv na cenu), ale relativně dostupné, uchovává hodnotu, je trvanlivé a dělitelné, proto bylo společností celosvětově akceptované, nepotřebovalo žádnou kampaň ani nátlak a osvědčilo se lépe než kterákoli papírová měna (Karpiš, 2021a, s. 575).

Za dob „zlatého standardu“ téměř neexistovala inflace, která však po zrušení bretonwoodského systému prezidentem Nixonem v roce 1971 vystřelila nahoru (Karpiš, 2021b, s. 33).

„Trh vybral zlato za peníze právě proto, že se obtížně získává“ (Karpiš, 2021a, s. 582). Je vzácné díky nákladné produkci, od roku 1868 se nikdy nevytěžilo ročně více než 3,5 % hmotnosti již existujícího zlata (Karpiš, 2021b, s. 25).

Zlato je dlouhodobým uchovatelem hodnoty, podle Karpiše (2021b, s. 32) ceny zboží od roku 1947 vzrostly v dolarech o 900 %, kdežto ve zlatě klesly o 70 %, jelikož díky pokroku je vše levnější.

Mezi výhody zlata dle Karpiše (2021b, s. 25) patří: více než 5000 let historie v roli peněz, celosvětová akceptace, dlouhodobý uchovatel hodnoty, vysoká likvidita, možnost anonymní platby, snižování rizika portfolia, vysoká hustota hodnoty (díky čemuž je lehce skladovatelné), fyzičnost (nezávislost na funkčnosti internetu) a další.

Naopak mezi nevýhody řadí například krátkodobou a střednědobou volatilitu, z čehož vyplývá, že zlato je spíše dlouhodobá forma spoření.

V případě vnímání zlata jako pojistky proti špatným časům je třeba ho skutečně vlastnit,

jelikož jak říká citát Karpiše (2021b, s. 11): „Nechávat zlato v bance je něco podobného, jako mít náhradní klíče od auta v autě,“ tudíž pojistka na špatné časy by v takovém případě ztratila význam.

Dnes už zlato není vnímáno jako peníze, ale spíše jako investice, zejména kvůli nedostatečné dělitelnosti z důvodu zvýšení produktivity práce a snížení absolutních cen, nemá tedy do budoucna potenciál prosadit se znovu jako peníze (Karpiš, 2021a, s. 584). Jedinou možnou formou, která by mohla dominovat, je mezinárodní měna plně krytá zlatem, o což se pokouší nově vzniklé mezinárodní uskupení BRICS (Lewis, 2023).

Pro lepší orientaci ve finančním systému je dobré sledovat činnosti centrálních bank, které do roku 2010 zlato spíše prodávaly, ale od té doby ho každoročně skupují více a více (Karpiš, 2021b, s. 55). Ryba (2023, s. 63) zmínil, že v roce 2022 centrální banky nakoupily nejvíce zlata za posledních 55 let a Wolf (2023) ve svém článku uvedl, že ČNB patří v poslední době mezi největší kupce zlata mezi centrálními bankami.

Další drahé kovy v této práci nejsou popisovány, jelikož jsou považovány spíše za průmyslové komodity než peníze (např. stříbro) (Karpiš, 2021b, s. 71).

3.4.1.5 Bitcoin

V současnosti jde o nejpoužívanější kryptoměnu, kterou v roce 2009 pod pseudonymem Satoshi Nakamoto spustil programátor / skupina programátorů (Tětek, 2022), nicméně již několik let před jeho skutečným vznikem předpověděl poměrně přesně May (1988) mj. vznik bitcoinu v Kryptoanarchistickém manifestu, což je vskutku obdivuhodné.

Nakamoto 31.10. (2008) poprvé představil bitcoin v legendárním „White paperu“, kde zdůvodňuje vznik této kryptoměny jako „potřebu zavést systém elektronických plateb založený na kryptografických záznamech, nikoliv na důvěře, aby umožnil kterýmkoliv dvěma stranám provádět transakce přímo mezi sebou bez potřeby důvěryhodné třetí strany.“ Ryba (2023, s. 11) označuje bitcoin jako „první digitální peníze, které je možné skutečně vlastnit“, také právě proto se mu přezdívá digitální zlato.

Bitcoin funguje na tzv. blockchainu, který si lze představit jako velkou účetní knihu, v níž jsou vedeny záznamy o všech transakcích (Chovanculiak, 2020, s. 194). Je dělen do „blocků“, balíčků transakčních dat o určité velikosti, přičemž každou transakci musí potvrdit vždy několik uzlů v síti, jinak by mohlo dojít ke zneužití (Ryba, 2023, s. 89).

Soukromí je v tomto transparentním procesu zajištěno tím, že pro každou transakci se generuje nová adresa, tvořená kombinací náhodných znaků (Tětek, 2022).

Proces zapisování transakcí do „blocků“ se nazývá těžba, kde těžební jednotky provádějí složité matematické výpočty hashových funkcí, které jsou náročné na výkon a těžaři jsou tedy odměněni za vypočítání každého blocku novým bitcoinem a transakčními poplatky (Ryba, 2023, s. 89).

Uvolňování nově vzniklých bitcoinů je přesně zakotveno v samotném kódu, kde se zprvu každých deset minut vytěžilo 50 BTC a každé čtyři roky se toto množství snížilo na polovinu, tedy 25, 12.5 a dnes 6.25 - tento proces se nazývá halving, jehož cílem je co nejefektivnější implementace bitcoinu do společnosti (Tětek, 2022). Chovanculiak (2020, s. 197) uvádí, že zpočátku měli těžaři hlavní motivaci těžít z důvodu vysokých odměn, ale se stoupající tržní cenou a klesajícími odměnami se postupně motivace těžařů přiklání k transakčním poplatkům.

Důležitým aspektem při těžbě je také dynamická obtížnost výpočtů, která se mění v závislosti na současném výpočetním výkonu, přičemž hlavní snahou je udržet čas vytěžení jednoho blocku na deseti minutách a předejít tak možnosti vzniku těžebních monopolů (Ryba, 2023, s. 90).

Díky absenci centrálně řízené nabídky je tedy cena bitcoinu na rozdíl od fiat měn tržní, neboť je ovlivněna hlavně poptávkou a celkovou tržní kapitalizací (Tětek, 2022).

Jedním z důvodů negativního vnímání bitcoinu je jeho volatilita, na níž má vliv také tržní kapitalizace (čím je nižší, tím vyšší lze očekávat výkyvy v ceně), která je ve srovnání se zlatem u bitcoinu několikrát nižší, proto je volatilita vyšší, nicméně oproti začátkům bitcoinu se výrazně snížila, tudíž lze očekávat, že s jeho rostoucí implementací bude volatilita nadále klesat (Tětek, 2022). Nicméně volatilita nemusí být vždy důvod ke stresu, k nákupu či prodeji lze využívat například strategii průměrování neboli DCA (dollar cost averaging), jinými slovy pravidelný nákup (Ryba, 2023, s. 30).

Běžný vlastník bitcoinů může používat softwarové či hardwarové peněženky, přičemž softwarové fungují jako aplikace, přes které lze přijímat či posílat bitcoiny, a hardwarové peněženky se doporučují zejména pro větší objemy bitcoinů, jelikož poskytují vyšší bezpečnost díky tomu, že jsou to fyzická zařízení, tudíž umožňují uchovat klíče k bitcoinům offline (Bitcoin, 2009-2023). Příkladem takového typu peněženky je Trezor od české společnosti SatoshiLabs,, díky které je člověk sám sobě bankou, není

tedy závislý na třetí straně (Ryba, 2023, s. 102). K přijímání bitcoinů je třeba mít vlastní sadu klíčů, veřejný a soukromý, které lze připodobnit k číslu účtu a heslu (Tětek, 2022). Kromě možnosti spoření do bitcoinu lze touto kryptoměnou dnes již platit na mnoha místech včetně řady eshopů a například v El Salvadoru se bitcoin stal v roce 2021 zákonným platidlem (Ryba, 2023, s. 33), nicméně v tomto případě se jednalo o chybný způsob implementace do společnosti. V rozvojových zemích, jako je například Venezuela, Argentina, či Zimbabwe, jsou kryptoměny používány především z nutnosti ochránit se před rozpadající se měnou vlastní země, kde obyvatelé poptávají podobnou technologii (Chovanculiak, 2020, s. 202).

Shrnutím jsou tedy důvody pro využívání bitcoinu například: decentralizace, soukromí, kontrola nad svým majetkem a nezměnitelná monetární politika.

3.5 Shrnutí teoretické části

Na základě zpracovaných informací lze říci, že hodnoty udávají člověku směr a výrazně ovlivňují jeho život, tudíž je klíčové žít s nimi v souladu. Optimisté bývají se svým životem spokojenější a dosahují také lepšího zdravotního stavu, což dokazuje úzké propojení zdraví s psychikou člověka. Hodnoty, spokojenost se životem i zdraví jsou subjektivní pojmy, které každý vnímá, utváří a posuzuje jinak, tudíž nelze člověku poradit ten „správný“ způsob života, každý si musí najít ten svůj, v čemž tkví krása lidské rozmanitosti a osobní odpovědnosti za vlastní život.

Pro lepší přehled a kontrolu nad vlastními financemi, zvláště v dobách nejistoty, jako je covid, inflace nebo válka, může být užitečné vedení rozpočtu. V prostředí peněz s nuceným oběhem, které predikovatelně ztrácejí na hodnotě, je pak třeba znát způsoby, jak peníze naopak zhodnotit, přičemž základním principem je diverzifikace portfolia, která snižuje riziko neúspěchu některé z investic. Na základě popsaných možností se v současnosti jako nejlepší formy zhodnocování peněz jeví zlato a bitcoin.

4 Metodika zpracování

4.1 Cíle práce

Hlavním cílem práce je zjistit, jestli se během tří fází covidového období změnilы hodnoty pracujících lidí, a pokud ano, tak jak. Dalším cílem je porovnat úroveň spokojeností lidí se životem opět z časového úhlu pohledu. V neposlední řadě je cílem práce zjistit, jak lidé hospodaří se svými penězi, konkrétně zda využívají různé možnosti zhodnocování svých peněz a jestli se v důsledku pandemie či inflace změnilы jejich způsoby zacházení s penězi.

4.2 Stanovení hypotéz

Pro výzkum hodnotového systému byly stanoveny následující hypotézy:

Hypotéza č. 1

Po skončení covidu lidé častěji mezi svými hodnotami uvádí zdraví a rodinu.

Zdůvodnění hypotézy: Covid velmi výrazně ovlivnil životy lidí a především jejich zdraví, mnoho z nich zemřelo, velká část populace měla velmi vážný průběh nemoci, tudíž lidé si uvědomili, že zdraví není samozřejmost, nýbrž klíčová hodnota, o kterou je nutné pečovat, tudíž je mnohem častěji uváděna mezi pěti nejdůležitějšími oblastmi života. S tím souvisí i hodnota rodina, jelikož během pandemie mnoho lidí přišlo o členy svých rodin a uvědomili si, jak je tato hodnota vzácná a důležitá, a že mít dobré vztahy s těmi nejbližšími, na které se mohou spolehnout, je v životě to nejcennější.

Způsob ověřování hypotézy: metoda SEIQoL a MS Excel

Hypotéza č. 2

Průměrná míra spokojenosti lidí se životem je po covidu nižší než před jeho příchodem.

Zdůvodnění hypotézy: Již během covidu a následně po jeho skončení se mnoho lidí muselo uskromnit, někteří byli nuceni změnit práci, spousta podniků zkrachovalo, velké množství rodin přišlo o své blízké a nastalo období nejistoty, kdy lidé neví, co může přijít, tudíž se necítí tak spokojeni jako před pandemií.

Způsob ověřování hypotézy: metoda SEIQoL a MS Excel

Pro výzkum hospodaření s penězi byly stanoveny následující hypotézy:

Hypotéza č. 3

V důsledku pandemie alespoň 30 % pracujících rozvážněji usměřňuje své výdaje.

Zdůvodnění hypotézy: Mnoho lidí kvůli pandemii muselo změnit zaměstnání, na nějakou dobu zavřít své podnikání apod. Zároveň pandemie ukázala, že krize může přijít kdykoliv, tudíž je nutné, aby lidé byli preventivně flexibilní, zajištění a více rozvážní, co se vydají týče.

Způsob ověřování hypotézy: dotazníkové šetření a MS Excel

Hypotéza č. 4

V důsledku inflace omezilo své výdaje více než 50 % pracujících.

Zdůvodnění hypotézy: Kvůli inflaci spousta věcí podražila, tudíž se lidé museli uskromnit a neutrácet za věci, které pro ně nejsou nezbytně nutné.

Způsob ověřování hypotézy: dotazníkové šetření a MS Excel

Hypotéza č. 5

Více než 50 % pracujících se snaží své peníze zhodnocovat, proto různými způsoby investují a nenechávají své peníze pouze na běžném účtu.

Zdůvodnění hypotézy: Inflace znehodnocuje reálné úspory lidí a jelikož výrazně vzrostla, více lidí se snaží najít způsoby, jak své peníze před inflací ochránit, proto je nenechávají jen na běžných účtech, kde pravidelně ztrácejí na hodnotě.

Způsob ověřování hypotézy: dotazníkové šetření a MS Excel

4.3 Metodika a charakteristika výzkumných souborů

Nástrojem pro zjišťování hodnot a kvality života pracujících byla určena metoda SEIQoL, jejíž zkratka v překladu znamená „Program hodnocení individuální kvality života.“ Základem pro tuto metodu je strukturovaný rozhovor, během kterého respondent uvede přesně pět nejdůležitějších životních hodnot či cílů, jinak řečeno, o co mu v životě jde

nejvíce. Následně ke každé z těchto hodnot přiřadí míru spokojenosti s danou oblastí od 0 („nejsem vůbec spokojen“) do 100 % („jsem absolutně spokojen“). V dalším kroku respondent rozdělí 100 % mezi těchto pět hodnot podle toho, jakou důležitost jednotlivým faktorům přiřadí. Posledním úkolem dotazovaného je označit na připravené ose od 0 do 100 % místo, které podle něj odpovídá jeho celkové životní spokojenosti. Po skončení rozhovoru je třeba tento dotazníkový formulář vyhodnotit. Postup výpočtu je následující: důležitost každé hodnoty se vynásobí její mírou spokojenosti, těchto pět součinů se sečte a nakonec vydělí stem, tudíž se získá procentuální hodnota kvality života, jež lze porovnat s hodnotou, kterou označil respondent na číselné ose. Předpokládá se, že by se výsledek výpočtu neměl příliš odlišovat od procent, které uvedl dotazovaný.

Pro primární průzkum v roce 2022 se výzkumný soubor skládá ze 40 pracujících respondentů s různými úrovněmi vzdělání ve věkové kategorii 20-60+ let.

Pro sekundární výzkum týkající se finančního dotazníku byl vybrán vzorek 40 pracujících respondentů opět ve věkové kategorii 20-60+ let. Dotazník byl vytvořen online na webových stránkách [survio.com](https://www.surveymonkey.com). Kompletní znění dotazníku se nachází v příloze č. 5, sestává z 18 otázek, z nichž první dvě se týkají věku a pohlaví pro zjištění struktury respondentů. Následující otázky jsou rovněž uzavřené, některé z nich pouze s výběrem ano / ne, nicméně u těchto je v další otázce rozveden důvod výběru odpovědi ano či ne s možností zaškrtnout i více odpovědí, popřípadě možnost otevřené odpovědi „jiné“, pokud respondent nenašel vystihující možnost v nabídce odpovědí.

4.4 Proces výzkumného šetření

V primárním výzkumu byla data z roku 2022 sbírána autorkou práce, dále studenty Nelou Netkovou, Vojtěchem Kučerou a Vojtěchem Kynčlem v rámci výběrového projektu z předmětu psychologie během letního semestru. Sběr odpovědí probíhal formou kvalitativního rozhovoru na téma pět nejdůležitějších hodnot v životě, kdy byl použit formulář s kolonkami pro těchto pět hodnot (Křivohlavý, 2001, s. 248), přičemž respondent u každé z nich popsal, jak ji vnímá a co pro něj představuje. Dále ke každé z hodnot přiřadil míru spokojenosti v procentech od 0 do 100, zdůvodnil, proč je či není spokojen a rozdělil také v procentech důležitost mezi tyto hodnoty, aby jejich součet byl roven 100 %. Každý respondent uvedl ve formuláři také svůj věk, pohlaví a dosažené

vzdělání. V závěru rozhovoru označil na připravené ose od 0 do 100 % bod, kde se podle sebe nachází z hlediska celkové spokojenosti se životem. Toto procento se následně srovnalo s mírou spokojenosti vypočtenou metodou SEIQoL.

U zpracovaných dat byla dále za pomoci Mgr. Jiřího Havigera, Ph.D. zjišťována jejich statistická významnost v programu MS Excel prostřednictvím Z-testu.

Během psaní bakalářské práce došlo k několika komplikacím. Pro předcovidovou fázi byla místo dat z roku 2018 použita data z roku 2017, která byla poskytnuta Ing. Petrem Voborníkem, Ph.D. a covidová fáze je popsána pouze teoreticky, obojí ze stejného důvodu: autorce práce byla data slíbena vedoucí její bakalářské práce, ale v prosinci se ukázalo, že tato data vůbec neexistují, tudíž bylo nutné tomu práci přizpůsobit.

Data pro sekundární výzkum týkající se hospodaření s penězi byla sbírána online pomocí vytvořeného dotazníku na stránce [survio.com](https://www.surveymonkey.com) v období od května do srpna roku 2023 a následně zpracována v programu MS Excel.

4.5 Statistické nástroje využité pro hodnocení dat

Ke zpracování a zhodnocování získaných dat byl využit MS Excel. V tomto programu lze vytvářet přehledné tabulky a grafy, vyhodnocovat výsledky výzkumů za pomoci potřebných výpočtů týkajících se např. již zmíněné statistické významnosti atd.

Z důvodu chybějících zdrojových dat z výzkumu roku 2017 nemohl být využit statistický software SPSS Statistics, který měl být původně použit pro jednodušší srovnávání dat mezi sledovanými lety.

5 Výsledky

5.1 Primární výzkum

Nejprve jsou krátce popsány jednotlivé fáze a respondenti a následně jsou porovnány výsledky mezi těmito fázemi.

5.1.1 Fáze před covidem

Aby nedošlo k nejasnostem a nedorozuměním, je třeba říci, že zasláné výsledky z výzkumu v roce 2017 byly špatně vypočítané, konkrétně aritmetické průměry, takže bylo nutné je kompletně přepočítat, tudíž jsou hodnoty i závěry z nich plynoucí naprosto odlišné od těch původních, které byly poskytnuty a jsou uloženy v dokumentaci.

Výzkumu se zúčastnilo celkem 102 respondentů, nicméně vzhledem k neúplnosti dat nelze dohledat podíly mužů a žen, stejně jako podíly ve věkových kategoriích a různých úrovních vzdělání.

5.1.2 Covidová fáze

Jak již bylo zmíněno, pro tuto fázi nebyla dodána slíbená data a bohužel ani na internetu nejsou z požadovaných let dohledatelné výzkumy tohoto typu. Byla nalezena data pouze pro věkovou kategorii studentů, která ale není možné použít, jelikož studenti mají pochopitelně jiné hodnoty než pracující. Z těchto důvodů lze tedy jen popsat změny způsobené příchodem pandemie, u kterých je předpokládáno, že se následně promítly do změn hodnot ve fázi po covidu.

Během pandemie se zdraví, které do té doby mnoho lidí mohlo vnímat spíše jako samozřejmost, stalo nejvíce ohroženou hodnotou a nabylo na vzácnosti, proto se předpokládá, že po skončení covidu bude častěji zmiňováno mezi nejdůležitějšími hodnotami. Zároveň se však očekává nižší spokojenost, jelikož po prodělání covidu mohou přetrvávat některé zdravotní komplikace nebo se mohou objevit nové.

V důsledku úmrtí blízkých, lockdownu, omezení sociálního kontaktu atd. prošla také velmi těžkou zkouškou rodina a vztahy, tudíž i zde se předpokládá, že se tato změna promítne v častějším uvádění této hodnoty mezi těmi nejdůležitějšími.

