

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra psychologie



Diplomová práce

Kvalita života podnikatelů a způsoby jejího měření

Bc. Arina Rysianova

© 2023 ČZU v Praze

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Provozně ekonomická fakulta

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Bc. Arina Rysianova

Hospodářská politika a správa

Podnikání a administrativa

Název práce

Kvalita života podnikatelů a způsoby jejího měření

Název anglicky

Quality of life of Entrepreneurs and Methods of its Measurement

Cíle práce

Cílem diplomové práce je teoreticky vymezit pojmosloví, modely, dimenze a principy měření kvality života podnikatelů. Na základě teoretickometodologických pramenů provést analýzu biopsychosociálního modelu života podnikatele a formulovat možnosti rozvoje sledovaných dimenzí života podnikatelů.

Očekávaným přínosem práce je vytvoření návrhu optimalizace kvality života s možnými pozitivními dopady do pracovního i osobního života podnikatele.

Metodika

Teoretický základ bude získán studiem odborné české a zahraniční literatury i elektronických zdrojů.

V praktické části bude pro získání dat použita jedná ze základních metod výzkumu – dotazník. Tato technika je zvolena proto, že pomocí dotazníku lze získat údaje od dostatečného množství respondentů během krátkého časového období. Závěrem bude metodou syntézy vyhodnocena veškerá průběžná zjištění.

Doporučený rozsah práce

70 s.

Klíčová slova

Kvalita života, zdraví, podnikatele, metody měření kvality života, hodnocení, motivace

Doporučené zdroje informací

ARNOLD, J. *Psychologie práce : pro manažery a personalisty*. Brno: Computer Press, 2007. ISBN 978-80-251-1518-3.

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

ROJAS, M., WATKINS-FASSLER, K. & RODRÍGUEZ-ARIZA, L. The Life Satisfaction of Owner-Manager Entrepreneurs When the Business of Business is not only Business. *Applied Research Quality Life* (2022). <https://doi.org/10.1007/s11482-022-10035-1>

VAĎUROVÁ, H. a MÜHLPACHR, P. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita, 2005. ISBN 80-210-3754-7.

Předběžný termín obhajoby

2022/23 LS – PEF

Vedoucí práce

PhDr. Kristýna Krejčová, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra psychologie

Elektronicky schváleno dne 9. 6. 2022

PhDr. Pavla Rymešová, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 2. 11. 2022

doc. Ing. Tomáš Šubrt, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 31. 03. 2023

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci "Kvalita života podnikatelů a způsoby jejího měření" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu použitých zdrojů na konci práce. Jako autorka uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 31.03.2023

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala PhDr. Kristýně Krejčové, Ph.D. za ochotný přístup, cenné připomínky a odborné rady, kterými přispěla k vypracování této diplomové práce. Dále děkuji svým nejbližším za podporu a zázemí, které mi během studijních let poskytli.

Kvalita života podnikatelů a způsoby jejího měření

Abstrakt

Diplomová práce se zabývá zkoumáním kvality života jako konceptu, který se stává moderním prostředkem hodnocení úspěšnosti vyspělých zemí, regionů, specifických skupin obyvatel a jedinců. Cílem autorky je výzkum a následně hodnocení kvality života jedné skupiny obyvatel, která tvoří významnou součást moderní společnosti a ekonomiky – podnikatelů. Na základě rešerše relativní literatury byly zpracovány úvodní kapitoly, ve kterých byl popsán koncept kvality života, její modely, dimenze a stručná analýza některých metod měření. Také byla věnována samotná kapitola osobnosti podnikatele a jejím charakteristickým rysům. Druhá část práce analyzovala výsledky dotazníkového šetření provedeného pomocí dvou dotazníků Q-LES-Q-SF a WHOQoL-BREF a porovnávala je s poznatky uvedenými v první části. První dotazník byl zaměřen na prožívání radosti a spokojenosti ze života, u něho byla testována míra závislosti kvality života na pohlaví podnikatelů. Druhý dotazník zkoumal fyzické zdraví, psychologickou pohodu, sociální vztahy a prostředí oslovených podnikatelů a u něho byla testována hypotéza „jak dodržování zdravého životního stylu, delegování svých pracovních povinností a přítomnost vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání ovlivňuje kvalitu života respondentů.“ Závěrem byl formulován návrh doporučení ke zlepšování kvality života.

Klíčová slova: kvalita života, podnikatelé, metody měření kvality života, dimenze kvality života, modely kvality života, delegování, zdraví, dotazníkové šetření, q-les-q-sf, whoqol-bref.

Quality of life of Entrepreneurs and Methods of its Measurement

Abstract

The diploma thesis is devoted to a study of quality of life as a concept that is becoming a modern tool for assessment of success of developed countries, regions, specific population groups and individuals. The main objective of the author in this investigation is to evaluate the quality of life of entrepreneurs, which represents a specific group that plays an important role in modern society and the economy. The introductory chapter provides a comprehensive overview of the concept of quality of life, its models, constituents and a brief analysis of different methods of its measurement. In addition, the author included a chapter dedicated to the character and personality of the entrepreneurs. The second part of the work deals with an analysis of the survey results conducted via the Q-LES-Q-SF and WHOQoL-BREF questionnaires and comparison of these results with the data presented in the first part. The former questionnaire is focused on the degree of dependence of life joy and satisfaction on the gender of entrepreneurs. The latter one examines the physical health, psychological well-being, social relationships and environment of the participating entrepreneurs. Based on its results, the author suggested a theory of how adherence to a healthy lifestyle, delegation of work duties and the academic degree in a corresponding field affect the respondents' quality of life. Finally, a number of ideas of how to improve the quality of life were formulated in the closing chapter.

Keywords: quality of life, entrepreneurs, methods of measurements, constituents, models, delegation, health, questionnaire, survey, q-les-q-sf, whoqol-bref.

Obsah

1 Úvod.....	11
2 Cíl práce a metodika	13
2.1 Cíl práce	13
2.2 Metodika	13
3 Teoretická východiska	15
3.1 Kvalita života	15
3.1.1 Koncept kvality života	15
3.1.2 Objektivní a subjektivní pojetí pojmu kvalita života.....	17
3.1.2.1 Objektivní dimenze kvality života.....	18
3.1.2.2 Subjektivní dimenze kvality života	19
3.1.2.3 Souvztažnost objektivních a subjektivních indikátorů kvality života	20
3.1.3 Modely kvality života	23
3.1.3.1 Model subjektivní kvality života	24
3.1.3.2 Model kvality života pracovníků kanadské armády	26
3.1.3.3 Model čtyř kvalit života.....	27
3.1.4 Metody měření a hodnocení kvality života.....	28
3.2 Osobnost podnikatele	31
3.2.1 Vlastnosti podnikatele.....	32
3.2.2 Motivy k založení podniku	33
3.2.3 Psychologické bariéry podnikatelské činnosti	33
3.3 Dimenze kvality života dle WHO	34
3.4 Dimenze kvality života podnikatelů.....	35
3.4.1 Fyziologická rovina	35
3.4.2 Psychologická rovina.....	36
3.4.3 Sociální rovina	39
3.4.4 Pracovní rovina	39
3.4.5 Rovina volnočasových aktivit.....	42
3.4.6 Rovina vzdělávání.....	43
3.4.7 Rovina domácích povinností	44
3.5 Shrnutí.....	44
4 Vlastní práce.....	47
4.1 Metody šetření.....	49
4.1.1 Dotazník Q-LES-Q-SF	49
4.1.2 Dotazník WHOQoL-BREF.....	50
4.2 Výzkumný vzorek a výzkumná metoda	52

4.2.1	Dotazník Q-LES-Q-SF – vstupní informace.....	53
4.2.2	Dotazník WHOQoL-BREF – vstupní informace.....	55
5	Výsledky a diskuse	59
5.1	Výsledky dotazníku Q-LES-Q-SF.....	59
5.1.1	Sumarizace výsledků výzkumu pomocí dotazníku Q-LES-Q-SF.....	59
5.1.2	Statistické výsledky a ověření hypotézy	65
5.2	Výsledky dotazníku WHOQoL-BREF.....	67
5.2.1	Sumarizace výsledků výzkumu pomocí dotazníku WHOQoL-BREF.....	67
5.2.2	Statistické charakteristiky vybraných skupin podnikatelů	70
5.2.3	Ověření hypotéz – výsledky výzkumu.....	73
5.3	Diskuse a přínos pro praxi.....	78
6	Závěr.....	82
7	Seznam použitých zdrojů.....	84
8	Seznam obrázků, tabulek a grafů	89
8.1	Seznam obrázků	89
8.2	Seznam tabulek.....	89
8.3	Seznam grafů.....	89
	Přílohy	91

1 Úvod

Kvalita života je jedním ze současných konceptů, usilujících o uchopení sociální reality. Nejedná se o funkci bohatství, i když se toto domnívá většina lidí. Tento pojem je spojen s pojmem *dobrý život* – každý člověk hodnotí svůj život, jak je dobrý. V daném okamžiku neexistuje jediná definice pojmu „štěstí“, stejně jako i neexistuje odpověď na důležitou životní otázku „co je smyslem života?“. Tyto skutečnosti jsou dány tím, že každý člověk vnímá svět po svém. Pro každého je důležité najít si dobrou práci se slušným platem, mít pevné vztahy s rodinou a přáteli, věnovat svůj čas koníčkům a seberealizace. Může se zdát, že jsou toto všechno samozřejmé věci, na kterých zaleží každému z nás, ale rozvoj jakékoliv země však závisí na blahobytu obyvatel.

Kvalita života je interdisciplinární pojem, který charakterizuje efektivitu všech aspektů lidského života – úroveň uspokojování materiálních, sociálních a duchovních potřeb člověka, úroveň kulturního a fyzického rozvoje a také míru zabezpečení života. Tento termín se stává moderním nástrojem pro hodnocení úspěšnosti vyspělých zemí, regionů, specifických skupin obyvatel a jedinců. Táto diplomová práce se zaměřuje na zkoumání kvality života jedné z těchto skupin lidí, která tvoří významnou součást moderní společnosti a ekonomiky – podnikatelů. Podnikatelé jsou velice rozmanitou skupinou lidí. Zdá se, že podnikatelem může stát každý. Alespoň množina lidí sní o tom, protože se domnívají, že být podnikatelem se rovná mít nekonečnou řadu výhod. Mezi nejčastějšími příčinami chtít začít podnikat patří finanční nezávislost, nekonečné obohacení, možnost být svým vlastním panem, spát do poledne a vydělávat peníze pomocí svých koníčků. A tím, že podnikatelé dělají to, co milují a ve svém zvoleném tempu – ne, že by pracovali od pondělí do pátku – zdá se, že mají čas a sílu všechno stíhat, a tím pádem mají kvalitnější život. Cílem diplomové práce je ověřit, jak podnikatelé hodnotí svůj život, jakými skutečnostmi je kvalita života ovlivňována a jak zlepšit pocit osobní pohody a prožívat život kvalitněji.

V teoretické části této práce bude vymezen pojem kvality života, její historie vzniku a počátek zkoumání. Také budou probrány jednotlivé dimenze, modely a metody měření kvality života jak z objektivního, tak i ze subjektivního hlediska. Bude popsána osobnost podnikatele, motivy k založení podniku a psychologické překážky v podnikání. Na teoretickou část se bude navazovat praktická část diplomové práce, která si klade za cíl analyzovat kvalitu života podnikatele ze subjektivního hlediska a jaká je míra závislosti pocitu vnitřní pohody na pohlaví. Jestli jsou takové charakteristické složky kvality života,

jakými jsou fyzické zdraví, spokojenost s pracovní sférou života a přítomnost potřebné úrovně vzdělání, budou značně zvyšovat celkovou pohodu se životem. Součástí praktické části této práce na základě zjištěných dat a provedených analýz bude navrženo doporučení ke zlepšování kvality života a nástroje k eliminaci možných rizik. V závěru práce budou shrnuty všechny získané poznatky.

2 Cíl práce a metodika

2.1 Cíl práce

Cílem diplomové práce je zjistit celkové vnímání kvality života českých podnikatelů. Dalším cílem je vyhodnotit, jaké složky subjektivního pojetí kvality života mají větší dopad na celkové pohodlí a navrhnout doporučení, metody a nástroje k eliminaci možných rizik.

Teoretická část práce si klade za cíl vymezit pojmosloví, modely, dimenze a princip měření kvality života a také seznámit čtenáře s pojmem osobnost podnikatele. Cílem praktické části práce je ověření míry závislosti úrovně kvality života na pohlaví podnikatelů a zajistit vliv schopnosti delegovat své pracovní povinnosti, dodržování zdravého životního stylu a přítomnosti vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání na subjektivní hodnocení své kvality života. Z výše uvedeného textu vyplývá, že tato diplomová práce má čtyři výzkumné otázky, kterými jsou:

1. Existuje-li rozdíl mezi vnímáním kvality života mezi muži a ženy, a pokud ano, jak je velký?
2. Jak ovlivňuje kvalitu života podnikatelů delegování svých pracovních povinností?
3. Jak ovlivňuje kvalitu života podnikatelů dodržování zásad zdravého životního stylu (zdravá strava, pravidelné sportování)?
4. Jak ovlivňuje kvalitu života podnikatelů přítomnost vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání?

2.2 Metodika

Teoretický základ bude získán studiem české a zahraniční odborné literatury, včetně elektronických zdrojů. Pro naplnění cílů diplomové práce bude použita jedná ze základních metod výzkumu – dotazníkové šetření. V praktické části budou sbírány data pomocí dvou dotazníků: dotazník prožívání radosti a spokojenosti ze života v krátké verzi, který se nazývá Q-LES-Q-SF a dotazník od Světové zdravotní organizace (také bude použita zkrácená verze) – WHOQoL-BREF. Tyto dva dotazníky se používají při kvantitativním výzkumu, proto jsou vhodné při zkoumání velkých skupin, poskytují přesná numerická data, výsledky jsou relativně nezávislé na výzkumníkovi a lze tyto výsledky zobecnit na populaci.

Dotazníky budou vyhodnoceny dle norem a pravidel hodnocení pro každý dotazník. Pro ověření hypotéz budou použity statistické testy. Hodnocení dotazníku Q-LES-Q-SF se

provádí pomocí statistických metod, které umožňují vyhodnotit spolehlivost a platnost dotazníku. Základním krokem je vyhodnocení spolehlivosti a pro tento účel se používá metoda Cronbachova alfa koeficientu, která měří, jak dobře jednotlivé položky dotazníku korelují s celkovým skórem. Dalším krokem je zajištění, jestli data mají normální rozdělení nebo ne. Dále se vybírá vhodný test a testuje se hypotéza. Výsledky dotazníku Q-LES-Q-SF se obvykle interpretují pomocí bodové škály. Dotazník WHOQoL-BREF se hodnotí pomocí rozdělení jednotlivých otázek do čtyř základních oblastí, které změří celkovou kvalitu života. Těmi doménami jsou: fyzické zdraví, prožívání, sociální vztahy a prostředí. Dále také bude vypočítán koeficient Cronbachovy alphy, proveden test normality a na základě výsledků předchozích testů bude vybrán určitý statistický test pro ověření hypotéz.

Závěrem bude metodou syntézy vyhodnocena veškerá průběžná zjištění.

3 Teoretická východiska

3.1 Kvalita života

3.1.1 Koncept kvality života

V rámci vědecké literatury neexistuje shoda, která se týká počátku výzkumu kvality života. Přestože se pojem kvalita života objevuje v odborných diskusích jen od minulého století, problémy s ním spojené jako např. zkoumání determinantů spokojeného a hodnotného života, provázejí lidstvo přirozeně od odjakživa. Dnes je kvalita života trvalou součástí mnoha věd včetně medicíny, psychologie, sociologie, ekonomie, politologie a jiných.¹ Pro tvorbu definice pojmu kvalita života nelze vycházet z jediného základu pro všechna odvětví.

Poprvé se pojem kvalita života objevil v souvislosti s úvahami o ekonomickém rozvoji a roli státu při podpoře nižších sociálních skupin společnosti.² V období 20. let minulého století se řešila především otázka kvality života občanů ze strany státních dotací, tj. „*v tomto období se ale kvalitou života rozuměla zejména a téměř výlučně materiální úroveň určité společnosti.*“³ O dvacet let později byl koncept kvality života byl přenesen do oblasti psychologie. Poté se pojem často začal objevovat i v politickém kontextu díky americkým prezidentům J. F. Kennedymu a L. B. Johnsonovi, kteří slibovali občanům zlepšení jejich kvality života.⁴ Zde šlo ke změně obrazu amerického života a jednalo se např. o spolupráci, pomoci rozvojovým zemím, úctě k menšinám atd. Později tento pojem zdomácněl i v sociologii a sociální psychiatrii, kde kvalita života byla chápána a využívána především jako „*kritérium pro hodnocení životní úrovně obyvatelstva (pro hodnocení kvality služeb, pro porovnání potřeb různých skupin populace a částečně i pro hodnocení individuální spokojenosti.)*“⁵ Později kvalitu života definovala i Světová zdravotnická organizace, což automaticky zařadilo tento pojem do oblasti medicíny. Na vývoj pojmu kvalita života mají

¹ EIBEL, D., LEAMAN, J., a ROKICKA, E. *Welfare State at Risk: Rising Inequality in Europe*. Switzerland: Springer International Publishing, 2013, s. 11-34.

² WOOD-DAUPHINE, S. *Assessing Quality of Life in Clinical Research: from where have we come and where we are going?* Journal of Epidemiology, 1999, s. 355-363.

³ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 13.

⁴ MAŘÍKOVÁ, H., PETRUSEK, M., VODÁKOVÁ, A. a kol. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, 1996, s. 557.

⁵ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 16.

vliv proměny v prostoru a čase, historické a kulturní kořeny, změny civilizační a generační, náboženství a víra.⁶

V současné době existují po celém světě tisíce článků a stovky publikací, které se zabývají mnoha různými aspekty kvality života – definují toto pojetí, zkoumají dimenze a popisují historii vzniku pojmu kvalita života – spojuje je dohromady nejednotnost a nejednoznačnost. Mnoho různých vědních oborů se tomuto tématu věnují nekonečným počtem publikací, shodují se však pouze v tom, že celkový koncept kvality života mírně ovlivňují několik jednotlivých domén. Mezi tyto oblasti patří fyzický stav a funkční schopnosti, psychologické parametry, celková spokojenost, sociální interakce, ekonomická situace a duchovní stav.⁷ Pojem kvalita života se objevuje nejen ve vědeckých studiích, ale i v každodenním životě mezi obyčejnými lidmi.

Kvalita života je velmi široký pojem a těžko uchopitelný díky své multidimenzionalitě, interdisciplinaritě a komplexnosti. Kontroverzní povaha tématu spočívá v tom, že neexistuje žádná všeobecně přijatá definice kvality života a neexistuje ani jednoznačný koncept tohoto pojmu. Pojem kvalita života vznikl překladem z anglického termínu „*Quality of Life*” (QoL). Vedle tohoto pojmu totiž existuje celá řada souvisejících pojmů, které lze chápat jako synonyma, např.: well-being (pocit pohody), subjective well-being (individuální stav pohody), social welfare (sociální blahobyt), standard of living (životní úroveň) aj.⁸ Hlinica ve své práci tvrdí, že kvalita života, životní spokojenost a osobní pohoda nepředstavují identické, ale vzájemně se prolínající jevy.⁹

Jedna z nejčastějších definic pojmu kvalita života pochází od Hartla a Hartlové, kteří ji považují jednoduše za: „*Vyjádření pocitu životního štěstí.*“¹⁰ Podle nich je hlavní myšlenkou kvalitního života nezávislost a pohyblivost. Z psychologického hlediska nahlíží na kvalitu života jako na míru sebeuvědomění a duchovní harmonie. Z hlediska sociologie vidí kvalitu života jako pocity a životní úroveň určitých skupin obyvatel, např. studentů, seniorů, etnických menšin a dalších.

⁶ ŠUBRT, J. a kol. *Soudobá sociologie III (Diagnózy soudobých společností)*. Praha: Univerzita Karlova, 2008, s. 124.

⁷ GURKOVÁ, E. *Hodnocení kvality života: pro klinickou praxi a ošetrovatelský výzkum*. Praha: Grada, 2011, s. 21.

⁸ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 11.

⁹ HLINICA, K. *Konflikt hodnot a kvalita života*. Československá psychologie, 2000, s. 385-403.

¹⁰ HARTL, P. a HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. 3. vyd. Praha: Portál, 2015.

Studie Timorackého zabývající se touto problematikou rozšiřuje pojem kvality života o několik dimenzí, kteří mají vliv na celkové vnímání QoL jedincem: „*kvalita života je výsledkem vzájemného působení sociálních, zdravotních, ekonomických a environmentálních podmínek, týkajících se lidského a společenského rozvoje. Na jedné straně představuje objektivní podmínky pro dobrý život a na druhé straně subjektivní prožívání dobrého života.*“¹¹

Potůček definuje kvalitu života jako „*široký koncept popisující objektivní životní situaci lidí a současně jejich subjektivní vnímání této situace.*“¹² Tady se jedná o multidimenzionální kategorii, která zahrnuje všechny důležité charakteristiky života jedince, které souvisejí s celkovou úrovní blahobytu ve společnosti.

Nakonec dle velmi často citované definice Světové zdravotnické organizace (WHO – World Health Organization) lze kvalitu života definovat takto: „*Jak člověk vnímá svou pozici v životě a v kontextu své kultury a hodnotového systému, přičemž se přihlíží k jeho cílům, očekáváním, standardům a zájmům.*“¹³

3.1.2 Objektivní a subjektivní pojetí pojmu kvalita života

V předchozím textu se opakovaně ve výčtu definic objevuje rozdělení pojmu kvalita života na dva rozměry, tj. koncept kvality života může být nahlížen ze dvou hledisek, a to objektivní a subjektivní. Jedná se o dvě dimenze založených na odlišných konstrukcích a výzkumech, které poskytují různá data. „*Zkoumání kvality života se zaměřuje na poznání aktuální, objektivní životní situace jedinců (medicína, demografie, psychologie), na poznání způsobů jejich života (sociologie, etnografie), na zhodnocení jejich objektivních životních podmínek (ekologie, geografie, politologie, ekonomika, kulturologie) a současně na aktuální, individuální či skupinové vnímání všeho výše uvedeného.*“¹⁴

V současné době je zkoumání kvality života novou interdisciplinární oblastí, která se zabývá kvalitou života na různých úrovních – od hodnocení životní úrovně lidí přes porovnání potřeb specifických skupin obyvatel až po měření individuální spokojenosti se

¹¹ TIMORACKÝ, M. *Kvalita života*. Bratislava: Veda, 2002, s. 186.

¹² POTŮČEK, M. *Kritéria společenského vývoje a jejich sociální, ekonomická, environmentální a bezpečnostní dimenze*. 2007, s. 130.

¹³ World Health Organization. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. [online]. 2012, [cit. 2022-05-19]. Dostupné z: [WHOQOL: Measuring Quality of Life](#)

¹⁴ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 45.

životem. Preferuje se vícerozměrný holistický pohled na člověka jako na bio-eko-psych-sociální jednoty, kde podmínky prostředí (environmentální podmínky) podporují kvalitu života, i když ji samy nevytvářejí.¹⁵ V současné době se odborníci z různých oborů více přiklánějí k subjektivnímu hodnocení QoL jako ke zásadnímu a určujícím pro život člověka. Ale také se objevují i studie zaměřené pouze na objektivní faktory měření. Mezi ně obvykle patří např. ekonomické studie nebo objektivně měřitelné zdravotní ukazatele, které byly dlouho považovány za nejpodstatnější a nejhodnotnější pro zvolení léčby a pomoci pacientovi.¹⁶

3.1.2.1 Objektivní dimenze kvality života

Obecně pod objektivní kvalitou života se rozumí konkrétní, často měřitelné životní podmínky a dosažená životní úroveň jednotlivce nebo celé populace. Je zřejmé, že určité životní podmínky i určitá životní úroveň silně ovlivňují startovní pozici jednotlivců z hlediska možného dosahování určitého sociálního statusu.

Mezi základní komparovatelné faktory pro hodnocení životních podmínek patří např.:

- průměrná mzda,
- dostupnost služeb,
- dostupnost zdravotní péče a vzdělání,
- dostupnost bydlení,
- možnosti uplatnění na trhu práce,
- kvalita přírodního prostředí,
- dopravní dostupnost související s relativní geografickou polohou.¹⁷

Na druhou stranu existuje také celá řada těžko měřitelných životních podmínek, jako např.:

- míra korupce,
- možnost volby a výběru,
- možnost svobodného rozhodování,
- úroveň fungování demokratických principů,

¹⁵ ŠUBRT, J. a kol. *Soudobá sociologie III (Diagnózy soudobých společností)*. Praha: Univerzita Karlova, 2008, s. 124.

¹⁶ VAĐUROVÁ, H. a MÜHLPACHR, P. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita, 2005, s. 143.

¹⁷ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 47.

- nastavení právního systému,
- vliv myšlenkových stereotypů,
- vliv tradice.¹⁸

Životní úroveň je často chápána jako míra materiálního bohatství a je zjišťována pomocí zavedených kvantitativních ukazatelů, které platí pro celou populaci nebo pro jednotlivé jedince. Mezi životními podmínkami a životní úrovní dochází ke vzájemnému prolínání a ovlivňování. Lze říct, že vyšší materiální a finanční životní úroveň je spojená s větším výběrem a dostupností lepších služeb či produktů.

Podle Gurkové objektivní kvalita života znamená splnění požadavků materiálních, sociálních a fyzického zdraví člověka.¹⁹ Hlinicová definuje objektivní kvalitu života z hlediska sociálních, zdravotních, ekonomických a environmentálních podmínek. Jedná se o podmínky pro život, sociální postavení, materiální zabezpečení a fyzické zdraví jedince. Objektivní kvalitu života lze vyjádřit prostřednictvím ukazatelů jako například hrubý domácí produkt indexu lidského rozvoje, dostupností veřejné dopravy, počtem zdravotních a kulturních zařízení ve městě či obci. Tyto ukazatele však mohou být zkreslující.²⁰

3.1.2.2 Subjektivní dimenze kvality života

Nejobtížnější a metodologicky nejsložitější je otázka, která podmiňuje subjektivní hodnocení dosavadního života respondentů. Rozdíly v subjektivním vnímání objektivních životních podmínek jsou dány sociálními a psychologickými aspekty a je zřejmé, že vnímání reality nemusí odpovídat skutečnosti samotné.²¹

Subjektivní kvalita života se zaměřuje především na chápání a vnímání místa jedince ve společnosti ve vztahu k jeho kultuře a hodnotovému systému. Faktory a indikátory subjektivní kvality života jsou značně variabilní záležitostí, které se liší dle potřeb různých autorů. Mezi faktory mající vliv na hodnocení kvality života lze zařadit např.:

- věk,
- životní zkušenosti,
- úroveň vzdělanosti,

¹⁸ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 47.

