

Univerzita Hradec Králové  
Pedagogická fakulta  
Katedra sociální pedagogiky

**MOŽNOSTI A MEZE SEBEREALIZACE  
ŽEN PRODUKTIVNÍHO VĚKU  
V INVALIDNÍM DŮCHODU III. STUPNĚ**

Diplomová práce

**Autor:** Bc. Tereza Ptáčková, DiS.

**Studijní program:** N7507 Specializace v pedagogice

**Studijní obor:** Sociální pedagogika

**Vedoucí práce:** PaedDr. Monika Žumárová, Ph.D.

Hradec Králové

2017



## Zadání diplomové práce

**Autor:** Bc. Tereza Ptáčková, DiS.

Studium: P15K0141

Studijní program: N7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika

**Název diplomové práce:** **Možnosti a meze v seberealizaci žen v produktivním věku v invalidním důchodu III. stupně**

Název diplomové práce AJ: Possibilities and limits of self-realization of women of working age in disability pension

### **Cíl, metody, literatura, předpoklady:**

Tématem práce jsou možnosti a meze seberealizace žen v produktivním věku, které mají III. stupeň invalidního důchodu. Práce se zabývá ženami, které se, díky svému onemocnění, nemohou seberealizovat v zaměstnání. Teoretická východiska práce charakterizují determinaci ženy, produktivní věk, volný čas v lidském životě, vymezení pojmu invalidita a seberealizaci. Cílem praktické části práce je porovnat, zhodnotit a předložit souhrnné informace o možnostech a mezích v seberealizaci žen v produktivním věku se zaměřením na trávení volného času žen, které se kvůli invaliditě III. stupně nemohou seberealizovat v zaměstnání.

Garantující pracoviště: Katedra sociální pedagogiky,  
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: PaedDr. Monika Žumárová, Ph.D.

Oponent: doc. PhDr. Jiří Semrád, CSc.

Datum zadání závěrečné práce: 6.11.2014

**Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala pod vedením vedoucí diplomové práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Praze dne 3. 2. 2017

.....  
Bc. Tereza Ptáčková, DiS.

**Poděkování:**

Tímto děkuji své vedoucí diplomové práce PaedDr. Monice Žumárové, Ph.D. za cenné rady a připomínky při vypracovávání této práce.

## ANOTACE

PTÁČKOVÁ, Tereza. *Možnosti a meze seberealizace žen produktivního věku v invalidním důchodu III. stupně*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2017. 76 s. Diplomová práce.

Tématem práce jsou možnosti a meze seberealizace žen v produktivním věku majících III. stupeň invalidního důchodu. Práce se zabývá ženami, které se, vinou svého onemocnění, nemohou seberealizovat v zaměstnání.

Teoretická východiska práce charakterizují determinaci ženy, produktivní věk, volný čas v lidském životě, vymezení pojmu „invalidita“ a seberealizaci. Cílem praktické části práce je porovnat, zhodnotit a předložit souhrnné informace o možnostech a mezích v seberealizaci žen v produktivním věku se zaměřením na trávení volného času žen, které se kvůli invaliditě III. stupně nemohou seberealizovat v zaměstnání.

**Klíčové pojmy:** žena, rodina, invalidita III. stupně, produktivní věk, volný čas, seberealizace.

## **ABSTRACT**

PTÁČKOVÁ, Tereza. *Possibilities and limits of self-realization of women of working age in disability pension of the third degree*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2017. 76 pp. Diploma Degree Thesis

This thesis examines the potential and limits of self-realization for women of working age who have received disability pension of the third degree. The work focuses on women who can't self-realize at work due to their disabilities. The theoretical foundations of this thesis characterize the determination of a woman, productive age, leisure time, definition of individuality, and self-realization. The practical part aims to compare, evaluate, and summarize the information on the potential and limits of self-realization for women of working age, focusing on the ways women who can't self-realize at work due to their third degree disabilities spend their leisure time.

**Keywords:** Woman, Family, Third Degree Disability, Productive Age, Leisure Time, Self-realization.

# Obsah

ÚVOD .....	8
<b>1. NÁROKY MODERNÍ SPOLEČNOSTI NA ŽENU V PRODUKTIVNÍM VĚKU OBECNĚ .....</b>	<b>11</b>
1.1. Vymezení pojmu „žena“ z pohledu antropologického .....	11
1.2. Vymezení pojmu „Produktivní věk“ .....	12
1.3. Vzdělání a kariéra ženy s invalidním omezením a bez tohoto omezení .....	13
1.4. Žena a rodina obecně .....	15
<b>2. INVALIDITA .....</b>	<b>17</b>
2.1. Vymezení a členění na stupně .....	17
2.2. Psychické a sociální aspekty invalidity .....	18
2.3. „Není schopen práce ani za zcela výjimečných podmínek“ .....	21
<b>3. VOLNÝ ČAS V LIDSKÉM ŽIVOTĚ .....</b>	<b>22</b>
3.1. Vymezení pojmu „volný čas“ .....	22
3.1.1. Funkce volného času .....	27
3.2. Volnočasové aktivity obecně .....	29
3.3. Možnosti volnočasových aktivit ve velkoměstech pro zdravé i invalidní jedince .....	30
<b>4. SEBEREALIZACE V ŽIVOTĚ INVALIDNÍCH ŽEN .....</b>	<b>35</b>
4. 1. Vymezení pojmu seberealizace .....	35
4. 2. Zaměstnání jako místo seberealizace osob bez invalidního omezení a situace osob se zdravotním omezením .....	37
4. 3. Možnosti seberealizace invalidních žen, které se nemohou seberealizovat v zaměstnání .....	39
<b>5. EMPIRICKÉ ŠETŘENÍ .....</b>	<b>45</b>
5.1. Vymezení cíle průzkumu a stanovení hypotéz .....	45
5.2. Zvolené metody průzkumu .....	47
5.3. Charakteristika průzkumných souborů .....	49
5.4. Diskuse a vyhodnocení hypotéz .....	52
5.4.1. Oblast MOŽNOSTÍ v trávení volného času a seberealizace invalidních žen .....	52
5.4.2. MEZE v trávení volného času invalidních žen a v oblasti seberealizace .....	60
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>67</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ .....</b>	<b>69</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH .....</b>	<b>76</b>

## ÚVOD

S vývojem společnosti se lidstvo více a více zamýšlí nad kvalitou života jednotlivce. Lidé se zdravotním postižením představují početnou skupinu. Jedná se o invalidní spoluobčany, tedy i o ženy v produktivním věku v invalidním důchodu III. stupně. Téma jejich volného času a sociální integrace patří do oboru sociální pedagogiky. Zvolená oblast, zaměřená na seberealizaci invalidních žen produktivního věku v invalidním důchodu III. stupně, které z podstaty posudku o svém zdravotním stavu nemohou být zaměstnány, je velice zajímavá a aktuální. Tyto ženy se nemohou seberealizovat v zaměstnání, dá se tudíž předpokládat, že danou skutečnost mohou vnímat negativně a jen některé z nich jsou schopny nalézt toto vnitřní naplnění náhradním způsobem.

Zdravotně postižení občané v invalidním důchodu III. stupně nedobrovolně disponují, oproti běžným občanům, mnohonásobně vyšší volnočasovou dotací. Z hlediska množství volného času ale může u těchto osob často docházet i k negativnímu prožívání. Lidské bytosti je vlastní potřeba trávit svůj volný čas smysluplně a uspokojivě a rovněž potřeba seberealizace. Pokud jsou však pro danou osobu v takovém prožívání volného času bariéry (ať již somatické, psychické, či sociální), vnímá svůj volný čas frustrujícím způsobem a hledá možnosti seberealizace náhradním způsobem. Tato práce se zaměřuje na ženy v produktivním věku, které se ocitly v invalidním důchodu III. stupně a zároveň se nemohou realizovat v zaměstnání. Často se snaží svůj hendikep vyrovnávat náhradními aktivitami. Pro účely zkoumání v této práci se budeme zabývat jen ženami produktivního věku v invaliditě III. stupně, kterým byla z rozhodnutí České správy sociálního zabezpečení (ČSSZ) znemožněna pracovní činnost takzvaně i „za zcela výjimečných podmínek“. Tento dovětek, týkající se jakékoliv pracovní aktivity, však není u invalidity III. stupně zdaleka samozřejmostí a vztahuje se jen na velmi omezený počet invalidních osob.

Při zpracovávání rešerší k této práci se nepodařilo nalézt v odborné literatuře k takto vymezenému tématu dostatek specifických podkladů. Máme sice k dispozici odbornou literaturu, která se zabývá zdravotním postižením, problematikou ženy ve společnosti, produktivním věkem, volným časem i psychologickým aspektům seberealizace, ale spojení všech těchto aspektů do jedné problematiky v odborné literatuře dosud neexistuje, což je též důvodem vzniku této práce. Přináší shrnutí výsledků teoretického



bádání v oblastech nároků společnosti na moderní ženu, invalidity, volného času, seberealizace v životě zdravotně postižených a empirického šetření v této oblasti.

**Cílem práce** bude v teoretické části popsat současný stav v odborné literatuře v oblasti trávení volného času a subjektivního pocitu seberealizace u invalidních žen, které se, v důsledku svého postižení a z rozhodnutí České správy sociálního zabezpečení, nemohou seberealizovat v zaměstnání. Dále chceme předložit na základě opory v odborné literatuře informace o problematice nároků moderní společnosti na ženu, invalidity, volného času v lidském životě a seberealizace v životě invalidních žen. Následné empirické šetření si klade za cíl zmapovat možnosti a meze seberealizace těchto žen. **Ústředním výzkumným problémem** je zjištění, jaké jsou postoje invalidních žen v produktivním věku, které nemohou být zaměstnány, k vlastnímu subjektivnímu pocitu seberealizace a jejich preference v trávení volného času. Výzkumné šetření bude provedeno mezi respondentkami z Prahy a Středočeského kraje.

V teoretické části se práce bude věnovat roli ženy ve společnosti, jejímu vzdělávání a kariéře a také podílu času věnovaného zaměstnání a rodině. Další kapitoly se zabývají volným časem, vymezením pojmu „invalidita“ a seberealizací v lidském životě, potažmo v životě zdravotně postižených žen. Neopomineme ani vymežit pojem „volný čas“ a zamyslet se nad tím, jaké jsou pro invalidní ženy možnosti volnočasových aktivit ve velkoměstech. Dále následuje popis invalidity a členění na její jednotlivé stupně. Práce se zmiňuje i o psychických a sociálních aspektech, které ovlivňují kvalitu života plně invalidních osob, a věnuje se také možnostem sociální integrace žen v invalidním důchodu III. stupně. Kapitola „Seberealizace v lidském životě“ vymezuje tento pojem a nastiňuje možnosti a oblasti seberealizace člověka. Budeme se v ní zabývat zaměstnáním jako možným místem seberealizace osob bez invalidního omezení a rovněž seberealizací ve volném čase. V poslední části teoretické práce se objeví téma možností a vnějších a vnitřních bariér v seberealizaci žen v invalidním důchodu III. stupně. Jako možnosti seberealizace invalidních žen tato práce nabízí například vzdělávání a sebevzdělávání, aktivity s interpersonálním přesahem (dobrovolnictví, ekologické aktivity, tvůrčí a umělecké činnosti), hledání smyslu života, soustředění se na zájmy a koníčky, práci na duchovním růstu (náboženství, duchovní spolky, jóga), aktivity vedoucí k udržování a zlepšování zdravotního stavu (rehabilitace, psychoterapie, alternativní léčba), zdravý životní styl nebo péči o rodinu.

Z hlediska metodologického se při zpracování teoretické části opíráme především o studium odborné literatury a textů z oblasti sociální a speciální pedagogiky, psychologie a sociologie a o jejich následnou analýzu.

V praktické části diplomové práce bude realizováno jak kvantitativní, tak kvalitativní šetření na téma možností a mezí v seberealizaci žen v produktivním věku v invalidním důchodu III. stupně, které z podstaty posudku o svém zdravotním stavu nemohou být zaměstnány. Sběr dat bude proveden prostřednictvím dotazníku a strukturovaných rozhovorů s respondentkami. Cílem výzkumného šetření je porovnat, zhodnotit a předložit souhrnné informace o možnostech a mezích v seberealizaci žen v produktivním věku se zaměřením na trávení volného času žen, které se při invaliditě III. stupně nemohou seberealizovat v zaměstnání. Výstupy této práce mohou napomoci pracovníkům organizací nabízejících volnočasové aktivity pro hendikepované občany, k porozumění potřeb v trávení volného času invalidních žen a možností jejich seberealizace.

# 1. NÁROKY MODERNÍ SPOLEČNOSTI NA ŽENU V PRODUKTIVNÍM VĚKU OBECNĚ

Invalidní žena v produktivním věku je stále ženou, dá se proto předpokládat, že nároky společnosti na její fungování budou velmi podobné jako u zdravých žen.

Je potřeba si uvědomit, že 20. století s sebou přineslo mnoho změn po stránce demografické, sociální i kulturní. Společnost se změnila z industriální na postindustriální. Současná doba je velmi rychlá a na člověka jsou kladeny čím dál tím větší nároky. Tento tlak nejvíce pociťují dnešní ženy, které mají sice mnohem více prostoru k seberealizaci, na druhou stranu však i více povinností.

Současná doba je spojována s tzv. druhým demografickým přechodem, pro nějž je charakteristickým prvkem silný individualismus a změna hodnotového žebříčku, což s sebou pochopitelně nese také změny v reprodukci. Primární úlohou ženy už dnes není pouze být matkou: to má logicky vliv na výši fertility v ČR. Českou republiku dokonce řadíme s velmi nízkým procentem plodnosti.<sup>1</sup>

## 1.1. Vymezení pojmu „žena“ z pohledu antropologického

Antropologie na ženu nahlíží jako na pojem genderový: „*Gender je tedy způsob, jakým předvádíme to, zda jsme muž či žena, a jak naplňujeme společenské představy o mužství a ženství. ... Genderové identity a rozdíly si osvojujeme již od dětství pomocí procesu socializace.*“<sup>2</sup> Čistě biologický pohled na ženu ve společnosti tak není podstatou antropologické práce, která vždy probíhá ve směru odrážejícím zejména společenskou podstatu a fungování člověka. Antropologové upozorňují na nevhodné zaměňování pojmů „gender“ a „žena“, jež neoznačují tentýž koncept;<sup>3</sup> pojem „žena“ (nahlížený často pouze z hlediska biologických rozdílů) může být okleštěn a obdobně nevhodným způsobem může být zúžen pohled na problematiku ženství.

Pohled na mužství či ženství z hlediska genderového potvrzuje ve své práci též J. Skupník;<sup>4</sup> současný postoj k těmto konceptům je podle něj důsledkem zejména

<sup>1</sup> SIROVÁTKA, Tomáš. *Rodina, zaměstnání a sociální politika*. Vyd. 1. Brno: Albert, 2006. ISBN 80-732-6104-9.

<sup>2</sup> HIRT, Tomáš, et al. *Vybrané kapitoly z aplikované sociální antropologie*. Vyd. 1. Plzeň: Západočeská univerzita, 2012. ISBN 978-80-261-0122-2, s. 269–270.

<sup>3</sup> Tamtéž.

<sup>4</sup> SKUPNÍK, Jaroslav, et al. *Panoráma biologické a sociokulturní antropologie 7: Manželství a sexualita z antropologické perspektivy*. Brno: NAUMA, 2002. ISBN 80-210-2840-8, s. 50.

feminismu, který zastává názor, že konvenčně přijímaný bipolární model vycházející z biologických předpokladů má pouze omezenou platnost a pohlaví ve smyslu anglického výrazu *sex* a pohlaví založené na sociálním charakteru (*gender*) jsou dvě odlišné kategorie, jež spolu souvisejí, ovšem nelze je ztotožnit.

Na mužství, ženství a jejich vzájemné vymezení tak lze nahlížet na základě tří základních výkladů:<sup>5</sup>

- **feministického** (dříve marxistického), založeného na principu vykořisťování a konfliktu;
- **biologizujícího** – mužství a ženství je pojímáno jako výraz evolučních tlaků;
- **standardně psychoanalytického** – pohlavní odlišnost je založena na předpokladu existence typicky ženských a typicky mužských rysů (feminita je pojímána jako divergující činitel).

Z uvedeného členění vyplývá, že pojem „ženství“ je vždy nějakým způsobem vztahován a vymezován vůči pojmu „mužství“, kteréžto koncepty jsou však historicky a společensky proměnlivé.

Pro potřeby této práce je žena vymezena především antropologicky, tedy z pohledu genderového.

## 1.2. Vymezení pojmu „produktivní věk“

Produktivní věk je v demografických průzkumech často užívanou veličinou, která vymezuje věkové hranice, v jejichž rozmezí se nachází tzv. produktivní obyvatelstvo. Toto vymezení je však spíše orientační a slouží ke statistickému zpracování, protože ne všichni lidé, kteří se v této věkové skupině nacházejí, jsou skutečně produktivní. Pro statistické a demografické účely se v České republice pro produktivní věk uvádí rozmezí 15–64 let (předchází mu věk předproduktivní a následuje ho věk postproduktivní).

Definic produktivního věku existuje vícero, de facto se však shodují na několika bodech, kterými tento časový úsek lidského života vymezují:

- Jedná se o aktivní období života přibližně srovnané s pojmem „dospělost“.
- V tomto období je člověk na vrcholu fyzických sil.

---

<sup>5</sup> SKUPNIK, Jaroslav, et al. *Panoráma biologické a sociokulturní antropologie 7: Manželství a sexualita z antropologické perspektivy*. Brno: NAUMA, 2002. ISBN 80-210-2840-8, s. 50.

- Rovněž dosahuje vrcholu po stránce psychické – měl by být emocionálně vyvážený a psychicky stabilní.
- Produktivní věk se obvykle kryje s práceschopností obyvatelstva.
- Produktivní věk jedince je individuální charakteristikou v návaznosti na osobnostní, fyzické, psychické, společenské a jiné dispozice, respektive indispozice. Jinými slovy řečeno, konkrétní člověk je individuální bytostí, a to i z pohledu produktivního věku. To, že se nachází ve věkovém rozpětí produktivního věku, nemusí nutně znamenat, že je skutečně produktivní.

Produktivní věk jedince začíná zařazením člověka do praktického života a pracovního procesu. Obvykle se v této době osamostatňuje od rodičů a zakládá vlastní rodinu. Během tohoto období se vyvíjí a stabilizuje jeho životní názor a postoje. Produktivní věk pak končí odchodem do důchodu.

### **1.3. Vzdělání a kariéra ženy s invalidním omezením a bez tohoto omezení**

Opět je třeba zmínit, že i invalidní žena se může účastnit procesu vzdělávání, což by jí společností mělo být umožněno na základě zákonných opatření, ale též různých, mezinárodně závazných dokumentů, například Standardních pravidel pro vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením, kde je psáno mimo jiné toto:

1. *„Státy by měly zajistit, aby odpovědné orgány šířily nejnovější informace o dostupných programech a službách pro osoby se zdravotním postižením, jejich rodiny, pro odborníky v této oblasti i veřejnost. Informace pro osoby se zdravotním postižením by měly být podávány přístupnou formou.*
2. *Státy by měly iniciovat a podporovat informační kampaně týkající se osob se zdravotním postižením a politiky postižení, které by tlumočily hlavní myšlenku, že osoby se zdravotním postižením jsou občany se stejnými právy a povinnostmi jako ostatní, a tak prokázaly oprávněnost opatření k odstranění všech překážek plného zapojení...*
3. *Státy by měly zajistit, aby výchovné programy určené pro veřejnost vyjadřovaly ve všech aspektech princip plného zapojení a rovnosti.“<sup>6</sup>*

<sup>6</sup> *Standardní pravidla pro vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením.* Praha: Sdružení zdravotně postižených v ČR, 1997, s. 16–17.

Nejprve je potřeba vymezit pojmy „vzdělání“ a „kariéra“: **Vzdělání** lze charakterizovat jako předávání systematické sumy vědomostí či jako „*prostřednictvím vzdělávacích procesů osvojené vědomosti, dovednosti, postoje, hodnoty, normy*“.<sup>7</sup>

Stejně tak i **kariéru** lze vymezit komplexně a definovat dva základní pohledy. Prvním a stěžejním pohledem pro tuto práci je, že „*kariéra jedince jako individuality je definována jako postup zaměstnance od prvního pracovního poměru do odchodu do důchodu a jedná se o celoživotní proces*“.<sup>8</sup> Druhý pohled pojímá kariéru „*z hlediska časového vývoje, v období koncepce personálního řízení byla kariéra chápána jako postup nahoru, který znamenal pracovní úspěch. S postupným růstem významnosti lidských zdrojů, nezbytnosti kontinuity vzdělávání a rozvoje zaměstnanců se měnilo i pojetí kariéry. Současné pojetí kariéry je širší než klasické chápání kariéry jako postupu v hierarchii podniku směrem vzhůru, neboť uznává při skládání mozaiky kariéry vícečetné trasy kariéry*“.<sup>9</sup>

S ohledem na požadavky trhu práce je stále rostoucím trendem vysokoškolské vzdělání, které se stává jedním z požadavků pro většinu zaměstnanců ať už v soukromém či státním sektoru. V České republice můžeme hovořit o nedostatku tzv. ženských elit v jakékoli pracovní sféře, což potvrzuje sníženou dynamiku vzdělávání mezi ženami. V rámci Evropské unie jsou české ženy stále na poměrně nízkém stupni v porovnání vysokoškolských vzdělaných žen.<sup>10</sup>

Pokud žena touží po vysokoškolském vzdělání, chce je následně uplatnit též v praxi. Více času pak věnuje své práci a kariéře, čímž vyvíjí tlak na přehodnocení klasického rodinného modelu a vyžaduje větší pomoc muže nejen při výchově, ale také při domácích pracích. V dnešní době ženy vítají možnost práce na dohodu o provedení práce či poloviční úvazek. Přivydělávají si při mateřské a chtějí se do pracovního procesu vrátit co nejrychleji, protože potřebují pocit seberealizace a vlastního uplatnění. V průběhu dějin vznikaly různorodé představy o tom, jaké životní naplnění by měla žena mít. Dříve patřila žena do kuchyně a příslušela jí především péče o rodinu a

<sup>7</sup> VLČKOVÁ, Kateřina, 2006. *Základní pedagogické kategorie a pojmy* [online]. [cit. 1. 8. 2016] Dostupné z [http://is.muni.cz/elportal/estud/lf/ps05/mpmp071/ped\\_kategorie.pdf](http://is.muni.cz/elportal/estud/lf/ps05/mpmp071/ped_kategorie.pdf).

<sup>8</sup> KLUPÁKOVÁ, Hana, VNOUČKOVÁ, Lucie, 2013. *Proces plánování kariéry v podniku* [online]. [cit. 1. 8. 2016] Dostupné z [http://www.slu.cz/opf/cz/informace/acta-academica-karviniensia/casopisy-aak/aak-rocnik-2013/docs-3-2013/Klupakova\\_Vnouckova.pdf](http://www.slu.cz/opf/cz/informace/acta-academica-karviniensia/casopisy-aak/aak-rocnik-2013/docs-3-2013/Klupakova_Vnouckova.pdf).

<sup>9</sup> Tamtéž.

<sup>10</sup> KUCHAROVÁ, Věra, ZAMYKALOVÁ, Lenka. *Aktuální otázky postavení žen v ČR*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 1998, s. 77.

domácnost; muž měl být tím, kdo rodinu finančně zabezpečuje. Mezi některými lidmi tyto zastaralé stereotypy převládají dodnes. Je ovšem potřeba si uvědomit, že doba se stále zrychluje a na lidi jsou kladeny čím dál vyšší nároky. Rodině již často nestačí pouze jeden plat, a mnoho žen proto volí variantu přivýdělků na mateřské dovolené. Není výjimkou ani to, že žena vydělává více než muž a po vzájemné dohodě na mateřskou odchází právě on.

Na ženu jsou kladeny vysoké nároky. Často musí zvládat řadu náročných věcí. Většina žen se se zařazením matka a manželka nespokojí a touží po úspěchu i v práci. Tam uplatní své vzdělání, zkušenosti a píli, a v neposlední řadě získá i finanční nezávislost.

#### 1.4. Žena a rodina obecně

J. Výrost a I. Slaměník<sup>11</sup> uvádějí, že rodina je „*institucionalizovaná biosociální skupina, vytvořená přinejmenším ze dvou členů odlišného pohlaví, mezi nimiž neexistuje pokrevní pouto, a z jejich dětí*“.

Podle O. Matouška,<sup>12</sup> jehož pojetí rodiny je pro tuto práci stěžejním, je v užším, tradičnějším pojetí rodina skupina lidí spojená pouty pokrevního příbuzenství nebo právních svazků (sňatek, adopce aj.).

Pro potřeby této práce považujeme za základní **funkce rodiny** tyto: *biologicko-reprodukční funkce, sociálně-ekonomická funkce, ochranná (zaopatřovací, pečovatelská) funkce, socializačně-výchovná funkce, rekreace, relaxace, zábava a emocionální funkce rodiny*.<sup>13</sup>

Se zrychlujícím se životním tempem se mnoho změnilo také v současné rodině; musíme brát v potaz jednak emancipační vlnu, nárůst ateismu, vznik manželství na základě citů (čímž dochází také k nárůstu rozvodovosti) a další aspekty.

Ve společnosti stále přetrvává automatický předpoklad, že péče o domácnost a rodinu je ženská záležitost. Ženy o ni pečují a zabezpečují její chod, mají nicméně šanci využít pomoci manžela či jiného rodinného příslušníka, případně chůvy; lze využít možnosti otcovské dovolené. Děti zůstávají ve většině případů v péči matky, která zastává často

---

<sup>11</sup> VÝROST, Jozef, SLAMĚNÍK, Ivan. *Aplikovaná sociální psychologie III*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-247-0180-4, s. 304.

<sup>12</sup> MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 978-80-7367-368-0.

<sup>13</sup> ČADILOVÁ, Olga, 2010. *Rodina* [online]. [cit. 4. 6. 2016]. Dostupné z [http://www.szymb.cz/admin/upload/sekce\\_materialy/Rodina.pdf](http://www.szymb.cz/admin/upload/sekce_materialy/Rodina.pdf).

v rodině několikerou roli: chodí do práce a zajišťuje finance, stará se o domácnost a pomáhá dětem s přípravou do školy.