Kvůli lockdownu a podobným opatřením byly omezeny i styky s přáteli a některá přerušena přátelství se po covidu již neobnovila, tudíž je možné, že se i tato změna ukáže na nižší spokojenosti s přátelstvím ve výzkumu z roku 2022.

Covid způsobil ztrátu řady pracovních míst, vyšší zadlužení státu i spousty domácností a projevil se i v růstu cen, takže dalším předpokladem je opět promítnutí těchto změn v žebříčku hodnot, kde by se mohly objevit či posunout výše například jistota práce, finanční zajištěnost apod., protože právě ty byly covidem otřeseny.

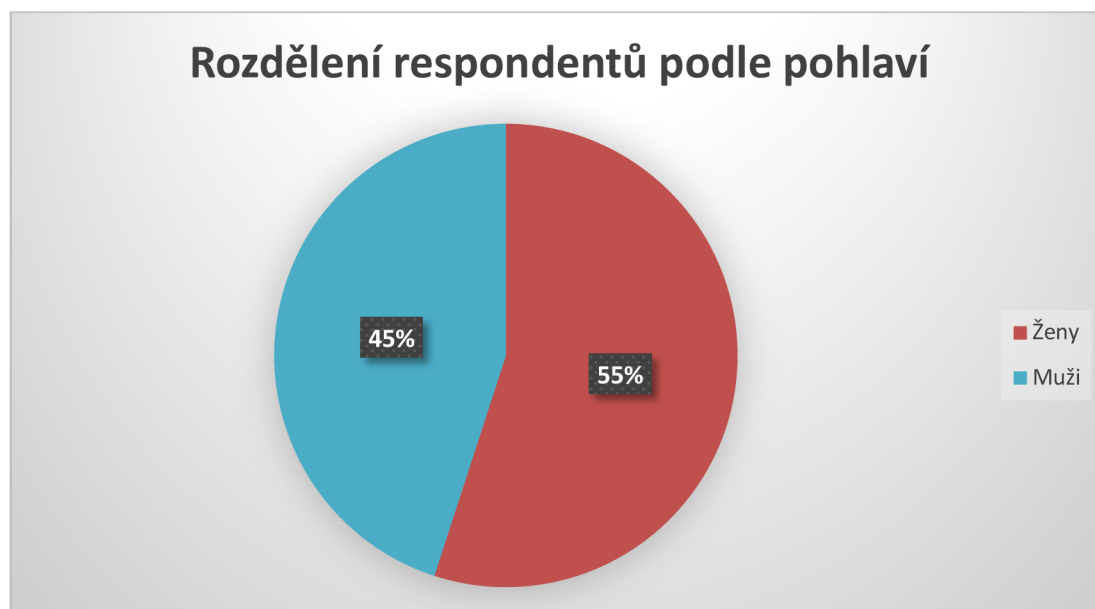
Celkově lze tedy očekávat nižší míru spokojenosti lidí se životem, jelikož covid způsobil změny ve vztazích, sociálních jistotách, zdravotních stavech, ekonomice atd.

5.1.3 Fáze po covidu

Z roku 2022 jsou již k dispozici všechna potřebná data, takže lze respondenty rozdělit podle různých kategorií pro lepší představu o struktuře dotazovaných.

Rozdělení respondentů podle pohlaví

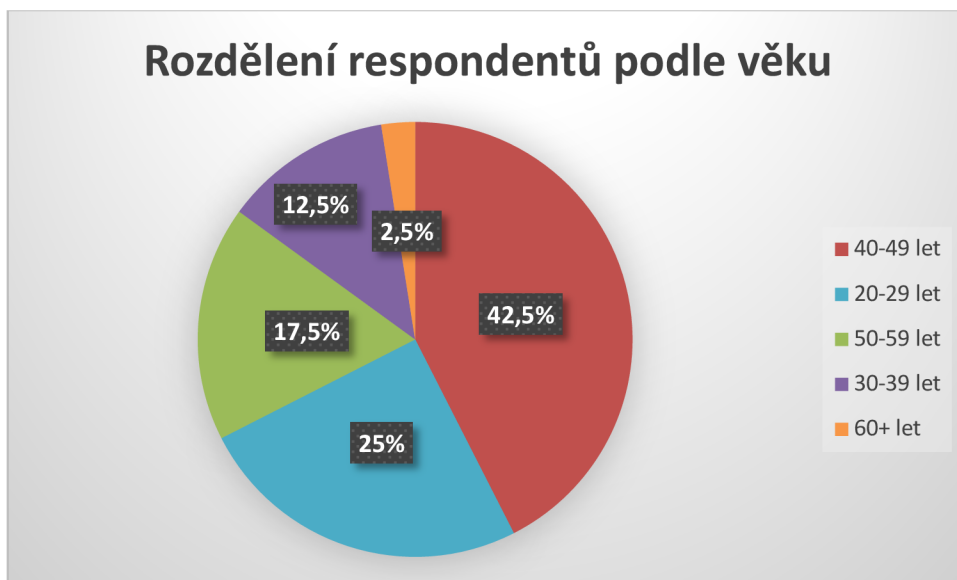
Celkem se výzkumu zúčastnilo 40 pracujících lidí, z toho 55 % žen a 45 % mužů, tudíž poměr je téměř vyrovnaný.



Graf 1: Rozdělení respondentů podle pohlaví. Zdroj: vlastní zpracování

Rozdělení respondentů podle věku

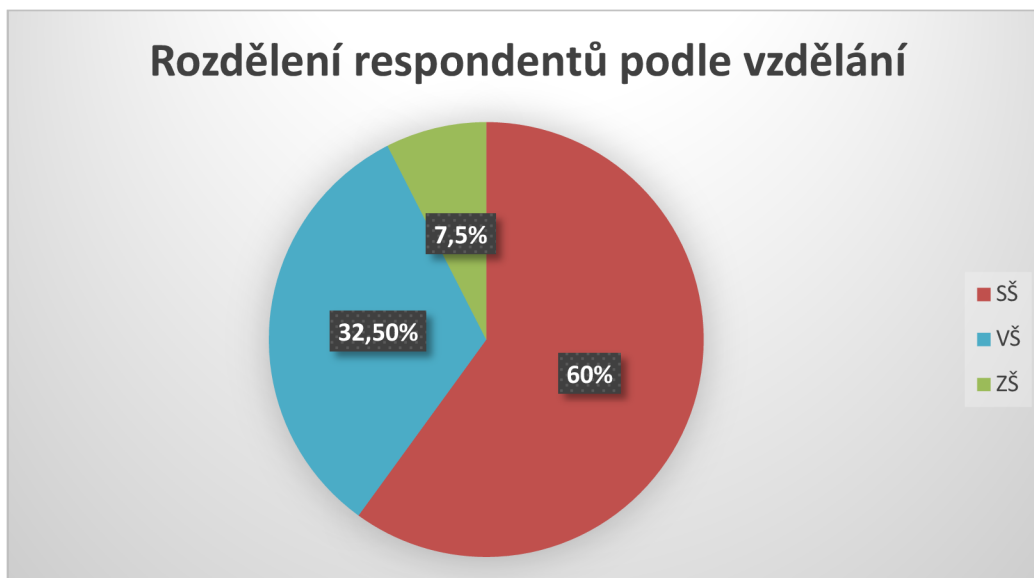
Nejvíce respondentů spadá do kategorie 40-49 let (42,5%), 25 % se nachází v kategorii 20-29 let, 17,5 % dotazovaných ve věku 50-59 let, 12,5 % v kategorii 30-39 let a pouze 2,5 % (tedy jeden respondent) je ve věku 60+ let.



Graf 2: Rozdělení respondentů podle věku. Zdroj: vlastní zpracování

Rozdělení respondentů podle vzdělání

Je také zajímavé zmínit, že 60 % respondentů má středoškolské vzdělání, 32,5 % vysokoškolské a pouze 7,5 % dokončilo jen základní vzdělání.



Graf 3: Rozdělení respondentů podle vzdělání. Zdroj: vlastní zpracování

5.1.4 Srovnání

2017

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Domov	48	22,5	74,5
Rodina	48	26,6	76,4
Děti	46,1	32,0	79,7
Zdraví	44,1	34,6	69,1
Partner	28,4	23,4	77,9

Tabulka 1: Seznam hodnot 2017. Zdroj: vlastní zpracování

2022

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	92,5	31,7	82,7
Zdraví	82,5	25,5	68,2
Práce	77,5	17,1	68,9
Finance	32,5	12,8	54,6
Přátelé	27,5	14,7	63,6

Tabulka 2: Seznam hodnot 2022. Zdroj: vlastní zpracování

Co se týče konkrétních hodnot, v tabulkách výše je uvedeno pět nejčastěji zvolených. Seznam všech hodnot a veškeré použité tabulky k výzkumu 2017 jsou v příloze č. 2., k výzkumu 2022 v příloze č. 3.

V roce 2017 se o první místo dělí „domov“ a „rodina“, což jsou témata velmi provázaná, souvisí spolu a v některých případech jsou dokonce užívána jako vyjádření téhož. Další místo obsadila hodnota „děti“, která však spadá do rodiny, tudíž by měla být s touto hodnotou sjednocena, aby více míst nezabírala v podstatě jedna hodnota.

Čtvrtou nejčastěji volenou hodnotou v roce 2017 je „zdraví“, nicméně pokud by se výše zmiňované hodnoty sjednotily, zaujímalo by zdraví třetí místo. Nicméně průměrná důležitost je nejvyšší právě u zdraví.

Páté místo v žebříčku nejčastějších hodnot z roku 2017 zaujímá partner, což je opět hodnota související s domovem a rodinou.

Výzkum 2022 potvrzuje několik výše zmíněných předpokladů, kdy se změny způsobené covidem promítly do výsledků hodnot. První místo zaujímá „rodina“, což takový rozdíl není, nicméně tuto hodnotu uvedlo přes 90 % dotazovaných, kdežto v předcovidové fázi to nebyla ani polovina. Respondenti uvedli, že rodina pro ně nyní představuje naprostý základ a řadí sem jak děti a širší příbuzenstvo, tak například i domácí mazlíčky. Zároveň

je u rodiny nejvyšší průměrná důležitost ze všech hodnot, dokonce vyšší než u zdraví, které dominovalo v roce 2017.

Nicméně i zdraví je mnohem častěji zmiňováno než v roce 2017, z původních 44 % vzrostlo na 82,5 %, což znamená, že mnohem více lidí začalo o zdraví uvažovat jako o důležité hodnotě. V rozhovorech dotazovaní uváděli, že covid výrazně změnil jejich nahlížení na zdraví, nyní si ho mnohem více váží a neberou ho jako samozřejmost, kterou by dříve mezi pěti hodnotami vůbec neuvedli. Míra spokojenosti sice poklesla, ale téměř neznatelně, což by mohlo být dáno tím, že respondenti na svém zdraví aktivně pracují a se změnou životního stylu se i přes problémy způsobené pandemií cítí dobře.

Zbylé tři hodnoty se ve srovnání s rokem 2017 změnilly úplně. Na třetím místě je nově práce, která byla v roce 2017 až na 11. místě, tudíž došlo k významnému růstu jejího významu a mezi pět nejdůležitějších hodnot ji zařadilo téměř 80 % dotazovaných. Čtvrtou příčku obsadily finance, tedy hodnota velmi úzce související s předchozí, která se od roku 2017 posunula až ze 16. místa, i zde je tedy vidět, že více lidí si začalo uvědomovat hodnotu peněz. Někteří respondenti popisovali své příběhy, ve kterých kvůli covidu přišly o své pravidelné příjmy, ať už z důvodu uzavření svého podnikání, či výpovědi z práce. V tu chvíli si uvědomili, jak jsou na práci závislí a pravidelný příjem je pro ně nezbytný, proto zařadili tyto hodnoty mezi pět nejdůležitějších.

Pátou nejčastěji zmiňovanou hodnotou je přátelství, zde není ani tak rozdíl v pořadí, jako ve spokojenosti, která klesla z téměř 80 % na 63,6 %, což opět potvrzuje správnost předpokladu, že po Covidu se mnohá přátelství neobnovila, tudíž jsou lidé méně spokojeni. Část respondentů však uvedla, že pandemie jim ukázala, kteří přátelé jsou ti skuteční a vydrží i přes četná omezení, a po skončení restrikcí byla jejich přátelství ještě pevnější, proto jsou velmi spokojeni. Jiné naopak covid rozdělil a někteří ve snaze získat ztracené příjmy z pandemie nemají na své přátele téměř vůbec čas, proto jsou spokojení málo.

Mezi další často zmiňované hodnoty v roce 2022 patří sport, velká část dotazovaných uvedla, že více sportuje a snaží se hýbat v souvislosti s udržováním fyzického zdraví, ale také psychického, jelikož jim fyzická aktivita pomáhá k pocitu klidnější mysli.

Došlo také k mírnému poklesu spokojenosti, co se týče zájmů, respondenti uváděli, že si během lockdownu zvykli na to, že mají více času na své koníčky a nyní po návratu do „normálu“ si obtížně zvykají na to, že volného času je opět málo, a jsou tedy méně

spokojeni. Možná právě proto tuto hodnotu zmiňuje výrazně vyšší procento dotazovaných než v roce 2017, jelikož pandemie jim opět ukázala její vzácnost.

Oproti roku 2017 také více lidí zmiňuje mezi důležitými hodnotami cestování, jelikož díky covidu zjistili, že ani cestování není samozřejmost. Tato činnost jim velmi chyběla a nyní si opět užívají, že mohou vycestovat do různých zemí, proto jsou poměrně spokojeni.

Naprosto novou hodnotou, která se ve výzkumu v roce 2017 vůbec neobjevila, je mír, který v roce 2022 zmínilo 17,5 % respondentů, což již není zanedbatelné procento. Jejich rozhodnutí ovlivnila válka na Ukrajině, přiznali, že do té doby brali mír jako samozřejmou věc a mezi pět nejdůležitějších hodnot by ji vůbec neumístili, nicméně tento útok jim „otevřel oči“ a míru nyní přikládají velkou důležitost.

U některých dalších hodnot, jako je například svoboda, duševní pohoda a seberealizace, nebyl zjištěn významný rozdíl mezi lety 2017 a 2022, nicméně se objevilo i pár nových hodnot, jako disciplína, osobní prostor, pokora, či dobrodružství. Detailní popisy a významy jednotlivých hodnot zjištěné při rozhovorech s respondenty v roce 2022 se nachází v příloze č. 4.

Průměrná celková spokojenost

2017

Hodnoty	%
Průměrná celková míra spokojenosti	77,67
Průměrná celková kvalita života	71,07
Rozdíl průměrné odhadované a reálné spokojenosti	6,6

Tabulka 3: Průměrná spokojenost 2017. Zdroj: vlastní zpracování

2022

Hodnoty	%
Průměrná celková míra spokojenosti	73,65
Průměrná celková kvalita života	71,99
Rozdíl průměrné odhadované a reálné spokojenosti	1,66

Tabulka 4: Průměrná spokojenost 2022. Zdroj: vlastní zpracování

Průměrné míry spokojenosti jsou u všech těchto hodnot z roku 2017 vysoké, s čímž se shoduje i průměrná celková míra spokojenosti se životem, kterou lidé sami hodnotí velmi dobře. Zároveň to potvrzuje také vypočtená průměrná kvalita života, která se liší od té vnímané pouze o 6,6 %, tudíž lze konstatovat, že lidé byli v roce 2017 v průměru velmi spokojeni se svými životy.

V roce 2022 se lidé necítí tolik spokojeni, zejména co se týče již zmíněných financí, u kterých byla míra spokojenosti nejnižší z pěti zmíněných hodnot. Zde je tedy vidět propojení financí a zaměstnání se spokojeností se životem, jelikož více lidí je vnímá jako důležité, a nespokojenost s nimi se promítá do celkové nižší životní spokojenosti.

Celkově se tedy respondenti cítí o něco méně spokojeni než ti z roku 2017, nicméně svou spokojenost lépe vnímají a přesněji odhadují, jelikož rozdíl mezi pocitovou a vypočtenou kvalitou života jsou pouze necelá 2 %. Je však velmi zajímavé, že vypočtená kvalita života je dokonce o necelé procento vyšší než v roce 2017, nicméně je velmi důležité, jak se lidé cítí a jak svou celkovou životní spokojenost hodnotí, u čehož byl zaznamenán pokles o cca 4 % oproti roku 2017. Nejde tedy o nijak výrazný propad životní spokojenosti, který by například mohl být zjištěn v covidové fázi. Je tedy pravděpodobné, že lidé se již s covidem vyrovnali, navíc v roce 2022 již nebyla tak striktní omezení a situace se postupně zlepšovala, tudíž nižší spokojenost lidí není příliš výrazná.

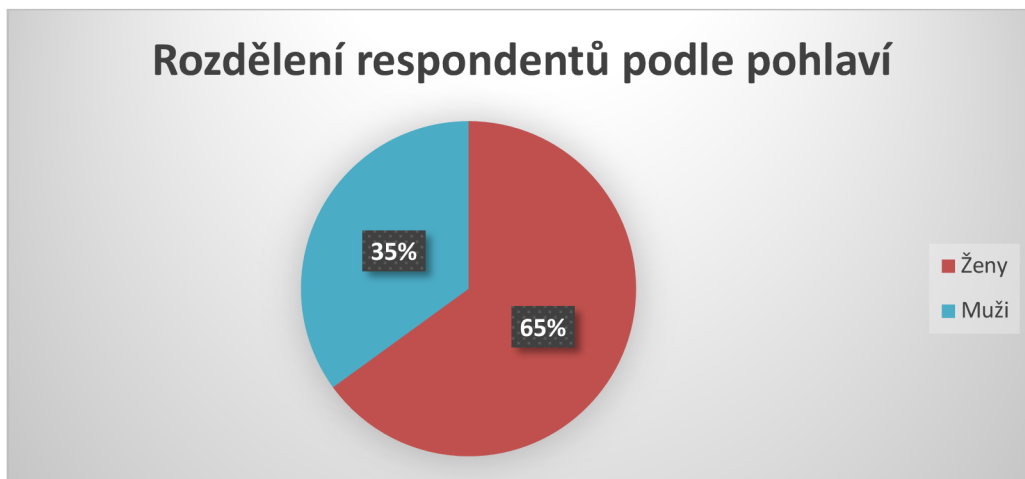
Nicméně u obou výzkumů se lidé v průměru cítili o něco spokojeněji, než byla jejich vypočtená kvalita života, což může značit jistou míru optimismu a nadhledu na celkový život. V roce 2017 je to vidět například na konkrétním rozmezí na ose spokojenosti, kde se největší procento respondentů (16,7 %) cítilo celkově spokojeno na 95-100 %, ale z hlediska vypočtené kvality bylo na 95-100 % spokojeno pouze 2,9 % respondentů. Ve výsledcích z výzkumu 2022 se nachází podobný příklad, kde se 12,5 % dotazovaných cítilo spokojeno na 90-95 %, ale vypočtená kvalita ukázala, že do tohoto rozmezí spadá pouze 5 % respondentů. Kompletní škály pro oba výzkumy se nachází v přílohách č. 2 a 3.

5.2 Sekundární výzkum

Dotazník zodpovědělo celkem 40 lidí. Nejprve je vyobrazena jejich struktura podle pohlaví a věku a následně jsou rozebrány výsledky jednotlivých otázek.