¹⁹ GURKOVÁ, E. *Hodnocení kvality života: pro klinickou praxi a ošetrovatelský výzkum*. Praha: Grada, 2011, s. 57.

²⁰ HLINICOVÁ, H. *Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví*. Praha: Triton, 2005, s. 205.

²¹ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 48.

- typ profese,
- preferované hodnoty,
- typ osobnosti,
- kultura,
- religiozita,
- sociální status.²²

Dle Rapley často používanými subjektivními sociálními indikátory jsou:

- smysl pro komunitu,
- materiální bohatství,
- pocit bezpečí,
- štěstí,
- spokojenost se životem obecně,
- kvalita rodinných vztahů,
- spokojenost s prací,
- kvalita sexuálního života,
- integrace do společnosti.²³

Vnímání pohody a spokojenosti jedince závisí na jeho osobních očekáváních, zájmů, osobních cílech, hodnotách a životním stylu jako celku.²⁴ Nálada a emoce mají na to největší vliv, a proto subjektivní kvalitu života lze měřit pouze v přítomném okamžiku. Subjektivní kvalitu života jedinec prožívá mírou vlastní spokojenosti, pocitu štěstí, uznání, sebereflexe, sebehodnocení a sebeúcty. Velkým problémem je zde právě to, že jedinec vlastní kvalitu života nemusí mít pro sebe definovanou, nemusí si to přímo uvědomovat, ale potřebuje to jednoduše prožívat.²⁵

3.1.2.3 Souvztáhnost objektivních a subjektivních indikátorů kvality života

Objektivní kvalita života se týká sociálních, ekonomických, environmentálních a zdravotních podmínek, které ovlivňují život jedince. Subjektivní kvalita života zaměřuje především na to, jak konkrétní člověk vnímá své životní podmínky a svoji životní úroveň.

²² HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 48.

²³ RAPLEY, M. *Quality of Life research. A Critical Introduction*. 1. vyd. Londýn: Sage, 2003.

²⁴ GURKOVÁ, E. *Hodnocení kvality života: pro klinickou praxi a ošetrovatelský výzkum*. Praha: Grada, 2011, s. 57.

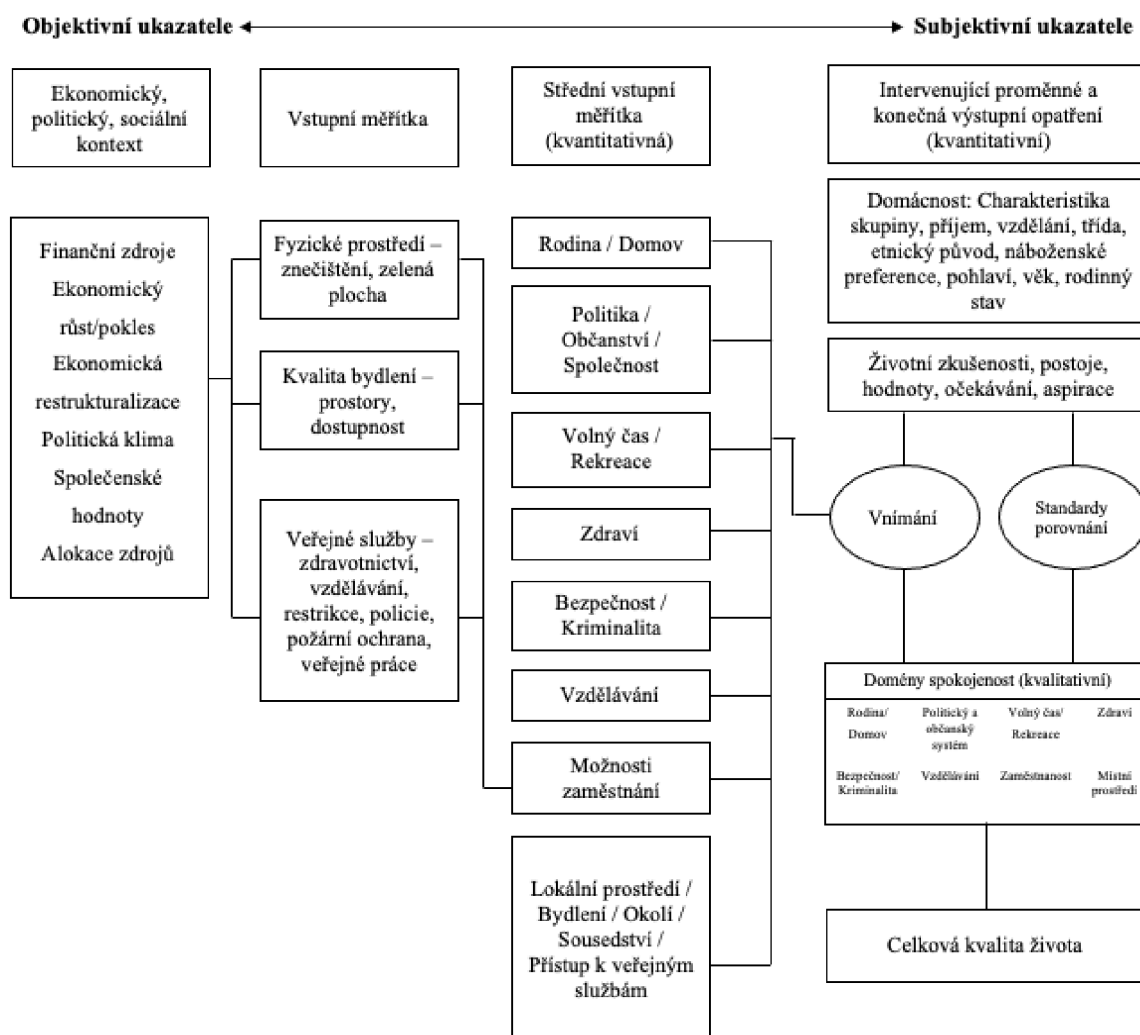
²⁵ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 50.

„Nejnovější pojetí pojmu, resp. modelu QoL je představováno holistickým chápáním čtyř základních hodnotitelných oblastí života člověka ve společnosti, jimiž jsou – kontext a zázemí, faktory prostředí, osobnostní charakteristiky a zpracování informací.“²⁶ Oblast zpracování informací je nesmírně důležitá, neboť významně ovlivňuje konečnou podobu definování kvality života každého jedince. Ve srovnání se všemi předchozími koncepty toto komplexní pojetí zdůrazňuje aktivní roli jedince při zpracování všech faktorů v konkrétní situaci, jinými slovy zohledňuje jak objektivní faktory, tak i osobnostní zkušenosti.²⁷ Z toho vychází, že prožívání kvality života každým jedincem má v podstatě prvky dynamičnosti, variabilnosti, je sociálně podmíněno a také má vysokou subjektivnost a individuálnost. Za zmínku stojí také vnější a vnitřní činitele ovlivňující kvalitu života (Obrázek č. 1).

²⁶ HEŘMANOVÁ, E. *Kvalita života a její modely v současném sociálním výzkumu*. In: Sociológia, 2012, s. 411.

²⁷ FRANCOVÁ, T. *Networking a kvalita života*. In: svět práce a kvalita života v globalizované ekonomice. CD ROM, VŠE Praha, 2007.

Obrázek 1 Souvztažnost objektivních a subjektivních ukazatelů kvality života



Zdroj: vlastní zpracování dle Massam (2002)

Mezi vnitřní činitele patří všechny aspekty, které ovlivňují rozvoj osobnosti. Skupina vnějších činitelů představují podmínky existence a tím pádem korespondují s objektivními dimenzemi kvality života.²⁸ Kvalita života je úzce souvisí s problematikou preferovaných hodnot a hodnotových orientací. Při zkoumání QoL je třeba vždy brát v úvahu ekonomickou, politickou a sociální vyspělost společnosti. Je velmi pravděpodobné, že se časem bude měnit obsah pojmu kvalita života a je možné, že se nikdy nepodaří nalézt obecně platnou definici tohoto pojmu.

Na základě všech existujících a dostupných definic vytvořila Heřmanová vlastní pojem kvality života, který zní takto: „*Jedincem vnímaná kvalita života představuje reflexi*

²⁸ VAĎUROVÁ, H. a MÜHLPACHR, P. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita, 2005, s. 145.

*objektivních environmentálních podmínek (vnějšího prostředí) a sebereflexi (vnitřního prostředí) člověka v kontextu kulturních, hodnotových, sociálních a prostorových (geografických) systémů a ve vztahu k individuálním motivacím, schopnostem, cílům a očekáváním.*²⁹

Kvalita života je pojem, který představuje výhradně subjektivní zkušenost a lze ji poměrně objektivně analyzovat a měřit pomocí metod sociologického výzkumu.

3.1.3 Modely kvality života

Všechny následující modely kvality života mají společné to, že představují komplexní, jinými slovy dvojdimenzionální pohled na QoL, tzn. postihují nejen vnější podmínky života jedince, ale postihují i vnitřní. Druhým společným znakem je korelace s hodnotovými orientacemi. Otázka kvality života je vázaná na osobní a celospolečenské preference. Jako třetí společný bod je brán tzv. kulturní a hodnotový relativismus. Lze tvrdit, že každý jedinec prožívá QoL subjektivně, a to závisí jak na hodnotové orientaci člověka, tak na jeho kultuře, internalizovaných normách a dalších faktorech.

Závěrem lze uvést to, že prostředí má silný vliv na kvalitu života lidí v něm žijících, ale vnější okolí neovlivňuje život každého jedince stejným způsobem, důležitým faktorem je to, jakým způsobem ho člověk vnímá.³⁰

Modely QoL se dělí do tří základních skupin, které se od sebe liší způsobem své konstrukce a složitostí:

- I. Konceptuální model, který specifikuje jednotlivé dimenze a vlastnosti kvality života, nejméně promyšlený, bez použití složitých metod;
- II. Konceptuální rámec, který popisuje, vysvětluje a předpovídá charakter nejdůležitějších vztahů mezi prvky nebo dimenzemi kvality života;
- III. Teoretický rámec, který strukturuje prvky a charakterizuje jejich vztahy v rámci dané teorie.³¹

²⁹ HEŘMANOVÁ, E. *Kvalita života a její modely v současném sociálním výzkumu*. In: Sociológia, 2012, s. 411.

³⁰ BIAGI, B., LAMBIRI, D., ROUYELA, V. *Quality of Life in the Economic and Urban Economic Literature*. Social Indicators Research, 2007, s. 2.

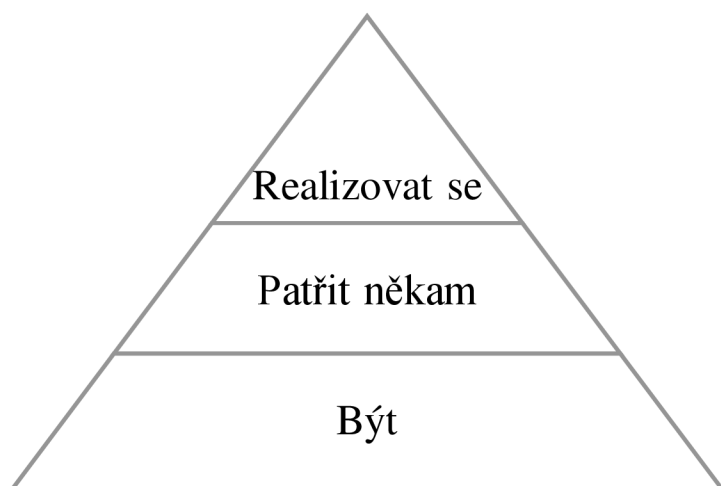
³¹ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 88.

Konceptuální modely jsou nazývány relativně jednoduššími modely, naproti tomu za nejpropracovanější jsou považovány modely obsahující teoretický rámec, který popisuje jednotlivé prvky, jejich strukturu a vztahy mezi nimi.

3.1.3.1 Model subjektivní kvality života

Jedním z nejznámějších modelů je model subjektivní kvality života, vytvořený v Centru pro podporu zdraví při Univerzitě Toronto. Jde o komplexní model kvality života, vybudovaný na základě velkého množství životních podmínek uspořádaných do tří úrovní – být, někam patřit a realizovat se (Obrázek č. 2). Kvalita života je v tomto modelu chápána jako subjektivní vnímání člověka u jednotlivých oblastí svého života. Měřítkem je to, jak se jedinci daří v jednotlivých oblastech života a jak je sám hodnotí naplňování těchto složek.

Obrázek 2 Model subjektivní kvality života



Zdroj: vlastní zpracování dle Heřmanová, E., 2012

První rovina je bazální, tzv. všelidská, je společná pro všechny osoby. Druhá rovina je individuálně specifická (civilizační). Třetí je elitní (kulturně duchovní). Každá z těchto základních domén se dělí na tři dílčí domény. Podrobnější popis všech třech rovin je uveden v následující tabulce (Tabulka č. 1):

Tabulka 1 Model kvality života Centra pro podporu zdraví Univerzity Toronto

BÝT (BEING) – osobní charakteristiky člověka	
Fyzické bytí	Zdraví, hygiena, výživa, pohyb, odívání, celkový vzhled.
Psychologické bytí	Psychické zdraví, vnímání, cítění, sebeúcta, sebekontrola.
Spirituální bytí	Osobní hodnoty, přesvědčení, víra.

PATŘIT NĚKAM (BELONING) – spojení s konkrétním prostředím	
Fyzické napojení	Domov, škola, pracoviště, sousedství, komunita.
Sociální napojení	Rodina, přátelé, spolupracovníci, sousedé (užší napojení).
Komunitní napojení	Pracovní příležitosti, odpovídající finanční příjmy, zdravotní a sociální služby, vzdělávací, rekreační možností a příležitosti, společenské aktivity (širší napojení).
REALIZOVAT SE (BECOMING) – dosahování osobních cílů; naděje a aspirace	
Praktická realizace	Domácí aktivity, placená práce, školní a zájmové aktivity, péče o zdraví, sociální začleňování.
Volnočasová realizace	Relaxační aktivity podporující redukci stresu.
Růstová realizace	Aktivity podporující zachování a rozvoj znalostí a dovedností, adaptace na změny.

Zdroj: Heřmanová, E., 2012

První rovinu představuje dobrý fyzický a psychický stav, dětství a dospívání ve funkční rodině, bezproblémová materiální a sociální zabezpečení a úspěšná základní socializace ve vztahu k přežití individua. Druhá rovina reprezentuje dobrý zdravotní stav, celkovou životní spokojenost, rozvinutost společnosti a individuální znalosti, dovednosti a kompetence jedince. Třetí rovinu tvoří altruismus, dobročinnosti, uznání a realizace jednotlivce ve společnosti a možnost bez problémů stárnout.³²

„Skutečná kvalita života u konkrétního jedince je určena osobním významem jednotlivých domén a rozsahem, v jakém u něj dochází k jejich naplňování v reálném životě.“³³ Každý člověk má vlastní schopnosti, příležitosti a omezení, a to všechno je odrazem interakce mezi ním a jeho okolím.

Tento model je zastřešen smyslem života (Tabulka č. 2), který je chápán jako psychický regulátor lidského chování a konání.³⁴ Každá ze třech úrovní (bazální, individuálně specifická a elitní) se skládá ze šesti komponentů různé váhy a významu.

³² HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 89.

³³ ŠUBRT, J. a kol. *Soudobá sociologie III (Diagnózy soudobých společností)*. Praha: Karolinum, 2008, s. 134.

³⁴ KOVÁČ, D. *Kultivace integrované osobnosti*. Psychologie Dnes, 2004, s. 13.

Tabulka 2 Kultivace integrované osobnosti a smysl života

SMYSL ŽIVOTA		
	Bezproblémové stárnutí. Úroveň kultivace osobnosti. Společenské uznání. Podpora závislým. Podpora života. Univerzální altruismus.	
Axiologické styly (dionýsovský, apollonský), životní styly (celibát, workoholismus), ideové styly (dogmatismus, liberalismus), kognitivní styly.	Pevné zdraví. Prožívání životní spokojenosti. Uspokojivé sociální prostředí. Úroveň společenského vývoje. Přátelské prostředí. Úroveň znalostí a kompetencí.	Vášně (sexuální, hráčská, cestování), koníčky (sport, tvořivost), zájmy (o věci, lidi, ideje).
	Dobrý fyzický stav. Normální psychický stav. Vyrůstání ve funkční rodině. Odpovídající materiálně sociální zabezpečení. Život chránící životní prostředí. Získání schopností a návyků pro přežití.	

Zdroj: Kováč, D., 2004

Environmentální podmínky nejsou v tomto modelu zahrnuty, protože kvalitu života nevytváří, ale pouze ji ovlivňují.

3.1.3.2 Model kvality života pracovníků kanadské armády

Model kvality života pracovníků kanadské armády je model, který se používá v rámci řízení lidských zdrojů. Oproti jiným modelům je relativně zjednodušený, obsahuje pět základních oblastí (Obrázek č. 3).

Model nepopisuje subjektivně vnímanou životní spokojenost. Je to spíše pragmatický model, obsahující objektivně měřitelné charakteristiky lidského života, tj. zdravotní stav, aktivity volného času, pracovní podmínky a podmínky pro profesní rozvoj. Tento model také vyhodnocuje kvalitu životního prostředí a sociální život.

Obrázek 3 Model kvality života pracovníků kanadské armády



Zdroj: Review of Quality of Life Project Management, 2004.

3.1.3.3 Model čtyř kvalit života

Autorem modelu čtyř kvalit života je nizozemský sociolog Ruut Veenhoven. On sestavil vlastní model, který zařazuje většinu teorií o kvalitě života do přehledového schématu. Veenhovenův model je založen na dvou dichotomiích – životní šance vs. životní výsledky a vnější vs. vnitřní kvality, které dohromady rozdělují kvalitu života do čtyř kvadrantů (Tabulka č. 3). Tento model představuje rozšířený pohled na kvalitu života a bere v úvahu různé startovní pozice, výchozí životní šance a predispozice pro prožívání individuálního života. Tyto faktory se nazývají vhodnost prostředí a životaschopnost jedince.³⁵ Model navíc zahrnuje úvahy o užitečnosti života jedince z pohledu společnosti a také vlastního hodnocení života (subjektivní QoL).

Horní polovina tabulky zkoumá kvalitu života ve vztahu k jejím předpokladům. Levý horní kvadrant představuje kvalitu danou prostředím, tzn. jestli jsou v této oblasti dobré životní podmínky z různých hledisek, např. klima vhodné pro život, svoboda, rovnost, sociální zabezpečení, kultura aj. Pravý horní kvadrant vyznačuje schopnosti jedince a jeho vnitřní životní šance, tzn. jak dobře je člověk schopen zvládat problémy všedního života. Zda disponuje fyzickým a duševním zdravím, má určité znalosti a dovednosti a jestli má pestrý životní styl.

³⁵ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 91.

Dolní polovina schématu představuje pojetí kvality života s ohledem na jeho výsledky. Levý dolní kvadrant se nazývá „užitečnost života“ a řeší především otázku významu a smyslu života, např. zda je člověk užitečný pro společnost a pro své blízké okolí. Pravý dolní kvadrant představuje hodnocení vlastního života. Jedná se o subjektivní hodnocení života z pohledu jedince, např. spokojenost s prací, se životem, subjektivní pohoda aj.

Tabulka 3 Model čtyř kvalit života

Čtyři kvality života	VNĚJŠÍ KVALITY Charakteristiky prostředí včetně společnosti	VNITŘNÍ KVALITY Charakteristiky individua
PŘEDPOKLADY Životní šance	VHODNOST PROSTŘEDÍ Životní prostředí, sociální kapitál, prosperita, životní úroveň (zahrnuje ekologické, sociální a kulturní podmínky)	ŽIVOTASCHOPNOST JEDINCE Psychologický kapitál, adaptivní potenciál, zdraví, způsobilost (představuje fyzické a duševní zdraví, znalosti, schopnosti a umění života)
VÝSLEDKY Životní výsledky	UŽITEČNOST ŽIVOTA Vyšší hodnoty než přežití, transcendentální koncepce (zahrnuje vnější užitečnost člověka pro jeho blízké okolí, pro společnost a lidstvo a jeho vnitřní cenu v termínech morálního vývoje a dokonalosti)	VLASTNÍ HODNOCENÍ ŽIVOTA Subjektivní pohoda, spokojenost, štěstí, pocit smysluplnosti (představuje pojetí kvality života jako hodnocení spokojenosti s jednotlivými životními oblastmi, hodnocení převažující nálady a celkové spokojenosti se životem)

Zdroj: Upraveno dle Veenhoven, R., 2000.

Počet modelů není konečný, neustále vznikají modely nové. Na základě modelů jsou založeny metodiky měření QoL, o kterých bude řečeno v následující kapitole.

3.1.4 Metody měření a hodnocení kvality života

Časem vzniklo mnoho různých technik, metod a nástrojů pro měření kvality života. Pestrost způsobů měření určena tím, že se každé odvětví snaží vytvořit individuální kritéria kvality života a soustředit se na zkoumanou oblast z co nejvíce vlastního hlediska. Dodnes stále neexistuje univerzálně akceptovaný systém indikátorů a standardizovaný metodologický přístup. Kvalitu života nelze měřit jednoduše či přímo. *„Snahám o jakoukoliv její kvantifikaci musí předcházet jak obecná operacionalizace a diskuse pojmu, tak z ní*

vycházející volba konkrétních indikátorů kvality života. “³⁶ Pod pojmem indikátor se rozumí „jakákoliv číselná fakta, která mají nebo mohou mít nějaký vztah ke kvalitě života.“³⁷

Měření QoL je kombinací abstraktních konceptů s empirickými indikátory. Obvykle se používají takové nástroje měření, jako jsou různé dotazníky, strukturované rozhovory, pozorování apod., a jsou přímo určeny k získávání relevantních dat.

Indikátory se dělí na dva typy podle účelu měření, a to buď objektivní indexy, které se používají ke měření společenské kvality života, nebo indexy určené pro měření subjektivně prožívané kvality života konkrétního jedince. Do prvního druhu ukazatelů lze zařadit makroekonomické ukazatele např. index lidského rozvoje, index kvality životního prostředí, ukazatel ekonomického blahobytu, well-being indexes aj.³⁸ Objektivní ukazatele jsou vhodnější pro měření skupinové kvality života, ale většina měření je směřována na subjektivní vnímání QoL. Subjektivně psychologická rovina zkoumání individuálně prožívanou kvality života jedincem spočívá v analýze životní spokojenosti a osobní pohody. Stejně jako neexistuje jednotný názor o relevanci sledovaných indikátorů objektivní kvality života, neexistuje ani univerzální chápání toho, co je osobní pohoda neboli štěstí.

Anglický pojem „subjective well-being“ lze definovat jako nepřítomnost pocitů nespokojenosti, neštěstí, úzkosti či deprese při současné přítomnosti pozitivních emocí, radosti či slasti.³⁹ Podle dvojice autorek Keyes a Ryff⁴⁰ se osobní pohoda skládá celkem z šesti základních dimenzí, a těmi jsou: pozitivní vztahy s druhými lidmi, sebekřijetí, existence autonomie, zvládnutí životního prostředí, pocit smysluplnosti života a pocit osobního rozvoje.

Objektivní ukazatele jsou často spojené s ekonomikou. Přestože je ale tato diplomová práce je věnována kvalitě života podnikatelů z psychologického hlediska, proto budou dále pojmenované způsoby měření subjektivního pojetí QoL. Ke kvalitě života se v tomto případě přistupuje podle toho, jak ji jedinec prožívá. Mezi známé dotazníky, které sledují faktory

³⁶ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 96.

³⁷ MEDERLY, P., TOPERCER, J., NOVÁČEK, P. *Indikátory kvality života a udržitelného rozvoje: kvantitativní, vícerozměrný a variantní postup*. Praha: CESES, 2004, s. 5.

³⁸ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 96-120.

³⁹ MOŽNÝ, I. *Česka společnost: nejdůležitější fakta o kvalitě našeho života*. Praha: Portál, 2002, s. 14.

⁴⁰ KEYES, L., RYFF, L. *The Structure of Psychological Well-being Revisited*, 1995. In: HLICINOCÁ, H. *Kvalita života*. Sborník příspěvků z konference, Kostelec nad Černými lesy, 2004, s. 25.

radosti, úspěchu i moci, pocity životní spokojenosti, sebereflexi a sebehodnocení, patří např. SEIQoL, MANSA, Q-LES-Q atd.

Pro měření kvality života podnikatele je možné použít metodu SEIQoL (The Schedule for Evaluation of Individual Quality of Life) autorů O'Boyle, McGee, Joyce, který slouží k intrapersonálnímu hodnocení kvality života. Základem této metody je strukturovaný rozhovor s respondentem o analýzu jeho názorů a analýzu jeho hodnotového systému a následná formulace nejvýznamnějších cílových oblastí jeho života a stanovení jejich závažnosti.⁴¹

Další možností je metoda MANSA (Manchester Short Assessment of Quality of Life), sloužící pro měření míry zdravotního uspokojení, má 16 otázek a umožňuje měřit jak celkovou spokojenost s životem, tak i spokojenost s jeho dílčími oblastmi jako např. zdravotní stav, sociální a rodinné vztahy, právní systém, finanční situace, volný čas aj.⁴²

Pro měření kvality života z hlediska práce lze využít dotazník SQUALA (Subjective Quality of Life Analysis). Mezinárodním běžně užívaným dotazníkem pro oblast subjektivních vypovědí o kvalitě života ve vztahu k vlastnímu zdraví jsou dotazníky WHOQoL-100 a WHOQoL-BREF.

Pro měření subjektivního vnímání kvality života podnikatelů je vhodný dotazník kvality prožívání radosti a spokojenosti ze života Q-LES-Q nebo jeho krátká forma Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire Short Form (Q-LES-Q-SF). Generický dotazník Q-LES-Q-SF byl odvozen z originálního 93položkového dotazníku Q-LES-Q a obsahuje jen 14 položek pro záznam spokojenosti s fyzickým zdravím, sociálními vztahy, schopností fungovat v každodenním životě, fyzickou mobilitou, náladou, rodinnými vztahy, sexuálním životem, schopností věnovat se koníčkům, s aktivitami ve volném čase, udržováním domácnosti, ekonomickou situací, bydlením a mírou celkové pohody. Každá položka je hodnocena na pětibodové stupnici (od „velmi nespokojen“ po „velmi spokojen“), kde hodnota vyjadřuje frekvenci radosti a uspokojení, který respondent prožíval v uplynulém týdnu. Teoretický rozsah celkového skóru je 14-70 bodů, kde vyšší hodnota indikuje vyšší míru spokojenosti. Tento dotazník splňuje požadavek na reliabilní, přiměřeně

⁴¹ KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologická pojetí a způsoby zjišťování kvality života*. 2001.