Jistě není třeba připomínat, že tyto jevy jsou spojovány s procesem socializace, který je stále aktuálním pojmem. Jedná se o „*vrůst do určitého kulturního prostředí tak, aby v něm jedinec, jako osoba soukromá i veřejná, společensky obstál. Znamená schopnost přiměřené komunikace se svým sociálním okolím, přiměřené plnění rolí, které vyžaduje nejen společnost, ale i sám život.*“<sup>14</sup> Na ženu jsou v tomto směru pochopitelně kladeny vysoké nároky, protože její okolí předpokládá určité modely v jejím chování, které mohou ovlivnit celý její život.

Toto vše jsou nároky moderní společnosti na zdravou ženu. Invalidní žena je však stále ženou, proto jsou požadavky společnosti na ni obdobné, snad jen s výjimkou těch pracovních.

---

<sup>14</sup> NAKONEČNÝ, Milan. *Úvod do psychologie*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-0993-0, s. 55.



## 2. INVALIDITA

### 2.1. Vymezení a členění na stupně

V rámci této práce je nezbytné vymezit nejdříve pojem invalidity a termíny, které s touto problematikou souvisí či se překrývají. Jak pro invaliditu, tak i pro chronické onemocnění platí, že se jedná o zásadní sociální události, které člověka ovlivňují po zbytek jeho života. V případě onemocnění se člověk snaží s nemocí bojovat: bere léky, které mu předepíše lékař, absolvuje léčbu, jež pomáhá proces léčby urychlit, a také dodává tělu potřebné vitamíny a jiné látky. Pokud však hovoříme o invaliditě, pak člověku nic z toho většinou nepomůže a on se s ní musí naučit fungovat a žít.

Tento pojem je mnoha lidem znám, ale ne každý si uvědomuje, jak důležité je o tomto tématu hovořit, protože může postihnout takřka kohokoli, ať už přímo či zprostředkovaně. Pro jedince představuje invalidita velikou změnu v jeho dosavadním životě a většinou také snížení standardů a životního stylu.

V případě chronického onemocnění se jedná o dlouhodobé zhoršení zdravotního stavu jedince, kdy je nejisté, jaký bude mít choroba průběh a kdy skončí. Člověk trpící takovýmto chronickým onemocněním je v mnoha ohledech omezován.<sup>15</sup> Invaliditou tedy rozumíme „*chronické onemocnění či postižení, které představuje trvalé znevýhodnění. Může sice dojít ke zlepšení, resp. úpravě stavu, ale chronicky nemocného nelze nikdy zcela vyléčit, musí onemocnění přijmout jako součást své identity a musí se s ním naučit žít. Jakékoli závažné onemocnění je velkou životní zátěží, která nějakým způsobem ovlivní i psychiku nemocného.*“<sup>16</sup>

Druhým důležitým pojmem je „zdravotní postižení“, které představuje následek určité dlouhodobé a vleklé dysfunkce, jež ovlivňuje jedince i společnost. Tento člověk má fyzický stav odlišný od dané normy a z toho plynou též rozdíly v sociální participaci. Stav je v podstatě neměnný, chronický; jedinec sám další vývoj není schopen příliš ovlivnit, z čehož plyne omezení pro něj i společnost.<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup> VÁGNEROVÁ, Marie, HADJ-MOUSSOVÁ, Zuzana, ŠTECH, Stanislav. *Psychologie handicapu*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 80-7184-929-4, s. 75.

<sup>16</sup> Tamtéž.

<sup>17</sup> JESENSKÝ, Ján. *Integrace – znamení doby: sborník z odborné konference na počest 50. výročí Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy a 50. výročí vysokoškolské přípravy speciálních pedagogů*. Praha: Karolinum, 1998. ISBN 80-7184-691-0.

Podle Světové zdravotnické organizace se v případě zdravotního postižení jedná o „... *částečné nebo úplné omezení schopností vykonávat některou činnost či více činností, které je způsobeno poruchou nebo dysfunkcí orgánu*“.<sup>18</sup>

U osob trpících nějakým postižením, které je chronické, se pak hovoří o invaliditě. Invalidita označuje ztrátu schopnosti pracovat, která nastala po závažné nemoci či úrazu. Tento termín je také upravován legislativně v Zákonu č. 155/1995 Sb. o důchodovém pojištění. „Podle zákona je pojištěnec invalidní, jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu nastal pokles jeho pracovní schopnosti nejméně o 35 %, přičemž pokud jeho pracovní schopnost poklesla:

- 35 % až o 49 %, jedná se o invaliditu prvního stupně,
- o 50 % až o 69 %, jedná se o invaliditu druhého stupně,
- o 70 % a více, jedná se o invaliditu třetího stupně“.<sup>19</sup>

Invalidita a onemocnění jsou tedy odlišné termíny; rozdíl spočívá především v tom, že v případě invalidity se jedná o trvalé následky, byť je pochopitelně možné absolvovat rehabilitaci či jiné reintegrační procesy, které mají tyto následky zmírnit.<sup>20</sup>

## 2.2. Psychické a sociální aspekty invalidity

Během života člověk často svůj zdravotní stav bere za samozřejmost a mnohdy si nepřipouští, že by mohlo dojít k nějaké významné změně. V případě, že se stane invalidní, objevuje se u něj nejistota a strach z nové situace. Takto postižení lidé často začnou trpět úzkostnými stavy či depresemi, protože se jim ze dne na den změnil život.<sup>21</sup>

Najednou je budoucnost jedince, ale často i celé jeho rodiny nejistá – a je to právě rodina, kde se jedinec snaží najít útěchu a společné řešení. Invalidita významně ovlivňuje kvalitu života jedince a jeho rodiny, promítá se do osobní, sociální a profesní stránky lidského života. Mění se životní styl a návyky, častý je nedostatek financí v důsledku nákladné léčby; toto všechno má vliv na psychiku jedince.<sup>22</sup>

<sup>18</sup> NOVOSAD, Libor. *Poradenství pro osoby se zdravotním a sociálním znevýhodněním: základy a předpoklady dobré poradenské praxe*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-509-7.

<sup>19</sup> Zákon č. 155/1995 Sb. o důchodovém pojištění.

<sup>20</sup> JIRÁSKOVÁ, Miroslava, TOMANOVÁ, Jitka, 2011. *Vybrané kapitoly ze sociální politiky* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého. [cit. 4. 6. 2016] Dostupné z [http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user\\_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09\\_Studijni\\_opora\\_17\\_1\\_2012.pdf](http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09_Studijni_opora_17_1_2012.pdf).

<sup>21</sup> MURPHY, Robert Francis. *Umlčené tělo*. Praha: SLON, 2001. ISBN 80-85850-98-2.

<sup>22</sup> NOVOSAD, Libor. *Tělesné postižení jako fenomén i životní realita: diskurzivní pohledy na tělo, tělesnost, pohyb, člověka a tělesné postižení*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-873-9.

Mezi **sociální faktory** invalidity bychom mohli zařadit například ztížení společenského uplatnění, ekonomickou situaci jedince, ztrátu jeho autonomie, změnu sociálních rolí, postoj společnosti k invalidnímu jedinci a jeho sociální fungování. Mezi **psychické faktory** invalidity jsou pak řazeny například deprivace, frustrace, potřeba vyrovnat se se situací, pocity prázdnoty a deprese, ale také hledání náhradních forem uspokojování potřeb.

V momentě, kdy se jedinec stane invalidním, dochází ke **změně jeho sociálních rolí**, jeho okolí jej totiž vnímá jako nemocného. Postižený člověk už často nemůže zastávat profesi a funkce, které dříve vykonával s naprostou lehkostí. Ztrácí některé své povinnosti (omluvení ze školy či práce), ale zároveň získává nové možnosti, především zlepšování svého stavu, ať už po psychické, sociální či fyzické stránce.

Pro takového jedince je nejhorší určitá **ztráta autonomie**, při celé řadě úkonů se totiž neobejde bez cizí pomoci. Pokud zároveň dojde ke ztrátě zaměstnání, je s touto problematikou spojena i **ztráta určité role, osobní prestiže a často i dávky sebevědomí**, protože dotyčný již nemá možnost dělat to, v čem je dobrý a co jej baví/naplňuje. Pokud se invalidou stává živitel rodiny, pak jsou následky enormní pro celou rodinu, byť by byla sebevíc ohleduplná a nápomocná.<sup>23</sup>

Klíčové je, aby invalidní člověk neztratil kontakt se svými přáteli a dalšími lidmi. Často se stává, že se dotyčný za své postižení stydí a nechce navazovat žádné styky, naopak zůstává v ústraní, s čímž se však mnohdy vážou i depresivní myšlenky, včetně těch na smrt: *„Poznání smrti, strach z ní a její předvídání znamená ještě něco jiného, co se chápe jen zřídka. Je to jeden z předpokladů lidské osamělosti. Nic tak zcela neizoluje člověka jako poznání, že když trpí, nikdo další bolest necítí, že když je nemocen, je jeho choroba soukromou záležitostí, a že když umře, svět se svým shonem se klidně točí dál.“*<sup>24</sup>

Chmurné myšlenky jsou výsledkem **pocitu prázdnoty, nenaplnění, životní ztráty** a také přesvědčení, že je člověk ostatním na obtíž. Právě proto je tolik podstatné, aby měl kolem sebe lidi, kteří mu budou pomáhat a dají mu najevo, jak je pro ně důležitý.

---

<sup>23</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.

<sup>24</sup> MURPHY, Robert Francis. *Umlčené tělo*. Praha: SLON, 2001. ISBN 80-85850-98-2, s. 57.

Alternativou jsou také různé schůzky lidí s podobným postižením či v obdobné situaci. Tito lidé se dokáží vzájemně motivovat a společné trávení času je posouvá dál.

V odborné literatuře se tímto problémem zabývá například D. Knotová,<sup>25</sup> která tvrdí, že zdravotně postižené osoby patří mezi ohrožené skupiny, pokud jde o bariéry v trávení volného času. „Zdravotní stav ovlivňuje naše trávení volného času... Kvůli přicházejícím nemocem se pak nemohou věnovat svým zájmům. Taktéž zdravotní postižení často brání lidem věnovat se svým zájmům v takové míře, jak by si přáli. Nemohou prožít svůj volný čas naplno.“<sup>26</sup> „Tři čtvrtiny pacientů muselo změnit své volnočasové aktivity a polovina z nich nebyla spokojena se svým volným časem.“<sup>27</sup>

Pro zdravotně postiženého jedince, jenž se stal invalidním náhle nebo následkem úrazu, je nejhorší pochopitelně **psychické vyrovnání se s novou situací**. Ta je ovšem nová a neznámá pro celou rodinu, která se hlavně musí vyvarovat toho, aby došlo ke stagnaci v jednom bodu. Prochází postupně těmito fázemi:

- popírání nemoci s cílem ochránit invalidního člena,
- přiznání si situace, ale v doprovodu negativních emocí a strachu o budoucnost,
- hledání řešení, nastolení změn v životě rodiny,
- deprese, frustrace,
- smíření / rezignace.<sup>28</sup>

Invalidní člověk tedy potřebuje ze strany rodiny cítit podporu a útěchu. V opačném případě může být významně ohrožen jeho psychický stav. Jedinec potřebuje uspokojovat své základné psychické potřeby. Klíčové je nalézt vhodné alternativy, pokud již není možné je uspokojovat tak jako dříve. Rozhodující je přihlédnout k tomu, v jaké životní fázi se jedinec nachází, protože například „postižení, které vznikne v období dospívání, je zásahem do emancipačního vývoje, deformuje další rozvoj identity nebo jej přinejmenším zpomalí a zproblematizuje. Někdy může vést i k regresi na úroveň již překonané vývojové fáze. Avšak na druhé straně, postižení vzniklá v této

<sup>25</sup> KNOTOVÁ, Dana. *Pedagogické dimenze volného času*. Praha: Grada 2011. ISBN 978-80-7315223-9.

<sup>26</sup> SPOUSTA, Vladimír. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova Univerzita, 1994. ISBN 80-210-1007-X.

<sup>27</sup> JACOBSSON, Lennart, 2001. *Leisure Activities in Rheumatoid Arthritis: Change after Disease Onset and Associated Factors*. *British Journal of Occupational Therapy* [online]. Sage journals. [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/030802260106400206>

<sup>28</sup> KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *Odpovědi na otázky o smrti a umírání: etický manuál pro mediky, lékaře a sestry*. Rozšířené vydání s příspěvky a komentáři. Praha: H & H, 1995.

*době, zpravidla zásadním způsobem nenaruší již vytvořené vztahy se zdravou společností. Postižený člověk může být traumatizován, ale zůstává mu většina kompetencí, včetně běžných sociálních dovedností, které bude moci později uplatnit.*<sup>29</sup>

V případě dospělého jedince je invalidita **největší ztrátou** především **v oblasti zaměstnání**, které mu dávalo určitou autonomii a soběstačnost. Najednou se často ze soběstačného člověka stává osoba, o kterou je nutné se starat, což je velikou psychickou zátěží jak pro ni samotnou, tak případně i pro pečující. **Ideální je najít adekvátní náhradu za pracovní povinnosti**, které by uspokojily jedincovu potřebu něčím rodině pomáhat.<sup>30</sup>

Klíčové je, jak konkrétní druh invalidity vnímá společnost. Jedná se o stále málo diskutovaný problém, protože ani invalidita člověka nedělá zcela neschopným najít uplatnění v mnoha jiných směrech. Je ovšem nutné, aby se touto cestou vydala celá společnost a vytvářela vhodné podmínky pro sociální integraci těchto osob.

### **2.3. „Není schopen práce ani za zcela výjimečných podmínek“**

Skutečnost, že má zdravotně postižený člověk přiznán důchod III. stupně, ale ještě automaticky neznamena, že toto rozhodnutí zahrnuje zároveň úplný zákaz výdělečné činnosti. Takových lidí je ve skutečnosti mezi invalidními důchodci jen hrstka. Společnost FOSA, o. p. s., vnáší do problematiky více informací:

*„Někteří lidé mají ve svém posudku o invaliditě napsanou formulaci ‚přiznána invalidita ve III. stupni, není schopen výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek‘. Pro tyto osoby i jejich potenciální zaměstnavatele je zpravidla velmi nejasné, zda vlastně lze při tomto posudku pracovat. Je časté, že to zaměstnavatel nebo samotný člověk se zdravotním postižením nakonec prostě vzdá, s tím, že nebude riskovat, když už to má jednou černé na bílém.“<sup>31</sup> Právě těmito charakteristikám odpovídající invalidní ženy jsou zkoumaným objektem zájmu naší práce.*

<sup>29</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.

<sup>30</sup> MURPHY, Robert Francis. *Umlčené tělo*. Praha: SLON, 2001. ISBN 80-85850-98-2.

<sup>31</sup> ŠTÍPKOVÁ, Pavlína. 2016. *Není schopen výdělečné činnosti ani za zcela mimořádných podmínek a přesto pracuje...* [online]. [cit. 20. 12. 2016]. Dostupné z <http://www.fosaops.org/podporovane-zamestnavani-formika/neni-schopen-vydelecne-cinnosti-ani-za-zcela-mimoradnych-podminek-a-presto-pracuje>.

### 3. VOLNÝ ČAS V LIDSKÉM ŽIVOTĚ

Volný čas hraje v lidském životě, včetně života invalidních žen, nezastupitelnou roli, stejně jako jiné části denního programu člověka. Na následujících stranách budou uvedeny konkrétní definice od různých autorů, společně s podrobnějším rozvedením jejich charakteristiky.

#### 3.1. Vymezení pojmu „volný čas“

Z vědeckých (pedagogických) oblastí se tematikou volného času v největším měřítku zabývají pedagogika volného času a andragogika, dále sociologie, psychologie a další vědy. Spojení „volný čas“ přitom v české pedagogice zdomácnělo až v období druhé poloviny dvacátého století.

*„Volný čas představuje souhrn činností, kterým se jednatel věnuje podle vlastní libovůle, aby si odpočinul, zotavil se, rozvíjel svou účast ve společenském životě, svou informovanost vzděláním, poté, co se uvolní od pracovních činností, rodinných a společenských povinností.“<sup>32</sup>*

Volný čas lze definovat jakožto „úsek běžného dne, který zbyde po splnění pracovních povinností, péče o rodinu a domácnost a o vlastní fyzické potřeby (spánek, stravování, osobní hygiena aj.)“.<sup>33</sup> Obě uvedené definice odkazují na fakt, že volný čas není entitou, která by zasahovala do většinové části dne či byla v rámci jednotlivých všedních dní prioritní. Stejně tak ovšem z dané citace vyplývá, že by volný čas měl vyplnit určitou část každého dne, který jedinec prožije.

Toto bližší vymezení je velmi důležité z perspektivy dnešní společnosti a též z vývojového pohledu na lidského jedince. Současná společnost totiž, ve snaze přiblížit se euro-americkému modelu „úspěšného člověka“, na důležitost koncepce volného času klade malý důraz a na předních místech hodnotového žebříčku jedince preferuje pracovní, rodinné či osobní nasazení a angažovanost. Zejména je to citelné v případě žen, které často každodenně pečují o rodinné příslušníky, domácnost, mazlíčky a mají další (někdy téměř nekonečný) seznam povinností, kvůli nimž je pro ně volný čas spíše snem než běžnou realitou.

---

<sup>32</sup> VESELÁ, Jana. *Kapitoly ze sociální pedagogiky*. Vyd. 1. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2006. ISBN 80-719-4864-0.

<sup>33</sup> Tamtéž.

Volný čas lze také definovat jako „*dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění. Pod pojem volný čas se běžně zahrnují odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené.*“<sup>34</sup>

Podle M. Kaplánek<sup>35</sup> je pak z vývojového hlediska koncepce volného času důležitá ve dvou směrech:

- „*Volný čas je často srovnáván s hrou naplní denní časové dotace u dětí, což ovšem není přesné přirovnání, jelikož z vývojového hlediska je pro děti hra stejně důležitou aktivitou, jako je tomu u pracovní činnosti v dospělosti*<sup>36</sup> (dětské hraní by tedy mělo být spíš přirovnáváno k denní pracovní směně dospělého).
- *U dospívajících jedinců, kteří právě přecházejí z dětského období a připravují se na svůj budoucí vstup do světa dospělých (tedy zejména u adolescentů) je velmi důležité (a často poměrně obtížně) uvědomění si, že s postupujícím věkem se časová dotace pro „volno“ zkracuje ve prospěch dotace věnované povinnostem, a proto je velmi důležité dbát na efektivní využití toho času, které člověku v dospělosti pro volnočasové aktivity zbývá. Pojem efektivní je zde nutné chápat ve smyslu odpočinkovém, relaxačním a regenerativním (ve vztahu k volnému času lze tedy slovo efektivní v daném kontextu nahradit výrazem smysluplný) nikoli jakožto synonymum slova expeditní (výkonný, rychlý).*“

V rámci literární rešerše k dané tematice lze najít následující (v určitých bodech shodné a v jiných poněkud rozdílné) charakteristiky pojmu volný čas a přístupu k jeho vymezení.

M. Kaplánek<sup>37</sup> k problematice volného času uvádí, že se jedná o poměrně moderní koncept spojovaný s oddělením denní doby určené pro práci od té, která následuje po ní (a je tedy věnována jiným činnostem), k němuž dochází ve chvíli, kdy lidský jedinec začíná pracovat mimo prostory vlastního obydlí (plní tedy úkoly zadávané jinou

---

<sup>34</sup> PÁVKOVÁ, Jiřina, et al. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6.

<sup>35</sup> KAPLÁNEK, Michal, et al. *Čas volnosti – čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0450-3, s. 23.

<sup>36</sup> KOHOUTEK, Rudolf, et al. 2010 *Hra dětí předškolního věku* [online]. [cit. 30. 1. 2017]. Dostupné z <http://rudolfkohoutek.blog.cz/1404/hra-deti-predskolniho-veku>.

<sup>37</sup> KAPLÁNEK, Michal, et al. *Čas volnosti – čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0450-3, s. 23.

osobou) za mzdu odvozenou od počtu hodin strávených podobnou činností – tento zlom historicky souvisí zejména s rozvojem industriálních společností. Autor též uvádí dvojitý způsob vymezení volného času, jež lze vyjádřit následovně:<sup>38</sup>

- **kvantitativně** – v tomto případě se jedná o vymezení volného času oproti pracovní době (tedy kdy „má člověk volno“); jedná se o definici negativní ve svém důsledku, jelikož podobná vyjádření navozují pocit, že když daný člověk pracuje, není „volný“;
- **kvalitativně** – v rámci tohoto přístupu je snaha definovat volný čas nikoli jeho vymezení oproti době, kdy je člověk v podstatě „nesvobodný“, ale na základě jednotlivých kvalit vlastních právě volnému času jakožto entitě; čas je tak vnímán jako něco, s čím je možné určitým způsobem nakládat – jedná se o definici pozitivní.

Ačkoli v zásadě není zcela možné od sebe jednotlivé přístupy oddělit (jelikož nakládat s časem dle vlastního uvážení můžeme v rámci časového úseku stráveného v zaměstnání spíše výjimečně), pozitivní způsob vymezení je pro oblasti lidského rozvoje (jako je například psychologie, pedagogika apod.) mnohem přínosnější – a též preferovanější – variantou.

J. Pávková<sup>39</sup> ve své publikaci uvádí následující základní znaky volného času:

- jedná se o dobu svobodné volby činnosti (jedinec dělá, co má sám rád a pro co se z vlastní vůle rozhodne, nikoli to, co musí či co je mu nařízeno);
- zvolené činnosti jsou jedincem vnímány jakožto příjemné (přinášejí mu radost, potěšení a další možné pozitivní pocity);
- činnosti provozované v rámci volného času dávají příležitost k rekreaci, odpočinku (celkové regeneraci a obnově sil) či k osobnostnímu rozvoji.

Autorka navíc uvádí, že součástí volného času jsou nejen zájmové činnosti – jednotlivé koníčky či hobby –, ale také ztrátové časy v souvislosti s volnočasovými aktivitami, jako je kupříkladu doba strávená na cestě za zájmovou činností, čekání u pokladen a mnohé další.<sup>40</sup>

---

<sup>38</sup> KAPLÁNEK, Michal, et al. *Čas volnosti – čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0450-3, s. 23–28.

<sup>39</sup> PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-262-0030-7, s. 11.

<sup>40</sup> Tamtéž.



Speciálním pojmem je pak výraz „**polovolný čas**“, který vychází z faktu, že volný čas a oblast povinností nelze zcela striktně oddělit, jelikož může docházet k situacím, kdy daný jedinec plní některé své povinnosti rád (někdy dokonce s nadšením), a naopak některé volnočasové aktivity nemusejí v člověku vzbuzovat nadšení, ale mají svůj praktický (hmotný) efekt, jako je tomu například u zahradničení či kutilství.<sup>41</sup> Polovolný čas je pak tedy užíván k označení pro tuto „šedou zónu“ v rámci denní časové dotace.

Podle M. Brestovanského<sup>42</sup> se charakter prožívání volného času přirozeně proměňuje v závislosti na aktuální kultuře a z nich vyplývajících paradigmat, hodnot i postojů. Mezi nejvýznamnější kulturní trendy současnosti pak autor řadí zejména nihilismus, využívání internetového kyberprostoru, tíhnutí k pragmatickým výhodám, komercializaci a konzumerismus, radikální tendence ve smyslu odklonu od majority, individualizaci a pluralizaci, globalizaci a s ní spojený transkulturní kontakt, demografické změny, privatizaci volného času, stírání hranic mezi zábavou a povinností a další.

B. Hofbauer<sup>43</sup> uvádí, že vymezování volného času jakožto období, které jedinci zbývá po splnění všech (pracovních i nepracovních) povinností, představuje pouze reziduální teorii rozšířenou zejména v německy psané literatuře. Dále tvrdí: „*Volný čas je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností – to je tzv. zbytková, reziduální teorie volného času rozšířený zejména v německé literatuře. Přesnější a úplnější je však jeho charakteristika jako činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a, která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení.*“

Není však vždy pravidlem, že v lidech pojem „volný čas“ zákonitě vyvolává pouze pozitivní pocity. J. Sýkora<sup>44</sup> uvádí, že negativní prožívání spojené s volným časem může vést přes nudu a stesky až ke stavům smutku či deprese. Nejčastěji bývají tyto

---

<sup>41</sup> PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-262-0030-7, s. 12.

<sup>42</sup> BRESTOVANSKÝ, Martin. *Pedagogika volného času 2: Pedagogika zážitku a hra*. Trnava: Trnavská univerzita, 2013. ISBN 978-80-8082-751-9, s. 6–10.

<sup>43</sup> HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5, s. 13.

<sup>44</sup> SÝKORA, Jan. 2014. *Pedagogika volného času*. [online]. [cit. 7. 1. 2016]. Dostupné z [http://inpdf.uhk.cz/wp-content/uploads/2014/03/Pedagogika\\_volneho\\_casu-KA9\\_Sykora.pdf](http://inpdf.uhk.cz/wp-content/uploads/2014/03/Pedagogika_volneho_casu-KA9_Sykora.pdf).

případy dokládány výpověďmi o nedostatku volného času či neschopnosti jeho naplnění takovým způsobem, který by směřoval k prožívání pozitivních emocí.

Každý člověk má ve svém životě několik druhů času. Pověštinou jej jako první napadne čas strávený prací. Je to čas strávený v zaměstnání, kde za svou pracovní aktivitu dostane finanční odměnu, která slouží k uspokojení základních životních potřeb i jiných potřeb jak jeho samotného, tak i jeho rodiny. Zpravidla se jedná o 8hodinovou pracovní dobu. Po návratu domů je zapotřebí vykonávat různé domácí činnosti, ať už se jedná o péči o domácnost, o děti či o sebe sama. Teprve poté můžeme vnímat čas jako volný.

Podíváme-li se na vymezení jiných autorů, vidíme víceméně podobné definice. Například M. Švigová<sup>45</sup> o volném času říká: „*Volný čas je čas, který je uvolněn materiální výrobou, oproštěn od pracovních a jiných rodinných povinností a v němž člověk přestává bezprostředně přispívat ke kolektivní produkci. Nezahrnuje žádné povinné úkoly, jako jsou přesčas, dojíždění, záležitosti denních potřeb, vaření, péče o děti a jiné.*“

Podle V. Spousty<sup>46</sup> má volný čas hodnotu až tehdy, jestliže se jedná o určitý protiklad k pracovní i mimopracovní činnosti, a může být tedy využit ku prospěchu člověka. Autor se zabývá rovněž volným časem dítěte, jehož směr a intenzitu určují osoby o dítě pečující.

Jiný pohled na volný čas má M. Vážanský.<sup>47</sup> Ten nahlíží na dané téma ze dvou úhlů: pozitivního a negativního. Pozitivní pojetí podle něj vytváří prostor pro svobodu člověka, jenž může svobodně realizovat to, co sám chce; zároveň však negativně vnímá, že volný čas je zbytkem poté, co musí vykonat nutné práce a povinnosti.