Rozdělení respondentů podle pohlaví

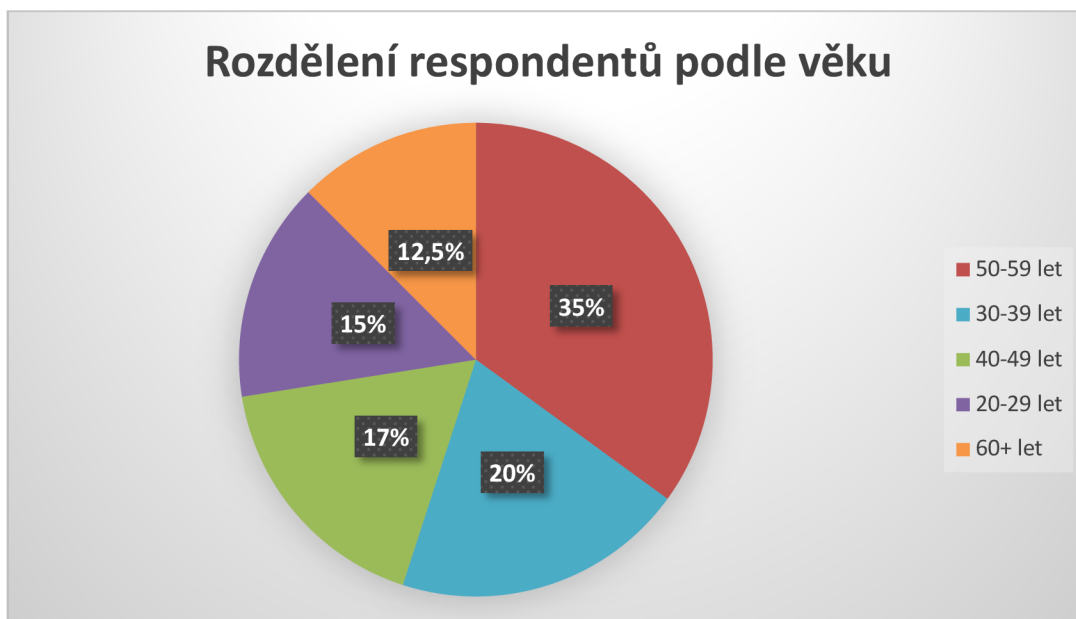
Dotazník zodpovědělo 65 % žen a 35 % mužů.



Graf 4: Rozdělení respondentů podle pohlaví. Zdroj: vlastní zpracování

Rozdělení respondentů podle věku

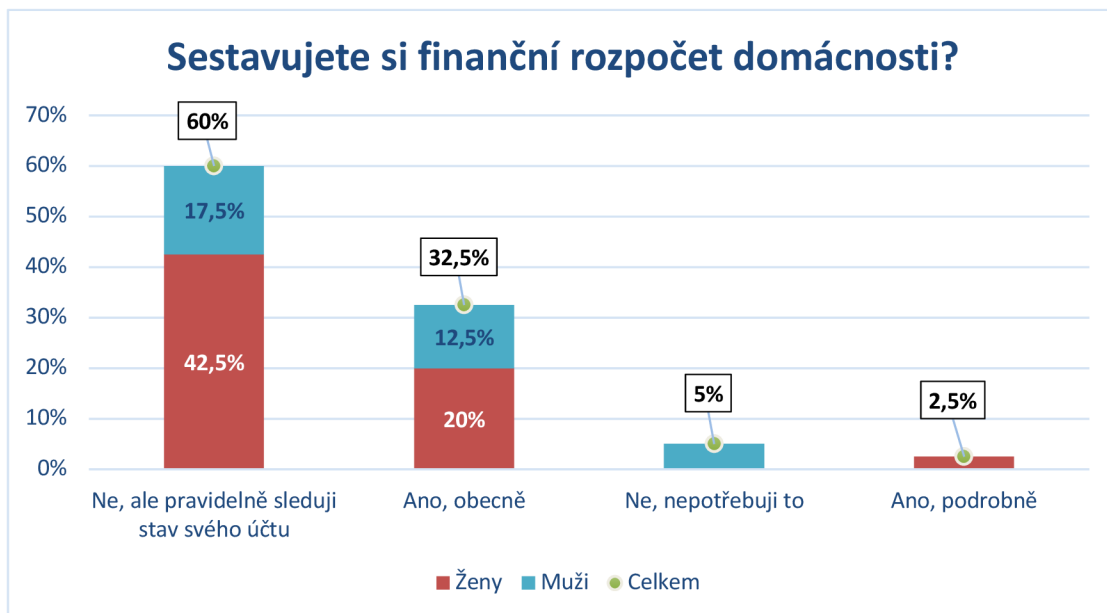
Nejvíce respondentů patří do věkové kategorie 50-59 let (35 %), dále 20 % dotazovaných ve věku 30-39 let, 17,5 % v kategorii 40-49 let, 15 % ve věku 20-29 let a 12,5 % pracujících ve věku 60+ let.



Graf 5: Rozdělení respondentů podle věku. Zdroj: vlastní zpracování

5.2.1 Výsledky otázek

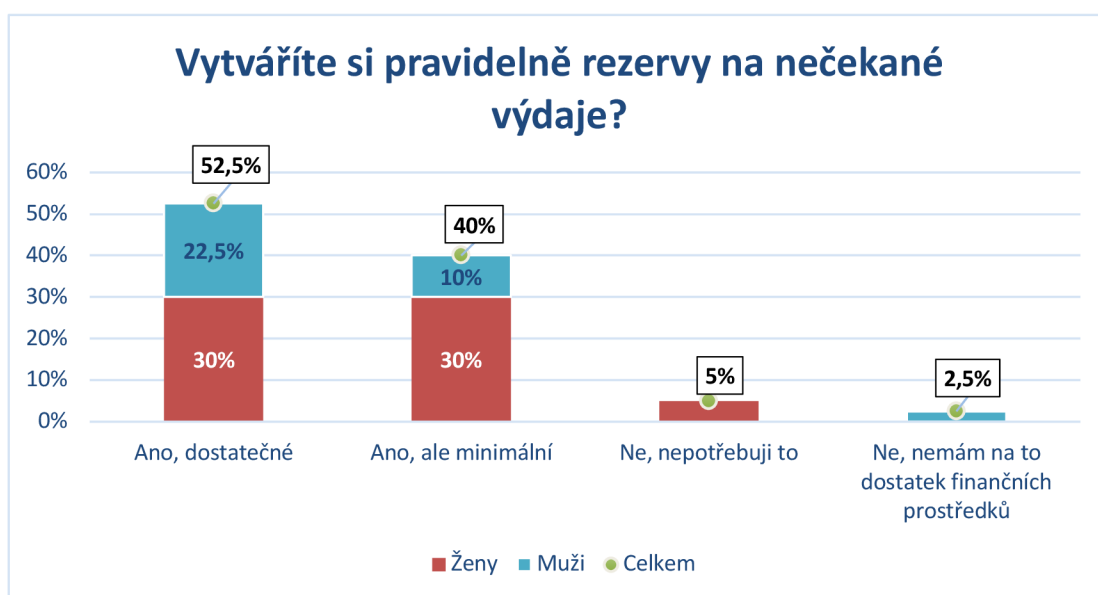
1. Otázka



Graf 6: 1. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Z grafu lze vyčíst, že většina respondentů pravidelně sleduje stav svého účtu, ale rozpočet si nesesťavuje, a pokud ano, tak pouze obecně. Je také zřejmé, že ženy řeší otázku rozpočtu více než muži, jelikož ani jeden z dotazovaných mužů si nesesťavuje podrobný rozpočet a 5 % mužů nemá potřebu si rozpočet vůbec sestavovat.

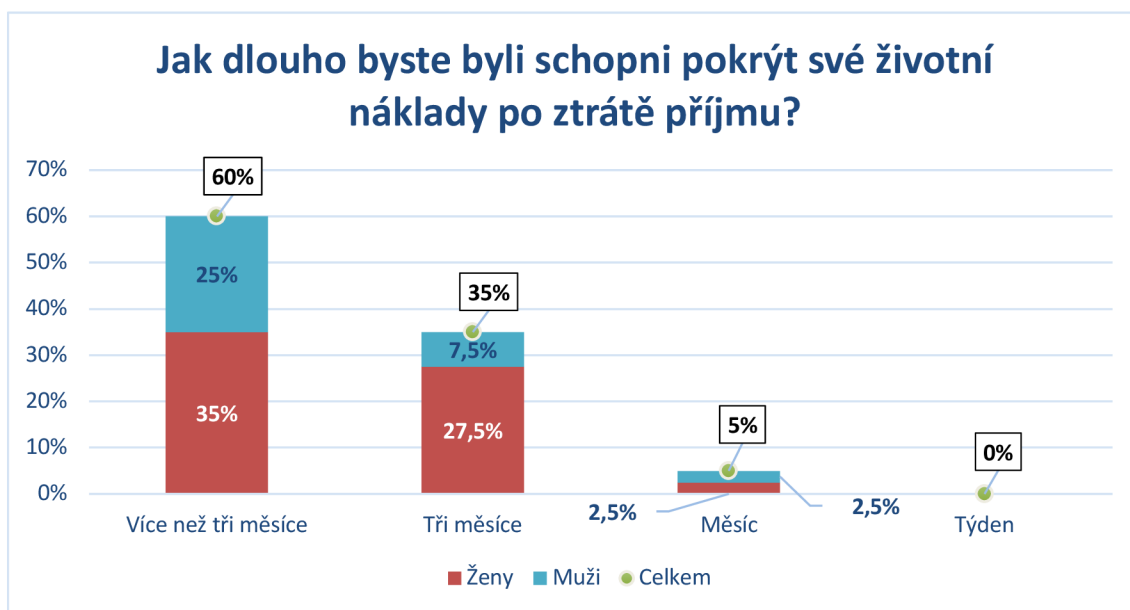
2. Otázka



Graf 7: 2. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Co se týče pravidelné tvorby finančních rezerv, více než 50 % respondentů je schopno vytvářet si je v dostatečné výši. Z hlediska pohlaví jsou na tom lépe muži, jelikož mezi nimi převažují ti s dostatečnými rezervami než ti s minimálními, kdežto u žen je stejný podíl dostatečných a minimálních rezerv. Zbylých 5 % žen necítí potřebu vytvářet si rezervy na nečekané výdaje a pouze 2,5 % mužů (tedy 1 respondent) nevytváří rezervy z důvodu nedostatku financí.

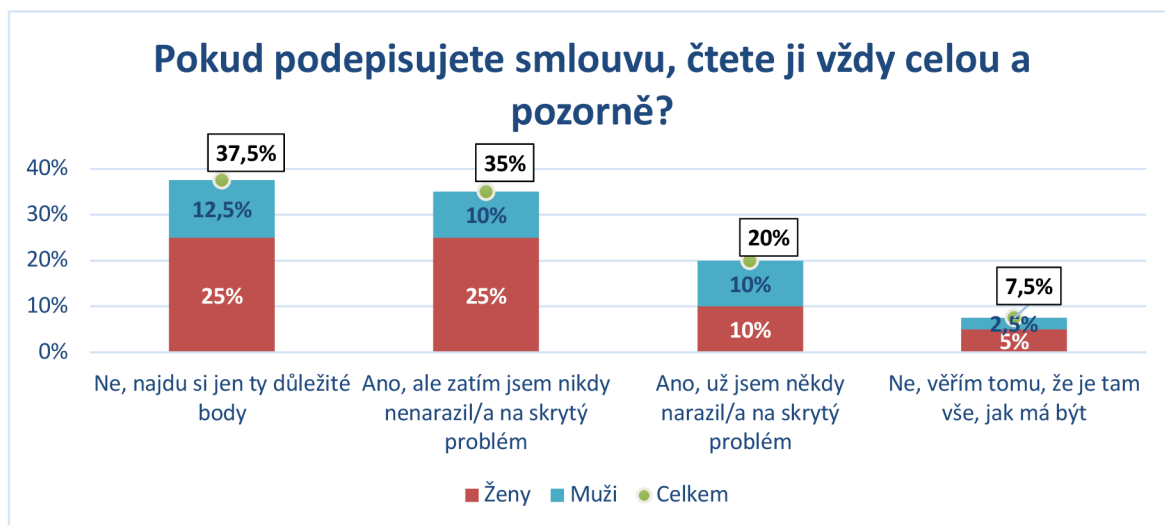
3. Otázka



Graf 8: 3. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Tato otázka může mít spojitost s tou předchozí. Po ztrátě příjmu by více než tři měsíce bylo schopno pokrýt své životní náklady přes 60 % dotazovaných. I v této otázce jsou na tom lépe muži, jelikož pouze 7,5 % z nich by zvládlo pokrýt své náklady tři měsíce, nicméně u žen je podíl procent u více než tří měsíců a tří měsíců opět velmi podobný, což může souviset s předchozí otázkou, kde si většina mužů vytvářela dostatečné rezervy, kdežto u žen jen polovina z nich. Žádný z dotazovaných očividně nemá tak nízké rezervy, aby s nimi vydržel jen týden a co se týče délky jednoho měsíce, poměr je vyrovnaný, pouze 1 muž a 1 žena.

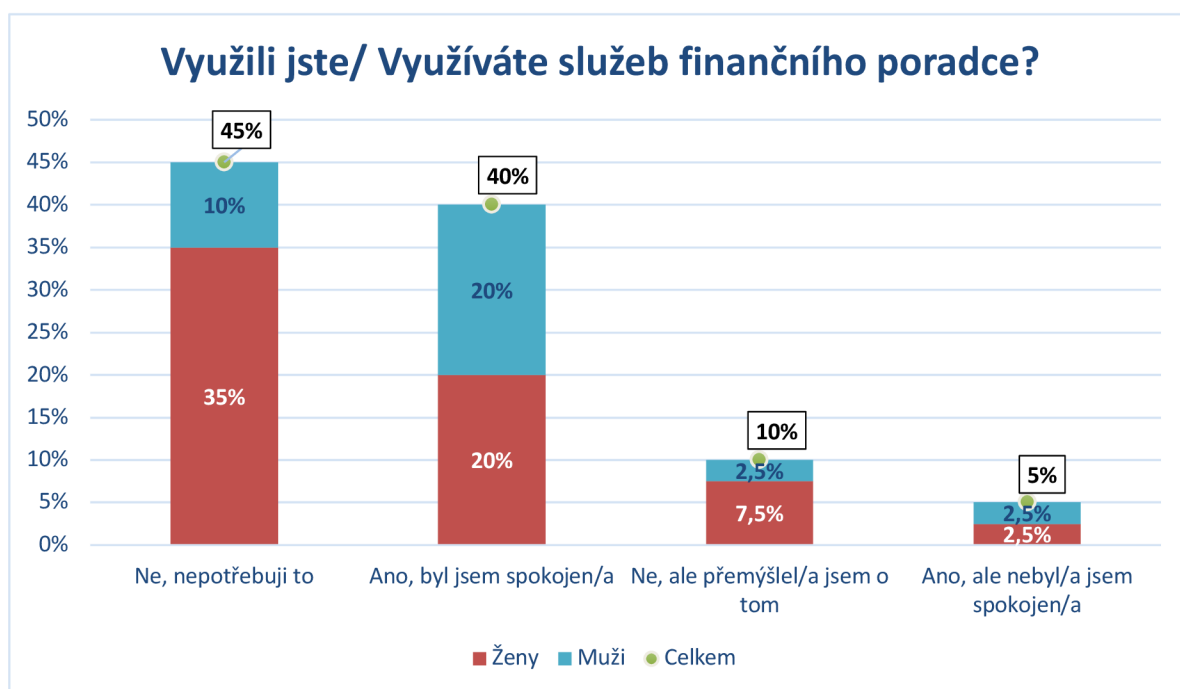
4. Otázka



Graf 9: 4. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Při podepisování smlouvy se stále najdou i tací, kteří ji nepročítají a věří tomu, že je tam vše v pořádku, naštěstí je však procento těchto lidí jen velmi nízké v porovnání s dalšími přístupy. Dále téměř 40 % dotazovaných v dané smlouvě hledá jen ty důležité body, přičemž u žen je to až 25 %. Nicméně více než polovina respondentů je obezřetná a čte smlouvu pozorně celou, přičemž 20 % už díky tomu narazilo na skrytý problém.

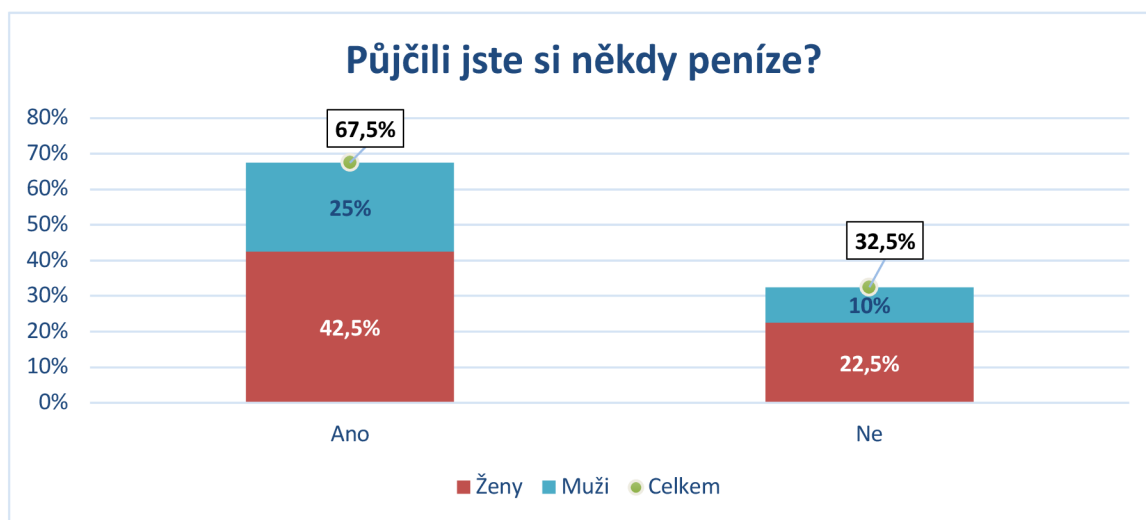
5. Otázka



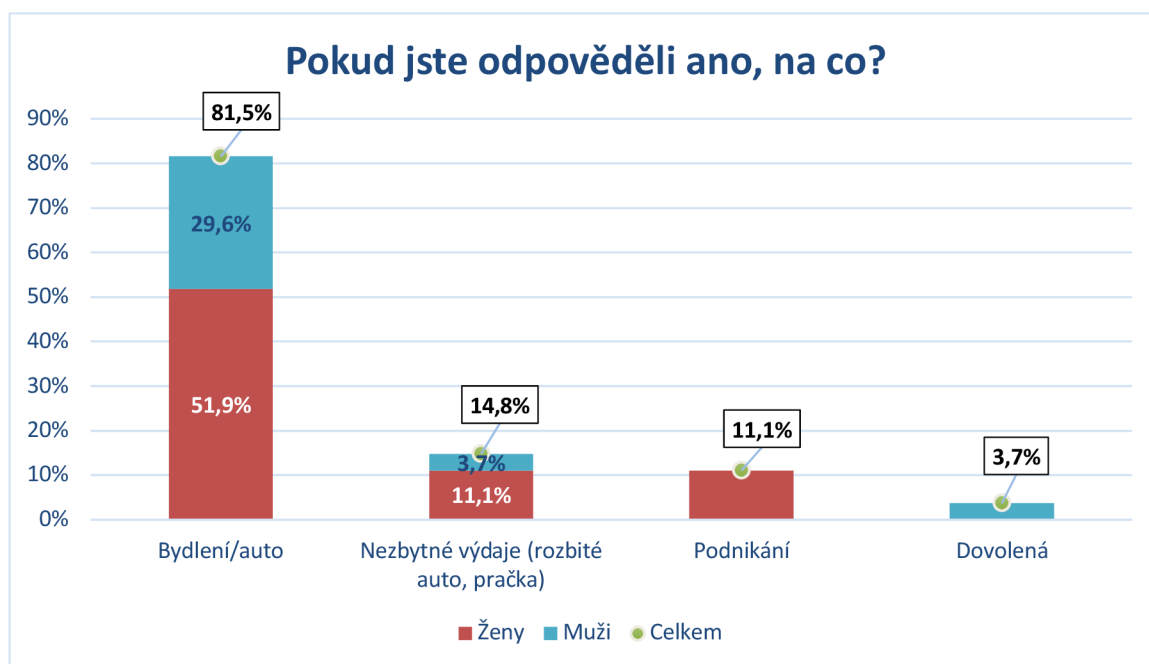
Graf 10: 5. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Téměř polovina respondentů nikdy nevyužila služeb finančního poradce, jelikož to nepotřebuje, takto to cítí většina dotázaných žen. Nicméně u mužů je větší procento těch, kteří tyto služby již někdy využili či využívají a byli s nimi převážně spokojeni, pouze jeden muž spokojen nebyl, stejně jako jedna žena. Je zde vidět také korelace mezi větším podílem žen, které tyto služby zatím nevyužily a více ženami než muži, které o tom přemýšlejí.

