

**Univerzita Hradec Králové**  
**Fakulta informatiky a managementu**  
**Katedra managementu**

**Výzkum hodnotového systému a finanční gramotnosti u  
vysokoškolských studentů v současném období**  
Bakalářská práce

Autor: Vojtěch Kučera  
Studijní obor: Ekonomika a management

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

Odborný konzultant: Mgr. Jiří Haviger, Ph.D., Ing. Jaroslava Dittrichová, Ph.D.

Hradec Králové

duben 2024

---

Prohlášení:

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

V Hradci Králové dne 21.4.2024

Vojtěch Kučera

---

#### Poděkování:

Děkuji vedoucí své bakalářské práce PhDr. Věře Strnadové, Ph.D. za její čas, přínosné rady a doporučení na cestě k jejímu dokončení. Díky přístupu doktorky jsem byl schopný se účastnit projektu výzkumu kvality života, který mi otevřel oči k mnohým věcem v oboru psychologie.

Dále je třeba poděkovat Ing. Jaroslavě Dittrichové, Ph.D. za odborné konzultace při zhotovení dotazníku finanční gramotnosti, a Mgr. Jiřímu Havigerovi, Ph.D. za pomoc se statistickými zpracováními pro výsledná data dotazníků.

V neposlední řadě děkuji Mgr. Markétě Levínské, Ph.D., za možnost rozdat dotazníky na jejích hodinách psychologie, respondentům, za jejich čas a spolupráci a mojí rodině a přátelům, za jejich plnou podporu po celé délce mého studia.

## **Abstrakt**

Cílem bakalářské práce je zjištění vývoje kvality života a hodnot vysokoškolských studentů, zjištěných pomocí dotazníku SEIQoL. Mezi zkoumaná období patří roky 2017, 2022 a 2023. Dalším cílem je zjištění finanční gramotnosti, preferencí v nakládání s penězi a karierní plány studentů vysokých škol pomocí výzkumu probíhajícího v roce 2023. Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část vymezuje a vysvětluje lidské hodnoty, kvalitu života, stres, finanční gramotnost a faktory působící v současné době na hodnotové systémy studentů. Zároveň poukazuje na spojení mezi finanční gramotností, stresem a kvalitou života. Praktická část se zabývá dvěma na sobě nezávislými výzkumy. Výsledky těchto výzkumů byly pomocí programů Microsoft Excel a IBM SPSS porovnány a podrobeny statistickému ověření, za účelem určení správnosti autorových hypotéz.

**Klíčová slova:** Finanční gramotnost, kvalita života, hodnoty, studenti vysokých škol, stres, SEIQoL

## **Abstract**

**Title:        Research on the value system and financial literacy of university students in the current period**

The aim of the bachelor's thesis is to determine the evolution of the quality of life and values of university students, as identified by the SEIQoL questionnaire. The periods under study include the years 2017, 2022 and 2023. Another aim is to determine the financial literacy, money management preferences and career plans of university students through research conducted in 2023. The bachelor's thesis is divided into theoretical and practical parts. The theoretical part defines and explains human values, quality of life, stress, financial literacy, and factors currently influencing students' value systems. It also highlights the link between financial literacy, stress and quality of life. The practical part deals with two independent researches. Using Microsoft Excel and IBM SPSS, the results of these researches were compared and subjected to statistical testing to determine the validity of the author's hypotheses.

Key words: Financial literacy, quality of life, values, university students, stress, SEIQoL

# Obsah

1	ÚVOD.....	1
2	VLASTNÍ TEXT PRÁCE.....	3
2.1	LIDSKÉ HODNOTY.....	3
2.1.1	Vymezení hodnot.....	3
2.1.2	Klasifikace hodnot.....	3
2.1.3	Vliv vysokoškolského studia na hodnoty.....	4
2.2	KVALITA ŽIVOTA.....	6
2.2.1	Charakteristiky kvality života.....	6
2.2.2	Návrhy pro zlepšení kvality života.....	7
2.3	STRES.....	8
2.3.1	Vymezení stresu.....	8
2.3.2	Jak nás stres ovlivňuje.....	9
2.3.3	Finance a stres.....	11
2.3.4	Návrhy pro zvládnání stresu.....	13
2.4	KLÍČOVÉ FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ KVALITU ŽIVOTA.....	16
2.4.1	Pandemie covidu-19.....	16
2.4.2	Invaze na Ukrajinu.....	18
2.4.3	Zvyšující se inflace.....	18
2.5	FINANČNÍ GRAMOTNOST U MLADÝCH LIDÍ V SOUČASNOSTI.....	19
2.5.1	Význam finanční gramotnosti.....	19
2.5.2	Finanční vzdělávání v ČR.....	21
2.5.3	Problematika řešení bydlení.....	22
2.5.4	Problémy nedostatečných znalostí v oblasti financí.....	26
2.5.5	Návrhy postupů k lepšímu zacházení s penězi.....	26
3	VÝZKUMNÁ METODOLOGIE.....	28
3.1	CÍLE VÝZKUMU.....	28

3.2	VYBRANÉ HYPOTÉZY .....	28
3.3	METODIKA VÝZKUMU.....	29
3.4	POSTUP VÝZKUMU A VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	29
3.5	ZPRACOVÁNÍ VÝSLEDKŮ .....	30
4	VÝSLEDKY.....	32
4.1	VÝSLEDKY DOTAZNÍKU NA KVALITU ŽIVOTA .....	32
4.2	VÝSLEDKY DOTAZNÍKU FINANČNÍ GRAMOTNOSTI .....	35
4.3	POROVNÁNÍ KVALITY ŽIVOTA STUDENTŮ .....	46
4.4	PROVĚŘENÍ HYPOTÉZ .....	49
5	SHRnutí A DISKUSE VÝSLEDKŮ .....	54
6	ZÁVĚRY A DOPORUČENÍ .....	57
7	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....	59
8	ELEKTRONICKÉ ZDROJE .....	60
9	SEZNAM GRAFŮ .....	64
10	SEZNAM TABULEK .....	64
11	PŘÍLOHY .....	65
11.1	PRŮZKUM FINANČNÍ GRAMOTNOSTI .....	65
11.2	DOTAZNÍK KVALITY ŽIVOTA SEIQoL .....	67
12	ZADÁNÍ PRÁCE Z IS (EVŠKP).....	68

# 1 Úvod

V dnešní době se vystavujeme stále více stresovým situacím. Úzkost je mezi studenty vysokých škol naprosto běžnou rutinou, ať už kvůli jejich očekávání budoucnosti nebo zvládání studia. Zvyšující se inflace má největší dopad na nízkopříjmové jedince, kterými mohou být právě studenti. Pandemie covidu-19 na nějakou dobu naprosto změnila náš život a konkrétně pro studenty jejich způsob studia. S invazí na Ukrajinu vyvstává další faktor, ze kterého mohou mít lidé strach, a to blízká přítomnost válečného konfliktu. Tato bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část.

První oddíl teoretické části přibližuje lidské hodnoty, jejich definici, jaké různé typy hodnot existují, jakým způsobem se mění a jak je studium na vysoké škole dokáže měnit a přetvářet. Konkrétně jakou schopnost mají učitelé na ovlivňování vývoje hodnot u studentů. V druhé části si přiblížíme kvalitu života. Budeme rozebírat její postupný vývoj v historii, její různá vymezení a některé návrhy pro zlepšení naší kvality života. Třetí část praktické části probírá stres. Vysvětlíme si, jak stres dokážeme definovat a jak v našem těle funguje. Stres nemusí být vždy pouze negativní, ale může mít na nás i pozitivní účinky, a proto bude detailně probrán. Důležitá část kapitoly je návaznost mezi stresem, chudobou a finanční gramotností. Probereme výzkumy, které dokazovaly existenci této spojitosti a k jakým závěrům došly. Na konci kapitoly budou navrženy některé subjektivní formy zvládání stresu, které může jedinec vyzkoušet, pokud s ním má problémy. Čtvrtá část teoretické části probere různé faktory, které v současné době výrazně ovlivňují kvalitu života nejen studentů. Součástí faktorů je i změna cen a nepřímo i změna bohatství jedinců. Mezi probírané faktory patří pandemie covid-19, invaze na Ukrajinu a zvyšující se inflace. V poslední části probereme definici finanční gramotnosti a jaký význam pro nás má. Podíváme se na výsledky výzkumů, jak domácnosti v České republice nakládají s penězi. Dále si přiblížíme důležitost finančního vzdělání a bydlení. Nakonec bude vysvětleno, jak nás finanční gramotnost ovlivňuje pomocí výsledků průzkumu souvislosti mezi finanční gramotností a vycházením domácností s penězi, a následně budou navrženy některé metody pro zlepšení našeho zacházení s penězi.

V praktické části práce si přiblížíme cíle průzkumu a vybrané hypotézy, které budeme ověřovat. Porovnáme si hodnoty a spokojenost dnešních studentů a porovnáme je s minulými abychom zjistili, zda došlo k změně spokojenosti studentů a jejich důležitým hodnotám jako jsou rodina, finance a zdraví. Data, které budeme porovnávat pro kvalitu



života, jsou z let 2017, 2022 a 2023 a byly sesbírány pomocí rozhovorů s respondenty. Dále bude určen výsledek finanční gramotnosti studentů, jejich očekávání budoucí hrubé mzdy a rozdíl v tomto očekávání mezi muži a ženami. Data pro finanční gramotnost byly sesbírány pomocí papírového dotazníku rozdaného studentům v roce 2023. Tyto hypotézy budou ověřeny na základě dotazníků na kvalitu života a finanční gramotnost studentů vysokých škol. Ukážeme si, jak byly dotazníky vytvořeny, jakým způsobem probíhal výzkum a jak byla zpracována výsledná data. Tato data si pak všechna přiblížíme a některá i porovnáme. Na závěr ověříme platnost zadaných hypotéz podle statistické významnosti.

## 2 Vlastní text práce

### 2.1 Lidské hodnoty

#### 2.1.1 Vymezení hodnot

Knapík (2020, s. 11) zmiňuje, že podle Nakonečného (1995b) můžeme hodnotu brát jako koncepci dobra, které je subjektivně chápáno. Jedinec chápe jako dobré to, co je podle něj správné, užitečné a přináší uspokojení, které může být duševní nebo i smyslové. Klíčovým faktorem k výběru hodnot je složitost jejich dosáhnutí a jak příjemné pro jedince jsou. Hodnoty mohou být vytvářeny jak z krátkodobých, tak dlouhodobých zdrojů. Krátkodobým může být potřeba najít se, zatímco dlouhodobějším budou například normy vykazující určité společenské dobro.

#### 2.1.2 Klasifikace hodnot

V odborných textech se často objevují různé typy klasifikací hodnot. Najdeme v nich různorodé metodologie, kulturní, ideologické a historické vlivy, ve kterých není vždy jednoduché se orientovat. Často v těchto metodologiích můžeme vyčíst hodnoty jejich tvůrců. Okolnosti ovlivňující tento stav mohou působit samostatně, nebo i společně s dalšími. Hodnoty jedince nezůstávají stejné celý život, ale postupně se mění a přetvářejí. Kromě přijímání a opouštění hodnot je také důležité zaznamenat změnu důležitosti hodnot již existujících. Hodnoty nezávisí pouze na jedinci, ale jsou často ovlivňovány i historickou dobou a jejím duchovním, ideologickým, kulturním a politickým klimatem. „*Například před rokem 1989 se zdůrazňoval princip kolektivismu natolik, že to výrazným způsobem oslabilo význam a společenskou pozici individua. Současná doba, naopak, silně akcentuje individualitu a její jedinečnost.*“ (přeloženo autorem) (Knapík, 2020, s. 13) Dalším faktorem ovlivňujícím hodnoty je rozdílnost jednotlivých názorů, díky kterým může mít hodnota od jedné části společnosti kladné vnímání a od druhé negativní. (Knapík, 2020)

Jednou z takových klasifikací může být například šest osobnostních typů Eduarda Sprangera (1928), podle které je ke každému člověku přiřazena jedna z těchto šesti osobností a na jejich základě pak dokáže určit postoj člověka ke světu a přijímání hodnot. Mezi těchto šest osobností patří:

1. Teoretická – člověk s touto osobností rád objevuje nové věci a chce dále rozvíjet své znalosti.
2. Utilitární – tato osobnost se dá také nazvat „ekonomická“. Člověk předpokládá, že za každou akci dostane něco nazpět. Očekávání o návratu „investic“ je vyšší, čím víc tato osobnost u člověka převládá.
3. Estetická – člověka s touto osobností nejvíce zajímá rovnováha, kreativita a možnost se projevit.
4. Sociální – sociální lidé rádi pomáhají ostatním a nevdají jim rozdat část sebe ostatním. Pokud tato osobnost převládá, může se stát, že se člověk druhým začne přílišně podřizovat.
5. Individualistická – do jisté míry opak sociálního člověka. Chce být ve středu dění a místo vynakládání energie na pomoc ostatním ji využívá k protlačení vlastních názorů a postupů.
6. Tradiční – jiným názvem také „náboženská“, využívá vlastní ideály a přesvědčení k dosažení svého cíle.

Tyto osobnosti mohou být ovlivněny jak externími, tak interními faktory. Mezi ně patří například naše výchova, vzdělání či přátelé. (podle Roemeling, 2021)

### **2.1.3 Vliv vysokoškolského studia na hodnoty**

Změny studentů v průběhu studia na vysoké škole mohou být mnohé. Často na tyto změny nejsou připraveni ani samotní studenti, natož lidé v jejich okolí. Jednou zajímavou teorií, která se snaží popsat tyto základní změny studentů, je teorie Chikeringa (1969), která je i v dnešní době stále relevantní. Tato teorie se nazývá „Sedm vektorů rozvoje vysokoškolských studentů“. Tyto vektory jsou následující:

1. Rozvoj kompetencí – člověk, který očekává, že vysokoškolské studium je pouze příprava na práci, bude překvapen změnami v jeho zájmech a v osobních vztazích v důsledku jeho rozvoje. Jedná se tedy o rozvoj kompetencí sociálních i fyzických, a ne pouze intelektuálních.
2. Zvládání emocí – pro mladého člověka je důležité naučit se plně ovládat své emoce, jakými jsou například vztek a sexuální touhy. Ačkoliv se jedná o jeden z nejsložitějších vektorů na zvládnutí, je stejně důležitý jako ty ostatní.
3. Získávání autonomie – naučit se starat se sám o sebe a ne být neustále závislý na ostatních je v dospívání kriticky důležitá stránka.

4. Stanovení identity – v průběhu vysokoškolského studia si člověk začne uvědomovat, kým skutečně je a co je pro něj důležité. Zodpovězení této otázky je naprosto klíčové pro budoucí vývoj.
5. Uvolnění mezilidských vztahů – v tomto vektoru si student začne uvědomovat rozdíly v lidech a začne více přemýšlet nad tím, jaké potřeby kdo ve vztazích má. Následně dokáže o těchto rozdílech vyjednávat a využít vztahy pro vzájemný prospěch.
6. Vyjasnění cílů – u vysokoškolského studia, kdy máme již vybraný studijní obor, je důležité si vyjasnit, co opravdu plánujeme v životě dělat a jaké jsou naše celoživotní cíle.
7. Rozvoj integrity – také nazýván „rozvoj celistvosti“, pomáhá člověku smířit se s životem a naučí se žít s nejistotami.

Pro každého mohou být tyto vektory v jiné prioritě, nebo mohou již být vyřešené a vyvstává potřeba se zaměřit na další. Pro některé lidi zase může být nemožné dosáhnout kompletnosti jednoho vektoru, zatímco jiný není dokončený a brání mu. Vysokoškolské studium není jen příprava na práci, ale je nutné si uvědomit, že se jedná i o rozvoj jedince, jeho dovedností a hodnot. Tyto vektory mohou sloužit k pochopení cesty studentů na vysoké škole a tomu, jaké překážky studenti musí na cestě k dokončení studia překonávat. [16]

Knapík (2020) rozdělil vlivy vysoké školy na dvě skupiny: vliv vysokoškolských pedagogů a vliv vědomostí. Respondenti jeho výzkumu ovšem neměli žádné společné změny a nebylo tedy možné říct, že by vysokoškolské studium poznamenalo všechny studenty stejně. Často ani nebyli respondenti schopni určit, z jakého důvodu došlo ke změnám hodnot. Jako příklad udává dvě studentky, u kterých se změnil význam hodnoty vzdělání. U jedné se však zvýšil a u druhé snížil.

Vliv vysokoškolských pedagogů studenti přiznávali pouze neochotně. Jako hlavní vliv na jejich hodnoty označovali rodinu a sobě blízké, jakožto i učitele základní a střední školy, ale na vysoké škole už měli pocit dostatečného vyspění, kdy se svými hodnotami nenechají snadno manipulovat. Jediné přijímání hodnot od vysokoškolských pedagogů, které studenti přiznali, bylo implicitní předávání, které brali jako respektující jejich kritické myšlení. Cítili se jako jediní dostatečně kompetentní k tomu, aby zhodnotili podněty pedagogů, a sami si určili, zda jsou kladné nebo záporné. Někteří se cítili, že jim jako vzdělaní lidé dokázali dát nový pohled na věc. Všichni byli přesvědčení, že je tento způsob

implicitního předávání hodnot správný a cítili díky němu jistou svobodu. Pedagogové, kteří navázali mimořádně kladné vztahy se studenty, měli největší vliv na jejich hodnoty. Kladný pohled studentů byl pouze na pokusy pedagogů k upevnění již existujících hodnot, ale ne k jejich změnám. Podle jednotek respondentů byla takovým negativním příkladem víra. Jeden z nich řekl, že mu nevádí polemizovat o náboženství a porovnávat názory, ale vadí mu vnucování přesvědčení jiných, které od pedagoga pocítil. Důležité je si pamatovat, že toto je způsob, jakým si studenti interpretovali onu situaci a je nemožné přesně určit, jak vypadala. (Knapík, 2020)

Vliv vědomostí měl rozdílnou sílu na tvorbě hodnot podle oblastí, ze které pocházely. Například z pedagogiky či psychologie studenti cítili větší ovlivnění hodnot než z technologických či přírodovědných předmětů. Ačkoliv je vliv vědomostí spíše podpůrným, je stále důležitým aspektem, jelikož přispívá k chápání a třídění hodnot. Dávají nový pohled na již existující hodnoty a dovolí studentovi se nad nimi zamyslet a lépe je zhodnotit. Například ve studiu cizího jazyka studentka řekla, že získala lepší pohled do jiné kultury a lépe přijímá odlišný způsob žití ostatních lidí. Knapík jako nejdůležitější část vědomostí bere jejich roli ve vyvolání nejistoty u již existujících hodnot jedinců. Díky tomu může začít taková krize, vyvolávající strach a znepokojení, při které se dokáže jedinec zamyslet nad slabšími místy v jejich hodnotách, přetvořit je a následně je ještě více posílit. Tato krize naznačuje, že zatím neproběhlo finální ukotvení hodnot, dokonce může i naznačovat nedostatky ve výchově. Jakmile se hodnoty začnou zdát osobnější a nejsou již pouze převzaté z okolí, ať už od rodiny nebo přátel, znamená to zvládnutí krize. Vliv na hodnoty může být i takový, že je jedinec úplně vypustí po kritickém zamyšlení se nad nimi. Někdy se tyto hodnoty vrátí zpět a v tu chvíli již jsou mnohem silnější a upevněné. „Nejdůležitějším efektem zpochybňující vědomosti je skutečnost, že vytvářejí podmínky autentického života, ve kterém dospělý a svéprávný člověk žije svoje hodnoty – jde o takové hodnoty, které prošly kritickým posouzením, je s nimi ztotožněný a jeví známky integrace.“ (přeloženo autorem, Knapík, 2020)

## **2.2 Kvalita života**

### **2.2.1 Charakteristiky kvality života**

Pojem „kvalita života“ vznikl v 50. letech 20. století a od té doby se o způsobu jeho pojetí stále polemizuje. Zezačátku byl brán jako populační ukazatel a používal se tedy k průzkumu

větší skupiny jedinců, jako například obyvatel určité země. Později se začal používat pro menší skupiny jedinců, zejména takových, kteří potřebují speciální péči z medicínského a sociálního pohledu. Na začátku 90. let 20. století došlo k přesunu zájmu k individuální kvalitě života. Tento přesun se postupně realizoval ve třech fázích. Nejprve začal být větší zájem o subjektivní indikátory kvality života, tedy psychologické vnímání jedinců. Druhou fází byl přesun k jednotlivým jedincům místo zkoumání skupiny, jelikož skupinové ukazatele v sobě nedokázaly zachytit kvalitativní aspekty. Poslední fáze přešla ke zkoumání i pozitivních jevů a přestala se soustředit pouze na ty negativní. (Rybářová, Mareš, Ježek a Tůmová, 2020)

Kvalita života může být zkoumána v mnoha oblastech jako například v ekonomii, lékařství nebo psychologii. Macků (2020, s. 9) zmiňuje, že Martín & Mendoza (2013) vidí ekonomii jako klíčovou roli v kvalitě života. HDP byl používán jako ukazatel kvality života od svého zavedení ve 30. letech 20. století. Důvodem jeho dlouhého používání byla zejména jeho transparentnost a srozumitelné vymezení, které ovšem zamezovaly vzniku nového ukazatele, který by dokázal odrážet složitost lidského života mimo pouze materiální blahobyt (Mičánková, 2012). „*Hrubý domácí produkt (HDP, GDP) je součet hodnoty finálních statků a služeb vyrobených v určité zemi za jeden rok, a to bez ohledu na státní příslušnost vlastníků výrobních faktorů*“ (Soukal, 2015).

V psychologické oblasti je základem individualita jedince a jeho subjektivní prožívání radosti, štěstí, spokojenosti s vlastním životem, autonomie, well-beingu atd. Přesná definice těchto pojmů v psychologii neexistuje, ale jsou často využívány (Fařunová, 2007).