Z nastíněných vymezení definic volného času je patrná jejich pestrost a osobní pojetí každého z autorů, jednu věc mají nicméně společnou: opakovaně se setkáváme s tím, že volný čas je takový, kdy si člověk může udělat prostor pro sebe sama, pro své vlastní potřeby a zájmy.

Pro tuto diplomovou práci je stěžejní Hofbauerova verze definice volného času a teze, že volný čas jedince je časovým převisem po splnění všech povinností. Je také nutné

---

<sup>45</sup> ŠVIGOVÁ, Milada. Volný čas a my. Svobodné slovo 1967. ISSN 0231-732X, s. 61.

<sup>46</sup> SPOUSTA, Vladimír, et al. *Metody a formy výchovy ve volném čase: kultura a umění ve výchově*. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. ISBN 80-210-1275-7.

<sup>47</sup> VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: Masarykova univerzita, 1992. ISBN 80-210-0428-2, s. 11.

souhlasit se Sýkorou v názoru, že v souvislosti s vnímáním volného času může docházet i k negativním prožitkům. To se může týkat zejména osob, jimž je jejich volný čas vymezen nedobrovolně, tedy i žen, které jsou kvůli plné invaliditě nuceny trávit většinu svého času mimo zaměstnání.

### 3.1.1. Funkce volného času

Volný čas má, stejně jako ostatní pedagogické veličiny, svoje funkce. Těmi se myslí účelnost jeho jednotlivých složek v životě jedince. V odborné literatuře je možno nalézt mnoho různých definic funkcí volného času. S vývojem společnosti a pracovních činností se vyvíjel i volný čas lidí, nejen jeho pojetí, ale také obsah. Volný čas dříve tak neměl stejnou podobu jako dnes, obdobně se změnily také jeho funkce.

Z níže nastíněných funkcí volného času lze vyzdvihnout odlišné přístupy jednotlivých vědců, i zde jsou však některé rysy společné: zejména odpočinek, regenerace sil a oddech, dále pak rozvoj osobnosti, vzdělávání či seberealizace. V neposlední řadě je společným prvkem určité společenství, vytvářející potřebu každého člověka být v kontaktu či interakci s druhými lidmi; to člověku dává pocit jistoty, uspokojení i možnost komparace s druhými. Uspokojena je však především potřeba sociální.

Podle B. Hájka, B. Hofbauera a J. Pávkové<sup>48</sup> jsou základními oblastmi volného času odpočinek, zábava, rekreace, zájmové činnosti, dobrovolné vzdělávání a dobrovolně prospěšná činnost.

B. Hofbauer<sup>49</sup> uvádí tyto hlavní funkce volného času:

- odpočinek (regenerace zejména pracovních sil);
- zábava (regenerace duševních sil);
- rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury).

A. Kavanová<sup>50</sup> uvádí, že by volný čas měl mít 5 funkcí:

1. **výchovně vzdělávací**, zajišťující to, že člověk si volí činnosti podle svého uvážení; ty by nicméně stále měly sloužit k tomu, aby docházelo k formování osobnosti člověka pozitivním směrem, aby získával nové informace;

<sup>48</sup> HÁJEK, Bedřich, HOFBAUER, Břetislav, PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.

<sup>49</sup> HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5, s. 13.

<sup>50</sup> KAVANOVÁ, Alena, CHUDÝ, Štěpán. *Výchova a volný čas: vybrané kapitoly z pedagogiky volného času*. Vyd. 1. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. ISBN 80-7318-266-1, s. 17–19.

2. **rekreačně relaxační** – při formování osobnosti ve volném čase je třeba stále dbát na duševní hygienu a zásady fyzického zdraví;
3. **sociální**, orientovanou na proces socializace, což můžeme označit jako proces adaptace na sociální prostředí, v němž se jedinec nachází, učí se žít s lidmi v dané společnosti a zároveň se stává bytostí sociální. Člověk potřebuje ke svému životu i vývoji společnost druhých lidí, ta mu dává možnost rozvoje, učení a srovnávání;
4. **seberealizační**, zajišťující celistvý rozvoj osobnosti člověka, uspokojení jeho potřeb a zájmů a zároveň formování jeho osobnosti;
5. **preventivní**, zaměřenou na předcházení sociálně-patologických jevů, především u dětí a mladistvých. V dětech by měla být rozvíjena touha po smysluplném trávení volného času a eliminována motivace k jednání společensky nepřijatelnému. V základním vymezení lze rozlišit prevenci primární (zaměřuje se na celou populaci), sekundární (zaměřuje se na skupiny či jednotlivce, u nichž je zvýšené riziko výskytu sociálně-patologických jevů) a terciární (pracuje s jedinci, u kterých již došlo k rozvoji nežádoucího chování, a snaží se eliminovat dopady jak na jedince samotného, tak také na společnost jako celek).

Podle Hofbauera, Hájka a Pávkové<sup>51</sup> má volný čas funkci výchovně-vzdělávací (dnes považovanou za prioritní), zdravotní (podpora duševního, tělesného i sociálního zdraví), sociální a preventivní.

J. Čáp<sup>52</sup> uvádí pouze tři funkce volného času:

*„1. **odpočinek** – vyrovnává únavu, která vznikla při práci – jde o regeneraci pracovní síly.*

Můžeme sem zařadit kulturní odpočinek (kino, divadlo, hry) i pasivní odpočinek.

*2. **zábava** – je přerušení monotónnosti v režimu dne každého člověka. Je spojená s novými zážitky, s neobvyklou činností. Zařazuje sem hry a činnosti, které rozptylují, přerušují jednotvárnost dne, týdne (sport, čtení, televize, aj.).*

*3. **rozvoj osobnosti** – funkce z hlediska pedagogického a společenského nejdůležitější.“*

<sup>51</sup> HÁJEK Bedřich, HOFBAUER, Břetislav, PÁVKOVÁ Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času, současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1, s. 70.

<sup>52</sup> ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování: kultura a umění ve výchově*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Karlova, 1993. ISBN 80-706-6534-3.

Ve volném čase by činnosti měly rozvíjet osobnost po stránce duševní, tělesné i sociální. Můžeme sem zařadit zvyšování kvalifikace, sebevzdělávání, zájmové činnosti, účast na veřejném i společenském životě.

Podle B. Krause a V. Poláckové<sup>53</sup> jsou základními funkcemi volného času:

- *„regenerační a zdravotně hygienická funkce – obnova sil a udržování fyzického a duševního zdraví,*
- *vzdělávací a sebevzdělávací funkce (formativní) – přispívá k celkovému rozvoji osobnosti, zahrnuje aktivity fyzické i duševní, přispívající k rozvoji poznatků, získávání nových poznatků především v oblasti zájmových činností,*
- *kompensační (relaxační) funkce – znamená uvolnění, kompenzaci pracovního zatížení a regeneraci sil (např. potřeba aktivního odpočinku po duševní práci),*
- *socializační funkce – potřeba společenského uplatnění, pocit osobního uspokojení a vlastní prospěšnosti“*

V případě funkcí volného času vztaženého na skupinu invalidních žen můžeme vyjít právě z názorů B. Krause a V. Poláckové. Především funkce první – regenerační a zdravotně hygienická – hraje v životě těchto žen svoji nezastupitelnou roli. Nesmíme opomíjet ani socializační funkci, jakožto možnost pocitu vlastního uspokojení a prospěšnosti. Rovněž kompenzační funkce je v životě zdravotně postižených žen velmi důležitá: potřeba odpočinku a relaxace je u nich často, kvůli zdravotnímu postižení, dokonce zvýšená.

### **3.2. Volnočasové aktivity obecně**

Volnočasové aktivity můžeme definovat jakožto činnosti realizované v rámci volného času. Volnočasové aktivity mohou být nabízeny buď státními, či nestátními organizacemi (střediska volného času, neziskové organizace, charita apod.)

M. Šerák<sup>54</sup> rozděluje volnočasové aktivity do tří základních skupin. První skupina je **odpočinková**, do té spadají aktivity pohybové i psychicky nenáročné. Druhá skupina je **rekreační**, pro niž jsou typické také pohybové aktivity. Poslední skupinou

<sup>53</sup> KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ, Věra. et al. *Člověk, prostředí, výchova*. Brno: Paido, 2001, ISBN 80-7315-004-2, s. 150.

<sup>54</sup> ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, ISBN 978-80-7367-551-6, s. 95.

volnočasových aktivit je skupina **zájmová**, do ní se zařazují aktivity zaměřené na rozvoj zájmů a schopností.

V souhrnu se pak možnosti volnočasových aktivit dají rozdělit do několika různých skupin. Nejčastěji se jedná o skupiny:

- **sportovních a pohybových aktivit** (pěší turistika, cykloturistika, akvaparky apod.);
- **kulturních zážitků** (divadla, kina, muzea, výstavy, hudební akce, návštěvy podzemí apod.);
- **vzdělávání a poznávání** (zoologické a botanické zahrady, přednášky, planetária apod.);
- **odpočinkových a relaxačních aktivit** (návštěva parků, procházky v přírodě, restaurace a kavárny, noční život, wellness, gastronomie aj.);
- **účasti na nejrůznějších soutěžích.**

Podle M. Šeráka<sup>55</sup> jsou aspekty ovlivňujícími volný čas dále věk, pohlaví, sociální skupina, bydliště, profese a vzdělání. B. Hofbauer<sup>56</sup> uvádí, že způsob, jakým dospělí lidé tráví svůj volný čas, je ovlivněn dvěma složkami, jimiž jsou osobnost jedince a jeho sociálně-ekonomická situace. Volnočasové aktivity můžeme mimo to rozdělit podle míry jejich formálnosti na aktivity organizované a neorganizované, dále například podle počtu účastníků (na činnosti individuální a kolektivní), podle prostředí, kde se aktivita realizuje, podle délky aktivity a častosti/pravidelnosti dané činnosti.<sup>57</sup>

Volnočasové aktivity také můžeme členit v souladu s J. Pávkovou<sup>58</sup> na pravidelnou zájmovou činnost, příležitostnou zájmovou činnost a spontánní aktivity.

### **3.3. Možnosti volnočasových aktivit ve velkoměstech pro zdravé i invalidní jedince**

Mluvíme-li o ženách v invalidním důchodu III. stupně, máme na mysli osobu zdravotně postiženou nejen tělesně, ale například i duševně, což znamená, že tato žena není vždy nutně omezena ve svých volnočasových aktivitách po tělesné stránce. U tělesně

<sup>55</sup> ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, ISBN 978-80-7367-551-6, s. 95.

<sup>56</sup> HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

<sup>57</sup> Tamtéž.

<sup>58</sup> PÁVKOVÁ, Jiřina, et al. *Pedagogika volného času*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-569-5, s. 128–129.

postížených je často podmínkou pro absolvování volnočasové aktivity asistence jiné osoby či osob a také bezbariérový přístup k dané aktivitě.

Tato kapitola se věnuje možnostem volnočasových aktivit, které je možné absolvovat (tzn. strukturovat si jimi časovou dotaci vymezenou pro jiné než rodinné a pracovní aktivity) v oblastech velkoměst, s důrazem na možnosti nabízející se v zeměpisných podmínkách České republiky. K tomu je nejprve nutné vymezit si, která města můžeme v naší zeměpisné oblasti považovat za „velkoměsta“.

Podle Českého statistického úřadu (ČSÚ) lze jako velkoměsta v ČR označit následující správní celky:<sup>59</sup>

- město Praha (jakožto hlavní město ČR);
- město Brno;
- město Ostrava;
- město Plzeň;
- město Liberec;
- město Olomouc.

Jelikož všechna výše uvedená města mají (podle posledního sčítání lidu) více než 100 000 obyvatel, lze je nazývat velkoměsty. Jak je navíc okomentováno v rámci dokumenty ČSÚ, „*Česká republika má hustou sídelní síť s mnoha menšími městy a vesnicemi, která je téměř neměnná již od středověku. Zastoupení velkoměst v sídelní struktuře je relativně nízké.*“<sup>60</sup> Velkoměsta tak nejsou pro ČR zrovna častým jevem, a proto může být zaměření na volnočasové aktivity nabízené v jejich rámci zajímavým tématem.

Následující text bude rozdělen do odstavců věnujících se postupně každému z českých velkoměst. Popsány budou volnočasové aktivity tak, jak jsou nabízeny prostřednictvím oficiálních webových stránek daných měst. Opíráme se o ně kvůli předpokladu, že samotný občan konkrétního města se při hledání možností volnočasového uplatnění v místě bydliště s velkou pravděpodobností obrátí právě na internet – domovské stránky měst pak slouží zájemcům jako základní rozcestníky pro orientaci v dané tematicce.

---

<sup>59</sup> *Velkoměsta České republiky podle sčítání*, 2011 [online]. Český statistický úřad: analýza. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <https://www.czso.cz/documents/10180/20536246/170234-14.pdf/fa4213d1-7256-420f-aba0-dce08c9a1c72?version=1.2>.

<sup>60</sup> Tamtéž.

Na závěr analýzy pak bude uvedeno stručné shrnutí stávajících možností volnočasového uplatnění v rámci českých velkoměst. Většina aktivit ve velkoměstech je uzpůsobena také pro zdravotně postižené občany. Každý zdravotně postižený občan má specifické postižení, přičemž se nejedná vždy automaticky o omezení fyzického rázu – nelze tedy paušálně říci, že jsou pro tyto osoby všechny uvedené možnosti trávení volného času nevhodné.

Nabídek a možností volnočasových aktivit je ve veřejném i soukromém sektoru samozřejmě mnohem více a zde nejsou uvedeny zdaleka všechny, vybíráme z nabídky vhodné nejen pro zdravé, ale i pro zdravotně (především duševně) postižené ženy v produktivním věku.

V rámci webového informačního portálu města **Prahy** je k trávení volného času přístupováno na základě dělení jednotlivých činností do kategorií, včetně např. bezbariérovosti:<sup>61</sup>

- *kultura* – nabízeny návštěvy knihoven, galerií, divadel, kin, muzeí, výstav a hudebních akcí (i s přehledovým kalendářem jednotlivých událostí) a označením bezbariérovosti;
- *sport* – uvedeny zejména jednotlivé běžecké a cyklistické trasy. Tyto aktivity jsou z důvodu svého určení, a tedy i bariér vhodné spíše pro netělesně hendikepované;
- *památky* – informace o Vyšehradu, Karlově mostě, Starém Městě a dalších důležitých historických památkách, které mohou zájemci ve svém volném čase navštívit. I zde platí omezení pro tělesně hendikepované tam, kde není zřízen bezbariérový přístup.
- *volný čas* – uvedeny možnosti jako návštěva zoologické zahrady, botanické zahrady či planetária, které je vhodné i pro tělesně postižené z důvodu bezbariérovosti.
- *Praha zelená* – nabízí informace o pražských parcích, jež je možné navštívit. Většina parků v Praze je přístupná i pro vozíčkáře s doprovodem.

Na webových stránkách města **Brna** je možné nalézt kategorii odkazů pod názvem „Turista/Volný čas“, v jejímž rámci je po prokliknutí na daný odkaz možné získat více informací týkajících se možného volnočasového vyžití – a to v rámci kategorie „Kam

---

<sup>61</sup> *Co dělat v Praze*, 2016 [online], Praha.eu: Portál hlavního města Prahy. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z [http://www.praha.eu/jnp/cz/co\\_delat\\_v\\_praze/volny\\_cas/](http://www.praha.eu/jnp/cz/co_delat_v_praze/volny_cas/).



v Brně“, do níž spadají podkategorie jako *památky, kultura, volný čas, noční život, gastronomie, ubytování* či *sport a wellness*.<sup>62</sup> Přímo v kategorii „Volný čas“ je pak zájemcům nabízeno vyžití v oblastech zábava, poznání, příroda, volnočasová centra, knihovny a informační a poradenská centra.<sup>63</sup> Na těchto stránkách lze najít například i atlas pro osoby s omezenou schopností pohybu, kde si dotyční mohou vyhledat pro sebe vhodná místa a aktivity.

Na portále města **Ostrava** je možné dozvědět se o volnočasových možnostech skrze odkaz na kategorii „Turista“, který nabízí podkategorie *přehled cyklistických tras, restaurace a kavárny, aktivní vyžití* či *technické památky*.<sup>64</sup> Bohužel portál nenabízí přehled potenciálního volnočasového vyžití upravený na míru samotným obyvatelům, ale je skutečně spíše orientován na oblast turistiky. Osoby s omezenou schopností pohybu zde najdou i bezbariérové aktivity.

Informační server města **Plzně** nabízí odkaz na kolonku „Život v Plzni“, kde po jejím otevření nalezneme odkaz „Volný čas“; tento pak nabízí způsoby vyžití jako *tradiční akce, kultura* (jednotlivá kulturní centra, divadla, kina, muzea a galerie), *sport a turistika* (sportovní areály, rekreační sporty, cykloturistika a pěší turistika) či *noční život* i s kalendářem plánovaných akcí.<sup>65</sup> Na portále města najdou hendikepovaní občané například i záložku „Plzeň bez bariér“.

Na webu města **Liberec** figuruje v kategorii „Praktické informace“ odkaz na oddíl kultury a sportu, kde je možné nalézt následující podkategorie: *soutěže, divadla, zoologická zahrada, botanická zahrada, sportovní zázemí, liberecké podzemí* či *databáze spolků*.<sup>66</sup> Na těchto stránkách však není bohužel jasně označena vhodnost aktivit pro tělesně hendikepované.

Na webu města **Olomouc** nalezneme dané informace v kolonce „Turisté“, obsahující odkazy jako *sportovní aktivity, aquapark, za přírodou, ZOO Olomouc, olomoucké*

---

<sup>62</sup> *Kam v Brně*, 2016 [online]. Brno: GotoBrno [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <http://www.gotobrna.cz/>.

<sup>63</sup> Tamtéž.

<sup>64</sup> *Turista*, 2016 [online]. Ostrava : oficiální portál. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <https://www.ostrava.cz/cs>.

<sup>65</sup> *Plzeň: Evropské hlavní město kultury. Život v Plzni: volný čas*, 2016 [online]. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <https://www.plzen.eu/obcan/zivot-v-plzni/volny-cas/kalendar-akci/>.

<sup>66</sup> *Praktické informace: kultura a sport*, 2016 [online]. Liberec: oficiální portál. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <http://www.liberec.cz/cz/prakticke-informace/kultura-sport/>.

*parky, Olomouc na kole* či *Olomouc pro rodinu*.<sup>67</sup> Ani na těchto stránkách není bohužel jasně označena vhodnost aktivit pro tělesně hendikepované.

Většina velkoměst nabízí též přehledné kalendáře jednotlivých akcí a rovněž databázi nejrůznějších spolků a organizací, do nichž se může jedinec (či celá jeho rodina) zapojit, včetně těch specifických pro invalidy.

J. Pávková<sup>68</sup> tvrdí, že pokud má daný člověk zájem o více než jen jednorázovou návštěvu či zážitek, jimiž může vyplnit svůj volný čas, pak je možné jeho zapojení do některé z organizací, jako jsou charita, střediska volného času či neziskové organizace apod.

---

<sup>67</sup> *Tourism.olomouc.eu*. Volný čas, 2016 [online]. Magistrát města Olomouce [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <http://tourism.olomouc.eu/tourism/information-centre/>.

<sup>68</sup> PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-262-0030-7, s. 39–60.

## 4. SEBEREALIZACE V ŽIVOTĚ INVALIDNÍCH ŽEN

### 4. 1. Vymezení pojmu „seberealizace“

Pro zdravé i zdravotně postižené jedince, tedy i pro ženy produktivního věku ve III. stupni invalidity, „seberealizace, či seberozvíjení, představuje přirozenou a žádoucí tendenci k růstu vlastní osobnosti. Růst vlastního já postupně směřuje k optimálnímu ovládnutí prostředí a také k přiměřené kontrole stále širších jevů, a to včetně uspokojování osobních potřeb a také rozvoje zájmů člověka. Zájmy jsou zde chápány jako zvláštní druh motivačních sil. Jejich základem jsou pak potřeby, které se neustále konkretizují v podmínkách dané kultury. Zájem zde vypovídá zejména o trvalejším zaměření jedince a odkrývá také nějaký stav potřeb. Nejedná se vždy o jejich nedostatečné nasycení, ale také o jejich funkční dominanci.“<sup>69</sup>

Podle českého psychologa D. Špoka<sup>70</sup> možnost seberealizace úzce souvisí s dobrým poznáním sebe sama, s pochopením vlastní jedinečnosti a se schopností se rozhodovat. Jedná se o vybírání určitých alternativ a následné zamítání jiných, se schopností změnit se a tuto změnu si udržet. Seberealizace tak s sebou nese mnoho aspektů. Jedná se zejména o neustálé tázání se a o nepřestávající změnu, jež se projevuje reakcí na vnější a vnitřní prostředí, na výsledky vlastních aktivit a na své nové životní fáze, výsledky a úkoly.

„V hierarchii hodnot člověka se na prvním místě objevují seberealizační hodnoty. Seberealizace je spojena s poznáním a také s důležitým pocitem, že využívám všechny své možnosti k tomu, abych byl prospěšný lidem, se kterými se stýkáme ve svých sociálních skupinách.“<sup>71</sup> Seberealizační tendence jsou považovány za inherentní (tedy vnitřně spjaté s osobností), základní a primární, za základ osobnostní dynamiky. Vyvolávají vzrušení, mobilizující energii a zaměření na chování k cíli, jehož dosažení přináší pocit uspokojení a úlevy. Takto pojímá sebeaktualizaci například A. H. Goldstein<sup>72</sup>, který ji (resp. sebeaktualizaci, jak tento pojem nazývá) definuje jako možné

<sup>69</sup> ZACHAROVÁ, Eva. *Základy psychologie pro zdravotnické obory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-7107-6, s. 28.

<sup>70</sup> ŠPOK, Dalibor, 2015. *Více o seberealizaci*. [online]. [cit. 5.5.2016]. Dostupné z <http://www.daliborspok.cz/individual/seberealizace-osobni-osobnostni-rozvoj/>.

<sup>71</sup> KELNAROVÁ Jarmila, MATĚJKOVÁ, Eva. *Psychologie a komunikace pro zdravotnické asistenty*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2831-5.

<sup>72</sup> MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 24.

naplnění všech schopností či možností člověka způsobem za daných podmínek optimálním. Seberealizace je tvořivá síla lidské přirozenosti a Maslow v ní spatřuje nejvyšší a základní lidskou potřebu. Maslow je znám především jako autor hierarchie lidských potřeb, přičemž rozlišuje jejich dvě základní skupiny: potřeby nedostatkové a růstové. Nedostatkové potřeby jsou takové, které vzniknou v důsledku nedostatku něčeho pro život nezbytného, a zajišťují biologické a duševní přežití člověka. Patří mezi ně potřeby fyziologické, potřeby bezpečí, jistoty, sounáležitosti, lásky, uznání a úcty. Potřeby růstové pak zabezpečují rozvoj člověka v rámci jeho možností. Jedná se o potřeby estetické, sebepoznávací a o potřeby seberealizace. Aby se u člověka rozvinuly potřeby růstové, je třeba, aby byly na určité úrovni uspokojovány potřeby nedostatkové.<sup>73</sup>

Podle M. Nakonečného<sup>74</sup> je v humanistické teorii osobnosti výchozím konceptem Rogersova teorie sebeaktualizace. „Aktualizující tendence je interní tendence organismu rozvíjet všechny své kapacity všemi způsoby, které slouží k uchování nebo zdůraznění organismu. Tato tendence neobsahuje pouze deficitní potřeby, ale také mnohem obecnější aktivity...“

K tématu seberealizace/sebeaktualizace se vyjadřuje také J. Křivohlavý:<sup>75</sup> „V dnešní době chce být každý člověk sebeaktualizován, ale nikdo neví, co si pod tím vlastně představit a jak je možno této sebeaktualizace dosáhnout. Tato touha po nastolení vlastního já na nejvyšší stupeň hierarchie hodnot a učinit já hlavním cílem všeho snažení se projevuje i v eminentním zájmu psychologů o otázky seberealizace a sebevyjádření.“

V této práci vycházíme z faktu, že „potřeba seberealizace zahrnuje potřeby realizovat své schopnosti, svůj duševní potenciál a potřeba osobního růstu zahrnující kognitivní a estetické potřeby“.<sup>76</sup> Mimo to jde o potřebu nalézt potěšení a uspokojení v aktivitách a smysluplnosti života, uspokojení touhy po poznání a po prožitcích a následné úsilí o dosažení hlubšího poznání.

---

<sup>73</sup> PAUKNEROVÁ Daniela. *Psychologie pro ekonomy a manažery*. Vyd. 3. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3809-3, s. 55.

<sup>74</sup> NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0525-0, s. 315.

<sup>75</sup> KŘIVOHLAVÝ Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: Otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, ISBN 80-247-1370-5, s. 24.

<sup>76</sup> ZACHAROVÁ Eva. *Základy psychologie pro zdravotnické obory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-4062-1, s. 29.

## 4. 2. Zaměstnání jako místo seberealizace osob bez invalidního omezení a situace osob se zdravotním omezením

Zaměstnání je tělesná nebo duševní činnost zaměřená na výdělek a uspokojení potřeb člověka. Vede k určitému cíli, pomáhá člověku k seberozvoji a seberealizaci, napomáhá sociálnímu kontaktu apod. Podle A. Giddense<sup>77</sup> „*práci obecně, ať placenou či neplacenou, můžeme definovat jako vykonávání úkolů vyžadujících mentální a fyzické úsilí, jehož cílem je výroba zboží a služeb k uspokojení lidských potřeb. Za zaměstnání považujeme takovou práci, která se děje výměnou za pravidelnou mzdu či plat.*“ Působením v zaměstnání člověk získává explicitní zpětnou vazbu, zda je úspěšný. Úspěch v zaměstnání se měří dobře: vyšší platu, služebním autem, benefity, odměnami, dobrými vztahy na pracovišti; zůstávají hmatatelné stopy ve formě proběhlých akcí, zavedených produktů, vytvořených obsahů apod. U zdravých jedinců podle D. Brožové<sup>78</sup> práce uspokojuje potřebu sebevyjádření a sebepotvrzení, vlastního osobnostního rozvoje, spokojenosti a realizace sebe sama. Prací člověk naplňuje svoje představy o sobě, od materiálního komfortu, přes rozvoj osobnosti až k pochopení sociální a přírodní reality.