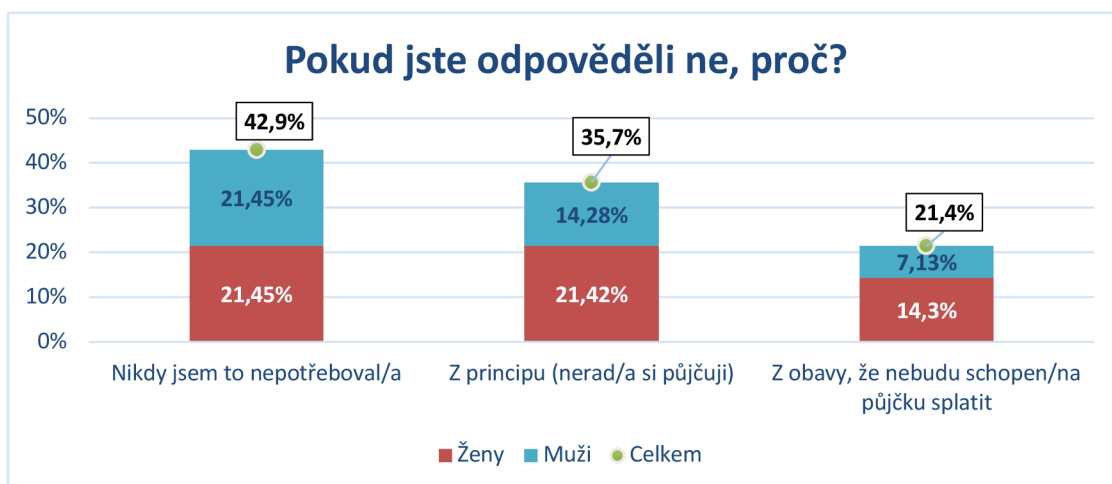
6. - 8. Otázka



Graf 11: 6. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování



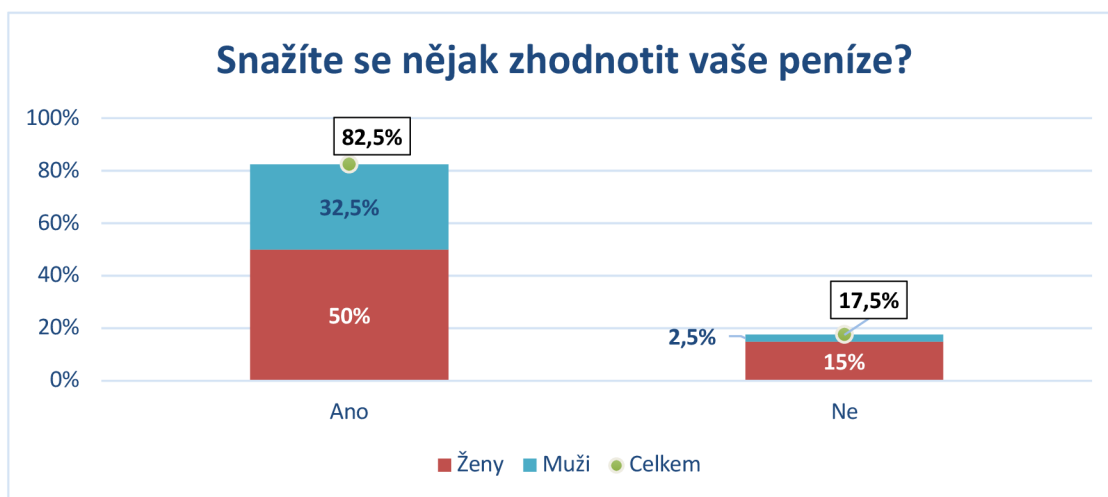
Graf 12: 7. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování



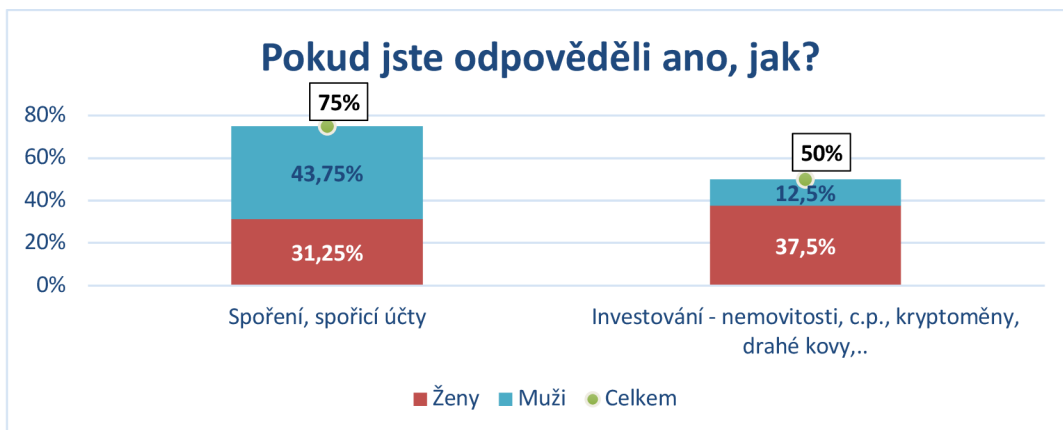
Graf 13: 8. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Téměř 70 % dotazovaných si již někdy v životě půjčilo peníze, přičemž valná většina z nich na bydlení či auto, což může poukazovat na obtížnou dostupnost těchto statků z vlastních zdrojů. Okolo 15 % lidí si půjčilo na nezbytné nečekané výdaje, což byly téměř vždy ženy. 11 % žen si také půjčilo peníze za účelem podnikání a pouze 3,7 % mužů využilo půjčené peníze na dovolenou. Je také třeba zmínit, že někteří respondenti zaškrtnli více odpovědí, tedy si půjčili například na bydlení / auto i na nezbytné výdaje. Zbýlých 32,5 % respondentů si peníze nikdy nepůjčilo. Téměř 43 % z nich to nikdy ani nepotřebovalo, což je ta nejlepší možnost, dále necelých 36 % z principu, jelikož neradi někomu dluží peníze a 21,4 % z obavy, že nebudou schopni půjčku splatit, přičemž u žen je toto procento dvakrát větší než u mužů, což může opět souviset s otázkou rezerv a schopnosti pokrýt náklady po ztrátě příjmu.

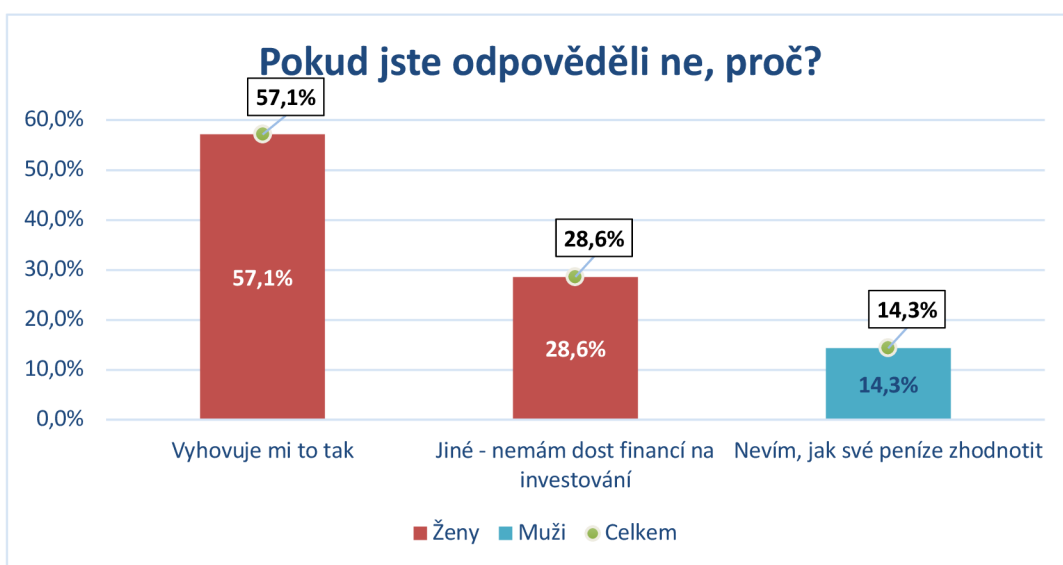
9. - 11. Otázka



Graf 14: 9. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování



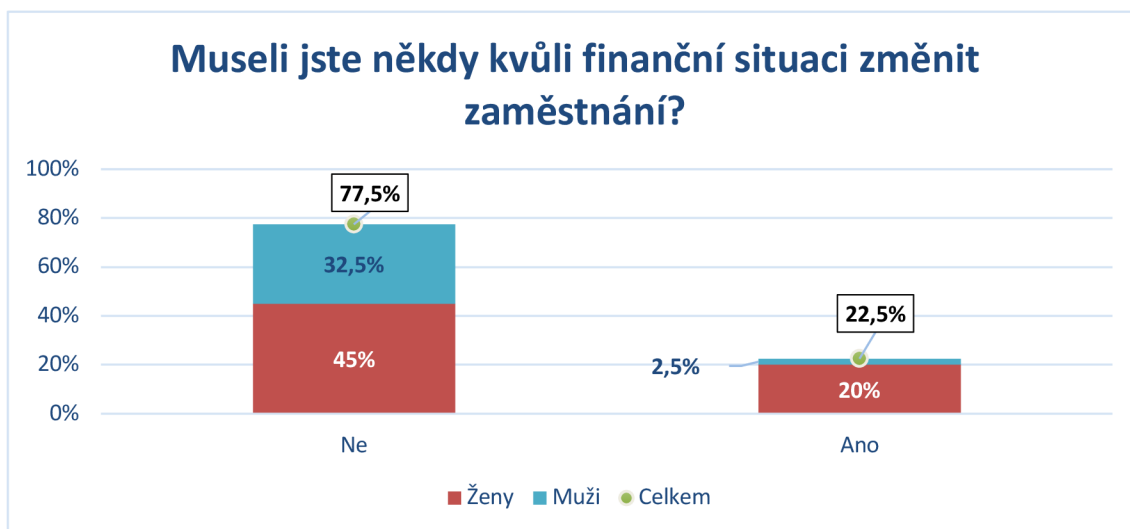
Graf 15: 10. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování



Graf 16: 11. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Přes 82 % respondentů se snaží nějakým způsobem zhodnotit své peníze, přičemž u mužů jasně vedou spořicí účty, u žen naopak investice do nemovitostí, cenných papírů, drahých kovů, kryptoměn apod. Někteří respondenti zaškrtnuli obě možnosti, tedy zhodnocování jak přes spořicí účty, tak přes různé investice, většinou to tak bylo u žen. Lze tedy říct, že ženy v tomto výzkumném vzorku lépe chápou princip zhodnocování peněz a jen velmi malé % z nich volí jako cestu pouze spořicí účty. V celkovém počtu procent má však položka spořicíh účtů stále převahu i přesto, že se nejedná o vhodný způsob zhodnocování peněz, jak bylo vysvětleno v teoretické části. Z těch, co na tuto otázku odpovědělo ne, to více než polovině takto vyhovuje a téměř 30 % na investování nemají dostatek financí, vše jsou ženy. Pouze 1 respondent (14,3 %) je muž, který neví, jak má své peníze zhodnotit.

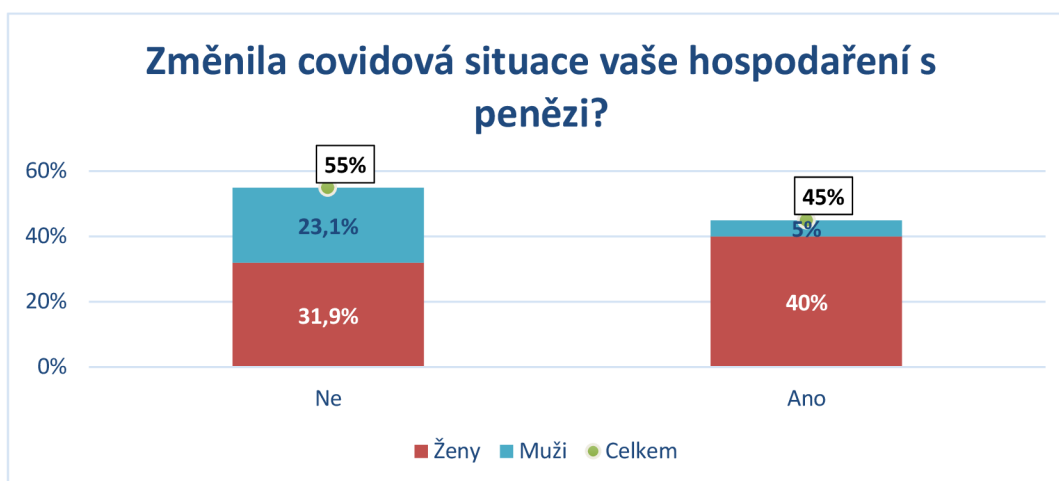
12. Otázka



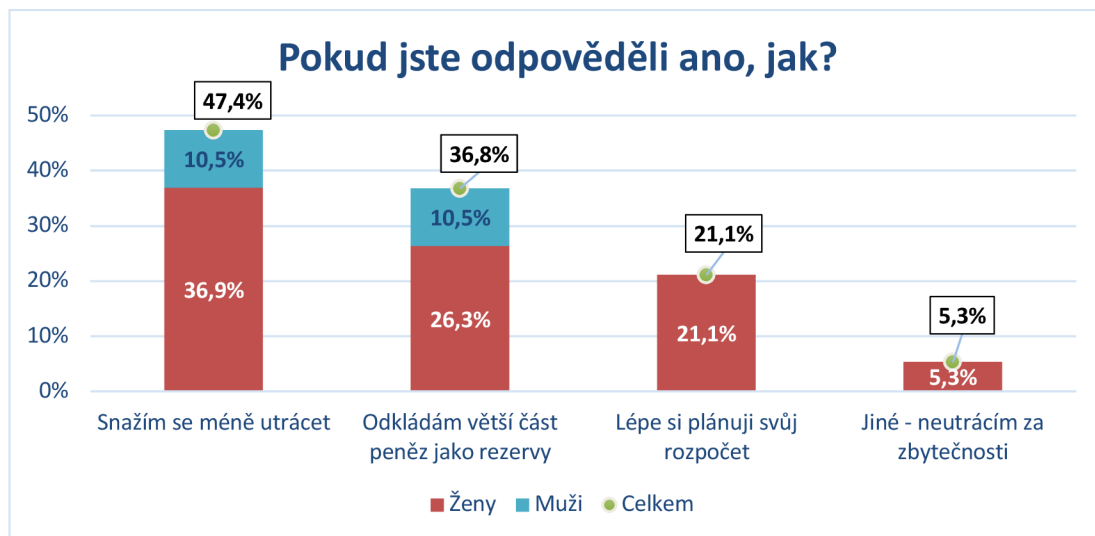
Graf 17: 12. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Bezmála 80 % dotazovaných nemuselo nikdy měnit své zaměstnání z finančních důvodů, což je dobrý výsledek. Odpověď ano tvoří převážně ženy, pouze 2,5 % mužů, tedy jeden. Na základě toho lze zmínit, že u žen jsou častější problémy s financemi, které je nutí změnit pracovní místo, než u mužů.

13. - 14. Otázka



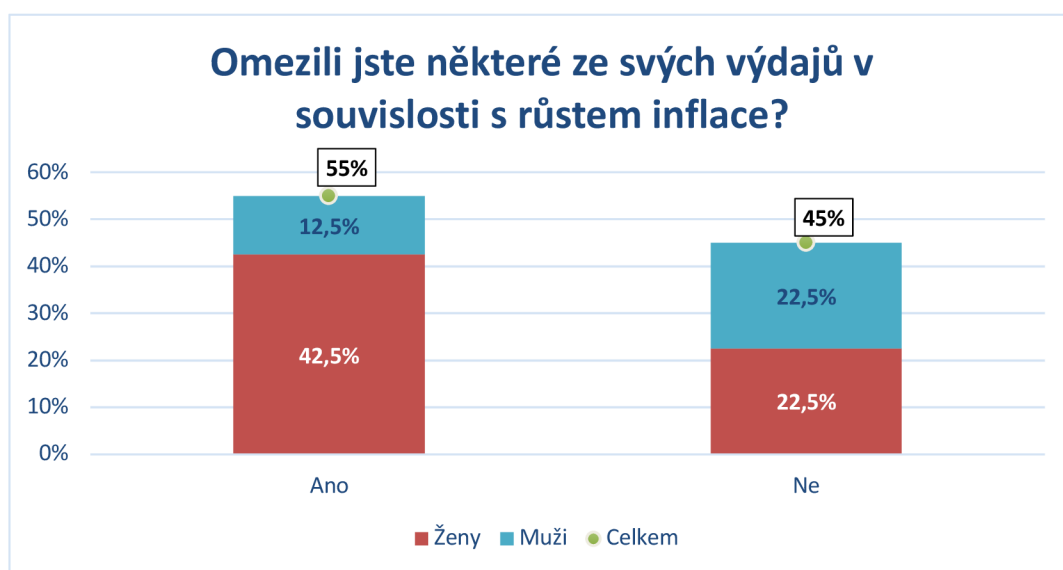
Graf 18: 13. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování



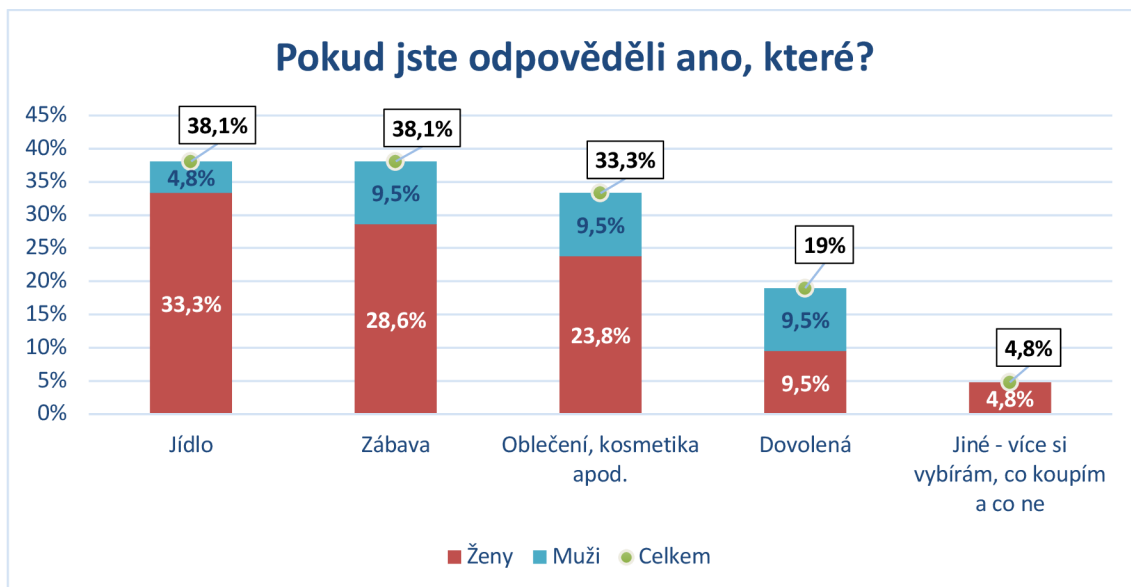
Graf 19: 14. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Je zajímavé, že u více než 50 % dotazovaných covid nezměnil jejich způsob hospodaření s penězi, nicméně u těch, u kterých ano, je opět větší podíl žen než mužů. Z těch, co odpověděli ano, byla nejčastější změnou snaha méně utrácet, což praktikuje téměř 50 % z nich. Zbylá procenta zaplňuje zejména způsob odkládání větší části peněz jako rezervy (36,8 %). Lepší plánování rozpočtu a neutrácení za zbytečnosti (což by se dalo zařadit do první možnosti, tedy snahy méně utrácet) uvedly jako volené řešení pouze ženy. Nicméně někteří respondenti opět uvedli více možností současně.