### **2.2.2 Návrhy pro zlepšení kvality života**

Podle Prokešové (2023) byla důležitost spánku a jeho pomoci s lepší kvalitou života již dobře zdokumentována, ale samotný spánkový režim zatím nebyl dostatečně prozkoumán. Prokešová se rozhodla provést výzkum českých studentů vysokých škol a zjistit, jak moc spánek ovlivňuje. Studenti často špatně spí a mají problémy s psychickým zdravím, stresem a úzkostí. Byli proto ideálními kandidáty pro tento výzkum. Výsledkem bylo zjištění, že osobní kontakt a výuka pomáhají se spokojeností v životě a kvalitní spánek je opravdu klíčový. Dále také výzkum přinesl částečné a nepřímé potvrzení důležitosti spánkového

režimu pro spokojenost s životem. Osobní studium zhoršuje kvalitu spánku, ovšem zlepšuje jeho režim.

Další cestou pro zlepšení kvality života je postarat se o své finance. Nepořádek ve financích může přinášet stres, úzkost a finanční nestabilitu. Je důležité si své náklady a výdaje pomalu projít a říct si, co je skutečně potřebné, nebo kde se dá ušetřit. Důležité je také fyzické i duševní zdraví. Pravidelné cvičení a udržování svého těla je klíčovým faktorem k lepšímu duševnímu stavu. Zdravá strava a odepření si nezdravých zlovyků může výrazně pomoci. Seberozvoj je také důležitým faktorem, protože odvádí lidi od nicnedělání, které dokáže přinášet depresi, a ještě zhorší jejich pocit nic nedělání. Najít si nový koníček, zájem, nebo prostě novou věc, kterou se naučit, může proti této prokrastinaci pomoci. Posledním návrhem je dokončování věcí. Pokud je něco třeba mít hotové, nehodí se to nechat ležet delší dobu a zbytečně to nedodělat. Bude to nakonec pouze ležet v žaludku a přinášet stále větší úzkost, která se bude časem zhoršovat. Pokud je pro někoho problém dokončovat věci, je dobré si udělat list s postupně sepsanými nedokončenými povinnostmi a dodělat je. (Furtado, 2020)

## **2.3 Stres**

### **2.3.1 Vymezení stresu**

Stres se dá pochopit jako narušení rovnováhy našeho organismu. Tuto rovnováhu můžeme nazvat termínem „homeostáza“, což vlastně znamená, že systém našeho těla je v optimální úrovni pro jeho fungování. Mezi některé tyto systémy patří například udržování teploty těla nebo hladina glukózy. Někdy ovšem je pro správnou funkčnost našich těl a dosažení optima systémů třeba tuto rovnováhu trošku pozměnit, tento proces můžeme nazvat „alostáza“. Alostáza tedy přenastavuje optimální hodnoty pro dosažení homeostázy a je využita jako reakce na určité faktory. Těmi mohou být například změna v externím prostředí jako změna počasí nebo reakce na predátora. Zároveň je možné reagovat i na interní změny v těle, jako když dostaneme nemoc. Příklady funkce alostázy v životě může být například zvýšení krevního tlaku, když vstaneme z postele, za dosažením optimálního příjmu krve do mozku. Dále se může jednat o změny metabolismu, příjmu potravy například u kojících žen (Joshi, 2007).

Důležité je si uvědomit, že stres může být jak pozitivní, tak negativní. Když slyšíme v životě někoho mluvit o stresu, pravděpodobně tím myslí stres negativní, kterému říkáme „distres“. Stres také může označovat jak pocit stresu, tak i zdroj vyvolávající tento pocit.

Distres je právě ten stres, který nás ovlivňuje negativně a může s sebou doprovázet pocity úzkosti a deprese. Pokud čelíme nějakým dlouhodobějším problémům, od kterých se nedokážeme odtrhnout, jedná se právě o distres. Naopak pozitivnímu stresu říkáme „eustres“. Ten může být hnacím pohonem k našemu úspěchu a můžeme ho cítit například před realizací nějaké situace, která nás stresuje. Jednou z nich může být chvíle před prezentováním, či nějakým naším výstupem. Důležitým rozdílem je, že eustres je oproti distresu krátkodobý (Brenkušová, 2023).

### **2.3.2 Jak nás stres ovlivňuje**

Z hlediska chování bývá reakcí na stres vyvolání „boje, nebo útěku“, zároveň to může přispět k požívání nadměrného množství jídla a alkoholu. Už jen očekávání stresové situace vyvolává úzkost a strach a naše reakce na ně je může ještě zhoršit. Jak už bylo řečeno, stres narušuje naši homeostázu vyvoláním alostáze. Ta je převážně nebezpečná při delším trvání, kdy může vést k alostatickému přetížení. V dnešní době umírá převážné množství lidí střední třídy na nemoci způsobené stářím, cukrovkou nebo srdečními onemocněními. V současnosti už dokážeme určit, jak se naše pocity a osobnost odrážejí na našich tělech a víme, že stres negativně ovlivňuje i naše fyzické zdraví. Jeho pomalé nahromadění způsobuje řadu moderních nemocí. U zvířat, která mezi sebou interagují jako predátor a kořist, se krátkodobě přizpůsobí těla a spustí se fyziologická reakce jako odpověď na nebezpečí. Toto přizpůsobení těl je v omezeném množství v pořádku, ovšem my jako lidé málokdy čelíme fyzickému nebezpečí. Jsme inteligentní a dokážeme si v hlavě představit vlastní stresové situace, jako strach, zda se nám podaří něčeho dosáhnout, nebo někde uspět. Kvůli tomu se u nás toto přizpůsobení systému děje mnohem častěji a místo aby trvalo pár minut, může trvat i pár měsíců, což nám přináší zdravotní problémy. (Joshi, 2007)

I když se to tak může zdát, alostáza není nutně negativní, ale do jisté míry je její funkce obranná a adaptivní. Jedním z mediátorů, které ovlivňuje, jsou například glukokortikoidy. Ty v našem těle pomáhají s doplněním energetických rezerv, po nějaké větší fyzické zátěži. Zároveň nám také dávají větší chuť k jídlu, a tlačí nás k fyzické aktivitě. I když mohou glukokortikoidy pomoci, když opravdu nějakou fyzickou aktivitu vykonáváme, nejsou naopak potřebné, pokud jen sedíme a kvůli zvýšené chuti si vezmeme nějaké nezdravé jídlo. Krevní tlak se nám v každém dni také mění podle potřeby, aby zajistil optimální průtok krve tělem. I když je tato funkce opět dobrá, ve vyšší míře při častějším zvyšování tlaku působí tato funkce na naše tělo negativně. Zda je situace stresová nám



vyhodnotí náš nervový systém. Automatický nervový systém pomocí adrenalinu a glukokortikoidů nám také pomáhá se zapamatováním si událostí, které v nás stres vyvolaly a byl tedy vyhodnocen, jako potenciálně nebezpečný. Dlouhodobé vystavení mozku vyšší hladině glukokortikoidů a způsobená zátěž mohou způsobit poškození paměti, kvůli atrofii mozkových buněk a smrti neuronů. (Joshi, 2007)

Brenkušová (2023) zmiňuje tři obecné fáze stresu popsané kanadským biologem Hansem Selyem.

1. Fáze poplachu – jedná se o první reakci lidského těla na stresovou situaci. Tělo vypustí stresové hormony, zvyšují krevní tlak a srdeční tep. Tato fáze trvá přibližně hodinu a měla by být krátkodobá.
2. Fáze odolnosti – pokud stres již přestává být krátkodobý a trvá déle, nastane fáze odolnosti. V té se tělo začíná přizpůsobovat stresové situaci, která déle přetrvává, a snaží se nehlédě na ni obnovit homeostázu.
3. Fáze vyčerpání – jakmile je stresová situace příliš dlouhá a lidská těla nedokáží přetrvat, přichází fáze vyčerpání. Tato fáze může být nebezpečná, jelikož oslabuje imunitní systém. Z tohoto důvodu pak může dojít k vyšší šanci příchodu dalších onemocnění, jakými jsou například deprese, srdeční choroby či cukrovka.

Ačkoliv stres může jinak ovlivňovat každého z nás, uvědomění si těchto fází může být jednou z cest k jeho lepšímu pochopení a ovládnutí.

V dnešní době jsou srdeční onemocnění u mladých lidí stále častější. Při zjišťování důvodu pro tento zvýšený výskyt je stále ukazováno na moderní dobu, životní styl a stresové faktory ovlivňující mladé lidi. Stres dává příliš velkou zátěž na lidská srdce, cévy a ledviny. Pokud trpí člověk stresem a úzkostí déle, začne se celý tento systém opotřebovávat. Může dojít dokonce i k zjizvení arterií. Časem se může vytvářet v arteriích plak, který zabrání dostatečnému proudění krve a okysličení. V takovém případě mohou nastat značné bolesti a je třeba chirurgický zákrok jménem by-pass. Pokud se pak tento plak nahromadí v arteriích proudících do mozku, může člověk dostat i mrtvici. Pokud je systém lidského těla nějak poškozený, bude pravděpodobně vysoce náchylný na stresové faktory a s každým dalším bude stále zranitelnější. Ty se můžou postupně akumulovat, až „vybouchnou“ a mohou vést až třeba k infarktu. Infarkt ale nemusí přijít pouze z negativních emocí. Jak už dříve bylo zmíněno, stres může být způsoben i pozitivní emocí a narušit naši homeostázu. Pokud u člověka existuje náchylnost k stresovým situacím a něco takovému člověku udělá přílišnou

radost, začne rychleji bušit srdce, může dostat infarkt stejně jako ze situace distresové. Hlavním faktorem tedy není, jak moc negativní emoce je, ale jak moc je narušená rovnováha našeho systému. (Joshi, 2007)

Stres v našem těle může vyvolat mnohé reakce, které by nás vůbec nenapadly a může mít mnoho podob. Lidé si často uvědomí existenci stresové situace, pokud jim nastanou problémy s dýcháním, kdy se změní frekvence či rychlost. Dalším průkazem stresu bývá zrychlený tep, který s dýcháním přímo souvisí. Z dlouhodobějších důsledků stresu můžeme vyzorovat žaludeční potíže, bolesti hlavy nebo dokonce i různé kožní problémy od akné po ekzém. (Brenkušová, 2023) Tyto projevy jsou dalším důkazem spojení našeho mentálního stavu s fyzickým stavem. Na základě těchto autorů je možné říct, že pocity mají přímý vliv na lidské tělo a je důležité brát psychohygienu na stejnou váhu, jako starání se o tělo z fyzické stránky.

Funkce stresu v moderní době je vlastně ironická, protože naprosto neodpovídá jeho původnímu vývinu v přírodních podmínkách. Už nečekáme napadení predátorem z křoví, ale obáváme se pozdního příchodu do práce, nedostatku peněz či teroristického útoku. Stres vede k napnutí svalů, rozbušení srdce a nižšímu vnímání bolesti, ovšem v dnešní době nám jsou tyto aspekty k ničemu, když se vyvolají, zatímco sedíme na gauči. Důležité je poznamenat, že není cílem se zbavit stresu, ale naučit se s ním žít v míru. U stresových situacích dochází k produkování noradrenalinu, který pomáhá s uchováním vzpomínek a vylepšením nálady. (Joshi, 2007)

### **2.3.3 Finance a stres**

Příslloví „Zdraví v chudobě, neduhy v bohatství“ jasně říká, že chudí zdraví lidé se na tom mají lépe než bohatí lidé, kteří nedělají nic jiného než hromadění majetku. Bohatství jim tedy podle přísloví dává pouze problémy, je tomu ale tak? Výzkum, jak velkou influenci má chudoba na stres a zdraví, může být poněkud složitý. Pokud onen výzkum provádíme v chudší zemi, jako třeba Indii, dostávají se nám do výsledků i vedlejší faktory, které ho mohou zásadně ovlivnit. Těmito faktory mohou být například záplavy, nemoci v rodině nebo špatné pracovní podmínky. Jedná se tedy o faktory, které nemůže daná osoba ovlivnit. Proto na ně zároveň nefungují základní způsoby zvládnutí stresu. Místo, kde ovšem můžeme zkoumat účinky chudoby, je USA. Ačkoliv jsou USA známy bohatstvím a pokrokovými technologiemi, chudoba je na tomto místě stále relativně častá. Chudí zde ovšem mají nárok

na některé základní potřeby a netrpí normálně hladem a vážnější nemoci jsou u nich řešeny. (Joshi, 2007)

Chudí lidé podle výzkumů mají větší šanci onemocnět vážnými nemocemi jako například rakovinou než lidé bohatí. Pokud máme bohatého a chudého člověka, kteří oba kouří, pijí alkohol a užívají drogy, chudý má větší šanci onemocnět. Podle různých výzkumů to ovšem není způsobeno lepší životosprávou, cvičením ani zdravotní péčí. Existuje několik teorií, proč tomu tak je. Nejčastěji se důvod připisuje právě stresu. Chudý člověk nemůže například zařídit péči pro svoje děti či staré rodiče a má větší rodinné závazky. Výzkumy byly často prováděny v minoritních čtvrtích. V těch je část úmrtnost na velmi vysoké úrovni, ale není to převážně z důvodu střelby či předávkování drogami. „*Důvodem jsou chronická onemocnění – hlavně choroby dospělých, které nebývají způsobeny viry, bakteriemi ani jinými infekcemi, ale jimž dominují infarkty, cukrovka, nemoci jater, vysoký krevní tlak a určité druhy rakoviny*“ (Joshi, 2007). Podle výsledků těchto výzkumů je úmrtnost kojenců černošských obyvatel ve Westchester County třikrát větší oproti zbytku USA. Pro černého jedince do věku 45 let, žijícího v centru Detroitu, Wattsu či Harlemu, je úmrtnost totožná s bílým jedincem do věku 65 let ve zbytku USA. Z většiny se zde nejedná o úmrtí násilím, ale právě příčinou nemocí. Každý třetí obyvatel Harlemu trpí vysokým tlakem. Podle výzkumu z roku 1990 v Harlemu je mezi černošským obyvatelstvem úmrtnost na rakovinu a choroby srdce tak vysoká, že dožití 65 let je nižší než mezi muži v Bangladéši. Existuje ještě druhé možné vysvětlení tohoto dožití, které se na celou věc dívá z pohledu materiálních nevýhod. Podle těchto výzkumů je důvodem vyšší výskyt barů a nižší výskyt supermarketů v chudých čtvrtích než v těch bohatých. (Joshi, 2007)

Podle Kunertové (2023) má v poslední době neustálé zvyšování cen negativní dopad nejen na finance, ale také na zdraví. Ačkoliv stres může být prospěšný, jeho delší účinek může být nebezpečný. Při zdražování a nedostatku financí může tento stres přetrvávat delší dobu a vyvolávat negativní účinky na naše zdraví jako například zhoršení spánku, únava, podrážděnost nebo dokonce i snížený příjem jídla a tekutin z důvodu nechutě. Zároveň bývají časté bolesti hlavy či zad, problémy se zažíváním a zvyšující se krevní tlak. Stres nás poté může dovést i ke špatným rozhodnutím v naší životosprávě jako přehnané požívání jídla, alkoholu a drog. Lidé by v těchto případech se měli nad sebou zamyslet a říct si, jaké problémy přesně mají, aby s nimi mohli bojovat. Cvičení, nebo nějaká jiná forma pohybu, a vyvážená strava mohou v takové situaci pomoci. Důležité je nebát se pomoci ostatních, ani vyhledání té profesionální, a nečekat tak dlouho, že už bude pozdě. Pokud jde o stresor

financí, zde je třeba okamžitě jednat a nečekat jen na zázračné zlepšení situace. Je třeba si projít svůj rozpočet a říct si, na čem může člověk ušetřit, případně požádat o pomoc finančního poradce.

### **2.3.4 Návrhy pro zvládání stresu**

Již bylo zmíněno, jak stres připravuje tělo na fyzickou aktivitu, za předpokladu, že chceme například utéct před predátorem. I když většinou nezažijeme přesně tuto situaci, první možnost zvládání stresu na ni přímo odpovídá. Fyzická aktivita, tedy cvičení, pomáhá s utlumením stresu. Pokud cvičíme pravidelně, negativní stresové účinky jsou sníženy a zlepši se schopnost těla se ubránit infekcím. Cvičení dokáže tělo připravit na budoucí stresové situace, ale také funguje jako obrana proti depresi. Mezi vhodná cvičení pro zmírnění stresu patří například procházka rychlým krokem, běh na místě, krátké energické cviky a obecně zatěžování svalů na nohou. Masáže mohou také pomoci se snížením náchylnosti na stres a depresi, zmírňují bolest a zlepšují spánek. Další pomůcka, kterou je možné využít bez zvednutí ze židle, je dýchání. Hluboké nadechnutí a vydechnutí pomůže se strachem a podle studie zrychlovalo snížení krevního tlaku na optimální úroveň po stresové situaci. (Joshi, 2007)

Někdy je důležité se zamyslet, zda se příčina stresu nenachází přímo v nás samotných. Pokud nám dojde, že se zde problém vyskytuje, je třeba se ho nebát a neutíkat před ním, ale jít mu naproti a snažit se ho vyřešit. Nejčastější formou stresu, která se nachází přímo v nás, je naše vlastní přílišné řešení situací kolem nás. Je možné, že zbytečně nad něčím přemýšlíme a zveličíme si to v hlavě, i když se nemusí nutně jednat o tak závažný problém. [4]

Při využití psychologických technik, je důležité mít na paměti, že fungují pro každého jinak, mohou být těžší na využití a musíme využít správnou techniku, pro správnou situaci. I když jsou tyto techniky často propagovány, pro obyčejného člověka je není snadné v jedné chvíli využít. Jedná se tedy o techniky sebeovládání a rozpoznání osobních pocitů a následně jejich ovlivnění. Základem tedy je nějaké tyto techniky využít a vyzkoušet, případně si podle tipů najít svoje. Pokud někdo prodává techniku jako lék na depresi, je důležité si uvědomit, že na nás nemusí fungovat. Prvním tipem je mít nějaký aktivní koníček, tedy koníček, kde jedinec opravdu něco dělá a nesedí u televize. Může se jednat o sport, chůzi venku, kreslení, vytváření hudby a mnoho dalších. Je důležité si najít to, co bude bavit právě vás. Doporučené také je mít tento zájem jako druh snížení stresu pro sebe a nezatěžovat

s ním sobě blízké. V případě, že je naše situace naprosto bezvýchoďná a stresový faktor je příliš velký jako například smrt v rodině, popřít existenci této situace může být jediným způsobem, jak si ponechat zdravý rozum. Pokud naše situace není otázkou života a smrti, je lepší si ale udržovat v rovnováze optimismus, ale i připustit možnost, že nemusí vše dopadnout tak, jak chceme. Někteří lidé dokážou se stresem bojovat. Tito lidé jsou vyrovnaní, zbytečně se nesnaží změnit věci, které změnit nejdou, a hledají cesty k vyřešení budoucích stresových okamžiků. Pokud si budeme celý život nalhávat, jak se stane zázrak a naše problémy se vyřeší, tak si jen stavíme stále více pilířů pro akumulaci stresu v budoucnosti. Sociální interakce, především interakce s přáteli, jsou také pozitivní pro zvládání stresu. Ačkoliv v dnešní společnosti jsme více individuální, nedá se zapřít evoluce lidí jako sociálních bytostí schopných žít ve společnosti. Je také důležité nepropadnout začarovaným myšlenkovým kruhům, kdy naše negativní myšlenky se nám stále honí v hlavě a nedokážeme se od nich odvrátit. V takovém případě je potřeba takový kruh narušit, například vzpomenutím si a zamyšlením se nad něčím naprosto jiným, co u nás může spustit nový myšlenkový cyklus. Je důležité zmínit, že to, co naše myšlenky bude pozitivním způsobem ovlivňovat, je naprosto individuální. Posledním možným způsobem využitím psychologických technik je také meditace. Tu můžeme vyvolat pomocí soustředění se na svůj dech a ignorování plynoucích myšlenek. O tom, jak nás meditace ovlivňuje, je ovšem pouze málo studií. (Joshi, 2007)

V neposlední řadě jsou důležité také naše smysly. I když je nedokážeme často přímo ovládat, dokážeme ovládat to, co je u nás aktivuje. Stejně jako u předchozích psychologických technik je tedy třeba se do jisté míry znát a vědět, co na nás působí a co ne. Hudba může ovlivňovat naše smysly, podle toho, jaký si vybereme žánr. Je třeba ale nezapomenout na rytmus, který je úplně stejně podstatný. Rychlý rytmus nás nabudí a naplní energií, zatímco pomalý rytmus nás uklidní a relaxuje. (Joshi, 2007)

Hubáčková (2003) se ve své knize o zvládání stresu zabývá převážně obchodníky, ale její tipy jsou užitečné i pro stresory z jiných situací. Prvním tipem je dopřát si dostatečný spánek. I když ve stresu mohou mít lidé problém usnout, nedostatek spánku nám může stres ještě zhoršit. Abychom zvýšili šanci na dobrý spánek, je doporučeno mít přibližnou teplotu v místnosti osmnáct stupňů, nedávat si pár hodin před spaním kávu, čaj, nekouřit a ani nepožívat alkohol. Teplá koupel nás dokáže také uklidnit a připravit na noc plnou spánku. Dále je třeba být schopný opravdu odpočívat. Pouhé posezení u televize nemusí vždy být nejlepším odpočinkem. Pokud máte práci, která je spíš sedavá a nekomunikujete moc

s lidmi, tak nějaký sociální kontakt může být pro odpočinek lepší. Naopak po práci s lidmi je čas pro sebe to nejlepší. Důležité je, abyste se doma opravdu cítili dobře. Na toto téma navazuje odpočinek při dovolené. Je doporučeno nebýt pouze doma, protože domov nám bude stále připomínat od jisté míry práci. Tu bychom měli z naší hlavy dostat a při dovolené nad ní nepřemýšlet. Je také důležité si promyslet, s kým a kam bychom chtěli jet. Opět pro nás může být odpočinek při dovolené užitečný na základě formy naší práce, tedy zda jednáme v práci s lidmi, nebo ne. Pokud ano, poklidná dovolená může být nejlepší volbou. Pokud ovšem nemáme zrovna dovolenou a přicházíme z práce, může nám doma značně zlepšit náladu domácí mazlíček. Pokud žijeme sami, domácí mazlíček může být někdo, kdo se na nás celý den těší, a nemůže se dočkat, až přijdeme domů. Pokud si vybereme jako domácího mazlíčka psa, procházky s ním nám mohou pomoci ke zdravému životnímu stylu a se socializací s ostatními vlastníky psů, se kterými se setkáme.