⁴² HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 138.

citlivou, a především časově nenáročnou stupnici, odrážející jedincovo subjektivní hodnocení jeho životních okolností.⁴³

3.2 Osobnost podnikatele

V 21. století lze pozorovat více podnikatelské aktivity, než to bylo předtím, a to kvůli snížení bariér vstupu do světa podnikání. Peněz je více, mnoho zdrojů je k dispozici a s pomocí internetu je snadné se objevit na světovém trhu. Pro společnost rozvoj podnikání má zásadní přínosy, jakými jsou např. tvorba nových pracovních míst, snížení nezaměstnanosti, díky konkurenci mezi jednotlivé podniky vznikají inovace a technologické změny, učení se novým poznatkům, způsobům myšlení a jednání aj.⁴⁴

Podnikatelé existovali skrz celou historii a definování tohoto pojmu není zcela jednoduché. Jsou čtyři hlavní směry, kterými lze nahlédnout na tento typ lidí:⁴⁵

- z pohledu ekonomie podnikatelem je ten, kdo kombinuje zdroje, práce, suroviny a další aktiva a tím zvyšuje jejich hodnotu;
- z pohledu psychologie podnikatel je osoba s vnitřní silou, která vytvářejí touhu něco získat a něčeho dosáhnout;
- sociologové definují podnikatele jako osobu, která přispívá k rozvoji společnosti;
- manažeři vidí podnikatele jako člověka, který má vizi a který je schopen vytvořit plán k jeho dosažení.

Srpová⁴⁶ nabízí dva odlišné pohledy na problematiku definování podnikatele. Jeden myšlenkový přístup tvrdí, že podnikatelství je něco nového a inovativní, co přináší hodnotu. Druhým přístupem je nahlížení na podnikatele jak na jakoukoliv osobu, která vlastní a vede podnik nebo živnost; přitom není podstatné, zda je jedinečný nebo se snaží o růst.

Na konci bude odborná definice pojmu podnikání. Dle obchodního zákoníku (§ 2, odstavec 2) podnikání je činnost prováděná svým jménem a na svoji odpovědnost za účelem dosažení zisku; podnikatelem je osoba zapsaná v obchodním rejstříku a podnikatelem může být jak fyzická, tak i právnická osoba.

⁴³ TIŠANSKÁ, L., KOŽENÝ, J. *Dotazník Q-LES-Q-SF: odhad kvality života pacientů s diagnózou schizofrenie*. Praha: Čes a slov Psychiat, 2019, s. 216.

⁴⁴ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 16-17.

⁴⁵ ŠEBESTOVÁ, J. *Malé a střední podnikání*. Slezská univerzita v Opavě, 2019, s. 10.

⁴⁶ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 17.

3.2.1 Vlastnosti podnikatele

Osobnost v psychologii je chápána jako neoddělitelnost psychologických a fyzických vlastností, které se projevují v sociálních vztazích jedince. Na vývoj osobnosti mají vliv tři činitelé: dědičnost, výchova a okolí. Dle Mardera existují dvě kategorie pracovníků – „risk takers“ a „security seekers“.⁴⁷ Do první skupiny patří osoby, kteří jsou schopní riskovat, milují různého typu změny a výzvy, jsou připravení nést zodpovědnost za své činy. Právě zde se nachází potenciální podnikatelé. Druhou skupinu tvoří osoby, kteří hledají v zaměstnání jistotu, tj. jsou perfektními zaměstnanci. Ti mohou mít různé povolání – od vedoucích pozic do pozice administrativní, ale společné mají to, že nepřemýšlí neustále o práci.

Skupina podnikatelů je velmi rozmanitá skupina lidí. Někteří mohou být drzí, jiní přívětiví, někteří jsou extrovertní a lehce navazující kontakty, jiní naopak introvertní se schopností skvěle analyzovat situace na trhu. Nedá se jednoduše určit, jaké osobnostní rysy podnikatelů přispívají k úspěchu v podnikání. Důležitými schopnostmi jsou podnikatelská všímavost, rozumové schopnosti, tvořivost, sociální a emoční inteligence.⁴⁸ Také jsou potřebné manažerské a sociální dovednosti (např. delegování, time management, poskytování zpětné vazby aj.) a znalosti v oboru podnikání. Osobními vlastnostmi typickými pro podnikatele jsou „*bezúhonnost, důvěryhodnost, poctivost, zásadovost, důslednost, cílevědomost, vytrvalost, vztah k práci*.“⁴⁹ Srpová doplňuje, že podnikatele v porovnání s manažeri musí být více otevření novým zkušenostem, ale jsou méně přívětiví.⁵⁰ Také podnikatele jsou odolní vůči stresu a nejednoznačnosti, mají vysokou úroveň sebedůvěry, trpěliví, proaktivní a iniciativní. Pokud podnikatel tyto vlastnosti nespĺňuje, může si samozřejmě najmout výkonné a kompetentní lidi. Rizika však provázejí vyšší náklady, slabší dohled nad činností firmy a ztráta know-how.⁵¹ Dále osobnost podnikatele kultivují znalosti technických aspektů podnikání, znalosti o financování a o právních normách.⁵² K úspěchu nevede stejná sada osobnostních charakteristik, ale i situační podmínky, např. obor

⁴⁷ MARDER, J. *Surviving the Start-Up Years in Your Own Business*, 1991, s. 87-88.

⁴⁸ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 29.

⁴⁹ ŠEBESTOVÁ, J. *Malé a střední podnikání*. Slezská univerzita v Opavě, 2019, s. 11.

⁵⁰ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 30-31.

⁵¹ VEBER, J., SRPOVÁ, J. a kol. *Podnikání malé a střední firmy*. Praha: Grada, 2012, s. 50-60.

⁵² ŠIMAN, J. a PETERA, P. *Financování podnikatelských subjektů*. CH Beck, 2010, s. 13-14.

podnikání, kde pro každou jednotlivou oblast bude nucen určitý seznam vlastností. Dalšími faktory jsou kultura, věk, pohlaví, etnikum, rasa a různé změny v životě.

3.2.2 Motivy k založení podniku

Před mnohými alespoň jednou za život stala otázka, zda se pustit do vlastního podnikání. Vstup do světa byznysu vyžaduje od jedince určitou úroveň motivaci a podnikatelského ducha. Existují dvě hlavní skupiny motivů pro začínající podnikatele: pull-motivy a push-motivy.⁵³ Pull-motivy nebo motivy, které člověka k podnikání táhnou, jsou spojeny s nezávislostí, seberealizací, vysokými příjmy a dalšími pozitivními výsledky z podnikání. Naopak push-motivy představují podnikání z nutnosti, např. člověk začíná podnikat z nespokojení v práci, se stávajícím v současném zaměstnání platem nebo je vůbec nezaměstnán. Podle průzkumu české populace v letech 2006, 2011 a 2013 vyplývá, že 77 % podnikatelů začínají podnikat proto, že vidí z podnikání dobrou příležitost a zbývajících 23 % proto, že žádnou lepší možnost nemají.⁵⁴ Hlavními motivy jsou nezávislost a očekávání vysokého příjmu.

Několik studií ukazuje, že podnikatele od nepodnikatelů odlišuje značnější potřeba nezávislosti – potřeba autonomie a být svým vlastním pánem je jedním z hlavních motivů. Na druhou ale stranu potřeby zákazníků firmy omezují nezávislost podnikatele. Také mezi nejdůležitější motivy lze zařadit touhu uplatnit vlastní kreativitu a potřebu dosáhnout úspěchu.⁵⁵ Pro podnikatele je typickou situací nejistý výsledek při vykonání práce, proto musí projevit individuální odpovědnost za výsledek a rychle získávat a reagovat na zpětnou vazbu. Tím se projevuje potřeba výkonu. Podnikatelé méně touží po stabilitě a jistotě než lidé v zaměstnání.⁵⁶ Také dá se objevit i negativní motiv pro zahájení podnikání, a to je obsesivní zaujetí prací.

3.2.3 Psychologické bariéry podnikatelské činnosti

V oblasti podnikání je možné čelit různým bariérám a překážkám. Ekonomické a legislativní faktory jsou určitě nejdůležitější, ale existují i bariéry psychologické povahy,

⁵³ SEGAL, G., BORGIA, D. and SCHOENFELD, J. *The Motivation to Become an Entrepreneur*. International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research, 11, 2005, s. 42-57. Dostupné z: [The Motivation to Become an Entrepreneur](#)

⁵⁴ Global Entrepreneurship Monitor, 2014.

⁵⁵ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 27.

⁵⁶ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 27.

kteře nelze podceňovat. Bariéry psychologické znamenají překážky související s osobností podnikatele a jeho osobním a rodinným zázemím. Pokud se člověk narodil v rodině, kde jeho rodiče podnikali nebo podnikají, s velkou pravděpodobností se pustí do světa podnikání.⁵⁷ Studia také ukazují, že jedinec pravděpodobně začne podnikat v případě, pokud měl předchozí zkušenost s podnikáním či zkušenost v příslušném oboru nebo měl podnikatelské vzdělávání.⁵⁸ Ale výše vzdělání sama o sobě nic neříká a nemá vliv na vstup do podnikání. Jedná se o specifické vzdělání a osvojení podnikatelských dovedností.

Problémem také může být nesprávné pochopení co je podnikatelskou činností – chápání ji jako snadno zvládnutelného úkolu s rychle dosažitelným a velkým ziskem. V tomto případě je potřeba tvrdé práce a značné časové investice považovány za nezvladatelný požadavek. Často psychologickými bariéry mohou být také podnikatelova neodhodlanost, nepřipravenost spoléhat jen na vlastní síly, opojení a víra v počáteční úspěch, touha co nejrychleji zbohatnout, což může za následek vést až k podvodům.⁵⁹

3.3 Dimenze kvality života dle WHO

Světová zdravotnická organizace (WHO) vypracovala čtyři základní oblasti, které popisují dimenze lidského života bez ohledu na věk, pohlaví, etnikum nebo postižení (Tabulka č. 4):

Tabulka 4 Dimenze kvality života dle WHO

Fyzické zdraví a úroveň samostatnosti:	Energie a únava, bolest, odpočinek, mobilita, každodenní život, závislost na lékařské pomoci, schopnost pracovat atp.
Psychické zdraví a duchovní stránka:	Sebepojetí, negativní a pozitivní pocity, sebehodnocení, myšlení, učení, paměť, koncentrace, vyznání atp.
Sociální vztahy:	Osobní vztahy, sociální podpora, sexuální aktivita atp.

⁵⁷ LUKEŠ, M., FELDMANN, M. and VEGETTI, F. *Work Values and the Value of Work: Different Implications for Young Adults Self-Employment in Europe*. The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science, 2019. Dostupné z: [Work Values and the Value of Work: Different Implications for Young Adults Self-Employment in Europe](#)

⁵⁸ SRPOVÁ, J. a kol. *Začínáme podnikat*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020, s. 28.

⁵⁹ MAYEROVÁ, M., BUREŠ, Z., a RŮŽIČKA, J. *Psychologie v ekonomické praxi*. 2. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita, 1997, s. 176.

Prostředí:	Finanční zdroje, svoboda, bezpečí, dostupnost zdravotnické a sociální péče, domácí prostředí, příležitosti pro získávání nových vědomostí a dovedností, fyzikální prostředí (znečištění, hluk, provoz, klima) atp.
------------	--

Zdroj: Vaňurová, H. a Mühlpachr, P., 2005

Toto pojetí se snaží komplexně popsat koncept kvality života, zahrnující jak objektivní, tak i subjektivní složky.

3.4 Dimenze kvality života podnikatelů

Prvním důležitým krokem pro zjištění kvality života podnikatelů je definování hlavní oblasti zkoumání. Na základě teoretických poznatků lze říct, že nejhodnějšími oblastmi pro výzkum QoL jsou dimenze, které byly definovány Světovou zdravotnickou organizací (WHO). Tyto dimenze lze rozšířit a upřesnit dle kategorií dotazníku prožívání radosti a spokojenosti ze života (Q-LES-Q). Proto po sloučení dvou názorů základními rovinami zkoumání kvality života podnikatelů jsou: fyziologická rovina, psychická rovina, sociální rovina, pracovní rovina, rovina volnočasových aktivit, rovina vzdělávání, rovina domácích povinností a celkové vnímání kvality života jedincem.⁶⁰

3.4.1 Fyziologická rovina

Pod fyziologickou rovinou v první řadě se rozumí zdraví. Zdraví je významnou součástí plnohodnotného života a je bráno jako určitá předpokládaná samozřejmost. Existuje mnoho definic pojmu zdraví. Například dle WHO zdraví je „*stav kompletní fyzické, duševní a sociální pohody, nikoliv pouze nepřítomnosti nemoci či vady.*“⁶¹ Přítomnost bolesti nebo nemoci ovlivňuje vnímání člověkem kvality života. Pokud posuzovaný trpí nemocí, úrazem nebo jinými projevy fyzického neduhu, výrazně to negativně ovlivňuje vnímání kvality života jedincem. Fyzické pojetí je obvykle charakterizováno ukazateli zdravotního stavu člověka, jako je aktuální zdravotní stav, kondice člověka, vliv dědičnosti a vrozených schopností.⁶²

⁶⁰ LIBIGEROVÁ, E., MÜLLEROVÁ, H. *Dotazník kvality života. (Q-LES-Q): kvalita prožívání radosti a spokojenosti ze života: informace pro terapeuta.* Praha: Academia Medica Pragensis. 2003.

⁶¹ World Health Organization.

⁶² HLINICOVÁ, H. *Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví.* Praha: Triton, 2005, s. 206.

Každý jedinec různě vnímá hranice mezi zdravím a nemocí, a to je silně ovlivněno prolínáním biologických, psychologických a sociálních predispozic.⁶³ Proto dá se říct, že pojem zdraví se liší v různých kulturních a sociálních kontextech. Kapr doplnil již zmíněnou definici zdraví od Světové zdravotní organizace následujícím způsobem: „zdraví je metasystém obsahující vzájemně těsně propojené systémy fyzické, psychické a sociální, v němž záleží na tom, jak osoba, sociální skupina vnímá a interpretuje zdraví a nemoc, jak reaguje na představy a lidském těle a jeho fungování.“⁶⁴

Je nutné zmínit i definici pojmu nemoc. Nemoc je stav organismu, který vzniká v důsledku vnějších nebo vnitřních okolností a narušuje tím jeho správné fungování a rovnováhu.⁶⁵ Jinými slovy, nemoc je reakcí organismu na poruchy rovnováhy mezi ním a prostředím. Nemoc postihuje i okolí nemocného člověka – změna životního rytmu, nutnost péče, ekonomické problémy aj. Jako i zdraví, nemoc je vždy doprovázena subjektivními pocity a individuálními prožitky.

3.4.2 Psychologická rovina

Psychologická rovina kvality života je vztažená k prožívané pohodě a spokojenosti jedince. Jedná se o emoční stav. Je zde reflektována spokojenost jedince s jeho vlastním životem.⁶⁶ Psychologické kontexty kvality života nutně souvisejí s individuálně a sociálně uznávanými hodnotami, které určují lidské chování. Individuální hodnoty představují určité sepětí s daným sociálním systémem, tj. mají vliv na chování jedinců a jejich účast na sociálním a kulturním životě.⁶⁷ Převažující a uznávané hodnoty identifikují společnost. V závislosti na tom, jak se proměňuje společnost (včetně svých členů), promění se i hierarchie hodnot. Psychologická rovina se zabývá duševním prožíváním, myšlením, seberealizací a sebehodnocením.

Jedním ze známých modelů hierarchicky uspořádaných lidských potřeb je Maslowova pyramida neboli Maslowova hierarchie potřeb (Obrázek č. 4).

⁶³ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 63.

⁶⁴ KAPR, J. a kol. *Sociální deviace, sociologie nemoci a medicíny*. Praha: Slon, 1991. s. 12.

⁶⁵ ZACHAROVÁ, E. *Zdravotnická psychologie: teorie a praktická cvičení*. Praha: Grada Publishing a.s., 2017, s. 264.

⁶⁶ KEBZA, V., ŠTOLCOVÁ, I. *Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti*. In BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita, 2005, s. 333.

⁶⁷ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 52.

Obrázek 4 Maslowova hierarchie potřeb



Zdroj: Maslow (1943)

Maslowova hierarchie potřeb je stále populární a rozhodně intuitivní, nebyla však nikdy ověřena empirickým výzkumem, a proto je často kritizována za svou radikálnost. Podle Maslowa má každý jedinec pět základních typů potřeb, seřazených podle jejich existenční naléhavosti a důležitosti pro člověka. Těmito potřebami jsou:

- základní existenční fyziologické potřeby organismu (dýchání, pití, jídlo, spánek, sex, tělesná teplota),
- potřeba bezpečí a jistoty (pořádek, předvídatelnost věcí, bezpečí vlastní a členů rodiny, bydlení, zajištění zdraví a zdravotní péče, jistota zaměstnání apod.),
- potřeba lásky, přijetí, spolupatříčnosti nebo sociální potřeby,
- potřeba uznání, sebeúcty (potřeba prestiže, respektu, pozitivní ohodnocení, ocenění ze strany jiných lidí),
- potřeba seberealizace (potřeba využít svoje individuální schopnosti, realizovat svoje záměry, potřeba rozvoje, tvořivosti, hledání aj.)⁶⁸

Platí pravidlo, že zaprvé je nutné uspokojit potřeby umístěné na nižší úrovni, a pak budou pocíťovány výše umístěné potřeby. Důležitým kvalitativním aspektem při hodnocení kvality života je na jedné straně hodnocení fyziologických a materiálních potřeb a na druhé straně uspokojení vyšších potřeb, jakými jsou potřeby sociální, emocionální a růstové.

⁶⁸ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 53.

Peníze mají silný vliv na úrovni zajišťování biologických funkcí a potřebu bezpečí, ale jsou pouze prostředkem pro seberealizaci.⁶⁹ Jinými slovy, lidé v ohrožení upřednostňují potřeby, které lze uspokojit penězi, a naopak lidé v bezpečnostních situacích uspokojují potřeby související s kvalitou života (vrchol pyramidy). Důležitým faktem zde je paradox blahobytu⁷⁰, tj. spokojenost s životem lineárně neroste se vzrůstem bohatství či materiálního zajištění. Realizace růstových potřeb je často podmíněná potřebou určité moci a určitého postavení ve společnosti.⁷¹ Pro subjektivní hodnocení kvality života rozhodujícím faktorem je kognitivní hodnocení a emoční prožívání vlastního života.⁷²

V studiích sociálního psychologa Seligmana⁷³ lze najít tři způsoby, jimiž mohou lidé dosáhnout štěstí. Jedná se o tři odlišné názory na život, resp. tři životní styly. První možností je vést „příjemný život“ – snažit se získat co nejvíce množství příjemných zážitků, radosti, potěšení. Jde o spotřební a hedonistický styl života. Druhou možností je vést „dobrý život“ – prožívat život s myšlenkou dělat věci pro něco nebo pro někoho, tady jde o stav vnitřního naplnění. Třetí možností je vést „smysluplný život“ – tj. život pro něco, co přesahuje život samotného jedince.

Existuje ještě jeden pohled na kvalitu života z psychologického hlediska, a to je pojem „pocit subjektivní pohody“, kterým se zabývá Hiršová⁷⁴. Tento pojem je tvořen třemi základními složkami: emoce, emocionální reakce (četnost pozitivních emočních zážitků), pocit uspokojení v různých oblastech života (jde o individuálně preferovaných hodnotách a cílů, u většiny obyvatel důležitějšími jsou kvalita sociálních vztahů a uspokojení základních fyziologických potřeb), celkové hodnocení životní spokojenosti (jedná se o všechny skutečnosti, které mají osobní význam pro každého jedince). Dle autorky pocit subjektivní pohody má dvě dimenze: dimenze psychologická a dimenze sociální.

⁶⁹ VAĐUROVÁ, H. a MÜHLPACHR, P. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova univerzita, 2005, s. 32-33.

⁷⁰ PACIONE, M. *Urban Environmental Quality and Human Wellbeing – a Social Geographical Perspective. Landscape and Urban Planning*. 2003, s. 19-30.

⁷¹ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 53.

⁷² HLINICOVÁ, H. *Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví*. Praha: Triton, 2005, s. 206.

⁷³ SELIGMAN, M. *Opravdové štěstí. Pozitivní psychologie v praxi*. Praha: Ikar, 2003, s. 391.

⁷⁴ HIRŠOVÁ, M. *Problematika přístupu k hodnocení kvality života v rámci trvalé udržitelnosti*. Praha: Oeconomica, 2005, s. 10.

3.4.3 Sociální rovina

Sociální rovina zkoumání kvality života je velmi pestrá a primárně zaměřena na mezilidské vztahy. Heřmanová považuje sociální rovinu kvality života na stejné úrovni důležitou jako i psychologickou rovinu.⁷⁵ Kvalitní mezilidské vztahy mají přímou spojitost se zdravím člověka – jak fyzickým, tak i psychickým. Pod pojmem „mezilidské vztahy“ se rozumí jak užší vztahy v rodině a s přáteli, a také i širší vztahy jakými jsou např. obchodní vztahy, pracovní vztahy a celkem začlenění jedince ve společnosti.

Zvírotský uvádí, že sociální rovina mimo společenského kontextu představuje i kontext politický, například v podobě dodržování lidských práv.⁷⁶ Důvodem je to, že člověk neexistuje sám, ale ve společnosti, která je řízená určitými pravidly a tyto normy mají bezprostřední vliv na subjektivní vnímání kvality života. Co se týká objektivních faktorů, demokratické státy mají velmi silnou sociální politiku kvůli vysokým veřejným výdajům na školství a zdravotnictví. Ale i ve státech, kde stále dominuje autoritářský režim, úroveň rozvoje zdravotnictví někdy dokonce převyšuje úspěchy vyspělých zemí, např. v Kubě.⁷⁷

Světová zdravotnická organizace zařazuje do roviny sociální i sexuální aktivitu jedince.⁷⁸ Pro jedince důležitým bodem je pocit, že je společnost kolem něj dobrá a má potenciál rozvoje; pocit, že svým chováním přispívá k rozvoji společnosti; pocit toho, že si ho společnost váží a že jedinec je součástí určité komunity.⁷⁹ Rodinné a kamarádké vztahy hrají důležitou roli při poskytování sociální podpory při např. domácí práce, psychologické podpory, a dokonce i půjčování peněz. Také nelze podceňovat i širší vztahy, které mají vliv na vnímání osobní QoL. Čím více a kvalitněji má jedinec sociálních kontaktů, tím více je odolný vůči stresu a depresím.

3.4.4 Pracovní rovina

Lidé tráví v práci přibližně třetinu a někde i polovinu svého času, proto pracovní život má docela velký vliv na vnímání kvality života jedincem. Dříve byla pracovní doba řízená

⁷⁵ HEŘMANOVÁ, E. *Kvalita života a její modely v současném sociálním výzkumu*. In: Sociológia, 2012, s. 423.

⁷⁶ ZVÍROTSKÝ, M. *Zdravý životní styl*. Praha: Univerzita Karlova, 2014, s. 11.

⁷⁷ SADOVAYA, E., SAUTKINA, V. *Kvalita života světové populace: měření, trendy, instituce*. Moskva: IMEMO, 2012, s. 31

⁷⁸ World Health Organization.

⁷⁹ KŘIVOHLAVÝ, J. *Kvalita života: vymezení pojmu a jeho aplikace v různých vědních disciplínách s důrazem na medicínu a zdravotnictví*. Třeboň: Sborník příspěvků z konference, 2004, s. 18.

přírodními podmínkami a trvala 12 hodin denně. V dnešní době je stanovená týdenní doba 40 hodin týdně, což odpovídá modelu – osmi hodinám denně trvajícím pět dní v týdnu. Zkrácení pracovní doby má pozitivní vliv na produktivitu v těchto směrech: fyziologický efekt (pracovník méně unavený a lépe se koncentruje), motivační efekt (pozitivně vnímány omezený pracovní čas zaměstnancem vede ke zvýšení efektivity) a efektivnější organizace práce.⁸⁰ Rozdíl mezi podnikatelem a zaměstnaným pracovníkem spočívá v tom, že podnikatel si stanoví pracovní dobu sám a musí udržovat rovnováhu mezi prací a volným časem (podrobnější viz kapitola 3.3.5).

Ferriss ve své knize „Čtyřhodinový pracovní týden“⁸¹ popisuje pravidlo, jak pracovat časově méně a zároveň efektivněji. Jedná se o synergii dvou přístupů zaměřených na zvyšování produktivity, a to jsou princip 80/20 a Parkinsonův zákon.

- Princip 80/20: omezit úkoly jen na ty důležitější a zkrátit tak čas strávený prací. Toto pravidlo umožňuje určit priority, protože soustředění na kritických 20 % způsobuje 80 % efektů.
- Parkinsonův zákon: zkrátit čas na splnění úkolů a tím dělat jen důležité. Více času neznamená vyšší produktivitu. Lidé mají tendenci prodlužovat čas na plnění úkolů i když ve skutečnosti ho nepotřebují.

Autor doporučuje kombinovat oba tyto přístupy, tj. určit několik rozhodujících úkolů a naplánovat jejich provedení s velmi krátkými a jasně stanovenými termíny.

Hodnota práce je v České společnosti postavena v žebříčku hodnot vysoko a má pro člověka sociální, ekonomický a kulturní význam.⁸² Ani jedna dimenze neexistuje samostatně, navzájem se prolínají a ovlivňují. Práce plní množinu funkcí, je jako zdroj materiálních prostředků pro život, způsobem seberealizace, prostřednictvím práce dochází ke zařazení do sociální skupiny a uznání ve společnosti.

Koncept pracovní kvality života však naráží na stejné problémy jako obecnější pojetí QoL. Jedná se o rozlišení základních aspektů, stanovení indikátorů a výzkumných nástrojů, a tedy dochází ke problému mezinárodního srovnání. Stejně zde platí podmínka

⁸⁰ KROUPA, A. a kol. *Zkrácování pracovní doby*. Praha: VÚPSV, 2020, s. 32-33.

⁸¹ FERRISS, T. *Čtyřhodinový pracovní týden. Nemarněte celé dny v práci, žijte kdekoli a staňte se „novým bohatým“*. Brno: Jan Melvil Publishing s.r.o., 2010, s. 85-95.

⁸² SURYNEK, A. *Hodnota práce a kvalita života*. In: *Sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference „Svět práce a kvalita života v globalizované ekonomice“*. Praha: Vysoká škola ekonomická, 2007, s. 6.

subjektivního vnímání jedincem světa, různé kulturní a hodnotové pozadí, odlišné zvyklosti a tradice.