15. - 16. Otázka



Graf 20: 15. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování



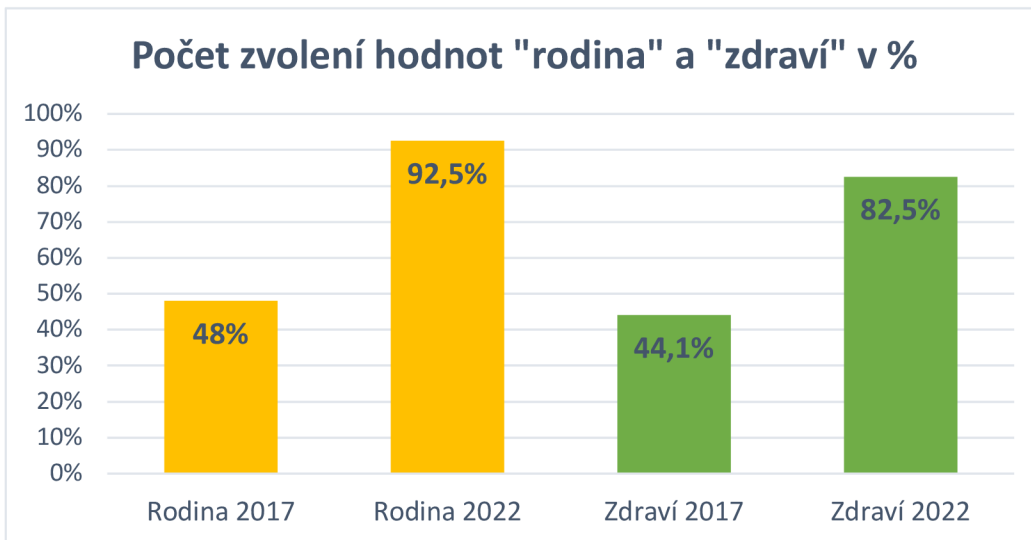
Graf 21: 16. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování

Covid sice z větší části hospodaření lidí s penězi neovlivnil, nicméně následná inflace už ano. Poměr procent zůstal stejný, jen se obrátil, tedy 55 % respondentů omezilo své výdaje, zbylých 45 % nikoliv. Z hlediska pohlaví je opět více mužů, kteří své výdaje v souvislosti s růstem inflace neměnili, a naopak více žen, které své výdaje zredukovaly. První místo omezených výdajů obsadily hned dvě položky zároveň, a to jídlo a zábava, přičemž ženy omezily více jídla a muži více zábavy. Kromě jídla jsou poměry jednotlivých omezených výdajů u mužů vyrovnané, tedy 9,5 %, zatímco u žen je každá položka snižována v jiné míře. Nejméně omezovaným výdajem celkově je dovolená, což lze vysvětlit tak, že se nejedná o častý, pravidelný výdaj jako například u jídla, ale na druhou stranu když už se člověk v jiných oblastech uskromní, chce si alespoň dopřát zaslouženou dovolenou a omezí raději zábavu, kosmetiku apod. Pouze jedna respondentka uvedla vlastní odpověď, že si více vybírá, co koupí a co ne, nezvolila tedy konkrétní oblast výdajů. Několik respondentů i zde zaškrtnulo několik možností současně, omezili se tedy ve více oblastech zároveň.

5.3 Vyhodnocování hypotéz

Hypotéza č. 1

Po skončení covidu lidé častěji mezi svými hodnotami uvádí zdraví a rodinu.

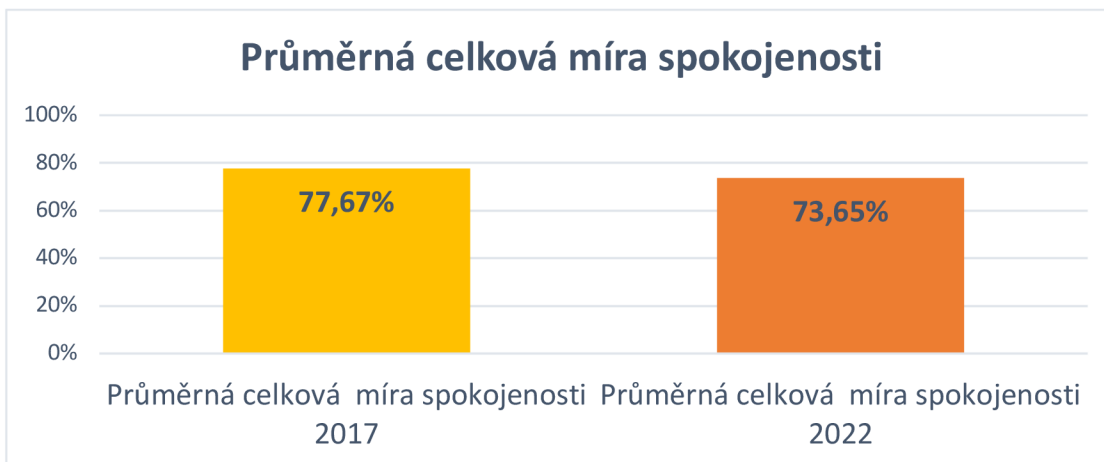


Graf 22: Hypotéza č. 1. Zdroj: vlastní zpracování

Z grafu výše jasně vyplývá, že obě hodnoty, rodina i zdraví, byly v roce 2022 zmiňovány mnohem častěji než v roce 2017, došlo k téměř dvojnásobnému růstu a zatímco v předcovidovém období ne zvolila rodinu ani zdraví téměř polovina respondentů, po skončení pandemie obě hodnoty uvedla nadpoloviční většina, rodinu dokonce bezmála všichni dotazovaní. Lze tedy říci, že tato hypotéza byla zpracováním výsledků v Excelu potvrzena.

Hypotéza č. 2

Průměrná míra spokojenosti lidí se životem je po covidu nižší než před jeho příchodem.

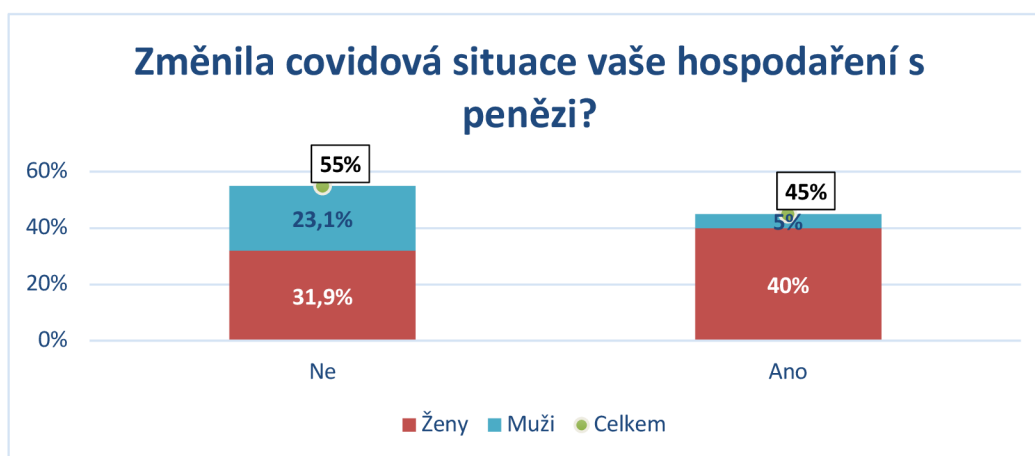


Graf 23: Hypotéza č. 2. Zdroj: vlastní zpracování

I tato hypotéza je potvrzena výpočty a zpracováním výsledků obou výzkumů v Excelu, nicméně pokles spokojenosti je tak nízký, že na první pohled není na grafu ani vidět. Za sníženou celkovou průměrnou spokojeností lidí stojí zejména práce a finance, jelikož je uvedlo velmi vysoké procento lidí, nicméně spokojenost s nimi už tak vysoká nebyla. Další možné příčiny snížené spokojenosti byly již rozebrány ve výsledcích primárního výzkumu. Naopak, jak již bylo zmíněno, vypočtená kvalita života je dokonce o necelé jedno procento vyšší než před příchodem covidu.

Hypotéza č. 3

V důsledku pandemie alespoň 30 % pracujících rozvážněji usměřňuje své výdaje.

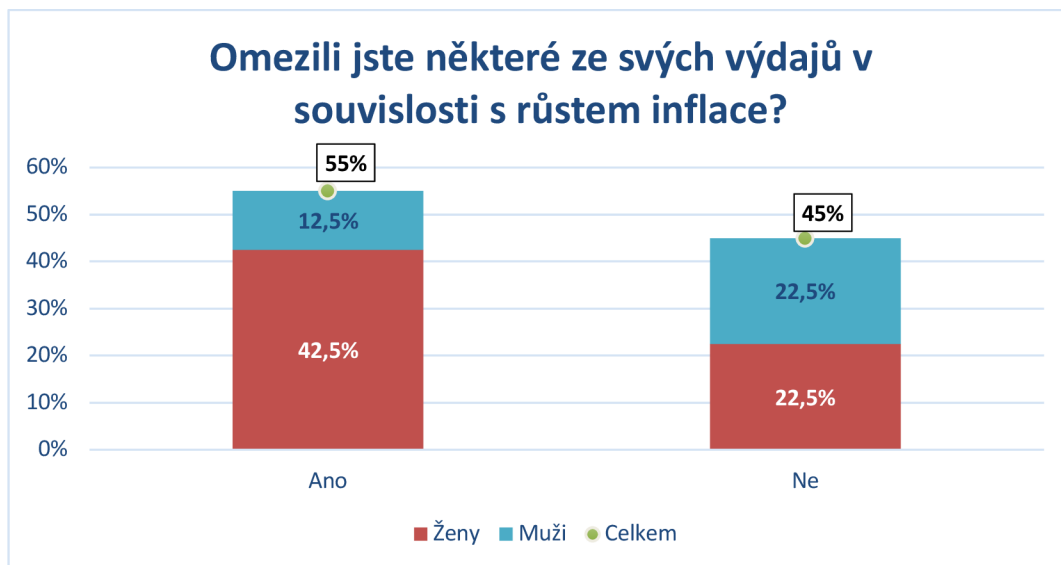


Graf 24: Hypotéza č. 3. Zdroj: vlastní zpracování

Z tohoto grafu, který byl již rozebrán výše a zpracován v Excelu na základě výsledků dotazníku, lze potvrdit hypotézu, že v důsledku covidu alespoň 30 % pracujících více přemýšlí o svých výdajích a usměřňují je s větší rozvážností, přesněji tedy 45 % respondentů. Největší část z nich zvolila cestu menšího utrácení, jiní si odkládají větší část jako rezervy, někteří lépe plánují svůj rozpočet a několik respondentů využívá kombinace těchto možností. Na druhou stranu je tedy jasně viditelné, že více než polovinu dotazovaných pandemie neovlivnila natolik, aby se rozhodli měnit své způsoby hospodaření s penězi, zejména dotazované muže covid neovlivnil v této oblasti téměř vůbec.

Hypotéza č. 4

V důsledku inflace omezilo své výdaje více než 50 % pracujících.

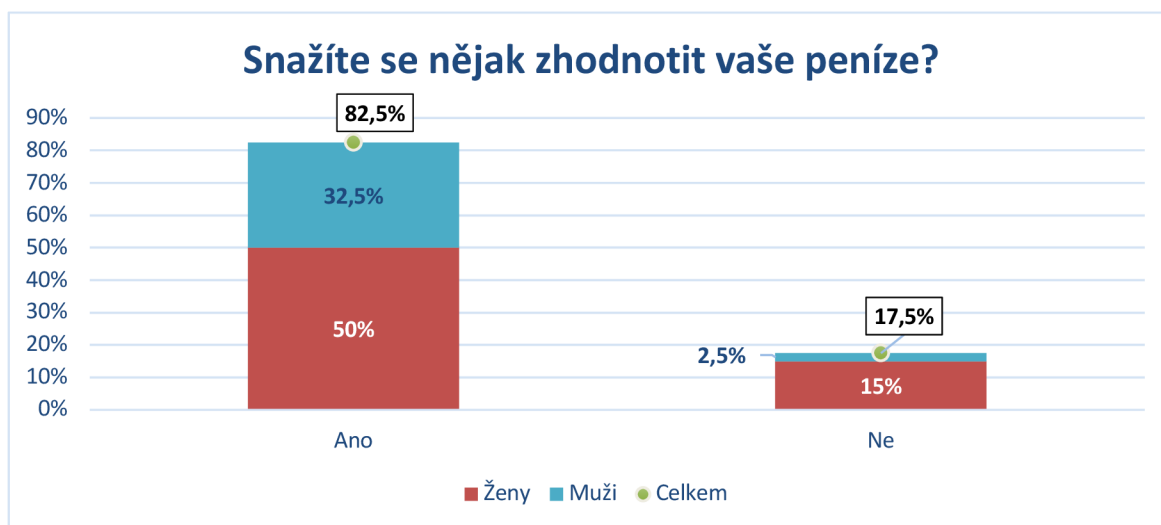


Graf 25: Hypotéza č. 4. Zdroj: vlastní zpracování

U této hypotézy jsou poměry ano / ne identické s předchozí hypotézou, jen jsou opačné, tedy 55 % respondentů kvůli inflaci omezilo své výdaje a 45 % nikoli. Hypotézu lze opět jasně potvrdit díky grafickému znázornění odpovědi na otázku z finančního dotazníku. Inflace tedy ovlivnila finanční hospodaření ve větším měřítku než covid, nicméně u mužů, stejně jako u minulé otázky, většina z nich své výdaje neměnila, ženy naopak z velké části ano. Jak už bylo zmíněno, nejvíce byly snižovány výdaje na jídlo a zábavu.

Hypotéza č. 5

Více než 50 % pracujících se snaží své peníze zhodnocovat, proto různými způsoby investují a nenechávají své peníze pouze na běžném účtu.



Graf 26: Hypotéza č. 5. Zdroj: vlastní zpracování

Více než 80 % respondentů v dotazníku uvedlo, že se snaží různými způsoby zhodnotit své peníze. Po zanesení těchto informací do grafu z něj lze jasně potvrdit hypotézu na zkoumaném vzorku populace, kde více než polovina pracujících nenechává své peníze pouze znehodnocovat na běžném účtu. Na druhou stranu, značnou převahu mezi způsoby zhodnocování peněz měly spořicí účty, které nejsou pro tento cíl vhodné. Je určitě dobře, že se lidé snaží se svými penězi dělat alespoň něco, nicméně je potřeba zapracovat na hledání vhodných způsobů k dosažení skutečného zhodnocování peněz, ne jen nominálního, které po odečtení inflace znamená reálné znehodnocení, jen ne tak výrazné, jako na běžném účtu.

5.3.1 Statistická významnost

Vzhledem k tomu, že byly porovnávány vzorky s různým počtem respondentů a nejednalo se o početné vzorky ve vztahu k celkové populaci všech pracujících, byl v MS Excel proveden test statistické významnosti, zda je možné výsledky vztáhnout na všechny pracující, nebo se jedná čistě o náhodný výběr respondentů. Statistická významnost byla zkoumána pomocí Z-testu, na základě kterého byla přijímána či zamítána nulová hypotéza.

Nejprve se stanoví nulová hypotéza, která říká, že mezi lety 2017 a 2022 není statisticky průkazný rozdíl. Pomocí vzorců níže se spočítá veličina z , která má za předpokladu nulové hypotézy standardizované normální rozdělení. Nakonec se spočítá p -hodnota, často označována jako SIG (significant) nebo p -value s využitím funkce standardního normálního rozdělení. Pokud je p -hodnota menší nebo rovna 0,05, znamená to, že mezi lety 2017 a 2022 je statisticky průkazný rozdíl a nulová hypotéza se zamítá. Pokud je naopak p -hodnota větší než 0,05, nulová hypotéza se přijímá a rozdíl v procentech je tedy nejspíše zapříčiněn pouze náhodou při výběru respondentů.

$$\hat{p} = \frac{Y_1 + Y_2}{n_1 + n_2} \qquad Z = \frac{(\hat{p}_1 - \hat{p}_2) - 0}{\sqrt{\hat{p}(1 - \hat{p}) \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Rovnice 1 a 2: Statistická významnost.

Zdroj: The Pennsylvania State University, 2023

$$p - value = 1 - norm. s. dist(abs(z); 1)$$

U hypotézy č. 1 („Po skončení covidu lidé častěji mezi svými hodnotami uvádí zdraví a rodinu.“) vyšla u zdraví i rodiny p-hodnota menší než 0,05, tudíž nulová hypotéza se zamítá a lze konstatovat, že v tomto případě došlo k významné změně.

rodina	n	p	Y	p	z	p hodnota
2017	102	0,48	49	0,606	-4,881	0,000005
2022	40	0,925	37			

Tabulka 5: Statistická významnost - rodina. Zdroj: vlastní zpracování

zdraví	n	p	Y	p	z	p hodnota
2017	102	0,441	45	0,549	-4,137	0,000018
2022	40	0,825	33			

Tabulka 6: Statistická významnost - zdraví. Zdroj: vlastní zpracování

Nicméně u hypotézy č. 2 („Průměrná míra spokojenosti lidí se životem je po covidu nižší než před jeho příchodem.“) je výsledná p-hodnota větší než 0,05, zde se tedy nulová hypotéza přijímá a změnu nelze aplikovat na celou populaci pracujících lidí.

míra spokojenosti	n	p	Y	p	z	p hodnota
2017	102	0,7767	79	0,761	0,505	0,307
2022	40	0,7365	29			

Tabulka 7: Statistická významnost - míra spokojenosti. Zdroj: vlastní zpracování

U hypotéz č. 3-5 není výsledné hodnoty s čím porovnávat, jelikož tento konkrétní výzkum byl uskutečněn pouze jednou, nicméně vzhledem k tomu, že v ČR se nachází přes 5 milionů ekonomicky aktivních obyvatel a výzkumný vzorek 40 lidí se tedy zdaleka neblíží ani 1 % z nich, výsledky není možné aplikovat na celou populaci, lze je tedy vyhodnocovat a vyvozovat z nich závěry pouze pro vybranou skupinu respondentů.

5.4 Shrnutí výsledků

V rámci první hypotézy se potvrdilo, že po skončení covidu lidé častěji mezi svými hodnotami uvádí zdraví a rodinu, konkrétně zde došlo k téměř dvojnásobnému nárůstu četnosti uvádění těchto hodnot mezi pěti nejdůležitějšími, rodinu v roce 2022 uvedlo dokonce více než 90 % respondentů.

Druhá hypotéza byla rovněž potvrzena, lidé se tedy cítí v průměru méně spokojeni se svými životy v postcovidové fázi než před příchodem pandemie, i když zaznamenaný pokles je velmi nízký, pouze o 4 %. Sníženou celkovou spokojenost ovlivnila zejména hodnota finance, u které byla míra spokojenosti nejnižší z pěti nejčastěji uváděných hodnot.

I třetí hypotézu se díky zpracovanému výzkumu podařilo potvrdit. V rámci výzkumného vzorku respondentů 45 % z nich v důsledku covidu rozvážněji usměřňuje své výdaje, přičemž nejčastějším způsobem je snížení míry utrácení.

Čtvrtá hypotéza potvrdila, že v důsledku inflace omezilo své výdaje více než 50 % pracujících respondentů, v tomto výzkumu se jednalo konkrétně o 55 % dotazovaných, kteří v největší míře omezili výdaje na jídlo a zábavu.

Po vyhodnocení páté hypotézy bylo zjištěno, že více než 80 % pracujících respondentů se snaží zhodnocovat své peníze, i když nejčastěji používaným nástrojem u tohoto výzkumného souboru jsou spořicí účty, které pro tento účel nejsou vhodné.