V dnešní moderní době je nedostatek času častým stresem. I když jsou lidé, kteří pod tlakem stresu dokážou odvést nejlepší práci, nefungují tak všichni. V takovém případě je třeba si začít svůj čas lépe organizovat, nejlépe sepsáním našich úkolů, co nás čekají a jejich seřazení podle důležitosti. Zjistíme, že přes den děláme řadu nedůležitých věcí, a můžeme je vyměnit za ty podstatnější. Tato metoda pomůže i s odkládáním věcí na někdy později. Někdy ovšem opravdu čas nemáme. Může to být také tím, že neumíme říkat „ne“. Pokud stále přikyvujeme všem a pomáháme se vším, nezůstane nám žádný čas pro nás. Ideálním je mít nějaký kompromis, nebo se naučit, kdy už nemůžeme nabídnout další pomoc. Pokud vždy řekneme „ano“, lidé si na to zvyknou a budou dále chodit za námi. Pokud máme problém říct „ne“, pomůže se ho učit nejprve na méně podstatných žádostech a postupně ho aplikovat i na ty důležitější. (Hubáčková, 2003)

Nebezpečným může být syndrom vyhoření. Často se objeví u lidí, kteří mají práci plnou sociálních interakcí. Syndrom vyhoření sníží náš pracovní výkon, přináší s sebou deprese, snížení morálky a pocit lhostejnosti jak ke klientům, tak k práci. Prevencí může být nějaká změna, ať už vyzdobení kanceláře, tak i třeba účast na nějakých školeních v práci. Je třeba se bránit pomocí dostatečného odpočinku a volného času. Jako vždy je nejdůležitější prevence, protože řešení po získání tohoto syndromu, či jiných onemocnění souvisejících se stresem jako cukrovky, je vždy složitější než jejich prevence. (Hubáčková, 2003) Syndrom vyhoření se také nejčastěji objevuje právě u lidí, kteří jsou v jejich osobním životě, většinou v práci, vystavováni nějakému druhu osobního hodnocení. Tito lidé pak často trpí chronickým stresem z důvodu přílišného vyčerpání a únavy. Lidé trpící tímto syndromem

často také trpí sníženou sebedůvěrou, jelikož už si nevěří, zda jsou dostateční pro jejich vyhodnocení. (Krčová, 2022)

Pokud nám všechny návrhy selžou a nevíme si rady, je třeba se nebát odborné pomoci. Psychologové nám mohou pomoci utřídit si své myšlenky, poradit s tím, co opravdu cítíme, a poradit s možnými způsoby postupu pro řešení našich pocitů. Zatímco v USA je mít vlastního psychologa ukázkou jisté prestiže, u nás v České republice se za ně lidé stále můžou stydět. Důvodů, proč si lidé psychologa nechtějí najít, může být mnoho. Někteří lidé si myslí, že psychologové jsou příliš drazí. V České republice lze najít psychology, kteří mají smlouvu se zdravotními pojišťovkami a ty mohou hradit naši návštěvu u psychologa. Pokud chceme, aby nám psycholog pomohl, tak je to stejné jako s doktorem, tedy měli bychom se nebát říci mu co nejvíce o našem problému. Informace poskytnuté psychologům jsou vázány lékařstvím tajemstvím a psycholog je tedy nesmí dále šířit. Měli bychom si ale také pamatovat, že pokud nějaké informace psychologovi poskytnout nechceme, tak nemusíme. Důležité ovšem je vyhledat odbornou pomoc včas. Jako vždy, prevence je jednodušší než řešení již vytvořeného problému. Neměli bychom tedy nechávat vyhledání psychologa až do doby, kdy už se zhroutíme, nebo se nám vytvoří nějaké závažnější a hůř řešitelné potíže. (Hubáčková, 2003)

## **2.4 Klíčové faktory ovlivňující kvalitu života**

### **2.4.1 Pandemie covidu-19**

SARS-CoV-2 (dále covid-19) je onemocnění dýchacích cest, jehož rozšíření bylo 11. března 2020 označeno světovou zdravotnickou organizací (WHO) jako pandemie. Mezi nejčastější příznaky patří například horečka, kašel, bolest v krku, slabost nebo změna chuti a čichu. Někteří jedinci mohou být naprosto bezpříznakoví. Stav onemocněného se může rychle změnit k horšímu a může potřebovat lékařskou péči, v některých případech i intenzivní. Ani po uzdravení nemusí být pacient naprosto v původním stavu, kvůli postcovidovému syndromu. Ti, kteří tento syndrom mají, mohou pocítit snížení čichu a chuti, slabost či únavu. Onemocnění covid-19 se šíří pomocí částic uvolňovaných do vzduchu při dýchání či mluvení. Je možné nemoc rozšiřovat ještě před tím, než se objeví první příznaky. Největší ohrožení hrozí především starším lidem, či lidem s dalšími zdravotními potížemi. „Dne 4. května 2023 generální ředitel WHO rozhodl, že onemocnění covid-19 již nepředstavuje stav ohrožení veřejného zdraví mezinárodního významu. Zdůraznil, že ačkoli imunita

*obyvatelstva je vyšší a míra hospitalizace a úmrtnost jsou nižší, stále přetrvávají nejasnosti ohledně toho, jak se virus SARS-CoV-2 může vyvíjet.*“ [8]

Podle ministerstva zdravotnictví české republiky (MZCR) byly první případy nakažených covidem-19 identifikovány 1. března 2020. První opatření byla přijata 3. března 2020 a nouzový stav byl vyhlášen 12. března 2020 s trváním do 17. května 2020. Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD) varuje před následky na duševním zdraví. Vláda začala s výzkumem dopadů na duševní zdraví a nabídla různá doporučení. Podle výzkumu u dospělých jedinců stoupla deprese až 3x, nebezpečí sebevražd také 3x a úzkostí 2x. Dochází také k častějšímu výskytu nadměrnému požití alkoholu. Obsahem výzkumu také byla analýza krizových telefonických linek, které podle výsledků fungovaly, jak mají, tedy snižovaly následky psychických dopadů pandemie, převážně pro seniory, lidi sociálně izolované a lidi s fyzickými či duševními onemocněními. Docházelo k vyčerpání krizových telefonických linek a bylo třeba přijímat více pracovníků. Další kategorií výzkumu byli děti a mladiství. Bylo zjištěno, že se 10 000 dětí ani nezapojuje do distanční výuky a jejich rozvoj tím může být značně ohrožen. Mezi další negativní faktory patří narušení životního stylu, například nedostatek osobního prostoru, málo pohybu a změny spánkového režimu. Byl nalezen nárůst hovorů na krizovou telefonickou linku hlásících domácí násilí o 30 %. [23]

Po zhodnocení získaných dat bylo třeba vymyslet a realizovat některá opatření. První bylo přijetí nových pracovníků pro krizové telefonické linky kvůli jejich zvýšenému vyčerpání a vytvoření linek zaměřených na specifické skupiny lidí jako například pro pracovníky v oblasti zdravotnictví nebo přímo pro pacienty. Ministerstvo zdravotnictví České republiky také začalo na svém webu vydávat informace a pomocné zdroje k duševnímu zdraví. Dále také vývoj mobilních aplikací a vytvoření dobrovolnických projektů. [23]

Posledním provedeným krokem bylo vymyslet aktivní prevence proti budoucímu vývoji. Tyto prevence tedy nejsou odpovědí na žádnou konkrétní událost, ale má za cíl předejít budoucímu negativním vývoji. Jednou z těchto prevencí je plán zapojit více občanů a být schopnější rychle mobilizovat zdroje, mít komplexní internetové informační centrum, kde mohou být občané schopni najít všechny informace najednou, aniž by bylo třeba hledat na více místech, obecně posílit krizové telefonické linky, převážně ty zaměřené na děti, zlepšit dostupnost psychologických služeb a mnohé další. [23]



## 2.4.2 Invaze na Ukrajinu

Podle portálu Novinky došlo k invazi Ukrajiny 24. února 2022. O možné invazi se již polemizovalo týdny předem. I když Rusko očekávalo rychlé ovládnutí Ukrajiny, z invaze se stala stále probíhající válka, která stála životy desetitisíce civilistů i vojáků a měla ničivý dopad na ekonomiku. Mezi dopady na Českou republiku patří vysoký příliv uprchlíků, kteří si nyní museli najít, kde budou bydlet, a navýšení cen energií. [27]

Invaze Ukrajiny vedená Ruskou federací měla mnoho následků po světě, ale převážně v Evropě. Z ekonomického pohledu přinesla navýšení inflace, zvýšení cen plynu a v důsledku také energií. Invaze přišla v době, kdy ekonomický vývoj zemí byl ještě stále otřesený pandemií covid-19 a došlo k další brzdě jeho obnovení. Dopady byly celosvětové, došlo ke zvýšení cen komodit a narušení dodavatelských řetězců. [13]

Podle webových stránek Rady Evropské unie má Ukrajina jednu z nejproduktivnějších zemědělských oblastí a také vyvází velké množství zemědělských produktů. Po začátku invaze došlo k výraznému snížení vývozu těchto produktů. Mezi roky 2022 a 2023 se snížila produkce obilovin na Ukrajině o 29 %. Černomořské přístavy byly blokovány ruskou armádou a vývoz se stal mnohem složitější. Kvůli válce také bylo možné oset o 22 % méně zemědělské plochy, než by normálně bylo možné. Ukrajina vyvází převážně do chudších zemí, převážně těch afrických a asijských. Kvůli snížení vývozu tedy dochází k zhoršování potravinářské krize. [22]

## 2.4.3 Zvyšující se inflace

Inflace je jedním z nejčastějších finančních pojmů, se kterými se můžeme setkat, díky jejímu častému výskytu v médiích anebo ve smlouvách. Jedná se o jeden z nezákladnějších ekonomických ukazatelů, patřící konkrétně mezi ukazatele makroekonomické. Kvůli tomu je také patřičně hlídán, i když jeho interpretace není vždy úplně správná. Nejjednodušším vysvětlením je, že inflace znamená znehodnocení peněz. „*Fenomén inflace je v dnešní době definován i přijímán jako všeobecný nárůst cen zboží a služeb během delšího období, který vede k poklesu hodnoty peněz, a tudíž i k poklesu jejich kupní síly.*“ (Círus a Círus, 2016)

Průměrná inflace v roce 2022 dosáhla 15,1 %, čímž se dostala na druhé místo v historii České republiky. První místo zabírá rok 1993 s inflací 20,8 %. Většího nárůstu došlo u zboží, které úhrnem dosáhly 16,8 % a menšího služby s nárůstem 12,3 %. [5]

Důležité je také zmínit rozdíl mezi průměrnou inflací a meziroční inflací. Zatímco průměrná inflace porovnává průměrnou inflaci roku s jiným rokem, meziroční inflace porovnává cenovou hladinu měsíce se stejným měsícem předcházejícího roku, tedy za posledních 12 měsíců. (Soukal, 2015)

Země východní Evropy jako například Litva, Polsko, ale i Česko se postavily proti epidemii covidu-19 navýšením platů o více jak desetinu. Kvůli zavřeným obchodům byly peníze převážně na účtech lidí a později to přivedlo obchodníky k zdražení na úroveň Západu. K největšímu zdražení patřily převážně oděvy, obuv a restaurace, ve kterých Česká republika byla ve vedení největšího zdražení oproti zbytku Evropy. (Holub, 2022)

Pokud nás zajímá vývoj inflace v eurozóně, je třeba použít harmonizovanou míru inflace, která v sobě obsahuje všechny části výdajů domácností na spotřebu. I když složení těchto spotřebitelských košů pro výpočet může být jiné v každé zemi, je stále nutnost využívat sjednocený postup, aby data byla srovnatelná v celé EU. Cíl pro tuto inflaci je stanoven Evropskou centrální bankou a je 2 %. Většinový počet zemí měnové unie se ovšem dostává nad tuto hodnotu. Pokud je inflace vysoká, stává se tím automaticky nestabilní a je těžší předpovědět její vývoj. Vede k zvýšení nominálních úrokových sazeb a snižování hodnoty úspor i příjmů, což negativně ovlivňuje subjekty, kteří nemají možnost ochránit kupní sílu svých prostředků. Kvůli vysokým úrokovým sazbám vzniká preference krátkodobého rizikového kapitálu, který přináší další negativní účinky. (Spěváček, Vintrová, Zamrazilová a Žďárek, 2007)

## **2.5 Finanční gramotnost u mladých lidí v současnosti**

### **2.5.1 Význam finanční gramotnosti**

Finanční gramotnost pomáhá s porozuměním fungování peněz, plánování osobního nebo rodinného rozpočtu a aklimatizováním se k měnící se situaci na trhu. Martin Beneš (2021) definuje finanční gramotnost následovně: „*Finanční gramotnost můžeme definovat jako soubor znalostí, dovedností a postojů nezbytných k dosažení finanční prosperity prostřednictvím zodpovědného finančního rozhodování.*“ Finanční gramotnost má tři úrovně, které definuje OECD (Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj). Ty jsou rozděleny podle složitosti využití. Zatímco u 1. úrovně není potřeba využít příliš matematiky, u 2. úrovně už je třeba pracovat s finanční gramotností v souvislostech. První

dvě úrovně finanční gramotnosti se můžeme naučit ve škole. Třetí úroveň už je pro použití přímo v životě, a je tedy nejsložitější. U ní je důležité už mít zkušenosti a jistý „cit“ pro pracování s informacemi a financemi a na jejich základě se rozhodnout o postupu řešení. (Beneš, 2021)

Být finančně gramotný znamená být si vědomí svých financí a našeho nakládání s nimi. Nemusíme tedy být odborníky, abychom se finančně gramotnými stali. V případě, že máme problém si dovolit naše zájmy, dokážeme sotva pokrýt výplatou životně nezbytné náklady a nenecháváme si žádné peníze stranou v rezervách nebo spořicích či investičních prostředcích, dostáváme jasné upozornění, že je třeba se zamyslet nad naší finanční gramotností. (Beneš, 2021)

V lednu roku 2020 proběhlo měření finanční gramotnosti dospělých českých obyvatel Ministerstvem financí. Výzkum byl zaměřený na domácí rozpočet a finanční rezervy. V něm nejen komentuje aktuální hodnoty, ale také je porovnává s těmi historickými. Domácí rozpočet si vytváří pouze 43 % domácností. Zbýlých 57 % si ho nevytváří z 58 %, protože jim to přijde nepotřebné, z 19 % se jim nechce, z 10 % je nenapadlo si ho sestavovat a 2 % nevědí, jak to udělat. *„Rozpočet sestavují ženy, lidé starší 60 let, a osoby chovající se ekonomicky velmi zodpovědně. Rozpočet naopak zpravidla nesestavují muži, lidé mladší 30 let, vícečlenné domácnosti a osoby s nízkou mírou ekonomické zodpovědnosti.“* [18] Oproti roku 2015 můžeme pozorovat větší využívání finančních produktů lidmi stanovujícími si své finanční cíle. Zatímco v roce 2015 spořilo pouze 35 %, v roce 2020 to již bylo 69 %. U těchto lidí také došlo k podobnému navýšení ve stanovení jasného finančního plánu a omezení výdajů. Finanční rezervy jsou peníze, které si dáváme stranou pro nenadálé či vyšší plánované náklady. Doporučená rezerva, co by domácnosti měly mít k dispozici, je ve výši třech až šesti měsíčních příjmů. Jsou rozděleny do tří skupin podle délky jejich shromažďování.

- Krátkodobé rezervy – mohou nás zabezpečit, pokud přijdeme o zaměstnání, nebo přijde nečekaný náklad, jako například porucha elektrického spotřebiče, či nějaký nedoplatek. Peníze by měly být likvidní a nerizikové. Ideální je například spořicí účet. V době pandemie se jednalo o důležitou rezervu.
- Střednědobé rezervy – financují nepravidelné výdaje, které plánujeme do budoucna. Tyto rezervy jsou na věci, které si plánujeme koupit, ale potřebujeme na ně ušetřit. Mezi ně patří převážně požitky jako například dovolená nebo nové auto.

- Dlouhodobé rezervy – je vytvářena na desítky let dopředu, za účelem financování například našeho starobního důchodu, nebo potomka.

U rodin, které si vytváří rezervy, se v posledních deseti letech značně zvýšila popularita spořicíh účtů. V roce 2010 je používalo 9 % rodin, v roce 2015 18 % a v roce 2020 31 %. U těchto rodin je od roku 2020 spořicí účet už používán na ukládání peněz častěji než účet běžný. Rodiny nevytvářející rezervy dávají za vinu převážně nízký příjem. [18]

V roce 2020 dokáže 62 % rodin zaplatit neočekávaný výdaj rovnající se měsíčnímu příjmu. Oproti roku 2015 se jedná o nárůst z 55 %. Potřebu zadlužit se kvůli neočekávaným výdajům pociťují převážně mladí lidé, lidé s nižší finanční gramotností, nízkým příjmem a žijící sami. Pokud bychom nedokázali pokrýt životní náklady, 71 % lidí by snížilo výdaje a 50 % by vytáhlo peníze z rezerv. V lednu 2022 by 50 % domácností zvládlo pokrýt své životní náklady po dobu přesahující tři měsíce a 27 % přesahující šest měsíců. Na druhé straně 16 % lidí by nedokázalo uhradit své životní náklady ani měsíc. Procento lidí schopných pokrýt jejich výdaje na dobu delší šesti měsíců se zvýšilo z 22 % v roce 2010 na 27 % v roce 2020. Z nich jsou většina lidé mladí, s nižším vzděláním, méně finančně gramotných anebo nízkopříjmových. V České republice se více spoří, než investuje. Lidí, kteří v posledním roce investovali do akcií či podílových listů, bylo pouze 5 %, ale lidí využívajících stavební spoření či spoření na bankovních účtech bylo 75 %. Pokud jde o jistotu zabezpečení lidí do důchodu, očekávání jsou rozdělena přibližně v polovině. První čtvrtina si myslí, že jsou do důchodu finančně zabezpečeni, druhá čtvrtina si myslí, že nejsou, třetí čtvrtina má neutrální očekávání a poslední čtvrtina neví, nebo neplánuje do důchodu vůbec jít. Ti, kteří si nejsou jistí, jsou převážně mladí lidé, ženy, nízkopříjmoví jedinci a nezaměstnaní. [18]

### **2.5.2 Finanční vzdělávání v ČR**

Alena Opletalová (2014) se ve svém výzkumu snažila dokázat důležitost výuky finanční gramotnosti na základních a středních školách jako způsob předejetí zvyšujícím se dluhům domácností nejen v České republice, ale po celém světě. Z výsledků byl zjištěno, že pro potřeby dospělého člověka není finanční gramotnost vysokoškolských studentů dostatečná. Přibližně 50 % celé finanční gramotnosti respondenti získali z jiných zdrojů než z výuky ve škole, přitom 67 % respondentů argumentovalo, že finanční gramotnost je důležitá pro jejich budoucnost. I když je finanční gramotnost od 1. září 2013 povinně obsažena v různých

předmětech v našem vzdělávacím systému, je třeba přidat předměty zaměřené přímo na problematiku finanční gramotnosti, protože momentálně je převážně obsažena jako část ostatních předmětů jako například v matematice a občanské výchově, a v těchto předmětech na ni není nakládán dostatečný důraz. Jedním z důvodů, proč není kladen dostatečný důraz, je zaplněnost předmětů již existujícím studiem, a tedy nedostatek času se zaměřit na finanční gramotnost. Podle výzkumu 89 % škol nemá separátní předmět finanční gramotnosti a pouze učí její části jako doplněk ostatních předmětů. Na závěr výzkumu je zdůrazněna důležitost finanční gramotnosti jako protipatření negativního vývoje ve společnosti, zlepšení osobních a rodinných financí a snížení šanci bankrotu.

### **2.5.3 Problematika řešení bydlení**

V našem životě je otázka bydlení jedna z těch hlavních, se kterými se setkáme. V případě, že nemáme bohatého rodinného příslušníka, pro nás tato otázka může být složitější. V dnešní době je řešení tohoto problému naprosto jiné než před dvaceti lety, a spadá právě na nás. Základními dvěma možnostmi je buď bydlet ve vlastní nemovitosti, nebo si něco pronajmout. (Bárta, 2014)

Bydlení můžeme v jeho nejzákladnější podstatě pochopit jako sociální proces, ve kterém probíhá sociální rozvoj lidí. Tam, kde bydlíme, strávíme až 75 % našeho života. Bydlení je pro nás důležité jako místo, ve kterém děláme, co chceme, a jsme v něm se členy naší rodiny. Bývá hodnoceno velmi vysoko v hodnotové hierarchii člověka a dodává nám pocit bezpečí, jistoty a svobody. V dnešní době, kdy je stále populárnější práce z domu, stoupá význam a zároveň i naše nároky na formu bydlení a dostatečné vybavy. Ačkoliv je dostupnost a důležitost bydlení odlišná všude ve světě, bydlení patří v dnešní době již mezi základní lidské potřeby, bez které se se nedokážeme obejít. Když ale mluvíme o bydlení, je třeba si uvědomit, že pouhá akvizice místa, kde bydlet, není dostatečná k naplnění naší potřeby. Jedná se o proces provázející nás celý život, se kterým se postupně rozvíjíme my i naše forma bydlení. Funkce bydlení je možné rozdělit mezi tři části. I když se vzájemně tyto části propojují, nejsou si úplně rovny. (Rektořík a kol., 2007)

- První funkce je reprodukční. Díky této dokáže bydlení naplňovat naše základní potřeby. K jejímu dostatečnému naplnění je třeba mít byt řádně vybaven a jejich naplnění je i vázáno na vnější prostředí našeho bydlení. Mezi ně patří například: ochrana před nežádoucími venkovními elementy, ať už přírodními prvky, nebo

ostatními lidmi, příprava a skladování jídla pro sebe a rodinu, hygiena a utvrzování sociálních vazeb mezi přáteli a rodinnou.

