

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Diplomová práce

Bc. Zuzana Gašková

Životní styl dětí a jeho proměny v 21. století

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou použitou literaturu i ostatní zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, jsem řádně uvedla.

V Olomouci dne 18. dubna 2014

.....

Bc. Zuzana Gašková

Poděkování

Za rady, odborné vedení a pomoc při zpracování děkuji Mgr. Pavlu Neumeisterovi, PhD. Současně chci poděkovat vedení Základní školy Trávníky Vsetín za možnost uskutečnit ve třídách dotazníkové šetření, na kterém předkládaná diplomová práce stojí.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Bc. Zuzana Gašková
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce:	Mgr. Pavel Neumeister, PhD.
Rok obhajoby:	2014

Název práce:	Životní styl dětí a jeho proměny v 21. století
Název v angličtině:	Lifestyle of children in the 21 century and its transformation
Anotace práce:	Předkládaná diplomová práce se snaží vymezit aktuální životní styl dospívajících dětí. Konkrétně se zaměřuje na definici životního stylu, historickou i současnou charakteristiku hlavních faktorů, jež mají na životní styl dospívajících zásadní vliv. Současně se zabývá vlivem rodiny, školy, výchovy a médií na způsob trávení volného času, stravovacími návyky a procesem socializace dospívajícího dítěte do společnosti prostřednictvím přebírání hodnot a postojů.
Klíčová slova:	dospívání, životní styl, faktory životního stylu, rodina, škola, zdraví, stravovací návyky, výchova, hodnoty, role, média, volný čas, socializace
Anotace v angličtině:	The present thesis seeks to define the current lifestyle of teenagers. Specifically, it focuses on the definition of lifestyle, historical and contemporary characteristics of the main factors that affect the lifestyle of adolescents major impact. At the same time examines the influence of family, school, education and the media on leisure time, eating habits and the process of socialization of the adolescent child into society through the acceptance of values and attitudes.
Klíčová slova v angličtině:	adolescence, lifestyle, lifestyle factors, family, school, health, eating habits, education values, roles, media, leisure time, socialization
Přílohy vázané v práci:	0
Rozsah práce:	137 stran
Jazyk práce:	čeština

Obsah

Úvod.....	7
I. TEORETICKÁ ČÁST	10
1. Životní styl.....	11
1.1 Historické pojetí životního stylu	13
1.2 Kvalita života a životní úroveň.....	14
1.3 Diferenciace a alternativnost životního stylu	15
2. Období adolescence	16
2.1 Fyziologický vývoj.....	16
2.2 Psychický a sociální vývoj	17
2.3 Kognitivní a emoční vývoj	19
3. Faktory životního stylu.....	21
3.1 Zdraví a zdravý životní styl	22
3.1.1 Stravovací návyky.....	23
3.1.2 Sportovní a pohybové aktivity	23
3.1.3 Obezita a nadváha	24
3.1.4 Nezdravý životní styl	26
3.2 Rodina a výchova	27
3.2.1 Hlavní funkce rodiny	28
3.2.2 Výchova.....	29
3.2.3 Typy výchovy a výchovné styly	30
3.2.4 Sociálně patologické chování dětí	32
3.2.5 Dějiny rodiny	33
3.2.6 Problémy dnešní rodiny	34
3.2.7 Rozvod.....	35
3.2.8 Druhy rozvodů.....	36
3.3 Proces socializace a oblast mezilidských vztahů.....	37
3.3.1 Hodnoty	37
3.3.2 Vývoj hodnotového systému rodin od druhé půlky 20. století	38
3.3.3 Sebepojetí.....	38
3.3.4 Vrstevnická skupina.....	39
3.3.5 SUBKultury mládeže	40
3.3.6 Formování skupin	41
3.4 Škola a vzdělání.....	42
3.4.1 Funkce školy	43
3.4.2 Historický vývoj vzdělávání a školského systému	44
3.5 Volný čas	45
3.5.1 Funkce volného času.....	46
3.5.2 Historický vývoj „volného času“	47
3.5.3 Soustava aktivit a zařízení volného času dětí a mládeže	47
3.5.4 Volnočasové aktivity dětí a mládeže v 21. století	48
3.5.5 Struktura volnočasových aktivit	49
3.5.6 Děti a hudba	49
3.5.7 Erotika a sex.....	50
3.5.8 Děti a peníze	51

3.6	Média	52
3.6.1	Rodinná mediální výchova	53
3.6.2	Děti a televize	55
3.6.3	Děti, počítač a internet	56
3.6.4	Sociální sítě.....	57
II.	Empirická část.....	58
4.	Výzkumná část	59
4.1	Cíle výzkumu.....	59
4.2	Předpoklady o výskytu konkrétních jevů	60
4.3	Charakteristika výzkumného vzorku, techniky sběru dat a jejich použití.....	61
4.4	Interpretace a vyhodnocení získaných dat.....	63
4.4.1	Zdraví a zdravý životní styl	67
4.4.2	Rodina a výchova.....	93
4.4.3	Škola a vzdělání	99
4.4.4	Socializace a mezilidské vztahy	104
4.4.5	Volný čas a média.....	111
4.5	Diskuse a závěry výzkumu	119
4.6	Závěr, vyhodnocení výzkumu a návrh změn.....	123
	Seznam použité literatury	126
	Seznam tabulek	131
	Seznam grafů	133
	Seznam příloh	137

Úvod

Snaha lišit se od všech ostatních lidí, vytvořit si svůj vlastní styl, vymezit názory, kritizovat druhé ale i sebe samotného atd. je charakteristika typická pro období dospívání. Období, které je v životě člověka velmi důležité z důvodu dalšího vývoje, jelikož právě „tehdy“ se z dítěte stává postupně více či méně samostatný člověk. Dospívání, je momentálně velmi diskutovaným tématem především v souvislosti se současnou volností každého člověka učinit své vlastní rozhodnutí. Diferenciace a vůbec „možnost“ si vybrat, svobodně si zvolit styl oblékání, účesu, vzdělání, zaměstnání, hudby a spousty dalších věcí se u nás prakticky volně vyvíjí až po revoluci v roce 1989, respektive pak po vzniku samostatné České republiky v roce 1993.

Období dospívání je spojováno se změnami v mnoha oblastech, ať už fyzické, psychické, emoční, sociální či kognitivní. Puberta nastává u každého jedince v poněkud jiném věkovém období a přináší s sebou různé rizikové a problémové oblasti jeho vývoje. Tato životní etapa je pro každého člověka v jiné míře složitá a problémová. Mohou nastat okamžiky a situace, s kterými si mladý chlapec či dívka nemusejí vědět rady. Důležitá je pak především funkce a role rodiny, která představuje podporující, poradní a ochraňující záchytný bod.

Dospívání je fází života, kdy jedinec sociálně dozrává, získává reálné představy o fungování rodiny, společnosti a světa celkově. Za pomoci sociálního prostředí si utváří svoje postoje, názory, systém hodnot, řadí se k vybraným vrstevnickým skupinám a získává s nimi spojené sociální role.

Hlavním důvodem pro napsání předložené diplomové práce zaměřené na problematiku životního stylu žáků v období dospívání ve 21. století, bylo, že pracuji v sociální oblasti a tato problematika mne velmi zajímá. Dalším podnětem byla také snaha porozumět současnému životnímu stylu dětí, hlavně v oblasti chování a způsobu trávení jejich volného času v závislosti na užívání sociálních sítí a médií.

V této diplomové práci se zaměřuji na životní styl žáků druhého stupně základní školy v období tzv. pubescence, jež autoři vymezují věkem mezi 11 a 15 lety (Langmeier, Krejčířová, 2006) ve vztahu na základní faktory, které je ovlivňují.

Hlavním cílem mé diplomové práce je analyzovat hlavní faktory ovlivňující životní styl současných dětí s ohledem na jejich historický vývoj, prozkoumat míru jejich působení na celkový vývoj dítěte, konkrétně zjistit, co si děti pod tímto pojmem představují a následně pomocí dat získaných z výzkumného šetření definovat životní styl dětí dnešní doby.

S ohledem na možnost srovnat data získaná z výzkumného šetření s výsledky výzkumu uskutečněného ke konci 20. století, byla jako vhodná vybrána historicko – srovnávací metoda. Na základě této metody porovnáám výsledky mého šetření s výsledky studie *Health Behaviour in School-aged Children* neboli *Zdravotní chování dětí školního věku* z let 1994 – 1995.

Předkládaná práce je členěna na část teoretickou a empirickou. Teoretická část se skládá ze tří hlavních oblastí, kapitol a podkapitol. V kapitole první se zabývám podrobněji pojmem „životní styl“, zjišťuji původ slova i srovnání jeho významu se životním způsobem či životním slohem z pohledu několika autorů. Dále zmiňuji historické pojetí životního stylu od druhé poloviny dvacátého století, jeho diferenciaci a alternativnost.

Ve druhé kapitole teoretické části se zaměřuji na období dospívání. Charakterizuji psychické, fyzické, sociální a emoční změny, ke kterým v tomto období dochází a vymezím čím je tato fáze života pro člověka charakteristická.

Ve třetí kapitole teoretické části se zaměřuji na konkrétně vymezené faktory, které mají zásadní vliv životní styl dětí. Mimo jejich základní charakteristiku, členění i historický vývoj od druhé poloviny 20. století, neopomenu zmínit také nezdravý životní styl, který spočívá v užívání alkoholických nápojů, drog a jiných omamných látek, poruchami příjmu potravy, nezdravým hubnutím a sociálně patologické chováním dětí v současné společnosti. Dále zmiňuji primární a sekundární sociální skupinu, která dle mého přesvědčení v zásadní míře ovlivňuje dítě a jeho celkový vývoj. Součástí je také oblast médií, vrstevnických skupin, sociálního zranění jedince, kvalita a úroveň jeho života.

V praktické části pomocí strukturovaného dotazníku ověřuji stanovené hlavní, dílčí cíle práce a stanovené předpoklady o výskytu konkrétních jevů. Výsledky empirického šetření, jak jsem již zmínila, následně porovnávám s výsledky Mezinárodní výzkumné studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků neboli Health Behaviour in School-aged Children.

V České republice a také ve 24 státech světa probíhala v letech 1994 - 1996 Mezinárodní výzkumná studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků. Hlavním cílem této studie bylo poznání, porovnání a zhodnocení zdravotního stavu dětí v 6., 7. a 9. třídách základních škol.

Celá tato studie byla rozdělena celkem do deseti částí, které pojednávají o oblasti užívání alkoholu a tabákových výrobků, oblasti cvičení a volnočasových aktivit, stravovacích návyků a osobní hygieně dospívajících dětí, zdravotní a psychosociální stránce, dále pak o oblasti zranění, školních zkušeností, vzájemných mezilidských vztahů, souhrnných a politických důsledcích.

Česká republika se již v minulosti do mezinárodního výzkumu několikrát zapojila. Výzkum se pravidelně opakuje ve čtyřletých intervalech. V současné době – konkrétně v měsících březnu až červnu probíhá další výzkumné šetření na zhruba 250 náhodně vybraných základních a středních školách v republice.

Data získaná dotazníkovým šetřením u žáků sedmých a devátých tříd Základní školy Trávníky Vsetín měla poskytnout podrobnou a reálnou analýzu životního stylu žáků druhého stupně základní školy. Konkrétně žáků sedmých a devátých tříd.

K napsání této diplomové práce bylo nezbytně nutné studium odborné literatury vztahující se k tématu životního stylu dětí, dále pak publikací zabývajících se obdobím dospívání a změnami, které jsou s tímto spojeny, až po faktory, které na životní styl dětí působí.

Výsledky výzkumu mají především sloužit k lepšímu porozumění a pochopení životního stylu dětí jedenadvacátého století. Jsou pokusem o přiblížení se názorům a způsobu chování budoucí generace, která bude plodit tu další.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Životní styl

Životní styl neboli způsob života člověka je souborem důležitých činností a vztahů mezi jednotlivými působícími faktory, jež mají vliv na život jedince. Autoři, kteří se životním stylem zabývají, tento pojem definují na základě subjektivně založených charakteristik. Sak (2000) například míní, že životní styl je významnou součástí sociálního zrání jedince, do kterého se promítají všechny prvky jeho stále se vyvíjející osobnosti.

Tuček (2003) charakterizuje životní způsob jako systém každodenně se opakujících aktivit, prostředek činností a chování v jednotlivých situacích lidského života. Duffková (2006) podle počtu lidí, o nichž hovoříme, rozlišuje životní styl jednotlivce a skupiny. Má za to, že životní způsob člověka je v souvislosti s podmínkami, ve kterých žije čistě individuálně nastavený. Oproti tomu, je životní styl skupiny pro jeho členy v některých oblastech stejný.

Mühlpachr (2006) řadí životní styl do sociologické kategorie s kulturním podmíněním ve spojení s hodnotami a normami. Životní styl hodnotí a vykládá především na základě jeho kvality.