Naproti tomu u invalidních osob může docházet vlivem nemožnosti se realizovat v zaměstnání k negativnímu prožívání situace. „*Ztráta zaměstnání je pro většinu lidí nepříjemnou událostí... Znamená ztrátu vztahů a kontaktů. Pro některé je práce nejen zdrojem osobního důchodu, nýbrž i smysluplnou činností naplňující část jejich životního času. Vyřazení z pracovního procesu vnímají někteří i jako zpochybnění svých vlastních schopností uplatnit se ve složitých společenských vztazích, a být plnohodnotným členem společnosti.*“<sup>79</sup>

K tématu této práce například D. Opatřilová a D. Zámečnicková<sup>80</sup> uvádějí, že pracovní uplatnění je jedním z prioritních cílů podpory lidí s postižením. Pokud jedinec nemá možnost vlastní seberealizace, ztrácí motivaci k práci na sobě, k překonávání překážek, ke vzdělávání a profesní přípravě, potažmo k odbornému růstu.

<sup>77</sup> GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. ISBN 80-7203-124-4, s. 309.

<sup>78</sup> BROŽOVÁ, Dagmar. *Společenské souvislosti trhu práce*. Praha: Slon, 2003. ISBN 80-86429-16-4, s. 76.

<sup>79</sup> Tamtéž.

<sup>80</sup> OPATŘILOVÁ, Dagmar, ZÁMEČNÍKOVÁ, Dana. *Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených*. Brno: MU, 2005, ISBN 80-210-3718-0, s. 9.

Ve výzkumu z 30. let P. Mareš<sup>81</sup> poukazuje na důsledky nezaměstnanosti pro jedince. Jedná se především o:

- narušení struktury denního rozvrhu a vůbec vnímání času, deprivaci z absence pravidelných činností,
- sociální izolaci vyplývající z redukce sociálních kontaktů,
- ztrátu účasti na cílech širších skupin i společenství,
- ztrátu statusu či prestiže a důsledky této ztráty pro identitu a sebeúctu jedince,
- rozklad rodinných vztahů a změnu postavení nezaměstnaného jedince v rodině,
- ztrátu hodnot a respektu k autoritám, vydělování se z hlavního proudu společnosti.

*„Fungování integrální lidské osobnosti aktivuje všechny existenciální rozměry: tělesné, duševní, intelektuální i duchovní... To znamená, že člověk je – právě jako osoba rozvinutá ve všech svých schopnostech – povolán k sociální funkci a roli a teprve v nich nachází své naplnění. Podle své nejnítěžší potřeby si musí najít své přiměřené „místo“, svou vhodnou roli v celkové sociální „hře“, aby mohl být opravdu osobně „někým“ ... je... činnost v povolání ústředním místem seberealizace ve vztahu ke společnosti... Nezaměstnanost proto znejišťuje postižené lidi i tehdy, jsou-li jejich materiální zájmy zabezpečeny pojištěním. Jak by se měla eticky uskutečňovat seberealizace v sociální oblasti, lze proto zvlášť zřetelně uvážit právě v oblasti volby povolání a jeho výkonu.“<sup>82</sup>*

Na práci se díváme zpravidla nejenom jako na výdělečnou činnost, ale také jako na příležitost se seberealizovat. Uvědomujeme si například, že to, co děláme, má svůj smysl a význam a že jsme potřební.

Invalidní ženy nemohoucí se seberealizovat v zaměstnání mohou svůj hendikep vnímán velmi negativně, protože například podle U. Fellnerové<sup>83</sup> ve výzkumu (vyhodnocení souboru o 10 000 odpovědí žen produktivního věku), vyšlo najevo, že „povolání je pro ženy „velice důležité“ v 37 %, „spíše důležité“ ve 42 %, „méně důležité“ v 18 % a „nedůležité“ ve 3 %“. Čísla jednoznačně vyvracejí názor, že ženy pracují jen proto, aby si trochu přivydělaly. Jen zanedbatelná 3 % dotázaných považují své povolání za

<sup>81</sup> MAREŠ, Petr. *Nezaměstnanost jako sociální problém*, Praha: SLON, 1998. ISBN 80-85850-60-5.

<sup>82</sup> FURGER, Franz. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*, Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-1061-0, s. 50

<sup>83</sup> FELLNEROVÁ, Uschi. *Žena 21. století*, Praha: Ikar, 1997. Vyd 1. ISBN 80-7202-144-3, s. 169.

„nedůležité“. Podle M. Vágnerové<sup>84</sup> „člověk se získaným postižením musí najít nový smysl svého života, nový cíl svého směřování, a s tím souvisí i změna jeho životních hodnot, jeho sebepojetí. Choroba, event. úraz s trvalými následky obvykle rozbije původní identitu.“

Dlouhodobá nemožnost uplatnit své schopnosti při výkonu smysluplné činnosti je frustrující pro kohokoli bez ohledu na zdravotní stav. „Nezaměstnanost přináší též finanční a zdravotní rizika pro zdravotně postižené i jejich rodiny.“<sup>85</sup>

### **4. 3. Možnosti seberealizace invalidních žen, které se nemohou seberealizovat v zaměstnání**

Podle L. Novosada<sup>86</sup> „je chybnou domněnkou, že zdravotně postižení mají odlišné – speciální, specifické potřeby. Potřeby zdravotně handicapovaných se obvykle výrazně neliší od potřeb ostatních lidí. Ovšem existují situace, kdy handicapovaný nemůže pro zdravotní potíže svou potřebu uspokojit způsobem, který je obvyklý pro zdravé jedince. Překážkou může být právě tělesná vada, chronické onemocnění, smyslová vada, nižší mentální úroveň nebo psychická nemoc.“

Touto problematikou se zabývají například autorky Opatřilová, Zámečnicková a Brožová, s nimiž souzníme v názoru, že pracovní uplatnění je i pro lidi s postižením zcela stěžejním. Ze zahraničních vědců se kloníme k C. Barnesovi, který tvrdí, že „schopnost lidí užívat si volného času je úzce svázána se zaměstnáním. Obecně jsme vychováni ve víře, že práce je dobrá a zahálka zavrženíhodná. Proto mají lidé, kteří jsou vyloučeni z pracovního procesu, velké problémy uspořádat si život kolem volnočasových aktivit. To platí jak pro postižené lidi, tak pro zdravé. Například: z výzkumu zabývajícího se lidmi se zraněním páteře vyplynulo, že zaměstnání je důležitý faktor spojený s vyjádřenou úrovní spokojenosti s volnočasovými činnostmi. Většina lidí, kteří nepracovali, se domnívali, že mají příliš mnoho volného času a nedostatek smysluplných a zábavných činností, kterými by ho mohli vyplnit.“<sup>87</sup> Oblast seberealizace

<sup>84</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Úvod do vývojové psychopatologie II*. Liberec: Západočeská univerzita, 2003. ISBN 80-7083-670-9, s. 16.

<sup>85</sup> RIDDELL, Sheila, BANKS, Pauline. *Disabled people, employment and the Work Preparation programme*. In ROULSTONE, A., BARNES, C. (eds), *Working Futures? Disabled People, Policy and Social Inclusion*. Bristol: The Policy Press, 2005. ISBN 1-86134-626-3.

<sup>86</sup> NOVOSAD, Libor. *Základy speciálního poradenství*, Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-197-5.

<sup>87</sup> BARNES, Colin. *Disabled people in Britain and Discrimination: A Case for Anti-Discrimination Legislation*, 1991. [online]. [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z <http://pf7d7vi404s1dxh27mla5569.wpengengine.netdna-cdn.com/files/library/Barnes-disabled-people-and->

ve spojení se zaměstnáním je také možno nahlédnout z jiné perspektivy. „...práce je charakteristickým atributem dospělosti a samostatnosti každého člověka, bez ohledu na to, jestli se jedná o člověka zdravého nebo zdravotně postiženého. Práce poskytuje ekonomickou nezávislost a vyšší životní standart, pozitivně ovlivňuje sebeurčení člověka a jeho seberealizaci.“<sup>88</sup>

Níže následuje výčet jednotlivých možných forem seberealizace žen v produktivním věku v invalidním důchodu III. stupně, které nemohou být zaměstnané.

- **Vzdělávání a sebevzdělávání**

Touha po seberozvíjení, seberealizaci a touha něčeho v životě dosáhnout bývá častým důvodem, proč v dospělosti zasedáme do školních lavic a poslucháren. Vzdelávání je možno považovat za životní výzvu, nezanedbatelnou motivací je rovněž vidina uspokojení z úspěšného absolvování studia. Invalidní ženy si místo trávení svého času v zaměstnání mohou například dodatečně dokončit středoškolské vzdělání nebo navštěvovat různé kurzy. V neposlední řadě pak mohou realizovat i vysokoškolské vzdělání, a to většinou formou dálkového nebo kombinovaného studia. Například Filozofická fakulta Univerzity Karlovy nabízí pro zdravotně postižené magisterské studium oboru aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami. Je všeobecně známo, že čím vyššího vzdělání člověk dosáhne, tím spíše vnímá další (sebe)vzdělávání jako důležitou součást života, invalidní ženy nevyjímaje. „Další údaj ukazuje, že ti respondenti, kteří mezi významné volnočasové aktivity řadí vzdělávací aktivity, patří do skupiny vysokoškolsky vzdělaných osob, skupiny s nižším než maturitním vzděláním takto zaměřené nejsou.“<sup>89</sup> Je tedy validní předpoklad, že i invalidní ženy v produktivním věku se středoškolským a vyšším vzděláním budou častěji vyhledávat další (sebe)vzdělávání než ty méně vzdělané. Podle M. Rabušicové a L. Rabušice<sup>90</sup> se tzv. zájmového způsobu vzdělávání dospělých účastní lidé především pro touhu individuálně se rozvíjet. V podstatě každá volnočasová situace je potenciálně vzdělávací situací v rovině informálního učení. Příkladem neformálního zájmového

---

discrim-ch8.pdf.

<sup>88</sup> DESNICOVÁ, Lucie. *Pracovní uplatnění lidí s mentálním postižením metodou podporovaného zaměstnávání*, 2009 [online], bakalářská práce, Brno, [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z [is.muni.cz/th/199787/pedf\\_b/PPRACOVNI\\_UPLATNENI\\_LIDI\\_S\\_2.doc](http://is.muni.cz/th/199787/pedf_b/PPRACOVNI_UPLATNENI_LIDI_S_2.doc).

<sup>89</sup> TUČEK, Milan, et al. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Praha: SLON, 2003. ISBN 80-86429-22-9.

<sup>90</sup> RABUŠICOVÁ, Milada, RABUŠIC, Ladislav. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2, s. 170–181.



vzdělávání (organizované vzdělávání pod vedení lektora) mohou být například dějiny umění, sběratelství nebo dámský klub. O vzdělávání a vzdělání jako výsledného produktu lze také uvažovat tak, že „vzdělání je hodnota sama o sobě: požitkem, ukájením vnitřní potřeby člověka zvidat a dozvídat se.“<sup>91</sup>

Volnočasové (zájmové) vzdělávání dospělých je směřováno spíše do oblasti neformálního vzdělávání, jako je například nesystematické samostudium. Zájmové vzdělávání dospělých můžeme klasifikovat i z hlediska forem, kterými jsou podle M. Šeráka<sup>92</sup> nejčastěji prezenční forma, realizovaná formou přednášek, seminářů a různých kurzů. U osob se zdravotním postižením je ale vhodnější využít méně obvyklou formu distanční, jako například multimediální studium. Pro oblast bádání s tématem možností a mezí v seberealizaci invalidních žen by bylo zajímavé zjištění, zda dosažená úroveň vzdělání u invalidních žen ve III. stupni invalidity v produktivním věku ovlivňuje způsob vnímání vzdělávání a sebevzdělávání jako seberealizační aktivity.

- **Péče o rodinu**

Patří sem péče o domácnost, děti a partnerský vztah. Jak již bylo řečeno v kapitole „Žena a rodina“, patří rodina a péče o ni často k prioritám a formám seberealizace žen všeobecně. Nejinak by tomu mělo být i u žen v invalidním důchodu III. stupně. „Rodina je považována za tradiční doménu žen, kde muž má vymezené pole působnosti a stará se spíše o „externí“ záležitosti... Domácí práce: v ČR se do běžných prací zajišťujících provoz domácnosti zapojuje méně než 5 % mužů, v EU ženy vykonávají 80 % domácích prací (vyjma severovýchodních států) a péči o děti stráví téměř dvojnásobek času ve srovnání s muži (41 hodin týdně oproti 21 hodinám)... Péče o děti je tradičně považována za ženskou doménu...“<sup>93</sup> J. Chaloupková<sup>94</sup> v sociologickém časopise *Czech Sociological Review* tvrdí: „I přes tendence k egalitární dělbě práce tato studie dokládá, že pro sebepojetí českých žen, bez ohledu na to, jak velké jsou jejich profesní aspirace,

---

<sup>91</sup> BOČKOVÁ, Věra. *Aktuální problémy výchovy a vzdělávání dospělých II*. Vyd. 1. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995. ISBN 80-7067-569-1, s. 17.

<sup>92</sup> ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

<sup>93</sup> MACHOVCOVÁ, Kateřina, MEJSTRÍKOVÁ, Alena, 2008. *Vztahy v rodině: Občanská společnost*. [online]. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z <http://obcan.ecn.cz/index.shtml?w=r&x=132566>.

<sup>94</sup> CHALOUPKOVÁ, Jana, 2005. *Faktory ovlivňující dělbu domácí práce v českých domácnostech a hodnocení její spravedlnosti*, Sociologický časopis/Czech Sociological Review [online], vol. 41, no. 1: 57–77. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z [http://sreview.soc.cas.cz/uploads/8f650144ca32d413310a694afcdbf715dfddc8f6\\_540\\_13chaloupkova18.pdf](http://sreview.soc.cas.cz/uploads/8f650144ca32d413310a694afcdbf715dfddc8f6_540_13chaloupkova18.pdf).

zůstávalo důležité být „dobrou hospodyní“ a uchovat si hlavní odpovědnost ve sféře rodiny.“

- **Péče o domácí zvířata**

Odborníci z oblasti psychiatrie, psychologie a psychoterapie často zmiňují pozitivní vliv péče o domácí zvíře (zvířata) na zdravotní stav pacientů: „...péče o domácí zvíře jako úkol, pohoda a radost ze života, odreagování od starostí nebo od vlastní nemoci, usnadnění sociálních kontaktů, přijímání dané osoby zvířetem...“<sup>95</sup> či „V tomto směru může pomáhat pes-pomocník podporou sebejistoty vlivem reálné soběstačnosti či jakékoliv zvíře, které funguje jako emoční podpora, pozitivně a zároveň srozumitelně reagující... Zvířata mohou být užívána v terapii při odstraňování negativních pocitů, nežádoucího chování a v závislosti na tom i při budování lepšího sebehodnocení a pozitivního sebevědomí. Kontakt se zvířetem může stimulovat rozvoj nových dovedností, někdy dokonce i tehdy, jestliže jiné podněty nejsou dostatečně účinné“<sup>96</sup> „Zvířata pomáhají také dospělým pacientům. Prolamují bariéry při úzkostech, traumatech, depresích, návalech samoty a beznaděje, které přináší řada nemocí nebo stáří. Začíná to dotykem, pohlazením, úsměvem, několika slůvkem. V člověku se zase začíná probouzet zájem o komunikaci a okolní svět, zase začíná projevovat city. Terapie pomocí zvířat pomáhá při neurózách, epilepsii a autismu, ale také nevidomým, neslyšícím, dětem postiženým obrnou atd... Až donedávna se myslelo, že výhody vztahu člověka ke zvířeti se omezují pouze na naplnění citových a společenských potřeb, ukázalo se však, že zahrnují zlepšení celkového psychického i fyzického zdraví.“<sup>97</sup> „Levinson zformuloval hypotézu, podle níž zvířata nepředstavovala způsob léčení, ale působila jako „sociální katalyzátor“, který zahajuje a podněcuje sociální kontakt. ... Položil základy nové vědní disciplíny – „pet-facilitated therapy“ = zvířaty podporovaná terapie.“<sup>98</sup>

---

<sup>95</sup> Domáci zvířata jako sekundární prevence u rizikových skupin, 2017 [online], Tiere als Prävention, Forschungskreis Heimtiere in der Gesellschaft. [cit. 26.1.2017]. Dostupné z <http://www.moloss.cz/pesjelek.htm>.

<sup>96</sup> VÁGNEROVÁ, Magda. Možnosti terapeutického přínosu malých zvířat pro zlepšení kvality života handicapovaných dětí i dospělých. Speciální pedagogika, 1996, roč. 6, č. 2. ISSN: 1211-2720.

<sup>97</sup> SESTRÍENKOVÁ, Hana. Canisterapie v sociální práci, 2009, diplomová práce. MU Brno, [online] [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z [http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/8047/sestrienkov%C3%A1\\_2009\\_dp.pdf?sequence=1](http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/8047/sestrienkov%C3%A1_2009_dp.pdf?sequence=1).

<sup>98</sup> HESS, Ladislav, FIALOVÁ, Renáta. Vliv zvířat na psychiku člověka. Časopis Vesmír 1995/11. ISSN 1214-4029.

- **Dobrovolnictví**

Zde se jedná především o angažovanost v různých nadacích a charitativních organizacích, diakonii, občanských sdruženích a veřejně prospěšných společnostech. Podle B. Krause<sup>99</sup> jsou motivační faktory pro dobrovolnictví následující: pocit užitečnosti (např. u seniorů, *a to i u zdravotně postižených, pozn. autorky*), ocenění, pocit dobře vykonané práce, potřeba růstu, seberealizace, osobní zkušenost, možnost být součástí společenství, zvědavost, potřeba poznávat nové lidi, pocit dluhu (někdo mi pomohl), řád a pravidelnost (např. u nezaměstnaných), léčení komplexu méněcennosti, potřeba řešit určitý problém, náboženské důvody aj.

- **Tvůrčí a umělecké činnosti**

Jde o rukodělné práce a uměleckou tvorbu různého druhu. K. Valášková<sup>100</sup> ve svém článku uvádí různé druhy umělecké činnosti jako možnost terapeutického využití u duševně nemocných i jako prostředku zvýšení kvality jejich života.

- **Soustředění se na zájmy a koníčky**

Tento fakt je všeobecně známý. Hluboké ponoření se do některé ze zájmových aktivit může být pro jedince, tedy logicky i pro ženy v invalidním důchodu III. stupně, vnímáno jako seberealizující.

- **Snaha o osobní růst**

Invalidní ženy mají často dostatek času zabývat se samy sebou, svojí duší a pocity. Toto se pak mohou snažit zúročit v rámci snahy o růst osobnosti.

Podle U. Fellnerové<sup>101</sup> se často lidé seberealizují tak, že se „utíkají k jakýmsi auto-empirickým spolkům všeho (často i esoterického) druhu. Trh s prostředky životní útěchy a tím i móda zabývat se duší, resp. vlastními pocity zaznamenaná v příštích deseti letech rapidní vzestup a nabude gigantických rozměrů... Pro tyto ženy... nespokojené s tím, čeho doposud dosáhly..., bude program podobných skupin, kurzů atd. mimořádně přitažlivý. 70 procent veškeré všeobecné poradenské klientely tvoří ženy...“

<sup>99</sup> KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ, Věra, et al. *Člověk, prostředí, výchova – k otázkám sociální pedagogiky*, Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

<sup>100</sup> VALÁŠKOVÁ, Kamila. *Umělecká činnost jako prostředek zlepšení kvality života duševně nemocných*, 2001, [online], Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity, P5, 2017, [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z [https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/114374/P\\_Psychologica\\_05-2001-1\\_9.pdf?sequence=1](https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/114374/P_Psychologica_05-2001-1_9.pdf?sequence=1).

<sup>101</sup> FELLNEROVÁ, Uschi. *Žena 21. století*, Praha: Ikar, 1997. Vyd 1. ISBN 80-7202-144-3, s. 58.

- **Hledání smyslu života, náboženství, případně esoterika**

V rámci hledání možností seberealizace vyvstává před každým jedincem i otázka po smyslu života. „*O smyslu života byly napsány básně i odborné knihy, smyslem života se zabývají umělci i vědci, nevyhneme se mu v každodenním životě. A hledání smyslu se zcela logicky nevyhne žádná psychoterapie. (Existenciální analýza je kolem otázky smyslu přímo vystavěna.) Chybění smyslu nás dělá nešťastnými a nemocnými, nalezení smyslu naopak léčí.*“<sup>102</sup> V případě invalidních žen může být tato snaha prožívána ještě intenzivněji. V takovém případě může invalidní žena hledat odpověď na otázku „proč právě já?“ „*Pro většinu lidí je nejdůležitější otázkou, na niž hledají odpověď, nalezení smyslu života.*“<sup>103</sup>

- **Aktivity vedoucí ke zlepšování zdravotního stavu**

Člověk má přirozenou snahu udržet své zdraví v mezích normy, případně jej přímo zlepšit, nejinak tomu je i u zdravotně postižených. Týká-li se tato problematika invalidních jedinců, máme na mysli především **rehabilitaci, fyzioterapii, psychoterapii a další formy terapie** (canisterapie, arteterapie, dramaterapie, muzikoterapie a hippoterapie). „... *aby u osob s postižením docházelo ke zlepšení celkové kvality života, vyrovnání šancí a snaha přiblížit se, co nejvíce běžné populaci. Tak tomu je i při naplňování volného času těchto osob.*“<sup>104</sup> Podle M. Jiráskové a J. Tomanové<sup>105</sup> lze trvalé následky chronického onemocnění či úrazu korigovat rehabilitací či jinými reintegračními procesy, které mají tyto následky zmírnit.

---

<sup>102</sup> PLATZNEROVÁ, Andrea. *Smysl života se nedá vymyslet*. 2016 [online], [cit. 26. 8. 2016]. Dostupné z <https://psychologie.cz/smysl-zivota-se-neda-vymyslet/>.

<sup>103</sup> MICHEL, Katarina.: *Odvážným (ženám) patří svět*, Vyd. 1. Praha : Metafora, 2010. ISBN 978-80-7359-236-3, s. 101.

<sup>104</sup> KOPŘIVOVÁ, Lenka. *Volný čas a zájmové aktivity v zařízeních sociálních služeb*, 2008, [online], diplomová práce, MU Brno. [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z [https://is.muni.cz/th/246415/pedf\\_m/Diplomova\\_prace.txt](https://is.muni.cz/th/246415/pedf_m/Diplomova_prace.txt).

<sup>105</sup> JIRÁSKOVÁ, Miroslava, TOMANOVÁ, Jitka. *Výbrané kapitoly ze sociální politiky*. 2011 [online]. Olomouc: Univerzita Palackého, [cit. 4. 6. 2016] Dostupné z [http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user\\_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09\\_Studijni\\_opora\\_17\\_1](http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09_Studijni_opora_17_1).

## 5. EMPIRICKÉ ŠETŘENÍ

### 5.1. Vymezení cíle průzkumu a stanovení hypotéz

Cílem empirické části práce je zjistit, zda ženy v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být zaměstnány, mají potíže se seberealizací a zda vnímají nadbytek svého volného času negativně. Dalším cílem je zjištění priorit těchto žen v trávení jejich volného času. Ústředním výzkumným problémem budou postoje invalidních žen k vlastnímu subjektivnímu pocitu seberealizace, zde pro účely průzkumu formulované jako sebenaplnění. Na základě studia odborných zdrojů byly formulovány tyto hypotézy:

#### **Oblast MOŽNOSTÍ trávení volného času a seberealizace invalidních žen:**

**H1:** Čím vyšší vzdělání má žena v produktivním věku, která je v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemůže být vůbec zaměstnána, tím častěji se ve svém volném čase věnuje seberealizaci formou vzdělávání nebo sebevzdělávání.

Tato hypotéza byla stanovena na základě tvrzení T. Jelínka: „*Lidé s vyšším vzděláním mohou považovat vzdělání za důležitější než lidé se vzděláním nižším.*“<sup>106</sup> Hypotéza bude přijata, pokud se u respondentek se středoškolským a vyšším vzděláním objeví vzdělávání a sebevzdělávání v prioritách v trávení volného času častěji než u méně vzdělaných respondentek.

**H2:** Péče o rodinu a snaha o zlepšování zdravotního stavu u žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, patří mezi nejdůležitější činnosti ve volném čase.

K formulaci hypotézy č. 2 vedl fakt, že respondentkami průzkumu jsou právě zdravotně postižené ženy. Jak již bylo zmíněno výše, podle Chaloupkové<sup>107</sup> existuje předpoklad, že žena je především matkou a pečovatelkou o domácí krb. Dále hypotéza obsahuje předpoklad, že snaha o zlepšování zdravotního stavu patří mezi nejdůležitější činnosti invalidních žen, které se nemohou realizovat v zaměstnání. Ten je založen na tvrzení M.

<sup>106</sup> JELÍNEK, Tomáš, 2009. *Vzdělávání dospělých v ČR* [online]. Donath-Burson-Marsteller. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z [http://www.msmt.cz/file/215\\_1\\_1/download/](http://www.msmt.cz/file/215_1_1/download/).

<sup>107</sup> CHALOUPKOVÁ, Jana, 2005. Faktory ovlivňující dělbu domácí práce v českých domácnostech a hodnocení její spravedlnosti, *Sociologický časopis/Czech Sociological Review* [online], vol. 41, no. 1: 57–77. [cit. 26.1.2017]. Dostupné z [http://sreview.soc.cas.cz/uploads/8f650144ca32d413310a694afcdbf715dfddc8f6\\_540\\_13chaloupkova18.pdf](http://sreview.soc.cas.cz/uploads/8f650144ca32d413310a694afcdbf715dfddc8f6_540_13chaloupkova18.pdf).

Jiráskové a J. Tomanové,<sup>108</sup> že trvalé následky chronického onemocnění či úrazu lze korigovat rehabilitací či jinými reintegračními procesy, které mají tyto následky zmírnit. Hypotéza bude přijata v případě, že se v odpovědích nadpoloviční většiny respondentek objeví péče o rodinu a snaha o zlepšování zdravotního stavu mezi třemi nejčastějšími prioritami v možnostech trávení volného času.

**H3:** Většina žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně s duševním onemocněním a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, ve svém volném čase nejčastěji vyhledává péči o domácí zvíře (zvířata).

Východiskem pro hypotézu č. 3 je všeobecně známý fakt, že odborníci z oblasti psychiatrie, psychologie a psychoterapie často zmiňují pozitivní vliv kontaktu s domácím zvířetem na zdravotní stav pacientů. Touto problematikou se zabývá například odborný materiál *Domácí zvířata jako sekundární prevence u rizikových skupin*.<sup>109</sup> Hypotéza bude přijata v případě, že se v odpovědích nadpoloviční většiny respondentek objeví péče o domácí zvíře mezi prvními třemi prioritami v možnostech trávení volného času.