- Druhá funkce je socioekonomická. V této skupině už se více prosazuje individuální stránka člověka. Je ještě více vázaná na vnější prostředí našeho bydlení a je závislá na nákladech na naše bydlení. Zatímco první funkce byla pro naprosto základní potřeby, tato už se snaží samotné bydlení na druhotné potřeby. Patří mezi ně například: vynaložená práce pro získání bytu, udržování prostředí, sociální vztahy se sousedy a zahájení příprav na školu a práci.
- Třetí funkce je sociokulturní. Tato skupina se už plně zaměřuje na naše koníčky a rekreační aktivity. Rozvíjí se nejvíce, pokud jsou první dvě funkce zcela splněny. Je třeba žít v ekonomicky vyspělé společnosti, abychom se mohli touto funkcí v životě zabývat. Mezi příklady může být například seberealizace, sport, koníčky, nebo celoživotní vzdělání.

Listina základních práv a svobod v sobě obsahuje právo každého jedince na přiměřenou životní úroveň z čl. 11 Mezinárodního paktu o hospodářských, sociálních a kulturních právech. Součástí tohoto článku je bydlení, ošacení a výživa. Toto právo ovšem není v každém státě implementováno stejně. Záleží na ekonomických podmínkách a jejich schopnosti toto právo zajistit. K možnosti bydlení je potřeba mít fyzický statek jako například dům, nebo byt. I když tento statek patří přímo jedinci a je možné ho využít i na investice, neobejde se bez podporujících intervencí státu. (Rektořík a kol., 2007)

Lux a Kostelecký zmiňují (2011, s. 49), že podle Barry (1998) se stát snaží zasahovat do trhu bydlení pomocí dvou způsobů. Prvním je vyplňováním nedostatků nedokonalého trhu, tedy například zamezení nedostatku informací, externalit, vysokých transakčních nákladů a nízké elasticity jak nabídky, tak i poptávky. Druhým je zařízení redistribuce spotřeby bydlení, což znamená snížení nerovností a pomoc domácnostem s nízkými příjmy. Ideální stát by pak měl být poskládán ze dvou rolí, z racionálního ekonoma a chápajícího paternalisty (Lux, 2003). Z definice ekonomického optima Vilfreda Pareta je převzata role racionálního ekonoma. Podle něj se dostává trh do optima, když není možné alokovat zboží jiným způsobem, který by přinesl větší užitek alespoň jednomu poptávajícímu snížením užítkem jiného. V takovém případě dochází k optimálnímu a efektivnímu trhu. Stát se jako racionální ekonom snaží pomocí intervencí udělat trh efektivnějším. V roli chápajícího paternalisty nereaguje stát přímo na trh, ale přerozděluje bohatství na základě různých

teoretických konceptů blahobytu státu a je určován politickou reprezentací. (Lux a Kostelecký, 2011)

Intervence státu ovšem můžou znamenat i navýšení výdajů ze státní pokladny a vychýlení trhu z rovnováhy, pokud jsou intervence přílišné. Tou nejpoužívanější bývá snaha udělat bydlení více dostupné. Tato cesta ovlivňuje hlavně nízkopříjmové jedince. Mezi ty patří převážně mladí a důchodci. Jedním ze způsobů, jak toho dosáhnout jsou například příspěvky na bydlení. Určení rovnováhy trhu při dnešních intervencích přitom může být poněkud složité. (Lux a kol., 2002)

Mareš (2019) se pomocí výzkumu snažil zjistit stabilitu trhu nemovitostí a stav socio-ekonomického klimatu v České republice. Stav příjmů domácností ovlivňuje vývoj trhu nemovitostí jako například počet staveb. Podle nálezů došel k výsledku, že v krátkodobém horizontu je poptávka vyšší než nabídka. Není dostatek nemovitostí hotových a ani ve stavbě, ovšem z dlouhodobého hlediska Česká republika vykazuje známky stability trhu nemovitostí.

Vývoj trhu nemovitostí v České republice sledoval i Hromada (2021), který už řeší stav trhu s ohledem na pandemii covid-19. Podle jeho výzkumu měla pandemie velmi silný efekt na trh nemovitostí. Tento efekt byl rozdílný pro ceny nemovitostí i pro nájemné. Experti v tomto odvětví očekávali ještě v roce 2020 snížení cen nemovitostí do budoucna, ovšem došlo spíše k opačnému efektu a investice do nemovitostí zůstávají velmi atraktivními. Došlo k zrychlování zdražování nemovitostí. Mezi důvody patří například zásahy centrální banky a zvyšující se inflace. Některé domácnosti, jejichž finance nebyly pandemií dotčeny, nyní neměly kde utracet peníze, protože nebylo možné cestovat ani provozovat sport. V takovém případě se pokusili peníze investovat a nějak je v této situaci zhodnotit. Lidé také po dlouhé době zavření ve městech vyhledávaly lokace k žití mimo velká města, což také přispělo k zvýšení ceny nemovitostí. Dále je třeba zmínit nedořešenou důchodovou reformu v České republice a nedostatečně kvalitní možnosti pro spoření peněz na důchod. Nákupy nemovitostí mohly toto spoření pro některé lidi nahradit. Ceny nájemného spíše stagnovaly, nebo se zvýšily, ale tento efekt nebyl všude stejný. V turistických lokacích jako například Praze, kde se výrazně v době pandemie snížil turismus, šlo vypořádat snížení cen nájemného až o 30 %. Nemovitosti normálně obývané turisty byly prázdné a kvůli snížením cen se nyní obyvatelé mohli přesunout do lokací za nižší nájemné, či stejné nájemné v lepší lokaci.

V dalším pozdějším výzkumu se Hromada, Heralová, Čermáková, Piecha a Kadeřábková (2023) snažili zjistit vývoj trhu nemovitostí, rozdíly mezi bohatšími a chudšími regiony a dopady války v Ukrajině. Dvěma hlavními sledovanými regiony jsou pražský region a region Karlových Varů. Podle výsledků trh nemovitostí byl naprosto zastaven kvůli zvyšování cen hypoték a očekávání potencionálních kupců budoucího snížení cen. Kvůli zvyšování úrokových sazeb hypoték a také cen nemovitostí, stále roste zájem o pronájem. Zatímco ještě v roce 2021 byla průměrná úroková míra hypotéky 2,4 %, v roce 2023 dosáhla 6,34 %. Jedná se tedy o téměř trojnásobné zvýšení. Ještě předtím mohli lidé získat hypotéku s ještě nižšími úroky a jakmile přijde doba pro refixaci, budou mít najednou mnohem vyšší úroky. Doba refixace pro mnoho lidí byla pět až osm let. Po začátku války na Ukrajině také do České republiky přijelo velké množství uprchlíků, kteří hledali místo, kde bydlet. Kvůli této vlně poptávky po nemovitostech, byla jejich cena zvýšena a dostupnost snížena. Rozdíly mezi bohatými a chudými regiony byly také významné. Došlo k zvýšení transakcí na trhu nemovitostí v dobách pandemie. Důvodem jsou limitované možnosti utrácení peněz a neočekávaná podpora státu, kterou některé domácnosti dostaly. Ovšem pokud porovnáme Prahu a Karlovy Vary, všimneme si velkého rozdílu v počtu transakcí na osobu. V jednom čtvrtletí připadá v Praze průměrně jedna realitní transakce na 370 obyvatel, ale v regionu Karlových Varů to je jedna na 1892 obyvatel. Rozdílem je, že v Praze je cena nemovitostí mnohem vyšší. Zejména z důvodu lepší dostupnosti služeb a pracovních míst. Podle těchto výsledků autoři očekávají další zhoršení dostupnosti nemovitostí a očekávají také složitější zotavení trhu nemovitostí v chudších krajích.

V České republice můžeme mít buď osobní vlastnictví nemovitosti, nebo společné. Společné vlastnictví znamená, že vlastníkem není žádná konkrétní osoba, ale bytové družstvo. Pokud je náš byt ve společném vlastnictví, jsou některé věci, které s ním nemůžeme dělat. Nemůžeme dělat všechna rozhodnutí samy, v některých společenstvích je třeba souhlas všech ostatních vlastníků. Dále není možné svůj byt použít jako zástavu pro zřízení hypotéky. Na druhou stranu nemovitosti v osobním vlastnictví můžeme využít, jak chceme, například je pronajmout, nebo využít jako zástavu. Kvůli těmto faktorům je hodnota nemovitostí v osobním vlastnictví vyšší o 10 až 20 %. Zatímco v bohatších krajích, jako například v Praze, už společné vlastnictví téměř vymizelo, můžeme ho stále hojně najít v chudších krajích jako Karlovarském kraji. Výzkum může pomoci potencionálním investorům do trhu nemovitostí a autoři momentálně doporučují investorům a vlastníkům nájemných nemovitostí využít zvyšování cen, zatímco lidé hledající bydlení by momentálně



měli počkat na snížení cen později v budoucnosti. (Hromada, Heralová, Čermáková, Piecha a Kadeřábková, 2023)

#### **2.5.4 Problémy nedostatečných znalostí v oblasti financí**

Alessia Sconti (2022) prováděla výzkum finanční gramotnosti v Itálii a následně její dopad na schopnost vystačit si s penězi, na úzkost spojenou s řešením financí a správou majetku a na rozdíly ve finanční gramotnosti u žen v domácnostech. Základní dvě hypotézy zněly následovně:

- Hypotéza 1: Finanční gramotnost zvyšuje pravděpodobnost, že domácnosti vyjdou s penězi. (přeloženo autorem)
- Hypotéza 2: Finanční gramotnost zvyšuje pravděpodobnost, že ženy v domácnosti vyjdou s penězi. (přeloženo autorem)

Hypotéza 2 nebyla nálezy podpořena, přestože měly ženy v domácnosti nižší šanci dosáhnout finanční stability. Hypotéza 1 ale podpořena byla a ukázala tedy vyšší pravděpodobnost vyjít s penězi, pokud měl subjekt vyšší stupeň finanční gramotnosti. Zároveň taky výzkum dokázal korelaci vyšší finanční stabilitou a snížení stresu způsobeného řešením financí, tedy nepřímou korelaci i s finanční gramotností. Podle autorky tento výzkum dokazuje, jak může finanční gramotnost předejít zvýšení stresu a úzkosti, především v krizových situacích. Mezi ty se u nás řadí například pandemie covidu-19, invaze Ukrajiny a následné zvýšení inflace, a tedy zdražení statků. Autorka výzkumu také obhajuje důležitost sestavování rodinného rozpočtu a plánování do budoucna a komentuje nález rozdílné finanční gramotnosti v různých regionech Itálie.

#### **2.5.5 Návrhy postupů k lepšímu zacházení s penězi**

Jestliže chceme žít ve větší finanční pohodě, je zapotřebí šetřit nějaké peníze. Jak již bylo zmíněno, zlepšení našeho povědomí o penězích nám může pomoci nejen se samotným hmotným bohatstvím, ale také nás chránit proti přílišnému stresu způsobeného obavami. Jednou ze základních cest vedoucí ke zlepšení naší finanční situace je projít si naše výdaje a příjmy a na jejich základě si promyslet, zda potřebujeme opravdu dávat náklady na nákupy určitých věcí, nebo zda nemůžeme udělat něco dalšího pro zvýšení příjmu. I zajištění malé částky, kterou můžeme dát stranou na spoření, nám může v budoucnosti pomoci. Tuto částku

je nejlepší dát na nějaké místo, kde dojde ke zhodnocení, například na spořicí účet, kde nám postupně budou rezervy nabývat. Naším dalším krokem je rezervu zvyšovat, dokud se nedostaneme aspoň na úroveň tří, ideálně šesti našich měsíčních příjmů. Tomuto cíli našetřených peněz budeme říkat základní finanční rezerva. Jakmile se tak stane, můžeme již přemýšlet nad věcmi, které bychom si rádi v budoucnosti koupili, jako například auto či dovolenou. Je důležité, abychom vždy na účtu měli naspořenou naši základní finanční rezervu. To tedy znamená, že pokud si jdeme něco koupit, na základní finanční rezervu nesáhneme a použijeme jenom peníze, které jsou přebytkové. Sáhneme po ní pouze při krajních situacích, kdy nemáme na výběr. Důležité je nezapomenout na dlouhodobou rezervu, ve které jsou peníze naspořené například na náš důchod nebo vzdělání dětí. [18]

## 3 Výzkumná metodologie

### 3.1 Cíle výzkumu

Prvním cílem praktické části bakalářské práce je zjištění úrovně finanční gramotnosti vysokoškolských studentů, jejich preference v nakládání s penězi a karierní plány. Druhým cílem je porovnat kvalitu života vysokoškolských studentů oproti předchozím rokům. Výzkum kvality života probíhá již více let v řadě, a proto je možné ho porovnat i se staršími daty. Data byla vybrána s očekáváním rozdílných priorit v hodnotovém systému studentů v době pandemie, blízké války a zvyšující se inflace. Tyto dva výzkumy byly prováděny zvlášť a mezi respondenty není žádný vztah.

### 3.2 Vybrané hypotézy

Hypotézy byly rozdělené podle toho, zda bude jejich zdrojem dotazník kvality života, nebo dotazník finanční gramotnosti, podle preferencí v nakládání s penězi a karierních plánů.

#### **Kvalita života:**

Hypotéza 1:

Studenti častěji zmiňovali peníze v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

Hypotéza 2:

Studenti častěji zmiňovali zdraví v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

Hypotéza 3:

Studenti častěji zmiňovali rodinu v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

Hypotéza 4:

Pro studenty došlo k průměrnému snížení míry spokojenosti v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

## **Finanční gramotnost:**

Hypotéza 5:

Více než polovina studentů vysokých škol očekává nadprůměrný příjem.

Hypotéza 6:

Muži očekávají vyšší příjem než ženy.

Hypotéza 7:

Více než polovina studentů správně zodpoví alespoň 80 % otázek na finanční gramotnost.

### **3.3 Metodika výzkumu**

Za účelem získání dat pro kvalitu života studentů vysokých škol byla využita metoda SEIQoL (Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life) ([viz. Odkaz č. 1](#)). Metoda spočívá v tázání se respondenta na jeho pět základních životních hodnot srovnaných podle důležitosti a jejich míry spokojenosti s každou hodnotou. Studenti byli také dotázáni na jejich pohlaví a věk. Závěrem metody je respondent vždy dotázán na jejich celkovou míru spokojenosti v procentech a zároveň je vypočítána míra spokojenosti podle jednotlivých hodnot, které respondent vyplnil.

Data pro finanční gramotnost, preference v nakládání s penězi a karierní plány, byla shromážděna pomocí dotazníku vytvořeného autorem s pomocí Ing. Jaroslavy Dittrichové, Ph.D., která vedla odbornou konzultaci ke správnému zpracování dotazníkových otázek ([viz. Odkaz č. 2](#)). Součástí dotazníků byla otázka na pohlaví respondenta.

### **3.4 Postup výzkumu a výzkumný soubor**

Průběh vyplňování dotazníku kvality života SEIQoL probíhal vždy na základě rozhovoru, a pokud to bylo možné, osobního setkání. Respondent byl vždy dotázán na jeho pět nejdůležitějších hodnot v životě. Pokud se respondent nemohl rozhodnout a potřeboval příklady, bylo řečeno co nejvíce příkladů za účelem minimálního ovlivnění respondenta. Rozhovor byl vždy rozdělen do dvou částí, kterými byla část kvalitativní a kvantitativní. Kvantitativní část byla založena převážně na číslech. V této části bylo těchto pět hodnot seřazeno podle důležitosti do 100 %, kde každá měla své vlastní zasazení. Respondent se

poté musel rozhodnout a na škále 0 % – 100 % říct, jak moc je s každou hodnotou zvláště spokojený. V kvalitativní části probíhaly detailní otázky na každou z hodnot respondenta, jejich pozitivní a negativní části, ve kterých si mohl i sám respondent promyslet, co je v každé hodnotě pro něj důležité. Výzkum byl zakončen otázkou na celkovou spokojenost na škále od 0 % – 100 % a poté porovnání této spokojenosti se spokojeností vypočtenou na základě hodnot respondenta. Výzkumným souborem dotazníku kvality života byli studenti vysokých škol, převážně Fakulty informatiky a managementu Univerzity Hradec Králové a výzkum autor prováděl v letech 2022 a 2023.

Průběh dotazníku finanční gramotnosti probíhal papírovou formou v roce 2023. Po vytvoření dotazníku bylo vytištěno co nejvíce kopií. Následně byly rozdány na hodinách Psychologie I PhDr. Věry Strnadové, Ph.D. a Mgr. Markéty Levínské, Ph.D. Výzkumným vzorkem byli studenti Fakulty informatiky a managementu Univerzity Hradec Králové.

### **3.5 Zpracování výsledků**

Data z dotazníků kvality života byla převedena z papírové podoby do elektronické v programu Excel. Byla postupně seřazena podle respondentů a jejich odpovědí. K přesnějšímu výzkumu výsledků hodnot byly přiřazeny sjednocené názvy pro hodnoty, které si byly podobné. Pro porovnání se staršími daty byl zpracován počet výskytů stejných hodnot a průměrné procento jejich výskytu, důležitosti a míry spokojenosti v hodnotovém systému respondentů. Data poté byla porovnána a byla určena statistická pravděpodobnost, zda můžeme opravdu říct, že došlo ke změně, nebo ne.

Data z dotazníků finanční gramotnosti byla převedena z tištěné podoby do tabulky v Excelu. V Excelu byl vytvořen sloupec pro každou možnou odpověď u otázek a byly vyplněny jedničky, pokud tuto odpověď respondent zadal, a nuly, pokud respondent odpověď nezaškrtnul. Jednotliví respondenti byli zadání pod sebou v řádcích. Očekávané pracovní obory byly sjednoceny pod společné názvy, pokud byly podobné. Následně byla očekávaná hrubá mzda vždy vložena do intervalu po pěti tisících korunách. Tyto intervaly byly vybrány tak, aby velikost intervalu byla pět tisíc. Například pokud student zadal očekávanou mzdu jako 41 000 Kč, byla vložena do intervalu 37 500 Kč – 42 500 Kč. Tyto intervaly byly takto navrženy, protože většina respondentů zadala číslo dělitelné 10 000, což činilo výsledný interval poněkud nepřesný. Pro výsledné zpracování dat byly tyto intervaly nahrazeny jejich prostřední hodnotou, tedy intervalu 37 500 Kč – 42 500 Kč bylo přiřazeno

číslo 40 000 Kč. Po vypracování excelového dokumentu s daty byla tato data vložena do programu SPSS za pomoci Mgr. Jiřího Havigera, Ph.D. a následně zpracována na základě hypotéz autora a rozdělena na pohlaví pro porovnání mužů a žen.

## 4 Výsledky

### 4.1 Výsledky dotazníku na kvalitu života

Rozhovory o kvalitě života byly uskutečňovány ve dvou obdobích. Prvním byl rok 2022 a druhým rok 2023. V roce 2022 byli zkoumáni nejen studenti, ale také dospělí a senioři. Tyto skupiny ovšem nebudou předmětem této práce. Respondentů v kategorii studentů bylo v roce 2022 43 a v roce 2023 33. Zároveň k porovnání budou použita i starší data zkoumaná předchozími studenty spolupracujícími s PhDr. Věrou Strnadovou, Ph.D.

#### Výsledky roku 2022

V roce 2022 se objevilo dohromady 36 různých hodnot, které respondenti uvedli. Zmíním zde ty, které zmínilo více než 20 % studentů. Nejčastější hodnotou byla rodina, kterou zmínilo 86,05 % studentů s průměrnou mírou důležitosti 27 % a průměrnou mírou spokojenosti 77,70 %. Rozdíl v tom, jak často studenti hodnotu zmíní, je mezi prvním a druhým místem významný. Na druhém místě bylo zdraví, které zmínilo 55,81 % studentů. Důležitost byla v průměru 23,54 % a míra spokojenosti 78,75 %. Na třetím místě bylo vzdělání, které zmínilo 48,84 % studentů s důležitostí 17,57 % a spokojeností 67,62 %. Čtvrtá nejčastější hodnota byla hodnota přátel, která byla řečena 46,51 % studentů, měla důležitost 20,80 % a míra spokojenosti v ní byla 79,05 %. Na pátém místě pak byla práce zmíněná 41,86 % studenty s důležitostí 14,92 % a mírou spokojeností 56,32 %. Šestá nejčastější hodnota pak má poněkud větší skok v tom, jak často ji studenti zmínili. Jedná se o hodnotu financí, která se objevila u 20,93 % s důležitostí 13,56 % a mírou spokojenosti 50,56 %. V následující tabulce můžeme vidět všechny zmíněné hodnoty.

Tabulka 1 Kvalita života 2022

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	86,05	27,00	77,70
Zdraví	55,81	23,54	78,75
Vzdělání	48,84	17,57	67,62
Přátelé	46,51	20,80	79,05
Práce	41,86	14,92	56,39
Finance	20,93	13,56	50,56
Vztahy	18,60	18,13	77,50
Sport	18,60	14,63	81,25
Zájmy	18,60	11,81	63,13
Cestování	16,28	14,86	55,00
Láska	13,95	25,17	84,17
Mír	13,95	15,00	46,67
Štěstí	11,63	31,00	83,00
Domov	11,63	21,40	80,00
Seberealizace	9,30	15,00	60,50
Duševní pohoda	9,30	17,50	70,00
Jiné	4,65	25,00	67,50
Spokojenost	4,65	16,00	75,00
Smysl života	4,65	16,00	77,50
Samostatnost	4,65	27,50	47,50
Bezpečí	4,65	21,00	42,50
Spořádaný život	2,33	10,00	60,00
Prospěšnost	2,33	25,00	60,00
Úspěch	2,33	15,00	55,00
Kreativita	2,33	20,00	20,00
Budoucnost	2,33	8,00	60,00
Kultura	2,33	20,00	80,00
Hudba	2,33	30,00	70,00
Děti	2,33	19,00	10,00
Jídlo	2,33	14,00	80,00
Dobrodružství	2,33	30,00	80,00
Zábava	2,33	20,00	60,00
Osobnost	2,33	10,00	40,00
Radost	2,33	5,00	80,00
Počasí	2,33	15,00	55,00
Postavení ve společnosti	2,33	15,00	75,00

Zdroj: vlastní zpracování

Průměrná celková míra spokojenosti, kterou respondenti uvedli, byla 73,53 %. Po vypočítání míry spokojenosti jejich hodnot vyšla vypočtená průměrná celková spokojenost 72,23 %.