Na základě uvedených definic se s ohledem na zaměření této diplomové práce přikláním k definici Duffkové (2006), která uvádí, že pokud se jedná o skupinu lidí, doporučuje použití pojmu *životní styl*. Autorka dále rozlišuje mezi pojmy *životní styl*, *životní způsob*, který definuje především kulturní význam individuálního jedince, a *životní sloh*. V praxi se můžeme setkat se zaměňováním těchto termínů bez ohledu na jejich skutečný význam, jelikož se autoři domnívají, že se jedná o jeden a ten samý pojem. Karel Honzík, autor pojmu *životní styl*¹ definuje *životní sloh* jako *soustavu vzájemně vztažných forem, jimiž se projevuje život lidské společnosti v určité historické situaci*. V definici můžeme vidět určitou spojitost s jeho zaměstnáním – architekturou, jelikož životní sloh pojímá především v souvislosti s dobou, ve které lidé žijí.

S ohledem na uvedené definice, pro potřeby předkládané práce využiji výkladu pojmu životní styl, který je dle Duffkové (2006) systémem životních projevů, zvyklostí, vlastností, způsobu života individuálně vyhraněného pro každého jednotlivce a je dle Mühlpachra (2006) současně úzce spojen s hodnotami a kulturními podmínkami sociálního prostředí.

¹ Pojem „*životní styl*“ byl poprvé použit v pětistránkové *Tvorbě životního stylu* z roku 1946 autorem Karlem Honzíkem.

Mühlpachr (2006) ve svém příspěvku na konferenci zmínil *GENERACI T*, generaci *děti transformace*, tedy náctiletých dětí žijících na přelomu roku 1989. Na jedné straně žijí ve starých zaběhnutých konvencích a na straně druhé se musí přizpůsobovat inovacím, celkovému rozvoji světa a situacím, které přinesl pád socialismu, jako jsou např. nezaměstnanost, růst cen, příliv nových informací, zboží, cizinců ze zahraničí atd. Na základě sociologického výzkumu, který byl proveden v Polsku, a jenž zavedl pojem *GENERACE T*, byly stanoveny čtyři typy životního způsobu náctiletých osob:

- *typ tradičního stylu s prvky modernismu*, tento způsob života se týká především vesnických dívek, které v sobě mají zakořeněný konzervatismus a postmodernismus, tedy nutnost posunout se dál a chápat věci v širším, novém pojetí s ohledem na vývoj společnosti a zavádění inovací ve všech směrech. Dívky hledají vzory v současné společnosti.
- *typ tradičního stylu s prvky odmítání kultury bídy*, je typický pro vesnické chlapce, kteří se snaží odstranit a předejít marginalizaci sebe samotných na okraj společnosti.
- *typ moderního životního stylu s ojedinělými prvky vnímání tradice a s prvky tzv. vysoké kultury*, je typický pro dívky žijící ve městech, snaží se žít na „vysoké noze“ a upravit tomuto celý svůj život. Chtějí se lišit.
- *typ postmoderního stylu* – typický pro městské chlapce, tento způsob života odmítá tradice, je založen na komerci a chlapci se řídí heslem *peníze bez práce, snadný život, život je hra*.

Můžeme říci, že výše uvedené typy životních stylů se objevují i u dnešních dětí a dospívajících osob. Konkrétně mohu uvést případ absolventů dnešních vysokých škol, kteří jsou přesvědčení, že jim vysokoškolský titul zajistí dobře placené místo bez přílišné námahy a hlavně, že se o ně zaměstnavatelé „poprou“. Opak je pravdou.

1.1 Historické pojetí životního stylu

Analýzou životního stylu obecně se zabýval Dubský (Dufková, 2007), který datuje jeho vývoj od přelomu 19. a 20. století. Jako hlavní představitele jmenuje Maxe Webera, který se zabýval sociální stratifikací, a Američana Thorstena Bundeho Veblena, autora *Teorie zahálčivé třídy*².

Druhá polovina minulého století je charakteristická zpracováváním analýz a studií, jež byly orientovány na hodnotový systém a postoje v životním stylu. U nás se začaly studie a analýzy provádět až po roce 1989. Prvním velkým výzkumem životního stylu byl výzkum reklamní agentury Leo Burnett a agentury AISA, jenž se uskutečnil v roce 1995, a který stanovil celkem devět typů životních stylů vyskytujících se v České republice³.

Po roce 1989 dochází i u nás k rozvoji pojetí životního stylu v oblasti pluralitního rozšíření variant a možnosti jeho svobodného výběru. Z toho důvodu bohužel dochází k čím dál větší diferenciaci mezi sociálními skupinami. (Tuček, 2003) O diferenciaci životního stylu v souvislosti se sociálními třídami hovoří také Šafr (2008), který onu rozdílnost vnímá především v oblasti výše příjmů, dosaženého vzdělání a s tím související „vyšší“ kultury pracovních profesí. Po roce 1989 závratně roste počet samostatných podnikatelů a služeb, tím dochází k „opuštění dělnické profese“. Efektem změn je existence tzv. *celebrit*, tedy osob žijících na vysoké životní úrovni plné blahobytu, peněz, známostí, přes *příslušníky středních tříd* až po osoby žijící na hraně chudoby s osobami společností vyloučenými.

Ve stínu roku 1989 dochází k diferenciaci pojetí dětství a dospívání obecně. Konkrétní změny definuje Rýdl (1999) hlavně s ohledem na náročnost nových situací, s nimiž se musí děti vyrovnat jako je např. nezaměstnanost, nárůst cen výrobků, atd. Ke změnám dochází také ve vztahu rodič a dítě, zejména pak v rozporu prosazování různorodých hodnot a zájmů. Sílí vliv školy, vrstevníků, společenského prostředí, děti se musí v dnešní době prosazovat sami bez pomoci ostatních, jsou tak sami zodpovědní za způsob svého budoucího života.

² „Teorie zahálčivé třídy“, jež byla formulována v roce 1898 T. B. Veblenem, pojednávala o vyšší vládnoucí třídě, která propagovala „záhalku“ neboli nereproduktivní využití času a hlásala, že život bez práce je nejlepším a nejkutečnějším důkazem bohatství, čímž se odlišovala od jiných tříd. (Dufková, 2007)

³ Průzkum byl zaměřen na životní styl u osob starších 18ti let, byl proveden na vzorku 1251 respondentů, obsahoval 27 oblastí života. Výsledkem byla charakteristika devíti typů životního stylu občanů ČR (nositel změn, dáma ze staré školy, luxusní suverénka, profesionální hobbysté, mladí bezstarostní, domácí kutil, snílci, nespokojení materialisté, skromná hospodyně). (Dufková, 2007)

1.2 Kvalita života a životní úroveň

Životní úroveň, kvalita života a životní styl spolu úzce souvisejí a dohromady vytváří podmínky pro způsob života jedince. Životní úroveň je velmi často spojována s ekonomickými podmínkami, s vybaveností domácnosti, výší platu, dokončeným vzděláním, důležitostí profese v očích ostatních i svých, oblasti majetku. Duffková (2007) rozumí pod pojmem životní úroveň *uspokojování životních potřeb obyvatelstva a souhrn podmínek, za nichž jsou tyto potřeby uspokojovány*. Životní úroveň je tedy vázána na vnější podmínky – např. ekonomické, hospodářské, ekologické, pracovní právní, atd.

Kvalitu života hodnotí většinou jedinec subjektivně s ohledem na životní podmínky, ve kterých se každodenně pohybuje, a na potřeby, jež chce uspokojit. Kvalitu života můžeme dle Mareše (2006, 2007, 2008) hodnotit z několika různých hledisek – jedná o kvalitu života ve vztahu se školou, se zdravím či s kulturními a etnickými souvislostmi. Ve vztahu se školním prostředím pak představuje soubor *postupů vnímání, prožívání, hodnocení a reagování všech aktérů školy na to, co se ve škole odehrává*. Žák subjektivně vidí školní jevy a vazby, které mají vliv na jeho duševní, duchovní, sociální zdraví.

Kvalita života ve vazbě na zdraví je definována jako *soubor vývojových, osobnostních, zdravotních a sociálních specifik*, ve kterých se studie zaměřené na děti podstatně liší od těch, které se orientují na dospělé osoby. Výzkumy probíhající v České republice zkoumají pozitivní a negativní případy. Kvalita života s ohledem na etnické a kulturní faktory je zaměřena především na různorodost pojetí *zdraví a nemoci, normálního chování* v jednotlivých etnických kulturách, s nimiž může dítě přijít do kontaktu a jež může ovlivnit jeho názor i chování (Mareš, 2008).

Výše vyjmenované aspekty spolu úzce souvisejí a navzájem se ovlivňují. Nyní se dostáváme k různým možnostem a typům životního stylu, které jsou spojeny s různě subjektivně i objektivně vnímanou kvalitou, úrovní a libovolné možnosti jejich výběru.

1.3 Diferenciace a alternativnost životního stylu

Jak již bylo výše zmíněno, životní styl je chápán s ohledem na jednotlivce, jako soubor individuálních zvláštností, vztahů, činností, procesů, typických vlastností pro určitý subjekt. Rozdílnost dle Duffkové (2006) spočívá především v oblasti pohlaví, typu bydliště, věku, fáze životního cyklu, úrovně vzdělání, zdravotního stavu, povolání, zaměstnání atd.

Míru diferenciace můžeme vidět také s ohledem na různorodost reakce člověka na měnící se životní podmínky, ve kterých se nachází. Alternativou můžeme v tomto smyslu slova rozumět možnost jedince se rozhodnout mezi dvěma či více řešeními. Tudíž si člověk může vybrat, jaký životní způsob mu lépe vyhovuje a přijme jej za vlastní.

2. Období adolescence

Pojmem adolescence rozumíme období vývoje člověka, které je všeobecně označováno jako pomyslný přechod od dětství k dospívání. Jedná se o období typické svým procesem změn zejména v kognitivní, sociální, psychické, emoční a fyziologické oblasti. Fáze dospívání je pro člověka velmi významná a působením několika navzájem se prolínajících faktorů může způsobovat mnohé problémy.

Změny v různých oblastech probíhají současně, jednotlivě se prolínají a jsou v určité míře na sobě závislé. Názorně můžeme tento střet vidět na dynamickém interakčním modelu vývoje⁴ zobrazující čtyři úrovně analýzy vývoje jedince, jehož autory jsou Lerner a Spanier. Jde o neustálý proces v čase, jehož výsledkem je změna (Macek, 2003).

2.1 Fyziologický vývoj

Období adolescence lze vymezit s ohledem na věk člověka. Macek (2003) vymezuje adolescenci třemi fázemi – *časná adolescence*, která začíná od 10, případně od 11 let života a trvá zhruba do 13 let. *Střední adolescenci* označuje mezi 14 – 16 lety života a *pozdní adolescenci* pak mezi 17 – 20 lety života.

Období dospívání můžeme dále dělit z hlediska věku a s ním souvisejících typických znaků. Langmeier a Krejčířová (2006) dělí dospívání s ohledem na industriální společnost na dvě základní období, tedy *pubescenci*, do níž spadají osoby ve věku 11 – 15 let, a která se dále dělí na *fázi prepuberty* a *fázi vlastní puberty*, kdy dochází k prvním známkám pohlavního dospívání. U dívek jde především o ustálení menses a tím spojené schopnosti reprodukční funkce a u chlapců je tato fáze podmíněna završením vývoje sekundárních pohlavních znaků. Druhé období dospělosti je vymezeno věkem od 15 do 22 let a je nazýváno obdobím *adolescence*, zásadní je *plná reprodukční zralost, změna sebepojetí, sexuální aktivita a měnění se postavení člověka ve společnosti*.

Jedlička (2011) řadí mezi biologické činitele mající zásadní vliv na období puberty a adolescence, druh pohlaví, *somatotyp*⁵, výživu, stravovací návyky a stavbu kompozice tvaru lidského těla.

⁴ Viz příloha č. 1: Model dynamického interakčního pohledu na vývoj – průnik čtyř úrovní podle Lerner a Spaniera z roku 1980

⁵ *Somatotyp představuje souhrn tvarových a funkčních tělesných znaků, jenž se zpravidla vymezuje s přihlédnutím k tomu, jak je u jedince proporčně rozložena svalová, tuková a kostní tkáň, jaký má metabolismus, reaktivitu a obvyklý tělesný výkon.* (Jedlička, 2011)

S ohledem na zaměření této diplomové práce se budeme zabývat především výše zmíněným prvním obdobím pubescence či časnou až střední adolescencí, tedy dětmi mezi 13 a 15 lety věku.

2.2 Psychický a sociální vývoj

Matoušek (1997) charakterizuje období adolescence jako *černo-bílé vnímání světa a kritický postoj k rodičům*. Na utváření osobnosti adolescenta má vliv mnoho faktorů. Buriánek (Smolík, 2010) stanovil pět charakteristik, jimiž se dospívající liší od dospělých. Nejvýraznějším znakem je *měnící se závislost na rodině*, která je spojena s *postupným osamostatňováním* se, nejen od rodičů, např. odstěhováním se, ale celkově se „člověk staví na vlastní nohy. Dále následuje *příprava na budoucí profesi, specifický způsob života zdůrazňující aktivity ve skupinách, zvláštní psychické rysy, radikalismus postojů, zvýšená kritičnost a morální citlivost*.

Ke změnám dochází, jak již bylo zmíněno, také v oblasti sociální – tedy v navazování hlubších kontaktů se stejným či opačným pohlavím, v sebepojetí nebo v postupném odpoutávání se od „maminčiny sukně“. Primárně na dítě působí jeho rodina, ve které vyrůstá a je vychováváno. Na proces socializace má vliv také funkčnost či naopak nefunkčnost rodinného prostředí. Daleko důležitějším faktorem se však s rostoucím věkem stává jeho vrstevnická skupina. Dle Jedličky (2011) jsou pro dospívajícího podstatné především emoce a pocity, jež mu přináší společné zážitky s kamarády a partou. Důležité jsou také hodnoty, které skupina uznává.