#### **Oblast MEZÍ v trávení volného času a seberealizace invalidních žen:**

**H4:** Většina žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, se musela kvůli svému zdravotnímu omezení vzdát některé ze svých oblíbených volnočasových aktivit.

Tvrzení vyplývá především z logiky věci, ale tímto tématem se také zabývá například L. Novosad,<sup>110</sup> který tvrdí, že invalidní jedinec často nemůže pro zdravotní potíže svou potřebu uspokojit způsobem obvyklým pro zdravé jedince. Jako překážku pak uvádí právě tělesnou či smyslovou vadu, chronické onemocnění, nižší mentální úroveň nebo psychickou nemoc.

Hypotéza bude přijata, pokud se v odpovědích nadpoloviční většiny respondentek objeví odpověď, že se musely kvůli svému zdravotnímu stavu vzdát některé své

---

<sup>108</sup> JIRÁSKOVÁ, Miroslava, TOMANOVÁ, Jitka, 2011. *Vybrané kapitoly ze sociální politiky* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého. [cit. 4. 6. 2016]. Dostupné z [http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user\\_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09\\_Studijni\\_opora\\_17\\_1\\_2012.pdf](http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09_Studijni_opora_17_1_2012.pdf).

<sup>109</sup> *Domácí zvířata jako sekundární prevence u rizikových skupin*, 2017 [online], Tiere als Prävention, Forschungskreis Heimtiere in der Gesellschaft. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z <http://www.moloss.cz/pesjelek.htm>.

<sup>110</sup> NOVOSAD, Libor. *Základy speciálního poradenství*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-197-5.

oblíbené činnosti ve volném čase, a pokud nadpoloviční většina respondentek odpoví, že jim zdravotní stav brání v provozování činnosti, která by je naplňovala.

**H5:** Většina žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, vnímá nucený nadbytek svého volného času negativně, a má proto potíže se seberealizovat a cítit naplnění.

Hypotéza č. 5 vychází především z tvrzení J. Sýkory,<sup>111</sup> že nadbytek volného času může být jedincem prožíván negativně, což bylo podrobněji rozebráno v kapitole týkající se volného času. Dále je výchozím tvrzením předpoklad, že zaměstnání je pro člověka seberealizujícím fenoménem, čímž se podrobně zabývají například D. Opatřilová a D. Zámečnicková.<sup>112</sup> Hypotéza bude přijata, pokud se u nadpoloviční většiny respondentek objeví tvrzení, že vzhledem k nemožnosti být zaměstnány nepocítují naplnění a že nucený nadbytek svého volného času vnímají negativně.

## 5.2. Zvolené metody průzkumu

K průzkumu byla zvolena **nepřímá empirická metoda kvantitativního rázu** v podobě tištěné a elektronického dotazníku (příloha A). Tato metoda byla zvolena z důvodu možnosti získat data od většího počtu respondentek, než je tomu u kvalitativní metody, tedy v tomto případě pomocí rozhovoru. „*Dotazník lze definovat jako měrný prostředek, pomocí kterého se zkoumají mínění lidí o jednotlivých jevech. Zkoumané jevy se mohou z hlediska jedince (respondenta) buď k vnějším dějům, nebo k vnitřním dějům (např. postoje, motivy, citové vztahy). Dotazníky jsou složeny z otázek, které předkládají zkoumané osobě písemně. Této metodě bývá často vytýkáno, že nezjišťuje to, jaká zkoumaná osoba skutečně je, ale jen to, jak sama sebe vidí nebo chce vidět. Tato námitka je oprávněná jen z části, protože vhodně volenými postupy lze toto zkreslení omezit na přijatelnou míru.*“<sup>113</sup>

Výhodou dotazníku je skutečnost, že jejím prostřednictvím je možno získat informace s podstatně menší námahou tazatele než například u průzkumu pomocí osobního, telefonického, skupinového rozhovoru nebo pozorování. Další výhodou je poměrně

<sup>111</sup> SÝKORA, Jan. 2014. *Pedagogika volného času*. [online]. [cit. 7. 1. 2016]. Dostupné z [http://inpdf.uhk.cz/wp-content/uploads/2014/03/Pedagogika\\_volneho\\_casu-KA9\\_Sykora.pdf](http://inpdf.uhk.cz/wp-content/uploads/2014/03/Pedagogika_volneho_casu-KA9_Sykora.pdf).

<sup>112</sup> OPATŘILOVÁ, Dagmar, ZÁMEČNÍKOVÁ, Dana. *Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených*, Brno: MU, 2005, ISBN 80-210-3718-0, s. 9.

<sup>113</sup> CHRÁSTKA, Miroslav. *Metodologie pedagogiky: Základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada 2007. ISBN 978-80-247-1369-4, s. 95.

rychlé získání dat od velkého množství respondentů.<sup>114</sup> Nevýhodou je ale jistá povrchnost získaných informací a dále jejich případná nepřesnost, pokud respondenti otázce správně neporozumí. Z uvedeného důvodu bylo zvoleno doplnění o kvalitativní metodu, tedy strukturované rozhovory s dalšími respondentkami.

Obě formy dotazníku – jak tištěná, tak elektronická – obsahovaly celkem 16 otázek, zaměřených na subjektivní pocit sebenaplnění a na priority v trávení volného času. Jednalo se o polouzavřené otázky s možností výběru z daných odpovědí a možností dopsání vlastních odpovědí. Některé uzavřené otázky byly výběrové a výčtové. Pro výpočet hodnot dotazníku byla zvolena metoda prostého procentního vystižení hodnot u jednotlivých hypotéz, aby na jejich základě příslušná hypotéza mohla, či nemohla být přijata.

**Kvalitativní metodou** byl v tomto konkrétním empirickém šetření individuální strukturovaný rozhovor. Podrobilo se mu 8 respondentek, které splňovaly daná kritéria. Každou z hypotéz ověřovalo 4 až 5 otázek ve struktuře rozhovoru. Celkové výsledky rozhovorů se nijak výrazně nelišily od zjištěných údajů v tištěném dotazníku, zato přinesly podrobnější údaje. Strukturu rozhovoru zachycuje příloha B této práce.

Jednotlivý rozhovor neměl trvat déle než 20 minut z důvodu snadné unavitelnosti respondentek a jejich pravděpodobných potíží s udržením pozornosti. Rozhovor obsahuje 24 otázek na téma subjektivního pocitu sebenaplnění a celkových priorit v trávení volného času.

*„Rozhovor je metoda získávání dat a ovlivňování druhých osob slovním kontaktem (verbální komunikací). Rozhovor je pravděpodobně nejdůležitější, nejnáročnější, nejstarší a nejčastěji používanou metodou pro získávání informací, která umožňuje – je-li používána odborníky – hlubší zkoumání motivů odpovědí na otázky. Podléhá tímž kritériím responsibility (spolehlivosti), validity (ta je do značné míry závislá na osobě tazatele) a objektivitě jako kterákoliv jiná výzkumná a poznávací metoda. Na rozdíl od některých jiných metod je však značně časově náročná, zejména individuální (dvousměrová) forma rozhovoru. Za skupinový (vícesměrný) rozhovor přitom považujeme formu plánovité verbální (slovní) explorace celé skupiny osob, založené na využití situace skupinové interakce (vzájemného působení). Často se touto metodou*

---

<sup>114</sup> KOSOVÁ, Denisa. *Pohybové volnočasové aktivity žáků II. stupně základních škol*. Hradec Králové, 2012. Univerzita Hradec Králové. Fakulta pedagogická. Diplomová práce.



*zkoumá skupinová dynamika. Za optimální pro skupinový rozhovor se považuje 8–10 osob.*<sup>115</sup>

V přípravné fázi byl proveden zkušební předvýzkum, aby bylo možno zhodnotit vhodnost struktury a formy navrženého dotazníku a struktury rozhovoru. Pokusné šetření bylo realizováno na 20 respondentkách odpovídajících kritériím. Dotazníkový formulář měl původně jen 10 otázek a byl spíše anketou kvůli předpokladu snadné unavitelnosti respondentek a jejich potíží s udržením pozornosti. Bylo zjištěno, že původní formulář je však pro účely získání dat příliš krátký a formulace otázek návodné. Byl tedy přepracován a rozšířen na 16 otázek. Dále bylo zjištěno, že pouhá tištěná forma je nedostačující a že je nutné doplnit ji ještě o elektronickou verzi (tento požadavek vznikl na základě reakcí především z řad fyzicky postižených žen). Struktura rozhovoru zůstala od počátku beze změn.

### **5.3. Charakteristika průzkumných souborů**

Prvním průzkumným souborem pro **dotazníkové šetření** byla **skupina 153 žen** produktivního věku v invalidním důchodu III. stupně, které z podstaty posudku o svém zdravotním stavu nesmějí být zaměstnány. Tyto ženy se tedy nemohou seberealizovat v zaměstnání, což mohou vnímat negativně a jen některé z nich jsou schopny nalézt vnitřní naplnění náhradním způsobem. Dalším průzkumným souborem byla skupina **8 žen podrobených strukturovanému rozhovoru**, které splňovaly stejná kritéria jako soubor první.

Ve fázi distribuce dotazníku bylo kontaktováno více než 50 organizací pro zdravotně postižené občany v Praze a Středočeském kraji. Na tiskopise bylo jasně a výrazně označeno, že se jí mohou zúčastnit pouze respondentky, které při invaliditě III. stupně nesmějí být zároveň vůbec zaměstnány. Jedná se o doplňující podmínku ČSSZ v rozhodnutí o přiznání důchodu III. stupně; toto pracovní omezení totiž není ani u invalidity III. stupně vždy samozřejmostí. Tím byl okruh možných respondentek výrazně zúžen, v mnoha organizacích se respondentky splňující daná kritéria vůbec nenašly. Tištěný dotazník byl osobně distribuován v počtu 250 kusů po zhruba 12 kusech ve 20 organizacích pro zdravotně postižené, které s průzkumem souhlasily.

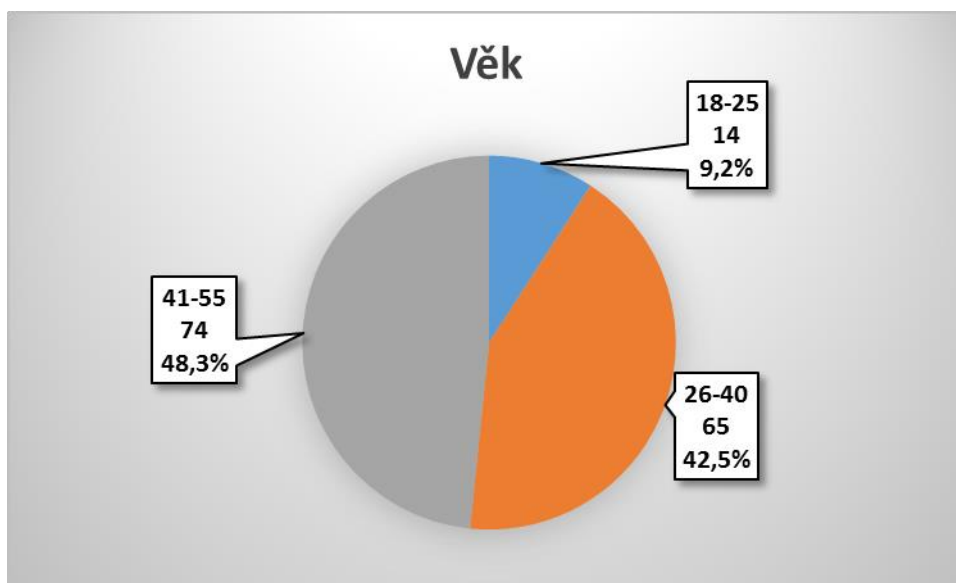
---

<sup>115</sup> KOHOUTEK, Rudolf, 2010. *Rozhovor; jeho druhy a požadavky na tazatele* [online]. [cit. 30. 1. 2017]. Dostupné z <http://rudolfkohoutek.blog.cz/1002/rozhovor-jeho-druhy-a-pozadavky-na-tazatele>.

Z tohoto celkového množství se nakonec podařilo získat 153 kusů kompletně vyplněných dotazníků (z toho 71 tištěných a 82 elektronických).

Tištěná forma dotazníku byla v organizacích ponechána u pověřeného pracovníka k rozdání mezi respondentky a po dohodnutém čase vyplněná vybrána zpět. Předpokládaná návratnost kompletně vyplněných dotazníků byla odhadnuta na cca 150 kusů, tento počet se podařilo naplnit. Nekompletně vyplněné dotazníky nebyly do průzkumného šetření zahrnuty. Elektronická forma byla rovněž rozesílána do organizací pro zdravotně postižené občany a vyvěšena na sociálních sítích a webových stránkách organizací. Tato forma se jevila jako nejvhodnější, především pro svoji větší přístupnost pro tělesně postižené respondentky, protože tyto respondentky do zmíněných organizací fyzicky nedocházejí a jsou s nimi v kontaktu pouze elektronicky.

U dotazníkového šetření byla nejvíce zastoupena skupina respondentek ve věku 41–55 let, konkrétně v 48,3 % případů. Na druhém místě byla skupina respondentek ve věku 26–40 let (42,5 %) a nejméně respondentek (9,2 %) bylo zastoupeno ve věkové kategorii 18–25 let, jak je vidět z grafu č. 1.



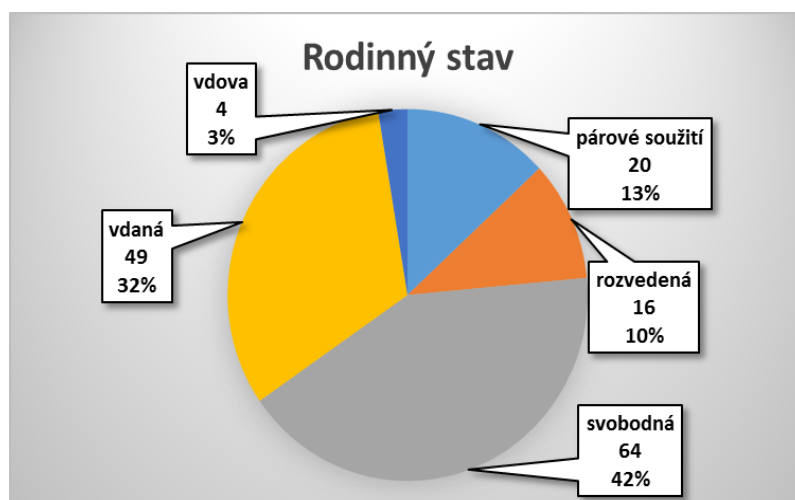
Graf č. 1: Respondentky podle věku

Tabulka č. 1: Respondentky podle věku a vzdělání v dotazníkovém šetření

VZDĚLÁNÍ	VĚK						CELKEM	
	18–25		26–40		41–55		počet	procenta
	počet	procenta	počet	procenta	počet	procenta		
vysokoškolské	0	0,0	23	35,4	12	16,2	35	23,0
vyšší odborné	0	0,0	8	12,3	2	2,7	10	6,5
středoškolské	8	57,1	22	33,8	32	43,2	62	40,5
vyučení	6	42,9	8	12,3	22	29,7	36	23,5
základní	0	0,0	4	6,2	6	8,1	10	6,5
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>	<b>153</b>	<b>100,0</b>

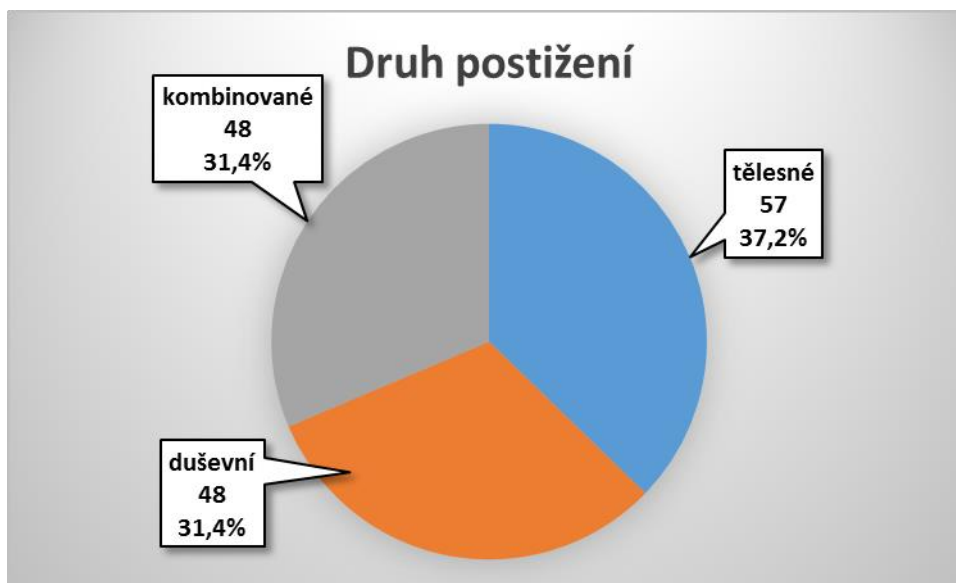
Jak je vidět v tabulce č. 1, nejvíce zastoupenou skupinou u dotazníkového šetření byly středoškolačky (62 žen, tedy 40,5 %). Následovaly vyučené respondentky, které byly zastoupeny v 23,5 % případech (36 respondentek). Vysokoškolaček bylo 35, tedy 23 %. Žen se základním a vyšším odborným vzděláním bylo shodně po 10, tedy 6,5 %. Nejvíce bylo ve věkové kategorii 41–55 středoškolaček (43,2 %), dále vyučených bylo 29,7 %, následovaly vysokoškolačky s 16,2 %, respondentky se základním vzděláním (8,1 %) a nejméně bylo v této věkové kategorii žen s vyšším odborným vzděláním, a to pouze 2 (2,7 %). Věková kategorie 26–40 byla nejsilněji zastoupena vysokoškolačkami (35,4 %), dále následovaly středoškolačky s 33,8 %, vyšší odborné vzdělání a vyučení bylo zastoupeno shodně v 12,3 % případech. Nejméně pak bylo v této věkové kategorii žen se základním vzděláním (6,2 %). Ve věku 18–25 let se nacházely pouze středoškolačky (57,1 %) a ženy vyučené (42,9 %).

Z grafu č. 2 níže vyplývá, že v největším zastoupení byla skupina svobodných žen (42 %). Dále následovaly ženy vdané s 32 %, ženy v párovém soužití (13 %) a rozvedené (10 %). Nejméně bylo vdov, jen 3 % z celkového počtu.



Graf č. 2: Respondentky podle rodinného stavu

Nejpočetnější skupinou byly respondentky s tělesným postižením (37,2 %). Ženy s duševním a kombinovaným postižením byly pak zastoupeny v 31,4 % případů, jak je vidět v grafu č. 3.



Graf č. 3: Respondentky podle druhu zdravotního postižení

Z rozhovorů vyplynulo, že 3 respondentky byly ve věku 41–55 let, 3 ve věku 26–40 let a 2 spadaly do věkové kategorie 18–25 let. 4 respondentky dosáhly vysokoškolského vzdělání, 2 středoškolského a 2 byly vyučeny. Rozdělíme-li respondentky podle druhu postižení, pak většina (5) měla duševní postižení a 3 tělesné.

## 5.4. Diskuse a vyhodnocení hypotéz

### 5.4.1. Oblast MOŽNOSTÍ v trávení volného času a seberealizace invalidních žen

**H1:** Čím vyšší vzdělání má žena v produktivním věku, která je v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemůže být vůbec zaměstnána, tím častěji se věnuje seberealizaci formou vzdělávání nebo sebevzdělávání.

Tuto hypotézu ověřovaly v dotazníku otázky č. 2, 8, 12 a 16. V otázce č. 2 měly respondentky sdělit své nejvyšší dosažené vzdělání. V otázce č. 8 měly respondentky označit tři nejdůležitější činnosti ve volném čase (viz tabulka č. 2).

Tabulka č. 2: Otázka č. 8 v dotazníku – seberealizace respondentek ve vzdělávání a sebevzdělávání podle úrovně vzdělání

Dosažené vzdělání	seberealizace ve vzdělávání a sebevzdělávání		
	Počet s dosaženým vzděláním	počet označení činnosti	% oblíbenosti ze skupiny stejně vzdělaných
vysokoškolské	35	14	40,0
vyšší odborné	10	3	30,0
středoškolské	62	13	21,0
vyučení	36	2	5,6
základní	10	0	0,0
<b>celkem</b>	<b>153</b>	<b>32</b>	<b>20,9</b>

Jak je vidět v tabulce č. 2, obliba vzdělávání a sebevzdělávání podle výsledků šetření skutečně stoupá s dosaženým vzděláním. Vzdělávání a sebevzdělávání patří mezi nejoblíbenější činnosti u 40 % vysokoškolaček. U respondentek s vyšším odborným vzděláním je to v 30 % případů. U středoškolaček obliba této činnosti klesla na 21 %. U vyučených už je to již jen 5,6 %. Ženy se základním vzděláním tuto činnost nevyhledávají vůbec.

Dále v otázce č. 12 ženy odpovídaly, kterým aktivitám by se rády věnovaly častěji. Výsledky jsou patrné v tabulce č. 3.

Tabulka č. 3: Otázka č. 12 v dotazníku – touha respondentek věnovat se vzdělávání a sebevzdělávání častěji podle úrovně vzdělání

Touha věnovat se vzdělávání a sebevzdělávání častěji			
Dosažené vzdělání	počet s daným vzděláním	četnost odpovědí ve skupině stejně vzdělaných	%
vysokoškolské	35	17	48,6
vyšší odborné	10	3	30,0
středoškolské	62	12	19,4
vyučení	36	0	0,00
základní	10	0	0,00
<b>celkem</b>	<b>153</b>	<b>32</b>	<b>20,9</b>

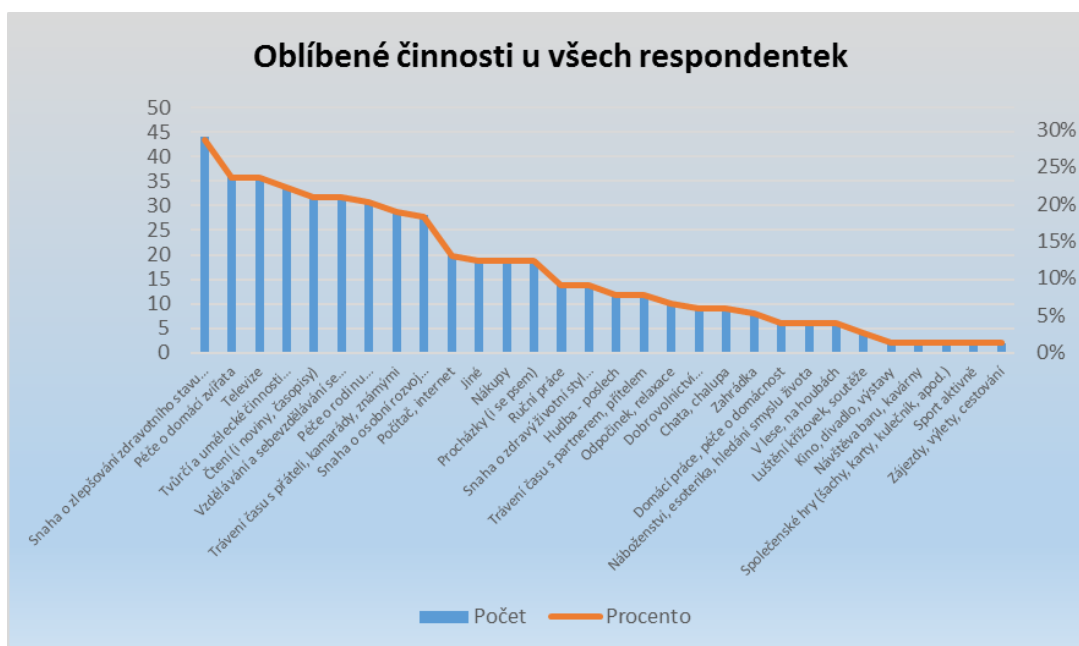
V tabulce č. 3 uvedly vzdělávání a sebevzdělávání jako aktivitu, které by se chtěly věnovat častěji, nejvíce vysokoškolačky (48,6 %). Za nimi se s 30 % umístily respondentky s vyšším odborným vzděláním a dále středoškolačky s 19,4 %. Ženy vyučené a se základním vzděláním by tuto aktivitu častěji vyhledávat vůbec nechtěly.

V rámci rozhovoru tuto hypotézu ověřovaly otázky č. 2, 8, 9, 12 a 14. Otázka č. 2 se dotazovala na nejvyšší dosažené vzdělání. Otázka č. 8 se tázala na ideálně strávený čas respondentek. V otázce č. 9 respondentky měly odpovědět, co by rády dělaly ve volném čase, kdyby na to měly vhodné podmínky. 12. otázka byla pak zaměřena na uvedení tří činností, které respondentky dobrovolně vykonávají nejčastěji. Ve 14. otázce respondentky odpovídaly, zda vzdělávání a sebevzdělávání patří mezi jejich priority v trávení volného času. Aktivitu spadající do kategorie vzdělávání a sebevzdělávání uvedly 3 ze 4 vysokoškolaček. Například jedna z vysokoškolaček ve věku 55 let odpověděla, že se vzdělává, protože se ráda dozvídá nové věci. Jiná respondentka, 46letá tělesně postižená vysokoškolačka, uvedla, že jí vzdělávání pomáhá odpoutat pozornost od zdravotních potíží. U vyučené a středoškolsky vzdělané respondentky se tato aktivita v rámci rozhovoru vůbec neobjevila.

**Závěr k H1:** Z výsledků šetření je možno usuzovat, že pokud už respondentky i přes svůj hendikep investovaly svůj čas a úsilí do vzdělání, tím spíše je pro ně získávání nových dovedností a vědomostí na žebříčku hodnot důležitější. V souladu s našimi předpoklady se vzdělávání a sebevzdělávání nejčastěji věnují (nebo by se věnovat chtěly) respondentky s vysokoškolským vzděláním a tato obliba klesá úměrně dosaženému vzdělání. Na základě výše uvedených dat byla hypotéza č. 1 přijata jako platná.

**H2:** Péče o rodinu a snaha o zlepšování zdravotního stavu u žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, patří k nejméně frekventovanějším činnostem ve volném čase.

Této hypotézy se v dotazníku týkaly otázky č. 8 a 16. V první měly respondentky označit tři pro ně nejdůležitější volnočasové činnosti (viz graf č. 4).