Na základě zpracovaných dat a vypočtených výsledků bylo tedy potvrzeno všech pět hypotéz, nicméně pouze u první z nich („*Po skončení covidu lidé častěji mezi svými hodnotami uvádí zdraví a rodinu.*“) lze závěr považovat za statisticky významný. Výsledky zbylých čtyř hypotéz jsou s největší pravděpodobností dány náhodným výběrem respondentů, tudíž je nelze aplikovat na větší část společnosti, zejména hypotézy č. 3-5, které jsou výsledkem odpovědí zlomkové části populace.

6 Diskuze

Na základě provedených výzkumů byla v několika případech zjištěna pozitivní korelace mezi literaturou a praxí. Například díky srovnání výsledků mezi lety 2017 a 2022 bylo potvrzeno, že hodnoty lidí ovlivňují z velké části vnější faktory, zejména krizové situace typu válka, covid apod., kdy má velká část populace najednou podobné hodnoty (zdraví, mír, rodina), které byly předtím mnohem více rozdílné a diverzifikované.

Během kvalitativních rozhovorů s respondenty bylo také potvrzeno, že hodnoty se v čase mění, jelikož dotazující uváděli, že dříve by vybrali jiné hodnoty, nicméně je ovlivňuje spousta faktorů, vnitřních i vnějších, tudíž v průběhu jejich životů se jim nejdůležitější oblasti vyvíjejí a mění.

Zajímavé je také srovnání výsledků výzkumu hodnot této práce s výsledky výzkumů, které uvádí Křivohlavý (2001) ve své publikaci, kde se rovněž věnuje metodě SEIQoL. Mezi nejčastěji uváděnými podněty bylo zdraví, rodina, práce, náboženství a finance. Je tedy vidět, že některé hodnoty zůstávají stejné napříč časem, zejména zdraví a rodina, nicméně spousta jiných hodnot se v čase mění, například hodnota náboženství se ve výzkumech z let 2017 a 2022 vůbec neobjevila.

Oproti objektivním metodám, jako je například Karnofskyho index, kde kvalitu života člověka posuzuje druhá osoba, poskytuje metoda SEIQoL širší záběr než metody využívající externí posuzování, jelikož umožňuje dotazovanému zvolit si svobodně nejdůležitější dimenze svého života, proto byla pro tuto práci nejvhodnější. Nicméně pro možné budoucí výzkumy se zajímavou jeví smíšená metoda měření MANSA a její rozpracovaná metodika LSS, což je sedmistupňová škála životní spokojenosti, která měří kvalitu života nejen hodnocením celkové spokojenosti se životem, ale i hodnocením spokojeností s množstvím přesně určených dimenzí života, díky čemuž vytváří komplexní obraz o kvalitě života člověka (Křivohlavý, 2001).

V teoretické části byly zmíněny rozdíly ve vzdělání, dle kterých je u osob s vyšším vzděláním častější výskyt postmateriálních hodnot, zatímco u lidí s nižším vzděláním převládají materiální hodnoty. I toto tvrzení souhlasí s výzkumem z roku 2022, ve kterém respondenti s vysokoškolským vzděláním často uváděli hodnoty jako seberozvoj, význam v životě, osobní prostor, naplňování osobního života, smysluplná práce, svoboda atd., zatímco u respondentů se středoškolským či základním vzděláním se tyto hodnoty vyskytovaly velmi zřídka. Nicméně jeden respondent uvedl všech pět hodnot

postmateriálních (sebedůvěra, láska, pokora,..), přičemž měl pouze základní vzdělání, tudíž toto tvrzení nelze aplikovat na celou populaci bez výjimek. V celkovém souhrnu v tomto výzkumu jsou však postmateriální hodnoty vskutku častější u lidí s vyšším dokončeným vzděláním.

Kvalitativní rozhovory s respondenty potvrdily předpoklad, že některé hodnoty lze shrnout pod univerzální pojmy, ale každý je vnímá jinak. Například pod hodnotou rodina si někteří vybavili své děti, jiní široké příbuzenstvo a někteří dokonce domácí mazlíčky. Co se týče práce, pro někoho je to hlavně pocit jistoty, někdo další za hodnotou práce vidí osobní růst a sebezdokonalování a pro jiného respondenta práce znamená budování kariéry, tudíž význam jednotlivých hodnot je opravdu velmi různorodý.

Během rozhovorů dělalo některým respondentům problém vybrat jen 5 hodnot, protože jich měli příliš mnoho a neuměli se rozhodnout, které jsou ty nejdůležitější, což bylo opět zmíněno již v teoretické části jako problém dnešní doby.

Zajímavé bylo, jak respondenti definovali své hodnoty. Někteří prostě určili jako hodnotu zdraví, ale několik respondentů se nad věcmi zamýšlelo podrobněji a definovalo zdraví jako například udržování zdravého životního stylu, což poukazuje na dobrý způsob nastavování hodnot zmiňovaný v poznámkách z literatury, kdy je tímto vlastně vyjádřeno, jak zvolené hodnoty dosáhnout.

Dále se potvrdilo, že kvalita života jako spokojenost se životem je velmi subjektivní, jelikož každý respondent uváděl jiné složení hodnot, tudíž i míru spokojenosti každý posuzoval podle jiných parametrů a v různém emocionálním rozpoložení. S tím souvisí nastavení mysli. Při provádění kvalitativních rozhovorů bylo sledováno, jak dotazování působí, když popisují hodnoty a míry spokojenosti, a opět lze souhlasit s literaturou, dle které optimisté vidí ve změnách (například těch, které přinesl covid) příležitosti, pesimisté naopak katastrofu. Optimisticky naladěni respondenti mluvili o různých překážkách v životě jako o zajímavých příležitostech a byli celkově více spokojeni než ti, kteří se nedokázali přenést přes to, že kvůli covidu museli například změnit pracovní pozici a působili spíše pesimisticky.

Provedený výzkum se shoduje i s výsledky výzkumu zmíněných v teoretické části, kde muži na budoucnost nahlíží optimističtěji než ženy a jsou více spokojeni se svým životem. Ve výzkumu hodnot z roku 2022 byla průměrná míra spokojenosti u žen 70 % a u mužů 78 %, tudíž výrok pasuje i na tento vzorek respondentů.

Dále bylo zjištěno, že faktorů, které ovlivňují spokojenost lidí, je opravdu mnoho, přičemž v roce 2022 to byla především rodina, zdraví, práce a s ní související finance, a také přátelé. To potvrzuje teoretický předpoklad, dle kterého je způsob života velmi subjektivní, jelikož každý má priority někde jinde.

Podle teoretických poznatků pomáhá sestavování rozpočtu vytvářet pravidelné rezervy, nicméně většina respondentů pouze sleduje stav svého účtu a je schopna si rezervy tvořit i bez sestavování rozpočtu.

Další výrok, jenž tvrdí, že na inflaci lidé zareagovali nižší spotřebou, rovněž souhlasí i s výzkumem finančního hospodaření, ve kterém 55 % respondentů v důsledku inflace méně utrácí, zejména v oblasti jídla a zábavy.

V teoretické části bylo také naznačeno, že většina lidí dnes neví, jak hodnotit své peníze, což opět potvrdily výsledky výzkumu, které ukázaly, že nejčastější volbou jsou spořicí účty (zejména mezi muži), které však nabízejí mnohem nižší (či žádné) reálné zhodnocení než například drahé kovy nebo kryptoměny jako je bitcoin.

7 Závěry a doporučení

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zjistit, zda se během fází covidového období změnilы hodnoty pracujících lidí a jakým způsobem. Dalším cílem bylo srovnat úroveň spokojeností lidí před pandemií a po jejím skončení. Porovnání mezi těmito obdobími bylo možné díky uchovaným datům z výzkumů z minulých let, které byly v roce 2022 doplněny o dalších 40 pracujících respondentů. Data ze všech výzkumů byla zpracována v programu MS Excel a vybraná data byla dále podrobena Z-testu statistické významnosti. V rámci ekonomické části bylo také cílem zjistit, zda se pracující lidé snaží zhodnocovat své peníze a jestli se v důsledku pandemie a inflace změnilы jejich způsoby hospodaření s penězi.

V teoretické části byly rozebrány hodnoty, jejich subjektivnost, důležitost a vliv na život člověka, dále kvalita života a faktory, jež ji ovlivňují, mezi které patří z velké části zdraví a finance, proto jim byly věnovány samostatné kapitoly, ve kterých byly probírány zejména rozdíly v péči o zdraví, propojení zdraví s psychikou člověka a v rámci financí různé možnosti zhodnocování peněz.

V praktické části byly provedeny a zhodnoceny dva výzkumy, kvalitativní výzkum hodnot s využitím metody SEIQoL a dotazníkové šetření na téma finančního hospodaření pracujících. Na základě zpracovaných dat bylo vyhodnoceno pět hypotéz a všechny byly potvrzeny, nicméně po provedení Z-testu lze za významný považovat pouze výsledek první hypotézy, tedy že po skončení covidu lidé častěji mezi svými hodnotami uvádí zdraví a rodinu. V následné diskuzi byly zjišťovány korelace mezi vyhodnocenými výsledky a teoretickými poznatky z použité literatury.

Po zpracování a vyhodnocení výsledků výzkumů se tedy podařilo naplnit všechny vytyčené cíle této práce. Ukázalo se, že ke změnám v hodnotách skutečně došlo. Byl zjištěn významný, statisticky průkazný rozdíl u hodnot „rodina“ a „zdraví“, kdy v postcovidové fázi došlo k téměř dvojnásobnému nárůstu jejich četnosti. Změnilo se také složení hodnot, kde se do popředí nejdůležitějších oblastí života dostaly hodnoty „práce“ a „finance“, což potvrzuje předpoklad významného vlivu financí na život člověka, čímž se propojuje primární výzkum se sekundárním. Zcela nově se také v žebříčku hodnot objevil „mír“, což bylo způsobeno především válkou na Ukrajině.

Po srovnání průměrných úrovní spokojeností lidí se životem byl v postcovidové fázi zjištěn pokles o 4 % oproti fázi před pandemií, nicméně po provedení Z-testu bylo

zjištěno, že se nejedná o statisticky významný rozdíl a výsledek byl tedy způsoben spíše náhodným výběrem respondentů.

Co se týče ekonomických cílů, zjistilo se, že převážná většina dotazovaných se snaží zhodnocovat své peníze, někteří přes nemovitosti, drahé kovy, kryptoměny apod., nicméně mezi těmito nástroji převládají spořicí účty, zejména u mužů. Výsledky dotazníkového šetření ukázaly, že covid neovlivnil hospodaření s penězi ani u poloviny respondentů, na druhou stranu inflace způsobila omezení výdajů u více než 50 % dotazovaných.

Během výzkumu byl vyzorován značný problém ve schopnosti vybrat a správně definovat pět nejdůležitějších hodnot, tudíž je třeba, aby lidé své hodnoty lépe chápali a uměli si sami určit, co je pro ně v životě nejdůležitější. Správně definované hodnoty totiž výrazně usnadní zjištění cest k jejich naplnění. Dále je důležité si více uvědomovat význam mezilidských vztahů, ať už v rodině, partnerství, práci či celkově, jelikož vztahy z velké části ovlivňují kvalitu života. Ve finančním systému pravidelného znehodnocování peněz je klíčové znát možnosti reálného zhodnocování úspor, aby nedocházelo ke ztrátě jejich kupní síly. V současnosti se jako nejlepší způsoby jeví zlato a bitcoin, nicméně povědomí o nich mezi „obyčejnými“ lidmi je mnohem slabší, než u zmiňovaných spořicíh účtů. Je tedy třeba, aby se o klíčových výhodách vhodných nástrojů ke zhodnocování peněz dozvědělo co nejvíce lidí. Velká část populace bez dostatečných znalostí a zkušeností sází vše na jednu kartu a následně o vše přijdou, proto je také důležité, aby lidé uměli své peněžní prostředky vhodně diverzifikovat.

Závěrem práce tedy je, že mezi fázemi covidového období došlo k významným změnám u hodnot „rodina“ a „zdraví“, nicméně u celkové průměrné spokojenosti lidí nebyl zjištěn statisticky průkazný rozdíl. Z vybraného vzorku respondentů se více než 80 % z nich snaží zhodnotit své peníze, přičemž nejčastějším prostředkem jsou spořicí účty. Dále více než 50 % dotazovaných omezilo své výdaje kvůli inflaci, nicméně pandemie takový vliv na finanční hospodaření neměla, zde došlo ke změně u 45 % respondentů.

8 Seznam použitých zdrojů

8.1 Tištěné zdroje

- [01] BEDNÁR, Juraj. *Velký restart*. Juraj Bednár, 2020. ISBN 978-80-570-2563-4.
- [02] BENČE, Ladislav a Ladislav PYŠNÝ. *Kvalita života*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně, Ústav zdravotnických studií, 2008. ISBN 978-80-7044-893-9.
- [03] BLATNÝ, Marek, ed. *Osobní pohoda a osobnost v celoživotní perspektivě*. Praha: Academia, 2020. ISBN 978-80-200-3064-1.
- [04] DOSEDLOVÁ, Jaroslava. *Optimismus a jeho role v kontextu zdraví*. Brno: Filozofická fakulta, Masarykova univerzita, 2018. ISBN 978-80-210-8951-8.
- [05] HRABICA, Miroslav. *Co nám tělo říká aneb Po stopách nemoci*. Zlín: Miroslav Hrabica, 2007. ISBN 978-80-902322-7-3.
- [06] CHOVCANULIAK, Róbert. *Pokrok bez povolení: jak sdílená ekonomika, crowdfunding a kryptoměny změnily svět*. Přeložil Jana KUPKOVÁ. Finance pro každého. Praha: Grada, 2020. ISBN 978-80-271-1755-0.
- [07] KARPIŠ, Juraj. *Jak na zlato: peníze pro nevěřící : praktický průvodce spořením ve zlatě*. Přeložil František PROKOP. Žilina: Bajkal, 2021b. ISBN 978-80-99975-14-0.
- [08] KARPIŠ, Juraj. *Špatné peníze: průvodce krizí*. Přeložil Andrea HOLÚBKOVÁ-MACHÁLKOVÁ. Plzeň: Fish&Rabbit, 2021a. ISBN 978-80-907962-0-1.
- [09] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0179-0.
- [10] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-551-2.
- [11] MANSON, Mark. *Důmyslné umění, jak mít všechno u pr**le: neintuitivní přístup k lepšímu životu*. Přeložil Jan KUČERA. Knihy Omega. Praha: Dobrovský, 2017. ISBN 978-80-7390-723-5.
- [12] MÜLLER, Jan. *Zlatý boss, který chodil bos: Pavel Ryba - muž, který Čechům prodal drahé kovy za deset miliard*. Praha: Fish&Rabbit, 2020. ISBN 978-80-270-7963-6.
- [13] PAYNE, Jan. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, 2005. ISBN 80-7254-657-0.

- [14] PELCÁK, Stanislav. *Osobnostní nezdolnost a zdraví*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2013. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-342-0.
- [15] RYBA, Pavel a Rošťa PLACHÝ. *Proč bitcoin (ne)funguje jako peníze a proč jej tolik potřebujeme*. Plzeň: Fish&Rabbit, 2023. ISBN 978-80-908812-2-8.
- [16] STROUKAL, Dominik. *Ekonomické bubliny: průvodce hospodářskými krizemi od tulipánů po koronu*. Druhé rozšířené vydání. Praha: Grada, 2021. ISBN 978-80-271-3172-3.

8.2 Internetové zdroje

- [17] DAVIS, Tchiki, 2023a. Core Values: List, Examples, and Exercises. In: *Berkeley Well-Being Institute*. Online. Dostupné z: <https://www.berkeleywellbeing.com/core-values.html> [citováno 2023-09-18]
- [18] DAVIS, Tchiki, 2023b. Your Personal Values: What Are Values and How Do You Live Them? In: *Berkeley Well-Being Institute*. Online. Dostupné z: <https://www.berkeleywellbeing.com/your-personal-values.html> [citováno 2023-09-18]
- [19] DIENER, Ed; GOHM, Carol; SUH, Eunkook; SHIGEHIRO, Oishi. *Similarity of the Relations between Marital Status and Subjective Well-Being Across Cultures*. Online. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, vol. 31 (2000), no. 4, s. 419-436. Dostupné z: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0022022100031004001> [citováno 2023-10-13]
- [20] DOLAN, Paul; PEASGOOD, Tessa; WHITE Mathew. *Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being*. Online. *Journal of Economic Psychology*, vol. 29 (2008), no. 1, s. 94-122. ISSN 0167-4870. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167487007000694> [citováno 2023-10-11]
- [21] *Dow to Gold Ratio - 100 Year Historical Chart*, © 2023. MacroTrends. Online. Dostupné z: <https://www.macrotrends.net/1378/dow-to-gold-ratio-100-year-historical-chart> [citováno 2023-09-15]
- [22] DRLÍKOVÁ, Pavla, 2021. Příběhy lidí, kterým covid změnil práci: od herců po barmany. In: *Proženy.cz*. 24.2. Online. Dostupné z:

- <https://www.prozeny.cz/clanek/pribehy-lidi-kterym-covid-zmenil-praci-od-hercu-po-barmany-70296> [citováno 2023-09-17]
- [23] FRANČE, Vojtěch, 2009. Psychologie hodnot. In: *Grafologie a Psychologie*. Online. Dostupné z: <http://ografologii.blogspot.com/2009/05/psychologie-hodnot.html> [citováno 2023-09-11].
- [24] *Harry Browne's permanent portfolio*, © 2023. Quantified Strategies. Online. Dostupné z: <https://www.quantifiedstrategies.com/harry-brownes-permanent-portfolio/> [citováno 2023-09-12]
- [25] *Choose your Bitcoin wallet*, © 2023. Bitcoin. Online. Dostupné z: <https://bitcoin.org/en/choose-your-wallet?step=1> [citováno 2023-09-14]
- [26] *Introduction to Mathematical Statistics*, © 2023. The Pennsylvania State University. Online. Dostupné z: <https://online.stat.psu.edu/stat415/lesson/9/9.4> [citováno 2024-02-23]
- [27] KOKKO, Katja a PULKKINEN, Lea. *Unemployment and Psychological Distress: Mediator Effects*. Online. *Journal of Adult Development*, vol. 5 (1998), no. 4, s. 205-217. Dostupné z: <https://psycnet.apa.org/record/2000-12062-001> [citováno 2023-10-13]
- [28] LEWIS, Nathan, 2023. The BRICs Go For Gold. In: *Forbes*. Online. 16.7. Dostupné z: <https://www.forbes.com/sites/nathanlewis/2023/07/16/the-brics-go-for-gold/> [citováno 2023-09-14]
- [29] LIV, 2015. Psychosomatické onemocnění - příčiny, příznaky a léčba. In: *Zdravé zdraví*. 12.12. Online. Dostupné z: <https://zdravezdravi.cz/nemoci/psychosomaticke-onemocneni-priciny-priznaky-a-lecba> [citováno 2023-10-16]
- [30] MAY, Timothy, 1988. The Crypto Anarchist Manifesto. In: *Satoshi Nakamoto Institute*. Online. Dostupné z: <https://nakamotoinstitute.org/crypto-anarchist-manifesto/> [citováno 2023-09-12]
- [31] NAKAMOTO, Satoshi, 2008. *Bitcoin: Peer-to-Peer systém elektronických peněz*. Online. Dostupné z: [https://assets-global.website-files.com/5e5fcd39a7ed2643c8f70a6a/60ae0e84e7b6be8373534c4e_Bitcoin-whitepaper-original-CZ%20\(1\).pdf](https://assets-global.website-files.com/5e5fcd39a7ed2643c8f70a6a/60ae0e84e7b6be8373534c4e_Bitcoin-whitepaper-original-CZ%20(1).pdf) [citováno 2023-09-14]