Vrstevnickou skupinu můžeme obecně rozdělit školní nebo mimoškolní – tzv. partu v rámci volného času (tedy mimo školu). Každá skupina je složena z několika osob mající většinou své výhradní postavení ve skupině – jedná se o tzv. sociální role. Býti účastníkem této „společnosti osob“ je pro dospívajícího velmi důležité, především proto, že „patřit někam“ je v tomto věku zásadní. Pubescenti jsou velmi nejistí, nehýří sebevědomím a možnost větší skupiny jim zajišťuje jakousi ochranu a zároveň možnost sdílení názorů, pocitů, vzorců chování, vzájemnou interakci, čímž zvyšují svoje sebevědomí. V mnoha případech se můžeme setkat s negativním vlivem party na dítě, např. pokud jde o nabádání ke krádeži či jiné nelegální nebo nemravné činnosti.

Dle Macka (2003) je členství ve vrstevnické skupině dospívajících také získáním sociálního statusu a pocitu vlastní hodnoty. V případě, že se dospívající dívka či chlapec nezapojí do skupiny, pociťuje toto často jako sociální stigma. Skupina uvnitř funguje jako systém hodnot, sociálních rolí a pravidel. Ten kdo je ze skupiny z jakéhokoliv důvodu vyloučen, či není přijat, většinou hledá jinou sociální skupinu, která by jej přijala. Vzhledem k rozmanitosti společnosti dnes existuje fenomén, nazývaný subkultura mládeže. O jejich jednotlivé vymezení se pokusil Smolík (2010), který považuje za nejdůležitější prvek subkultur jejich styl, jenž může být chápán jako znak, symbol, skládající se z image, tedy stylu oblékání, účesu, chůze, mluvy, doplňků jako je tetování, piercing atd. Podle Macka (2003) je markantní vývoj kultury a různých subkultur zejména po druhé světové válce. Je přesvědčen, že historicky původní příčinou vzniku subkultur mládeže je snaha o postavení se světu dospělých.

2.3 Kognitivní a emoční vývoj

Další oblastí změny je kognitivní vývoj adolescenta. Dle *Piagetovy kognitivní teorie adolescence* (Macek, 2003) je možné charakterizovat toto období jako fázi vytvářejících se operací. Zmíněná teorie je charakteristická experimentem, změnou krátkodobé i dlouhodobé paměti, selektivity a tím i efektivity pozornosti. Jinak řečeno dochází ke zvyšování schopnosti reálně uvažovat o řešení abstraktních i reálných problémů, nacházení východisek a zohledňování rizik na základě již zažitých zkušeností.

Dospívající osoba si oproti předchozímu vývoji začíná utvářet na vše okolo svůj názor. Především jde o přílišnou kritičnost nejen okolí, ale také k sobě sama. Další typickou vlastností je dle Jedličky (2011) moralizování. Pubescenti se svými kritickými výroky snaží zapůsobit na své okolí nebo se za jejich ostrými slovy skrývá snaha ukázat všem ostatním, že už nejsou dětmi, ale na druhou stranu se nechovají ani jako jejich rodiče či učitelé, jsou tedy „nad věcí“ a přitom „v pohodě“.

Vyjádření vlastního názoru či snaha prosadit se bývá pro dospívající často velmi obtížná. Ať už v rámci vrstevnické skupiny či v komunikaci s dospělými. Dle Jedličky (2011) vede tzv. *černobílému myšlení* ignorující paralelní možnost různých stanovisek a relativismus poznání adolescenty k hyperkritické přísnosti vůči starším – zejména rodičům či dalším profesionálním vychovatelům. Projevy chování jsou pak často směsicí ironie, vulgarit prolínajících se s nostalgií. Výkyvy nálad a chování v tomto věku člověka je podmíněno endogenními, nevyrovnanými hormonálními hladinami a neujasněním hranic různých společenských rolí. Rovnováhu adolescent získá až poté, co si uvědomí chyby, nedokonalost rodičů a akceptuje je.

Melgosa (1999) popisuje situaci dospívání v jiných kulturách, kde je toto období vnímáno poněkud jinak než u nás. Jedinec je do společnosti přijat prakticky „ze dne na den“, aniž by byl na tento „přestup“ nějak významně dopředu připravován. Přijetí do společnosti „dospělých“ probíhá zpravidla především na základě splnění nějakého úkolu, který je pro danou společnost lidí tradiční.

Pro konkrétní případ můžeme uvést rituál probíhající v Keni. Jak popisuje Melgosa ve své knize (1999), u jednoho keňského kmene Kalenjin přechod k dospělosti, konající se o prázdninách tak, abych nenarušil školní rok, se stále dodržuje. Spočívá v rituálu, jenž se týká chlapců ve věku 14 – 15 let, kterým specialista provede nejprve obřízku, po které chlapci odcházejí sami do hlubokého lesa vzdáleného od domovské vesnice, kde žijí ve vlastnoručně vybudované chýši pod dohledem starších a zkušených mužů. Učí se bojovat, lovit, skrývat se a hlavně – přežít. Po měsíci učení a výchovy se vracejí zpět do vesnice, kde je oslavují a vítají jako „muže“.

Uvedené změny v jednotlivých oblastech probíhají u každého dospívajícího individuálně s ohledem na vnitřní i vnější podmínky. Další kapitolou jsou faktory, které zásadně ovlivňují samotný životní styl dětí.

3. Faktory životního stylu

Faktory, které zásadně ovlivňují životní styl dospívajícího dítěte, můžeme po prostudování odborné literatury shrnout do následujících šesti oblastí:

- zdraví a zdravý životní styl
- rodina a výchova
- proces socializace a oblast mezilidských vztahů
- škola a vzdělávání
- volný čas
- média

Na vymezených šest oblastí samozřejmě působí další vnější i vnitřní faktory. Vnitřní podmínky představují osobnost jedince s ohledem na jeho potřeby, hodnoty, zájmy, dovednosti, schopnosti, vědomosti atd. Vnější podmínky jsou souborem faktorů, které působí na život jedince.

Dufková (2007) tyto vnější podmínky člení následovně na *geografické a ekologické, biologické, demografické, sociálně politické a politické, sociálně ekonomické a ekonomické, kulturní a obecně ideové, technologické*. Za *geografické a ekologické* můžeme vyjmenovat např. životní prostředí, přírodní zdroje, úrodná/neúrodná půda atd. *Biologickými* jsou genové předpoklady rodičů, jež jsou předávány pomocí genotypu. Konkrétně se jedná o zdraví, nemoc atd. *Demografické podmínky* se vztahují především k věkové struktuře obyvatel, složení obyvatelstva města, ve kterém žijeme, porodnost, úmrtnost atd. *Sociálně politické a politické podmínky* představují např. faktory sociální politiky fungující v dané zemi, politické uskupení státu, způsob vlády, forma státního uskupení ad. *Sociálně ekonomické a ekonomické podmínky* představují životní úroveň, úroveň ekonomiky, národního hospodářství aj. *Kulturní, obecně ideové a technologické podmínky* spočívají na tradicích, hodnotách, společenských normách, globalizaci, technologických inovacích atd.

3.1 Zdraví a zdravý životní styl

Světová zdravotnická organizace definovala pojem zdraví v roce 1947 jako *stav úplné fyzické, duševní a sociální pohody, nejen nepřítomnost nemoci nebo tělesné vady* (Havelková a kol., 2006). Poprvé bylo celistvě vystiženo holistické pojetí zdraví, které však bylo mnohými autory kritizováno jako příliš idealistické.

René Dubos (Williams, Young, 1994) definici zdraví oproti Světové zdravotnické organizaci doplňuje o možnost se určitým způsobem chovat a dosáhnout tak *hodnotné existence*. Vladimír Srb (1999) zdraví staví na nadnárodní úroveň *nejvyšší kvality, od které se odvíjí veškeré lidské konání a v konečném důsledku i bytí člověka jako biologického druhu*.

Drbal (2004) dále definuje čtyři základní determinanty, které se vzájemně prolínají a působí na zdraví člověka. Jedná se o *genetický základ, prostředí, zdravotnickou péči a způsob života*. Dále uvádí jednotlivá procenta jejich vlivu – geny a zdravotnická péče mají každý zvlášť podíl mezi 10 – 15 %, životní prostředí představuje 20 % a 50 % se přičítá způsobu života. S ohledem na vývoj celé země lze mezi determinanty zařadit působení *globalizace a času a prostoru*.

Duševní zdraví představuje soubor zdravotních a sociálních prvků, jež mohou být s ohledem na vnější i vnitřní faktory ovlivněny.

Zdraví představuje dle mého názoru nejdůležitější hodnotu v celé společnosti. Člověk by si měl uvědomit, že zdraví máme „jenom jedno“ a podle toho se chovat a „vážit“ si ho. K pozitivnímu a jedinečnému pohledu na zdraví vedou člověka rodiče, tedy primární sociální skupina, kde přejímáme vzory, hodnotový systém i postoje. Je tedy velmi důležité, aby rodiče již v raném věku vedli dítě ke správnému životnímu stylu spočívajícím ve zdravé stravě, pohybových a sportovních aktivitách, správných životních návycích, ovlivňovali trávení volného času a preventivně předcházeli faktorům, jež mohou negativně život dětí ovlivnit.

3.1.1 Stravovací návyky

Stravovací návyky⁶ a pravidelný režim příjmu jídla v průběhu dne je v dnešním hektickém světě obtížné nastavit, avšak vzhledem k předcházení negativních jevů a vlivů na zdraví samotné, velmi podstatné. Zdravá výživa závisí na pravidelnosti, vyváženosti stravy s dostatečným množstvím podstatných minerálů, vitamínů, bílkovin a omezováním příjmu tuků. Součástí je dodržování pitného režimu⁷, zařazení dostatečného množství ovoce a zeleniny do jídelníčku.

Havelková a kol. (2006) považují nutriční podmínky za velmi významné především z důvodu vlivu na metabolický, imunologický, zažívací, respirační a pohybový systém s ohledem na riziko vzniku srdečních a cévních onemocnění. Zmiňuje také 40 – 80% šanci původu zhoubných nádorů z důvodu nesprávné výživy.

S ohledem na výše uvedené můžeme shrnout, že strava, ačkoliv jí není přisuzována velká důležitost, by měla být na pomyslném žebříčku mezi těmi nejvýše položenými hodnotami. Rodiče by měli důsledně sledovat co, kdy a v jakém množství jejich děti jedí.

3.1.2 Sportovní a pohybové aktivity

Sport a pohyb všeobecně působí preventivně proti vzniku nemocí, odbourává stres, špatnou náladu, negativní emoce a pozitivně ovlivňuje průběh léčebných procesů. Problematika nedostatečného pohybu je dnes velmi aktuálním tématem a to především z důvodu sedavého zaměstnání, několikahodinového sezení ve škole, nedostatečného počtu hodin tělesné výchovy v max. míře 90 minut týdně, dennodenního užívání dopravních prostředků místo chůze, neaktivního trávení volného času dětí především formou televizního diváctví a trávení času u počítače.

Pravidelná pohybová aktivita dle Šerákové (2006) zlepšuje činnost srdce, výkonnosti dechu, činnost metabolismu těla i spalování tuků, předchází různým typům onemocnění. Mezi doporučené aktivity dle Rohela a kol. (1991) patří chůze, kondiční běh, tanec, plavání, aerobik, kalanetika, cyklistika a další. Obézní jedinec by si samozřejmě měl vybrat pohybovou aktivitu s ohledem na svůj zdravotní stav nejlépe s pomocí odborníka.

⁶ Viz příloha č. 2: Zásady správné výživy

⁷ Dospělá osoba by měla vypít alespoň 1,5 litru tekutin denně (v horkém letní období se tato hranice zvyšuje). Doporučuje se voda, neslazené nápoje, mléko, nealkoholické nápoje.

Závěrem k této oblasti lze říci, že pokud dívky a chlapci v dětství nejsou rodiči vedeni k aktivnímu trávení volného času, tedy co se sportování týká, těžko si v pozdějším věku tyto návyky pěstují. Zatímco děti, které od malička jezdí s rodiči např. na lyže nebo v létě na výlety na kole, si v sobě vypěstovaly zájem o sport a pohyb a je velká pravděpodobnost, že k tomuto stylu života budou věnovat i nadále.

3.1.3 Obezita a nadváha

Nedostatečná pohybová aktivita ve spojení s nezdravým životním stylem a špatnými stravovacími návyky může být příčinnou vzniku nadváhy a obezity (Pokorná a spol. 2006). Toto vše je podmíněno chováním a jednáním člověka, která také závisí na genetických dispozicích a působení vnějších faktorů – rodiny, sociálního prostředí, kultury aj.

Publikace Bazer clubu (2003) uvádí čtyři základní faktory vzniku obezity:

- *faktory demografické* (např. věk, pohlaví)
- *faktory sociální a kulturní* (např. vzdělání, příjmy, kulturní úroveň)
- *faktory biologické* (např. geny)
- *faktory behaviorální* (např. stravovací zvyklosti, pohybová aktivita, konzumace alkoholu)

Nadváha či obezita může být dle Šerákové (2006) zjištěna buď *laboratorně*, nebo *terénně*. Terénní forma je časově i ekonomicky velmi nenáročná – tzv. BMI⁸, tedy podíl výšky a váhy, který lze zadat do vyhledávače internetu a ihned se načte stránka s touto službou online.