Graf č. 4: Výsledky k otázce č. 8 v dotazníku – oblíbenost činností ve volném čase

V grafu č. 4 je znázorněna oblíbenost činností ve volném čase u všech respondentek podle počtu i procentuálně. Z těchto údajů vyplývá, že nejoblíbenějšími volnočasovými aktivitami jsou snaha o zlepšování zdravotního stavu, péče o domácí zvířata, televize, tvůrčí a umělecké činnosti, čtení, vzdělávání a sebevzdělávání, péče o rodinu, trávení času s přáteli a snaha o osobní rozvoj. Z grafu lze vyčíst, že činnosti se u respondentek dělí do čtyř kategorií podle stupně oblíbenosti. Zhruba v první čtvrtině lze nalézt činnosti, které jsou (kromě sledování televize) spíše aktivnějšího rázu. Následují spíše relaxační činnosti a mezi nejméně oblíbenými činnostmi se umístily činnosti kulturního rázu. To může být způsobeno jednak existencí finanční bariéry pro tento druh aktivit, jednak u tělesně postižených bariéry přístupnosti kulturních akcí. Stejný důvod může mít i aktivita zmiňovaná mezi posledními: zájezdy, výlety a cestování. V nulových hodnotách se logicky umístil také sport – mezi respondentkami jsou i tělesně postižené; otázkou nicméně zůstává, proč je tomu tak i u duševně postižených respondentek.

Tabulka č. 4: Výsledky k otázce č. 16 v dotazníku – četnost činností u všech respondentek

činnost	alespoň 1x týdně		méně než 1x týdně		celkem počet
	počet	%	počet	%	
<b>Domácí práce, péče o domácnost</b>	135	88,2	18	11,8	<b>153</b>
<b>Televize</b>	132	86,3	21	13,7	<b>153</b>
<b>Hudba – poslech</b>	126	82,4	27	17,6	<b>153</b>
<b>Počítač (internet)</b>	122	79,7	31	20,3	<b>153</b>
<b>Odpočinek, relaxace</b>	116	75,8	37	24,2	<b>153</b>
<b>Snaha o zlepšování zdravotního stavu</b>	116	75,8	37	24,2	<b>153</b>
<b>Nákupy</b>	115	75,2	38	24,8	<b>153</b>
<b>Péče o rodinu</b>	92	60,1	61	39,9	<b>153</b>
<b>Trávení času s partnerem, přítelem</b>	91	59,5	62	40,5	<b>153</b>
<b>Péče o domácí zvířata</b>	90	58,8	63	41,2	<b>153</b>
<b>Snaha o zdravý životní styl</b>	89	58,2	64	41,8	<b>153</b>
<b>Trávení času s přáteli, kamarády, známými</b>	88	57,5	65	42,5	<b>153</b>
<b>Procházký (i se psem)</b>	87	56,9	66	43,1	<b>153</b>
<b>Čtení (i noviny a časopisy)</b>	82	53,6	71	46,4	<b>153</b>
<b>Snaha o osobní rozvoj</b>	72	47,1	81	52,9	<b>153</b>
<b>Ruční práce</b>	53	34,6	100	65,4	<b>153</b>
<b>Tvůrčí a umělecké činnosti</b>	50	32,7	103	67,3	<b>153</b>
<b>Luštění křížovek, různé soutěže</b>	46	30,1	107	69,9	<b>153</b>
<b>Vzdělávání a sebevzdělávání</b>	42	27,5	111	72,5	<b>153</b>
<b>Ekologické aktivity</b>	38	24,8	115	75,2	<b>153</b>
<b>Sport pasivně</b>	32	20,9	121	79,1	<b>153</b>
<b>Sport aktivně</b>	29	19,0	124	81,0	<b>153</b>
<b>Zahrádka</b>	29	19,0	124	81,0	<b>153</b>
<b>Náboženství, esoterika, hledání smyslu života</b>	27	17,6	126	82,4	<b>153</b>
<b>Společenské hry (šachy, karty, kulečnick)</b>	23	15,0	130	85,0	<b>153</b>
<b>Dobrovolnictví</b>	18	11,8	135	88,2	<b>153</b>
<b>Návštěva baru, kavárny</b>	16	10,5	137	89,5	<b>153</b>
<b>Zájezdy, výlety, cestování, dovolená</b>	8	5,2	145	94,8	<b>153</b>
<b>V lese, na houbách</b>	7	4,6	146	95,4	<b>153</b>
<b>Kino, divadlo, výstavy</b>	6	3,9	147	96,1	<b>153</b>
<b>Chata, chalupa</b>	6	3,9	147	96,1	<b>153</b>
<b>Chov hospodářských zvířat</b>	6	3,9	147	96,1	<b>153</b>

V tabulce č. 4, která se vztahovala k otázce č. 16, měly respondentky označit u různých činností, jak často je vykonávají. Volit mohly 1–3 odpovědi. Z výsledků vyplynulo, že péče o rodinu a snaha o zlepšování zdravotního stavu skutečně patří do



skupiny nejfrekventovanějších činností. Snahu o zlepšování zdravotního stavu respondentky sice označily v žebříčku důležitosti na první místo, ale nevěnují se jí jako nejčastější činnosti. Péče o rodinu se umístila v žebříčku oblíbenosti na 7. místě, v žebříčku skutečné frekvence vykonávání činnosti pak na 8. místě. Naopak domácí práce a péče o domácnost se v žebříčku oblíbenosti umístila až v poslední části, ale respondentky se jí přesto ve skutečnosti věnují nejčastěji. Z výsledků vyplývá, že činnostem, které respondentky považují za nejoblíbenější, se nevěnují nejčastěji, což vytváří prostor pro touhy a přání provozovat některé aktivity častěji.

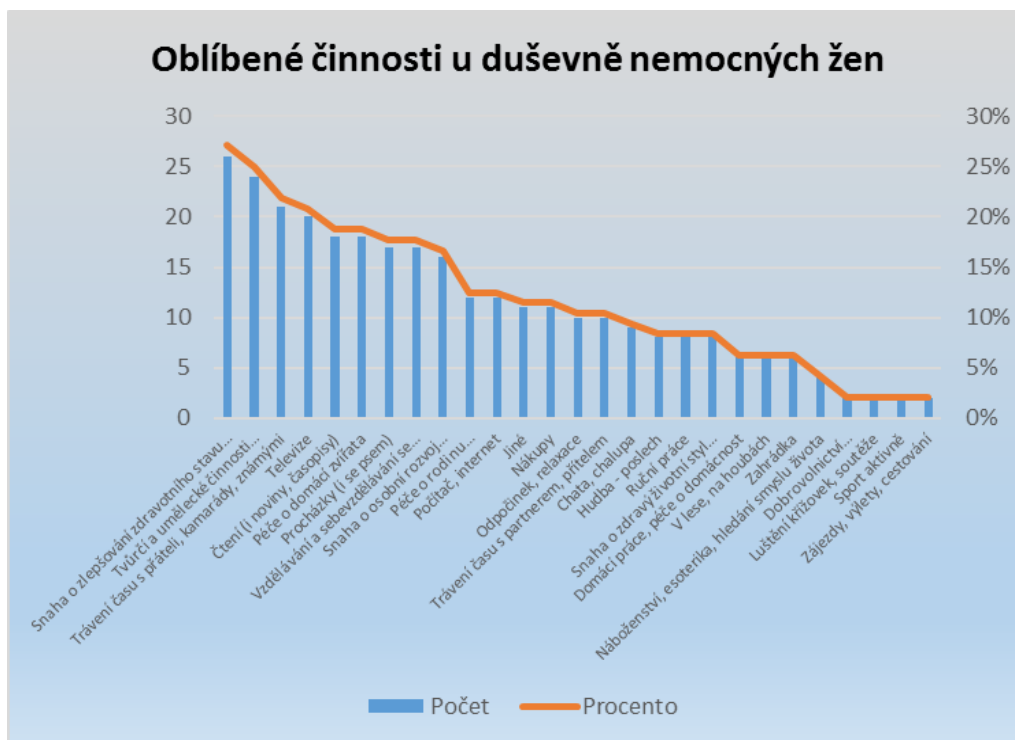
Tuto hypotézu v rozhovoru ověřovaly otázky č. 6, 9, 11, 12 a 15. Otázka č. 6 se dotazovala na tři nejdůležitější činnosti ve volném čase. Otázka č. 9 zjišťovala, co by respondentka ráda dělala ve svém volném čase, kdyby na to měla vhodné podmínky. Otázka č. 11 byla zaměřena na to, jakým způsobem se respondentka snaží využívat svůj volný čas. Konečně otázky č. 12 a 15 se dotazovaly, jaké tři činnosti respondentka vykonává dobrovolně nejčastěji a zda patří péče o rodinu mezi priority ve volném čase. Ve 3 případech respondentky uváděly jiné druhy činností, spadající převážně do kategorií vzdělávání a sebevzdělávání, tvůrčí a umělecké činnosti a snahy o zlepšování zdravotního stavu. Péče o rodinu se objevila jako priorita u 3 respondentek: u jedné, 43leté vyučené duševně postižené respondentky a u 2 středoškolaček ve stejné věkové kategorii s tělesným postižením. Zajímavá byla například odpověď zmiňované duševně postižené, vyučené respondentky: „*Rodina je pro mě v životě nejdůležitější, nebýt jí, tak už jsem to dávno vzdala.*“

**Závěr k H2:** Snaha o zlepšování zdravotního stavu a péče o rodinu se objevily u respondentek ve skupině nejoblíbenějších i ve skupině nejfrekventovanějších činností. Na základě uvedených dat byla hypotéza č. 2 přijata jako platná.

**H3:** Většina žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně s duševním onemocněním a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, ve svém volném čase vyhledává péči o domácí zvíře (zvířata) jako nejčastější a nejoblíbenější činnosti.

Tuto hypotézu v dotazníku ověřovaly otázky č. 4, 8, 12 a 16. V otázce č. 4 měly respondentky označit druh svého zdravotního postižení. Otázka č. 8 se dotazovala na nejdůležitější činnosti ve volném čase (graf č. 7). Zde mohly respondentky označit až tři možnosti. V otázce č. 12 měly dotazované označit 1–3 aktivity, kterým by se chtěly věnovat častěji, a v otázce č. 16 uváděly, jak často se věnují různým činnostem (tabulka

č. 5). Při zpracovávání výsledků byly k čistě duševně postiženým respondentkám přičteny i ty s kombinovaným postižením, výsledný počet těchto respondentek tedy činil 96.



Graf č. 7: Výsledky k otázce č. 8 v dotazníku – oblíbenost činností u duševně postižených respondentek

Jak je vidět v grafu č. 7, i u duševně postižených respondentek je možno rozdělit činnosti do čtyř základních kategorií podle oblíbenosti. Mezi nejoblíbenějšími nalzáme spíše činnosti aktivnějšího rázu (kromě sledování televize), následuje kategorie relaxačního rázu. Za ní je možno nalézt kategorii spíše duchovní a na konci seznamu se ocitly činnosti jako například aktivní sport, zájezdy a výlety nebo luštění křížovek. U aktivního sportu je zajímavé, že jej duševně postižené respondentky téměř neprovazují, přestože nejsou fyzicky omezeny v pohybu, a sport by na ně naopak mohl mít blahodárný vliv z hlediska psychického. Totéž platí i o výletech a cestování. V těchto činnostech však respondentky mohou být omezeny především z důvodů finančních.

Tabulka č. 5: Výsledky k otázce č. 16 pro duševně postižené respondentky – frekvence činností ve volném čase

činnost	alespoň 1x týdně		méně než 1x týdně		celkem
	počet	%	počet	%	
Domácí práce, péče o domácnost	86	89,5	10	10,5	<b>96</b>
Hudba – poslech	81	84,6	15	15,4	<b>96</b>
Televize	76	78,9	20	21,1	<b>96</b>
Nákupy	75	78,0	21	22,0	<b>96</b>
Počítač (internet)	73	76,3	23	23,7	<b>96</b>
Odpočinek, relaxace	73	76,3	23	23,7	<b>96</b>
Péče o domácí zvířata	63	65,6	33	34,4	<b>96</b>
Snaha o zlepšování zdravotního stavu	63	65,5	33	34,5	<b>96</b>
Snaha o zdravý životní styl	58	60,4	38	39,6	<b>96</b>
Procházky (i se psem)	58	60,0	38	40,0	<b>96</b>
Trávení času s partnerem, přítelem	57	59,6	39	40,4	<b>96</b>
Péče o rodinu	52	53,8	44	46,2	<b>96</b>
Trávení času s přáteli, kamarády, známými	52	53,8	44	46,2	<b>96</b>
Snaha o osobní rozvoj	49	50,6	47	49,4	<b>96</b>
Čtení (i noviny a časopisy)	45	46,8	51	53,2	<b>96</b>
Tvůrčí a umělecké činnosti	41	42,9	55	57,1	<b>96</b>
Sport pasivně	28	29,7	68	70,3	<b>96</b>
Ekologické aktivity	27	28,6	69	71,4	<b>96</b>
Ruční práce	27	28,0	69	72,0	<b>96</b>
Luštění křížovek, různé soutěže	25	25,8	71	74,2	<b>96</b>
Zahrádka	21	21,5	75	78,5	<b>96</b>
Vzdělávání a sebevzdělávání	21	21,4	75	78,6	<b>96</b>
Sport aktivně	19	19,4	77	80,6	<b>96</b>
Náboženství, esoterika, hledání smyslu života	17	17,9	79	82,1	<b>96</b>
Návštěva baru, kavárny	12	12,9	84	87,1	<b>96</b>
Společenské hry (šachy, karty, kulečnick)	12	12,4	84	87,6	<b>96</b>
Zájezdy, výlety, cestování, dovolená	8	8,8	88	91,2	<b>96</b>
Chata, chalupa	6	6,7	90	93,3	<b>96</b>
Chov hospodářských zvířat	6	6,7	90	93,3	<b>96</b>
Dobrovolnictví	6	6,7	90	93,3	<b>96</b>
V lese, na houbách	3	3,4	93	96,6	<b>96</b>
Kino, divadlo, výstavy	2	2,2	94	97,8	<b>96</b>

Z grafu a tabulky vyplývá, že péče o domácí zvíře neobsadila první příčku u duševně nemocných co do oblíbenosti ani co do frekvence této činnosti ve volném čase.

V rozhovoru tuto hypotézu ověřovaly otázky č. 4, 6, 9, 11, 12 a 16. V otázce č. 4 měly respondentky sdělit druh svého postižení. Otázka č. 6 se dotazovala na tři nejdůležitější činnosti ve volném čase. Otázka č. 9 zjišťovala, co by respondentka ráda dělala ve svém volném čase, kdyby na to měla vhodné podmínky. Otázka č. 11 byla zaměřena na to, jakým způsobem se respondentka snaží využívat svůj volný čas. Otázky č. 12 a 16 se pak dotazovaly, jaké jsou tři činnosti, které respondentka vykonává dobrovolně nejčastěji a zda patří péče o domácí zvíře mezi priority ve volném čase. Tuto péči však ve svém volném čase nejčastěji vyhledává pouze jedna, navíc tělesně postižená respondentka. Jednalo se o péči o asistenčního psa. Ostatních 7 respondentek s různým typem postižení vyhledává spíše jiné aktivity. Zajímavé byly odpovědi 3 respondentek (2 vysokoškoláčky a 1 středoškoláčka), které by se často rády věnovaly aktivitám spadajícím do kategorie tvůrčích a uměleckých činností (např. tvůrčímu psaní, hudbě nebo malování. Jiný příklad: jedna duševně postižená respondentka (35 let, VŠ, svobodná) by se ráda naučila a posléze se věnovala tvorbě webových stránek.

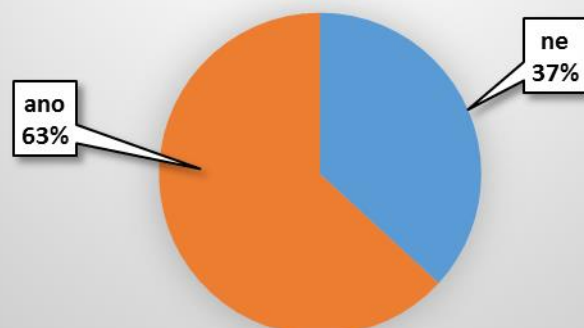
**Závěr k H3:** Zajímavé je zjištění, že duševně postižené respondentky se péči o domácí zvířata věnují méně než ostatní respondentky s jiným druhem postižení. Rozhodně u nich tato činnost neobsadila první příčku ani co do častosti, ani oblíbenosti. Hypotéza č. 3 se na základě zjištěných dat nepotvrdila.

#### **5.4.2. MEZE v trávení volného času invalidních žen a v oblasti seberealizace**

**H 4:** Většina žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, se musela kvůli svému zdravotnímu omezení vzdát některé ze svých oblíbených volnočasových aktivit.

Této hypotézy se v dotazníku týkaly otázky č. 9, 11 a 14. Otázka č. 9 se dotazovala, zda se respondentka musela vzdát kvůli důchodu některé své volnočasové aktivity, která ji naplňovala. Otázka č. 11 zjišťovala, zda by se respondentka chtěla věnovat nějaké aktivitě častěji, ale nemůže kvůli zdravotnímu omezení (grafy č. 8 a 9). V otázce č. 14 měly respondentky označit, co jim brání v činnostech, které je naplňují. Na výběr byla i možnost zdravotního stavu (graf č. 10).

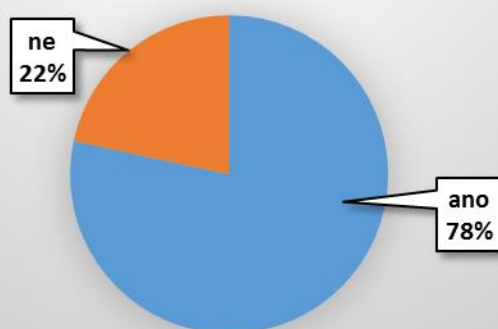
### Podíl žen, které se musely kvůli zdrav. stavu vzdát oblíbené aktivity



Graf č. 8: Odpovědi k otázce č. 9 v dotazníku – podíl respondentek, které se musely kvůli svému zdravotnímu stavu vzdát své oblíbené aktivity

Výsledky v grafu č. 8 a 9 vyplývají z logiky věci: pokud se totiž člověku změní zdravotní stav, není schopen nadále vykonávat dané činnosti buď vůbec, nebo alespoň ne ve stejné míře a kvalitě jako dříve. To může často vést k tomu, že se dotyčná osoba dané aktivity vzdá úplně.

### Zdravotní omezení jako důvod nemožnosti věnovat se volnočasové aktivitě



Graf č. 9: Výsledky k otázce č. 11 v dotazníku – zdravotní omezení jako důvod nemožnosti se věnovat volnočasové aktivitě



Graf č. 10: Výsledky k otázce č. 14 v dotazníku – překážky v naplňující činnosti

Z grafu č. 10 je patrné, že ihned za zdravotním stavem se jako bariéra v naplňující činnosti logicky umístily finance. Respondentky totiž, kvůli nemožnosti chodit do zaměstnání, žijí pouze ze svého invalidního důchodu, popřípadě z jiných příjmů svých rodin (u vdaných a žijících v párovém soužití).

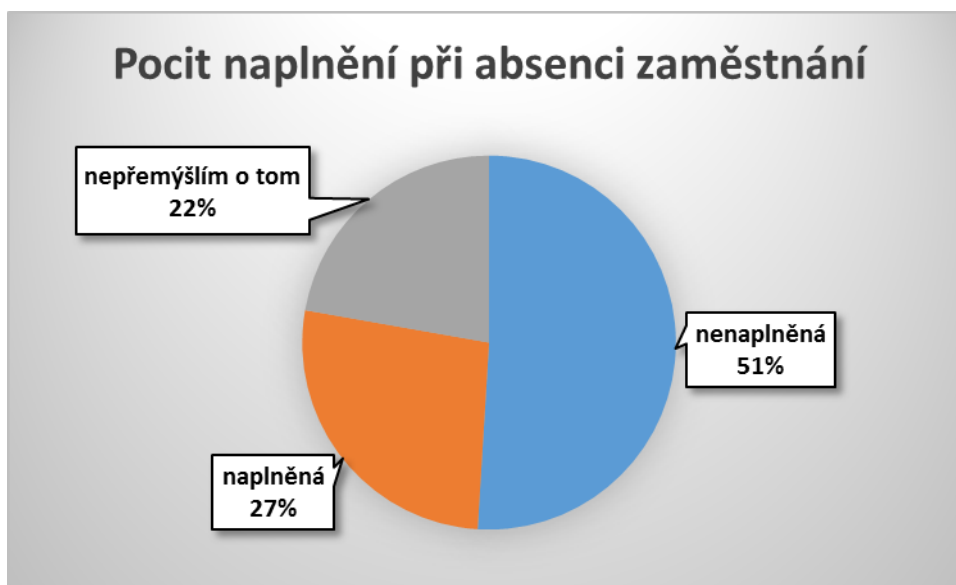
Většina respondentek (63 %) odpověděla, že se kvůli zdravotnímu stavu musela vzdát některé ze svých oblíbených volnočasových aktivit. Zdravotní stav jako důvod nemožnosti provozovat svoji oblíbenou aktivitu uvedlo 78 % respondentek, jako překážku v naplňující činnosti pak celých 85 % respondentek. U všech otázek výsledek shodně potvrzoval hypotézu.

Tuto hypotézu ověřovaly v rozhovoru otázky č. 17, 18, 19 a 24. Většina, tedy 5 respondentek, odpověděla, že se kvůli svému zdravotnímu omezení musely vzdát některé ze svých oblíbených volnočasových aktivit a že jim zdravotní stav brání ve vykonávání činnosti, která by je ve volném čase naplňovala. Dvě z tělesně postižených respondentek si například postěžovaly, že jim k vykonávání naplňující činnosti brání zdravotní stav, a že proto potřebují asistenta, kterého nemohou najít. Ostatní respondentky o tom buď neuvažovaly, nebo tuto skutečnost takto nevnímají.

**Závěr k H4:** Většina respondentek uvedla svůj zdravotní stav jako překážku k vykonávání naplňující činnosti. Rovněž tak většina respondentek tvrdila, že se kvůli zdravotnímu stavu musela vzdát některé ze svých oblíbených aktivit. Na základě zjištěných údajů byla hypotéza č. 4 přijata jako platná.

**H5:** Většina žen v produktivním věku, které jsou v invalidním důchodu III. stupně a zároveň nemohou být vůbec zaměstnány, vnímá nucený nadbytek svého volného času negativně a má kvůli této skutečnosti potíže se seberealizovat a cítit naplnění.

Toto téma bylo v dotazníku zastoupeno v otázkách č. 5, 6 a 15. V otázce č. 5 jsme se ptali respondentek na to, zda se dokáží cítit naplněné i přes absenci zaměstnání. Výsledky jsou znázorněny v grafu č. 11 a 12.



Graf č. 11: Otázka č. 5 – Pocit naplnění při absenci zaměstnání

V grafu č. 11 je znázorněn podíl žen, které se v rámci nemožnosti chodit do zaměstnání vyjádřily k pocitu naplnění negativně (51 %, což je většina, byť těsná). Je také zajímavé, jak vysoké procento nad svým naplněním nepřemýšlí (22 %).

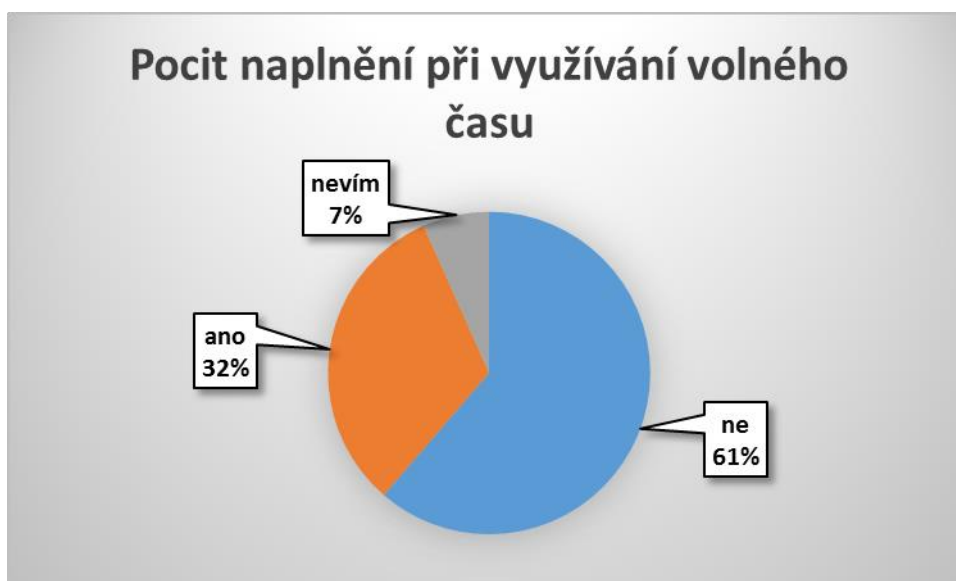
Otázka č. 6 se dotazovala na pocit z množství volného času (viz graf č. 12 níže).



Graf č. 12: Otázka č. 6 – vnímání množství volného času respondentkami

V grafu č. 12 je opět pozoruhodné, jak vysoké procento nad množstvím svého volného času nepřemýšlí (24 %). Vyhraněný názor mělo celkem 76 % respondentek, z toho většina (48 %) vnímala množství svého volného času, s ohledem na absenci zaměstnání, negativně.

Z výsledků všech tří uvedených grafů vyplynulo, že negativně vnímá nucený nadbytek volného času větší část respondentek, které uvedly k této skutečnosti nějaký názor. Zároveň většina respondentek (61 %) uvedla, že nedokáží svůj čas využít sebenaplňujícím způsobem (graf č. 13).



Graf č. 13: Otázka č. 15 – podíl pocitu naplnění při využívání volného času



Tabulka č. 6: Respondentky o pocitu naplnění v závislosti na absenci zaměstnání podle vzdělání

VZDĚLÁNÍ	i přesto NAPLNĚNÁ		NEPŘESMÝŠLÍM O TOM		proto NENAPLNĚNÁ		CELKEM	
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
<b>vysokoškolské</b>	12	34,3	8	22,9	15	42,9	35	100,0
<b>vyšší odborné</b>	2	20,0	4	40,0	4	40,0	10	100,0
<b>středoškolské</b>	14	22,6	8	12,9	40	64,5	62	100,0
<b>vyučení</b>	8	22,2	12	33,3	16	44,4	36	100,0
<b>základní</b>	2	20,0	2	20,0	6	60,0	10	100,0
<b>CELKEM</b>	<b>38</b>	<b>24,8</b>	<b>34</b>	<b>22,2</b>	<b>81</b>	<b>52,9</b>	<b>153</b>	<b>100,0</b>

Z tabulky č. 6 je na první pohled vidět, že nejvíce naplněné se cítí především vysokoškolačky. Středoškolačky se cítí v největším procentu nenaplněné. Nejvíce respondentek ze skupiny s vyšším odborným vzděláním o svém pocitu naplnění nepřemýšlí a více se jich cítí (stejně jako je tomu u vyučených) nenaplněných než naplněných. Respondentky se základním vzděláním se cítí více nenaplněné než naplněné.