## Výsledky roku 2023

V roce 2023 se celkem objevilo 29 různých hodnot, se kterými respondenti přišli. Vzhledem k tomu, že v roce 2023 docházelo k častějšímu zmiňování stejných hodnot, zmíníme šest nejčastějších. Na prvním místě se opět objevila rodina, která byla zmíněna 84,85 % studentů, měla průměrnou důležitost 31,50 % a míra spokojenosti byla u této hodnoty v průměru 82,43 %. Na druhé místo se dostalo vzdělání, které zmínilo 51,52 % respondentů s důležitostí 15,29 % a mírou spokojenosti 67,06 %. Třetí místo obsadilo zdraví zmíněné 45,45 % studentů, mělo důležitost 24,13 % a míru spokojenosti 75,67 %. Další tři uvedené hodnoty byly všechny zmíněny ve velmi podobném množství. Čtvrté místo bylo obsazeno zaměstnáním se zmíněním od 36,36 % studentů, důležitostí 15 % a mírou spokojenosti 51,67 %. Zájmy neboli také koníčky, byly pak na pátém místě a zmínilo je 33,33 % studentů. Důležitost zájmů dosáhla 13,64 % a spokojenost studentů u nich byla 61,36 %. Na šestém místě také se zmíněním od 33,33 % studentů se nachází přátelé. Ti měli důležitost 18,64 % a míru spokojenosti 72,73 %. V následující tabulce jsou vyznačeny všechny hodnoty.

Tabulka 2 Kvalita života 2023

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	84,85	31,50	82,43
Vzdělání	51,52	16,29	67,06
Zdraví	45,45	24,13	75,67
Zaměstnání	36,36	15,00	51,67
Zájmy	33,33	13,64	61,36
Přátelé	33,33	18,64	72,73
Vztahy	27,27	17,78	77,56
Seberealizace	27,27	17,78	55,00
Finance	24,24	13,13	55,63
Sport	24,24	15,75	77,50
Morálka	12,12	20,00	80,00
Majetek	9,09	16,00	31,67
Jiné	9,09	16,67	56,67
Respekt	9,09	15,33	63,33
Bezpečí	9,09	16,67	80,00
Úspěch	6,06	15,00	65,00
Duševní pohoda	6,06	12,50	80,00
Důvěra	6,06	20,00	45,00
Spokojenost	6,06	50,00	75,00
Cestování	6,06	10,00	65,00
Umění	6,06	18,50	61,50
Poslání	6,06	15,00	27,50
Zážitky	3,03	15,00	65,00
Zvířata	3,03	20,00	100,00
Ekologie	3,03	12,00	35,00
Svoboda	3,03	20,00	80,00
Dobročinnost	3,03	15,00	0,00
Životospráva	3,03	30,00	50,00
Samostatnost	3,03	20,00	40,00

Zdroj: vlastní zpracování

Průměrná celková míra spokojenosti, kterou respondenti uvedli, byla 72,82 %. Po vypočítání míry spokojenosti jejich hodnot vyšla vypočtená průměrná celková spokojenost 71,87 %.

## 4.2 Výsledky dotazníku finanční gramotnosti

Dotazník finanční gramotnosti vyplnilo 76 respondentů. Všichni tito respondenti byli studenti Fakulty informatiky a managementu.

### Pohlaví

Podle následující tabulky můžeme vidět, že většina studentů zaznamenala své pohlaví, s výjimkou dvou jedinců. Respondenti se skládali z 59,2 % mužů a 38,2 % žen.

Tabulka 3 Pohlaví

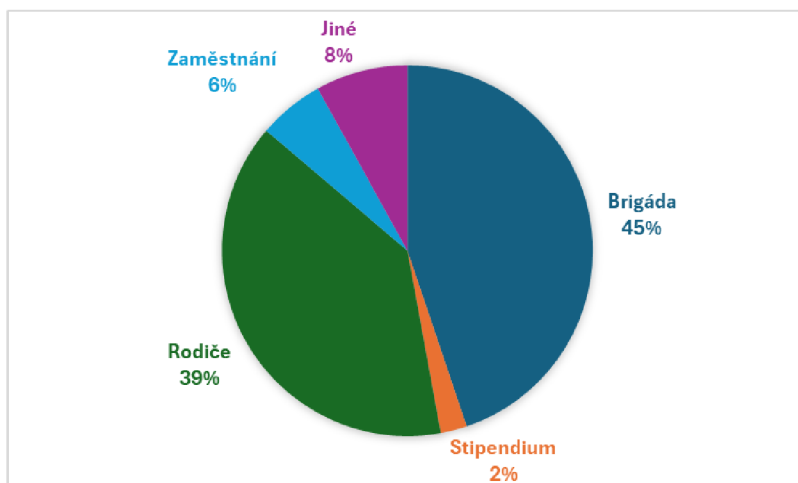
Pohlaví		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Muž	45	59,2	59,2	59,2
	Žena	29	38,2	38,2	97,4
	Neuvedeno	2	2,6	2,6	100,0
	Total	76	100,0	100,0	

Zdroj: Vlastní zpracování

### Co tvoří hlavní zdroj Vašeho příjmu?

V grafu č. 1 můžeme vidět formu příjmu studentů při jejich studiu. Z 45 % si studenti vydělávají pomocí brigád a 39 % studentů je financováno rodiči.

Graf 1 Zdroj příjmu



Zdroj: vlastní zpracování

### Půjčil/a jste si někdy peníze?

Podle výsledků dotazníků je patrné, že peníze si půjčilo přibližně 17 % studentů. Z těch, kteří si půjčili, si 38 % půjčilo na zábavu, 31 % na auto, 23 % na elektroniku a 8 % na investice.

### Vytváříte si rezervy?

Z následující tabulky č. 2 je možné vyčíst, že 82 % studentů si vytváří rezervy. Zajímavé je, že se z nich jedná z 89 % o muže, zatímco ženy zastupují pouhých 72 %

Tabulka 4 Rezervy

			Gender_M			
			Muž	Žena	Neuvedeno	Total
Vytváříte si rezervy?	NE	Count	5	8	1	14
		% within Gender_M	11,1%	27,6%	50,0%	18,4%
ANO	Count	40	21	1	62	
	% within Gender_M	88,9%	72,4%	50,0%	81,6%	

Zdroj: vlastní zpracování

### Investujete své peníze?

U investování můžeme vidět podstatný rozdíl mezi pohlavími. V následující tabulce č. 3 si je možné všimnout, že téměř polovina studentů investuje. Tento průměr je ovšem naprosto jiný jak u žen, tak u mužů. Z mužů respondentů investovalo 62 %, zatímco z žen se jednalo o pouhých 17 %.

Tabulka 5 Investice

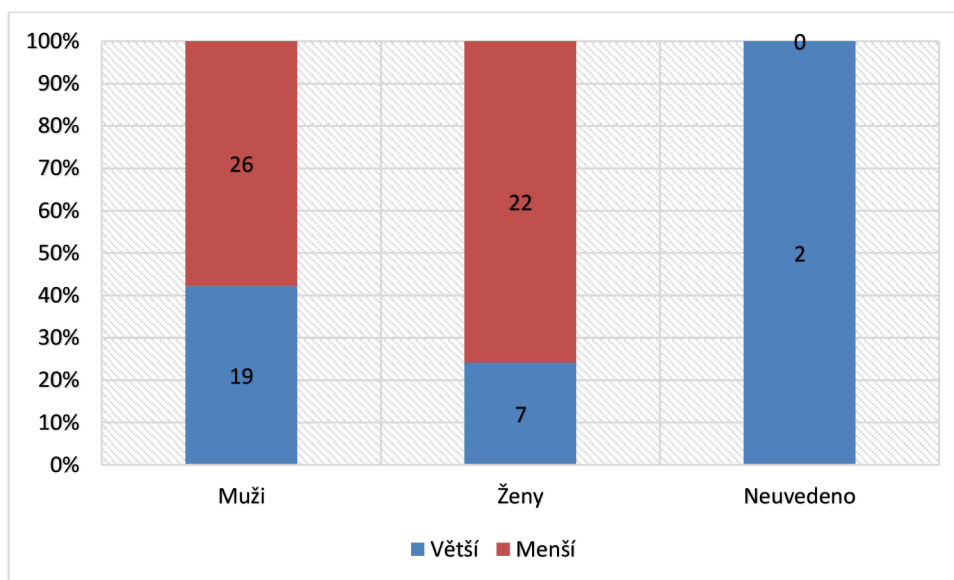
			Gender_M			
			Muž	Žena	Neuvedeno	Total
Investujete své peníze?	NE	Count	17	24	0	41
		% within Gender_M	37,8%	82,8%	0,0%	53,9%
	ANO	Count	28	5	2	35
		% within Gender_M	62,2%	17,2%	100,0%	46,1%

Zdroj: vlastní zpracování

### Preferujete větší riziko a výnosnost, nebo menší riziko a výnosnost?

Podle odpovědí vychází, že 37 % všech studentů preferuje větší riziko a výnosnost, zatímco 63 % preferuje riziko a výnosnost menší. Opět můžeme vidět menší rozdíl mezi pohlavími, kdy vyšší riziko preferuje 42 % mužů a 24 % žen.

Graf 2 Riziko

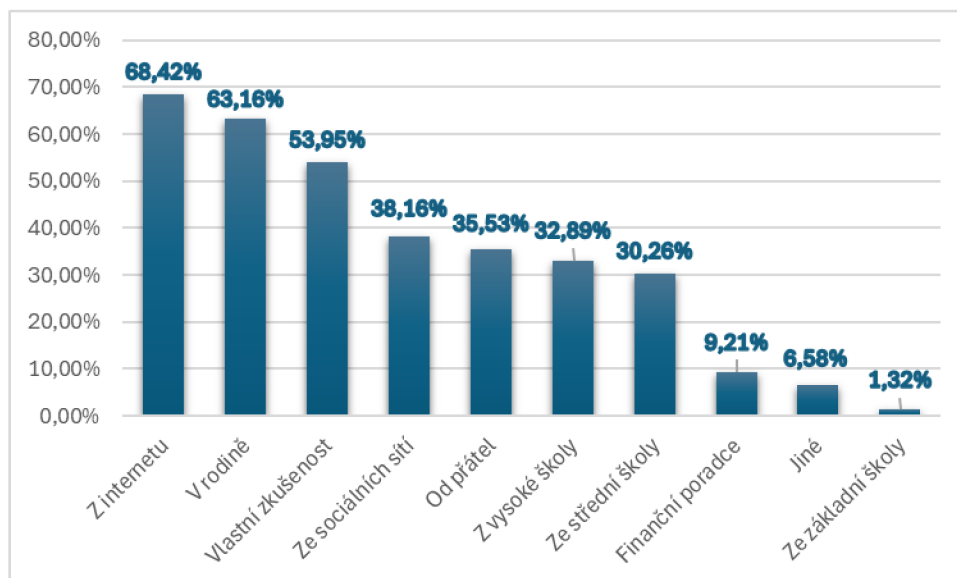


Zdroj: vlastní zpracování

### Odkud získáváte znalost o finanční věci?

V následující otázce bylo možné vybrat více odpovědí. V dnešní moderní době se nemůžeme divit, že největší podíl 68,42 % měl jako zdroj informací o financích internet. Dále si studenti vážili znalostí převážně z rodiny a přijatých vlastní zkušeností. Na druhé straně můžeme vidět finančního poradce a příjem vědomostí z jednotlivých stupňů vzdělání. Pokud sečteme vysokou, střední a základní školu, dostaneme se na 64,47 %, což stále nedokáže překonat internet na jeho první pozici.

Graf 3 Zdroj informací



Zdroj: vlastní zpracování

### Děláte si finanční rozpočet?

Podle výsledků si téměř třetina, přesněji 31,58 %m studentů vůbec nedělá finanční rozpočet. 15,79 % odpovědělo, že si rozpočet určitě dělají a 52,63 % si ho vytváří jen občas. V této otázce nebyl podstatný rozdíl mezi muži a ženami.

### Stal/a jste se někdy obětí podvodu?

Na základě odpovědí se obětí podvodu stalo 28,9 % studentů. Převážná většina z nich byla muži, ze kterých se stalo obětí podvodu 40 %. Žen bylo pouze 10,3 %.

Tabulka 6 Obět' podvodu

			Gender_M			
			Muž	Žena	Neuvedeno	Total
Stal/a jste se někdy obětí podvodu?	NE	Count	27	26	1	54
		% within Gender_M	60,0%	89,7%	50,0%	71,1%
	ANO	Count	18	3	1	22
		% within Gender_M	40,0%	10,3%	50,0%	28,9%

Zdroj: vlastní zpracování

### Preferujete likviditu, bezpečnost, nebo výnosnost?

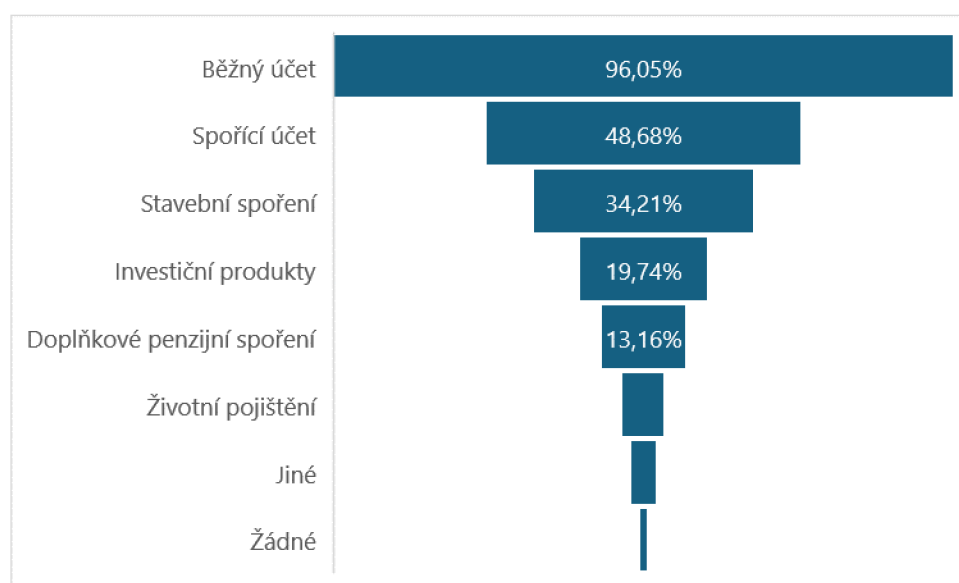
Zde studenti odpovídali, jakou součástí takzvaného „magického trojúhelníku“ neboli také „investičního trojúhelníku“ preferují. Likvidita byla nejmíň častou odpovědí vybranou

pouze 9,09 % respondentů. Bezpečnost i výnosnost dosáhly úplně stejné popularity, obě zastupovaly 45,45 % odpovědí.

### **Jaké bankovní produkty používáte?**

U otázky, jaké bankovní produkty studenti používají, bylo možné vybrat více odpovědí. Naprostá většina studentů podle očekávání používá běžný bankovní účet. Dále můžeme říci, že téměř polovina studentů má spořicí účet a přibližně třetina si šetří peníze na stavebním spoření. Bankovní investiční produkty používá 19,74 % studentů, což je zajímavé při porovnání s počtem investujících studentů, kterých bylo 46,1 %.

*Graf 4 Bankovní produkty*



Zdroj: vlastní zpracování

### **Na co nejčastěji spoříte peníze?**

Na otázku účelu spoření peněz někteří studenti vybírali více odpovědí. Nejčastější z nich byla rezerva pro případnou nečekanou událost, která zastávala 26,42 %. Dále studenti nejčastěji šetří na bydlení, které vybralo 24,53 % respondentů. Odpověď dovolená a další zboží, jako například elektronika, dosáhly 16,04 % každá. Vzdělání pak mělo 6,60 %, stáří 5,66 % a 4,72 % nemělo konkrétní důvod. Pokud budeme brát dovolenou a další zboží jako jednu položku „zábava“, mohli bychom říct, že 32,08 % studentů si šetří na zábavu a dosáhla by tím prvního místa.

### **Jaké finanční produkty využíváte?**

Zde studenti měli možnost vybrat více odpovědí. 37,65 % studentů nevyužívá žádné finanční produkty. Nejpoužívanějšími jsou produkty depozitní s 31,76 % a druhými jsou produkty investiční s 28,24 %. Nejméně používané jsou produkty úvěrové zastupující pouze 2,35 % studentů.

### **Jaký úvěr jste již využil/a?**

Otázka měla opět možnost více odpovědí najednou. Jak už bylo možné vidět v minulé otázce, úvěrové finanční produkty nejsou mezi studenty častými. Podle výsledků nebyl v respondentech jediný student, který by již využil hypoteční úvěr. Spotřebitelský pak využilo 5,19 % a kontokorent 2,60 %. Žádný úvěr nevyužilo 92,21 % respondentů.

### **Znáte rozdíl mezi debetní a kreditní kartou?**

Studenti na tuto otázku všichni odpověděli stejně. Každý z nich si myslí, že zná rozdíl mezi debetní a kreditní kartou.

### **Uvažujete o pořízení vlastního bydlení na hypotéku v následujících pěti letech po ukončení studia?**

Studentů, kteří si plánují pořídit vlastní bydlení na hypotéku v následujících pěti letech po ukončení studia, je 53,95 % z respondentů. Zbýlých 46,05 % takové plány nemá. Rozdíl mezi muži a ženami byl minimální.

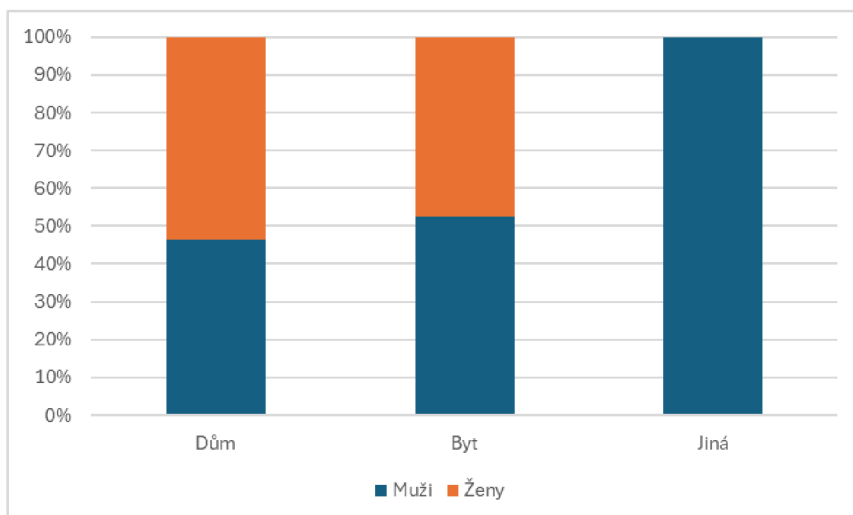
### **Z čeho budete financovat podíl vlastních zdrojů na hypotéku?**

Ze studentů, kteří si plánují pořídit hypotéku, bude přesně polovina financovat podíl vlastních zdrojů z rezervy jako například spořicího či termínovaného účtu. 28,85 % plánuje využít prostředky na stavebním spoření. Dar od rodičů očekává 13,46 % studentů a 1,92 % budou financovat z dědictví. Zbýlých 5,77 % bude pak financovat ze zdrojů jiných.

### **Jakou nemovitost byste si pořídili?**

Nejčastější odpovědí zde byl dům, který zastupoval 58,33 %. Na druhém místě byl byt, který si plánuje pořídit 38,89 % studentů. Zbýlých 2,78 % bylo v kategorii jiné. Chatu si nikdo pořídit neplánuje. Ženy mají tendenci chtít dům oproti mužům o 5,75 % více.

*Graf 5 Nemovitost*



Zdroj: vlastní zpracování

### **Víte, co je to úroková sazba?**

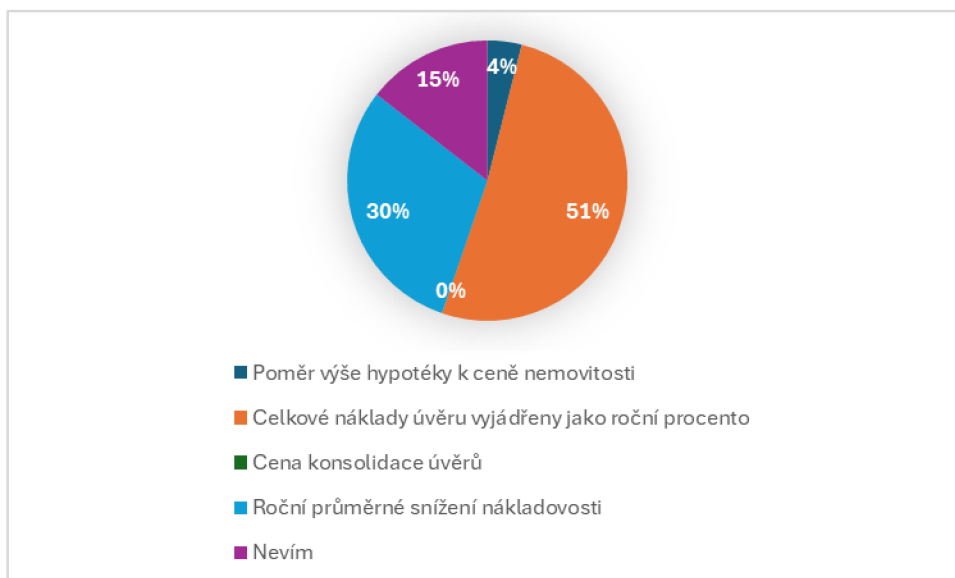
Otázka finanční gramotnosti, týkající se na vyjádření úrokové sazby, dostala správnou odpověď „Procento, které zvyšuje objem zapůjčených/uložených peněz“ od 55,26 % studentů. Druhou nejčastější odpovědí byla „Náklady na vypůjčení peněz v Kč“, kterou odpovědělo 43,42 % studentů. Jeden student vybral možnost „Nevím“. Mezi dvě nevyužité odpovědi patřily „Poměr bezpečnosti vypůjčených peněz“ a „Procento vypůjčené částky, které musíme před vypůjčením peněz vlastnit“.