Pokorná a Světlák (2006) uvádějí, že v České republice nadváhou trpí okolo 35 % dospělých a dalších 17 % obezitou. Současně ve svém výzkumu uvádějí základní fakta týkající se stravování v domácnostech. Výzkum ukázal, že o tom, co se bude doma jíst a vařit má největší podíl, více než 50 %, matka a v nejmenší míře, tedy 19,60 %, jsou zapojeny děti. Mezi faktory ovlivňující nákup potravin má nejvíce vliv pestrost stravy, finance, kvalita potravin, zvyky, chuť a nakonec doporučení od někoho jiného. Dalšími faktory ovlivňující stravování rodiny je ve velké míře čas, problém s váhou (necelých 12 %) a onemocnění v rodině (necelých 13 %). Současně více než 80 % rodin přiznává, že jídelníček i způsob stravování je ovlivněno rodinou matky nebo otce. Výzkum se dále zabýval zdroji informací o výživě, odkud rodina tyto poznatky o stravování získává. Téměř 50 % respondentů

⁸ BMI – Body mass index.

odpovědělo, že z televize, na druhém místě byla odborná literatura a na třetím s nejvyšším podílem rodina.

Další oblast výzkumu směřovala k obezitě a nadváze, přičemž nejvíce rodin se dle bodové škály zařadilo mezi „normální hmotnost“. V otázce přijetí změny v oblasti stravování bylo v 78% ovlivněno a iniciováno matkou, přičemž navrženou změnu přijali všichni členové u 42% obézních rodin a 70% rodin s normální hmotností, u 29% obézních rodin tuto změnu nepřijal jeden z manželů a u normálních rodin to byla 3%, která tuto změnu chápala jako nedůležitou či neměla ke změně chuť.

Andělová a Drabincová (2006) provedly obdobný výzkum zaměřený na stravovací zvyklosti středoškolské mládeže. Studie proběhly v letech 1996, 2001 a 2006 na středních školách v Moravskoslezském kraji a výsledkem byl zhoršující se stravovací režim zohledňující pokles počtu snídajících studentů⁹, zvýšení počtu studentů stravujících se ve fast foodech¹⁰ a také procento studentů konzumujících alkohol¹¹.

Obezita se v České republice dle autorů článku *Obesita* (2005) u mužů vyskytuje v míře 21 % a u žen je to dokonce 31 %. Šeráková (2006) se ve výskytu obezity u dětské populace odkazuje na Mužíkovou, která uvádí míru dětské nadváhy mezi 7 – 8 % a obezity mezi 6 – 7 %. Celkově je dle výzkumu v Česku 13 – 15 % obézních dětí či dětí trpících nadváhou. Do boje proti obezitě by se měla zapojit celá rodina a to změnou formy stravování, stravovacích návyků, zařazení pravidelné pohybové aktivity atd.

Všeobecná zdravotní pojišťovna na základě alarmujících informací o zvyšujícím se procentu dětské obezity vytvořila projekt *Jízdy YesNeYes*, který se pomocí preventivně – vzdělávacích akcí, tzv. „show“, snaží upozornit na zvyšující se riziko dětské nadváhy a současně vede děti ke zdravějšímu životnímu stylu. Projekt probíhá již pět let na základních školách v Čechách i na Moravě a zapojeno bylo více než osm tisíc dětí. Program akce zahrnuje praktický nácvik dětí v kuchyni, pomocí kuchařů se učí vařit zdravá jídla, aktivně se zapojují do cvičebních a tanečních aktivit a ve vzdělávacím „kroužku“ se učí o způsobech zdravého životního stylu. To vše se děje v rámci jednodenní akce, která se koná v předem určeném místě republiky za účasti známé osobnosti, jež dělá akci reklamou (Křížková, 2014).

⁹ V roce 2001 snídalo 65% studentů a v roce 2006 již jenom 43% (Andělová, Drabincová, 2006).

¹⁰ Dle dat výzkumu v roce 2001 neobědvalo 8% respondentů, v roce 2006 se počet zvýšil na 43% (Andělová, Drabincová, 2006).

¹¹ Z příležitostných konzumentů alkoholu se podíl z roku 56,70% zvýšil na 88%, čili téměř jeden a půl násobek. (Andělová, Drabincová, 2006).

V rámci projektu byla zřízena také speciální webová stránka, která je zaměřena přímo na zdravý životní styl dětí s ohledem na pohlaví. Již na hlavní stránce je možný výběr z menu „dívka x chlapec“. Děti zde mohou najít informace z oblasti aktuálních informací týkajících se projektu a plánovaných „jízď“, recepty na snídaně, obědy, večeře či svačiny, mohou se online otestovat či chatovat s ostatními příznivci.

3.1.4 Nezdravý životní styl

Jak již bylo zmíněno, puberta bývá spojena s obezitou případně nadváhou, kterou trpí zpravidla dívky, což pro ně může být velmi stresující, jelikož právě v tomto období mají nízké sebevědomí, dají na názor druhých týkajících se jejich vzhledu a hlavně se chtějí líbit druhému pohlaví. Přinosilová (2006) pojednává o představě člověka a vnímání jeho vlastního těla - tzv. *tělové schéma*. Jedná se o subjektivně zkrácený psychický obraz člověka ke svému tělu, který je především v období puberty velmi kritický. Autorka také uvádí mediální masáž v souvislosti s důrazem na štíhlost. Často se chtějí dívky vyrovnat modelkám z časopisů, a proto chtějí hubnout. Tato aktivita se však někdy může „zvrhnout“ u dívek se může objevit mentální bulimie¹² či anorexie¹³.

Do skupiny nezdravého životního stylu můžeme dále zařadit také konzumaci alkoholu a kouření, které se stává čím dál častější mezi mladými dospělými – dětmi, stále častější „drogou bez chemikálií“ se stává gamblerství neboli „závislost na hře“ (Melgosa, 1999). Drogovou závislostí mohou být ohroženy jak děti z problémových rodin, tak z těch „normálních“ či „úspěšných“, kde rodiče např. podnikají a dítě je finančně zabezpečeno. Důvodem může být počáteční „zvědavost“, tlak party, vzory rodičů či společnosti.

Obecně lze shrnout, že na zdravou a pravidelnou stravu, sportovní a pohybové založení dětí či způsob nezdravého životního stylu má vliv především rodinné prostředí, ve kterém dítě přijímá vzory, hodnoty, postoje. Oblastí rodiny a výchovy se zabývám v následující kapitole.

¹² Dívky trpící mentální bulimií neboli „vlčí žravostí“ si velmi cení sebekontroly a názorů druhých na svoji osobu. V období *přejídání* se krmí vším, co jim prakticky přijde pod ruku. Poté přichází fáze, kdy si sněžené jídlo vyčítají a kvůli pocitu viny si vyvolávají zvracení (Jedlička, 2011).

¹³ Dívky trpící anorexií bývají okolím vnímány jako perfekcionistky, ve škole úspěšné dívky. Dívky trpí představou, že jsou tlusté, při pohledu do zrcadla vidí faldíky a špeky. Postupem času i „dietní dávku“ snižují na menší a menší. Užívají projímadla, záměrně si vyvolávají zvracení (Jedlička, 2011).

3.2 Rodina a výchova

Rodina je dle Rousseaua velmi podstatným rysem společnosti, se kterou dítě primárně přichází do kontaktu, a jež zásadně působí na jeho rozvoj, navazování vztahů. Rodina dítěti předává hodnoty, postoje, normy a zároveň jej podněcuje k výkonům, zajišťuje stabilní prostředí založené na ochraně a pochopení. Rodina má pro dítě v životě nezastupitelnou roli (Matoušek, 1997).

Definicí rodiny se zabývají také Langmeier a Krejčířová (2006), kteří vymezují rodinu jako útočiště, které poskytuje dítěti základní citovou jistotu, bezpečí. Havlík (2002) charakterizuje rodinu z hlediska formování osobnosti dítěte a současně jako místo, kde dítě prožívá všechny fáze svého života. Současně je podle něj rodina základním činitelem několika oblastí najednou – demografického vývoje, sociální struktury, ekonomické a kulturní. Nejvýrazněji jsou děti dle Havlíka (2002) ovlivněny tzv. nukleární rodinou¹⁴, která je složena z rodičů a dětí. Rodina *širší* zahrnuje prarodiče, sourozence a další příbuzné.

Velký sociologický slovník definuje rodinu jako *nejdůležitější společenskou skupinu a instituci, která je základním článkem sociální struktury, základní ekonomickou jednotkou, přičemž hlavními funkcemi je reprodukce trvání lidského biologického druhu a výchova, respektive socializace, potomstva, ale i přenos kulturních vzorů a zachování kontinuity kulturního vývoje* (Havlík, Kořa, 2002).

Maříková a kol. (2000) uvádí diagnostický nástroj pro potřeby praxe, jež se opírá o osm kritérií, mezi které patří složení rodiny, její stabilita, sociálně-ekonomická situace, osobnost rodičů, sourozenců a dítěte, zájem o dítě a v neposlední řadě péče o dítě. Na základě tohoto byly sestaveny čtyři typy rodin.

Prvním typem je *rodina funkční*, tedy rodina zajišťující dobrý vývoj dítěte a jeho celkový prospěch. Druhým typem je *problémová rodina*, u níž se vyskytují některé funkce, které by měly být plněny, jako problémové. Rodina schopna problémy sama řešit, ať už s použitím krátkodobé pomoci zvenčí či bez ní. Třetím typem je *rodina dysfunkční*. U tohoto typu se vyskytují již závažné poruchy některých funkcí ohrožující nebo poškozující primární skupinu či vývoj a prospěch dítěte. Posledním typem je *afukční rodina*, která je charakteristická problémy tak velkými, že přestává úplně plnit svou funkci, vážně škodí dítěti a případně můžeme hovořit i o ohrožování na samotné existenci. Jako příčinu poruch rodičovských funkcí autorka a kolektiv uvádí, že rodiče neumějí, nemohou nebo prostě nechtějí činit to, co je pro vývoj dítěte nutné (Maříková a kol., 2000).

¹⁴ Termín „nukleární rodina“ založil T. Parsons, který byl přesvědčen, že v moderních společnostech se rozpadá soužití více generací pod jednou střešou, když mladí lidé odcházejí od rodičů a zakládají vlastní rodiny.

3.2.1 Hlavní funkce rodiny

Podle Havlíka (2002) by měla být pro jedince rodina hlavním emociálním zázemím. Současně by dítě mělo mít pocit jistoty, bezpečí, podpory, uznání. Rodina by měla plnit jakousi pomyslnou základnu pro vstup do společnosti. V případě, že neplní jednu z níže jmenovaných funkcí, má tato skutečnost vážné důsledky pro biologickou, sociální a kulturní reprodukci společnosti.

Biologická a reprodukční funkce byla odjakživa hlavním důvodem, proč lidé uzavírali manželský svazek – tedy za účelem rozmnožování. K oddělení sexuality od manželského svazku došlo na konci šedesátých let 20. století tzv. „sexuální revolucí“ a rozvojem antikoncepce. Od této chvíle záleželo především na páru, konkrétně na ženě – budoucí matce, kdy a zda vůbec se rozhodne mít děti. Problém poklesu porodnosti je i v dnešní společnosti stále aktuálnějším tématem.

Emocionální funkce rodiny a tvorba domova, tedy prostředí, ve kterém děti vyrůstají, je funkcí, která roste na významu. Havlík (2002) připomíná, že rodina byla po staletí chápána pouze jako typ hospodářského uskupení lidí s místem garantujícím každodenní přežití jejich členů. Postupem času dostává rodina jiný rozměr. Je kladen důraz na osobní vztahy, manželství vzniká na základě rozhodnutí obou partnerů, na základě vzájemných sympatií, nikoliv na z důvodu ekonomických či kvůli předchozí domluvě rodičů.

Ekonomická funkce rodiny je neméně významná než předchozí jmenovaná. Můžeme říci, že ekonomika neboli společné hospodaření všech členů rodiny, bylo po staletí klíčové. V dobách minulých bylo zapojení všech členů domácnosti do práce, např. na poli, povinné. Byli zapojeni muži, ženy, děti a další obyvatelé statků. Typické bylo i složení rodiny. Otec, jakožto hlavní hospodář, byl hlavou rodiny. Dále tady byla matka neboli hospodyně starající se o děti, domácí zvířata, čeled' a chod statku. V neposlední řadě rodinu doplňovaly děti, prarodiče a další osoby. V důsledku válek došlo ke změně postavení žen, kdy byli muži mimo domov, a ženy musely prokázat schopnost se o hospodářství samy postarat. Od druhé poloviny 20. století plnili většinou muži i ženy pracovní povinnosti mimo domov. Dle Havlíka (2002) byla však *hospodářská funkce* rodiny daleko důležitější, protože představovala nejsilnější pouto, které drželo pohromadě za účelem přežití.