Svět práce se časem mění. Kombinace technologického pokroku a ekonomických trendů umožnila lidem pracovat mimo fyzické pracoviště, což má různé důsledky a názory. Pro zaměstnavatele je to možností, která ušetří peníze tím, že oni mohou zavřít nebo dokonce i prodat přebytečnou kancelář.⁸³ Na druhou stranu, home office snižuje možnost kontroly plnění úkolů a omezuje sociální kontakty. Práce z domova má své výhody především z hlediska flexibility a úspory času.⁸⁴ Autoři uvádí, že při zkoumání práce z domova během koronavirového roku 2020, průměrná žena vykazovala produktivitu práce doma o něco vyšší než průměrný muž, a výrazný podíl mužů s menšími dětmi doma se hůře soustředili na práci. Z toho vyplývá, že za těchto okolností je rozdíl ve vnímání práce mezi muži a ženy. V mnoha rozvinutých zemích převládá trend mít menší rodiny, což má za následek zvyšující věk, kdy populace začíná pracovat. Také narůstá průměrná délka života, tím se zvyšuje důchodový věk a ekonomika státu by si měla udržet sociální zabezpečení na normální úrovni. Chudé země mají nízké mzdy, relativně nižší věk začátku pracovního života a delší pracovní den. Vnímání kvality života je odlišné v různých skupinách společnosti, např. stále dochází k nerovnosti příjmů mužů a žen, k diskriminaci etnické různorodosti kvůli předsudkům a lidem se sníženými schopnostmi (handicapy).⁸⁵

Při zkoumání pracovní kvality života je zřejmé, že z hlediska metodiky je nutné výzkum zaměřit na zjištění jednotlivých dimenzí pracovního života, na stanovení jejich významnosti a na zjištění spokojenosti s těmito aspekty. Heřmanová za dimenze pracovního života považuje: *„finanční ohodnocení, nefinanční výhody, uplatnění kvalifikace, spravedlivé odměňování, jistota zaměstnání, vertikální a horizontální vztahy na pracovišti, komunikace a zpětná vazba, časová náročnost práce, možnost sladění pracovního a osobního života, dovolená na zotavenou, možnosti dalšího vzdělávání, možnost kariérního postupu, zajímavost, smysluplnost a užitečnost práce, fyzická a psychická náročnost práce, rizikovitost a bezpečnost práce, vybavení pracoviště, možnost/nutnost identifikace s firmou*

⁸³ ARNOLD, J. a kol. *Psychologie práce*. Brno: Vydavatelství a nakladatelství Computer Press a.s., 2007, s. 24.

⁸⁴ GROSSMANN, J., KORBEL, V., MÜNICH, D. *Práce z domova: možnost, nebo nutnost?* Praha: národohospodářský ústav AV ČR, 2021, s. 2.

⁸⁵ ARNOLD, J. a kol. *Psychologie práce*. Brno: Vydavatelství a nakladatelství Computer Press a.s., 2007, s. 25-26.

aj. ⁸⁶ Zde je vidět, že se jednotlivé dimenze prolínají a nelze hodnotit pouze pracovní život bez ohledu na jiné oblasti života jedince. Výše uvedené dimenze lze posuzovat jak z objektivního hlediska, tak ze subjektivního hlediska. Jejich významnost a spokojenost s nimi je subjektivní záležitost.

3.4.5 Rovina volnočasových aktivit

Pojem volného času lze definovat jako „realizace kulturních, intelektuálních, společenských, zájmových a pohybových aktivit v konkrétních životních podmínkách měst a venkova.“⁸⁷ Jinými slovy, synonymem volného času je odpočinek buď aktivní, nebo pasivní. Z psychologického hlediska volný čas je prostorem, ve kterém se člověk dostává blíže sám k sobě a může si představovat kdo je, co chce a co bude dál.⁸⁸ Volnočasové aktivity slouží k reprodukci pracovní síly, k odstranění fyzického nebo psychického napětí, podporují rozvoj osobnosti a je možností úniku od monotónní práce.

Volnočasové aktivity po práci mohou pozitivně ovlivnit pocit celkové pohody a zdraví jedince. Jako následek tyto aktivity zvyšují pracovní nasazení zaměstnanců. Studie skupiny autorů (Seibel, Volmer a Schmitt) zároveň ukazuje, že i očekávání volnočasových aktivit po pracovnímu dnu zvyšuje pracovní angažovanost.⁸⁹ Přesto je zde třeba upozornit na to, že vnímání příjemnosti od očekávání je subjektivním faktorem a každý jedinec má vlastní intenzitu tohoto pocitu, proto v jednotlivých případech existují rozdíly v pracovním nasazení.

V této kapitole je čas promluvit o tom, že podnikatel je zaměstnancem ale s tím rozdílem, že sám sobě určuje pracovní dobu a dobu odpočinku. Většina podnikatelů má tendenci vynakládat více času své práci a zapomíná na to, že odpočinek přispívá k produktivnosti. Proto je zde jako nikde jinde důležité mít rovnováhu mezi pracovním a osobním životem, jinými slovy *work-life balance* (WBL). To znamená rozdělení času mezi

⁸⁶ HEŘMANOVÁ, E. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: sociologické nakladatelství, 2012, s. 80.

⁸⁷ FAZIK, A., ŠTEMBERK, J. a kol. *Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu*. Praha: Nová tiskárna Pelhřimov, 2013, s. 118.

⁸⁸ PÁSKOVÁ, M. a ZELENKA, J. *Cestovní ruch – výkladový slovník*. Praha: Ministerstvo pro místní rozvoj ČR, 2012.

⁸⁹ SEIBEL, S., VOLMER, J., a SCHMITT, A. *Pleasant Anticipation of an After-Work Free-Time Activity and Work Engagement: Findings from Two Studies*. [online]. 2022, [cit. 2023-02-01]. Dostupné z: [Pleasant Anticipation of an After-Work free-Time Activity and Work Engagement](#)

prací a rodinou nebo volnočasovými aktivitami.⁹⁰ Americká psychologická asociace definuje WLB jako očekávání a preference lidí smíchané s „omezenými“ zdroji, jako např. čas, energie a peníze.

Work-life balance je ožehavým tématem pro podnikatele, protože hranice mezi prací a osobním životem je poměrně tenká. Pro podnikatele velkou motivací je najít způsob, jak pracovat 12 hodin denně, a zároveň být šťastní. Ale jak ukazuje studie konflikt mezi pracovním a soukromým životem má značné náklady spojené s nedostatkem angažovanosti, nízkou produktivitou a kreativitou.⁹¹ Proto je důležité vytvořit rovnováhu mezi pracovním a osobním životem.

3.4.6 Rovina vzdělávání

Ani jedna dimenze neexistuje samostatně. Rovina vzdělávání se těsně prolíná s výše uvedenými složkami pojmu kvality života. Vzdělání je souhrnem vědění – znalostí, dovedností, postojů a hodnotových orientací, které člověk získává prostřednictvím vzdělávání.⁹² Vzdělání lze považovat za součást socializace jedince, dosažená úroveň vzdělání prospívá pracovnímu životu a z psychologického hlediska získané dovednosti mohou dělat člověka více zkušeným a odolným vůči různým životním situacím.

Význam vzdělání roste jak pro jednotlivce, tak i pro společnost. Škola je stále monopolem k výchově nové generace; ona nejen předává teoretické znalosti, ale také obecně platné normy sociálního chování, seznamuje s kulturními hodnotami a tradicemi dané společnosti. V současné době se zdvojnásobil počet lidí s vysokoškolským vzděláním oproti roku 2000.⁹³ V postindustriální společnosti vzdělání již nezajišťuje odpovídající zaměstnání, a dokonce ani „*negarantuje sociální vzestup, ani nezlepšuje šance v zaměstnání.*“⁹⁴ Ale dosažená úroveň vzdělání chrání jedince před společenským sestupem. V dnešní době společnost směřuje více k učení samotnému. Rychlý rozvoj technologií, hlavně internetu, je důvodem učit se stále novým věcem. A proto škola není jediným zdrojem informací.

⁹⁰ ARENOFSKY, J. *Work-Life Balance*. Santa Barbara, California: Greenwood, 2017, s. 4.

⁹¹ LAZAR, I., OSOIAN, C. a RATIU, P. *The role of work-life balance practices in order to improve organizational performance*. [online]. 2010, [cit. 2023-02-01]. Dostupné z: [The role of work-life balance practices in order to improve organizational performance](#)

⁹² PRŮCHA, J. a VETEŠKA, J. *Andragogický slovník.*, Praha: Grada Publishing, a.s., 2012, s. 208.

⁹³ DOSEDĚL, T. *Proměna role vzdělání v době čtvrté průmyslové revoluce*. Brno: Barrister & Principal Muni Press, 2021.

⁹⁴ LIESSMANN, K P. *Teorie nevzdělanosti: omyly společnosti vědění*. Praha: Academia, 2008, s. 19.

Doplňujícími zdroje vzdělávání jsou různé kurzy jak on-line, tak i off-line. V případě rekvalifikačních kurzů jedinec může doplnit své základní vzdělání a tím značně rozšířit svou kvalifikaci. Nebo vybrat pro sebe něco zcela nového např. jazykové kurzy, řemeslné nebo do konce i sportovní kurzy.

3.4.7 Rovina domácích povinností

Čím dál tím více času lidé věnují své práci, a proto nemají prostor stíhat všechny své zájmy, trávit čas se svými blízkými nebo zvládat domácí povinnosti. Pod pojmem domácích povinností se rozumí neplacená práce vykonávaná v domácnosti a produkující zboží nebo služby pro potřeby jejích členů.⁹⁵ Tato práce je rutinní povahy, zabírá nejvíce času, je nejméně volitelná a je obtížné ji odkládat.⁹⁶ Domácí povinnosti lze rozdělit na „ženský“ typ práce a mužský typ domácí práce. Pod první typ spadají např. činnosti související s úklidem bytu, přípravou jídla (nakupování jídla, vaření, mytí nádobí atd.), péče o oblečení (praní a žehlení prádla atd.). Drobné domácí opravy i opravy mimo domov (péče o dům, zahradu, auto) jsou obvykle zaznamenány jako „mužská práce“.

Náplň domácích prací se může v jednotlivých rodinách lišit – záleží na životním stylu a aktuální situaci konkrétní rodiny, tzv. životnímu cyklu rodiny. Podle výzkumu⁹⁷ bezdětné rodiny tráví nejméně času domácími pracemi. Po narození dítěte se podíl ženy na domácnosti výrazně zvyšuje a s růstem dítěte (dětí) zátěž ženy klesá, i když podíl muže zůstává poměrně stejná. Teprve když děti opustí původní rodinu, začne se muž více podílet na chodu domácnosti. Je zde také ožehavá otázka týkající se (ne)rovnoměrného rozdělení domácích povinností mezi členy rodiny. Příčinami mohou být gender, náboženství a návyky z původní rodiny. Dokonce existuje možnost najmout personál, a tím se zbavit nutnosti domácích povinností.

3.5 Shrnutí

Neexistuje jednoznačné datum, kdy se přesně pojem “kvalita života” objevil a stal předmětem výzkumu. Kvalita života je součástí mnoha vědeckých disciplín, jakými jsou

⁹⁵ ČERMAKOVÁ, M. a kol. *Podmínky harmonizace práce a rodiny v České republice*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2002, s. 17.

⁹⁶ CHALOUPKOVÁ, J. *Faktory ovlivňující dělbu domácí práce v českých domácnostech a hodnocení její spravedlnosti*. Sociologický časopis, 1., 2005, s. 57-77.

⁹⁷ HAŠKOVÁ, H. a kol. *Rovné příležitosti mužů a žen při sladování práce a rodiny*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2003.

například medicína, psychologie, sociologie, ekonomie, politologie aj. V dnešní době se pod tímto pojmem rozumí nejen materiální blahobyt obyvatel, ale i široké palety psychologických, sociologických a environmentálních proměnných. Proto tento pojem je velmi široký a těžko uchopitelný díky své multidimenzionálnosti, interdisciplinaritě a komplexnosti. Jednoduše je možné říct, že kvalita života je vyjádřením pocitu životního štěstí. Ale otázkou zůstává, dá se změřit intenzitu tohoto pocitu štěstí?

Koncept kvality života může být nahlížen ze dvou hledisek – objektivního a subjektivního. Objektivní kvalita života se týká konkrétních, často měřitelných životních podmínek a dosažené životní úrovně jednotlivce nebo obyvatelstva. Příkladem objektivních charakteristik je např. průměrná mzda, dostupnost zdravotní péče, vzdělání, bydlení apod. Metodologicky složitější metodou je zjištění subjektivní kvality života, protože je zřejmé, že existuje rozdíl mezi subjektivním vnímáním životních podmínek u jedinců. Také je dalším problémem je to, že výpovědi o realitě nemusí odpovídat skutečnosti samotné. Subjektivní vnímání kvality života je podmíněno kulturou jedince a hodnotovým systémem. Většinou na tento “pocit štěstí” mají vliv variabilní faktory, jakými jsou např. věk, životní zkušenosti, úroveň vzdělání, typ profese apod. Jinými slovy, objektivní kvalita života se týká sociálních, ekonomických, environmentálních a zdravotních podmínek. Subjektivní kvalita života se zaměřuje na to, jak jedinec toto všechno vnímá ve vztahu k individuálním motivacím, schopnostem, cílům a očekáváním. Výhradně jedná se o subjektivní zkušenost a lze ji poměrně objektivně analyzovat pomocí metod sociálního výzkumu. Obvykle se používají následující nástroje měření: různé typy dotazníků, strukturované rozhovory a pozorování.

Tato diplomová práce se bude zkoumat kvalitu života poměrně velké skupiny obyvatel – podnikatelů. Podnikatelem z pohledu ekonomie je ten, kdo kombinuje zdroje, práce, suroviny a další aktiva a tím zvyšuje jejich hodnotu. Nicméně z pohledu psychologie má podnikatel má vnitřní sílu, která vytvářejí touhu něco získat a něčeho dosáhnout. Jedná se o specifický typ lidí – iniciativní, trpěliví, proaktivní. Jsou více odolní vůči stresu a nejednoznačnosti. Kombinují v sobě role leadera, manažera a tvůrce. Na druhou stranu mají podnikatelé vysoké riziko nezvládnout a vybalancovat různé sféry svého života, věnovat své práci většinu času a za následek mít problémy např. s fyzickým zdravím kvůli nedostatku snu nebo se sociálním životem kvůli nedostatku času na setkání s přáteli. Toto všechno má značný vliv na subjektivní vnímání prožívání života. Dle Světové zdravotnické organizace jsou čtyři základní oblasti kvality života: fyzické zdraví, psychické zdraví,

sociální vztahy a prostředí. Kvalitu života podnikatelů se dá rozšířit do více dimenzí a obohatit je přidáním pracovní roviny, roviny volnočasových aktivit, rovinou vzdělání a domácích povinností. Předmětem praktické části bude zkoumání kvality života a jak jsou na tom čeští podnikatelé.

4 Vlastní práce

V teoretické části byly podrobně popsány jednotlivé složky pojmu „kvalita života“ ze subjektivního pohledu. Mezi něj patří fyzická a psychologická pohoda, pracovní a volnočasová, sociální pohoda a uspokojení z domácnosti. Také významný dopad na kvalitu života má vzdělávání. Táto práce je zaměřená více na psychologické a emocionální vnímání kvality života, jelikož to, jak jednotlivec vnímá svůj život, hodnotí převážně přes svůj emocionální stav. Cílem diplomové práce je zjistit celkové vnímání kvality života podnikatelů. Dalším cílem je vyhodnotit, které složky subjektivního pojetí kvality života mají větší dopad na celkové pohodlí a navrhnout doporučení, metody a nástroje k eliminaci možných rizik.

Podnikatelé tvoří poměrně velkou a velice rozmanitou skupinu obyvatel – podnikatelem může být jak žena, tak i muž různého věku. Mohou provozovat různého typu činnosti; mít různě velké firmy, tak i pracovat sami pro sebe. Podnikatelé, jako obyčejné lidé, mohou mít různé tělesné konstrukce, odlišné postoje různým věcem, mohou být různého náboženství a kombinovat v sobě velkou sadu odlišných psychologických a psychických charakteristik. Nicméně, jsou obvykle velmi motivovaní a mají značné organizační a manažerské schopnosti. Úspěšným podnikatelem dělá člověka schopnost pracovat v týmu, umět jej směřovat a delegovat své pracovní povinnosti. Schopnost delegace prospívá k výsledku z podnikání, uvolňuje podnikateli čas na řešení ostatních pracovních a osobních věcí. Pro úspěšné řízení svého podnikání a dosahování svých cílů oni musí mít pevné fyzické zdraví, což má dopad na pocit celkové pohody. Také musí podnikatel ovládat potřebné znalostmi a dovednostmi, aby řídit podnik co nejlépe.

Náplň této kapitoly tvoří analýza dat získaných realizací dotazníkového šetření. Hlavním výzkumným problémem této diplomové práce je skutečnost, zda má zdravý životní styl, delegování svých pracovních povinností a vzdělání podnikatele vliv na jeho kvalitu života. Druhým problémem je otázka pohlaví, zda vnímání kvality života mezi podnikateli je na pohlaví závislé.

Výzkumné otázky:

1. Existuje rozdíl mezi vnímáním kvality života mezi muži a ženy, pokud ano, jak je velký?
2. Jak ovlivňuje kvalitu života podnikatelů delegování svých pracovních povinností?

3. Jak ovlivňuje kvalitu života podnikatelů dodržování zásad zdravého životního stylu (zdravá strava, pravidelné sportování)?
4. Jak ovlivňuje kvalitu života podnikatelů přítomnost vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání?

Vzhledem ke stanovenému cíli této diplomové práce, kterým je zjištění vlivu pohlaví, zdravého životního stylu, schopnosti delegovat pracovní povinnosti a přítomnosti vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání na kvalitu života podnikatelů, byla stanovena **první hlavní hypotéza**, a to, že na hodnocení kvality života podnikatelů nemá vliv pohlaví a že ženy a muži se cítí u tohoto stejně nebo bez významného rozdílu. **Druhá hlavní hypotéza** zní, že podnikatelé, kteří delegují své pracovní povinnosti, dodržují zásady zdravého životního stylu a mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání, budou posuzovat kvalitu života hodnotněji než podnikatelé, kteří neumí delegovat, nedodržují zásad zdravého životního stylu a nejsou vzdělání v příslušném oboru.

Na základě hlavní hypotézy byly stanoveny dílčí hypotézy:

1H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli a podnikatelkami.

1HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli a podnikatelkami.

2H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří delegují své pracovní povinnosti a kteří nedelegují.

2HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří delegují své pracovní povinnosti a kteří nedelegují.

3H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří dodržují zdravý životní styl a kteří jej nedodržují.

3HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří dodržují zdravý životní styl a kteří jej nedodržují.

4H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají.

4HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají.

4.1 Metody šetření

Poznatky nashromážděné v předchozích kapitolách byly ověřené pomocí dotazníkového šetření. Tato metoda je zvolena záměrně z důvodu zajištění anonymity podnikatelů, protože pro většinu dotazovaných je to zásadní podmínkou účasti. Další výhodou volby takové metody šetření je oslovení jak možno největšího počtu respondentů během krátkého časového okamžiku. Pro účely diplomové práce budou použity dva dotazníky: Q-LES-Q-SF a WHOQoL-BREF. Tyto dva dotazníky se používají při kvantitativním výzkumu, proto jsou vhodné při zkoumání velkých skupin, poskytují přesná numerická data, výsledky jsou relativně nezávislé na výzkumníkovi a lze tyto výsledky zobecnit na populaci. V následujících podkapitolách jsou popsány jednotlivé části dotazníků. Samotné dotazníky jsou k nahlédnutí na konci diplomové práce v přílohách č. 1 a č. 2.

4.1.1 Dotazník Q-LES-Q-SF

Zkrácená verze dotazníku Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire (Q-LES-Q-SF) byla odvozena z originálního 93 položkového dotazníku. Krátká forma obsahuje 14 položek pro záznam prožívání radosti a spokojenosti ze života, které jsou rozděleny do osmi oblastí. Respondent musí odpovídat na otázku, jak moc je spokojen s každou oblastí a těmito oblastmi jsou:

1. fyzické zdraví
2. psychologická pohoda
3. sociální vztahy
4. práce
5. volný čas
6. vzdělávání
7. domácí povinnosti
8. pocit celkové životní pohody

Odpovědi respondentů se hodnotí na pětibodové škále od „velmi nespokojen“ po „velmi spokojen“. Teoretický rozsah celkového skóru je od 14 do 70 bodů, kde vyšší hodnota indikuje vyšší míru spokojenosti. Existuje několik výhod použití dotazníku Q-LES-Q-SF: dotazník je relativně krátký a snadno srozumitelný, což usnadňuje jeho použití a snižuje zátěž pro respondenty; otázky se týkají různých oblastí života, což umožňuje

komplexní hodnocení kvality života; dotazník je vhodný pro široké použití v různých výzkumech a umožňuje porovnání výsledků mezi různými skupinami lidí.

Hodnocení dotazníku Q-LES-Q-SF se provádí pomocí statistických metod, které umožňují vyhodnotit spolehlivost a platnost dotazníku. Základním krokem je vyhodnocení spolehlivosti a pro tento účel se používá metoda Cronbachova alfa koeficientu, která měří, jak dobře jednotlivé položky dotazníku korelují s celkovým skóre. Hodnota Cronbachovy alfy by měla být minimálně 0,7 pro použití dotazníku pro výzkumné účely. Dalším krokem je zajištění, jestli data mají normální rozdělení nebo ne. Dále se vybírá vhodný test a testuje se hypotéza. Výsledky dotazníku Q-LES-Q-SF se obvykle interpretují pomocí bodové škály.

4.1.2 Dotazník WHOQoL-BREF

Dotazník WHOQoL-BREF (The World Health Organization Quality of Life-BREF) je zkrácenou verzí původního a rozšířeného dotazníku WHOQoL-100, který byl vyvinut Světovou zdravotnickou organizací (WHO) pro subjektivní hodnocení kvality života. Dotazník WHOQoL-BREF obsahuje 26 otázek, rozdělených do čtyř oblastí:

1. Fyzické zdraví: týká se fyzických funkcí, bolesti a nepohodlí, zdraví a energie.
2. Psychické zdraví: týká se emocionálních funkcí, např. deprese, sebeúcta, pozitivní emoce a duchovní funkce.
3. Sociální vztahy: zde jsou otázky, které se týkají vztahu s ostatními lidmi – rodina, přátelé, sexuální vztahy, podpora od druhých lidí a pocitu osamělosti.
4. Životní prostředí: tady se jedná o materiální podmínky, bezpečnost a vlivu okolí na zdraví a pohodu.

Každá otázka se hodnotí pomocí pětistupňové škály, přičemž vyšší skóre znamenají vyšší kvalitu života. Také je kromě jednotlivých oblastí možné získat celkové skóre pomocí spočítání průměrných hodnot všech položek v jednotlivých doménách, které změří celkovou kvalitu života. Přehled a členění domén zobrazuje následující tabulka (Tabulka č. 5):

Tabulka 5 Přehled domén a položek WHOQoL-BREF

Domény		Položky	
dom 1	fyzické zdraví	q3	bolest a nepříjemné pocity
		q4	závislost na lékařské péči

		q10	energie a únava
		q15	pohyblivost
		q16	spánek
		q17	každodenní činnosti
		q18	pracovní výkonnost
dom 2	prožívání	q5	potěšení ze života
		q6	smysl života
		q7	soustředění
		q11	přijetí tělesného vzhledu
		q19	spokojenost se sebou
		q26	negativní pocity
dom 3	sociální vztahy	q8	osobní bezpečí
		q20	osobní vztahy
		q21	sexuální život
		q22	podpora přátel
dom 4	prostředí	q9	životní prostředí
		q12	finanční situace
		q13	přístup k informacím
		q14	záliby
		q23	prostředí v okolí bydliště
		q24	dostupnost zdravotní péče
		q25	doprava
dvě samostatné položky		Q1	kvalita života
		Q2	spokojenost se zdravím

Zdroj: Dragomerická, E. a Bartoňová, J., 2006.

Hodnocení dotazníku WHOQoL-BREF se provádí pomocí statistických metod. Tato metoda poskytuje užitečné informace o subjektu, a to jak pro jednotlivce, tak pro skupiny lidí. Podnikání má vliv na kvalitu života a tento dotazník pomáhá získat přehled o tom, jak

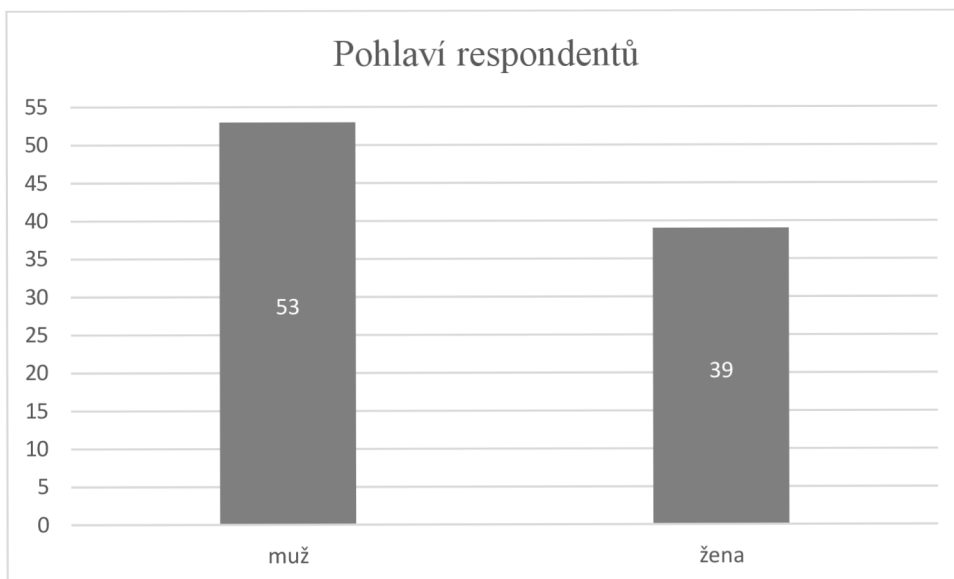
se podnikatel cítí v různých oblastech svého života a v jakých oblastech je třeba zlepšovat podmínky, aby se lépe cítil při práci.