Tabulka č. 7: Respondentky podle vzdělání o schopnosti dokázat využít volný čas k naplnění

VZDĚLÁNÍ	ne		ano		nevím		CELKEM	
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
<b>vysokoškolské</b>	25	71,4	6	17,1	4	11,4	35	100,0
<b>vyšší odborné</b>	2	20,0	6	60,0	2	20,0	10	100,0
<b>středoškolské</b>	34	54,8	26	41,9	2	3,2	62	100,0
<b>vyučení</b>	28	77,8	6	16,7	2	5,6	36	100,0
<b>základní</b>	6	60,0	4	40,0	0	0,0	10	100,0
<b>CELKEM</b>	<b>95</b>	<b>62,1</b>	<b>48</b>	<b>31,4</b>	<b>10</b>	<b>6,5</b>	<b>153</b>	<b>100,0</b>

V tabulce č. 7 je vidět, jak respondentky odpovídaly na dotaz, zda jsou schopné využít svůj volný čas naplňujícím způsobem. Záporná odpověď byla nejvíce ze všech skupin zastoupena u vyučených respondentek, zatímco kladná byla zastoupena nejhojněji u respondentek s vyšším odborným vzděláním. Je zajímavé, že nejvíce nevěděly respondentky ze stejné vzdělanostní skupiny. Je možno se jen domnívat, že respondentky v této vzdělanostní kategorii nemají ve svých životních prioritách zcela jasno, což může být i důvod, že sice touží po terciárním vzdělání, ale k vysokoškolskému studiu se neodhodlají.

V rozhovoru se hypotézy týkaly otázky č. 17–24. Tyto otázky se snažily zjistit, zda se respondentka musela kvůli svému zdravotnímu stavu vzdát některé naplňující aktivity, dále zda by se respondentka chtěla věnovat nějaké aktivitě častěji, ale nemůže kvůli svému zdravotnímu stavu (včetně upřesňujícího dotazu, o jakou aktivitu se jedná). Otázka č. 20 mířila na to, jak se respondentka dívá na fakt, že má mnoho volného času a jestli tento čas umí využít naplňujícím způsobem. Následoval dotaz, co pro respondentku znamená, že nemůže chodit do zaměstnání. V poslední otázce č. 24 měly respondentky sdělit, co jim brání ve využívání volného času k činnosti, která by je naplňovala. Většinou (v 6 případech) se respondentky v odpovědích shodly, že nedokáží svůj volný čas využít naplňujícím způsobem, a podíl svého množství volného času vnímaly spíše špatně. Například jedna z respondentek (vyučená SŠ, věk 40 let) k tématu uvedla: „*Mám spoustu volného času a často se nudím. Nevím, jak svůj čas naplnit...*“ Zbylé 2 respondentky naopak prožívaly množství svého volného času v závislosti na absenci zaměstnání dobře a uvedly, že se dokáží cítit naplněné. Jedna z duševně postižených respondentek uvedla: „*Jsem ráda, že můžu odpočívat, když potřebuju. Často mě únava přepadá během dne, a to si pak musím jít lehnout. A vůbec je fajn, že se můžu soustředit na sebe a svoje potřeby, protože mám na to čas...*“ Dále většina (5 respondentek) odpověděla, že se kvůli svému zdravotnímu omezení musely vzdát některé ze svých oblíbených volnočasových aktivit a že jim zdravotní stav brání ve vykonávání činnosti, která by je ve volném čase naplňovala. Například jedna z respondentek rozhovoru (svobodná vysokoškoláčka ve věku 32 let s duševním onemocněním) uvedla k nemožnosti chodit do zaměstnání: „*Vadí mi to. Chybí mi lidský kontakt a spolupráce na společném cíli a denní rytmus.*“ Zbylé 3 respondentky o tom buď neuvažovaly, nebo tuto skutečnost takto nevnímají.

**Závěr k H5:** Při šetření bylo zajímavé zjištění, jak významné procento respondentek nepřemýšlí o tom, jestli mají pocit naplnění při absenci zaměstnání. Přesto měla vyhraněný názor ve smyslu negativního prožívání, s touto skutečností spojeného, většina respondentek. Vyznění výsledků šetření bylo dále umocněno v rozhovorech. Na základě zjištěného byla hypotéza č. 5 přijata jako platná.

## ZÁVĚR

Téma využití volného času a schopnosti seberealizace je v dnešní době velmi aktuální problematikou. Týká-li se toto navíc ohrožené skupiny obyvatel, jakou bezesporu zdravotně postižení jsou, je téma pro sociální pedagogiku o to aktuálnější. Tato práce se zaměřila pouze na užší podskupinu zdravotně postižených, konkrétně na zdravotně postižené ženy v III. stupni invalidního důchodu, které nemohou být z rozhodnutí ČSSZ zaměstnány. Ústředním výzkumným problémem práce bylo porovnat, zhodnotit a předložit souhrnné informace o možnostech a mezích v seberealizaci těchto žen, se zaměřením na trávení jejich volného času. Teoretická část se zabývala možnostmi a mezemi v trávení volného času v závislosti na subjektivním pocitu seberealizace u těchto žen.

Na základě opory v odborné literatuře byly předloženy informace o problematice nároků moderní společnosti na ženu, o invaliditě, o volném čase v lidském životě a o problematice seberealizace obecně. Následné empirické šetření si kladlo za cíl zmapovat možnosti a hranice seberealizace cílové skupiny žen.

Z výsledků empirického šetření vyplynulo, že cílová skupina žen vnímá nucený nadbytek svého volného času negativně, a má proto potíže se seberealizovat a cítit naplnění. Nejčastějším důvodem k tomu bývá především zdravotní stav respondentek, kvůli němuž se také musely vzdát některé ze svých oblíbených volnočasových činností. Dalším důvodem pak bývají logicky i finance.

Dále se potvrdilo, že čím vyšší vzdělání má žena produktivního věku v invalidním důchodu III. stupně, která zároveň nemůže být zaměstnána, tím spíše se seberealizuje formou vzdělávání a sebevzdělávání se.

Bylo také zjištěno, že péče o rodinu a snaha o zlepšování zdravotního stavu patří u zmíněné skupiny žen mezi nejdůležitější činnosti ve volném čase.

Duševně postižené respondentky oproti předpokladům ve svém volném čase nejčastěji nevyhledávají péči o domácí zvířata, dokonce se jí věnují méně často než ostatní respondentky s jiným druhem postižení. Snaží se spíše o zlepšování zdravotního stavu, tvůrčím a uměleckým činnostem a trávení času s přáteli, dále sledování televize a čtení.

Během vzniku této práce bylo ověřeno, že odborná literatura nenabízí dostatek zdrojů zabývajících se specificky vybranou cílovou skupinou, proto jsme vycházeli ze

všeobecné odborné literatury k daným tématům se snahou aplikovat zjištěná fakta na ženy v invalidním důchodu III. stupně, které nemohou být zaměstnány. Zjištěná fakta na cílovou skupinu jsme mohli aplikovat díky zjištění, že potřeby a touhy těchto žen se nijak výrazně neliší od neinvalidních jedinců. Empirická část práce pak měla získané poznatky ověřit v praxi.

Cílem práce bylo zjistit, jaké jsou postoje invalidních žen ve III. stupni invalidity v produktivním věku, které nemohou být zaměstnány, k vlastnímu subjektivnímu pocitu seberealizace a jejich preference v trávení volného času. Lze říci, že na základě uvedeného úkolu byl cíl práce splněn, i navzdory nedostatečnému množství existující specifické odborné literatury k danému tématu.

Vzhledem k tomu, že se tematika týká sociálně ohrožené skupiny osob, bylo by žádoucí pokračovat dalšími výzkumnými aktivitami v této oblasti. Tyto výzkumy by mohly být podkladovým materiálem například pro sociální a speciální pedagogy a pedagogy volného času při vytváření programu pro hendikepované ženy v produktivním věku či jako podkladový materiál pro vznik odborné literatury k tématu. Tím by bylo možno výrazně ovlivnit nejen efektivitu volného času cílové skupiny, ale i kvalitu jejich života. Práce by pak mohla napomoci pracovníkům organizací nabízejících volnočasové aktivity pro hendikepované občany a k porozumění oblasti potřeb v trávení volného času invalidních žen. Empirickým šetřením zjištěná fakta by mohla sloužit jako podklad při tvorbě programu volnočasových aktivit pro cílovou skupinu postižených žen v organizacích i v rámci ústavů či chráněného bydlení. Nabídka volnočasových aktivit pro hendikepované by se mohla rozšířit například o vhodně koncipované vzdělávací aktivity všeobecně, i o vzdělávací aktivity směrem ke zlepšování zdravotního stavu konkrétní klientely. Některé pražské organizace pro pomoc zdravotně postiženým občanům již o tuto práci projevily zájem.

Klientky samy by se pak především mohly více zamýšlet nad svým pocitem naplnění a snažit se přijít na to, co konkrétně by k takovému pocitu mohlo vést. Měly by vědět, že leckdy je nutné projít i hledáním pomoci metody pokus–omyl. Celospolečensky by pak bylo vhodné zaměřit se na odstranění co největšího počtu bariér pro oblast trávení volného času zdravotně postižených občanů.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- BARNES, Colin. *Disabled people in Britain and Discrimination: A Case for Anti-Discrimination Legislation, 1991*. [online], 2017, [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z <http://pf7d7vi404s1dxh27mla5569.wpengine.netdna-cdn.com/files/library/Barnes-disabled-people-and-discrim-ch8.pdf>.
- BOČKOVÁ, Věra. *Aktuální problémy výchovy a vzdělávání dospělých II*. Vyd. 1. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995. ISBN 80-7067-569-1.
- BRESTOVANSKÝ, Martin. *Pedagogika volného času 2: Pedagogika zážitku a hra*. Trnava: Trnavská univerzita, 2013. ISBN 978-80-8082-751-9.
- BROŽOVÁ, Dagmar. *Společenské souvislosti trhu práce*. Praha: Slon, 2003. ISBN 80-86429-16-4.
- BUCHTOVÁ, Božena, et al. *Nezaměstnanost: psychologický, ekonomický a sociální problém*. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-9006-8.
- Co dělat v Praze*, 2016 [online], Praha.eu: Portál hlavního města Prahy. [cit. 20. 1. 2016]. [http://www.praha.eu/jnp/cz/co\\_delat\\_v\\_praze/volny\\_cas/](http://www.praha.eu/jnp/cz/co_delat_v_praze/volny_cas/).
- ČADILOVÁ, Olga, 2010. *Rodina* [online]. [cit. 4.6.2016]. Dostupné z [http://www.szsmb.cz/admin/upload/sekce\\_materialy/Rodina.pdf](http://www.szsmb.cz/admin/upload/sekce_materialy/Rodina.pdf).
- ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování: kultura a umění ve výchově*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Karlova, 1993. ISBN 80-706-6534-3.
- DESNICOVÁ, Lucie, 2009. *Pracovní uplatnění lidí s mentálním postižením metodou podporovaného zaměstnávání*, bakalářská práce [online]. Brno [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z [http://is.muni.cz/th/199787/pedf\\_b/PPRACOVNI\\_UPLATNENI\\_LIDI\\_S\\_2.doc](http://is.muni.cz/th/199787/pedf_b/PPRACOVNI_UPLATNENI_LIDI_S_2.doc).
- Domácí zvířata jako sekundární prevence u rizikových skupin*, 2017 [online], Tiere als Prävention, Forschungskreis Heimtiere in der Gesellschaft. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z <http://www.moloss.cz/pesjelek.htm>.
- DVOŘÁK, Josef, ŠOLCOVÁ, Iva. *Vademekum moderní manažerky*. Vyd. 1. Praha: Management Press, 1998. ISBN 80-85943-62-X.
- FELLNEROVÁ, Uschi. *Žena 21. století*, Vyd 1. Praha: Ikar, 1997. ISBN 80-7202-144-3.
- FURGER, Franz. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*. Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-1061-0.
- GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. ISBN 80-7203-124-4.

HÁJEK Bedřich, HOFBAUER, Břetislav, PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času, současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.

HESS, Ladislav, FIALOVÁ, Renáta. *Vliv zvířat na psychiku člověka*. Časopis Vesmír 1995/11. ISSN 1214-4029.

HIRT, Tomáš, et al. *Vybrané kapitoly z aplikované sociální antropologie*. Vyd. 1. Plzeň: Západočeská univerzita, 2012. ISBN 978-80-261-0122-2.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

HORN, Dana. *Chronic resilience: 10 sanity-saving strategies for women coping with the stress of illness*, 1st pub. San Francisco, Calif.: Conari Press, 2013. ISBN 978-1-57324-594-4.

CHALOUPKOVÁ, Jana, 2005. Faktory ovlivňující dělbu domácí práce v českých domácnostech a hodnocení její spravedlnosti, *Sociologický časopis/Czech Sociological Review* [online], Vol. 41, No. 1: 57–77. s. 63. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z [http://sreview.soc.cas.cz/uploads/8f650144ca32d413310a694afcdbf715dfddc8f6\\_540\\_13chaloupkova18.pdf](http://sreview.soc.cas.cz/uploads/8f650144ca32d413310a694afcdbf715dfddc8f6_540_13chaloupkova18.pdf).

CHRÁSTKA, Miroslav. *Metodologie pedagogiky: Základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

JACOBSSON, Lennart, 2001. Leisure Activities in Rheumatoid Arthritis: Change after Disease Onset and Associated Factors. *British Journal of Occupational Therapy* [online]. Sage journals. [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/030802260106400206>.

JELÍNEK, Tomáš, 2009. *Vzdělávání dospělých v ČR* [online]. Donath-Burson-Marsteller. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z [http://www.msmt.cz/file/215\\_1\\_1/download/](http://www.msmt.cz/file/215_1_1/download/).

JESENSKÝ, Ján. *Integrace – znamení doby: sborník z odborné konference na počest 50. výročí Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy a 50. výročí vysokoškolské přípravy speciálních pedagogů*. Praha: Karolinum, 1998. ISBN 80-7184-691-0.

JIRÁSKOVÁ, Miroslava, TOMANOVÁ, Jitka, 2011. *Vybrané kapitoly ze sociální politiky* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého. [cit. 4.6.2016]. Dostupné z [http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user\\_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09\\_Studijni\\_opo ra\\_17\\_1\\_2012.pdf](http://www.pdf.upol.cz/fileadmin/user_upload/PdFkatedry/KAZ/FRVS/09_Studijni_opo ra_17_1_2012.pdf).

*Kam v Brně*, 2016 [online]. Brno: GotoBrno [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <http://www.gotobrno.cz/>.

KAPLÁNEK, Michal, et al. *Čas volnosti – čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0450-3.

- KELNAROVÁ Jarmila, MATĚJKOVÁ, Eva. *Psychologie a komunikace pro zdravotnické asistenty*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2831-5.
- KLUPÁKOVÁ, Hana, VNOUČKOVÁ, Lucie, 2013. *Proces plánování kariéry v podniku* [online]. [cit. 1.8.2016]. Dostupné z [http://www.slu.cz/opf/cz/informace/acta-academica-karviniensia/casopisy-aak/aak-rocnik-2013/docs-3-2013/Klupakova\\_Vnouckova.pdf](http://www.slu.cz/opf/cz/informace/acta-academica-karviniensia/casopisy-aak/aak-rocnik-2013/docs-3-2013/Klupakova_Vnouckova.pdf).
- KNOTOVÁ, Dana. *Pedagogické dimenze volného času*. Praha: Grada 2011. ISBN 978-80-7315223-9.
- KOHOUTEK, Rudolf, 2010. *Rozhovor, jeho druhy a požadavky na tazatele* [online]. [cit. 30. 1. 2017]. Dostupné z <http://rudolfkohoutek.blog.cz/1002/rozhovor-jeho-druhy-a-pozadavky-na-tazatele>.
- KOHOUTEK, Rudolf, et al. 2014 *Hra dětí předškolního věku* [online]. [cit. 1. 7. 2016]. Dostupné z <http://rudolfkohoutek.blog.cz/1404/hra-deti-predskolniho-veku>.
- KOPŘIVOVÁ, Lenka, 2008. *Volný čas a zájmové aktivity v zařízeních sociálních služeb*, diplomová práce [online]. Brno. [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z [https://is.muni.cz/th/246415/pedf\\_m/Diplomova\\_prace.txt](https://is.muni.cz/th/246415/pedf_m/Diplomova_prace.txt).
- KOSOVÁ, Denisa. *Pohybové volnočasové aktivity žáků II. stupně základních škol*, Hradec Králové, 2012. Univerzita Hradec Králové. Fakulta pedagogická. Diplomová práce.
- KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ, Věra, et al. *Člověk, prostředí, výchova*. Brno: Paido, 2001, ISBN 80-7315-004-2.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: Otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1370-5.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *Odpovědi na otázky o smrti a umírání: etický manuál pro mediky, lékaře a sestry*. Praha: H & H, 1995.
- KUCHAŘOVÁ, Věra, ZAMYKALOVÁ Lenka. *Aktuální otázky postavení žen v ČR*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 1998.
- MACHOVCOVÁ, Kateřina, MEJSTRÍKOVÁ, Alena, 2008. *Vztahy v rodině: Občanská společnost* [online]. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z <http://obcan.ecn.cz/index.shtml?w=r&x=132566>
- MAREŠ, Petr. *Nezaměstnanost jako sociální problém*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1998. ISBN 80-85850-60-5.
- MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-494-X.

- MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Slon, 1997. ISBN 80-85850-24-9.
- MICHEL, Katarina. *Odvážným (ženám) patří svět*. Vyd. 1. Praha: Metafora, 2010. ISBN 978-80-7359-236-3.
- MURPHY, Robert Francis. *Umlčené tělo*. Praha: SLON, 2001. ISBN 80-85850-98-2.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Úvod do psychologie*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-0993-0.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0525-0.
- NOVOSAD, Libor. *Základy speciálního poradenství*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-197-5.
- NOVOSAD, Libor. *Poradenství pro osoby se zdravotním a sociálním znevýhodněním: základy a předpoklady dobré poradenské praxe*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-509-7.
- NOVOSAD, Libor. *Tělesné postižení jako fenomén i životní realita: diskurzivní pohledy na tělo, tělesnost, pohyb, člověka a tělesné postižení*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-873-9.
- OPATŘILOVÁ, Dagmar, ZÁMEČNÍKOVÁ, Dana. *Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených*. Brno: MU, 2005. ISBN 80-210-3718-0.
- PAUKNEROVÁ Daniela. *Psychologie pro ekonomy a manažery*. Vyd. 3. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3809-3.
- PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-262-0030-7.
- PÁVKOVÁ, Jiřina, et al. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6.
- PLATZNEROVÁ, Andrea, 2012. *Smysl života se nedá vymyslet* [online]. [cit. 26.8.2016]. Dostupné z <https://psychologie.cz/smysl-zivota-se-neda-vymyslet/>.
- Plzeň: *Evropské hlavní město kultury. Život v Plzni: volný čas*. 2016 [online]. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <https://www.plzen.eu/obcan/zivot-v-plzni/volny-cas/kalendar-akci/>.
- Praktické informace: kultura a sport*, 2016 [online]. Liberec.cz. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <http://www.liberec.cz/cz/prakticke-informace/kultura-sport/>.



RABUŠICOVÁ, Milada, RABUŠIC, Ladislav. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2.

REICHEL, Jiří. *Kapitoly systematické sociologie*. Vyd. 2. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2594-9.

RIDDELL, Sheila, BANKS, Pauline. *Disabled people, employment and the Work Preparation programme*. In ROULSTONE, A., BARNES, C. (eds). *Working Futures? Disabled People, Policy and Social Inclusion*. The Policy Press, Bristol 2005. ISBN 1-86134-626-3.

RIEBAUEROVÁ, Martina, GAZDÍK, Jan. *Životní styl: zdaleka se neblíží ideálu*. Mladá fronta Dnes, ze dne 17. 5.2000. ISSN 1210-1168.

SESTRIENKOVÁ, Hana, 2009. *Canisterapie v sociální práci*, diplomová práce [online]. MU Brno. [cit. 26. 1. 2017], Dostupné z [http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/8047/sestrienkov%C3%A1\\_2009\\_dp.pdf?sequence=1](http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/8047/sestrienkov%C3%A1_2009_dp.pdf?sequence=1).

SIROVÁTKA, Tomáš. *Rodina, zaměstnání a sociální politika*. Vyd. 1. Brno: Albert, 2006. ISBN 80-732-6104-9.

SKÁCELOVÁ, Pavla, VOJTĚCH, Jiří, 2011. *Dálkové studium ve středním odborném vzdělávání: - cíle, očekávání a názory účastníků studia 2010/11* [online]. Národní ústav pro vzdělávání, Praha. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné [http://www.nuv.cz/uploads/Vzdelavani\\_a\\_TP/Dalkove\\_studium\\_pro\\_www.pdf](http://www.nuv.cz/uploads/Vzdelavani_a_TP/Dalkove_studium_pro_www.pdf).

SKUPNIK, Jaroslav, et al. *Panoráma biologické a sociokulturní antropologie: Manželství a sexualita z antropologické perspektivy*. Brno: NAUMA, 2002. ISBN 80-210-2840-8.

SPOUSTA, Vladimír, et al. *Metody a formy výchovy ve volném čase: kultura a umění ve výchově*. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. ISBN 80-210-1275-7.

SPOUSTA, Vladimír. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova Univerzita, 1994. ISBN 80-210-1007-X.

*Standardní pravidla pro vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením*. Praha: Sdružení zdravotně postižených v ČR, 1997.

SÝKORA, Jan, 2014. *Pedagogika volného času* [online]. [cit. 7. 1. 2016]. Dostupné z [http://inpdf.uhk.cz/wpcontent/uploads/2014/03/Pedagogika\\_volneho\\_casu-KA9-Sykora.pdf](http://inpdf.uhk.cz/wpcontent/uploads/2014/03/Pedagogika_volneho_casu-KA9-Sykora.pdf).

ŠERÁK, Michal. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠPOK, Dalibor, 2015. *Více o... seberealizaci*. [online]. [cit. 5. 5. 2016]. Dostupné z <http://www.daliborspok.cz/individual/seberealizace-osobni-osobnostni-rozvoj/>

ŠTÍPKOVÁ, Pavlína. *Není schopen výdělečné činnosti ani za zcela mimořádných podmínek a přesto pracuje...* [online]. [cit. 20. 12. 2016]. Dostupné z <http://www.fosaops.org/podporovane-zamestnavani-formika/neni-schopen-vydelecne-cinnosti-ani-za-zcela-mimoradnych-podminek-a-presto-pracuje>.

ŠVIGOVÁ, Milada. *Volný čas a my*. Svobodné slovo 1967. ISSN 0231-732X.

*Tourism.olomouc.eu*. *Volný čas*, 2016 [online]. Magistrát města Olomouce [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <http://tourism.olomouc.eu/tourism/information-centre/>.

TUČEK, Milan, et al. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Praha: SLON, 2003. ISBN 80-86429-22-9.

*Turista*, 2016 [online]. Ostrava – oficiální portál. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <https://www.ostrava.cz/cs>.

VALÁŠKOVÁ, Kamila, 2001. Umělecká činnost jako prostředek zlepšení kvality života duševně nemocných. *Sborník prací filosofické fakulty brněnské univerzity* [online]. [cit. 26. 1. 2017]. Dostupné z [https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/114374/P\\_Psychologica\\_05-2001-1\\_9.pdf?sequence=1](https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/114374/P_Psychologica_05-2001-1_9.pdf?sequence=1).

VÁGNEROVÁ, Magda. *Možnosti terapeutického přínosu malých zvířat pro zlepšení kvality života handicapovaných dětí i dospělých*. Speciální pedagogika, 1996, Roč. 6, č. 2. ISSN 1211-2720.

VÁGNEROVÁ, Marie, HADJ-MOUSSOVÁ Zuzana, ŠTECH, Stanislav. *Psychologie handicapu*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 80-7184-929-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: MU, 1992. ISBN 80-210-0428-2.

*Velkoměsta České republiky podle sčítání*, 2011 [online]. Český statistický úřad: analýza. [cit. 20. 1. 2016]. Dostupné z <https://www.czso.cz/documents/10180/20536246/170234-14.pdf/fa4213d1-7256-420f-aba0-dce08c9a1c72?version=1.2>.

VESELÁ, Jana. *Kapitoly ze sociální pedagogiky*. Vyd. 1. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2006. ISBN 80-719-4864-0.

VLČKOVÁ, Kateřina, 2006. *Základní pedagogické kategorie a pojmy*, [online]. [cit. 1.8.2016] Dostupné z [http://is.muni.cz/elportal/estud/lf/ps05/mpmp071/ped\\_kategorie.pdf](http://is.muni.cz/elportal/estud/lf/ps05/mpmp071/ped_kategorie.pdf).

VÝROST, Jozef, SLAMĚNÍK, Ivan. *Aplikovaná sociální psychologie III*, Vyd. 1. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-247-0180-4.

ZACHAROVÁ, Eva. *Základy psychologie pro zdravotnické obory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-7107-6.

*Zákon č. 155/1995 Sb. o důchodovém pojištění.*

## **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha A: Formulář tištěného dotazníku

Příloha B: Struktura rozhovoru

Příloha C: Maslowova pyramida potřeb

Příloha D: Doplnující tabulky k průzkumu

**DOTAZNÍK**  
**pro ŽENY v INVALIDNÍM DŮCHODU III. STUPNĚ**  
**ve VĚKU 18 – 55 let,**  
**Prosím jen ty, které nemohou být zaměstnané**  
**ani na částečný úvazek!!!**

Dobrý den,

jsem studentkou Univerzity Hradec Králové a žádám Vás o vyplnění tohoto dotazníku. Je zcela anonymní a slouží pouze ke studijním účelům. Se všemi údaji budu zacházet diskrétně. Údaje budou statisticky zpracovány a výsledky využity výhradně pro účely mé magisterské diplomové práce.