Autor dále uvádí funkci *socializační a výchovnou*, které jsou v dnešní době nejvýznamnějším těžištěm pro socializační, výchovnou a vzdělávací instituci. Za stěžejní faktor ovlivňující plnění socializační funkce rodiny jsou považováni vrstevníci – tedy skupina, která ať pozitivně či negativně ovlivňuje dospívajícího. K velmi významným změnám také patří přijetí žáka do školních či mimoškolních institucí. Jejich prostřednictvím dochází k promítání změn postojů k rodině a k výchově (Havlík, Kořa, 2002).

Možný (2008) je přesvědčen, že to hlavní, co může společnost od rodičů vyžadovat je výživa, oblečení, ubytování, zdravotní péče a přístup ke vzdělání, alespoň takovému, aby ho jeho nedostatek v dospělosti nevyklučoval na okraj společnosti – tato pětice bývá označována jako *teze minimálního zaopatření – Minimum Provision Thesis*.

3.2.2 Výchova

Lze říci, že výchova byla v minulosti jednodušší, protože probíhala formou předávání „kulturního dědictví“. Tedy předáváním již osvědčených hodnot a postojů starších generací na generaci mladou. Základním kamenem výchovy byla bezmezná poslušnost dětí, jejíž „slepost“ se rozbila na začátku padesátých let 20. století. Změny byly způsobeny v souvislosti s proměnami společnosti.

Teyschl byl přesvědčen, že dítě má právo na to, se svobodně projevit, aniž by bylo omezováno shovívavostí a přísností rodičů. Jurovský souhlasil s názorem, že dítě nesmí být trestáno za každou neposlušnost, jelikož není schopné splnit všechny příkazy dospělého (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Je nutné zmínit, že v tomto období je velmi důležitá komunikace, důvěra a tolerance mezi rodiči a dospívajícími dětmi. Tedy vytvoření jakéhosi kamarádského vztahu s hranicemi, které dávají dítěti jasně najevo, „co je v pořádku“, a kde „již překročil pomyslnou čáru“. Vše samozřejmě souvisí s výchovným stylem rodičů a také rodinným zázemím.

Vztahu vzájemného uspokojování potřeb mezi rodičem a dítětem se věnoval Matějček (a kol., 1994), který dohromady stanovil pět základních potřeb, jež jsou pro tuto oblast klíčové. *Potřeba stimulace* neboli potřeba první, závisí především na předávání podnětů od rodičů směrem k dítěti. Rodič tedy nemá čekat, až dítě něco „provede“, ale naopak má jej stimulovat k této činnosti a dále jej podporovat. Papoušek nazval tuto schopnost *intuitivním rodičovstvím*¹⁵. Papoušek je současně přesvědčen, že biologičtí rodiče jsou na tuto činnost geneticky vybaveni.

¹⁵ Gillernová a kol. (2011) vysvětluje rodičovství jako „vzájemnost, sdílení a naplňování významných životních potřeb dětí i rodičů. Není sporu, že reprodukce je klíčovým životním procesem. Děti rodičům přinášejí pocit

Druhou je *potřeba smysluplného světa*, kterou Matějček (a kol., 1994) definuje jako rámec spojující harmonický domov, vlastní pokojíček případně vyčleněnou část pokoje patřící pouze dítěti, denní rituály, režim denního programu, hry atd.

Třetí je *potřeba životní jistoty*, která spočívá v citové a sociální vazbě. Uspokojení této potřeby je velmi důležité pro vnitřní jednotnost osobnosti dítěte. Čtvrtou je *potřeba pozitivní identity neboli vědomí vlastního já a vlastní společenské hodnoty*. Naplnění této potřeby je podmínkou pro zdravé sebevědomí dítěte, uvědomění si vlastní hodnoty. Poslední, pátou potřebou je *potřeba životní budoucnosti neboli životní perspektivy*, která spočívá v kontinuitě života. Dítě dle fotografií vidí své rodiče, jak byly malými dětmi, vidí, jak rostou, jak vstupují do svazku manželského, jak jsou všichni společně před několika lety na lyžích atd. Do této souvislosti uvádí Šulová děti z ústavů, které bohužel k dispozici fotografie svých rodičů nemají. Tyto děti se většinou nemají na co těšit, nedokáží si představit svoji budoucnost (Gillnerová a kol. 2011).

Pro zdravé *rodinné fungování*¹⁶ je dle Pattersonové klíčová péče, výchova, proces socializace jedince do rodinné sítě, podpora ekonomických a dalších potřeb jednotlivých členů rodiny a jejich vzájemná ochrana (Sobotková, 2012).

3.2.3 Typy výchovy a výchovné styly

Obecně existují tři výchovné styly, přičemž v každé rodině je vybraný styl odlišně kombinován s ostatními. Melgosa (1999) definuje tři základní druhy. Prvním typem je *výchova autoritativní* spočívající na dominanci či autoritě, tedy na zákazech a příkazech. Rodiče mají malé pochopení pro přání, potřeby či individuální odlišnosti svých dětí. Děti se často stávají závislými na pochvale, jsou vychovávány submisivně, což má za následek malou iniciativu, jsou závislé na autoritě a často bývají agresivní. K tomuto stylu výchovy se přiklání také Matoušek (1997), který dále uvádí, že rodiče více než jindy uplatňují peníze či dárky jako odměnu a v případě opačném volí již méně než v minulosti tělesné tresty.

Druhým typem je *liberální neboli benevolentní výchova*, která je pravým opakem autokratické. Typické je pro ni slabé vedení – děti si prakticky dělají, co chtějí. Nejsou na ně kladeny žádné požadavky, a pokud ano, není kontrolováno jejich plnění. Důsledkem výchovy zpravidla bývá nízký výkon dětí v jakémkoliv směru.

jejich vlastní společenské hodnoty a užitečnosti, dávají jim pocit bezvýhradné a nezpodmíněné lásky, někoho na nich plně závislého, přinášejí jim do jejich života nová hlediska, nové výhledy a umožňují jim překročit jejich osobní čas“.

¹⁶ Rodinným fungováním rozumí Walshová popis vztahových procesů v rodině. *Lapidární rodinné fungování* je podle Pattersonové způsob jakým rodina plní své funkce (Sobotková, 2012).

Možný (2008) popisuje benevolentní typ výchovy jako předpoklad minimálního zásahu od rodičů směrem k dítěti. Výchova je založena na libovolné volbě hodnot dítěte při vytváření vlastní představy o dobrém životě - dítě si samo vybere, co bude pro jeho život podle jeho názoru nejlepší. Rodiče usilují, aby volný výběr hodnot jejich dítěte nebyl ničím narušen, případně dokonce proti těmto vlivům sami bojují.

Třetím typem je *demokratický styl*, tedy jakási kombinace obou výše zmíněných stylů. Tento styl je založen na kooperaci, spolupráci, podněcování iniciativy dětí k samostatné činnosti. Rodič s dětmi diskutuje, má přehled o jejich přáních, potřebách a subjektivní individualitě. Styl vytváří příznivou citovou atmosféru a důvěru mezi rodiči a dětmi. Tento druh výchovy nejvíce pomáhá rozvíjet sociálně zralou osobnost. V neposlední řadě zmíníme *styl nezajímajících se rodičů*, kterým nezáleží na tom, co jejich děti dělají, důležitá je jejich osobní pohoda a klid (Melgosa, 1999).

Dle Matějčka můžeme výchovu dále dělit na *zavrhující*, ať už ve skryté nebo zjevné formě, *výchovu zanedbávající*, kde může jít o zanedbávání mírné či výběrové až po hrubé a celkové, *výchovu rozmazlující*, *výchovu příliš úzkostnou a projektivní*, tedy výchovu přespříliš ochraňující, *výchovu perfekcionistačnou*, kdy jsou rodiče zaměřeni na samotnou dokonalost jejich dítěte, a v poslední řadě *výchovu protekční* (Gillnerová a kol. 2011).

Výchova dětí je podmíněna společenským uplatněním v budoucnosti, což zavazuje dospívajícího k dobrým studijním výsledkům, výbornému chování a četným volnočasovým aktivitám v podobě zájmů a koníčků, jež by mohl později uplatnit. Tím se samozřejmě úměrně zvyšuje tlak rodičů na školní výkony dětí. Podle průzkumu, který provedla Vaníčková a kol., u 358 desetiletých dětí v jednom pražském obvodu v roce 1994, byla jako nejčastější forma odměny uvedena pochvala, na druhém místě dárky a peníze. Jako nejčastější forma trestu bylo na prvním místě uvedeno „hubování“ a na druhém výprask (Matoušek, 1997).

3.2.4 Sociálně patologické chování dětí

Jedná se o celé spektrum chování, jež je společností všeobecně negativně vnímáno. Konkrétně se jedná o závislostní chování, spočívající v kouření, užívání alkoholu, drog a jiných omamných látek, kriminalitu dětí, agresivní chování, šikanu ad.

Mühlpachr (2006) toto chování označuje jako *sociální handicap* a za hlavní příčinu vzniku uvádí funkci výchovy. Typickým příkladem je kriminalita mládeže. Suchý a Švancar (1972) uvádějí, že kriminalita mládeže je zkoumána už po roce 1945, tedy po druhé světové válce. Faktory ovlivňující kriminalitu mládeže dělí na *exogenní* tedy na „vnější“ zahrnující oblast společenskou a na *endogenní*, spojené s biologickou, psychologickou a fyziologickou stránkou pachatele.

Matoušek a kol. (1996) uvádějí za základní faktory patologického chování dětí rodinu, vrstevnickou skupinu a nudu. Dále uvádí čísla o kriminalitě a trestech v České republice v letech 1989 – 1994, podle nichž je počet osob mezi 5 - 14 lety vykazujících trestnou majetkovou činností celkem 440 osob a trestnou násilnou činnost celkem 42 osob.

Mezi již zmíněné sociálně patologické chování dětí patří také šikana, což je chování spočívající ve snaze agresora ublížit oběti v oblasti psychické, fyzické, citové či společenské. Důležitým znakem šikany je pocit bezmoci oběti. K šikaně může dojít kdekoliv, např. ve škole, v mimoškolním prostředí, v prostorách volnočasových aktivit dětí a mládeže aj. Šikana může být zjevná, skrytá, přímá, nepřímá, verbální, neverbální atd. Šikanované dítě je většinou jedinec, které se od zbytku kolektivu nějakým způsobem liší, může jít např. o handicap, ať už tělesný či mentální, dítě může být pomalejší než ostatní, nebo naopak chytré a prudce inteligentní, oběť může být ze sociálně slabé rodiny nebo může být vzhledem k ostatním vrstevníkům lépe finančně zabezpečené. Agresor se oproti tomu projevuje jako sebevědomý, neomylný jedinec, který rád poroučí a rozhoduje o činnosti druhých, projevuje jen malou lítost, odmítá přijmout zodpovědnost za své činy. Při šikaně je důležitá prevence jejího vzniku a okamžitá řešení situace (Fieldová, 2009).

V současné době se před dítětem i člověkem obecně otevírají pomyslné dveře čehokoliv, na co si prakticky vzpomene. Existuje nespočetně mnoho způsobů života, chování, vyjadřování, z kterých si dítě může vybrat na základě svého hodnotového systému, žebříčku uspokojování potřeb. Jak již bylo zmíněno, výchova hraje při sestavování zmíněného systému hodnot, potřeb a zájmů nezastupitelnou roli, která má vliv na celý život jedince.

Na rozvoj osobnosti dítěte mají nepochybně vlivy makrosociálního či mikrosociálního prostředí, jehož je součástí. Navrátil a Mattioli (2011) jsou přesvědčeni, že u dětí i dospělých začíná v dnešní době technologického rozvoje, zdůrazňujícího rychlost a nedostatek času, *utilitární pragmatické ekonomické myšlení*, z důvodu kterého je estetičnost chápána jako nedostatečný prostředek k získání moci, postavení a peněz.

S ohledem na další vývoj společnosti můžeme očekávat, že vlivem makrosociálních vlivů bude docházet k hlubší změně hodnot, potřeb, zájmů, postojů a tak vzhledem k psychické nestabilitě dospívajících lze předpokládat, že si vyberou cestu „nejmenšího odporu“.

3.2.5 Dějiny rodiny

Proměnu rodiny jako instituce lze datovat s ohledem na dostupné informace od 60. let 20. století. Mezi základní můžeme uvést charakteristické snížení počtu sňatků a zvýšení počtu nesezdaných svazků, s tím související nárůst počtu rozvodů, rozchodů a nárůst neúplných rodin s jedním rodičem, rodin obnovených či složených – tedy rodin „seskládaných“ z osob, jež už mají za sebou nějakou manželskou zkušenost a starají se alespoň o jedno dítě z prvního manželského svazku. Typické je také snížení počtu porodů, nárůst mimomanželských porodů a námezdní práce žen, převážně matek – tedy zaměstnání jsou zpravidla oba rodiče.

Singly (1999) dělí rodinu dle vývoje na dvě období. První, *tradiční* lze datovat od 19. století do 60. let 20. století. Období je charakteristické vzájemným vztahem mezi institucí manželství, která se prakticky skládá ze tří prvků – manželská láska, přísná dělba práce mezi mužem a ženou a pozornost věnovaná dítěti, jeho zdraví a jeho výchově.