4.2 Výzkumný vzorek a výzkumná metoda

Cílovou skupinou dotazníkového šetření byli osoby podnikající na území České republiky a ve věku od 18 let. Při zkoumání kvality života nebyl kladen důraz na státní příslušnost podnikatelů, ale dotazníky byly sestaveny a rozeslány v českém jazyce. Dotazníky byly vytvořené pomocí nástroje pro online dotazníky – Survio. Odkazy na oba dotazníky byly rozesílány známým podnikatelům s prosbou vyplnit, byly dány ředitelům firem, kde nemalý podíl zaměstnanců pracují na živnostenský list a také byly rozesílány do podnikatelských fór a různých skupin na sociálních sítích, které spojují podnikatele po celé České republice. Výhodou je sbírání výpovědí o kvalitě života různého typu podnikatelů bez ohledu na typ podnikání a velikost firmy. Dotazníky obsahovaly pouze uzavřené otázky, obsah otázek sledoval účel dotazníkového šetření, otázky byly stručné, srozumitelné a jejich počet nebyl obrovský, proto vyplnění dotazníků nezabíralo delší čas. Dotazníky byly zcela anonymní, vyplnění všech otázek dotazníků bylo povinné. Úvodní otázky požadovaly od respondentů uvedení pohlaví, věku, délky provozování podnikatelské činnosti a počtu zaměstnanců, ale byly však pouze evidenčního charakteru a nijak nerušily anonymitu osobních údajů. Dotazníky byly rozeslány přes internet, předpokladem bylo získání minimálně 80 respondentů. Sběr dat pro dotazníkové šetření probíhal od 1. března 2023 do 13. března 2023. Výsledky byly zpracovány v programu Microsoft Excel a zobrazeny v grafické i slovní podobě v jednotlivých oblastech, otázkách a variantách odpovědí. Údaje v grafech jsou uvedeny v procentech, zaokrouhlených na celá čísla.

4.2.1 Dotazník Q-LES-Q-SF – vstupní informace

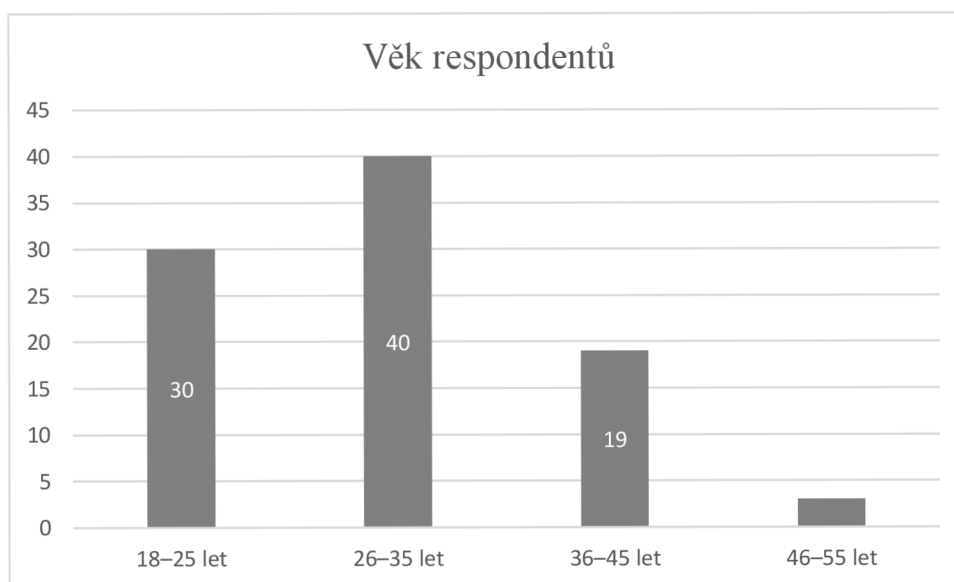
Graf 1 Pohlaví respondentů Q-LES-Q-SF



Zdroj: vlastní zpracování

Podle grafu č. 1 je patrné, že se dotazníkového šetření zúčastnilo 92 podnikatelů, z nich je 53 (58 % respondentů) mužů a 39 (42 % respondentů) žen.

Graf 2 Věk respondentů Q-LES-Q-SF

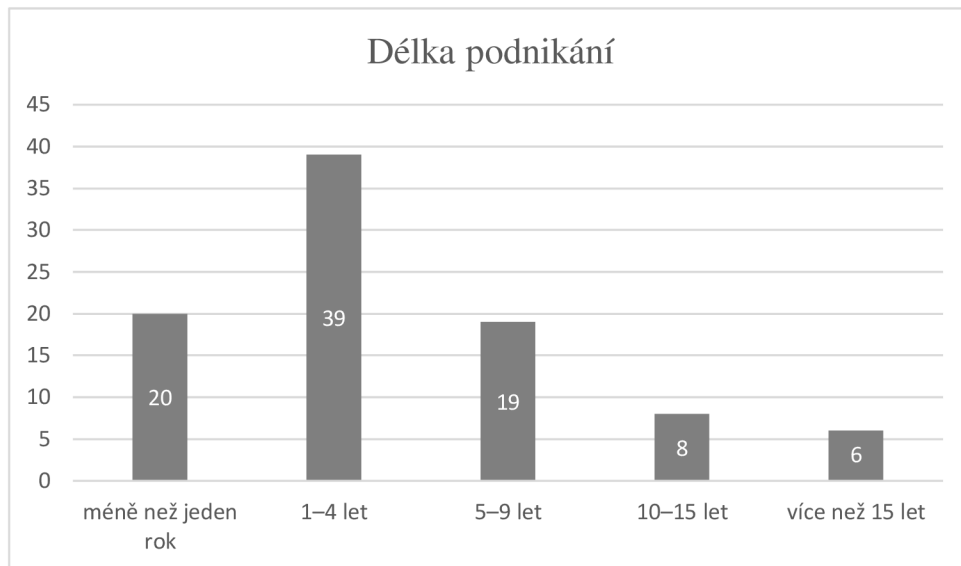


Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 2 znázorňuje věkové rozložení výzkumného vzorku. Výzkumu se zúčastnilo 30 (33 % respondentů) podnikatelů ve věku od 18 do 25 let, 40 (43 % respondentů)

podnikatelů ve věkovém rozhraní od 26 do 35 let, 19 (21 % respondentů) podnikatelů ve věku od 36 do 45 let a 3 (3 % respondentů) podnikatelů ve věku od 46 do 55 let.

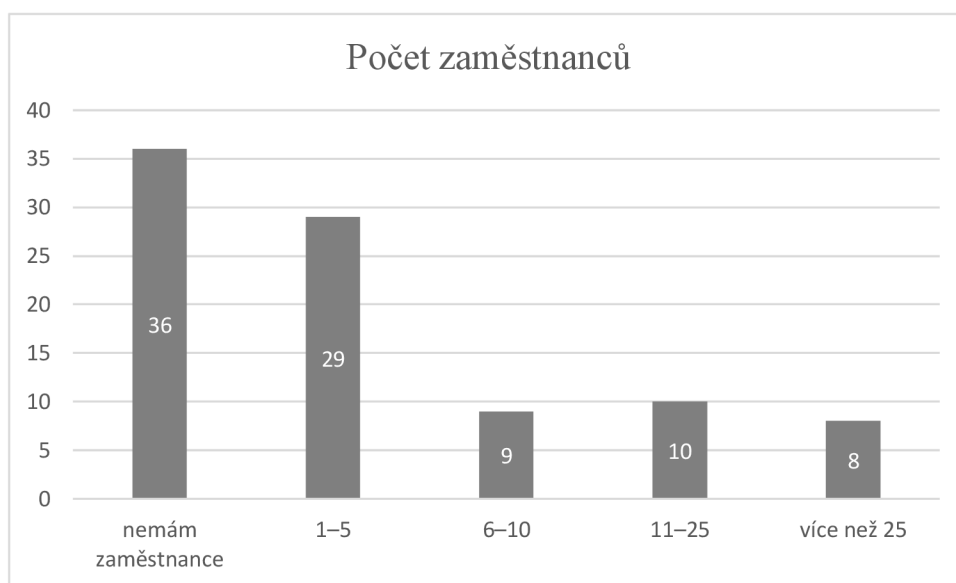
Graf 3 Délka podnikání Q-LES-Q-SF



Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 3 znázorňuje, že se ve výzkumném šetření zúčastnilo 20 (22 % respondentů) podnikatelů, kteří mají zkušenosti s podnikáním méně než jeden rok, 39 (42 % respondentů) podnikatelů, kteří provozují podnikatelskou činnost od 1 do 4 let, 19 (20 % respondentů) podnikatelů s praxí od 5 do 9 let, 8 (9 % respondentů) podnikatelů, kteří podnikají od 10 do 15 let a 6 (7 % respondentů) podnikatelů, kteří pracují více než 15 let.

Graf 4 Počet zaměstnanců Q-LES-Q-SF

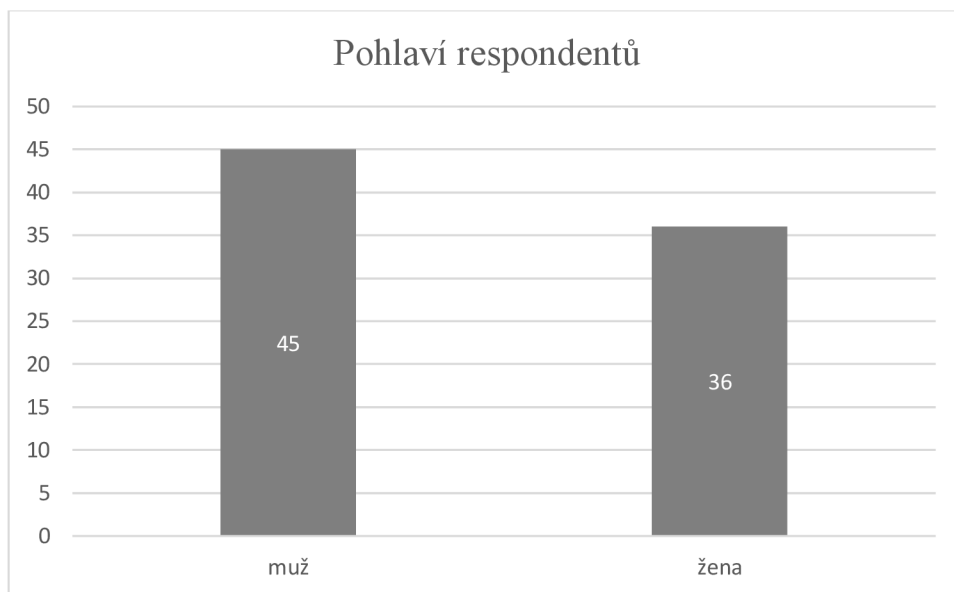


Zdroj: vlastní zpracování

Podle grafu č. 4 je patrné, že 36 (39 % respondentů) podnikatelů nemají zaměstnance, 29 (31 % respondentů) mají od 1 do 5 zaměstnanců, 9 (10 % respondentů) podnikatelů má ve své firmě od 6 do 10 zaměstnanců, 10 (11 % respondentů) podnikatelů má od 11 do 25 zaměstnanců a také 8 (9 % respondentů) podnikatelů má více než 25 zaměstnanců.

4.2.2 Dotazník WHOQoL-BREF – vstupní informace

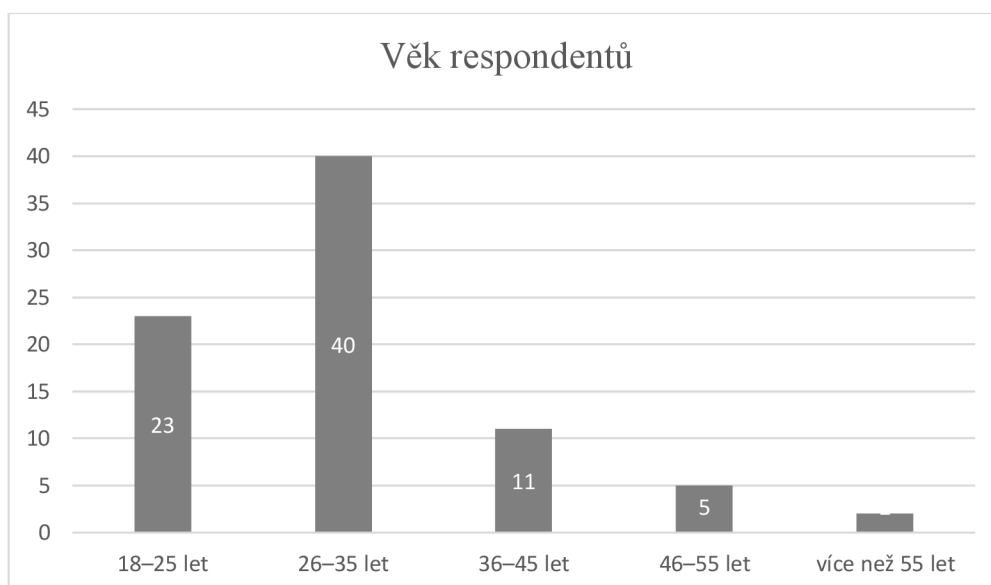
Graf 5 Pohlaví respondentů WHOQoL-BREF



Zdroj: vlastní zpracování

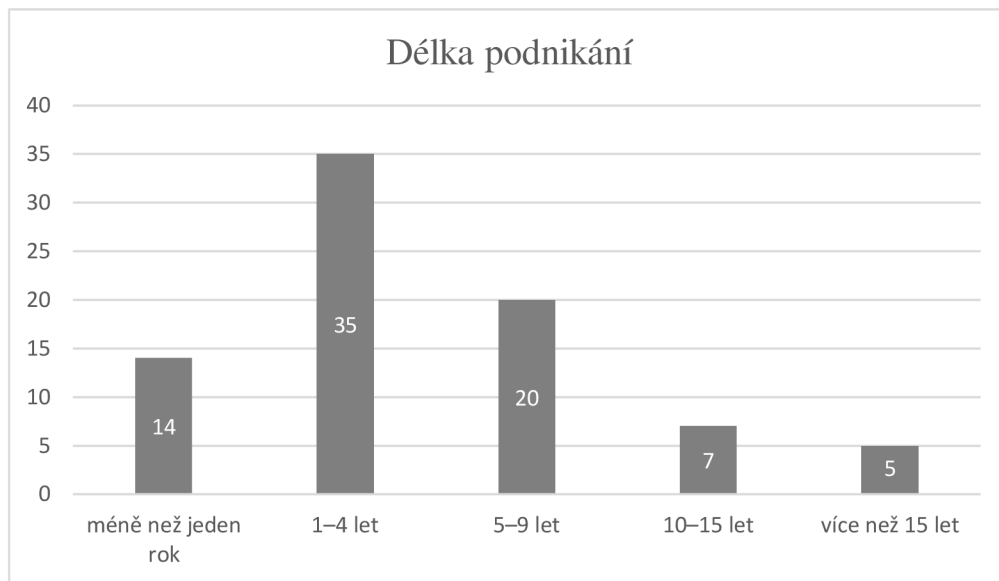
Graf č. 5 popisuje, že se výzkumného šetření zúčastnilo 81 podnikatelů, z nich je 45 (56 % respondentů) mužů a 36 (44 % respondentů) žen.

Graf 6 Věk respondentů WHOQoL-BREF



Graf č. 6 znázorňuje věkové rozložení výzkumného vzorku. Výzkumu se zúčastnilo 23 (28 % respondentů) podnikatelů ve věku od 18 do 25 let, 40 (49 % respondentů) podnikatelů ve věkovém rozhraní od 26 do 35 let, 11 (14 % respondentů) podnikatelů ve věku od 36 do 45 let, 5 (6 % respondentů) podnikatelů ve věku od 46 do 55 let a 2 (3 % respondentů) starších 55 let.

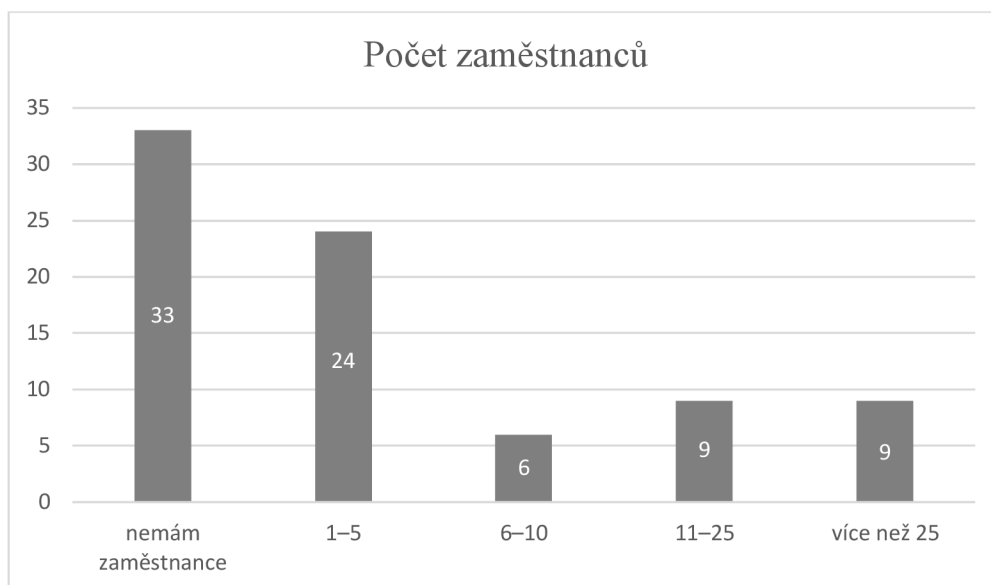
Graf 7 Délka podnikání WHOQoL-BREF



Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 7 znázorňuje, že se v dotazníkovém šetření zúčastnilo 14 (17 % respondentů) podnikatelů, kteří mají zkušenosti s podnikáním méně než jeden rok, 35 (43 % respondentů) podnikatelů, kteří provozují podnikatelskou činnost od 1 do 4 let, 20 (25 % respondentů) podnikatelů s praxí od 5 do 9 let, 7 (9 % respondentů) podnikatelů, kteří podnikají od 10 do 15 let a 5 (6 % respondentů) podnikatelů, kteří pracují více než 15 let.

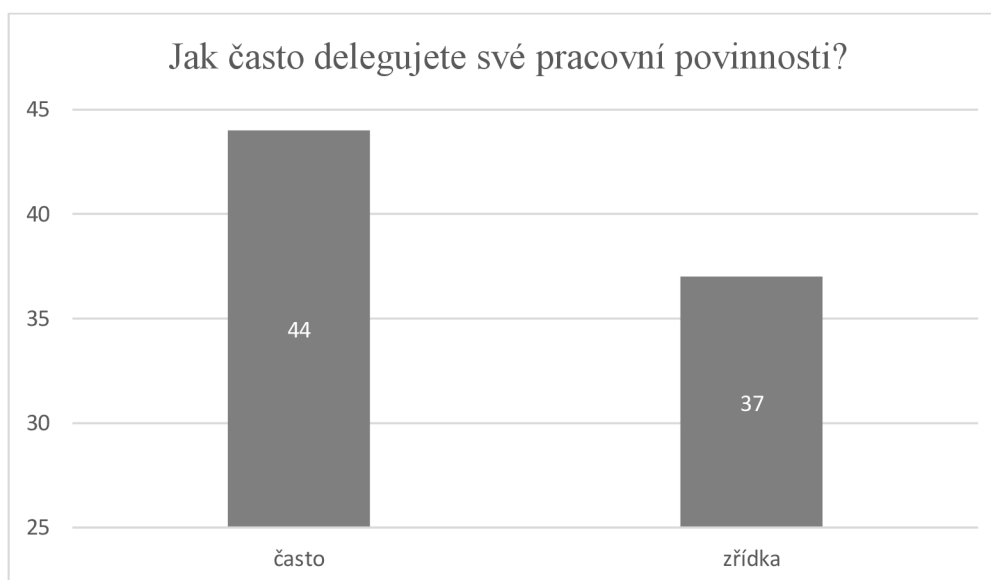
Graf 8 Počet zaměstnanců WHOQoL-BREF



Zdroj: vlastní zpracování

Z graf č. 8 vyplývá, že 33 (41 % respondentů) podnikatelů nemá zaměstnance, 24 (30 % respondentů) má od 1 do 5 zaměstnanců, 6 (7 % respondentů) podnikatelů má ve své firmě od 6 do 10 zaměstnanců, 9 (11 % respondentů) podnikatelů má od 11 do 25 zaměstnanců a také 9 (11 % respondentů) podnikatelů má více než 25 zaměstnanců.

Graf 9 Delegování WHOQoL-BREF



Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 9 znázorňuje, jak často oslovené podnikatelé delegují své pracovní povinnosti. Podle grafu 44 (54 % respondentů) podnikatelů často delegují práci, zatímco ostatních 37 (46 % respondentů) podnikatelů delegují zřídka.

Graf 10 Zdravý životní styl WHOQoL-BREF



Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 10 popisuje, že 49 (61 % respondentů) podnikatelů dodržuje zásady zdravého životního stylu, pod kterým se rozumí zdravé stravování a pravidelné sportování, a 32 (39 % respondentů) podnikatelů nedodržuje.

Graf 11 Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání WHOQoL-BREF



Zdroj: vlastní zpracování

Podle grafu č. 11 je patrné, že se výzkumného šetření zúčastnilo 29 (36 % respondentů) podnikatelů, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a 52 (64 % respondentů) podnikatelů, kteří nejsou vzděláni v příslušném oboru na vysoké škole.

5 Výsledky a diskuse

Výsledky a sumarizace získaných dat byly vyhodnoceny a interpretovány pomocí vytvořených tabulek a grafů. Výsledky byly získány pomocí dvou dotazníků – a to jsou dotazník prožívání radosti a spokojenosti ze života Q-LES-Q-SF a dotazníku od Světové zdravotnické organizaci WHOQoL-BREF.

5.1 Výsledky dotazníku Q-LES-Q-SF

Odpovědi všech 92 oslovených podnikatelů byly vyhodnoceny podle jednotlivých dimenzí a byly vytvořeny statistiky dotazníku. Také bylo zjištěno celkové skóre každého respondenta, odpovědi byly seřazeny podle pohlaví a byla otestována hypotéza.

5.1.1 Sumarizace výsledků výzkumu pomocí dotazníku Q-LES-Q-SF

Popis frekvence odpovědí u každé otázky je k nahlédnutí v následující tabulce (Tabulka č. 6):

Tabulka 6 Odpovědi Q-LES-Q-SF

Položka		Zvolená odpověď v %				
		Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1.	Fyzické zdraví	0,0	0,0	19,6	43,5	37,0
2.	Nálada	0,0	1,1	15,2	45,7	38,0
3.	Sociální vztahy	0,0	1,1	17,2	46,7	34,8
4.	Práce	0,0	0,0	21,7	44,6	33,7
5.	Volný čas	0,0	0,0	21,7	52,2	26,1
6.	Finanční prostředky	0,0	1,1	27,2	51,1	20,7
7.	Životní podmínky	0,0	1,1	23,9	47,8	27,2

8.	Rodina	0,0	1,1	26,1	44,6	28,3
9.	Partner/partnerka	2,2	3,3	41,3	33,7	19,6
10.	Vzhled	0,0	1,1	18,5	50,0	30,4
11.	Co jste dosáhli v životě	0,0	4,3	27,2	50,0	18,5
12.	Schopnost učit se nové věci	0,0	0,0	9,8	44,6	45,7
13.	Využití svého času	0,0	0,0	29,3	51,1	19,6
14.	Celková kvalita života	0,0	0,0	22,8	44,6	32,6

Zdroj: vlastní zpracování

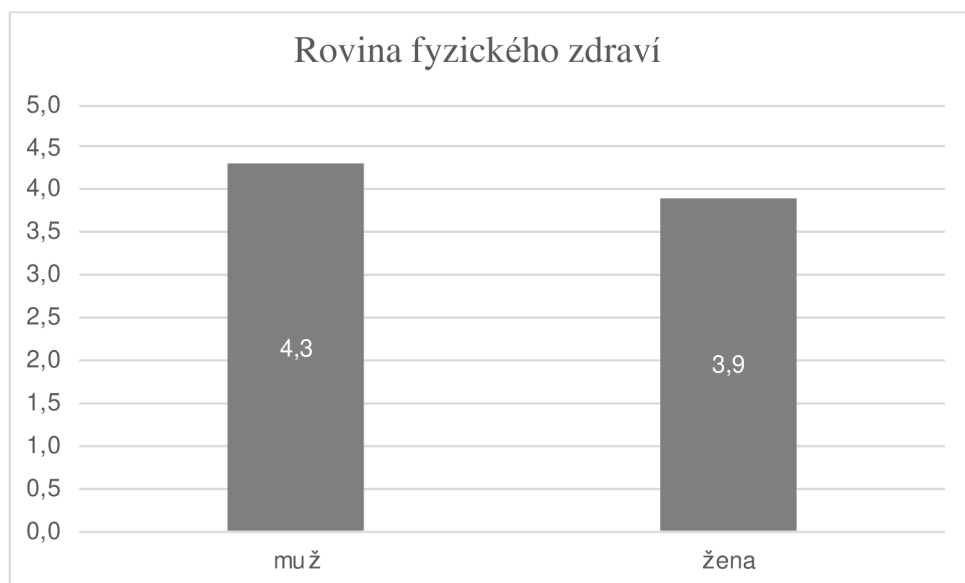
Z tabulky je zřejmé, že podnikatelé jsou spokojeni se svým životem. Zřídka se odpovídalo, že jsou s něčím velice nespokojeni s něčím, jediné nízké hodnocení na „1“ bylo zaznamenáno u otázky č. 9, která se týká spokojenosti s partnerem/partnerkou. Nejčastěji oslovení podnikatelé velmi kladně oceňují svou schopnost učit se nové věci, svůj společenský život a náladu.

Pro lepší pochopení, jak se cítí čeští podnikatelé, byly jednotlivé otázky testu seskupeny do větších skupin, anebo dimenzí, které byly podrobně popsány v teoretické části diplomové práce (viz kapitola 3.4):

- fyzické zdraví se skládá z otázek č. 1 a 10;
- psychologická pohoda obsahuje otázky č. 2 a 11;
- do dimenze sociálních vztahu patří otázky č. 3, 8 a 9;
- rovina práce obsahuje v sobě odpovědi na otázky č. 4 a 6;
- spokojenost s volným časem popisují otázky č. 5 a 13;
- vzdělání se týká otázky č. 12;
- domácnost hodnotili respondenti v otázce č. 7;
- celkovou kvalitu života popisuje otázka č. 14.

Níže jsou grafy, které graficky znázorňují, jak jsou spokojeni s jednotlivými dimenzemi čeští podnikatelé rozdělení podle pohlaví.