- [32] NINIVAGGI, Frank, 2016. Values 101. In: *Psychology Today*. Online. 27.12. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/envy/201612/values-101> [citováno 2023-09-11].
- [33] O'CONNOR, Kay a CHAMBERLAIN, Kerry. *Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life*. Online. British Journal of Psychology, vol. 87 (1996), no. 3, s. 461-477. Dostupné z: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.2044-8295.1996.tb02602.x> [citováno 2023-10-11]
- [34] PIKORA, Vladimír, 2023a. Privatizovat a propouštět. Lidé už opasky utáhli, teď by měl začít šetřit stát. In: *Za krásnější Vimperk*. Online. 11.4. Dostupné z: <https://zakrasnejsivimperk.cz/?p=276667> [citováno 2023-09-17]
- [35] PIKORA, Vladimír, 2023b. Státní penzijní fond prý bude lepší než soukromý fond. Povídali, že mu hráli. In: *Dluhopisomat*. Online. 22.6. Dostupné z: <https://dluhopisomat.cz/vladimir-pikora-statni-penzijni-fond-pry-bude-lepsi-nez-soukromy-fond-povidali-ze-mu-hrali/> [citováno 2023-09-17]
- [36] *Price-to-Earnings Ratio*, © 2023. MacroTrends. Online. Dostupné z: <https://macrotrends.net/definitions/terms/price-earnings-pe-ratio/> [citováno 2023-09-15]
- [37] *Rodinný rozpočet a jeho tvorba*, 2021. Asociace občanských poraden. 6.7. Online. Dostupné z: <https://www.obcanskeporadny.cz/cs/ostatni/rodinny-rozpocet-a-jeho-tvorba> [citováno 2023-09-17]
- [38] *Rozpočet*, 2014. Ministerstvo financí ČR - Proč se finančně vzdělávat? 30.4. Online. Dostupné z: <https://financnigramotnost.mfcr.cz/cs/rodinne-finance/rozpocet> [citováno 2023-09-17]
- [39] *S&P Dow Jones Indices*, © 2023. S&P Global. Online. Dostupné z: <https://www.spglobal.com/spdji/en/indices/equity/sp-500/-overview> [citováno 2023-09-17]
- [40] SOVOVÁ, Eva, 2021. Jaké jsou daňové povinnosti, když vlastníte či pronajímáte nemovitost. In: *iDnes.cz*. Online. 10.3. Dostupné z: https://www.idnes.cz/finance/dane/nemovitost-dane-priznani-pronajem-uroky-hypoteka-prodej.A210309_105019_p_dane_sov [citováno 2023-09-15]

- [41] STRNADOVÁ, Věra a VOBORNÍK, Petr, (2014). Výzkum úrovně kvality života současné populace v České republice. In: *ResearchGate*. Online. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/272091695_Vyzkum_urovne_kvality_zivota_soucasne_populace_v_Ceske_republice [citováno 2023-10-22]
- [42] TĚTEK, Josef, 2022. Bitcoin (VŠE, CO CHCETE VĚDĚT). In: *alza.cz*. Online. 5.12. Dostupné z: <https://m.alza.cz/bitcoin> [citováno 2023-09-12]
- [43] WILSON, Edward O. „We have Paleolithic emotions, medieval institutions, and god-like technology.“ In: *Citáty slavných osobností*. Dostupné z: <https://citaty.net/autori/edward-osborne-wilson/> [citováno 2023-10-23]
- [44] WOLF, Vojtěch, 2023. Zlato teď nakupují všichni. ČNB míří k zásobám, které měla za první republiky. In: *Aktualne.cz*. Online. 25.7. Dostupné z: <https://zpravy.aktualne.cz/ekonomika/ekonom-zlato/r~3b4b76d02abd11ee8c6f0cc47ab5f122/> [citováno 2023-09-11].

8.3 Seznam grafů

<i>Graf 1: Rozdělení respondentů podle pohlaví. Zdroj: vlastní zpracování</i>	24
<i>Graf 2: Rozdělení respondentů podle věku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	25
<i>Graf 3: Rozdělení respondentů podle vzdělání. Zdroj: vlastní zpracování</i>	25
<i>Graf 4: Rozdělení respondentů podle pohlaví. Zdroj: vlastní zpracování</i>	30
<i>Graf 5: Rozdělení respondentů podle věku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	30
<i>Graf 6: 1. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	31
<i>Graf 7: 2. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	31
<i>Graf 8: 3. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	32
<i>Graf 9: 4. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	33
<i>Graf 10: 5. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	33
<i>Graf 11: 6. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	34
<i>Graf 12: 7. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	34
<i>Graf 13: 8. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	35
<i>Graf 14: 9. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	35
<i>Graf 15: 10. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	36
<i>Graf 16: 11. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	36
<i>Graf 17: 12. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování</i>	37

<i>Graf 18: 13. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	37
<i>Graf 19: 14. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	38
<i>Graf 20: 15. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	38
<i>Graf 21: 16. otázka finančního dotazníku. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	39
<i>Graf 22: Hypotéza č. 1. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	40
<i>Graf 23: Hypotéza č. 2. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	40
<i>Graf 24: Hypotéza č. 3. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	41
<i>Graf 25: Hypotéza č. 4. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	42
<i>Graf 26: Hypotéza č. 5. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	42

8.4 Seznam tabulek

<i>Tabulka 1: Seznam hodnot 2017. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	26
<i>Tabulka 2: Seznam hodnot 2022. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	26
<i>Tabulka 3: Průměrná spokojenost 2017. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	28
<i>Tabulka 4: Průměrná spokojenost 2022. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	28
<i>Tabulka 5: Statistická významnost - rodina. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	44
<i>Tabulka 6: Statistická významnost - zdraví. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	44
<i>Tabulka 7: Statistická významnost - míra spokojenosti. Zdroj: vlastní zpracování.....</i>	44

8.5 Seznam rovnic

<i>Rovnice 1 a 2: Statistická významnost.....</i>	43
---	----

9 Přílohy

Šablona pro vyplnění hodnot metodou SEIQoL

FORMULÁŘ PRO ZJIŠŤOVÁNÍ KVALITY ŽIVOTA METODOU SEIQoL

Věk: _____ Pohlaví: muž | žena Vzdělání: ZŠ | SŠ | VŠ Zařazení: student | pracující | senior

Důležitost daného tématu v %	Životní téma <i>Oč vám v životě jde především (5 životních cílů)</i>	Míra spokojenosti v % <i>(v každé řádce od 0 do 100 %)</i>
	1.	
	2.	
	3.	
	4.	
	5.	

Součet procent ve všech pěti řádcích v levém sloupečku musí být roven 100%.

Míra spokojenosti se životem:

<-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----->
 Je to tak špatné, jak jen je to možné 50% Je to tak dobré, jak jen to dobré může být

Celková hodnota QL:
 Celková míra spokojenosti:

Zdroj: Křivohlavý (2001, s. 248)

Data 2017

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Domov	48,0	22,5	74,5
Rodina	48,0	26,6	76,4
Děti	46,1	32,0	79,7
Zdraví	44,1	34,6	69,1
Partner	28,4	23,4	77,9
Duševní pohoda	26,5	13,2	55,5
Přátelství	24,5	14,5	79,5
Seberealizace	19,6	16,3	58
Bohatství	16,7	12	43,1
Cestování	16,7	12,8	60,1
Práce	16,7	14,8	69,8
Koníčky, zájmy, záliby	15,7	12,9	68,4
Duchovní život	12,7	19,5	53
Auto	11,8	9,7	49,1
Dovolená	9,8	9	46,9
Peníze	9,8	14,5	58,2
Duševní vyrovnanost	8,8	16	67,9
Důvěra	8,8	10	55,1
Šťěstí	8,8	15	64,9
Kariéra	7,8	11,3	61,1
Vztahy mezi lidmi	7,8	13,9	52,4
Volný čas	6,9	14,4	63,9
Vzdělání	6,9	14,3	65,1
Zvířata	6,9	21,7	76,9
Prospěšnost	5,9	13,7	57,8
Sociální jistoty	5,9	15,8	89
Sex	8,8	12,9	75,7
Příroda	4,9	12	60,6
Svoboda	4,9	13,8	74,2
Samostatnost	2,9	10,7	70
Úspěch	2,9	25	19,7
Zážitek	2,9	11,7	80,7
Kultura	2,0	5,5	73,5
Škola	1,0	25	68
Hodnoty	%		
Průměrná celková míra spokojenosti	77,67		
Průměrná celková kvalita života	71,07		
Rozdíl průměrné odhadované a reálné spokojenosti	6,6		

Míra spokojenosti a kvalita života v %	Míra spokojenosti (počet v %)	Kvalita života (počet v %)
95 - 100	16,7	2,9
90 - 95	5,9	9,8
85 - 90	15,7	12,7
80 - 85	12,7	10,8
75 - 80	9,8	11,8
70 - 75	10,8	8,8
65 - 70	5,9	14,7
60 - 65	3,9	6,9
55 - 60	5,9	2,9
50 - 55	1	3,9
45 - 50	4,9	2,9
40 - 45	2	2,9
35 - 40	1	2
30 - 35	0	1
25 - 30	2	2,9
20 - 25	1	0
15 - 20	0	2
10 - 15	0	0
5 - 10	0	0
0 - 5	1	1
0	0	0
celkem	100	100

Zdroj: vlastní zpracování

Data 2022

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
rodina	92,5	31,7	82,7
zdraví	82,5	25,5	68,2
práce	77,5	17,1	68,9
finance	32,5	12,8	54,6
přátelé	27,5	14,7	63,6
sport	27,5	13,5	74,5
zájmy	25	11,3	61,5
cestování	22,5	13	68,9
mír	17,5	18,6	37,9
vztahy	15	19,2	75,8
domov	10	8,3	83,8
láska	10	22,5	86,3
seberealizace	10	15	68,8
svoboda	7,5	11	80
prospěšnost	5	6,5	50
vzdělání	5	17,5	75
šťastný, smysluplný život	5	12,5	60
bydlení	2,5	15	60
příroda	2,5	15	40
osobní prostor	2,5	5	50
klidný život	2,5	20	40
spánek	2,5	30	100
disciplína	2,5	20	100
odhodlání	2,5	20	100
sebedůvěra	2,5	20	100
pokora	2,5	20	100
duševní pohoda	2,5	20	50
dobrodružství	2,5	20	20
Hodnoty	%		
Průměrná celková míra spokojenosti	73,65		
Průměrná celková kvalita života	71,99		
Rozdíl průměrné odhadované a reálné spokojenosti	1,66		
Celkem respondentů	40 = 100%		
Počet žen	55%		
Počet mužů	45%		
Věková kategorie	20-62 let		
Kategorie 20-29	25%		
Kategorie 30-39	12,5%		
Kategorie 40-49	42,5%		
Kategorie 50-59	17,5%		
Kategorie 60+	2,5%		
Vzdělání			
ZŠ	7,5%		
SŠ	60%		
VŠ	32,5%		

Zdroj: vlastní zpracování

Míra spokojenosti a kvalita života v %	Míra spokojenosti (počet v %)	Kvalita života (počet v %)
95 - 100	5	7,5
90 - 95	12,5	5
85 - 90	2,5	10
80 - 85	15	10
75 - 80	12,5	5
70 - 75	30	12,5
65 - 70	7,5	17,5
60 - 65	7,5	22,5
55 - 60	0	2,5
50 - 55	5	2,5
45 - 50	0	0
40 - 45	0	0
35 - 40	2,5	2,5
30 - 35	0	0
25 - 30	0	0
20 - 25	0	2,5
15 - 20	0	0
10 - 15	0	0
5 - 10	0	0
0 - 5	0	0
0	0	0
celkem	100	100

Zdroj: vlastní zpracování

Podrobný rozbor rozhovorů 2022

RODINA

Pro většinu dotazovaných naprostý základ, jsou to lidé, na které se mohou vždy spolehnout, kterým věří a vědí, že tu pro ně vždy budou. Většina respondentů tedy tuto hodnotu uvedla hned na první místo a přiřadila mu největší důležitost, popřípadě stejnou jako zdraví. Průměrná spokojenost je velmi vysoká, lidé ubírali procenta buď z důvodu nedostatku času na to, aby se viděli se všemi členy rodiny (typicky širší příbuzenstvo), nebo z důvodu menších problémů ve vztazích s nimi (občasné manželské hádky, špatná komunikace se sourozenci apod.). Někteří by rádi trávili více času se svými dětmi, ale kvůli pracovnímu vytížení to není podle jejich představ. Obecně jsou spokojenější ti respondenti, kteří uvedli, že mají velkou rodinu, tudíž mají kolem sebe spoustu skvělých lidí. Pro některé tato hodnota znamená například mít dobře vychované děti, pro někoho spokojenost svých dětí, příbuzných a někdo do své rodiny řadí i domácí mazlíčky, typicky psa a kočku.

ZDRAVÍ

Mnoho respondentů uvedlo, že covid poměrně zásadně změnil jejich přístup a nahlížení na zdraví. Nyní si ho více váží a snaží se udržet se v dobré kondici (někdo pravidelně cvičí, jiní chodí běhat, někteří přehodnotili jídelníček atd.). Zdravím nemyslí jen to svoje, ale i zdraví rodiny, svých blízkých, takže spokojenost u většiny z nich byla snížena kvůli zdravotním problémům svého okolí (př. nemocní rodiče, nebo u někoho zrovna probíhající covid apod.). Na druhou stranu několik respondentů uvedlo, že si uvědomili, jaké mají štěstí, že jsou zdraví, takže jsou vlastně spokojeni.

PRÁCE

Někteří respondenti museli kvůli covidu změnit své zaměstnání, nebo uzavřít své podnikání, tudíž si uvědomili, jak moc je tato hodnota důležitá, pár jich přiznalo, že před pár lety by ji třeba ani vůbec neuvedli, ale během pandemie zjistili, jak je pro ně klíčová. Spokojenost u této hodnoty je nižší, jelikož právě ti, co byli nuceni svou práci změnit, nejsou na novém místě tak spokojeni, jako bývali ve svém původním zaměstnání a ti, co museli zavřít svůj podnik, přišli na dlouhou dobu o příjmy a po covidu se již nevrátily na předchozí úroveň, jelikož lidé se snaží méně utrácet, tudíž tržby nejsou takové, jaké

bývaly. Na druhou stranu jiní respondenti jsou se svou prací spokojeni, dělají to, co je baví a pandemie je v tomto směru nijak významně neomezila, proto celková průměrná spokojenost s touto hodnotou není ani příliš nízká. Pro některé tato hodnota znamená sebezdokonalování v práci a kariérní růst.

FINANCE

Co se týče financí, je to už trochu horší. I někteří z těch, co byli spokojeni s prací, protože dělají něco, co je naplňuje, nejsou až tolik spokojeni s financemi, jelikož jejich práce není tolik finančně ohodnocena. Tato hodnota pro respondenty znamená zajištění, jistotu, bez které se moc neobejdou. Bohužel nejsou příliš spokojeni ani zaměstnanci, ani podnikatelé, jelikož mají pocit, že jejich kupní síla poklesla a už si toho za stejné množství peněz nekoupí tolik, jako byli zvyklí (někteří si stěžovali na nedostatek financí na dovolenou, jiní třeba jen na zábavu). Část respondentů je naopak spokojená, covid je naučil soběstačnosti, začali investovat a zajímat se o různé možnosti zhodnocování peněz a daří se jim dobře, někteří se prostě jen uskromnili a jejich spokojenost to nesnížilo.

PŘÁTELE

Pro několik dotazovaných opět velmi důležitá hodnota. Nevnímají je jako rodinu, jelikož tu si člověk nevybere, ale jako lidi, které si oni sami zvolili a chtějí s nimi trávit svůj volný čas. Jsou pro ně oporou, zábavnou společností, nebo i záchranou číslo jedna, když potřebují s něčím pomoci. Část z nich je velmi spokojená, protože je covid naučil vytvořit si dostatek času na důležité lidi, tudíž ještě prohloubili přátelské vztahy, jiní se naopak po skončení lockdownu a podobných omezení vrhli zpět do práce a na přátele bohužel nemají tolik času, kolik by chtěli, jiní se kvůli covidu s některými ze svých přátel přestali stýkat a po skončení pandemie již přátelství neobnovili.

SPORT

Tato hodnota pro ně znamená relax od práce, vyčištění mysli, něco, kde fyzickou námahou paradoxně načerpají ztracenou energii z práce. Někdo chodí pravidelně do posilovny, někdo jezdí rád na kole, někteří rádi sportují s přáteli, takže je to pro ně i příležitost setkat se se svými blízkými a navíc udělat něco pro své zdraví. Tento důvod byl rovněž často zmiňován, lidé se po covidu snaží udržet v dobré kondici a někteří se o

to snaží právě skrze sport. Pár respondentů bylo dokonce spokojeno na 100 %, ubraná procenta byla téměř vždy z důvodu nedostatku času na věnování se sportovním aktivitám.

ZÁJMY

Sport byl od této hodnoty odlišen, jelikož byl zmiňován velmi často, tudíž nebyl zařazen do kategorie zájmy, kde jsou velmi různorodé aktivity: čtení, jóga, sledování filmů, výlety, vaření, jízda autem, videohry, ruční práce, ale například také duchovní život. Jsou to aktivity, které si respondenti užívají, pro některé je to způsob, jak se zbavit špatné nálady, někdo tím jen zahání nudu, pro někoho je to rutinní činnost a někteří tyto aktivity prostě milují a užívají si, že mohou dělat něco podle sebe. To, že průměrná spokojenost nedosahuje 100 % je opět způsobeno nedostatkem času na to, věnovat se svým zájmům, zejména z toho důvodu, že si zvykli mít na vše během lockdownu dost času a nyní se obtížně srovnávají s tím, že už to tak není.

CESTOVÁNÍ

Někteří respondenti cestují velmi často, rádi objevují nová místa, učí se nové jazyky, užívají si různé kuchyně atd., někdo naopak jezdí rád na dovolenou na jedno a to stejné místo, které ho uchvátilo. Snížená spokojenost je způsobena jednak nedostatkem financí na cestování a také nutností očkování pro vstup do některých zemí, tudíž pro neočkované je to značně omezující. Na druhou stranu si respondenti díky covidu uvědomili, že ani cestování není samozřejmost a v určitých situacích se může stát poměrně nedostupným koníčkem.

MÍR

Všichni, kdo uvedli mezi svých pět hodnot mír, mluvili o válce na Ukrajině a uvedli, že do té doby brali mír spíše jako samozřejmost a dříve by je ani nenapadlo tuto hodnotu uvádět. Rozdílné míry spokojenosti se liší v závislosti na úhlu pohledu. Ti spokojení si uvědomili, že mají obrovské štěstí, že žijí v zemi, kde se neválčí, proto je jejich míra spokojenosti vysoká. Naopak ti, co uvedli nižší procenta, jsou především válkou znechuceni, je jim líto ukrajinských obyvatel a vadí jim, že na světě stále není mír, někteří z nich se dokonce obávají, aby konflikt nepřerostl v mezinárodní, proto jsou tak málo spokojeni, mír pro ně znamená i bezpečí a oni se nyní bezpečně necítí.

VZTAHY

Touto hodnotou nejsou myšleny primárně vztahy v rodině, ty byly zahrnuty do tématu rodina. Zde jsou to především vztahy s okolím, se sousedy, s kolegy v práci, nebo i s cizími lidmi. Pro respondenty je důležité umět vycházet se všemi lidmi kolem sebe, umět pracovat na sobě, na vnímání druhých atd. Ale není to myšleno jen ze strany respondentů samotných, ale i všech lidí, se kterými se setkávají. Ubraná procenta jsou způsobena spíše drobnými konflikty, věcmi, na kterých se dle dotazovaných dá pracovat a nejedná se o nic závažného.

DOMOV

Zde je to myšleno především jako místo, prostor, kde se lidé cítí bezpečně. Někteří vnímají domov velmi zeširoka, jako zemi, kde se cítí dobře, jiní už konkrétněji, jako město nebo přímo místo, které si ke svému žití vybrali a jako jistotu, kam se mohou pokaždé vrátet. Z velké části jsou s touto hodnotou spokojeni, některým vadí rušné okolí domu, nebo vědomí toho, že mají hypotéku, tudíž se stále necítí úplně jako doma.