Po tomto období zhruba mezi lety 1918 - 1968 nastává *období moderní rodiny*, jež nasvědčuje tomu, aby muž jezdil pracovat mimo domov a žena nebo matka zůstávala doma s dětmi a starala se o ně. Tzv. *postmoderní rodina* je model fungující od 60. let 20. století. Toto období je ovlivněno feminismem – směrem, který se snaží prosadit emancipaci žen. Je tedy jasné, že předchozí verze matky či manželky starající se doma „pouze“ o děti se protagonistkám zmíněného směru příliš nelíbilo.

Další ránou je uzákonění rozvodu vzájemnou dohodou. Dochází k destabilizaci rodinného konceptu. Lidé si často mimo manželství „žijí svůj život“. Ideologií rodiny 21. století se dle Singlyho (1999) stává představa člověka, že by měl „být šťasten sám za sebe“ – „my, nahrazuje slovo já“.

Možný (2008) upozorňuje na nově vznikající trendy v tzv. „postmoderní vlně“ – tedy matek, které žijí samy s dítětem, nebo osob, které žijí samy bez dětí – tzv. „singles“. Rapidně stoupá počet nesezdaných soužití a klesá počet uzavírání sňatků. Tento pokles můžeme přisoudit především přelomu 90. let 20. století, kdy došlo k otevření společnosti a ekonomiky, což podstatně otevřelo možnost ženám chopit se příležitostí – např. cestovat, studovat, možnost rozhodnout se, zda chce mít děti, případně kdy atd.

3.2.6 Problémy dnešní rodiny

Problémy dnešních rodin jsou poněkud jiné, než ty, které byly typické v minulosti. Pro současnou společnost je charakteristické, že zpravidla oba rodiče chodí do práce. Žena, která má děti a rodinu, po příchodu z práce nastupuje prakticky „na druhou šichtu“. Uklízení, praní, žehlení prádla, chystání večeře, dělání domácích úkolů s dětmi či venčení domácího mazlíčka. Situace může být horší v případě, že manžel podniká. Od roku 1989 se soukromá sféra díky převratu rozmohla a lidé začali pracovat „sami pro sebe“. V tomto případě byl prakticky veškerý chod domácnosti závislý na ženě.

Dalším typem problémů, které se mohou odrážet na dítěti, mohou být stále častěji vznikající konflikty způsobené lepším pracovním postavením ženy či plnou zaměstnaností obou rodičů, jež jsou zaměřeni místo na své děti na kariéru. Dětem se nikdo nevěnuje či nedohlíží na jejich volný čas. Tyto situace často končí tragicky.

Znaky současné rodiny můžeme dle Šulové (Gillernová a kol., 2011) shrnout do několika stručných bodů - *změna v očekávání trvalosti vztahu* – soužití tzv. „na psí knížku“ – tedy nesezdaná soužití partnerů, kteří mají většinou jedno a více dětí. *Singles*, je skupina lidí, kteří často nejsou ochotni riskovat svoji svobodu a pohodlí a proto nežli v manželském či v jiném svazku, ze vztahu odcházejí a volí možnost být sami případně i s dítětem bez partnera. Dalším problémem je *nízká stabilita rodiny* a s tím stoupající počet rozvodů, *nízká úroveň uzavírání manželských svazků*, *odklad uzavření prvního manželství* do vyššího věku, *odsouvání rodičovství na pozdější období*, předmanželská či velmi časná zkušenost v oblasti sexu, zralost partnerů a intimní vztah a trvalé partnerství bez vazby.

3.2.7 Rozvod

Singly (1999) je přesvědčen, že křehkost vztahu mezi manželi se odrazí také do křehkosti vztahu mezi otcem a dětmi. Zpravidla se stává, že děti do péče získává po rozvodu matka. Případně jde o péči střídavou, kdy dítě pobývá chvíli u otce a chvíli u matky. Jako důležité po rozvodovém procesu Singly popisuje zájem otce o styk s dětmi. Často se vytrácí a to z různých důvodů – např. vztah mezi otcem a dítětem nebyl nikdy pevný, netrávili spolu příliš času, otec se dítěte „vzdává“ a po nějakém čase si nachází novou rodinu, případně ji zakládá, nebo důvodem může být dle autora také vysoká míra důrazu na význam profesní činnosti. Na straně druhé to může být nezaměstnanost a neschopnost rodiče se o dítě odpovídajícím způsobem postarat.

Možný (2008) míní, že děti z rozvedených manželství mají o něco zvýšenou pravděpodobnost rozvodu vlastního manželství. Tato skutečnost je podle něj ovlivněna dvěma dalšími podmínkami – *věkem* dítěte, kdy se jeho rodiče rozvedli, a také *pohlavím* dítěte. Současně se odkazuje na starou moudrost, která říká, že děti drží manželství pohromadě. Tuto podmínku lze ovšem chápat v pozitivním i negativním slova smyslu – matka či otec nechce brát dětem druhého rodiče, chce, aby vyrůstal v uceleném rodinném zázemí, přestože oni sami se v manželském svazku trápí a nejsou šťastní. Dalším případem je matka, která má na starosti např. čtyři nezaopatřené děti a potřebuje především finanční podporu otce, protože by děti po rozvodu sama neuživila. Otcové se závazky jsou dle Možného (2008) na pomyslném trhu „seznamky“ ne příliš žádoucí a sami si to uvědomují, proto se může stát, že se s dětmi nestýkají a po rozvodu je úplně „vymažou“ ze svého života.

Podle poznatků z dlouhodobé studie americké socioložky Judith Wallersteinové, vyplývá, že děti, které pocházejí z rozvedených manželství, jsou psychicky méně stabilní, náchylnější k nemocem než děti z úplných rodin a současně, že jejich mentální věk se po rozvodu rodičů sníží zpravidla o dva až tři roky. Jako typický „porozvodový syndrom“ uvádí autorka noční pomočování, koktání nebo rapidní pokles výkonů ve škole (Fellnerová, 1996).

3.2.8 Druhy rozvodů

Podle studie hamburské socioložky Anneke Napp-Petersonové můžeme rozlišit celkem čtyři druhy rodinných modelů po rozvodu. Jedná o *velkou otevřenou rodinu*, která se objevuje jen zřídka – tato rodina je charakteristická tím, že děti mají důvěrný vztah k oběma rodičům a současně k jejich novým partnerům. Druhým typem rodiny je *rodina kooperující* – tedy typ ideální – děti mají pevný vztah k oběma rodičům, žijí pouze s jedním z nich, ale s druhým rodičem se pravidelně setkávají. Opakem je třetí typ rodiny – *exkomunikující rodina s jedním rodičem*, kde nedochází ke kontaktu s rodičem, se kterým děti nežijí, a to především z důvodu, že spolu bývalí manželé nemohou vyjít a najít kompromis. Posledním, čtvrtým typem je *zdánlivě „normální“ rodina s více rodiči*, kdy dospělí předstírají navenek, že rodina uvnitř funguje tak, jak má. Nový partner jednoho z rodičů je dětem prezentován a vnucován jako „samozřejmost“ (Fellnerová, 1996).

3.3 Proces socializace a oblast mezilidských vztahů

Socializace dítěte se opírá dle Možného (2008) o tři zásadní klasické přístupy. Prvním z nich je, že socializace dítěte stojí na pozici *culture* – tento výraz zavedl Pacal v 17. století. Konkrétně se jedná o to, že se všichni rodíme jako „nepopsaný list papíru“ a působením rozdílných sociálních okolností a osobních zkušeností se stáváme rozdílnými. Opakem je druhý přístup Mendla, který tvrdí, že na svět již přicházíme s úplnou sadou genů pro jednotlivce typických vlastností, kvalit a potenci. Vzájemné sloučení obou výše zmiňovaných přístupů nás vede k sociobiologické koncepci, která je spojením obou přístupových znaků, tedy každé dítě díky svému genetickému vybavení reaguje v daném prostředí specificky.

Havlík (2002) míní, že osobnost jedince je vlastně pomyslným bodem střetu na sebe navzájem působících vnějších i vnitřních faktorů na kulturním a sociálním pozadí. Pojítkem mezi jedincem a prostředím, ve kterém dítě vyrůstá, je proces socializace, neboli vrůstání člověka do společnosti, které probíhá prostřednictvím přebírání norem, hodnot, pravidel, tradic aj.

Mead rozlišuje dvě fáze socializace. První je typická tím, že si dítě *hraje na* někoho – tedy napodobuje role, které vidí kolem sebe – např. napodobuje maminku, jak vaří tatínkovi večeři, babičku, jak plete Pepíčkovy svetry atd. Druhá fáze *game* je již *zapojením se do hry*. V této fázi již dítě vnímá pravidla hry a jejich důsledky pro další interakce, které se na hře podílí (Možný, 2008).

Jedlička (2011) je přesvědčen, že již v době pubescence začíná školák poznávat, že jiná společenská očekávání jsou spojena s rolí dítěte a jiná s úlohami, do nichž vstupuje a které naplňuje dospělý muž či žena.

3.3.1 Hodnoty

Předávání hodnot a základní socializace dítěte do společnosti probíhá nejprve v primární skupině – tedy v rodině, ve které se dítě narodí, vyrůstá a žije. V tomto prostředí získává prostřednictvím výchovy a vzájemného působení členů rodiny základní hodnoty, postoje, pohled na svět.

Navrátil a Mattioli (2011) charakterizují hodnoty jako vzory, jež dítě akceptuje a chce je přijmout za své. Tyto vzory, hodnoty, postoje, potřeby, zájmy usměřňují rozhodování dítěte v životě. Jinak řečeno, ať už záměrným nebo nezáměrným působením vnějších podnětů na člověka jsou ovlivněny jeho emoční vlastnosti, díky kterým bude jedinec reagovat na různý podnět jinak.

V období adolescence je nutné dítěti dát dostatečný prostor, aby se mohl rozhodnout, které hodnoty a postoje bude dále vyznávat, rozvíjet a které nové přijme. Langmeier a Krejčířová (2006) doporučují, aby rodiče v období dospívání dítě podporovali při nalezení sebe sama, rozvíjeli jeho potenciál, silné stránky, hodnoty, potřeby a snažili se mu v tomto obtížném životním období porozumět.

3.3.2 Vývoj hodnotového systému rodin od druhé půlky 20. století

V druhé polovině 20. století, konkrétně od roku 1950 se klade velký důraz na rodičovskou a mateřskou lásku. Do této doby bylo jakékoliv mazlení s dítětem nedoporučováno. Naopak bylo podporováno nechat dítě křičet, pokud rodič uznal, že potřeba dítěte není natolik důležitá, aby byla „naplněna“.

Od 50. let 20. století si však situace obrací – dítě má vyrůstat v harmonickém a láskyplném prostředí, má být udržováno v radostné náladě a žádoucí jsou především citové projevy ze strany rodičů. Šedesátá léta jsou zastoupena „superliberálními“ postoji k dětem plynoucí z Ameriky – typickým obrazem jsou čmárající děti na zdi bytů. Reakcí jsou osmdesátá léta nesoucí s sebou otázku autority a mravních základů výchovy.

Reissův rodinný kodex představuje souhrn funkcí rodiny obsahující soubory chování běžné v dané rodině a celé předchozí rodinné generaci. (Matoušek, 1997) V případě, že se dítě setká s negativní zkušeností, snaží se zažité hodnoty změnit, či vytlačit a nahradit jinými. Pokud se setká vyznávaná hodnota s pozitivní zkušeností, dítě ji potvrdí a uchová si ji (Navrátil a Mattioli, 2011). Havlík a Kot'a (2002) definují přehodnocování vyznávaných hodnot jako *atomii*, tedy stav kdy dojde kolapsu stávajícího systému hodnot a norem a následném přijetí nových.

3.3.3 Sebepojetí

Proces sebepojetí je pro dospívajícího velmi podstatným krokem k dosažení jeho psychické rovnováhy. Pro adolescenta je typická sebekritičnost především k jeho fyzickému vzhledu, který porovnává s ostatními vrstevníky či se staršími osobami nebo svými idoly. Nenávidí své neposlušné vlasy, jeho nos se mu zdá příliš velký atd.

Průlom nastává okolo 15 – 16 roku věku, kdy je podstatnější vnější hodnocení nežli to vnitřní, přičemž sebekritika je velmi důležitá k ujasnění subjektivních vlastností jedince souvisejících s jeho rolí ve společnosti a psychickou diferenciací. Psychickou diferenciací se rozumí smíření se s odlišností sebe sama od všech ostatních osob a rovněž akceptace chyb a omezení nejen svých, ale také rodičů. Uvědomění si vlastního já a možnosti se se svobodně rozhodovat je součástí psychické nezávislosti jedince (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Jak již bylo zmíněno, pro adolescenty je proces identifikace vlastního já klíčový zejména ve fázi dospívání. Spousty mladých chlapců a dívek mají jako vzor slavnou zpěvačku, fotbalistu, herečku, herce, modelku atd. Důvodem je *princip napodobování*, o kterém hovoří Meglosa (1999). Jde často o situace, ve kterých si dospívající nevědí rady, jak se mají rozhodnout a jak daný problém řešit, zda např. ukrást v obchodě zboží, aby byli zařazeni do party či nikoliv. Rozhodují se na základě svých morálních dispozic v souladu se „vzorem“ a přemýšlejí, zda by to on či ona udělali a tím se jim snaží napodobit. Svého idola však mohou vidět dle Jedličky (2011) také v různorodých typech náboženských sekt či hnutích, které lákají především labilní jedince, kteří jsou lehce ovlivnitelní.