### **Víte, co je to RPSN?**

RPSN (roční procentní sazba nákladů) dokázalo správně definovat 51,32 % studentů jako „Celkové náklady úvěru vyjádřeny jako roční procento“. Druhou nejčastější odpovědí byla „Roční průměrné snížení nákladovosti“ s výskytem 30,26 %. Třetí pak bylo přiznání, že studenti neví, které vybralo 14,47 %. „Poměr výše hypotéky k ceně nemovitosti“ pak odpovědělo 3,95 % respondentů. Odpověď „Cena konsolidace úvěrů“ nevybral jediný respondent.



Graf 6 RPSN



Zdroj: vlastní zpracování

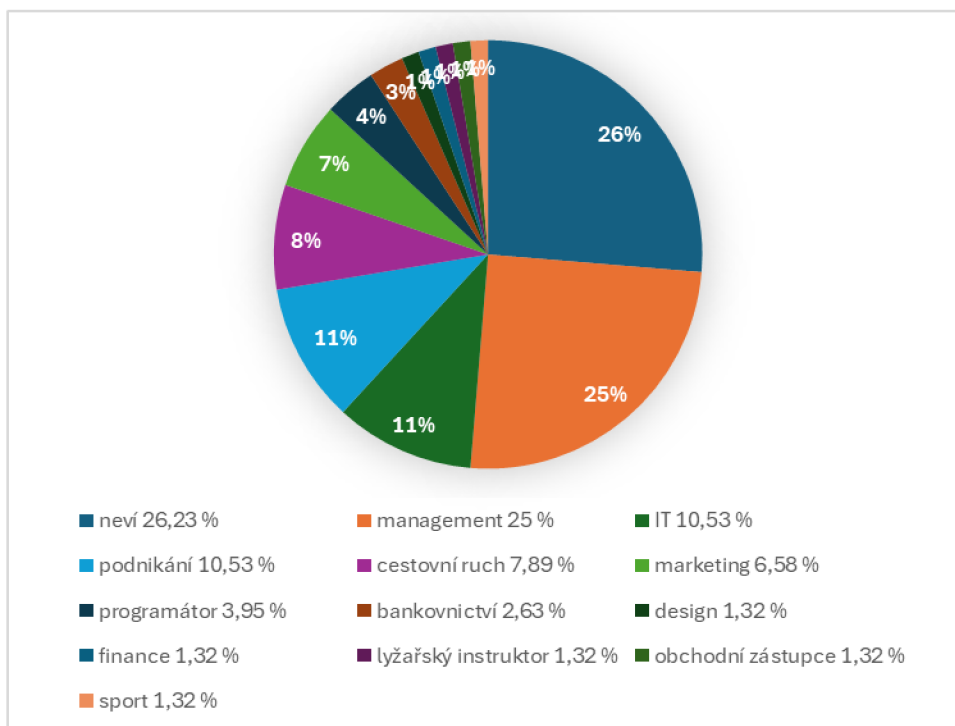
### Víte, co je to inflace?

Poslední otázka finanční gramotnosti měla převážně pozitivní výsledky. 92,11 % studentů správně odpovědělo, že se jedná o „Nárůst všeobecné cenové hladiny“. „Zhodnocení peněz“ pak bylo vybráno 6,58 % studenty. Odpověď „Výše celkového oběživa“ vybralo pouze 1,32 % studentů, tedy jediný student. Odpovědi „Nevím“ a „Nárůst cen konkrétního produktu“ nebyly vybrány ani jednou.

### Jaké zaměstnání (v jaké profesi/oboru) si představujete po dokončení studia vysoké školy?

Otázka plánovaného zaměstnání je důležitá z mnoha důvodů, především proto, že na vysoké škole máme již obor studia vybraný a předpokládá se, že naše práce bude v oboru minimálně podobném. Přesto podle výsledků můžeme vidět, že nejčastější odpovědí bylo „Nevím“, kterou vybralo 26,23 % studentů. Přestože se jednalo o nejčastější odpověď, musíme si uvědomit, že 73,77 % studentů má v jejich plánované profesi jasno. Nejčastější profesí je management, který vybralo přesně 25 % respondentů. Informační technologie jsou pak na druhém místě s 10,53 % společně s podnikáním, které plánuje 9,21 % studentů. V cestovním ruchu plánuje pracovat 7,89 %. Jako programátoři plánuje pracovat 3,95 %. Ostatní odpovědi jako bankovníctví, finance či sport byly spíše vzácné.

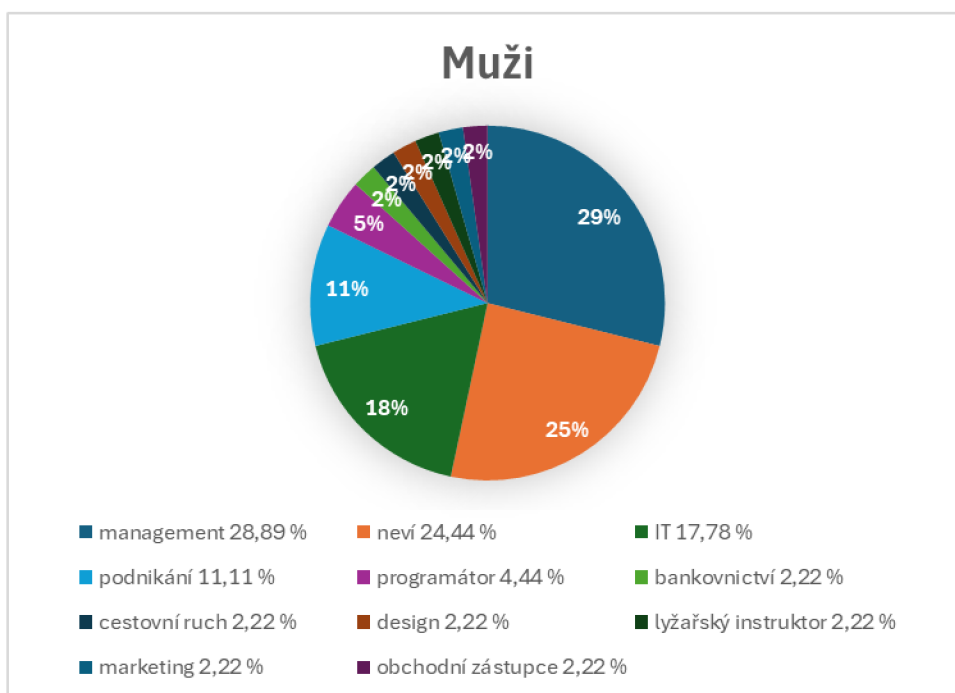
Graf 7 Zaměstnání



Zdroj: vlastní zpracování

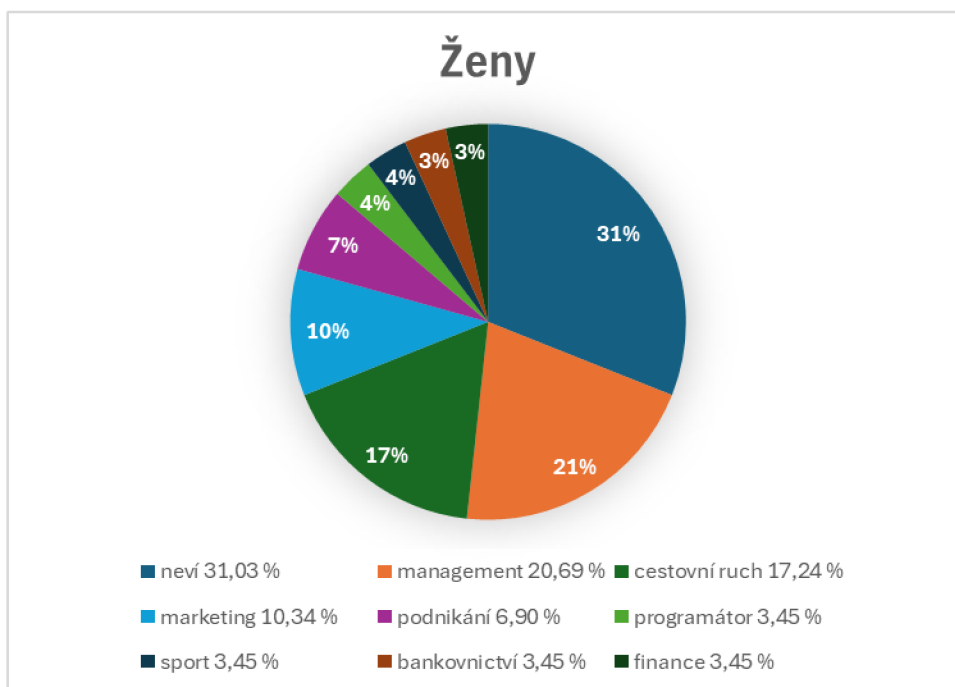
Muži měli s plánovaným zaměstnáním více jasno než ženy. Zatímco muži nevěděli z 24,44 %, u žen se jednalo o 31,03 %. U mužů je nejplánovanější zaměstnání v oboru managementu z 28,89 % a informačních technologií z 17,78 %. Více mužů, přesněji 11,11 %, také plánuje podnikat. Žen plánujících podnikat je 6,90 %. U žen byl management také nejčastěji zmíněným zaměstnáním s hodnotou 20,69 %. Ženy ovšem na druhé místě nemají IT jako muži, ale cestovní ruch, kterých u nich dosáhl 17,24 %. Dalším pak je marketing, který vybralo 10,34 % žen. Programování bylo podobně časté u žen i mužů. Muži ho vybrali z 4,44 % a ženy z 3,45 %.

Graf 8 Zaměstnání – muži



Zdroj: vlastní zpracování

Graf 9 Zaměstnání – ženy

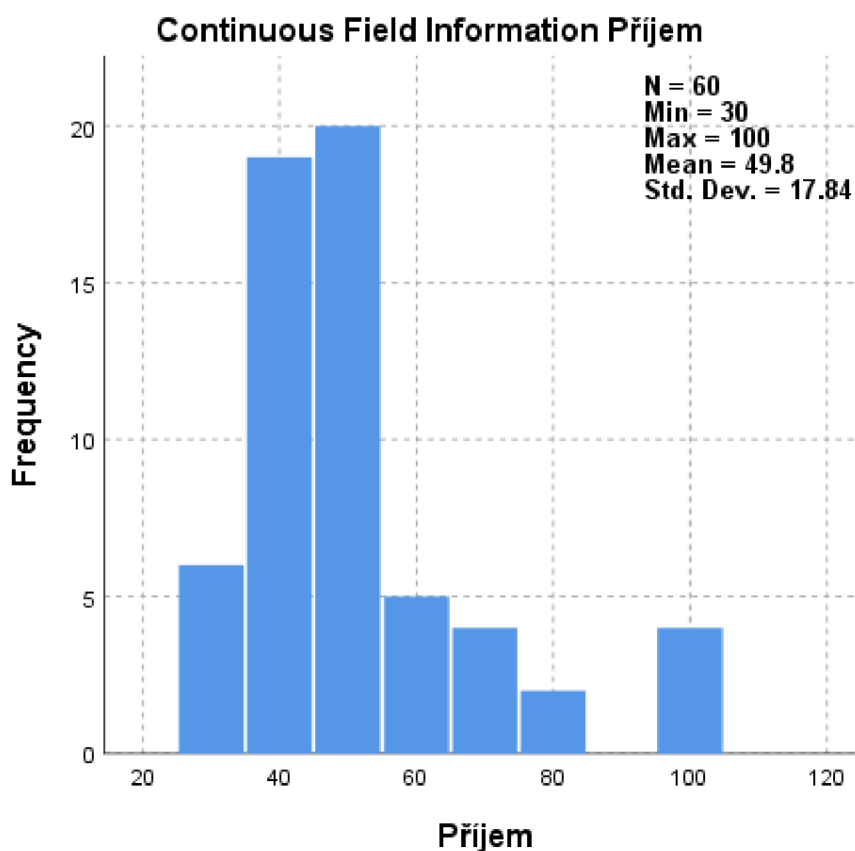


Zdroj: vlastní zpracování

### Jaký hrubý příjem si představujete po dokončení studia vysoké školy?

S odpovědí o očekávaném hrubém příjmu po dokončení studia si byli studenti jistější než s jejich budoucím povoláním. I když nejčastější odpovědí opět bylo, že studenti neví, tuto odpověď si vybralo 21,05 %, bylo to o 5,18 % méně než těch, kteří nevěděli, v jakém oboru plánují být zaměstnáni. Nejčastěji zvoleným hrubým měsíčním příjmem bylo 40 000 Kč, který si vybralo 17,11 % respondentů. Na druhém místě pak byly stejně časté příjmy 45 000 Kč a 50 000 Kč. Oba si vybralo 13,16 % studentů. Relativně nižší hrubé příjmy 30 000 Kč a 35 000 Kč dosáhly také stejného očekávání, kterým bylo 7,89 % studentů. Dále stojí za zmínku příjem 60 000 Kč a příjem nad 100 000 Kč včetně. Oba byly vybrány 5,26 % respondentů. Zajímavé je, že téměř všichni respondenti, kteří vybrali příjem nad 100 000 Kč, plánují jako jejich budoucí profesi podnikání. Zároveň se jednalo pouze o muže. V následujícím grafu č. 10 můžeme vidět na ose X očekávaný příjem v tisících a na ose Y jak často byl tento příjem zmíněn respondenty.

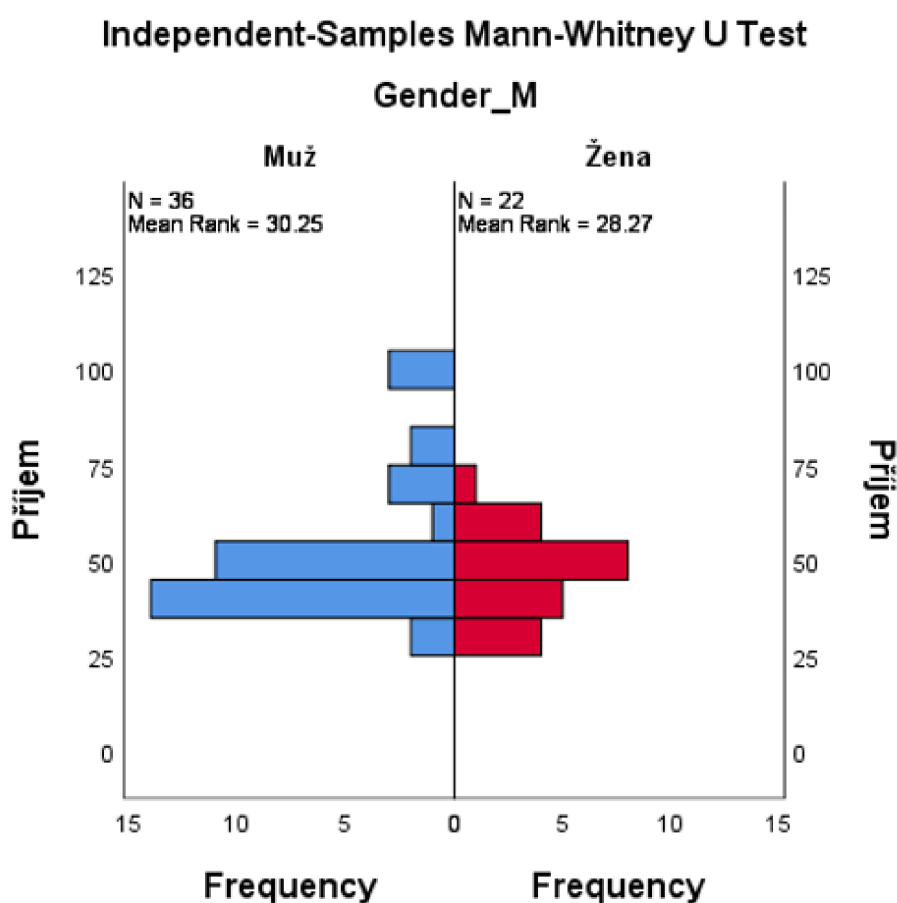
Graf 10 Příjem



Zdroj: vlastní zpracování

Rozdíl v očekávaném příjmu mezi muži a ženami byl také předmětem zájmu. Zatímco podle binárního porovnání očekávali muži průměrně 30 250 Kč, ženy očekávaly 28 270 Kč. Po statistickém ověření Mann-Whitney U testu pomocí programu SPSS ovšem vyšla p-hodnota 0,662. Jelikož p-hodnota je vyšší, než 0,05, nemáme na základě vzorku dat dostatečnou evidenci o tom, že by očekávání výše hrubého příjmu mužů a žen bylo rozdílné. V následovné tabulce můžeme vidět rozdělení mužů a žen podle jejich očekávání hrubého příjmu.

Graf 11 Příjem – pohlaví



Zdroj: vlastní zpracování

### 4.3 Porovnání kvality života studentů

K porovnání kvality života mezi roky 2017, 2022 a 2023 je ještě třeba přidat data z roku 2017. Ta byla vypracována Bc. Martinou Šarounovou (2017). Výzkum byl proveden nejen

na studentech, ale také na respondentech mladší a střední dospělosti a skautech. V této práci však budou předmětem zájmu pouze data vysokoškolských studentů. Všechna data můžeme vidět v následující tabulce.

*Tabulka 7 Kvalita života 2017*

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	94,64	30,52	73,27
Vzdělání	66,07	17,32	59,55
Přátelství	50,89	17,14	72,81
Sport	43,75	13,37	57,27
Kariéra	33,93	15,39	30,18
Zaměstnání	31,25	17,49	45,00
Zdraví	29,46	25,61	74,64
Koníčky, zájmy, záliby	23,21	12,42	61,50
Cestování	21,43	12,08	40,00
Partner	18,75	24,52	72,95
Peníze	13,39	14,60	43,00
Láska	10,71	28,33	59,08
Volný čas	5,36	15,00	50,83
Vztahy	5,36	15,00	48,33
Zábava	5,36	6,67	48,00
Zázemí	5,36	21,67	64,17
Zdraví životní styl	4,46	18,00	55,00
Životní cíle, sny	4,46	16,00	60,00
Duševní pohoda	3,57	17,50	47,50
Spokojenost	3,57	22,50	75,75
Úspěch	3,57	20,00	30,00
Vlastní bydlení	3,57	18,75	22,50
Zvířata	3,57	13,75	83,75
Budoucí rodina	2,68	15,33	27,00
Finanční nezávislost	1,79	32,00	27,50
Štěstí	1,79	25,00	90,00
Dobrodružství	0,89	25,00	20,00
Odkaz	0,89	10,00	0,00
Postavit se na vlastní nohy	0,89	10,00	0,00
Poznání	0,89	25,00	80,00
Seberealizace	0,89	20,00	50,00
Sociální zařazení	0,89	7,00	98,00
Uznání	0,89	10,00	80,00
Zisk	0,89	20,00	60,00
Životní úroveň	0,89	30,00	95,00

Zdroj: vlastní zpracování na základě dat z [26]

Průměrná celková míra spokojenosti uvedená respondenty vyšla 72,76 %. Po vypočítání míry spokojenosti jejich hodnot vyšla průměrná celková spokojenost 64,52 %.

### Porovnání let 2017 a 2022

Rodina byla v roce 2017 naprosto dominující se zmíněním od 94,64 % studentů, důležitostí 30,52 % a spokojeností 73,27 %. V roce 2022 došlo k výrazně menšímu počtu zmínění, rozdíl představoval snížení o 8,60 %. Hodnota důležitosti rodiny se také snížila o 3,52 %, ovšem spokojenost narostla o 4,43 %. Podle mých spekulací byla snížena důležitost rodiny právě kvůli vyšší spokojenosti respondentů. V roce 2022 se masivně zvýšila důležitost zdraví u studentů vysokých škol. Zdraví v roce 2017 zmínilo 29,46 % studentů, zatímco v roce 2022 55,81 %. I když zdraví v roce 2022 zmínilo mnohem více studentů, jeho průměrná důležitost v odpovědích se snížila o 2,06 %. Míra spokojenosti zde byla o 3,07 % vyšší. Dá se říct, že studenti tedy více přemýšlí o svém zdraví, ale jeho důležitost ani spokojenost s ním se výrazně nezměnila. V roce 2017 studenti více než na zdraví mysleli na vzdělání. To bylo zmíněno 66,07 % respondenty, což je o 17,23 % více, než v roce 2022. Důležitost vzdělání mezi roky byla skoro totožná, ale míra spokojenosti s ním v roce 2022 vzrostla o 8,06 %. Peníze jsou další zajímavou hodnotou. V roce 2017 byly peníze zmíněny pouze 13,39 % studentů, ale v roce 2022 je zmínilo 20,93 % studentů. Důležitost byla téměř totožná a míra spokojenosti se v roce 2022 dokonce zvýšila o 7,56 %.