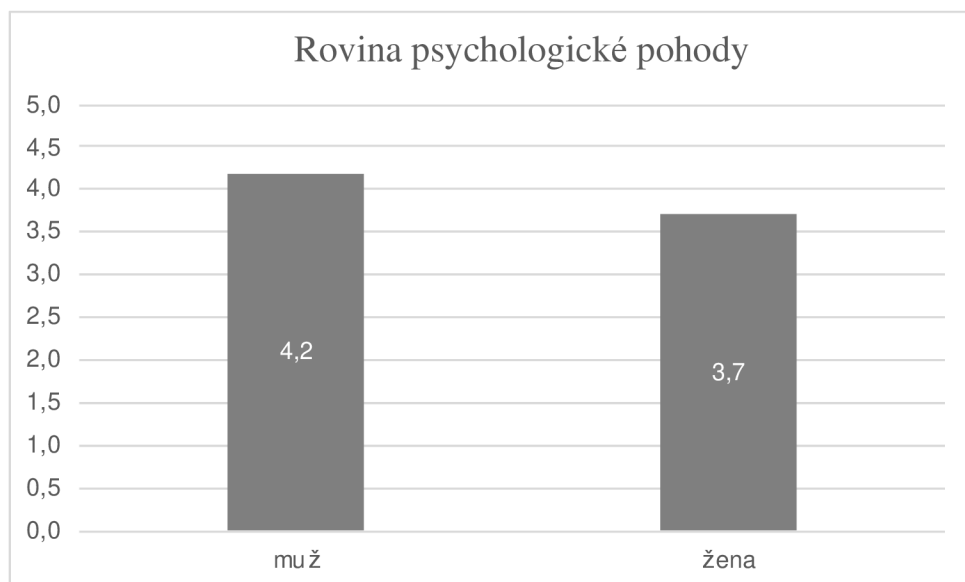
Graf 12 Rovina fyzického zdraví



Zdroj: vlastní zpracování

S fyzickým zdravím jsou více spokojení muži než ženy. Tato dimenze obsahuje otázky, jak moc je respondent spokojený s fyzickým zdravím a se svým vzhledem. V dotazníku se jednalo o subjektivní hodnocení, proto dá se říct, že vyhodnocení nemusí odpovídat realitě samotné.

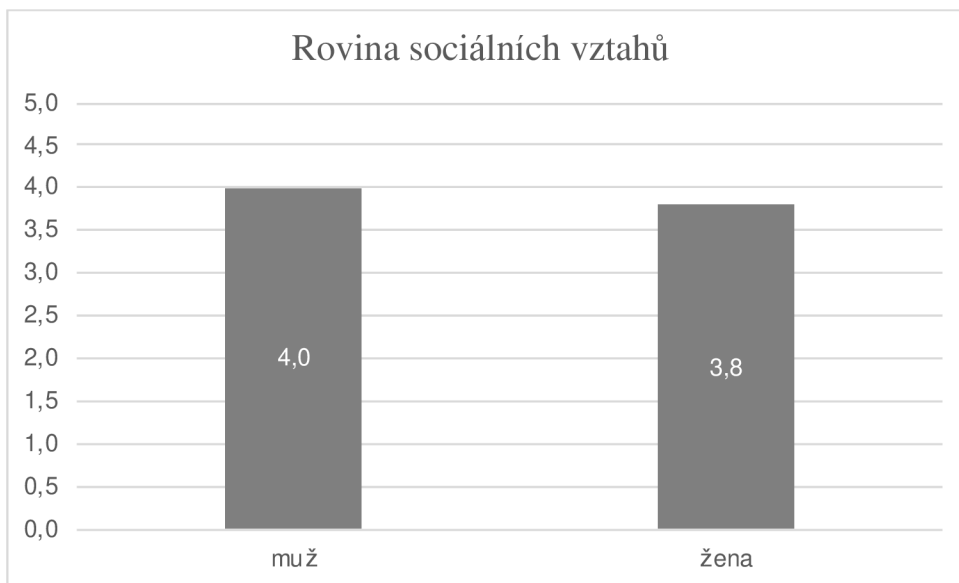
Graf 13 Rovina psychologické pohody



Zdroj: vlastní zpracování

Se svou náladou a s tím, čeho respondent dosáhl ve svém životě, jsou více spokojení muži než ženy.

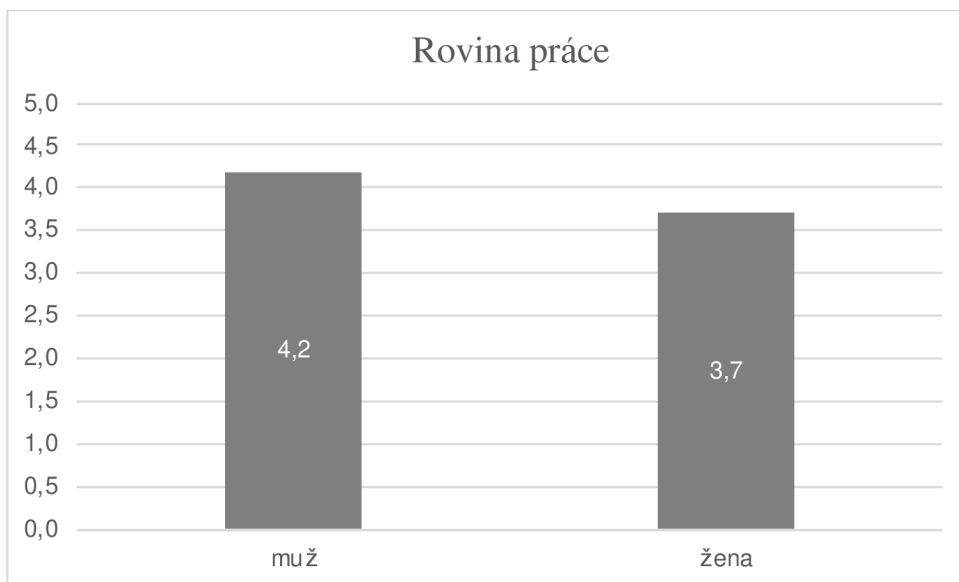
Graf 14 Rovina sociálních vztahů



Zdroj: vlastní zpracování

Muži hodnotí kvalitu svých sociálních vztahů lépe než ženy. Dimenze se týkala otázek ohledně spokojenosti s rodinou a s partnerem/partnerkou. Také byla samotná otázka spokojenosti s celkovým společenským životem.

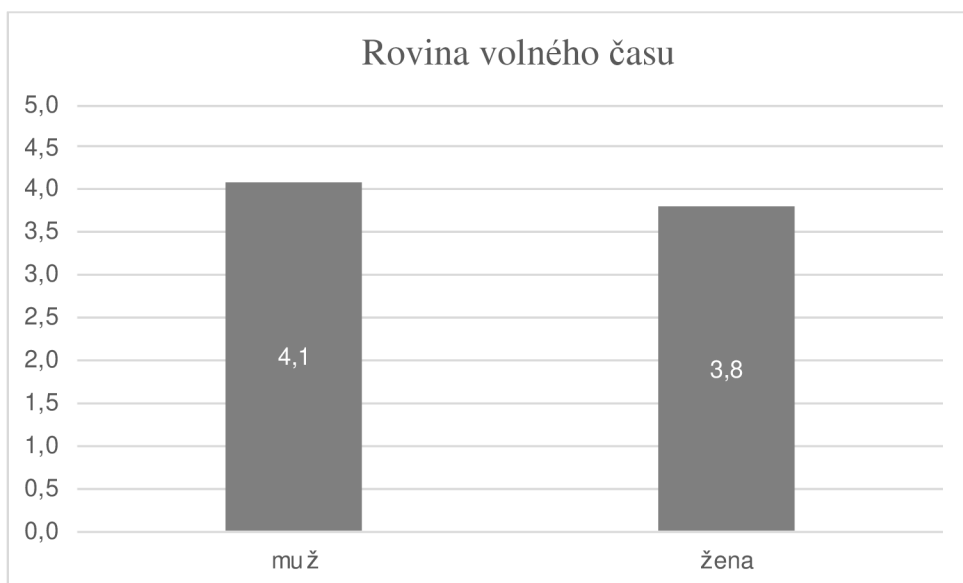
Graf 15 Rovina práce



Zdroj: vlastní zpracování

Tato rovina obsahuje otázky spokojenosti s celkovou prací a spokojenost se svými finančními prostředky. Podle odpovědí na tyto otázky se dá říct, že se svým pracovním životem jsou více spokojeni muži než ženy.

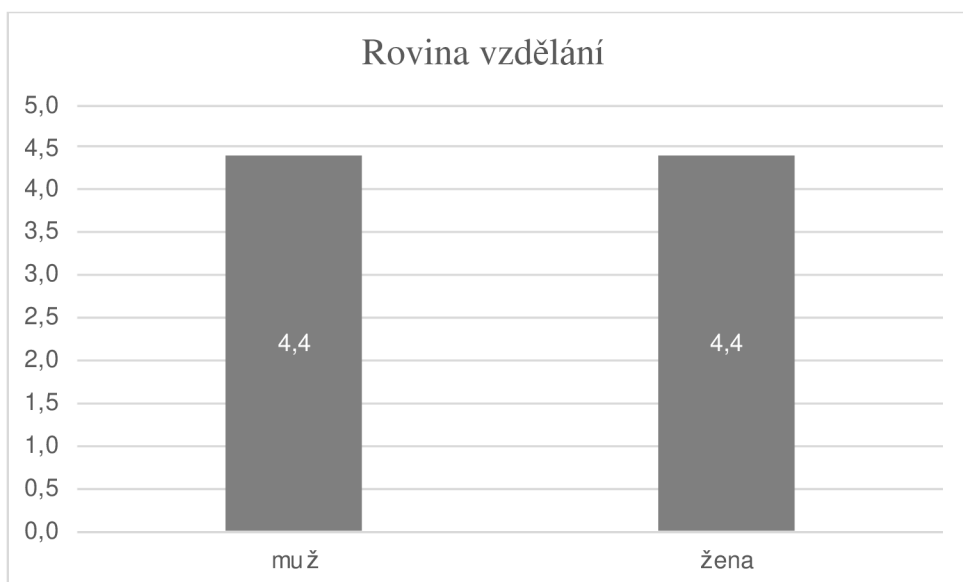
Graf 16 Rovina volného času



Zdroj: vlastní zpracování

Svůj volný čas lépe hodnotí muži než ženy. Tato skupina otázek obsahovala v sobě otázky, jak moc respondent je spokojený se svým volným časem a jak moc je spokojen s tím, jak ten čas využívá.

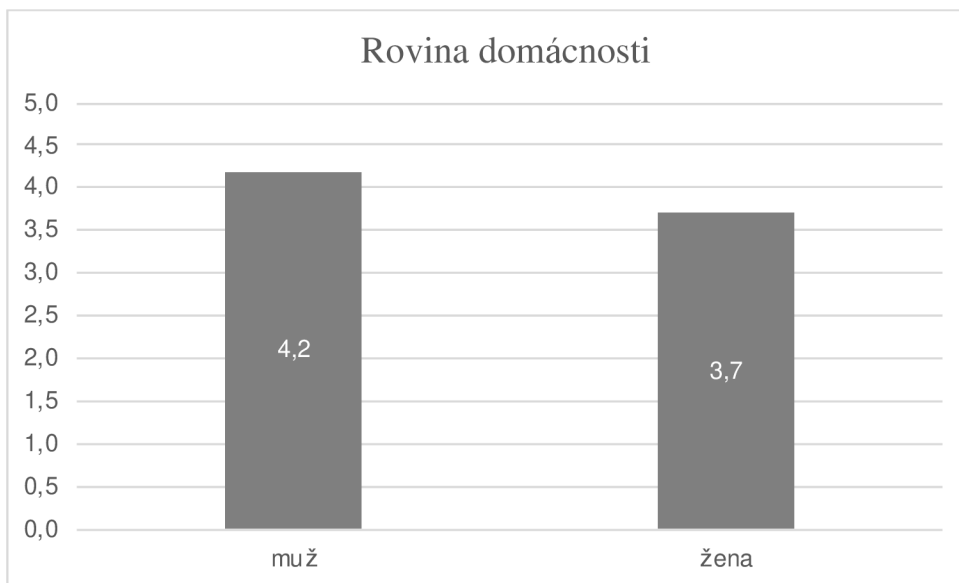
Graf 17 Rovina vzdělání



Zdroj: vlastní zpracování

Rovina vzdělání ve zkrácené verzi dotazníku Q-LES-Q obsahuje otázku týkající se schopnosti učit nové věci, a to je důležitá věc jak pro obyčejné lidi, tak i pro ty s povoláním „podnikatel“. Obě pohlaví v této dimenzi jsou stejně spokojená a docela kladně ji hodnotí.

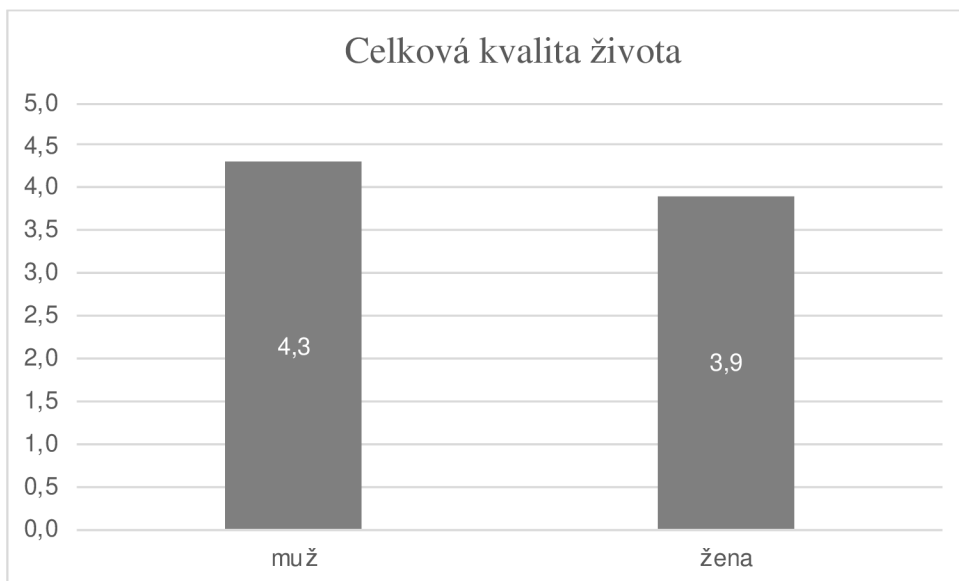
Graf 18 Rovina domácnosti



Zdroj: vlastní zpracování

Své životní podmínky lépe hodnotí muži než ženy.

Graf 19 Celková kvalita života



Zdroj: vlastní zpracování

Poslední otázkou dotazníku je otázka hodnocení kvality života. Svou spokojenost se životem lépe hodnotí muži než ženy a výsledky obou pohlaví jsou také nad průměrem.

Podle výše uvedených grafů je zřejmé, že s prožíváním radosti a spokojenosti se životem jsou více spokojení podnikatelé-muži než podnikatelé-ženy. Byla provedena statistická analýza závislosti hodnocení své kvality života na pohlaví.

5.1.2 Statistické výsledky a ověření hypotézy

Výzkumného šetření se zúčastnilo 92 podnikatelů. Dotazník obsahoval 14 otázek, týkajících se subjektivního hodnocení jednotlivých oblastí života. V níže uvedené tabulce jsou základní statistické charakteristiky každé otázky testu (Tabulka č. 7):

Tabulka 7 Základní statistické charakteristiky pro jednotlivé otázky Q-LES-Q-SF

Otázka	Počet	Průměr	Medián	Min	Max	Směr. odchylka
Q1	92	4,17	4,0	3,0	5,0	0,73
Q2	92	4,21	4,0	2,0	5,0	0,73
Q3	92	4,15	4,0	2,0	5,0	0,74
Q4	92	4,12	4,0	3,0	5,0	0,73
Q5	92	4,04	4,0	3,0	5,0	0,69
Q6	92	3,91	4,0	2,0	5,0	0,72
Q7	92	4,01	4,0	2,0	5,0	0,74
Q8	92	4,00	4,0	2,0	5,0	0,77
Q9	92	3,65	4,0	1,0	5,0	0,90
Q10	92	4,10	4,0	2,0	5,0	0,72
Q11	92	3,83	4,0	2,0	5,0	0,77
Q12	92	4,36	4,0	3,0	5,0	0,65
Q13	92	3,90	4,0	3,0	5,0	0,69
Q14	92	4,14	4,0	3,0	5,0	0,70

Zdroj: vlastní zpracování

Oslovení podnikatelé jsou nejvíce spokojeni se schopností učit se nové věci a se svou náladou. Nejméně jsou spokojeni s tím, jak využívají svůj čas a finančními prostředky. Otázka týkající se spokojenosti vztahu s partnerem/partnerkou má nízké hodnocení oproti ostatním dotazům, ale respondenti mohli hodnotit „3“ (odpověď zní: ani spokojen/a, ani nespokojen/a), protože nejsou aktuálně v romantickém vztahu.

Cronbachova alpha je statistický ukazatel, který vyjadřuje nakolik je měření spolehlivé. Pohybuje se mezi 0 a 1, kde hodnota od 0,7 a více znamená vysokou konzistenci položek a to, že se měří jednotný konstrukt. Pro tento dotazník byla spočítána hodnota Cronbachove alphy:

$$\text{Cronbachova alpha} = 0,87$$

Pro celkový dotazník Q-LES-Q-SF hodnota Cronbachove aplhy je 0,87 a to znamená, že dotazník má vysokou konzistenci a měří to, co má měřit. Také je důležité ověřit normalitu dat před provedením statistické analýzy proto, aby byl vybrán správný test a správně byl interpretován. Pro ověření normálního rozdělení dat na hladině významnosti $\alpha = 5 \%$ byl použit Shapiro-Wilkův test; $p\text{-hodnota} = 0,3444 > \alpha = 0,05$, byla přijatá nulová hypotéza a to znamená, že data mají normální rozdělení.

Pro ověření hypotézy byl použit F-test, který je založen na testování nulové hypotézy, že rozptyly souborů jsou stejné. Byly spočítány sumy všech odpovědí mužů i žen a na hladině významnosti $\alpha = 5 \%$ byla testována hypotéza:

H_0 : Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli a podnikatelkami.

H_A : Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli a podnikatelkami.

Tabulka 8 Testování hypotézy (1.)

	Muži	Ženy
n	53	39
\bar{x}	58,77	53,54
σ	6,16	5,31

Zdroj: vlastní zpracování

Na hladině významnosti $\alpha = 5 \%$ p-hodnota = 0,3422 > 0,05, proto nulová hypotéza nebyla zamítnuta a to znamená, že neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli a podnikatelkami. Mezi podnikateli není vliv pohlaví na vnímání kvality života výrazný, ale podle průměrů jsou muži více spokojeni se svým životem než ženy.

5.2 Výsledky dotazníku WHOQoL-BREF

Odpovědi všech 81 oslovených podnikatelů byly vyhodnoceny a jejich kvalita života byla stanovena podle intervalů norem pro jednotlivé domény WHOQoL-BREF. Také dotazník byl vyhodnocen podle statistiky a byly otestovány hypotézy.

5.2.1 Sumarizace výsledků výzkumu pomocí dotazníku WHOQoL-BREF

Přesný popis intervalů populačních norem pro domény WHOQoL-BREF znázorňuje následující tabulka (Tabulka č. 9):

Tabulka 9 Intervaly populačních norem pro domény WHOQoL-BREF

		rozšířený	interval normy			rozšířený
	STD	mírně snížená kvalita života	spodní hranice	průměr	horní hranice	mírně zvýšená kvalita života
dom 1	2,5	13,0	14,3	15,6	16,8	18,1
dom 2	2,4	12,4	13,6	14,8	16,0	17,2
dom 3	2,9	12,1	13,5	15,0	16,4	17,9
dom 4	2,1	11,2	12,3	13,3	14,3	15,4

STD – standardní odchylka

Zdroj: Dragomerická, E. a Bartoňová, J., 2006.

Dotazník WHOQoL-BREF byl vyplněn 81 podnikateli, kteří se nacházejí a podnikají v České republice. Pro účely diplomové práce tito podnikatelé byly rozděleny do třech skupin: podnikatelé, kteří delegují své pracovní povinnosti a podnikatelé, kteří nedelegují; podnikatelé, kteří dodržují zásady zdravého životního stylu (zdravé stravování, pravidelné sportování) a ti, kteří tento styl nedodržují; podnikatelé, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají. Výsledky byly vyhodnoceny dle intervalů populačních

norem pro dotazník WHOQoL-BREF dle Dragomerické a jsou k nahlédnutí v následujících tabulkách.

Tabulka 10 Doména 1 Fyzické zdraví

Respondenti	Průměrná hodnota	Úroveň kvality života
Delegování – ČASTO	16,83	Mírně zvýšená
Delegování – ZŘÍDKA	14,78	Norma – spodní hranice
Zdravý životní styl – ANO	15,74	Norma – průměr
Zdravý životní styl – NE	14,46	Norma – spodní hranice
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – ANO	15,01	Norma – spodní hranice
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – NE	15,20	Norma – spodní hranice

Zdroj: vlastní zpracování

V první doméně „Fyzické zdraví“ podnikatelé, kteří často delegují své pracovní povinnosti mají mírně zvýšenou kvalitu života a podnikatelé, kteří zřídka delegují povinnosti mají kvalitu života v normě ve spodní hranici. Podnikatelé, kteří dodržují zdravý životní styl mají kvalitu života v normě – průměr a ti podnikatelé, kteří nedodržují, jejich úroveň kvality života spadá do intervalu normy ve spodní hranici. Podnikatelé, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání, i ti, kteří nemají – obě tyto skupiny stejně zařazeny do kategorií normální kvality života ve spodní hranici.

Tabulka 11 Doména 2 Prožívání

Respondenti	Průměrná hodnota	Úroveň kvality života
Delegování – ČASTO	14,82	Norma – průměr
Delegování – ZŘÍDKA	15,24	Norma – průměr
Zdravý životní styl – ANO	15,18	Norma – průměr
Zdravý životní styl – NE	14,92	Norma – průměr

Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – ANO	15,26	Norma – průměr
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – NE	14,97	Norma – průměr

Zdroj: vlastní zpracování

V druhé doméně „Prožívání“ podnikatelé, delegující své pracovní povinnosti a podnikatelé, kteří nedelegují se nacházejí na jedné úrovni kvality života, a to je norma – průměr. Podnikatelé, dodržující zdravý životní styl a ti, kteří nedodržují mají stejnou úroveň kvality života v intervalu norma – průměr. Podnikatelé, kteří jak mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání, tak i nemají – obě tyto skupiny jsou stejně zařazeny do kategorií normální kvality života – průměr.

Tabulka 12 Doména 3 Sociální vztahy

Respondenti	Průměrná hodnota	Úroveň kvality života
Delegování – ČASTO	15,23	Norma – průměr
Delegování – ZŘÍDKA	14,35	Norma – spodní hranice
Zdravý životní styl – ANO	15,02	Norma – průměr
Zdravý životní styl – NE	15,84	Norma – průměr
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – ANO	15,31	Norma – průměr
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – NE	14,46	Norma – spodní hranice

Zdroj: vlastní zpracování

Ve třetí doméně, která se nazývá „Sociální vztahy“ podnikatelé, kteří delegují své pracovní povinnosti, mají kvalitu života na úrovni normy – průměr. Podnikatelé nedelegující se nacházejí na spodní hranici normy. Podnikatelé, kteří dodržují zdravý životní styl a ti, kteří nedodržují jsou ve stejném intervalu normy – průměr. Podnikatelé s dokončenou vysokou školou v oboru podnikání/management mají kvalitu života v intervalu normy –

průměr, když podnikatelé bez vysokoškolského vzdělání v příslušném oboru hodnotí svou kvalitu života na úrovni normy ve spodní hranici.

Tabulka 13 Doména 4 Prostředí

Respondenti	Průměrná hodnota	Úroveň kvality života
Delegování – ČASTO	15,13	Norma – horní hranice
Delegování – ZŘÍDKA	13,96	Norma – průměr
Zdravý životní styl – ANO	14,86	Norma – horní hranice
Zdravý životní styl – NE	14,23	Norma – průměr
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – ANO	14,82	Norma – horní hranice
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání – NE	14,51	Norma – horní hranice

Zdroj: vlastní zpracování

V čtvrté doméně, jmenující „Prostředí“, podnikatelé, kteří delegují své pracovní povinnosti často mají úroveň kvality života v intervalu normy v horní hranici, když podnikatelé, kteří delegují zřídka se nacházejí v intervalu normy – průměr. Podnikatelé, kteří dodržují zdravý životní styl se nacházejí v intervalu normy v horní hranici a podnikatelé, nedodržující zdravý životní styl mají kvalitu života v normě – průměr. Podnikatelé, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají jsou ve stejném intervalu kvality života, a to je horní hranice normy.

5.2.2 Statistické charakteristiky vybraných skupin podnikatelů

Výzkumného šetření se zúčastnilo 81 podnikatelů. U všech respondentů kromě úvodních otázek ohledně pohlaví, věku, délky podnikání a počtu zaměstnanců byly sledovány tři faktory – delegování pracovních povinností, dodržování zásad zdravého životního stylu a přítomnost vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání. V následující tabulce jsou k nahlédnutí rozdělení respondentů dle sledovaných faktorů – byla spočítána a popsána absolutní a relativní četnost skupin respondentů, členěných dle delegování

často/zřídka, zdravý životní styl ano/ne a přítomnost vysokoškolského vzdělání ano/ne (Tabulka č. 14).

Tabulka 14 Rozdělení respondentů podle sledovaných faktorů

Sledované faktory		Četnost	Relativní četnost (%)
Celkem		81	100,0
Delegování svých pracovních povinností	Často	44	54,9
	Zřídka	37	45,1
Dodržování zásad zdravého životního stylu (zdravé stravování, pravidelné sportování)	Ano	49	61,0
	Ne	32	39,0
Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání	Ano	29	35,8
	Ne	52	64,2

Zdroj: vlastní zpracování

Často delegují své pracovní povinnosti 54,9 % oslovených podnikatelů (44 odpovědi), zřídka 45,1 % (37 odpovědi). Dodržují zásady zdravého životního stylu 61 % dotazovaných (49 odpovědi), nedodržují 39 % podnikatelů (32 odpovědi). Vysokoškolské vzdělání v příslušném oboru mělo 35,8 % podnikatelů (29 odpovědi), nemělo 64,2 % respondentů (52 odpovědi).

V následující tabulce jsou popsány základní charakteristiky pro proměnné Q1 – kvalita života, Q2 – spokojenost se zdravím a pro čtyři jednotlivé dimenze – fyzické zdraví, prožívání, sociální vztahy a prostředí (Tabulka č. 15). Základními charakteristikami jsou průměr, medián, minimum, maximum a směrodatná odchylka sledovaných dimenzí. Každá z dimenzí obsahuje různý počet dílčích proměnných, proto byly tyto dimenze brány jako součet jednotlivých otázek viz. Dragomerická (Tab. 5 na str. 49). Respondenti odpovídali na otázky typu, jak moc jsou s něčím spokojeni, odpovědi byly na škále od 1 do 5, kde „1“ znamená „velmi nespokojen/a“ a „5“ – „velmi spokojen/a“. S vyšší hodnotou odpovědi roste i spokojenost s danou oblastí.