3.3.4 Vrstevnická skupina

Jak již bylo zmíněno, období dospívání je typické odpoutáváním se od rodinného zázemí a navazování nových vztahů, přátelství, zapojování se do společnosti, vrstevnické skupiny či party. Dospívající dle Jedličky (2011) zpravidla chtějí rychle zavřít dveře za „dětským světem“ a ještě rychleji si přejí vstoupit do toho dospělého. Zpravidla k tomuto přechodu volí formu nevybíravého chování typického svou výbušností či jiným emotivním chováním.

Biologickým, psychologickým a sociálním zráním člověka jedinec přijímá role, pro které jsou typické různé normy, hodnoty a postoje. Tento proces Havlík (2002) nazývá „*sociální zrání*“. Etapu související s věkem mezi 12 a 15 lety života dospívající vidí jako *Já – problém pro sebe*, kdy je typické navazování a formování vztahů s ženským či mužským pohlavím, odpoutáváním se od rodiny aj.

Významná práce Jamese J. Colemanna nazvaná *Společnost adolescentů* z roku 1961 pojednává o skutečnosti, že dospívajícího jedince více než názory rodiny ovlivňují názory jeho vrstevníků, kamarádů a osob, se kterými se stýká. Colemann také zjistil, že mezi intelektuálním vývojem dítěte, atmosférou jeho rodinného zázemí a zařazením ve společnosti je těsná souvislost (Havlík, Kořa, 2002).

Dle Jedličky (2011) někteří adolescenti zvládají svou frustraci, neboli nedostatečné, dlouhodobé neuspokojení potřeb, spojenou s psychickým vývojem tak, že se sdružují do skupin, pro něž je typické násilí, krádeže atp., jako jsou např. pouliční gangy. Hlavním důvodem je, že ve skupině v důsledku nelegální činnosti na své problémy zapomínají a mohou se uvolnit. Prostředí skupiny je pro její členy významné hlavně z důvodu vzájemné spolupráce, pochopení, společných zájmů, hodnot, postoji, důležité je také prostředí setkání. Čím dál typičtější je bohužel také agresivita, která se ve skupině často hojně objevuje především navenek. Jedlička (2011) také poukazuje na intoleranci k jakékoliv odlišnosti. Brutalita je brána jako rychlý a účinný prostředek pro vyřízení vztahových problémů, prostředek pro pocit uvolnění, projev síly, moci, převahy či způsob obstarání žádoucích cílů.

3.3.5 SUBKultury mládeže

Parsons rozvinul v 60. letech minulého století starší studii, jež prokazuje, že kultura mládeže formou skupiny reaguje na individuální zátěž dospívajících při přechodu z dětství do stádia dospělosti. Kulturu lze pojmut jako „pomyslný ventil“, jež uvolňuje napětí a odpor adolescentů vůči autoritám, sociální kontrole, požadavkům, jež jsou na ně kladeny, a současně jako prostředek adaptace pubescentů na svět dospělých formou vytvoření jakéhosi místa „kam dospívající patří“. Od 60. let 20. století jsou zkoumány hodnoty, volnočasové aktivity a především zvláštnosti subkultur – tedy kulturních spolků mládeže, které se jakýmkoliv způsobem liší od ostatních skupin. Od konce 70. let minulého století toto zkoumání upadá v pozadí a počínají se násobit výzkumy z oblasti reálných problémů mládeže se zaměřením na ekonomickou situaci, diferenciaci společenských tříd, přístupu ke vzdělání atp. (Havlík, Kořa, 2002).

Za určitou subkulturu mládeže lze považovat i „vlnu PUNK“, která na konci 70. let 20. století zasáhla tehdejší ČSSR. Punková hudba byla prostředkem ke vzdoru mládeže, která se bouřila proti zaběhnutým konvencím, uměle vytvořeným tradicím, jež se musely slepě dodržovat, bezmeznou poslušností a oddaností tehdejšímu socialistickému systému. Vaňek (2002) popisuje toto období jako „kytky v popelnici“ čímž odvozuje název od tzv. „květinových dětí“¹⁷ 60. let 20. století, z nichž někteří upustili od předchozího bohémského života a oblékli se do obleků, kravat, nažehlených sukní a pomyslné „kytky“ odhodili do popelnic.

¹⁷ „Květinové děti“, hippies neboli anglicky *hippie* bylo nezávislé hnutí prosazující nemateriální statky, svobodu žití i slova, volnou lásku, užívání drog a odsuzující budování kariéry, honění se za pracovními posty a penězi (Hanák, 1992)

Punkoví přívrženci však měli za to, že i na odpadcích může vykvést květina. Ta se však tehdejšímu režimu pochopitelně nelíbila, tudíž se režim všemi prostředky snažil o její odstranění.

V současné době lze mluvit o pluralitě stylů hudby, oblékání, náboženství, politického vyznání atd. Punková hudba neboli „nová vlna“ v minulosti označovala nejen hudební styl, ale představovala také kulturní, ekonomické a sociální souvislosti pro jeho příznivce. Svítek chápal punk jako vlastovku nezávislé společenské aktivity, jako první pokus o socialistickou revoluci (Vaněk, 2002).

Představitelé komunismu se už od roku 1948 snažili odstranit jakékoliv pokusy o revoluci ze strany mládeže, a proto ji důsledně kontrolovali a případně také tvrdě postihovali. Státní bezpečnost, respektive její speciálně vyčlenění příslušníci, různými způsoby zjišťovali informace, které následně zapisovali a předávali svým nadřízeným k zásahům. Metodami byly např. žádost o podání vysvětlení, výslechy mládeže, pohovory, tajné sledování a pozorování s kým se mládež stýkala, kde působila atd. Jednalo se o tzv. „kontrarozvědnou činnost“, která představovala „ochranu“ společnosti před jakýmkoliv druhem vzdoru či boje mládeže proti režimu, jako byly např. výroky a jednání zaměřené apoliticky a proti režimu, sledování účastníků malých apolitických skupin amorálního charakteru atd. Ve druhé polovině 80. let minulého století byla působnost Státní bezpečnosti postupně oslabována. K vyvrcholení došlo v roce 1989 Sametovou revolucí (Vaněk, 2002).

3.3.6 Formování skupin

Typicky vzniklou nespontánní skupinou dle Možného (2008) je školní třída vznikající na základě věkově homogenních tříd, která ve vzájemném působení s médii vytváří systém hodnot, potřeb, vzorců chování, priorit prostřednictvím kterých vidí interakci dalších socializačních vlivů.

Formování skupin můžeme podle Melgosy (1999) rozdělit do celkem čtyř fází, které jsou charakteristické pro určitou věkovou skupinu dospívajících. *První fázi* lze datovat okolo 11. - 12. roku života dětí, kdy jsou vytvářeny skupiny dětí ze stejného pohlaví – tedy čistě chlapecké či dívčí. Jsou složené především v důsledku nějakého společného zájmu – např. fotbal, stolní hry, sbírání kartiček atd. *Druhá fáze* probíhá v období mezi 13 – 14 lety dětí, najdeme zde základní znaky struktury skupiny, kde na nejvyšší pozici stojí vedoucí osoba, která rozhoduje, jak budou např. trávit volný čas či kterou hru budou hrát. *Třetí fáze* je typická pro svou hegemonitu - tvoří ji chlapci i děvčata v období 15. – 16. roku života. *Poslední vývojovou fází* je fáze tzv. dezintegrace neboli rozkladu, probíhá od 16. - 17. roku života výše a typická je „samozřejmost“ přátelství a vazeb mezi jednotlivými pohlavími. Vytváří se nezávislé vztahy.

3.4 Škola a vzdělání

Dle Macka (2003) je škola druhou, po rodině, nejdůležitější institucí, která má zásadní vliv na osobnost, vztahy a běžnou každodenní zkušenost adolescentů. Nástup do první třídy je dle řady odborníků velkým životním milníkem každého dítěte. Dochází k prvním konfliktům mimo primární sociální skupinu – rodinu. Dítě čelí požadavkům v „neznámých“ vodách, musí přijímat autoritu cizích dospělých osob, je nuceno si vybudovat postavení ve třídě, převzít určité sociální role, najít si kamarády a navázat nové sociální vazby.

Vzdělávání jednotlivců je možno pozitivně či negativně ovlivnit. Obecně lze mluvit o sociální stratifikaci ve školství, tedy o podmínkách a faktorech, které na žáka působí a ovlivňují jej. Pokud žák chodí do školy nerad, nemá ke škole kladný vztah, není z různých důvodů kladně klasifikačně hodnocen dle svých představ, nemá ve škole přátelské vztahy či se vůbec do společenského kolektivu nezapojil, bere školu jako „nutné zlo“, které musí vytrpět. I Vojtová (2008) ve svém příspěvku považuje za základní faktor mající vliv na *kvalitu školního života* jedince jeho subjektivní vnímání instituce školy. Autorka dále uvádí, že pozitivní pohled na školu je motivačním podnětem ke vzdělání. Negativní postoje ke škole naopak mohou vést k rizikovým faktorům a problémovému chování. Žák tuto instituci nebere jako prostředek k získání nových vědomostí, dovedností, zkušeností, znalostí, které by jednou mohl využít při hledání zaměstnání. Oproti tomu, žák, který chodí do školy rád, ať už kvůli třídnímu kolektivu, oblíbenému předmětu, učitelce atd., si ke škole vypěstuje kladný vztah, který se poté odrazí také do jeho osobního přístupu (Mareš 2006). *Školský systém „orientuje jedny k výkonu“ a druhým „bere odvahu“* (Kořa, Havlík, 2002).

Vzdělanostní úroveň obyvatelstva daného územního celku, okresu, země nebo státu patří bezesporu do celkové kulturní úrovně, jež daný subjekt reprezentuje a navenek tento celek charakterizuje. Vzdělání každého člověka, nejen adolescenta, je součástí sociálního statusu a určuje také sociální postavení člověka ve společnosti. Vzdělání hraje velmi důležitou roli v celém životě člověka. Pomocí něj je dosahováno odpovídajícího sociálního postavení – v podobě životní ekonomické úrovně, kvality způsobu života i společenského uznání (Tuček a kol., 2003).

Období dospívání je, jak již bylo několikrát zmíněno, spojeno s náhlými i postupnými změnami téměř ve všech spektrech života. Škola a vzdělávací proces není výjimkou. I žáci s výborným prospěchem se najednou mohou cítit ztracení, škola je může přestat bavit a přestože až do teď nosili ze školy samé jedničky, může je stav pubertálních změn ovlivnit natolik, že ztratí zájem o studiu. Ztráta zájmu může být způsobena především nevyzrálostí intelektu či uvědoměním si, jaké možnosti se před nimi otevírají. Vzory mohou vidět ve svých spolužácích, v žácích starších, kteří po základní škole dále nestudují (typické spíše v první polovině 20. století). Nezájem o školu může být způsoben také nedostatečným sebevědomím, špatným sebehodnocením vlastních vědomostí, dovedností, znalostí, volbou nesprávných studijních technik a metod – může nastat především při přestupu na gymnázium, kde je kvantita studia i požadavky na studenta daleko náročnější. Za velmi podstatný faktor můžeme označit také vliv party. V této chvíli je důležitá pomoc rodiny žáka a učitele (Melgosa, 1999).

3.4.1 Funkce školy

Funkcemi školy podle Koti (2002) rozumíme soubory motivů, modelových ideálních situací, které vznikají jakožto rekonstrukce cílů jednání lidí na školním území. Autor dále uvádí členění funkcí. *Výchovná funkce* je tzv. transmisní funkcí, která převádí kulturní vzorce a hodnoty z jedné generace na druhou. *Vzdělávací funkce* je nástrojem poznání, je systémem přetvářejícím člověka v osobu, jež chápe jevy a souvislosti a rozumí jim. Funkce, jež představuje úroveň znalostí, dovedností, schopností nutných pro výkon určité pracovní činnosti či profese je *funkce kvalifikační*. Důležitá je *funkce sociální*, jež se snaží především o zapojení osoby do společnosti a také o vštípení základních sociálních dovedností a postojů důležitých pro mezilidské jednání, dorozumívání a komunikaci. Další je *selektivní funkce*, tedy proces rozdělení či oddělení osoby od celku na základě míry hodnocení jejího výkonu. Poslední funkcí je *funkce resocializační* neboli nápravná.

Smékal (2006) oproti výše uvedenému tvrdí, že hlavním cílem školy, samotného vzdělávání a výchovy vůbec, není pouze předávání vědomostí a návyků, ale snaha rozvíjet dovednosti po stránce sociální, etické a tvořivé. Současně má škola dítě naučit, jak se vyrovnat s problémy a požadavky života.

3.4.2 Historický vývoj vzdělávání a školského systému

V roce 1946 Komunistická strana Československa prezentovala na svém sjezdu záměr školské politiky, který spočíval v souladu s hospodářskou, politickou a kulturní sférou společnosti. Škola měla prosazovat vědomí národní pospolitosti, souvztažnosti, tradice, podporovat vyšší vzdělanostní úroveň vesnických obyvatel na úroveň měst. Cílem byla jednotná školní vzdělávací soustava, jež by umožnila žákovi po splnění stanovených požadavků ukončit jednu úroveň vzdělání a započít další. Teprve však o tři roky později byla jednotná a školní soustava zavedena v praxi – tzv. *socialistická škola ex lege* (Somr, 1987).