Správné odpovědi prosím zakřížkujte, případně doplňte podle pokynů. Pokud není uvedeno jinak, tak volte jen jednu z nabízených odpovědí. Budu velmi ráda, pokud si najdete na vyplnění dotazníku čas. Děkuji.

Bc. Tereza Ptáčková

**1. Věk**

- 18–25                       26–40                       41–55

**2. Vzdělání**

- Základní  
 Vyučení  
 Středoškolské  
 Vyšší odborné  
 Vysokoškolské

**3. Rodinný stav**

- svobodná     párové soužití     vdaná     rozvedená     vdova

**4. Jaké je Vaše zdravotní postižení?**

- duševní                       tělesné                       kombinované

**5. „Nemohu chodit do zaměstnání, cítím se...“ (Zaškrtněte, jak byste tvrzení dokončila)**

- i přesto NAPLNĚNÁ  
 proto NENAPLNĚNÁ  
 nepřemýšlím o tom

**6. „To, že nemohu chodit do zaměstnání a proto mám mnoho volného času, vnímám spíše...“ (Zaškrtněte, jak byste tvrzení dokončila)**

- ŠPATNĚ  
 DOBRĚ  
 nepřemýšlím o tom

**7. V čem byste chtěla vyniknout? (vepište)**

.....

**8. Zaškrtněte 3 pro Vás nejdůležitější činnosti ve volném čase:**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Televize                                  | <input type="checkbox"/> Chata, chalupa                                   |
| <input type="checkbox"/> Sport aktivně                             | <input type="checkbox"/> V lese, na houbách                               |
| <input type="checkbox"/> Čtení (knihy, noviny, časopisy)           | <input type="checkbox"/> Péče o domácí zvířata                            |
| <input type="checkbox"/> Trávení času s přáteli, kamarády, známými | <input type="checkbox"/> Chov hospodářských zvířat                        |
| <input type="checkbox"/> Procházky (i se psem)                     | <input type="checkbox"/> Nákupy   |
| <input type="checkbox"/> Počítač (internet)                        | <input type="checkbox"/> Společenské hry (šachy, karty, kulečnick, apod.) |
| <input type="checkbox"/> Zahrádka                                  | <input type="checkbox"/> Péče o rodinu...                                 |
| <input type="checkbox"/> Odpočinek, relaxace                       | <input type="checkbox"/> Snaha o zdravý životní styl...                   |
| <input type="checkbox"/> Kino, divadlo, výstavy apod.              | <input type="checkbox"/> Snaha o osobní rozvoj...                         |
| <input type="checkbox"/> Zájezdy, výlety, cestování, dovolená      | <input type="checkbox"/> Dobrovolnictví...                                |
| <input type="checkbox"/> Návštěva baru, kavárny                    | <input type="checkbox"/> Ekologické aktivity...                           |
| <input type="checkbox"/> Ruční práce                               | <input type="checkbox"/> Tvůrčí a umělecké činnosti...                    |
| <input type="checkbox"/> Hudba – poslech                           | <input type="checkbox"/> Vzdělávání a sebevzdělávání se...                |
| <input type="checkbox"/> Domácí práce, péče o domácnost            | <input type="checkbox"/> Snaha o zlepšování zdravotního stavu...          |
| <input type="checkbox"/> Trávení času s partnerem, přítelem        | <input type="checkbox"/> Náboženství, esoterika, hledání smyslu života    |
| <input type="checkbox"/> Luštění křížovek, různé soutěže           | <input type="checkbox"/> Jiné,<br>uved'te:.....                           |
| <input type="checkbox"/> Sport pasivně                             |   |

**9. Musela jste se kvůli zdravotnímu stavu vzdát některé své volnočasové aktivity, která Vás naplňovala?**

- ano       ne

**10. Pokud jste v předešlé otázce odpověděla ano, tak o jakou aktivitu se jedná? (vepište)**

.....

**11. Chtěla byste se nějaké volnočasové aktivitě věnovat častěji, ale nemůžete kvůli zdravotnímu omezení?**

- ano       ne

**12. Zaškrtněte prosím 1-3 aktivity, kterým byste se chtěla věnovat častěji...**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Televize                                  | <input type="checkbox"/> Chata, chalupa                                   |
| <input type="checkbox"/> Sport aktivně                             | <input type="checkbox"/> V lese, na houbách                               |
| <input type="checkbox"/> Čtení (knihy, noviny, časopisy)           | <input type="checkbox"/> Péče o domácí zvířata                            |
| <input type="checkbox"/> Trávení času s přáteli, kamarády, známými | <input type="checkbox"/> Chov hospodářských zvířat                        |
| <input type="checkbox"/> Procházky (i se psem)                     | <input type="checkbox"/> Nákupy   |
| <input type="checkbox"/> Počítač (internet)                        | <input type="checkbox"/> Společenské hry (šachy, karty, kulečnick, apod.) |
| <input type="checkbox"/> Zahrádka                                  | <input type="checkbox"/> Péče o rodinu...                                 |
| <input type="checkbox"/> Odpočinek, relaxace                       | <input type="checkbox"/> Snaha o zdravý životní styl...                   |
| <input type="checkbox"/> Kino, divadlo, výstavy apod.              | <input type="checkbox"/> Snaha o osobní rozvoj...                         |
| <input type="checkbox"/> Zájezdy, výlety, cestování, dovolená      | <input type="checkbox"/> Dobrovolnictví...                                |
| <input type="checkbox"/> Návštěva baru, kavárny                    | <input type="checkbox"/> Ekologické aktivity...                           |
| <input type="checkbox"/> Ruční práce                               | <input type="checkbox"/> Tvůrčí a umělecké činnosti...                    |
| <input type="checkbox"/> Hudba – poslech                           | <input type="checkbox"/> Vzdělávání a sebevzdělávání se...                |
| <input type="checkbox"/> Domácí práce, péče o domácnost            | <input type="checkbox"/> Snaha o zlepšování zdravotního stavu...          |
| <input type="checkbox"/> Trávení času s partnerem, přítelem        | <input type="checkbox"/> Náboženství, esoterika, hledání smyslu života    |
| <input type="checkbox"/> Luštění křížovek, různé soutěže           | <input type="checkbox"/> Jiné, uveďte:.....                               |
| <input type="checkbox"/> Sport pasivně                             |   |

**13. Proč jste si vybrala právě tuto volnočasovou aktivitu?**

- Naplňuje mne, mám v ní pocit seberealizace
- Chci v dané oblasti něčeho dosáhnout
- Baví mě to
- Jiná možnost: (vypište).....

**14. Co Vám brání v činnostech, které Vás naplňují? (můžete zaškrtnout i více možností)**

- Finance
- Místo bydliště  
(dojíždění za volnočasovou aktivitou...)
- Nedostatečná nabídka volnočasových aktivit
- Nedostatek přátel
- Péče o rodinu a děti, domácnost
- Zdravotní stav
- Jiné

Pokud jste uvedli jiné, prosím, vyplňte zde: .....

**15. Dokážete svůj volný čas využít tak, abyste se cítila naplněná?**

- Ano
- Ne
- Nevím – vysvětlete:.....

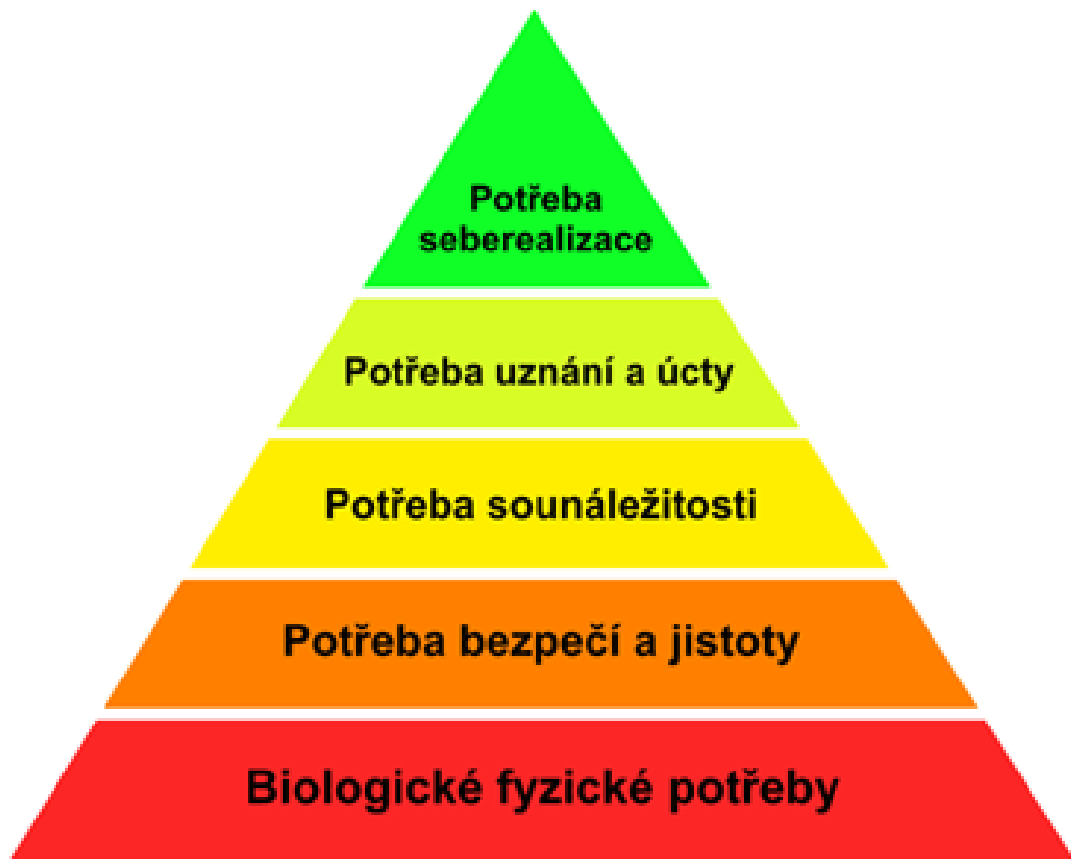
**16. U každé z následujících činností uveďte prosím, jak často ji vykonáváte:**

	každý den	1x za týden	Cca měsíčně	1x několikrát ročně	nikdy
Televize	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sport aktivně	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Čtení (knihy, noviny, časopisy)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trávení času s přáteli, kamarády, známými	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Procházky (i se psem)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Počítač (internet)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zahrádka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Odpočinek, relaxace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kino, divadlo, výstavy apod.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zájezdy, výlety, cestování, dovolená	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Návštěva baru, kavárny	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ruční práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hudba – poslech	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Domácí práce, péče o domácnost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trávení času s partnerem, přítelem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luštění křížovek, různé soutěže	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sport pasivně	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chata, chalupa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
V lese, na houbách	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Péče o domácí zvířata	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chov hospodářských zvířat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nákupy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Společenské hry (šachy, karty, kulečnick)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Péče o rodinu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snaha o zdravý životní styl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snaha o osobní rozvoj	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dobrovolnictví	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ekologické aktivity	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tvůrčí a umělecké činnosti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vzdělávání a sebevzdělávání se	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snaha o zlepšování zdravotního stavu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Náboženství, esoterika, hledání smyslu života	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jiné, uveďte:.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### Rozhovor

1. Kolik je Vám let?
2. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
3. Jaký je Váš rodinný stav?
4. Jaké je Vaše zdravotní postižení? (duševní, tělesné, kombinované?)
5. V čem byste chtěla vyniknout?
6. Jaké jsou pro Vás 3 nejdůležitější činnosti ve volném čase?
7. Naplňují Vás tyto činnosti?
8. Jak by vypadal Váš ideálně strávený čas?
9. Co byste ráda dělala ve svém volném čase, kdybyste na to měla podmínky?
10. Popište mi prosím, proč je to právě tato aktivita?
11. Jakým způsobem se snažíte využívat svůj volný čas?
12. Uved'te prosím 3 činnosti, které dobrovolně vykonáváte nejčastěji?
13. Uved'te prosím 3 činnosti, které vykonáváte nejraději?
14. Patří vzdělávání a sebevzdělávání mezi Vaše priority ve volném čase?
15. Patří péče o rodinu mezi Vaše priority ve volném čase?
16. Patří péče o domácí zvíře/zvířata mezi Vaše nejoblíbenější činnosti?
17. Musela jste se kvůli důchodu vzdát některé své volnočasové aktivity, která Vás naplňovala?
18. Chtěla byste se nějaké volnočasové aktivitě věnovat častěji, ale nemůžete kvůli zdravotnímu omezení?
19. O jakou aktivitu se jedná?
20. A jak se díváte na to, že máte mnoho volného času?
21. Máte pocit, že tento čas umíte využít k činnosti, která Vás naplňuje?
22. Co pro Vás znamená, že nemůžete chodit do zaměstnání?
23. Dokážete svůj volný čas využít tak, abyste se cítila naplněná?
24. Co Vám brání ve využívání volného času k činnosti, která by Vás naplňovala? (jsou to spíše finance, místo bydliště a nemožnost dojíždění, nedostatečná nabídka volnočasových aktivit, nedostatek přátel, zdravotní stav nebo něco jiného?) Pokud je to něco jiného, prosím uveďte co.



Obr. č. 1: Maslowova pyramida potřeb<sup>116</sup>

---

<sup>116</sup> Maslowova pyramida potřeb [online], 2017, Dostupné z <http://www.opsychologii.cz/clanek/154-abraham-maslow-a-teorie-seberealizace/>.

## Příloha D

### Doplňující tabulky k výsledkům průzkumu

Tabulka č. 8: Podíl žen podle vzdělání, jež se musely kvůli zdravotnímu stavu vzdát některé své volnočasové aktivity, která je naplňovala.

VZDĚLÁNÍ	ano		ne		CELKEM	
	Počet	%	Počet	%	Počet	%
vysokoškolské	20	20,80	15	25,00	35	22,90
vyšší odborné	6	6,30	4	7,10	10	6,50
středoškolské	48	50,00	14	25,00	62	40,50
vyučení	20	20,80	16	28,60	36	23,50
základní	2	2,10	8	14,30	10	6,50
<b>CELKEM</b>	<b>96</b>	<b>100,00</b>	<b>56</b>	<b>100,00</b>	<b>153</b>	<b>100,00</b>

Tabulka č. 9: Podíl žen podle vzdělání, jež by se chtěly věnovat nějaké volnočasové aktivitě častěji, ale nemohou kvůli svému zdravotnímu omezení

VZDĚLÁNÍ	ano		ne		CELKEM	
	Počet	%	Počet	%	Počet	%
středoškolské	50	39,70	12	37,50	62	40,50
vysokoškolské	29	24,10	6	18,80	35	22,90
vyšší odborné	10	8,60	0	0,00	10	6,50
vyučení	26	22,40	10	31,30	36	23,50
základní	6	5,20	4	12,50	10	6,50
<b>CELKEM</b>	<b>121</b>	<b>100,00</b>	<b>32</b>	<b>100,00</b>	<b>153</b>	<b>100,00</b>

Tabulka č. 10: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času s přáteli a známými podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
denně	0	0,0	2	33,3	4	66,7	6	42,9
1x týdně	2	100,0	0	0,0	0	0,0	2	14,3
cca 1x měsíčně	0	0,0	4	66,7	0	0,0	4	28,6
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	2	33,3	2	14,3
nikdy	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
denně	5	15,6	0	0,0	2	8,7	7	10,8
1x týdně	19	59,4	4	40,0	12	52,2	35	53,8
cca 1x měsíčně	8	25,0	6	60,0	5	21,7	19	29,2
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	4	17,4	4	6,2
nikdy	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
denně	2	14,3	8	25,0	10	35,7	20	27,0
1x týdně	2	14,3	8	25,0	8	28,6	18	24,3
cca 1x měsíčně	4	28,6	4	12,5	4	14,3	12	16,2
několikrát ročně	6	42,9	8	25,0	4	14,3	18	24,3
nikdy	0	0,0	4	12,5	2	7,1	6	8,1
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 11: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času u PC a internetu podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	4	66,7	6	100,0	10	71,4
1x týdně	2	100,0	0	0,0	0	0,0	2	14,3
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	0	0,0	2	33,3	0	0,0	2	14,3
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	19	59,4	6	60,0	17	73,9	42	64,6
1x týdně	7	21,9	2	20,0	4	17,4	13	20,0
cca 1x měsíčně	2	6,3	0	0,0	0	0,0	2	3,1
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	4	12,5	2	20,0	2	8,7	8	12,3
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	4	28,6	19	59,4	18	64,3	41	55,4
1x týdně	6	42,9	5	15,6	4	14,3	15	20,3
cca 1x měsíčně	2	14,3	2	6,3	0	0,0	4	5,4
několikrát ročně	2	14,3	2	6,3	0	0,0	4	5,4
nikdy	0	0,0	4	12,5	6	21,4	10	13,5
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 12: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času odpočinkem a relaxací podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	2	100,0	2	33,3	4	66,7	8	57,1
1x týdně	0	0,0	2	33,3	2	33,3	4	28,6
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	0	0,0	2	33,3	0	0,0	2	14,3
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	24	75,0	8	80,0	8	34,8	40	61,5
1x týdně	4	12,5	0	0,0	8	34,8	12	18,5
cca 1x měsíčně	2	6,3	0	0,0	2	8,7	4	6,2
několikrát ročně	2	6,3	0	0,0	2	8,7	4	6,2
nikdy	0	0,0	2	20,0	3	13,0	5	7,7
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	4	28,6	17	53,1	14	50,0	35	47,3
1x týdně	6	42,9	5	15,6	7	25,0	18	24,3
cca 1x měsíčně	4	28,6	2	6,3	5	17,9	11	14,9
několikrát ročně	0	0,0	4	12,5	0	0,0	4	5,4
nikdy	0	0,0	4	12,5	2	7,1	6	8,1
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 13: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času domácí prací a péčí o domácnost podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	2	33,3	4	66,7	6	42,9
1x týdně	2	100,0	4	66,7	2	33,3	8	57,1
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	22	68,8	10	100,0	17	73,9	49	75,4
1x týdně	6	18,8	0	0,0	0	0,0	6	9,2
cca 1x měsíčně	4	12,5	0	0,0	2	8,7	6	9,2
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	0	0,0	0	0,0	4	17,4	4	6,2
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	8	57,1	22	68,8	21	75,0	51	68,9
1x týdně	6	42,9	4	12,5	5	17,9	15	20,3
cca 1x měsíčně	0	0,0	4	12,5	0	0,0	4	5,4
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	2	7,1	2	2,7
nikdy	0	0,0	2	6,3	0	0,0	2	2,7
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 14: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času péčí o domácí zvíře (zvířata) podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	2	100,0	4	66,7	6	100,0	12	85,7
1x týdně	0	0,0	2	33,3	0	0,0	2	14,3
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	24	75,0	4	40,0	12	52,2	40	61,5
1x týdně	2	6,3	4	40,0	0	0,0	6	9,2
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	2	8,7	2	3,1
nikdy	6	18,8	2	20,0	9	39,1	17	26,2
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	8	57,1	13	40,6	9	32,1	30	40,5
1x týdně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	2	7,1	2	2,7
nikdy	6	42,9	19	59,4	17	60,7	42	56,8
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>



Tabulka č. 15: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času péčí o rodinu podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	2	100,0	0	0,0	6	100,0	8	57,1
1x týdně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
cca 1x měsíčně	0	0,0	2	33,3	0	0,0	2	14,3
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	0	0,0	4	66,7	0	0,0	4	28,6
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	5	15,6	8	80,0	11	47,8	24	36,9
1x týdně	9	28,1	0	0,0	0	0,0	9	13,8
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	2	8,7	2	3,1
několikrát ročně	2	6,3	0	0,0	0	0,0	2	3,1
nikdy	16	50,0	2	20,0	10	43,5	28	43,1
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	4	28,6	18	56,3	22	78,6	44	59,5
1x týdně	2	14,3	5	15,6	2	7,1	9	12,2
cca 1x měsíčně	0	0,0	7	21,9	0	0,0	7	9,5
několikrát ročně	4	28,6	0	0,0	0	0,0	4	5,4
nikdy	4	28,6	2	6,3	4	14,3	10	13,5
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 16: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času snahou o zdravý životní styl podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	0	0,0	2	33,3	2	14,3
1x týdně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
cca 1x měsíčně	0	0,0	2	33,3	2	33,3	4	28,6
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	2	33,3	2	14,3
nikdy	2	100,0	4	66,7	0	0,0	6	42,9
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	16	50,0	4	40,0	10	43,5	30	46,2
1x týdně	6	18,8	2	20,0	2	8,7	10	15,4
cca 1x měsíčně	4	12,5	4	40,0	6	26,1	14	21,5
několikrát ročně	2	6,3	0	0,0	2	8,7	4	6,2
nikdy	4	12,5	0	0,0	3	13,0	7	10,8
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	4	28,6	16	50,0	9	32,1	29	39,2
1x týdně	4	28,6	7	21,9	9	32,1	20	27,0
cca 1x měsíčně	6	42,9	0	0,0	6	21,4	12	16,2
několikrát ročně	0	0,0	2	6,3	0	0,0	2	2,7
nikdy	0	0,0	7	21,9	4	14,3	11	14,9
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 17: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času snahou o osobní rozvoj podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
1x týdně	0	0,0	2	33,3	2	33,3	4	28,6
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	2	33,3	2	14,3
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
nikdy	2	100,0	4	66,7	2	33,3	8	57,1
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	13	40,6	2	20,0	5	21,7	20	30,8
1x týdně	7	21,9	2	20,0	10	43,5	19	29,2
cca 1x měsíčně	6	18,8	0	0,0	4	17,4	10	15,4
několikrát ročně	4	12,5	2	20,0	0	0,0	6	9,2
nikdy	2	6,3	4	40,0	4	17,4	10	15,4
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	4	28,6	8	25,0	4	14,3	16	21,6
1x týdně	4	28,6	8	25,0	2	7,1	14	18,9
cca 1x měsíčně	6	42,9	7	21,9	12	42,9	25	33,8
několikrát ročně	0	0,0	2	6,3	2	7,1	4	5,4
nikdy	0	0,0	7	21,9	8	28,6	15	20,3
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 18: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času dobrovolnictvím podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
1x týdně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
cca 1x měsíčně	0	0,0	2	33,3	2	33,3	4	28,6
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	2	33,3	2	14,3
nikdy	2	100,0	4	66,7	2	33,3	8	57,1
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	2	6,3	0	0,0	1	4,3	3	4,6
1x týdně	0	0,0	2	20,0	4	17,4	6	9,2
cca 1x měsíčně	2	6,3	0	0,0	2	8,7	4	6,2
několikrát ročně	7	21,9	0	0,0	2	8,7	9	13,8
nikdy	21	65,6	8	80,0	14	60,9	43	66,2
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	0	0,0	2	7,1	2	2,7
1x týdně	0	0,0	3	9,4	4	14,3	7	9,5
cca 1x měsíčně	2	14,3	7	21,9	6	21,4	15	20,3
několikrát ročně	0	0,0	3	9,4	6	21,4	9	12,2
nikdy	12	85,7	19	59,4	10	35,7	41	55,4
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 19: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času tvůrčími a uměleckými činnostmi podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
1x týdně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	1	16,7	1	7,1
několikrát ročně	0	0,0	1	16,7	1	16,7	2	14,3
nikdy	2	100,0	5	83,3	4	66,7	11	78,6
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	6	18,8	2	20,0	0	0,0	8	12,3
1x týdně	13	40,6	0	0,0	3	0,0	16	24,6
cca 1x měsíčně	4	12,5	0	0,0	1	0,0	5	7,7
několikrát ročně	3	9,4	0	0,0	1	0,0	4	6,2
nikdy	6	18,8	8	80,0	18	26,1	32	49,2
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	3	21,4	4	12,5	0	0,0	7	9,5
1x týdně	3	21,4	8	25,0	3	10,7	14	18,9
cca 1x měsíčně	2	14,3	1	3,1	3	10,7	6	8,1
několikrát ročně	0	0,0	1	3,1	11	39,3	12	16,2
nikdy	6	42,9	18	56,3	11	39,3	35	47,3
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 20: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času vzděláváním a sebevzděláváním podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
1x týdně	0	0,0	0	0,0	4	66,7	4	28,6
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
několikrát ročně	2	100,0	1	16,7	1	16,7	4	28,6
nikdy	0	0,0	5	83,3	1	16,7	6	42,9
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	6	18,8	0	0,0	0	0,0	6	9,2
1x týdně	6	18,8	0	0,0	7	30,4	13	20,0
cca 1x měsíčně	2	6,3	6	60,0	0	0,0	8	12,3
několikrát ročně	6	18,8	0	0,0	8	34,8	14	21,5
nikdy	12	37,5	4	40,0	8	34,8	24	36,9
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	2	14,3	1	3,1	7	25,0	10	13,5
1x týdně	0	0,0	5	15,6	4	14,3	9	12,2
cca 1x měsíčně	3	21,4	6	18,8	3	10,7	12	16,2
několikrát ročně	3	21,4	1	3,1	7	25,0	11	14,9
nikdy	6	42,9	19	59,4	7	25,0	32	43,2
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>

Tabulka č. 21: Rozdělení respondentek ohledně trávení volného času snahou o zlepšování svého zdravotního stavu podle věku a druhu postižení

Frekvence	věk 18–25 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	0	0,0	5	83,3	0	0,0	5	35,7
1x týdně	2	100,0	1	16,7	4	66,7	7	50,0
cca 1x měsíčně	0	0,0	0	0,0	1	16,7	1	7,1
několikrát ročně	0	0,0	0	0,0	1	16,7	1	7,1
nikdy	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>CELKEM</b>	<b>2</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 26–40 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	9	28,1	0	0,0	8	34,8	17	26,2
1x týdně	6	18,8	6	60,0	12	52,2	24	36,9
cca 1x měsíčně	6	18,8	2	20,0	2	8,7	10	15,4
několikrát ročně	8	25,0	2	20,0	1	4,3	11	16,9
nikdy	3	9,4	0	0,0	0	0,0	3	4,6
<b>CELKEM</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>10</b>	<b>100,0</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>

Frekvence	věk 41–55 let							
	druh zdravotního postižení						CELKEM	
	duševní		kombinované		tělesné			
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
denně	6	42,9	14	43,8	18	64,3	38	51,4
1x týdně	4	28,6	10	31,3	8	28,6	22	29,7
cca 1x měsíčně	2	14,3	2	6,3	0	0,0	4	5,4
několikrát ročně	0	0,0	6	18,8	1	3,6	7	9,5
nikdy	2	14,3	0	0,0	1	3,6	3	4,1
<b>CELKEM</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>32</b>	<b>100,0</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>	<b>74</b>	<b>100,0</b>