V dotazníku byly tři otázky (otázky č. 3, 4 a 26), u kterých při vyhodnocení měla být otočená škála. Tento faktor byl brán v potaz při výpočtu statistických hodnot pro jednotlivé dimenze.

Tabulka 15 Základní statistické charakteristiky pro jednotlivé dimenze

Dimenze	Počet	Průměr	Medián	Min	Max	Směr. odchylka
Q1 – kvalita života	81	3,95	4,0	2,0	5,0	0,6
Q2 – spokojenost se zdravím	81	3,56	4,0	1,0	5,0	0,9
D1 – fyzické zdraví	81	3,76	3,9	2,0	4,7	0,5
D2 – prožívání	81	3,73	3,8	2,3	4,8	0,6
D3 – sociální vztahy	81	3,71	3,8	1,8	4,8	0,6
D4 – prostředí	81	3,65	3,7	2,3	4,9	0,6

Zdroj: vlastní zpracování

Všechna hodnocení se nacházejí v prostředním stavu, ale kloní se více ke spokojenému stavu. Respondenti nejvíce spokojeni s kvalitou života (průměr 3,95), nejméně jsou spokojeni se zdravím (průměr 3,56). Největší směrodatná odchylka se vyskytuje u dimenzí Q2 – spokojenost se zdravím, a to znamená, že se odpovědi v této složce nejvíce liší od sebe. U ostatních dimenzí je směrodatná odchylka je menší, a proto dá se říct, že jsou si odpovědi v těchto dimenzích navzájem podobnější.

Cronbachova alpha byla také spočítána jak pro celý dotazník, tak i pro jednotlivé dimenze D1 až D4 (Tabulka č. 16).

Tabulka 16 Cronbachova alpha

Dimenze	Cronbachova alpha	Počet položek
Celý dotazník	0,85	26
D1 – fyzické zdraví	0,62	7
D2 – prožívání	0,63	6
D3 – sociální vztahy	0,56	4
D4 – prostředí	0,63	7

Zdroj: vlastní zpracování

Pro celkový dotazník hodnota Cronbachove aplhy je 0,85 a to znamená, že dotazník má vysokou konzistenci a měří to, co má měřit. Nicméně tento ukazatel u jednotlivých dimenzí je nižší než 0,7, což může znamenat, že dotazník má zbytečné položky.

Dále byla změřena normalita pomocí Shapiro-Wilkůvého testu (Tabulka č. 17). Výsledky měření normality byly použity k rozhodnutí o tom, jakou statistickou metodu použít pro analýzu dat a k interpretaci výsledků.

Tabulka 17 Shapiro-Wilkův test normality

Dimenze	Shapiro-Wilkův test		
	Test. kritérium	Stupně volnosti	p-hodnota
Q1 – kvalita života	0,766	81	0,0000*
Q2 – spokojenost se zdravím	0,867	81	0,0000*
D1 – fyzické zdraví	0,876	81	0,0000*
D2 – prožívání	0,881	81	0,0000*
D3 – sociální vztahy	0,878	81	0,0000*
D4 – prostředí	0,881	81	0,0000*

Zdroj: vlastní zpracování

Na hladině významnosti $\alpha = 5 \%$ byly otestovány jednotlivé položky dotazníku a z výsledku je patrné, že p-hodnoty jsou menší než 0,05, proto byla nulová hypotéza zamítnutá ve prospěch alternativní. Soubor dat není z normálního rozdělení, proto pro ověření hypotéz byly použity neparametrické testy. V následující podkapitole jsou popsány výsledky Mann-Whitneyůva testu pro dva nezávislé výběry.

5.2.3 Ověření hypotéz – výsledky výzkumu

Hypotéza 2 – Delegování svých pracovních povinností

V následující tabulce jsou umístěny hodnocení jednotlivých proměnných podle toho, jak často respondenti delegují své pracovní povinnosti (n – počet, \bar{x} – průměr, σ – směrodatná odchylka). Dle výsledků dotazníku 56 % oslovených podnikatelů často delegují své povinnosti a 44 % respondentů zřídka. Pro proměnné Q1, Q2, D1 až D4 byla testována hypotéza:

2H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří delegují své pracovní povinnosti a kteří nedelegují.

2HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří delegují své pracovní povinnosti a kteří nedelegují.

Tabulka 18 Rozdělení hodnot podle delegování pracovních povinností

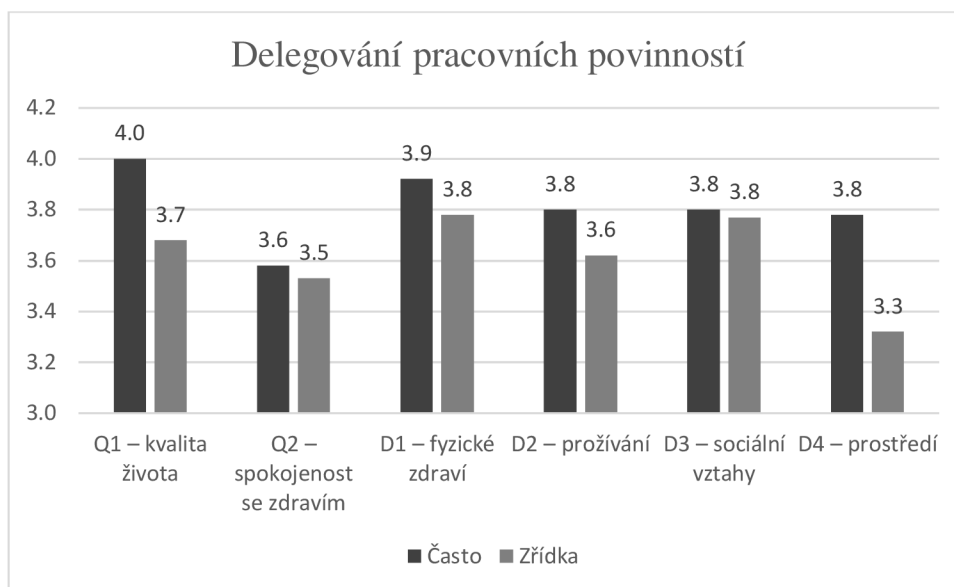
Dimenze	Delegování pracovních povinností						Mann-Whitneyův test	
	Často			Zřídka				
	n	\bar{x}	σ	n	\bar{x}	σ	Z-sco	p
Q1 – kvalita života	44	4,00	0,56	37	3,68	0,65	1,782	0,037
Q2 – spokojenost se zdravím	44	3,58	0,83	37	3,53	0,99	1,905	0,028
D1 – fyzické zdraví	44	3,92	0,61	37	3,78	0,46	2,076	0,015
D2 – prožívání	44	3,80	0,65	37	3,62	0,59	2,504	0,006
D3 – sociální vztahy	44	3,80	0,62	37	3,77	0,65	0,781	0,217
D4 – prostředí	44	3,78	0,54	37	3,32	0,52	2,523	0,006

Zdroj: vlastní zpracování

Nulová hypotéza byla zamítnuta u položek Q1, Q2, D1, D2 a D4. U všech vyjmenovaných domén p-hodnota je menší než α , proto nulová hypotéza byla zamítnuta ve prospěch alternativní. Z tabulky je vidět, že svou kvalitu života lépe hodnotí podnikatelé, kteří delegují své pracovní povinnosti ve všech doménách, kromě třetí domény „sociální vztahy“ – tam významný rozdíl není. Proto pro celkovou hypotézu č. 2 platí to, že existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří delegují své pracovní povinnosti a kteří nedelegují.

Pro grafické znázornění odlišností ve vnímání a subjektivním hodnocení jednotlivých dimenzí kvality života byl vytvořen následující graf (Graf č. 20). Z grafu je vidět, že jsou rozdíly mezi skupinou delegujících podnikatelů a nedelegujících. Jediná shoda v hodnocení je pouze u třetí domény, která popisuje sociální vztahy.

Graf 20 Delegování pracovních povinností (hypotéza 2.)



Zdroj: vlastní zpracování

Osoby, kteří delegují své pracovní povinnosti jsou statisticky významně spokojenější se svým životem a zdravím. Delegování je základním rysem všech dobrých podnikatelů, protože cílem jakéhokoliv podnikání je organizovat práce ostatních lidí a vydělávat z toho peníze. Proto je potřebné zbavit se operativních věcí, delegovat je svým podřízeným nebo vůbec externím firmám a řídit podnik na strategické úrovni. V tu chvíli, kdy podnikatel přestává dělat všechno za ostatních, a dělá pouze to, co má dělat, on se cítí lépe, méně vystresovaně, a i proto hodnotí svůj život vyššími známkami.

Hypotéza 3 – Dodržování zásad zdravého životního stylu

V následující tabulce jsou umístěny hodnocení jednotlivých proměnných podle toho, jestli oslovení respondenti dodržují zdravý životní styl, pod kterým se rozumí zdravé stravování a pravidelné sportování nebo nedodržují (n – počet, \bar{x} – průměr, σ – směrodatná odchylka). Dle výsledků dotazníku 61 % oslovených podnikatelů dodržují zdravý životní styl a 39 % respondentů nedodržují. Pro proměnné Q1, Q2, D1 až D4 byla testována hypotéza:

2H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří dodržují zdravý životní styl a kteří jej nedodržují.

2HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří dodržují zdravý životní styl a kteří jej nedodržují.

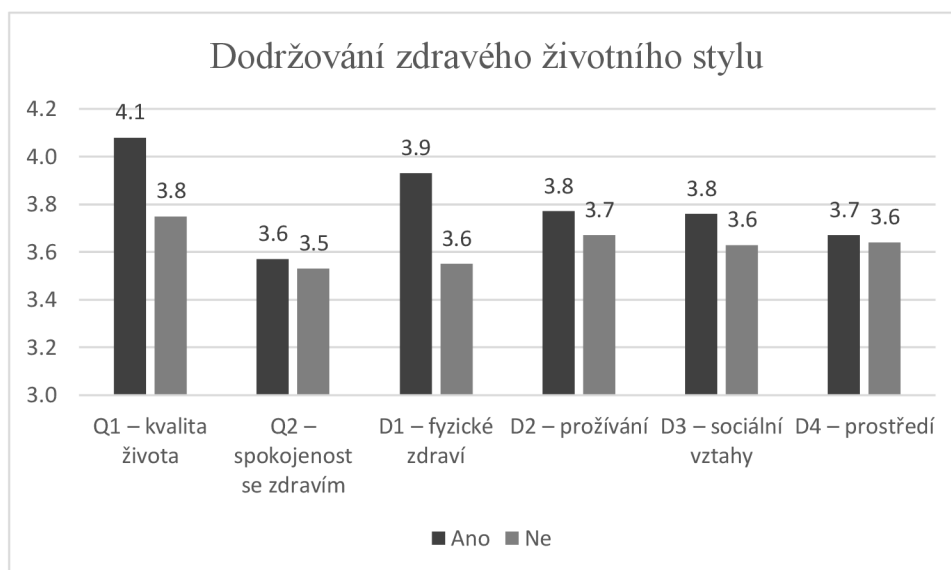
Tabulka 19 Rozdělení hodnot podle dodržování zdravého životního stylu

Dimenze	Dodržování zdravého životního stylu						Mann-Whitneyův test	
	Ano			Ne			Z-sco	p
	n	\bar{x}	σ	n	\bar{x}	σ		
Q1 – kvalita života	49	4,08	0,57	32	3,75	0,61	1,698	0,045
Q2 – spokojenost se zdravím	49	3,57	0,99	32	3,53	0,75	0,473	0,318
D1 – fyzické zdraví	49	3,93	0,52	32	3,55	0,58	1,481	0,049
D2 – prožívání	49	3,77	0,61	32	3,67	0,65	0,351	0,363
D3 – sociální vztahy	49	3,76	0,61	32	3,63	0,68	0,225	0,411
D4 – prostředí	49	3,67	0,55	32	3,62	0,55	0,365	0,344

Zdroj: vlastní zpracování

Nulová hypotéza byla zamítnuta u položek Q1 a D1. U položek Q2, D2, D3 a D4 byla přijata nulová hypotéza. To znamená, že většinou neexistuje statisticky významný rozdíl mezi skupinou podnikatelů, kteří dodržují zdravý životní styl a těmi, kdo nedodržují. Jsou rozdíly u celkového vnímání kvality života a v doméně fyzického zdraví, přičemž dotazované podnikatele při prosbě ohodnotit svůj zdravotní stav hodnotí jej v obou případech (zdravý životní styl ano/ne) bez významného rozdílu.

Graf 21 Dodržování zdravého životního stylu (hypotéza 3.)



Zdroj: vlastní zpracování

Skupina podnikatelů, dodržujících zdravý životní styl se cítí lépe, ale bez významného rozdílu. Významný rozdíl mezi skupinami je pouze u hodnocení kvality života a v doméně zdraví.

Hypotéza 4 – Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání

V následující tabulce jsou umístěny hodnocení jednotlivých proměnných podle toho, jestli respondenti jsou vzděláni na vysoké škole v oboru podnikání nebo jsou bez vzdělání v příslušném oboru (n – počet, \bar{x} – průměr, σ – směrodatná odchylka). Dle výsledků dotazníku 35,8 % oslovených podnikatelů studovali obor zaměřený na podnikání na vysoké škole a 64,2 % respondentů nestudovali. Pro proměnné Q1, Q2, D1 až D4 byla testována hypotéza:

4H0: Neexistuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají.

4HA: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají.

Tabulka 20 Rozdělení hodnot podle přítomnosti vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání

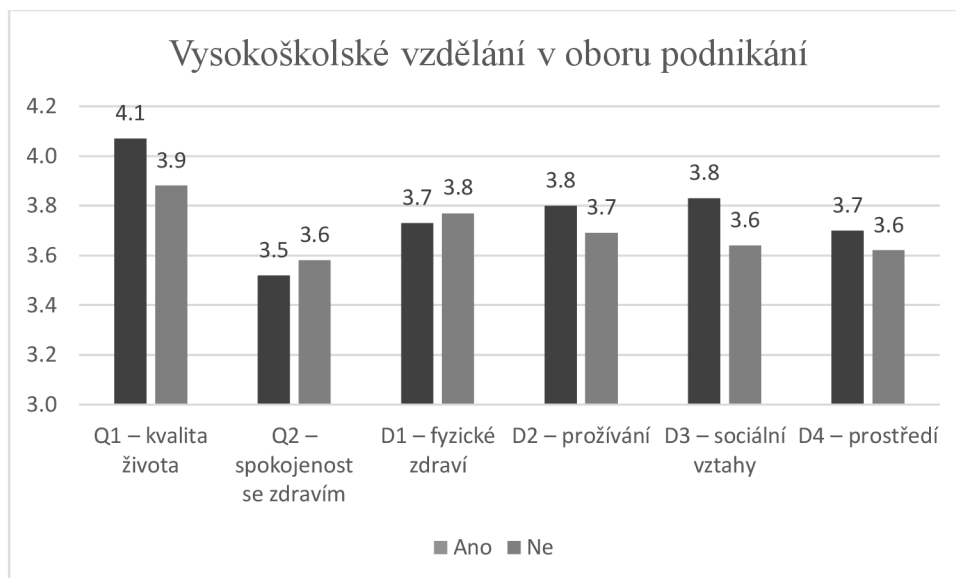
Dimenze	Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání						Mann-Whitneyův test	
	Ano			Ne				
	n	\bar{x}	σ	n	\bar{x}	σ	Z-sco	p
Q1 – kvalita života	29	4,07	0,52	52	3,88	0,64	1,044	0,149
Q2 – spokojenost se zdravím	29	3,52	1,00	52	3,58	0,84	0,088	0,465
D1 – fyzické zdraví	29	3,73	0,52	52	3,77	0,56	0,131	0,448
D2 – prožívání	29	3,80	0,65	52	3,69	0,61	0,999	0,159
D3 – sociální vztahy	29	3,83	0,57	52	3,64	0,66	0,060	0,476
D4 – prostředí	29	3,70	0,61	52	3,62	0,51	0,333	0,369

Zdroj: vlastní zpracování

Ve všech doménách nebyla zamítnuta nulová hypotéza, což znamená, že neexistuje významný statistický rozdíl v hodnocení kvality života mezi podnikateli, kteří mají

vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání a kteří nemají. Obě tyto skupiny hodnotí svůj život bez ohledu na přítomnost vysoké školy v přítomném oboru.

Graf 22 Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání (hypotéza 4.)



Zdroj: vlastní zpracování

Přítomnost nebo nepřítomnost vysokoškolského vzdělání neovlivňuje to, jak podnikatelé hodnotí svůj život a zdraví. Mezi těmito skupinami podnikatelů významný rozdíl není.

5.3 Diskuse a přínos pro praxi

Praktická část diplomové práce byla zpracována jako dvě nezávislá dotazníková šetření, ale obě měly za cíl ohodnotit kvalitu života podnikatelů ze subjektivního hlediska. Pro účely této práce byly použity dotazník prožívání radosti a spokojenosti ze života Q-LES-Q-SF a dotazník WHOQoL-BREF, autorem kterého je Světová zdravotnická organizace. Dotazníky byly vytvořeny pomocí nástroje pro online dotazníky – Survio. Dotazníky byly zcela anonymní a vyplnění všech otázek dotazníků bylo povinné. Dotazníky byly rozeslány přes internet, předpokladem bylo získání minimálně 80 odpovědí. Sběr dat pro dotazníkové šetření probíhal v první polovině března.

Prvního dotazníku se zúčastnilo 92 podnikatelů (58 % mužů a 42 % žen), u něhož byla zkoumána výzkumná otázka, zda je rozdíl ve vnímání a následném hodnocení své kvality života mezi pohlavími. Ze statistiky je patrné, že podnikatelé hodnotili svůj život lépe než podnikatelky. Oslovení muži měli celkové skóre o něco větší oproti ženám, proto toto tvrzení

bylo otestované pomocí statistického testu. Výsledkem statistické analýzy je to, že mezi skupiny je rozdíl, ale není statisticky významný. To je dobrým znakem, protože genderová rovnost a práva žen jsou klíčovými problémy, které řeší moderní společnost. Ve vyspělých zemích se podporují rovné příležitosti pro všechny a bez ohledu na pohlaví. Ženy hrají významnější roli v oblasti podnikání v porovnání s minulostí. Dříve byly ženy v tomto odvětví často diskriminovány a nedostávaly stejné příležitosti jako muži. V posledních letech se však situace zlepšila a ve mnoha zemích jsou ženy podporované v podnikání pomocí různých programů. I když podnikání je „povolání“ pro silné a zodpovědné osoby, výsledkem této diplomové práce je to, že ženy se u toho cítí jako průměr populaci. Podnikání umožňuje ženám být kreativní, rozvíjet své dovednosti a plnit své sny. Jasnou výhodou je kontrola nad svým pracovním životem a příjmy. Nicméně, i přes pozitivní vývoj stále existují určité překážky pro ženy, např. nedostatek kapitálu, diskriminace na základě pohlaví a nedostatek příležitostí k rozvoji podnikání. Aby se situace zlepšila je nutná podpora ze strany společnosti a vlády. Bylo by dobré nabízet ženám možnost podnikání ve formě vzdělání a finanční podpory, to všechno dohromady může motivovat ženy k podnikání a bude jim napomáhat se u toho cítit lépe.

Pomocí druhého dotazníku bylo nasbíráno 81 odpovědí. Dotazníku se zúčastnilo 56 % mužů a 44 % žen. Tento dotazník je zaměřen na zkoumání čtyř oblastí – fyzické zdraví, psychologická pohoda, sociální vztahy a prostředí. Z těchto faktorů se dohromady skládá celková kvalita života. Dotazníkové šetření zkoumalo tři výzkumné otázky – jaký má vliv na kvalitu života podnikatelů charakteristický podnikatelský rys, jakým je delegování pracovních povinností. Dále byl zkoumán vliv fyzického zdraví na pocit pohody. Také bylo dílčím cílem výzkumu zkoumání vlivu přítomnosti vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání na kvalitu života podnikatelů. Podnikatelé byli třikrát rozděleni do dvou skupin podle faktoru zkoumání a pomocí statistiky byly otestované hypotézy.

První třídění bylo podle delegování: 54 % podnikatelů často delegují své pracovní povinnosti a 46 % podnikatelů zřídka. U těchto dvou skupin respondentů pomocí statistického testu byla testována hypotéza, že podnikatelé, kteří často delegují hodnotí svůj život lépe. Výsledkem je potvrzení hypotézy: ano, existuje statisticky významný rozdíl mezi těmi podnikateli, kteří často delegují pracovní věci a těmi, kteří to dělají zřídka. První skupina podnikatelů výrazně lépe hodnotí svůj život ve všech oblastech, jediná dimenze, kde významný rozdíl není, je dimenze sociálních vztahů. Delegování je důležitou součástí

úspěšného podnikání. Přenášení zodpovědnosti a pravomocí na zaměstnance pomáhá podnikateli soustředit se na jiné důležité pracovní záležitosti a také uvolnit čas pro sebe. Pro mnoha podnikatele je delegování obtížné z důvodu toho, že většinou podnikatelé mají tendenci vše se snažit kontrolovat a dělat sami. Toto může vést k vyhoření z práce a stresu, což má přímý následek na fyzické a psychické zdraví. Pokud se podnikatel rozhodne delegovat, do popředí se dostává otázka vybrat správného zaměstnance, který má schopnosti a zkušenosti potřebné pro úkol. Podnikatel také musí umět jasně definovat úkol a své očekávání. Přínosem, mimo jiné, může být i zvýšení kvality života v rovině sociálních vztahů, protože delegování pomůže zlepšit spokojenost zaměstnanců, jejich náladu a loajalitu tím, že oni prospívají k úspěchu podniku. Delegování prospívá pracovnímu životu. Potěšení z práce a uvolněný prostor pro osobní život tvoří pocit štěstí a zvyšuje kvalitu života.

Druhým tříděním oslovených podnikatelů bylo třídění podle dodržování zásad zdravého životního stylu. Dodržuje zdravý životní styl 61 % respondentů, nedodržuje jich 39 %. Na hladině významnosti $\alpha = 5 \%$ byla testována hypotéza, že podnikatelé dodržující zdravý životní styl budou posuzovat kvalitu života hodnotněji, než podnikatelé jež nedodržují. Pod zdravým životním stylem se v tomto případě rozumí zdravé stravování a pravidelné sportování. Výsledkem je absence statisticky významného rozdílu mezi dvěma skupinami podnikatelů téměř u všech dimenzí. Statisticky významný rozdíl byl v doméně celkového vnímání kvality života a v doméně fyzického zdraví, přičemž dotazovaní podnikatelé při prosbě ohodnotit svůj zdravotní stav hodnotí ho v obou případech (zdravý životní styl ano/ne) bez významného rozdílu. Je axiomem, že se ve zdravém těle prožívá život lépe. Zdraví je základem pro plnohodnotné podnikání a úspěch v podnikání může mít vliv na zdraví. Nicméně na tomto vzorku oslovených podnikatelů rozdíl mezi dodržujícími a nedodržujícími, dá se říct, není. Předpokladem takového výsledku může být věkové rozdělení výzkumného vzorku – dotazníkového šetření se zúčastnila většinou mladá generace (77 % ve věku od 18 do 35 let). Existuje mnoho souvislostí mezi fyzickým zdravím a podnikáním. Fyzicky zdravý podnikatel má větší produktivitu i výkon, a to znamená, že pravděpodobně bude mít více energie a bude pracovat efektivněji. Rizikem je špatné stravování. Podnikání může být časově náročné, což může vést k nedostatku času na jídlo. To může mít negativní vliv na zdraví, protože špatná strava má za následek např. obezitu, cukrovku aj. To samé se týká i sportu – fyzický pohyb prospívá zdraví, proto je vždy nutné najít čas na oblíbené pohybové aktivity.

Poslední výzkumnou otázkou byl vliv vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání/byznysu/managementu na kvalitu života podnikatelů. Z oslovených respondentů 36 % podnikatelů mají vysokoškolské vzdělání v příslušném oboru, ostatních 64 % nemají. Mezi dvěma skupinami neexistuje statistický významný rozdíl ve vnímání kvality života. Těžko určit přímý vliv vysokoškolského vzdělání zaměřeného na podnikatelský rozvoj a opravdu úspěšným podnikáním. Vysokoškolské vzdělání může poskytnout potřebné teoretické znalosti a praktické dovednosti, také může pomoci studentům rozvíjet podnikatelské myšlení a poskytnout sítě kontaktů. Nicméně vysokoškolské vzdělání není podmínkou pro úspěšné podnikání. Všechny výše vypsané přínosy může podnikatel zajistit i pomocí jiných zdrojů informace, např. kurzu, networkingu, čtení zajímavých článků a praxi.

Kvalita života podnikatelů je ovlivněna mnoha faktory. V této diplomové práci byly zkoumány čtyři výzkumné otázky z různých oblastí života podnikatele. Byla testována otázka biologického typu – má-li pohlaví vliv na vnímání kvality života; otázka, týkající se fyzického zdraví; specifická pracovní otázka, která zkoumala vliv delegování na pocit spokojenosti se životem a otázka vzdělání v příslušném oboru. Jak už bylo několikrát zmíněno – skupina podnikatelů je velice rozmanitou skupinou lidí. Zajisté mají standardní dimenze života vliv na pocit lidského štěstí u každého člověka. Přestože byla ale zkoumána kvalita života u konkrétní profese, hlavním výsledkem této diplomové práce je to, že největší rozdíl mezi vnímáním kvality života mezi podnikateli se nachází ve skupině pracovních faktorů.

6 Závěr

Kvalita života podnikatelů je v současné době na různých úrovních a závisí na mnoha faktorech, např. velikost a úspěšnost podniku, specifika podnikání, místo pobytu a osobní preference. Někteří podnikatelé si užívají svobody, kterou jim podnikání umožňuje – flexibilní pracovní den a rozhodování, co a jak mají dělat. Jiní podnikatelé berou podnikání jako náročnou a stresující činnost, které věnují nepřetržitou pozornost. Práce je jedna z hlavních součástí života, proto bude nezbytně ovlivňovat pocit celkové pohody a spokojenosti.