LÁSKA

Láska v rodině je opět sjednocena pod hodnotu rodina, tady je to myšleno z velké části jako láska ke svému životnímu partnerovi. Lidé ji vnímají jako něco velmi důležitého, co je motivuje k tomu být lepšími lidmi, je to pro ně jedna z nejsilnějších emocí a jsou vesměs velmi spokojeni. Procenta byla ubírána jen z důvodů menších nedorozumění typu občasné hádky, ale také třeba pocit nedostatku lásky od toho druhého. Pár respondentů zmínilo, že pod hodnotou láska vidí například i lásku sami k sobě, je pro ně tedy důležité umět si vážit i sebe samých.

SEBEREALIZACE

Pojem seberealizace respondenti vnímají jako možnost plnit si své sny, příležitosti dosáhnout toho, po čem touží a práce na sobě samých, tedy seberozvoj. Někteří z nich jsou méně spokojeni z důvodu nedostatku finančních prostředků na to, aby se mohli realizovat v tom, v čem chtějí, jiní z důvodu absence času kvůli pracovnímu vytížení, ale někdo i kvůli nízké míře odvahy udělat krok vpřed.

SVOBODA

Se svobodou jsou respondenti velmi spokojeni. Někteří si jí váží, jelikož se zajímají o historii a mají pocit, že žijí v té nejlepší možné době, jiní jsou prostě spokojeni, protože mohou dělat to, co chtějí, mohou říct svůj názor, vybrat si práci, svého partnera, místo, kde budou bydlet atd. Někdo je spokojený méně, jelikož má pocit, že ho současná práce svazuje a nemá tedy tak „volné ruce“, jako když byl mladší a ten pocit svobody mu chybí.

PROSPĚŠNOST

Pár dotazovaných vidí prospěšnost jako jeden z důležitých aspektů svého života. Pod tímto pojmem si představují nějakou užitečnost v životě. Aby byli spokojeni, potřebují být prospěšní svému okolí, pomáhat druhým atd., díky tomu mají pocit, že na světě nejsou zbytečně. Oba respondenti jsou muži, jeden je poměrně spokojený, má pocit, že se mu v této oblasti daří, ale ještě by na sobě chtěl zapracovat. Druhý je naopak spíše nespokojený, jelikož se mu zdá, že není příliš užitečný, či nápomocný, má trochu pocit méněcennosti.

VZDĚLÁNÍ

Pro některé z dotazovaných je důležité se neustále vzdělávat, učit se novým dovednostem, znalostem atd. Jedna respondentka je téměř na 100 % spokojena, má dostatek času, možností i prostředků věnovat se vzdělání, druhému dotazovanému chybí čas na vzdělávání se v oblastech, které ho zajímají, proto je jeho spokojenost nižší.

ŠŤASTNÝ, SMYSLUPLNÝ ŽIVOT

Hodnoty dvou respondentů se dají zařadit do kategorie šťastný a smysluplný život. 1. respondent miluje život a chce si ho naplno užívat, je pro něj tedy důležité dělat věci, které ho naplňují a činí šťastným, bohužel ho v tom dost omezuje práce, tudíž není plně spokojen. Pro dotazovanou ženu tato hodnota znamená najítí smyslu života a jeho naplnění, občas má však pocit, že stále hledá sama sebe a svůj jedinečný smysl života ještě nenašla, tudíž také není plně spokojena.

BYDLENÍ

Pro respondentku to nemá význam domova, tedy pocitů lásky, bezpečí apod., ale vyloženě styl bydlení, je pro ni důležité bydlet v útulném, moderním a uklizeném prostoru. Je spokojená s tím, jak její bydlení vypadá, nicméně se jí kvůli dětem nedaří ho udržovat v takovém stavu, v jakém by si představovala.

PŘÍRODA

Pro jednoho muže má specifický význam příroda, a to konkrétně lesy. Je pro něj důležité, v jakém stavu je příroda, jelikož stromy mu dodávají energii a pohled na zalesněné krajiny mu zlepšuje náladu. Bohužel je poměrně nespokojený v důsledku rozsáhlého kácení a ničení přírody, přál by si, aby se lidé s přírodou více spojili a spíše jí pomáhali, než ji ničili.

OSOBNÍ PROSTOR

Jeden respondent je celkem uzavřený a nemá rád velké davy a pocit, že na něj někdo příliš tlačí, je pro něj tedy důležitou hodnotou osobní prostor. Cítí se komfortně, když ví, že nebude zavalen hromadou lidí, informací atd. S touto hodnotou je poměrně spokojen, ale přál by si, aby někteří lidé více respektovali, že není tak sdílný a společenský, jak by ho chtěli mít.

KLIDNÝ ŽIVOT

Respondentka uvedla, že jí záleží na tom, aby prožívala klidný, pokud možno bezstarostný život, čímž nemyslí to, že by se o nic nezajímala, nebo by vše dělali lidé za ni, ale spíše schopnost vyrovnanosti a řešení různých situací s klidem, aby ji nic nerozhodilo. Samozřejmě by si přála, aby na ni starostí nepadalo příliš mnoho. Není moc spokojená, jelikož má pocit, že s touto oblastí života zatím neumí příliš pracovat a z klidu ji vyvádějí kupící se povinnosti.

SPÁNEK

Pro jinou respondentku je dokonce nejdůležitější hodnotou spánek. Bez něj totiž není schopná fungovat a naplňovat další hodnoty, které jsou pro ni důležité. Se svým spánkem

je spokojena na 100 %, jelikož ho nepodceňuje, chodí spát včas, má tedy každý den dostatek hodin spánku a díky tomu se cítí plná energie a může se věnovat všemu dalšímu.

DISCIPLÍNA

Muž je se svou disciplínou spokojen na 100 %, znamená to pro něj schopnost pevné vůle, tvrdé práce a respektování pravidel v práci i v soukromém životě. Má kolem sebe skvělé lidi, takže je spokojen jak se svou úrovní disciplíny, tak s disciplínou ostatních.

ODHODLÁNÍ

Stejný respondent uvedl jako další hodnotu odhodlání, což je pro něj opět stejně důležité jako disciplína. Pod odhodláním si představuje odvalu nebát se udělat krok vpřed, schopnost necouvnout před problémy a také nevzdávání se, odhodlání dosáhnout toho, po čem touží. I s touto hodnotou je 100 % spokojen.

SEBEDŮVĚRA

Aby mohl tento muž být odhodlán, potřebuje si věřit, potřebuje mít pocit, že zvládne i složité situace a sebedůvěra je pro něj tedy rovněž důležitá. Naučil se na ní postupem času pracovat, takže vidí veliký posun a dnes je opět na 100 % spokojený.

POKORA

Na druhou stranu, tyto hodnoty mohou často způsobovat egoismus a přílišnou sebechválu, proto je pro tohoto respondenta stejně důležitá i pokora, tedy schopnost nepovyšovat se nad ostatní a nenechat své úspěchy kazit dobrý charakter osobnosti. Dříve měl s tímto problémy, nicméně i ty se naučil překonat a nyní je se svou úrovní pokory stoprocentně spokojený.

DUŠEVNÍ POHODA

Pro jednu respondentku je velmi důležitá psychická pohoda, pod kterou si představuje duševní vyrovnanost. Uvědomuje si, že duševní pohoda se příznivě odráží i na celkovém zdravotním stavu, proto je pro ni tak důležitá. Pracuje na tom, aby zvládala být v klidu i ve vypjatých situacích, nicméně zatím se jí to ne vždy podaří, je tedy spokojená na 50 %.

DOBRODRUŽSTVÍ

Jiná žena ve svém životě naopak místo klidu a duševní pohody potřebuje pořádné dobrodružství, miluje adrenalin a pocit, že se kolem ní neustále něco děje. Ráda řeší nejrůznější problémy a krizové situace, jelikož je to pro ni záživné a obohacující. Bohužel v současné době je velmi nespokojená, jelikož má problémy se zdravím, tudíž jí byl doporučen spíše ten klid, ve kterém se ona však velmi nudí. Nicméně uznává, že přílišný adrenalin a vypětí se negativně podepisuje na jejím zdraví, takže přemýšlí o tom, že zvolní.

Zdroj: vlastní zpracování

Finanční dotazník

1. Jaké je vaše pohlaví?*

Vyberte jednu odpověď

2. Kolik je vám let?*

Vyberte jednu odpověď

3. Sestavujete si finanční rozpočet domácnosti?*

Vyberte jednu odpověď

4. Vytváříte si pravidelně rezervy na nečekané výdaje?*

*

Vyberte jednu odpověď

5. Jak dlouho byste byli schopni pokrýt své životní náklady po ztrátě příjmu?*

Vyberte jednu odpověď

Týden

Měsíc

Tři měsíce

Více než tři měsíce

6. Pokud podepisujete smlouvu, čtete ji vždy celou a pozorně?*

Vyberte jednu odpověď

Ano, už jsem někdy narazil/a na skrytý problém.

Ano, ale zatím jsem nikdy nenarazil/a na skrytý problém.

Ne, najdu si jen ty důležité body.

Ne, věřím tomu, že je tam vše, jak má být.

7. Využili jste / Využíváte služeb finančního poradce?*

Vyberte jednu odpověď

Ano, byl/a jsem spokojen/a.

Ano, ale nebyl/a jsem spokojen/a.

Ne, ale přemýšlel/a jsem o tom.

Ne, nepotřebuji to.

8. Půjčili jste si někdy peníze?*

Vyberte jednu odpověď

Ano

Ne

9. Pokud jste odpověděli ano, na co?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

Nezbytné nečekané výdaje (rozbité auto, pračka)

Dovolená

Bydlení / auto

Podnikání

Jiné... 

10. Pokud jste odpověděli ne, proč?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

Nikdy jsem to nepotřeboval/a.

Z principu (nerad/a si od někoho půjčuji).

Z obavy, že nebudu schopen/na půjčku splatit.

Jiné... 

11. Snažíte se nějak zhodnotit vaše peníze?*

Vyberte jednu odpověď

Ano

Ne

12. Pokud jste odpověděli ano, jak?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

Investuji – do nemovitostí, cenných papírů, kryptoměn, drahých kovů atd.

Spoření, spořicí účty

Jiné... 

13. Pokud jste odpověděli ne, proč?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

Protože mi to tak vyhovuje.

Protože nevím, jak své peníze zhodnotit.

Jiné...

14. Museli jste někdy kvůli finanční situaci změnit zaměstnání?*

Vyberte jednu odpověď

Ano

Ne

15. Změnila covidová situace vaše hospodaření s penězi? (utrácení, úspory)*

Vyberte jednu odpověď

Ano

Ne

16. Pokud jste odpověděli ano, jak?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

Odkládám větší část peněz jako rezervy.

Snažím se méně utrácet.

Lépe si plánuji svůj rozpočet.

Jiné...

17. Omezili jste některé ze svých výdajů v souvislosti s růstem inflace?*

Vyberte jednu odpověď

Ano

Ne

18. Pokud jste odpověděli ano, které?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

Dovolená

Oblečení, kosmetika apod.

Jídlo

Zábava

Jiné... 

Zdroj: vlastní zpracování

Dotazník - odpovědi

Sestavujete si rozpočet domácnosti?

	Muž	Žena	Celkem
Ano, podrobně.	0	1	1
Ano, obecně.	5	8	13
Ne, ale pravidelně sleduji stav svého účtu.	7	17	24
Ne, nepotřebuji to.	2	0	2
Celkem	14	26	40

Vytváříte si pravidelně rezervy na nečekané výdaje?

	Muž	Žena	Celkem
Ano, dostatečné.	9	12	21
Ano, ale minimální.	4	12	16
Ne, nemám na to dostatek finančních prostředků.	1	0	1
Ne, nepotřebuji to.	0	2	2
Celkem	14	26	40

Jak dlouho byste byli schopni pokrýt své náklady po ztrátě příjmu?

	Muž	Žena	Celkem
Týden	0	0	0
Měsíc	1	1	2
Tři měsíce	3	11	14
Více než tři měsíce	10	14	24
Celkem	14	26	40

Když podepisujete smlouvu, čtete ji vždy celou a pozorně?

	Muž	Žena	Celkem
Ano, už jsem někdy narazil/a na skrytý problém.	4	4	8
Ano, ale zatím jsem nikdy nenarazil/a na skrytý problém.	4	10	14
Ne, najdu si jen ty důležité body.	5	10	15
Ne, věřím tomu, že je tam vše, jak má být.	1	2	3
Celkem	14	26	40

Využili jste / Využíváte služeb finančního poradce?

	Muž	Žena	Celkem
Ano, byl/a jsem spokojen/a.	8	8	16
Ano, ale nebyl/a jsem spokojen/a.	1	1	2
Ne, ale přemýšlel/a jsem o tom.	1	3	4
Ne, nepotřebuji to.	4	14	18
Celkem	14	26	40

Půjčili jste si někdy peníze?

	Muž	Žena	Celkem
Ano	10	17	27
Ne	4	9	13
Celkem	14	26	40

Pokud jste odpověděli ano, na co?

ODPOVĚĎ	POČET	PODÍL
Bydlení / auto	22	81.5%
Nezbytné nečekané výdaje (rozbité auto, pračka)	4	14.8%
Podnikání	3	11.1%
Dovolená	1	3.7%
Jiné...	1	3.7%

Pokud jste odpověděli ne, proč?

ODPOVĚĎ	POČET	PODÍL
Nikdy jsem to nepotřeboval/a.	6	42.9%
Z principu (nerad/a si od někoho půjčuji).	5	35.7%
Z obavy, že nebudu schopen/na půjčku splatit.	3	21.4%
Jiné...	0	0%

Snažíte se nějak zhodnotit vaše peníze?

	Muž	Žena	Celkem
Ano	13	20	33
Ne	1	6	7
Celkem	14	26	40

Pokud jste odpověděli ano, jak?

ODPOVĚĎ	POČET	PODÍL
Spoření, spořicí účty	24	75%
Investuji – do nemovitostí, cenných papírů, kryptoměn, drahých kovů atd.	16	50%
Jiné...	0	0%

Pokud jste odpověděli ne, proč?

ODPOVĚĎ	POČET	PODÍL
Protože mi to tak vyhovuje.	4	50%
Jiné...	3	37.5%
Protože nevím, jak své peníze zhodnotit.	1	12.5%

Museli jste někdy kvůli finanční situaci změnit zaměstnání?

	Muž	Žena	Celkem
Ano	1	8	9
Ne	13	18	31
Celkem	14	26	40

Změnila covidová situace vaše hospodaření s penězi?

	Muž	Žena	Celkem
Ano	1	8	9
Ne	13	18	31
Celkem	14	26	40

Pokud jste odpověděli ano, jak?

ODPOVĚĎ	POČET	PODÍL
Snažím se méně utrácet.	9	47.4%
Odkládám větší část peněz jako rezervy.	7	36.8%
Lépe si plánuji svůj rozpočet.	4	21.1%
Jiné...	1	5.3%

Omezili jste některé ze svých výdajů v souvislosti s růstem inflace?

	Muž	Žena	Celkem
Ano	5	17	22
Ne	9	9	18
Celkem	14	26	40

Pokud jste odpověděli ano, které?

ODPOVĚĎ	POČET	PODÍL
Zábava	8	38.1%
Jídlo	8	38.1%
Oblečení, kosmetika apod.	7	33.3%
Dovolená	4	19%
Jiné...	1	4.8%

Zdroj: vlastní zpracování

Zadání bakalářské práce

Autor: Michaela Součková

Studium: I2100677

Studijní program: B0413A050021 Ekonomika a management

Studijní obor: Ekonomika a management

Název bakalářské práce: Výzkum hodnotového systému u zaměstnanců a zaměstnavatelů ve třech fázích covidového období

Název bakalářské práce: Research on the value system of employees and employers in three phases of the covid period
AJ:

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se zabývá změnou hodnot pracujících lidí před příchodem covidu (rok 2018), v jeho průběhu (rok 2020) a po jeho skončení (rok 2022) v kombinaci s ekonomickou kapitolou týkající se hospodaření s penězi.

Cíle práce: Hlavním cílem práce je zjistit, jestli se během tří fází covidového období změnilы hodnoty pracujících lidí, a pokud ano, tak jak. Dalším cílem je porovnat úroveň spokojenosti lidí se životem opět z časového úhlu pohledu. V neposlední řadě je cílem práce zjistit, jak lidé hospodaří se svými penězi, konkrétně zda využívají různé možnosti zhodnocování svých peněz a jestli se v důsledku pandemie či inflace změnilы jejich způsoby zacházení s penězi.

Klíčová slova: hodnoty, kvalita života, spokojenost se životem, zdraví, metoda SEIQoL, finance

Obsah:

1) Literární rešerše

2) Úvod

3) Teoretická část

3.1. Hodnoty

3.2. Kvalita života

3.3. Zdraví

3.4. Finanční hospodaření domácností

3.5. Shrnutí teoretické části

4. Metodika zpracování

5. Výsledky

6. Diskuze

7. Závěry a doporučení

8. Seznam použitých zdrojů

9. Přílohy

- [01] BLATNÝ, Marek, ed. *Osobní pohoda a osobnost v celoživotní perspektivě*. Praha: Academia, 2020. Společnost (Academia). ISBN 978-80-200-3064-1.
- [02] MANSON, Mark. *Důmyslné umění, jak mít všechno u pr**le: neintuitivní přístup k lepšímu životu*. Přeložil Jan KUČERA. Praha: Dobrovský, 2017. Knihy Omega. ISBN 978-80-7390-723-5.
- [03] BENCE, Ladislav a Ladislav PÝŠNÝ. *Kvalita života*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně, Ústav zdravotnických studií, 2008. Acta Universitatis Purkynianae. ISBN 978-80-7044-893-9.
- [04] PAYNE, Jan. *Kvalita života a zdraví*. V Praze: Triton, 2005. ISBN 80-7254-657-0.
- [05] DOSEDLOVÁ, Jaroslava. *Optimismus a jeho role v kontextu zdraví*. Brno: Filozofická fakulta, Masarykova univerzita, 2018. ISBN 978-80-210-8951-8.
- [06] PELCÁK, Stanislav. *Osobnostní nezdolnost a zdraví*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2013. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-342-0.
- [07] BEDNÁR, Juraj. *Velký restart*. Juraj Bednár, 2020. ISBN 978-80-570-2563-4
- [08] KARPIŠ, Juraj. *Špatné peníze: průvodce krizí*. Přeložil Andrea HOLÚBKOVÁ-MACHÁLKOVÁ. Plzeň: F&R, 2021a. ISBN 978-80-907962-0-1.
- [09] MÜLLER, Jan. *Zlatý boss, který chodil bos: Pavel Ryba - muž, který Čechům prodal drahé kovy za deset miliard*. Praha: Fish&Rabbit, 2020. ISBN 978-80-270-7963-6.
- [10] KARPIŠ, Juraj. *Jak na zlato: peníze pro nevěřící : praktický průvodce spořením ve zlatě*. Přeložil František PROKOP. [Žilina]: Bajkal, 2021b. ISBN 978-80-99975-14-0.
- [11] RYBA, Pavel a Rost'a PLACHÝ. *Proč bitcoin (ne)funguje jako peníze a proč jej tolik potřebujeme*. Plzeň: F&R, 2023. ISBN 978-80-908812-2-8.
- [12] STROUKAL, Dominik. *Ekonomické bubliny: průvodce hospodářskými krizemi od tulipánů po koronu*. Druhé rozšířené vydání. Praha: Grada, 2021. ISBN 978-80-271-3172-3.
- [13] CHOVCANULIAK, Róbert. *Pokrok bez povolení: jak sdílená ekonomika, crowdfunding a kryptoměny změnily svět*. Přeložil Jana KUPKOVÁ. Praha: Grada, 2020. Finance pro každého. ISBN 978-80-271-1755-0.
- [14] HRABICA, Miroslav. *Co nám tělo říká aneb Po stopách nemocí*. Zlín: Miroslav Hrabica, 2007. ISBN 978-80-902322-7-3.
- [15] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemocí*. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0179-0.
- [16] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-551-2.

Zadávací pracoviště: Katedra managementu,
Fakulta informatiky a managementu

Vedoucí práce: PhDr. Věra Strnadová, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 15.10.2021