Tabulka 8 Kvalita života 2017 vs Kvalita života 2022

2017

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	94,64	30,52	73,27
Vzdělání	66,07	17,32	59,55
Přátelství	50,89	17,14	72,81
Sport	43,75	13,37	57,27
Kariéra	33,93	15,39	30,18
Zaměstnání	31,25	17,49	45,00

2022

Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	86,05	27,00	77,70
Zdraví	55,81	23,54	78,75
Vzdělání	48,84	17,57	67,62
Přátelé	46,51	20,80	79,05
Práce	41,86	14,92	56,39
Finance	20,93	13,56	50,56

Zdroj: vlastní zpracování

## Porovnání roku 2022 a 2023

V roce 2022 i 2023 vyšla rodina jako nejčastěji zmíněná hodnota. V roce 2023 došlo k snížení počtu studentů, kteří tuto hodnotu zmínili, o 1,20 %. Důležitost ovšem dosáhla zvýšení o 4,50 % a míra spokojenosti se také zvýšila o 4,73 %. Je možné tedy říct, že studenti brali rodinu jako důležitější a byli s ní více spokojeni. U zdraví došlo také k snížení, v roce 2023 bylo zmíněno o 10,36 % méně často. Jeho důležitost byla téměř beze změny a míra spokojenosti měla snížení o 3,08 %. Další důležitou hodnotou je vzdělání, které zmínilo v roce 2023 o 2,68 % více studentů. Přesto jeho důležitost klesla o 1,28 % a míra spokojenosti s ním se téměř nezměnila.

Tabulka 9 Kvalita života 2022 vs Kvalita života 2023

2022			
Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	86,05	27,00	77,70
Zdraví	55,81	23,54	78,75
Vzdělání	48,84	17,57	67,62
Přátelé	46,51	20,80	79,05
Práce	41,86	14,92	56,39
Finance	20,93	13,56	50,56

2023			
Životní téma	Celkem zmíněno v %	Důležitost v %	Míra spokojenosti v %
Rodina	84,85	31,50	82,43
Vzdělání	51,52	16,29	67,06
Zdraví	45,45	24,13	75,67
Zaměstnání	36,36	15,00	51,67
Zájmy	33,33	13,64	61,36
Přátelé	33,33	18,64	72,73

Zdroj: vlastní zpracování

## 4.4 Prověření hypotéz

**Kvalita života:**

**Hypotéza 1:**

**Studenti častěji zmiňovali peníze v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.**

Testované hypotézy:



**H0:** Studenti častěji zmiňovali peníze v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

**H1:** Studenti nezmiňovali peníze v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu častěji.

Pro ověření hypotézy č. 1 bylo využito statistické porovnání za účelem zjištění, zda se se frekvence rodiny v hodnotách opravdu změnila, nebo došlo pouze k náhodě. Hladina významnosti byla stanovena jako 0,05. Po ověření výsledků mezi roky 2017 a 2022 vyšla p-hodnota 0,12, jedná se tedy pouze o náhodu a není možné na základě dat říct, že by nastala jakákoliv změna. H0 tedy zamítáme a přijímáme alternativní hypotézu H1. Mezi roky 2022 a 2023 nedošlo k žádné změně.

### **Hypotéza 2:**

**Studenti častěji zmiňovali zdraví v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.**

Testované hypotézy:

**H0:** Studenti častěji zmiňovali zdraví v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

**H1:** Studenti nezmiňovali zdraví v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu častěji.

Ověření hypotézy č. 2 proběhlo také za využití statistického porovnání za zjištěním frekvence hodnot zdraví. Hladina významnosti byla stanovena jako 0,05. Po ověření výsledků mezi lety 2017 a 2022 vyšla p-hodnota 0,001, která je nižší než 0,05. Můžeme tedy říct, že došlo k častějšímu zmínění zdraví v roce 2022 oproti roku 2017 a přijímáme hypotézu H0. Mezi roky 2022 a 2023 nedošlo k žádné změně.

### **Hypotéza 3:**

**Studenti častěji zmiňovali rodinu v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.**

Testované hypotézy:

**H0:** Studenti častěji zmiňovali rodinu v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

**H1:** Studenti nezmiňovali rodinu v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu častěji.

Hypotéza č. 3 byla ověřena statistickým porovnáním frekvence výskytu hodnoty rodina mezi roky 2017 a 2022. Hladina významnosti byla stanovena jako 0,05. Po vypočítání byla p-hodnota 0,04, tedy větší než 0,05. Na základě tohoto výsledku můžeme říct, že opravdu byl rozdíl v tom, jak často respondenti rodinu zmínili. V roce 2022 byla zmíněna o 8,59 % méně respondenty než v roce 2017. Zamítáme tedy nulovou hypotézu a přijímáme alternativní. Mezi roky 2022 a 2023 nedošlo k žádné změně.

#### **Hypotéza 4:**

**Pro studenty došlo k průměrnému snížení míry spokojenosti v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.**

Testované hypotézy:

**H0:** Pro studenty došlo k průměrnému snížení míry spokojenosti v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

**H1:** Pro studenty nedošlo k průměrnému snížení míry spokojenosti v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.

Hypotéza č. 4 byla také ověřena statistickým porovnáním na základě počtu respondentů za účelem zjištění, zda opravdu můžeme říct, že nastal nějaký rozdíl. Hladina významnosti byla stanovena jako 0,05. P-hodnota mezi roky 2017 a 2022 vyšla 0,46. Nedá se tedy říct, že by mezi roky nastal nějaký rozdíl. Pro kontrolu byla do vzorce vložena i vypočtená míra spokojenosti na základě hodnot, která také vyšla více než 0,05. Zamítáme tedy nulovou hypotézu a přijímáme hypotézu alternativní. Mezi roky 2022 a 2023 nedošlo k žádné změně.

#### **Finanční gramotnost:**

#### **Hypotéza 5:**

**Více než polovina studentů vysokých škol očekává nadprůměrný příjem.**

Testované hypotézy:

**H0:** Více než polovina studentů vysokých škol očekává nadprůměrný příjem.

**H1:** Nadprůměrný příjem neočekává více než polovina studentů vysokých škol.

Většina lidí očekává, že s vyšším vzděláním dosáhneme vyššího příjmu. Tato hypotéza má ověřit, zda tomu tak opravdu je. Průměrný příjem v roce 2023, tedy v době výzkumu, byl 41 256 Kč. [6] Pomocí programu IBM SPSS s hladinou významnosti 0,05 bylo zjištěno, zda

tomu tak skutečně je. P-hodnota vyšla 0,495 a nemůžeme tedy říct, že by tomu tak bylo. Zamítáme tedy nulovou hypotézu H0 a přijímáme hypotézu alternativní H1.

*Tabulka 10 Nadprůměrný příjem*

	Test Value = 0.5					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Příjem_01_40	-0,686	75	0,495	-0,03947	-0,1541	0,0752

Zdroj: Vlastní zpracování

### **Hypotéza 6:**

**Muži očekávají vyšší příjem než ženy.**

Testované hypotézy:

**H0:** Muži očekávají vyšší příjem než ženy.

**H1:** Muži neočekávají vyšší příjem než ženy.

V dnešní době u nás ženy v průměru vydělávají o 16,4 % méně než muži. [7] Přišlo mi proto zajímavé zjistit, zda je očekávání studentek vysokých škol o jejich budoucím platu jiné než u studentů. Tato hypotéza byla pomocí programu IBM SPSS a hladiny významnosti 0,05 ověřena. P-hodnota vyšla s hodnotou 0,95 a nemůžeme tedy říct, že by ženy měly jiné očekávání než muži. Nulovou hypotézu tedy zamítáme a přijímáme alternativní hypotézu H1.

### **Hypotéza 7:**

**Více než polovina studentů správně zodpoví alespoň 80 % otázek na finanční gramotnost.**

Testované hypotézy:

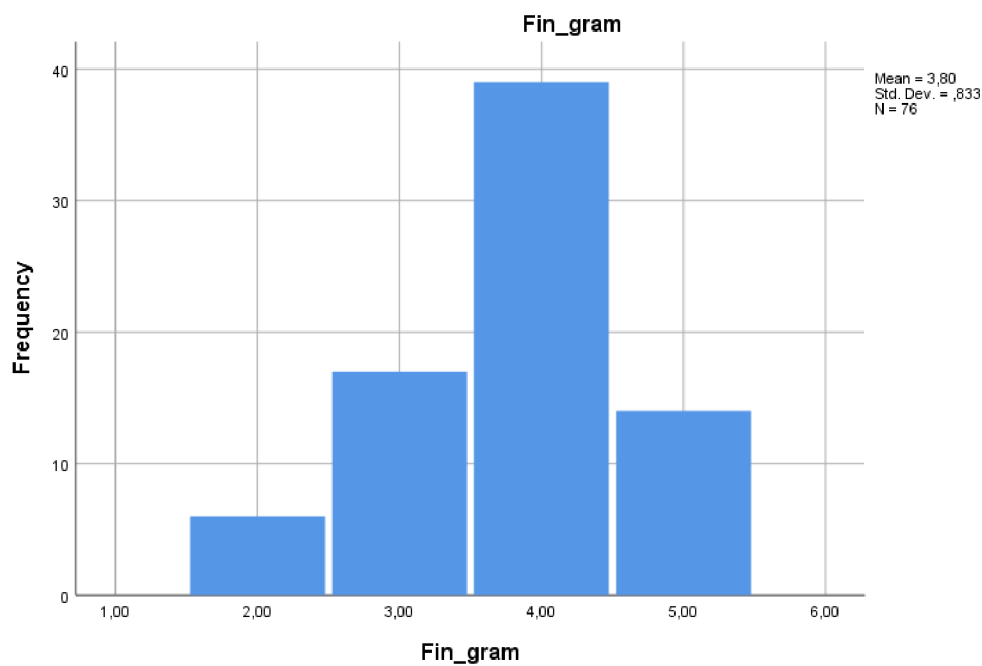
**H0:** Více než polovina studentů správně zodpoví alespoň 80 % otázek na finanční gramotnost.

**H1:** Alespoň 80 % otázek na finanční gramotnost nezodpoví správně více než polovina studentů.

Pro vyhodnocení finanční gramotnosti studentů bylo využito pěti otázek. První otázkou bylo, zda si student vytváří rezervy. Druhou otázkou byla znalost rozdílu kreditních a debetních karet. Třetí otázka byla definice úrokové sazby. Čtvrtá otázka rozebírala definici RPSN

a poslední pátá otázka zjišťovala, zda studenti znají definici inflace. Nenašel se jediný student, který by měl nula nebo jeden bod. Většina studentů měla čtyři body. Nejméně studentů mělo dva body. Po vložení výsledných dat do programu IBM SPSS vyšlo, že opravdu většina studentů měla alespoň 80 % bodů. Přijímáme tedy nulovou hypotézu H0. V grafu je možné vidět rozdělení studentů podle dosažených bodů.

*Graf 12 Finanční gramotnost*



Zdroj: Vlastní zpracování

## 5 Shrnutí a diskuse výsledků

V současné době se stále klade větší důraz na důležitost řešení problémů, kterým čelí studenti při jejich vysokoškolském studiu. Mezi tyto problémy patří převážně různé psychické problémy, jako stres a úzkosti, ale také fyzické, které s nimi mají přímé spojení. **Prvním cílem bakalářské práce bylo zjistit vývoj kvality života a hodnot studentů vysokých škol mezi lety 2017, 2022 a 2023.** Na základě výsledků a jejich statistickým ověřením jsme došli k několika závěrům. Na základě hypotézy č. 2 můžeme například tvrdit, že **„zdraví“ studenti v roce 2022 zmiňují častěji, než tomu tak bylo v předchozím zkoumaném roce 2017.** Při začátku pandemie covid-19 nemohli studenti chodit na prezenční výuku a podle výzkumu Akademie věd České republiky [1] **pandemie výrazně poznamenala psychické zdraví studentů.** Pro toto zjištění byla využita škála CES-D 8, která rozděluje na škále od 1 do 4 respondenty podle jejich sklonu k depresi. Čím vyšší je hodnocení na škále, tím vyšší sklon je. Zatímco podle European Social Survey měli studenti vysokých škol v roce 2014 průměr depresivních symptomů 1,5, v roce 2020 při začátku pandemie dosáhl až 2,3, **tedy došlo k výraznému navýšení depresivních symptomů.** V roce 2021 pak došlo k dalšímu nepatrnému posunu na 2,4. Je tedy pochopitelné, že studenti v současné době zmiňují na základě výsledků této práce zdraví častěji. Dalším faktorem, který mohl ke zvýšení depresivity přidat, byla velká míra osamělosti. **Podle škály osamělosti Kalifornské univerzity v Los Angeles bylo 37 % studentů osamělých.**

Ačkoliv tato práce v hypotéze č. 1 na základě dat **nemohla dokázat změnu v tom, jak často studenti zmiňují finance** jako jednu z jejich základních hodnot, výzkum Akademie věd České republiky [1] také zkoumal finanční situaci studentů v době pandemie. Podle výsledků výzkumu zjistili, že **téměř třetina studentů přišla o zaměstnání.** Tato okolnost měla pak negativní účinek na finanční zajištění studentů. V době pandemie mělo hodnotu 71 %, zatímco ještě před pandemií tato hodnota ukazovala 88 %. **Nečekaný výdaj ve výši 12 000 Kč by si ani nemohlo dovolit zaplatit 38 % studentů.** Své výdaje pak nedokázalo v této době ani pokrýt 12 % studentů. Podle těchto výsledků by bylo možné říct, že **vývoj finanční situace studentů byl negativní.**

V roce 2009 se Česká republika s pomocí Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy účastnila mezinárodního projektu EUROSTUDENT IV, který zkoumal mimo jiné názory vysokoškolských studentů, náklady spojené se studiem a očekávané příjmy po absolvování. Očekávané příjmy jsou právě zajímavým faktorem, kterým jsem se zabýval

i v této práci. Podle výsledků projektu EUROSTUDENT IV očekávalo 70 % studentů nadprůměrný příjem, po dokončení studia na vysoké škole. Tento výsledek je velmi rozdílný se současným očekáváním studentů, ke kterému jsme došli v této práci po statistickém ověření v hypotéze č. 5. **Za posledních 15 let tedy podle dostupných dat můžeme říct, že došlo ke snížení očekávání vysokoškolských studentů.** K tomuto snížení mohly vést i ostatní negativní faktory ovlivňující studenty a obecně snížení očekávání o jejich budoucnosti. Dalším závěrem, ke kterému výzkumníci EUROSTUDENT IV došli, byl značný rozdíl mezi očekáváním mužů a žen. Zatímco z mužů očekávalo nadprůměrný příjem 80 %, u žen se jednalo o pouhých 60 %. Tento výsledek je značně rozdílný s výsledky hypotézy č. 6, podle které **na základě statistického ověření není rozdíl mezi očekáváním mužů a žen.** Přestože u nás v současné době stále panuje rozdíl v průměrné mzdě mezi muži a ženami, **očekávání obou pohlaví se dostala do jisté rovnováhy.** [19]

Tabulka 11: Shrnutí výsledků hypotéz

<b>H1:</b>	<b>Studenti častěji zmiňovali peníze v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.</b> <i>Na základě vzorku nemáme dostatečnou evidenci pro potvrzení hypotézy.</i>	p-hodnota = 0,12 <b>Zamítáme</b>
<b>H2:</b>	<b>Studenti častěji zmiňovali zdraví v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.</b> <i>Hypotéza potvrzena.</i>	p-hodnota = 0,001 <b>Přijímáme</b>
<b>H3:</b>	<b>Studenti častěji zmiňovali rodinu v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.</b> <i>Přijata alternativní hypotéza o opaku.</i>	p-hodnota = 0,04 <b>Zamítáme</b>
<b>H4:</b>	<b>Pro studenty došlo k průměrnému snížení míry spokojenosti v dobách zvýšené inflace, pandemie a invaze na Ukrajinu.</b> <i>Na základě vzorku nemáme dostatečnou evidenci pro potvrzení hypotézy.</i>	p-hodnota = 0,46 <b>Zamítáme</b>
<b>H5:</b>	<b>Více než polovina studentů vysokých škol očekává nadprůměrný příjem.</b> <i>Na základě vzorku nemáme dostatečnou evidenci pro potvrzení hypotézy.</i>	p-hodnota = 0,495 <b>Zamítáme</b>
<b>H6:</b>	<b>Muži očekávají vyšší příjem než ženy.</b> <i>Na základě vzorku nemáme dostatečnou evidenci pro potvrzení hypotézy.</i>	p-hodnota = 0,95 <b>Zamítáme</b>
<b>H7:</b>	<b>Více než polovina studentů správně zodpoví alespoň 80 % otázek na finanční gramotnost.</b> <i>Na základě bodů byla hypotéza potvrzena.</i>	na základě bodů <b>Přijímáme</b>

Zdroj: vlastní zpracování

V tabulce č. 11 jsou srovnány všechny hypotézy podle jejich očíslování. Vedle nich můžeme vidět celé znění hypotézy a kurzívou pod nimi slovní vysvětlení jejich výsledků. V posledním řádku je pak výsledná p-hodnota, která sloužila ke statistickému ověření hypotézy, a zda byla následně hypotéza přijata. Jedinou výjimkou je hypotéza č. 7, která byla určena na základě bodů. Hypotézy s p-hodnotou blíží se 0,05 by byly zajímavými kandidáty pro další výzkum s větším počtem respondentů, který by mohl přesněji určit, zda opravdu k nějakému rozdílu v těchto hodnotách došlo. Hlavním kandidátem pro tento výzkum by byla hodnota peníze, která dosáhla p-hodnoty 0,12. Naopak hypotéza č. 4 dosáhla p-hodnoty 0,46 a je tedy mnohem méně pravděpodobné, že by větší korpus dat vedl k určení změny v průměrné spokojenosti studentů.

## 6 Závěry a doporučení

Prvním cílem bakalářské práce bylo zjistit, **zda se změnila kvalita života studentů vysokých škol a jejich hodnoty v porovnání s dřívějšími obdobími.** Druhým cílem bylo **zjistit úroveň finanční gramotnosti studentů, jejich preference v nakládání s penězi a kariérní plány.** V praktické části bylo rozebráno spojení mezi finanční gramotností a kvalitou života. Po získání všech odpovědí respondentů byla data vložena do tabulek v Excelu a byla zpracována a porovnána. Kvalita života byla zjišťována metodou SEIQoL ([viz. Odkaz č. 3](#)). Data z dotazníku finanční gramotnosti byla zpracována programem IBM SPSS. Po získání všech potřebných dat bylo třeba data statisticky porovnat, abychom bylo možné s jistotou říct, zda došlo ke změně a také jestli data na sebe byla vázána. Jako hladina významnosti byla určena hodnota 5 %.

První čtyři hypotézy navazovaly na dotazník kvality života SEIQoL. **Byly porovnány roky 2017 a 2022.** Rok 2023 byl také porovnán s rokem 2022, ovšem zde nedošlo k žádným prokazatelným změnám. Proto všechny hypotézy mluví o porovnání roku **2017 a 2022.** V hypotéze č. 1 byla snaha zjistit, zda studenti v dnešní více stresující době častěji zmiňují peníze v dotazníku. Hypotéza byla postavená na zvyšující se inflaci a finančně složitější době pro studenty. Po statistickém ověření vyšla p-hodnota 0,12 a hypotéza byla zamítnuta. **Na základě dat nemůžeme říct, že by došlo ke změně výskytu hodnoty „peníze“ u vysokoškolských studentů mezi zkoumanými obdobími.** Obsah hypotézy č. 2 bylo to, zda studenti v dnešní době častěji zmiňují zdraví. Hypotéza byla založena na pandemii covid-19, která v době výzkumu byla stále často zmiňována a také na invazi Ruska na Ukrajinu, která mnohé lidi dovedla k větším obavám o jejich zdraví. Po ověření hladiny významnosti vyšla p-hodnota 0,001. **Studenti vysokých škol tedy častěji zmiňují zdraví v roce 2022.** V hypotéze č. 3 byl předpoklad zvýšení důležitosti rodiny. S častějším pobytem doma v období pandemie bylo zajímavé zjistit, zda se nyní hodnota „rodina“ mezi studenty objeví častěji. Po statistickém ověření vyšla p-hodnota 0,04. Nastal zde tedy opravdu rozdíl, ovšem **opačným** směrem, než bylo očekáváno. **V roce 2017 zmínilo rodinu o 8,59 % více respondentů než v roce 2022.** Hypotéza byla tedy zamítnuta. Poslední hypotézou zabývající se kvalitou života byla hypotéza č. 4., která se týkala snížení průměrné míry spokojenosti vysokoškolských studentů. Po ověření vyšla p-hodnota 0,46, tedy nad hladinou významnosti. **Nedá se tedy říct, že by došlo ke změně průměrné míry spokojenosti** a hypotéza byla zamítnuta.



Další tři hypotézy byly ověřeny z dat dotazníku finanční gramotnosti, který byl vytvořen za pomoci Ing. Jaroslavy Dittrichové, Ph.D. Na statistickém ověření těchto dat se účastnil Mgr. Jiří Haviger, Ph.D. Hypotéza č. 5 se zabývala tím, zda více než polovina studentů vysoké školy očekává nadprůměrný příjem. Většina lidí očekává, že vyšší vzdělání přináší i vyšší příjem. Hypotéza byla ověřena statistickou metodou v programu IBM SPSS. P-hodnota vyšla 0,495 **a není tedy na základě dat možné říct, že by studenti očekávali nadprůměrný hrubý příjem po dokončení vysoké školy.** V hypotéza č. 6 se zjišťovalo, zda muži očekávají vyšší příjem než ženy. Ženy v dnešní době mají stále nižší průměrný příjem, a proto mi přišlo zajímavé porovnat, zda studentky vysokých škol nižší příjem i očekávají. Pomocí programu IBM SPSS a hladiny významnosti 0,05 vyšla p-hodnota 0,95. Podle tohoto výsledku **ženy odlišný příjem oproti mužům neočekávají** a hypotéza byla tedy zamítnuta. V poslední hypotéze č. 7 bylo očekávání, že **alespoň polovina studentů zodpoví správně alespoň 80 % otázek na finanční gramotnost. Po vyhodnocení výsledků byla hypotéza potvrzena.** Na základě vzorků bylo možno dvě hypotézy potvrdit a u hypotézy č. 3 nalézt trend opačným směrem, než hypotéza očekávala. Výsledky ostatních hypotéz buď vyvrátily existenci vývoje v hodnotách studentů, nebo byl vzorek respondentů nedostatečný pro zjištění těchto změn. Například u hypotézy č. 1 byla relativně nízká p-hodnota 0,12 a u většího korpusu bychom mohli být schopni nalézt rozdíly ve vývoji hodnoty „peníze“. Naopak hypotéza č. 6 měla velmi vysokou p-hodnotu 0,95 a můžeme si být tedy jistější, že výsledek není tolik ovlivněn menším počtem respondentů.