Cílem diplomové práce bylo zjistit celkové vnímání kvality života českých podnikatelů a vyhodnocovat, jaké složky subjektivního pojetí kvality života mají větší dopad na celkové pohodlí a navrhnout doporučení, metody a nástroje k eliminaci možných rizik. Metodikou zjištění byly dvě dotazníková šetření, sběr odpovědí probíhal v první polovině března v roce 2023. Všechny respondenti hodnotili svou kvalitu života na nadprůměrné úrovni ve všech dimenzích. Pomocí prvního dotazníku Q-LES-Q-SF byla otestována a potvrzena hypotéza, že pohlaví podnikatelů nemá vliv na prožívání radosti a spokojenosti ze života. To je dobrým znakem, protože genderová rovnost a práva žen jsou klíčovými problémy, které řeší moderní společnost. Ve vyspělých zemích se podporují rovné příležitosti pro všechny a bez ohledu na pohlaví. Stručně lze závěrem k této problematice říct, že se v České republice ženy a muži cítí dobře, podnikají úspěšně a hodnotí svůj život na kvalitní úrovni.

Další metodou zkoumání kvality života byl dotazník WHOQoL-BREF od Světové zdravotní organizace, který zkoumá čtyři oblasti života – fyzické zdraví, psychologickou pohodu, roviny sociálních vztahů a prostředí. Spolu s výsledky tohoto dotazníku bylo otestováno tvrzení, že podnikatelé, kteří často delegují své pracovní povinnosti, dodržují zásady zdravého životního stylu a mají vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání, budou posuzovat kvalitu života hodnotnější, než podnikatelé, kteří neumí delegovat, nedodržují zásady zdravého životního stylu a nejsou vzděláni v příslušném oboru. Výsledkem testu je to, že se nejvýznamnější rozdíl ve vnímání a hodnocení kvality života vyskytoval mezi skupinami často delegujících podnikatelů a těmi podnikateli, kteří delegují zřídka. Delegování je důležitou součástí úspěšného podnikání. Přenášení zodpovědnosti na zaměstnance pomáhá podnikatelovi soustředit se na jiné důležité pracovní záležitosti a také uvolnit čas pro sebe. Podnikatelé nedelegující prožívají svůj život významně hůř, příčinou

k tomu je nevyvážený work-life balance, který jim neumožňuje dostatečný odpočinek. Vliv dodržování zásad zdravého životního stylu a přítomnost vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání/byznysu/managementu na kvalitu života podnikatelů není významný. Avšak to neznamena, že zdraví a vzdělání nejsou důležitými prvky kvality života. V neposlední řadě mohou kvalitu života podnikatelů ovlivňovat vnější faktory, týkající se práce, např. ekonomická situace ve státu, konkurence, technický vývoj země aj. Všechny tyto vnější skutečnosti mají dopad na skoro všechny dimenze života – od emoční složky po fyzickou zátěž.

Očekávaným přínosem této diplomové práce je přispívání k akademickému výzkumu v dané oblasti, přinášení nových poznatků, které mohou být aplikovány v praxi a vést ke pozitivním změnám v oblasti zkoumání a také prožívání kvality života podnikatelů. Jako další rozvoj tohoto tématu autorka práce navrhuje se více soustředit na charakteristické rysy podnikatelů a zkoumat dopad pracovních záležitostí na hodnocení celkové spokojenosti ze života. Z toho bude možné navrhnout další doporučení pro zlepšení prožívání radosti a spokojenosti v životě podnikatelů.

7 Seznam použitých zdrojů

1. ARENOFSKY, Janice. *Work-Life Balance*. Santa Barbara, California: Greenwood, 2017. 235 s. ISBN 978-1-4408-4713-4.
2. ARNOLD, John a kol. *Psychologie práce*. Brno: Vydavatelství a nakladatelství Computer Press a.s., 2007. 629 s. ISBN 80-2511-518-3.
3. BIAGI, Bianca, LAMBIRI, Dionysia, ROUYELA, Vicente. *Quality of Life in the Economic and Urban Economic Literature*. In: *Social Indicators Research*, 2007, 84, 1, 25 s. ISSN 0303-8300.
4. ČERMAKOVÁ, Marie a kol. *Podmínky harmonizace práce a rodiny v České republice*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2002. 115 s. ISBN 80-7330-026-5.
5. DOSEDĚL, Tomáš. *Proměna role vzdělání v době čtvrté průmyslové revoluce*. 1. vyd. Brno: Barrister & Principlial Muni Press, 2021. 152 s. ISBN 978-80-7364-127-6.
6. DRAGOMERICKÁ, Eva a BARTOŇOVÁ Jitka. *WHOQol-BREF, WHOQoL-100, World Health Organization Quality of Life Assessment: Příručka pro uživatele české verze dotazníků kvality života Světové zdravotnické organizace*. 1. vyd. Praha: Psychiatrické centrum, 2006. 88 s. ISBN 978-80-85121-82-7.
7. EIBEL, Dieter., LEAMAN, Jeremy., a ROKICKA, Ewa. *Welfare State at Risk: Rising Inequality in Europe*. Switzerland: Springer International Publishing, 2013. 236 s. ISBN: 978-3-319-01481-4.
8. FAZIK, Alexander, ŠTEMBERK, Jan a kol. *Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu*. Praha: nová tiskárna Pelhřimov, 2013. 200 s. ISBN 978-80-7415-076-0.
9. FERRISS, Timothy. *Čtyřhodinový pracovní týden. Nemarněte celé dny v práci, žijte kdekoli a staňte se „novým bohatým“*. 1. vyd. Brno: Jan Melvil Publishing s.r.o., 2010. 416 s. ISBN 978-80-87270-02-8.
10. FRANCOVÁ, Tereza. *Networking a kvalita života*. In: *Svět práce a kvalita života v globalizované ekonomice – Sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference 13.–14.09.2007 [CD ROM]*. Praha: VŠE Praha.
11. GROSSMANN, Jakub, KORBEL, Václav, MÜNICH, Daniel. *Práce z domova: možnost, nebo nutnost?* Praha: národohospodářský ústav AV ČR, 2021. 40 s. ISBN 978-80-7344-572-0.

12. GURKOVÁ, Elena. *Hodnocení kvality života: pro klinickou praxi a ošetrovatelský výzkum*. Praha: Grada, 2011. 224 s. ISBN 978-80-247-3625-9.
13. HARTL, Pavel a HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 3. vyd. Praha: Portál, 2015. 776 s. ISBN 978-80-262-0873-0.
14. HAŠKOVÁ, Hana a kol. *Rovné příležitosti mužů a žen při sladování práce a rodiny*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2003. 111 s. ISBN 80-7330-048-6.
15. HEŘMANOVÁ, Eva. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2012. 239 s. ISBN: 978-80-7419-106-0.
16. HEŘMANOVÁ, Eva. *Kvalita života a její modely v současném sociálním výzkumu*. In: *Sociológia*, 2012, 4(44): 478-496. Dostupné z: [Kvalita života a její modely v současném sociálním výzkumu](#)
17. HIRŠOVÁ, Miroslava. *Problematika přístupu k hodnocení kvality života v rámci trvalé udržitelnosti*. In: *Hlediska udržitelnosti a kvality života v manažerském a občanském rozhodování*, ed. Hejda, J. Praha: Oeconomica, 2005. s. 7-13. ISBN 80-245-0907-9.
18. HLINICA, Karel. *Konflikt hodnot a kvalita života [Values conflict and the quality of life]*. *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*, 2000, 44(5), 385-403.
19. HLINICOVÁ, H. *Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví*. In PAYNE, J. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, 2005. s. 205-216.
20. CHALOUPKOVÁ, Jana. *Faktory ovlivňující dělbu domácí práce v českých domácnostech a hodnocení její spravedlnosti*. *Sociologický časopis / Czech Sociological Review*, 2005, 41(1): 57-78. DOI: 10.13060/00380288.2005.41.1.04. Dostupné z: [Faktory ovlivňující dělbu domácí práce v českých domácnostech a hodnocení její spravedlnosti](#)
21. KAPR, Jaroslav a kol. *Sociální deviace, sociologie nemoci a medicíny*. Praha: Slon, 1991. 115 s. ISBN 80-901059-1-2.
22. KEBZA, Vladimír, ŠTOLCOVÁ, Iva. *Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti*. In BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita, 2005.
23. KEYES, L., RYFF, L. *The Structure of Psychological Well-being Revisited*, 1995. In: HLICINOCÁ, H. *Kvalita života*. Sborník příspěvků z konference, Kostelec nad Černými lesy, 2004.

24. KOVÁČ, Damián. *Kultivace integrované osobnosti*. In: Psychologie Dnes. Praha: Portál, 2004, 10(2), 32-34. ISSN 1212-9607.
25. KROUPA, Aleš a kol. *Zkracování pracovní doby*. 1. vyd. Praha: VÚPSV, 2020. 89 s. ISBN 978-80-7416-395-1.
26. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Kvalita života: vymezení pojmu a jeho aplikace v různých vědních disciplínách s důrazem na medicínu a zdravotnictví*. In: Sborník příspěvků z konference konané dne 25.10.2004 v Třeboni. Kostelec nad Černými lesy: IZPE, 2004. s. 9-20. ISBN 80-86625-20-6.
27. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologická pojetí a způsoby zjišťování kvality života*. In: Bratská, M. (Ed.) *Psychologické aspekty kvality života*. Bratislava: FF UK, 2001: 20-41.
28. LAZAR, Ioan, OSOIAN, Codruta a RATIU, Patricia. *The role of work-life balance practices in order to improve organizational performance*. [online]. 2010, [cit. 2023-02-01]. Dostupné z: [The role of work-life balance practices in order to improve organizational performance](#)
29. LIBIGEROVÁ, E., MÜLLEROVÁ, H. *Dotazník kvality života. (Q-LES-Q): kvalita prožívání radosti a spokojenosti ze života: informace pro terapeuta*. Praha: Academia Medica Pragensis. 2003.
30. LIESSMANN, Konrad Paul. *Teorie nevzdělanosti: omyly společnosti vědění*. Praha: Academia, 2008. 127 s. ISBN 978-80-200-1677-5.
31. LUKEŠ, Martin, FELDMANN, Manuel and VEGETTI, Federico. *Work Values and the Value of Work: Different Implications for Young Adults Self-Employment in Europe*. The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science, 2019. 682(1), 156-171. DOI: 10.1177/0002716219828976. Dostupné z: [Work Values and the Value of Work: Different Implications for Young Adults Self-Employment in Europe](#)
32. MARDER, Joyce S. *Surviving the Start-Up Years in Your Own Business*. Betterway Publications, 1991. 172 s. ISBN 978-15-5870-200-4.
33. MAŘÍKOVÁ, Hana, PETRUSEK, Miroslav, VODÁKOVÁ, Alena a kol. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, 1996. 1627 s. ISBN 80-7184-311-3.
34. MASSAM, Bryan H. *Quality of life: Public planning and private living*. In: Progress in Planning, 2002, 58(3): 141-227. DOI: 10.1016/S0305-9006(02)00023-5. Dostupné z: [Quality of life: Public planning and private living](#)
35. MAYEROVÁ, Marie, BUREŠ, Zbyněk, a RŮŽIČKA, Jiří. *Psychologie v ekonomické praxi*. 2. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita, 1997. 194 s. ISBN 80-7082-343-7.

36. MEDERLY, Peter, TOPERCER, Ján, NOVÁČEK, Pavel. *Indikátory kvality života a udržitelného rozvoje: kvantitativní, vícerozměrný a variantní postup*. Praha: UK FSV CESES, 2004. 117 s. ISBN 80-239-4389-8.
37. MOŽNÝ, Ivo. *Česka společnost: nejdůležitější fakta o kvalitě našeho života*. Praha: Portál, 2002. 207 s. ISBN 80-717-8624-1.
38. PACIONE, Michael. *Urban Environmental Quality and Human Wellbeing – a Social Geographical Perspective*. In: *Landscape and Urban Planning*, 2003. 65, 19-30. DOI: 10.1016/S0169-2046(02)00234-7. Dostupné z: [Urban Environmental Quality and Human Wellbeing – a Social Geographical Perspective](#)
39. PÁSKOVÁ, Martina a ZELENKA, Josef. *Cestovní ruch – výkladový slovník*. Praha: Ministerstvo pro místní rozvoj ČR, 2012. 768 s. ISBN 978-80-7201-880-2.
40. POTŮČEK, Martin. *Kritéria společenského vývoje a jejich sociální, ekonomická, environmentální a bezpečnostní dimenze*. Praha: Univerzita Karlova, 2007.
41. PRŮCHA, Jan a VETEŠKA, Jaroslav. *Andragogický slovník.*, Praha: Grada Publishing, a.s., 2012. 296 s. ISBN 978-80-247-3960-1.
42. RAPLEY, M. *Quality of Life research. A Critical Introduction*. 1. vyd. Londýn: Sage, 2003.
43. SADOVAYA, E., SAUTKINA, V. *Kvalita života světové populace: měření, trendy, instituce*. Moskva: IMEMO, 2012. 208 s. ISBN 978-5-9535-0329-7.
44. SEGAL, Gerry, BORGIA, Daniel and SCHOENFELD, Jerry. *The Motivation to Become an Entrepreneur*. In: *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research*, 2005, 11(1). DOI: 10.1108/13552550510580834. Dostupné z: [The Motivation to Become an Entrepreneur](#)
45. SEIBEL, Sebastian, VOLMER, Judith, a SCHMITT, Antje. *Pleasant Anticipation of an After-Work Free-Time Activity and Work Engagement: Findings from Two Studies*. [online]. 2022, [cit. 2023-02-01]. Dostupné z: [Pleasant Anticipation of an After-Work free-Time Activity and Work Engagement](#)
46. SELIGMAN, Martin. *Opravdové štěstí. Pozitivní psychologie v praxi*. Praha: Ikar, 2003. 391 s. ISBN 80-249-0293-1.
47. SRPOVÁ, Jitka a kol. *Začínáme podnikat. S případovými studii začínajících podnikatelů*. Praha: Grada Publishing. a.s., 2020. 260 s. ISBN 978-80-271-2253-0.

48. SURYNEK, A. *Hodnota práce a kvalita života*. In: Sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference „Svět práce a kvalita života v globalizované ekonomice“. Praha: Vysoká škola ekonomická, 13.-14.09.2007.
49. ŠEBESTOVÁ, Jarmila a WAGNEROVÁ, Eva. *Podnikání v malé a střední firmě*. 1. vyd. Karvina: Slezská univerzita v Opavě, 2007. 221 s. ISBN 978-80-7248-441-6.
50. ŠIMAN, Josef a PETERA, Peter. *Financování podnikatelských subjektů*. CH Beck, 2010. 216 s. ISBN 978-80-7400-117-8.
51. ŠUBRT, Jiří a kol. *Soudobá sociologie III (Diagnózy soudobých společností)*. Praha: Univerzita Karlova, 2008. 384 s. ISBN 978-80-246-2727-4.
52. TIMORACKÝ, M. (2002). *Kvalita života*. In Gal, F., Mesežnikov, G., Kollar, M. eds. *Vizia vyvoja SR do roku 2020*, Bratislava: Veda, 2002, s. 185-198.
53. TIŠANSKÁ, Lýdie, KOŽENÝ, Jiří. *Dotazník Q-LES-Q-SF: odhad kvality života pacientů s diagnózou schizofrenie*. In: Čes a slov Psychiat, 2019, 115(5), 215-220. Dostupné z: [Dotazník Q-LES-Q-SF: odhad kvality života pacientů s diagnózou schizofrenie](#)
54. VAĎUROVÁ, Helena a MÜHLPACHR, Pavel. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005. 143 s. ISBN 80-210-3754-7.
55. VEBER, Jaromír, SRPOVÁ, Jitka a kol. *Podnikání malé a střední firmy*. Praha: Grada, 2012. 336 s. ISBN 978-80-247-8310-9.
56. VEENHOVEN, Ruut. *The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life*. In: Journal of Happiness Studies, 2000, 1(1): 1-39. DOI: 10.1023/A:1010072010360. Dostupné z: [The four qualities of life](#)
57. WOOD-DAUPHINE, Sharon. *Assessing Quality of Life in Clinical Research: from where have we come and where we are going?* In: Journal of Clinical Epidemiology, 1999, 52(4): 355-63. DOI: 10.1016/s0895-4356(98)00179-6. Dostupné z: [Assessing Quality of Life in Clinical Research](#)
58. World Health Organization. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. [online]. 2012, [cit. 2022-05-19]. Dostupné z: [WHOQOL: Measuring Quality of Life](#)
59. ZACHAROVÁ, Eva. *Zdravotnická psychologie: teorie a praktická cvičení*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing a.s., 2017. 264 s. ISBN 978-80-271-0155-9.
60. ZVÍROTSKÝ, Michal. *Zdravý životní styl*. Praha: Univerzita Karlova, 2014. 51 s. ISBN 978-80-7290-661-1.

8 Seznam obrázků, tabulek a grafů

8.1 Seznam obrázků

Obrázek 1 Souvztažnost objektivních a subjektivních ukazatelů kvality života	22
Obrázek 2 Model subjektivní kvality života	24
Obrázek 3 Model kvality života pracovníků kanadské armády	27
Obrázek 4 Maslowova hierarchie potřeb	37

8.2 Seznam tabulek

Tabulka 1 Model kvality života Centra pro podporu zdraví Univerzity Toronto	24
Tabulka 2 Kultivace integrované osobnosti a smysl života	26
Tabulka 3 Model čtyř kvalit života	28
Tabulka 4 Dimenze kvality života dle WHO	34
Tabulka 5 Přehled domén a položek WHOQoL-BREF	50
Tabulka 6 Odpovědi Q-LES-Q-SF	59
Tabulka 7 Základní statistické charakteristiky pro jednotlivé otázky Q-LES-Q-SF	65
Tabulka 8 Testování hypotézy (1.)	66
Tabulka 9 Intervaly populačních norem pro domény WHOQoL-BREF	67
Tabulka 10 Doména 1 Fyzické zdraví	68
Tabulka 11 Doména 2 Prožívání	68
Tabulka 12 Doména 3 Sociální vztahy	69
Tabulka 13 Doména 4 Prostředí	70
Tabulka 14 Rozdělení respondentů podle sledovaných faktorů	71
Tabulka 15 Základní statistické charakteristiky pro jednotlivé dimenze	72
Tabulka 16 Cronbachova alfa	72
Tabulka 17 Shapiro-Wilkův test normality	73
Tabulka 18 Rozdělení hodnot podle delegování pracovních povinností	74
Tabulka 19 Rozdělení hodnot podle dodržování zdravého životního stylu	76
Tabulka 20 Rozdělení hodnot podle přítomnosti vysokoškolského vzdělání v oboru podnikání	77

8.3 Seznam grafů

Graf 1 Pohlaví respondentů Q-LES-Q-SF	53
Graf 2 Věk respondentů Q-LES-Q-SF	53
Graf 3 Délka podnikání Q-LES-Q-SF	54
Graf 4 Počet zaměstnanců Q-LES-Q-SF	54
Graf 5 Pohlaví respondentů WHOQoL-BREF	55
Graf 6 Věk respondentů WHOQoL-BREF	55
Graf 7 Délka podnikání WHOQoL-BREF	56
Graf 8 Počet zaměstnanců WHOQoL-BREF	57
Graf 9 Delegování WHOQoL-BREF	57
Graf 10 Zdravý životní styl WHOQoL-BREF	58
Graf 11 Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání WHOQoL-BREF	58
Graf 12 Rovina fyzického zdraví	61
Graf 13 Rovina psychologické pohody	61
Graf 14 Rovina sociálních vztahů	62

Graf 15 Rovina práce	62
Graf 16 Rovina volného času.....	63
Graf 17 Rovina vzdělání	63
Graf 18 Rovina domácnosti	64
Graf 19 Celková kvalita života	64
Graf 20 Delegování pracovních povinností (hypotéza 2.)	75
Graf 21 Dodržování zdravého životního stylu (hypotéza 3.).....	76
Graf 22 Vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání (hypotéza 4.).....	78

Přílohy

Příloha č. 1 – Dotazník Q-LES-Q-SF

Vážená paní, Vážený pane,

ráda bych Vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku. Dotazníkové šetření určené pro podnikatele, pokud nejste podnikatelem – opusťte prosím dotazník. Otázky jsou zaměřené na subjektivní hodnocení prožívání radosti a spokojenosti ze života. Vyplněním dotazníku pomůžete vytvořit praktickou část mé diplomové práce na téma „Kvalita života podnikatelů a způsoby jejího měření“, která si klade za cíl analyzovat jakými skutečnostmi kvalita života ovlivňována a navrhnout doporučení ke zvýšení její úrovně. Dotazník Vám zabere přibližně pět minut.

Děkuji za Váš čas a ochotu.

Bc. Arina Rysianova

1. Jste:
 - a. žena
 - b. muž
2. Kolik je Vám let:
 - a. 18–25 let
 - b. 26–35 let
 - c. 36–45 let
 - d. 46–55 let
 - e. více než 55 let
3. Uveďte, jak dlouho provozujete podnikatelskou činnost:
 - a. méně než jeden rok
 - b. 1–4 let
 - c. 5–9 let
 - d. 10–15 let
 - e. více než 15 let
4. Uveďte počet Vašich zaměstnanců:
 - a. nemám zaměstnance
 - b. 1–5

- c. 6–10
- d. 11–25
- e. více než 25

U následujících otázek uveďte u každé otázky to číslo stupnice, které nejlépe vystihuje Vaši odpověď. Odpovězte prosím na všechny otázky. Pokud nejste si jist/á, jak na nějakou otázku odpovědět, vyberte prosím odpověď, která se Vám zdá nejvhodnější. Často to bývá ta, co Vás napadne jako první.

1. Jak jste spokojen/a se svým fyzickým zdravím?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

2. Jak jste spokojen/a se svou náladou?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

3. Jak jste spokojen/a se svým společenským životem?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

4. Jak jste spokojen/a se svou prací?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

5. Jak jste spokojen/a se svým volným časem?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

6. Jak jste spokojen/a se svými finančními prostředky?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

7. Jak jste spokojen/a se svými životními podmínkami?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

8. Jak jste spokojen/a se vztahy ve své rodině?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

9. Jak jste spokojen/a se vztahy se svým partnerem/partnerkou?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

10. Jak jste spokojen/a se svým vzhledem?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

11. Jak jste spokojen/a s tím, co jste dosáhli v životě?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

12. Jak jste spokojen/a se svou schopností učit se nové věci?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

13. Jak jste spokojen/a s tím, jak využíváte svůj čas?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

14. Jak jste spokojen/a se svou celkovou kvalitou života?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Nevím	Spíše spokojen/a	Určitě spokojen/a
1	2	3	4	5

Příloha č. 2 – Dotazník WHOQoL-BREF

Vážená paní, Vážený pane,

ráda bych Vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku. Dotazníkové šetření určené pro podnikatele, pokud nejste podnikatelem – opusťte prosím dotazník. Otázky jsou zaměřené na subjektivní hodnocení prožívání radosti a spokojenosti ze života. Vyplněním dotazníku pomůžete vytvořit praktickou část mé diplomové práce na téma „Kvalita života podnikatelů a způsoby jejího měření“, která si klade za cíl analyzovat jakými skutečnostmi kvalita života ovlivňována a navrhnout doporučení ke zvýšení jí úrovně. Dotazník Vám zabere přibližně pět minut.

Děkuji za Váš čas a ochotu.

Bc. Arina Rysianova

1. Jste:
 - a. žena
 - b. muž
2. Kolik je Vám let:
 - a. 18–25 let
 - b. 26–35 let
 - c. 36–45 let
 - d. 46–55 let
 - e. více než 55 let
3. Uveďte, jak dlouho provozujete podnikatelskou činnost:
 - a. méně než jeden rok
 - b. 1–4 let
 - c. 5–9 let
 - d. 10–15 let
 - e. více než 15 let
4. Uveďte počet Vašich zaměstnanců:
 - a. nemám zaměstnance
 - b. 1–5

- c. 6–10
 - d. 11–25
 - e. více než 25
5. Jak často delegujete své pracovní povinnosti?
- a. často
 - b. zřídka
6. Dodržujete-li zásady zdravého životního stylu (zdravá strava, pravidelné sportování)?
- a. ano
 - b. ne
7. Máte vysokoškolské vzdělání v oboru podnikání?
- a. ano, mám
 - b. ne, nemám

U následujících otázek uveďte u každé otázky to číslo stupnice, které nejlépe vystihuje Vaši odpověď. Odpovězte prosím na všechny otázky. Pokud nejste si jist/á, jak na nějakou otázku odpovědět, vyberte prosím odpověď, která se Vám zdá nejvhodnější. Často to bývá ta, co Vás napadne jako první.

1. Jak byste hodnotil/a kvalitu svého života?

Velmi špatná	Špatná	Ani špatná ani dobrá	Dobrá	Velmi dobrá
1	2	3	4	5

2. Jak jste spokojen/a se svým zdravím?

Velmi nespokojen/a	Spíše nespokojen/a	Ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spíše spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

3. Do jaké míry Vám bolest brání v tom, co potřebujete dělat?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

4. Jak moc potřebujete lékařskou péči, abyste mohl/a fungovat v každodenním životě?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

5. Jak moc Vás těší život?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

6. Nakolik se Vám zdá, že Vás život má smysl?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

7. Jak se dokážete soustředit?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

8. Jak bezpečně se cítíte ve svém každodenním životě?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

9. Jak zdravé je prostředí, ve kterém žijete?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

10. Máte dost energie pro každodenní život?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

11. Dokážete akceptovat svůj tělesný vzhled?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

12. Máte dost peněz k uspokojení svých potřeb?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

13. Máte přístup k informacím, které potřebujete pro svůj každodenní život?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

14. Máte možnost věnovat se svým zálibám?

Vůbec ne	Trochu	Středně	Hodně	Maximálně
1	2	3	4	5

15. Jak se dokážete pohybovat?

Velmi špatně	Špatně	Ani špatně, ani dobře	Dobře	Velmi dobře
1	2	3	4	5

16. Jak jste spokojen/a se svým spánkem?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

17. Jak jste spokojen/a se svou schopností provádět každodenní činnosti?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

18. Jak jste spokojen/a se svým pracovním výkonem?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

19. Jak jste spokojen/a sám/sama se sebou?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

20. Jak jste spokojen/a se svými osobními vztahy?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

21. Jak jste spokojen/a se svým sexuálním životem?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

22. Jak jste spokojen/a s podporou, kterou Vám poskytují přátelé?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

23. Jak jste spokojen/a s podmínkami v místě, kde žijete?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

24. Jak jste spokojen/a s dostupností zdravotní péče?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

25. Jak jste spokojen/a s dopravou?

Velmi nespokojen/a	Nespokojen/a	ani spokojen/a, ani nespokojen/a	Spokojen/a	Velmi spokojen/a
1	2	3	4	5

26. Jak často prožíváte negativní pocity jako je např. rozmrzelost, beznaděj, úzkost nebo deprese?

Nikdy	Někdy	Středně	Celkem často	Neustále
1	2	3	4	5