**Většina studentů v dnešní době šetří peníze hlavně na zábavu** a pouze necelá polovina má brigádu jako příjem financí. **Dvacet šest procent studentů na vysoké škole nemá ponětí, v jakém oboru by chtěla pracovat.** Tento výsledek byl pro mě překvapivý vzhledem k tomu, že na vysoké škole již studenti nějaký konkrétní obor studují, ale přesto mnozí neví, zda v něm budou po ukončení studia pokračovat. **Pokud jde o zdroj informací o finanční věci, pouhá třetina studentů uvedla školní vzdělání.** Na výuku finanční gramotnosti by se měl na školách, převážně těch středních, klást větší důraz. Pokud jde o výsledky dotazníku kvality života, **můžeme vidět o kolik více si dnes lidé uvědomují zdraví jako jednu ze základních hodnot.** Jakmile lidé cítí ohrožení některé z jejich hodnot, začnou o ní mnohem více přemýšlet a vážít si jí. Tento výzkum by byl možný využít i u jiných souborů respondentů než pouze u studentů. Finanční gramotnost i kvalita života by byly možné porovnat mezi studenty a dospělými, což by mohlo vést k zajímavým rozdílům mezi jednotlivými generacemi a ukázat případné rozdíly v pohledech a hodnotách dospělých lidí a studentů vysokých škol.

## 7 Seznam použité literatury

1. BÁRTA, Zbyněk. Finanční gramotnost: výpočty v Excelu. Řízení školy (Wolters Kluwer). Praha: Wolters Kluwer, 2014. ISBN 978-80-7478-483-5.
2. CÍRUS, Lukáš a CÍRUS, Aleš. Informační a finanční gramotnost. Ústí nad Labem: Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem, 2016. ISBN 978-80-7561-044-7.
3. REKTOŘÍK, Jaroslav. Ekonomika a řízení odvětví veřejného sektoru. 2., aktualiz. vyd. Praha: Ekopress, 2007. ISBN 978-80-86929-29-3.
4. HUBÁČKOVÁ, Lia. 33 základních postupů jak překonat stres při obchodování: [udržujte si dobrou kondici]. Brno: Computer Press, 2003. ISBN 80-251-0016-2.
5. JOSHI, Vinay. Stres a zdraví. Rádci pro zdraví. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-211-9.
6. KNAPÍK, Ján. Hodnotová orientácia študentov vysokých škôl. Ružomberk: Verbum - vydavateľstvo Katolíckej univerzity, 2020. ISBN 978-80-561-0781-2.
7. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Psychologie zdraví. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-551-2.
8. LUX, Martin a KOSTELECKÝ, Tomáš (ed.). Bytová politika: teorie a inovace pro praxi. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). Praha: Sociologické nakladatelství (SLON) v koedici se Sociologickým ústavem AV ČR, 2011. ISBN 978-80-7330-205-4.
9. LUX, Martin. Bydlení – věc veřejná: sociální aspekty bydlení v České republice a zemích Evropské unie. Studie (Sociologické nakladatelství). Praha: Sociologické nakladatelství, 2002. ISBN 80-86429-12-1.
10. MACKŮ, Karel. Multidisciplinární hodnocení kvality života v Evropě na regionální úrovni. Terra notitia. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci pro katedru geoinformatiky, 2020. ISBN 978-80-244-5841-0.
11. MAREŠ, Jiří. Kvalita života u dětí a dospívajících. Brno: MSD, 2008. ISBN 80-86633-65-9.
12. SOUKAL, Ivan. Ekonomická gramotnost. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-554-7.
13. SPĚVÁČEK, Vojtěch. Makroekonomická analýza: magisterský kurz. [Praha]: Vysoká škola ekonomie a managementu, 2007. ISBN 978-80-86730-26-4.

## 8 Elektronické zdroje

[1] Akademie věd České republiky. *Vysokoškolští studenti po třetí vlně pandemie koronaviru*. [online]. [cit. 2024-04-03]. Dostupné z: <https://www.avcr.cz/cs/pro-media/tiskove-zpravy/Vysokoskolsti-studenti-po-treti-vlne-pandemie-koronaviru/#:~:text=P%C5%99ed%20pandemi%C3%AD%20covid%2D19%20byl,se%20tedy%20o%20v%C3%BDrazn%C3%BD%20n%C3%A1r%C5%AFst.&text=Krom%C4%9B%20depresivity%20jsme%20t%C3%A9%C5%BE%20m%C4%9B%C5%99ili%20pocit%C4%9Blosti>.

[2] BENEŠ, Martin, 2021. *Co je to finanční gramotnost, proč je dobré ji budovat a jak na tom vlastně jsme?*. In: magazin.portu.cz [online]. 17. února 2021 [cit. 2024-03-22]. Dostupné z: <https://magazin.portu.cz/co-je-to-financi-gramotnost-proc-je-dobre-ji-budovat-a-jak-na-tom-vlastne-jsme/>

[3] BRENKUŠOVÁ, Kateřina, 2023. *Co je stres a jak ho zvládat? Jeho příčiny, příznaky a co pomáhá*. In: vegmart.cz [online]. 20. října 2023. [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://vegmart.cz/jak-zvladat-stres>

[4] Česká průmyslová zdravotní pojišťovna. *Stres*. [online]. [cit. 2024-03-29]. Dostupné z: <https://www.cpzp.cz/clanek/5308-0-Stres.html>

[5] Český statistický úřad – *Indexy spotřebitelských cen – inflace – prosince 2022*. [online]. 2023 [cit. 2024-03-28]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/cr/indexy-spotrebitelskych-cen-inflace-prosinec-2022>

[6] Český statistický úřad – *Průměrné mzdy – 1. čtvrtletí 2023*. [online]. 5. června 2023 [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/cr/indexy-spotrebitelskych-cen-inflace-prosinec-2022>

[7] *Evropa chce rovné platy mužů a žen. V Česku se rozdíl v odměňování pohybuje kolem 16 % v neprospěch žen*. In: byznysprospolecnost.cz [online]. 7. června 2023 [cit. 2024-03-24]. Dostupné z: <https://byznysprospolecnost.cz/evropa-chce-rovne-platy-muzu-a-zen-v-cesku-se-rozdil-v-odmenovani-pohybuje-kolem-16-v-neprospech-zen/#:~:text=V%20%C4%8Cesku%20se%20rozd%C3%ADl%20v%20odm%C4%9B%C5%88ov%C3%A1n%C3%AD%20pohybuje%20kolem%2016%20%25%20v%20neprosp>

[C4%9Bch%20%C5%BEen,-](#)

[7.6.2023&text=%C5%BDeny%20v%20%C4%8Cesku%20musely%20v,rozd%C3%AD1%20v%20EU%20%C4%8Din%C3%AD%2013%20%25](#)

[8] Evropský informační portál o očkování. *Covid-19*. [online]. [cit. 2024-03-11]. Dostupné z: <https://vaccination-info.europa.eu/cs/covid-19-0>

[9] FURTADO, Andre, 2020. *Jak zlepšit kvalitu svého života?*. In: [mojezdрави.cz](http://mojezdрави.cz) [online]. 13. května 2020 [cit.2024-03-26]. Dostupné z: <https://www.mojezdрави.cz/zdravy-zivotni-styl/jak-zlepsit-kvalitu-sveho-zivota-5578.html>

[10] HROMADA, Eduard. DEVELOPMENT OF THE REAL ESTATE MARKET IN THE CZECH REPUBLIC IN CONNECTION WITH THE COVID-19 PANDEMIC. Online. Proceedings of the 15th economics & finance conference, s. 169-176. 2336-6044. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000730839300014>. [paywall] [cit. 2024-03-08]

[11] HROMADA, Eduard; HERALOVÁ, Renata Scheinderova; CERMÁKOVÁ, Klára; PIECHA, Marian a KADERÁBKOVÁ, Božena. Impacts of Crisis on the Real Estate Market Depending on the Development of the Region. Online. Buildings, volume 13, issue 4. 2075-5309. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000977623500001>. [paywall] [cit. 2024-03-08]

[12] HOLUB, Petr, 2020. *Výpočet pro drsný rok 2022. Inflace bere rodinám až třetinu peněz*. In: [seznamzpravy.cz](http://seznamzpravy.cz) [online]. 3. ledna 2022 06:00 [cit. 2024-03-28]. Dostupné z: <https://www.seznamzpravy.cz/clanek/domaci-zivot-v-cesku-vypocet-pro-drsny-rok-2022-inflace-sebere-rodinam-az-tretinu-penez-183928>

[13] KANTSEDAL, Nataliya; CHERNENKO, Kseniia; DUGAR, Tetiana; LEHA, Olha; YALOVEHA, Luidmyla a PRIYDAK, Tatiana. Impact of Russia's invasion of Ukraine on world finance. Online. Cuestiones politicas, volume 41. issue 78. s. 662-677. 0798-1406. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:001061870200042>. [paywall] [cit. 2024-03-08]

[14] KRČOVÁ, Daniela, 2022. *STRES – JAK S NÍM BOJOVAT A NENÍČIT SI ZDRAVÍ*. In: [botanic.cz](http://botanic.cz) [online]. 21. března 2022. [cit. 2024-03-18]. Dostupné z: <https://vegmart.cz/jak-zvladat-stres>

- [15] KUNERTO VÁ, Bohumila, 2023. *Jak finanční stres ovlivňuje lidské zdraví*. In: novinky.cz [online]. 15. dubna 2023 [cit. 2024-03-16]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/clanek/zena-zdravi-jak-financni-stres-ovlivnuje-lidske-zdravi-40427635>
- [16] LANDINO, Rita, 2016. Growth and Change Through the College Years. In: psychcentral.com [online]. 17. května 2016. [cit. 2024-03-28]. Dostupné z: <https://psychcentral.com/lib/growth-and-change-through-the-college-years#3>
- [17] MAREŠ, David. Development of Socio-economic Condition of the Population and the Real Estate Market – Research in the Czech Republic. Online. Hradec economic days, PT II, 2019, volume 9, s. 57-67. 2464-6067. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000462181100005>. [paywall] [cit. 2024-03-08]
- [18] Ministerstvo financí České republiky – *Výsledky měření finanční gramotnosti 2020: DOMÁCÍ ROZPOČET A FINANČNÍ REZERVY*. [online]. 2020 [cit. 2024-03-14]. Dostupné z: <https://financnigramotnost.mfcr.cz/cs/pro-odborniky/mereni-urovne-financni-gramotnosti/2020/domaci-rozpocet-a-financni-rezervy-3227>
- [19] Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Hlavní výsledky výzkumu studentů (EUROSTUDENT IV). [online]. [cit. 2024-04-05]. Dostupné z: [https://www.msmt.cz/file/479\\_1\\_1/](https://www.msmt.cz/file/479_1_1/)
- [20] OPLETALOVÁ, Alena. Financial education and financial literacy in the Czech education system. Online. 5th ICEEPSY International Conference on Education & Educational Psychology, volume 171. s. 1176-1184. 1877-0428. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000380543800158>. [paywall] [cit. 2024-03-08]
- [21] PROKEŠ, Michaela. Sleep quality and sleep routines as mediators of stressors and life satisfaction in Czech university students: a structural equation model. Online. Frontiers in psychology, volume 14. 1664-1078. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:001066468800001>. [paywall] [cit. 2024-03-08]
- [22] Rada Evropské unie – *Jak ruská invaze na Ukrajinu prohlubuje celosvětovou potravinovou krizi*. [online]. [cit. 2024-03-16]. Dostupné z:

<https://www.consilium.europa.eu/cs/infographics/how-the-russian-invasion-of-ukraine-has-further-aggravated-the-global-food-crisis/>

[23] Rada vlády pro duševní zdraví. – Dopady krize způsobené koronavirem SARS-CoV-2 a duševního zdraví populace ČR. [online]. [cit. 2024-03-14]. Dostupné z: <https://www.mzcr.cz/wp-content/uploads/2020/01/Dopady-krize-zpusobené-koronavirem-SARS-CoV-2-a-duševního-zdraví-populace-ČR.pdf>

[24] ROEMELING, Peter, 2021. *Spranger's motives*. In: peterroemeling.nl [online]. 27. ledna 2021. [cit. 2024-03-22]. Dostupné z: <https://peterroemeling.nl/en/2021/01/sprangers-motives.html>

[25] SCONTI, Alessia. Having Trouble Making Ends Meet? Financial Literacy Makes the Difference. Online. Italian economic journal, volume 10. issue 1. s. 377-408. 2199-322X. Dostupné z Web of Science, <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000898652600001>. [paywall] [cit. 2024-03-08]

[26] ŠAROUNOVÁ, Martina, 2017. *Kvalita života a výzkum hodnotového systému současné generace* [online]. Hradec Králové, 2017 [cit. 2024-03-28]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/vzwwgb/STAG87401.pdf?lang=en>. Diplomová práce. Univerzita Hradec Králové, Fakulta informatiky a managementu. PhDr. Věra STRNADOVÁ, Ph.D.

[27] *Válka Rusko – Ukrajina*. Novinky.cz. [online]. [cit. 2024-03-16]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/tag/konflikt-rusko-ukrajina-65011>

## **9 Seznam grafů**

Graf 1 Zdroj příjmu

Graf 2 Riziko

Graf 3 Zdroj informací

Graf 4 Bankovní produkty

Graf 5 Nemovitost

Graf 6 RPSN

Graf 7 Zaměstnání

Graf 8 Zaměstnání – muži

Graf 9 Zaměstnání – ženy

Graf 10 Příjem

Graf 11 Příjem – pohlaví

Graf 12 Finanční gramotnost

## **10 Seznam tabulek**

Tabulka 1 Kvalita života 2022

Tabulka 2 Kvalita života 2023

Tabulka 3 Pohlaví

Tabulka 4 Rezervy

Tabulka 5 Investice

Tabulka 6 Oběť podvodu

Tabulka 7 Kvalita života 2017

Tabulka 8 Kvalita života 2017 vs Kvalita života 2022

Tabulka 9 Kvalita života 2022 vs Kvalita života 2023

Tabulka 10 Nadprůměrný příjem

Tabulka 11 Shrnutí výsledků hypotéz

# 11 Přílohy

## 11.1 Průzkum finanční gramotnosti

### Průzkum finanční gramotnosti

Pohlaví

- Muž |  Žena

Věk

---

Co tvoří hlavní zdroj vašeho příjmu?

- Brigáda  Stipendium  
 Rodiče  Zaměstnání  
 Jiné

Půjčil/a jste si někdy peníze?

- Ano |  Ne

Pokud ano, na co jste půjčené peníze využil/a?

---

Vytváříte si rezervy?

- Ano |  Ne

Investujete své peníze?

- Ano |  Ne

Preferujete:

- Větší riziko a větší výnosnost  
 Menší riziko a menší výnosnost

Odkud získáváte znalost o finanční věci?  
(možné vybrat více možností)

- Vlastní zkušenost  Finanční poradce  
 Z internetu  V rodině  
 Ze základní školy  Ze střední školy  
 Z vysoké školy  Od přátel  
 Ze sociálních sítí  Jiné

Děláte si finanční rozpočet?

- Ano |  Ne |  Občas

### Průzkum finanční gramotnosti

Stal/a jste se někdy obětí podvodu?

- Ano |  Ne

Preferujete spíše:

- Likviditu  Bezpečnost  Výnosnost

Jaké bankovní produkty používáte?  
(možné vybrat více možností)

- Stavební spoření  Životní pojištění  
 Běžný účet  Spořicí účet  
 Doplnkové penzijní spoření  Investiční produkty  
 Žádné  Jiné

Na co nejčastěji spoříte peníze?

- Na stáří  Na dovolenou  
 Na bydlení  Na vzdělání  
 Další zboží (elektronika...)  Nevím  
 Rezerva pro případ nečekané události

Jaké finanční produkty využíváte?  
(možné vybrat více možností)

- Depozitní  Úvěrové  
 Investiční  Žádné

Jaký úvěr jste již využil/a?  
(možné vybrat více možností)

- Hypoteční  Spotřebitelský  
 Kontokorent  Žádný

Znáte rozdíl mezi debetní a kreditní kartou?

- Ano |  Ne

Uvažujete o pořízení vlastního bydlení na hypotéku  
v následujících pěti letech po ukončení studia?

- Ano |  Ne

Pokud ano, z čeho budete financovat podíl  
vlastních zdrojů (který je povinný)?

- Rezerva (spořicí účet, termínovaný účet...)  
 Stavební spoření  
 Dar od rodičů, prarodičů  
 Dědictví  
 Jiné, například: (vyplňte)



## Průzkum finanční gramotnosti

Jakou nemovitost byste si pořídili?

- Dům
- Byt
- Chatu
- Jinou

Víte, co je to úroková sazba?

- Náklady na vypůjčení peněz v Kč
- Procento, které zvyšuje objem zapůjčených/uložených peněz
- Poměr bezpečnosti vypůjčených peněz
- Procento vypůjčené částky, které musíme před vypůjčením již vlastnit
- Nevím

Víte, co je to RPSN?

- Poměr výše hypotéky k ceně nemovitosti
- Celkové náklady úvěru vyjádřeny jako roční procento
- Cena konsolidace úvěrů
- Roční průměrné snížení nákladovosti
- Nevím

Víte, co je to inflace?

- Zhodnocení peněz
- Nárůst cen konkrétního produktu
- Výše celkového oběživa
- Nárůst všeobecné cenové hladiny
- Nevím

## Průzkum finanční gramotnosti

Jaké zaměstnání (v jaké profesi/oboru) a jaký hrubý příjem si představujete po dokončení vysoké školy?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 11.2 Dotazník kvality života SEIQoL

FORMULÁŘ PRO ZJIŠŤOVÁNÍ KŽ METODOU SEIQoL (Křivohlavý, 2001)

Jméno a příjmení:

Dnešní datum:

Rok narození:

Důležitost daného tématu v %	Životní téma – Oč vám v životě jde především (5 životních cílů)	Míra spokojenosti v % (v každé řádce od 0 do 100 %)
	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

Je to tak dobré, jak jen to dobré může být

# 12 Zadání práce z IS (eVŠKP)



Univerzita Hradec Králové  
Fakulta informatiky a managementu

## Zadání bakalářské práce

<b>Autor:</b>	<b>Vojtěch Kučera</b>
Studium:	I2100659
Studijní program:	B0413A050021 Ekonomika a management
Studijní obor:	Ekonomika a management
<b>Název bakalářské práce:</b>	<b>Výzkum hodnotového systému a finanční gramotnosti u vysokoškolských studentů v současném období</b>
Název bakalářské práce AJ:	Research on the value system and financial literacy of university students in the current period

### Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Cíl práce: Cílem práce je analyzovat kvalitu života studentů vysokých škol v průběhu času a jejich finanční gramotnost pomocí rozhovoru a dotazníku. Na základě těchto výsledků vyhodnotit změny v kvalitě života, korelaci mezi hodnotami studentů a jejich finanční gramotností a navržení možných doporučení.

Úvod

Cíl práce

TEORETICKÁ ČÁST TEXTU

#### 1.1 Lidské hodnoty

- 1.1.1 Vymezení hodnot
- 1.1.2 Klasifikace hodnot
- 1.1.3 Faktory dočasně ovlivňující důležitost hodnot
- 1.1.4 Vliv vysokoškolského studia na hodnoty

#### 1.2 Kvalita života

- 1.2.1 Charakteristiky kvality života
- 1.2.2 Kvalita života v česko-slovenské geografii

#### 1.3 Klíčové faktory ovlivňující kvalitu života

- 1.3.1 Pandemie Covid – 19
- 1.3.2 Invaze Ukrajiny
- 1.3.3 Zvyšující se inflace

#### 1.4 Finanční gramotnost u mladých lidí v současnosti

- 1.4.1 Význam finanční gramotnosti
- 1.4.2 Národní strategie finančního vzdělávání v ČR
- 1.4.3 Problémy nedostatečných znalostí v oblasti financí
- 1.4.4 Návrhy postupů k lepšímu zacházení s penězi

## PRAKTICKÁ ČÁST TEXTU

### 2.1 Úvod

- 2.1.1 Cíl výzkumu

### 2.2 Metodologie

- 2.2.1 Skupina respondentů
- 2.2.2 Metoda SEIQoL
- 2.2.3 Dotazník finanční gramotnosti
- 2.2.4 Postup při provádění výzkumu

### 2.3 Vyhodnocení výsledků

- 2.3.1 Metoda SEIQoL
- 2.3.2 Dotazník finanční gramotnosti
- 2.3.3 Shrnutí

### 2.4 Diskuse

### 2.5 Závěr

## 3 ZDROJE

### 3.1 Literatura

### 3.2 Elektronické zdroje

1.

KNAPÍK, Ján. *Hodnotová orientácia študentov vysokých škôl*. Ružomberk: Verbum - vydavateľstvo Katolíckej univerzity, 2020. ISBN 978-80-561-0781-2.

2.

MACKŮ, Karel. *Multidisciplinárni hodnocení kvality života v Evropě na regionální úrovni*. Terra notitia. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci pro katedru geoinformatiky, 2020. ISBN 978-80-244-5841-0.

3.

NOTARP, Ulrike. *Cultural differences in concepts of life and partnership: a comparative study on lifestyles in Europe*. Prague: Charles University, Karolinum Press, 2020. ISBN 978-80-246-4331-1.

4.

MAREŠ, Jiří. *Kvalita života u dětí a dospívajících*. Brno: MSD, 2008. ISBN 80-86633-65-9.

5.

CÍRUS, Lukáš a CÍRUS, Aleš. *Informační a finanční gramotnost*. Ústí nad Labem: Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem, 2016. ISBN 978-80-7561-044-7.

6.

SOUKAL, Ivan. *Ekonomická gramotnost*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-554-7.

Zadávací pracoviště: Katedra managementu,  
Fakulta informatiky a managementu

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

Datum zadání závěrečné práce: 15.10.2021