Zákon ze dne 21. dubna 1948 zaváděl povinnost všem školám, aby pečovali o žáky a vzdělávali je také po stránce rozumové, citové, mravní, tělesného a duchovního rozvoje, národní uvědomělosti, branné povinnosti a jako zastánce práce a socialismu. Zákonem z roku 1953 prošel systém reformou směrem k demokratizaci vzdělání a ke všestrannému rozvoji sociální osobnosti. Sjezd Komunistické strany Československa se v roce 1945 intenzivně zabýval otázkami zlepšení kvality výchovy mládeže na školách všech úrovní, zkvalitňováním učebních textů a pomůcek. Velký význam mělo v roce 1955 usnesení Ústředního výboru Komunistické strany Československa ze dne 13. června *O zvýšení úrovně a dalším rozvoji všeobecně vzdělávacího školství*, kde jsou kritizovány a nedostatky stávajícího školského systému. Podstatnými otázkami, které byly mimo jiné řešeny, byly oblasti estetické, mravní, tělesné, branné, světonázorové, spolupráce mezi školou, rodinou a mládežnickou organizací. Hlavním úkolem bylo zvýšit zájem rodiny a veřejnosti o socialistickou výchovu mládeže.

Od roku 1956 bylo při této příležitosti slavnostně zahájeno vydávání časopisu *Rodina a škola*. Ústřední výbor Komunistické strany Československa přijal roku 1959 usnesení *O těsném spojení školy se životem a dalším rozvoji výchovy a vzdělávání v Československu*, ve kterém byly stanoveny hlavní cíle vzdělávací soustavy zaměřené na propojení teoretického vyučování a praktické výrobní praxe. Cíle se však nepodařilo plně realizovat.

V roce 1960 byl schválen *Zákon o soustavě výchovy a vzdělávání*, jehož hlavní poslání spočívalo ve výchově mládeže a práci ve vědeckém a technickém duchu tak, aby byli připraveni k práci užitečné pro celou společnost. Součástí bylo mimoškolní vzdělávání (např. Pionýrská organizace), které mělo zabezpečovat podmínky pro osobnostní rozvoj, jejich zájmy, schopnosti, dovednosti a prohlubovat je.

Usnesením Ústředního výboru Komunistické strany Československa z roku 1976 jasně vyplývá, že výchova a vzdělávání jsou záležitostmi celé Československé společnosti. Postupem času v podmínkách společnosti vyplynulo, že základním činitelem se stává osoba všestranně vzdělaný, kulturně založený člověk (Somr a kol., 1987).

Závěrem k této kapitole můžeme shrnout, že škola je druhou, po rodině, nejpodstatnější institucí aktivně působící na vývoj, chování a postoje dítěte. Přestože je vstup dítěte do školy něčím novým, měli by to být právě učitelé, kteří zaručí co nejhladší a bezproblémový přechod. Dítě ve škole tráví dennodenně spoustu času. Nachází zde kamarády, zázemí. Škola by měla být prostředím, kde se dítě bude cítit dobře. Současně by měla být institucí, prostřednictvím které dítě získá základ, na kterém může později stavět a stát se tím, čím chce být.

3.5 Volný čas

Volný čas (angl. *leisure time*, francouzsky *le loisir*) je nejvýznamnější částí lidského života. I když vzhledem ke školním i mimoškolním povinnostem představuje v dnešním světě čím dál menší část dne. Jedná se o soubor aktivit svobodné vůle člověka, pro které se dítě rozhodne za účelem uspokojení svých potřeb, hodnot či zájmů. Volný čas je velmi úzce spojen s životním stylem. Existuje mezi nimi jen velmi úzká hranice, protože se předpokládá, že právě v tomto v čase bude dělat člověk to, co má rád, co jej baví, naplňuje, u čeho se může odreagovat.

Tuček (2003) se zabývá životem pracujícího člověka a dělí jej do třech základních bloků. Toto dělení můžeme prakticky použít také u dětské populace. Autor uvádí *čas pracovní*, tedy čas strávený v práci dle druhu zaměstnání, a *čas mimopracovní*, který se dále dělí na čas *vázaný a volný*. Čas *pracovní* můžeme nazvat časem *školním* a v návaznosti na to *mimoškolním*, který můžeme dále dělit dle Tučka s ohledem na aktivity typické pro dospívající generaci. *Vázaný čas* souvisí s výkonem pracovní činnosti, konkrétně se jedná např. dodržování každodenní hygieny, příprava pracovních podkladů, přejezd do práce, spánek, jídlo, zajištění chodu domácnosti atd. *Volný čas*, který můžeme označit jako „zbytkový“, představuje svobodnou vůli člověka pro subjektivně zvolené aktivity. Volný čas je v obecné rovině ovlivněn společností a jejími podmínkami, osobními přístupy dětí a mladistvých, diferenciací sociálního a výchovného prostředí.

Joffe Dumazedier předpokládá existenci volného času už i v době antického Řecka, k jeho rozvoji však podle něj dochází až v 19. a 20. století. Další autoři zabývající se volným časem specifikují toto časové období jako *biologickou, sociální, politickou a pedagogickou dimenzi* (M. Damay), či jako jakousi „protiváhu“ vyrovnávající náročnost pracovní činnosti, v tomto případě je především o zábavu, rozptýlení a uspokojení (J. Dumazedier, A. Kaminski - Hofbauer, 2004).

Hofbauer (2004) zavádí souhrnný pojem *výchovné zhodnocování volného času*, jež zastřešuje tři druhy výchovy vztahující se k volnému času. Prvním je *výchova ve volném čase*, která není spojena se školní ani pracovní činností, nýbrž je založena na dobrovolné účasti osoby. Druhým typem je *výchova prostřednictvím aktivit volného času*, kdy hlavním cílem je aktivní působení na získání a rozšíření vědomostí, znalostí, dovedností či schopností dítěte. Třetím typem je *výchova k volnému času*, která je založena na rozvoji možností aktivit a činností.

3.5.1 Funkce volného času

Roger Sue, soudobý francouzský sociolog volného času, vymezil čtyři základní funkce volného času, mezi něž zařadil *psychologickou funkci*, tedy odpočinek, zábavu, rozvoj. *Sociální funkce* zahrnuje příslušnost k nějaké sociální skupině, navazování kontaktů, udržování mezilidských a přátelských vztahů. Třetí je *funkce terapeutická* spočívající ve zdraví, zdravém životním stylu, prevenci chorob atd. Čtvrtou je *funkce ekonomická*, která pojednává o pozitivním působení na člověka v pracovní činnosti, vybrané profesi, výdajů na volnočasové aktivity atd. (Hofbauer, 2004).

Horst W. Opatschowski, německý pedagog volného času, oproti Rogerovi Sue vymezil celkem sedm základních funkcí a možností volného času, mezi něž patří *rekreace a zotavení, odstraňování zklamání a frustrace, výchova a další vzdělávání, kontemplace, komunikace* neboli navazování sociálních kontaktů, *participaci*, tedy podílení se na vývoji společnosti, *integrace a enkulturace* (Hofbauer, 2004)

3.5.2 Historický vývoj „volného času“

Pedagogika volného času neboli snaha „zasáhnout“ do volnočasových aktivit dětí a mládeže byla odjakživa žádoucí především z preventivních a kontrolních důvodů tak, aby byly potírány společensky negativně vnímané činnosti a aktivity. Pedagogika volného času se začíná vyvíjet od 60. let 20. století, tedy od doby, kdy byly upravovány podmínky pro vznik volného času např. zkracováním pracovním doby, zavedením pětidenního školního i pracovního týdne, měnící se strukturou demografického vývoje populace, zvyšujícím se počtem studujících na středních a vysokých školách, stěhováním lidí z vesnic do měst atd.

V 60. letech minulého století se po předchozím „upuštění“ od sociologie¹⁸ v tehdejší Československu začínají znovu provádět vědecké výzkumy zaměřené na zpracování statických dat společnosti. Významným mezníkem pro chápání a rozvoj volného času byla 90. léta 20. století. Volný čas se stával čím dál častěji předmětem výzkumů, rostl počet respondentů a také celková populace „uživatelů“ volného času (Hofbauer, 2004).

3.5.3 Soustava aktivit a zařízení volného času dětí a mládeže

V průběhu 2. poloviny 20. století došlo k mnoha změnám v oblasti volného času a to především z hlediska rozsahu nabídky aktivit a činností. Dnes si děti, mládež i dospělé osoby mohou vybrat z nepřeberného množství nabídky sportovních, pohybových, tvůrčích, výtvarných, uměleckých kroužků. Otázkou však stále zůstává ekonomická stránka věci – tedy náklady spojené s výkonem a samotným výkonem vybrané volnočasové aktivity.

Základní oblastí, ve které člověk obecně získává základní návyky, jak již bylo zmíněno, je rodina (viz kap. 3.2). Dítě prostřednictvím napodobování, reprodukce neboli modelování určitých sociálních situací, společnou individuální zájmovou činností či aktivní účastí na aktivitě, získává kladný nebo pozitivní vztah k vnějším podnětům a jevům. Realizace a organizace volného času uvnitř rodinného kruhu je tedy klíčová a velmi podstatná pro další vývoj osobnosti dítěte.

¹⁸ V roce 1948 byla Sociologie prohlášena za „buržoazní pravědu“ a prakticky zlikvidována, znovu obnovena až v polovině 60. let 20. století (Hofbauer, 2004).

Volnočasové aktivity však probíhají také v dalších institucích, zejména pak ve školském prostředí, kde člověk stráví podstatnou část života přípravou na budoucí povolání. Školy a školská zařízení se snaží prostřednictvím výuky a organizací volnočasových aktivit preventivně působit na vývoj a výchovu dětí a mládeže, podněcují je k organizaci svého vlastního volného času, nabízí jim různé možnosti a alternativy. Např. se jedná o organizaci vánočního jarmarku, kde děti přinesou z domu vlastnoručně vyrobené produkty (zejména jim pomáhají rodiče a další členové rodiny) a tyto výrobky zde prodávají za odpovídající cenu. Dále můžeme uvést různé druhy soutěží, matematických olympiád, klovánků, pěvecké soutěže a různé druhy zájmových kroužků. Určitým druhem organizace volnočasových aktivit směrem ze školy pro žáky je družina – místo, kde děti tráví pod pedagogickým dohledem čas po škole a kde probíhají také různé výtvarné, umělecké, sociální, pohybové a různé další typy aktivit. Více ohledně aktivit a zařízení volného času můžeme vidět schématu soustavy aktivit a zařízení volného času dle Hofbauera ¹⁹.

3.5.4 Volnočasové aktivity dětí a mládeže v 21. století

Sak (2000) je přesvědčen, že pokud společnost zajistí kvalitní trávení volného času dětí a dospívajících osob, dojde k rozvoji jejich osobnostních rysů, schopností, dovedností a současně budou potlačeny negativní jevy, které se v této věkové populaci obyvatelstva mohou vyskytnout.

V letech 1982, 1984, 1992 a 1996 prováděl Sak (2000) výzkumná šetření zaměřená na osoby ve věkovém rozmezí 11 – 26 let se zaměřením na trávení jejich volného času. Výzkumy na sebe navzájem navazovaly a přinášely nové poznatky. Účastníci výzkumu, tedy osoby ve dvou věkových skupinách 15 – 18 a 15 – 30 let, pomocí pětistupňové škály vyjadřovali, jak častou danou aktivitu provozují v horizontu dní, týdnů či měsíců, a které z vyjmenovaných aktivit dávají přednost.

Pro příklad můžeme uvést, že mezi nejoblíbenější aktivity mládeže mezi 15- 18 lety ve výzkumném šetření z roku 1996 patřilo na prvním místě sledování televize, na druhém poslech magnetofonu, gramofonu či CD, na třetím povídání s přáteli, na čtvrtém místě byl poslech rozhlasu. Na dalších místech bylo studium neboli příprava na školu, četba novin a časopisů, odpočinek nebo nicnedělání. Mezi nejméně oblíbené aktivity patřil náboženský život, návštěva koncertů vážné hudby, chalupaření či veřejně prospěšná a politická činnost.

¹⁹ Viz příloha č. 3: Soustava aktivit a zařízení volného času dětí a mládeže dle Hofbauera

Sak ve výzkumech mimo jiné dospěl k závěrům korelace mezi jednotlivými volnočasovými aktivitami. Např. sledování televize spojuje s návštěvou diskoték, návštěvu divadla s návštěvou výstav a výtvarnou činností, sexuální aktivity s návštěvami restaurací a studijní činnost se sexuální absencí.

3.5.5 Struktura volnočasových aktivit

Sak (2000) míní, že pouze v dětském věku je člověk schopen se věnovat velmi širokému spektru aktivit a zájmových činností. Volnočasové aktivity jsou rozvíjeny také s ohledem sociální zráním a hodnotovou orientací dítěte, novými různorodými zájmy vrstevníků, sociálními rolemi atd. Můžeme uvést prostý případ tříleté holčičky, která dá přednost hraním s panenkami a stejné holčičky o deset později, kdy s ohledem na vývoj osobnosti i rozumové stránky má jistě jiné záliby a „hraní s panenkami“ v třinácti letech jí může připadat „trapné“.

Některé volnočasové aktivity mohou *s věkem růst* (např. četba časopisů, novin, ruční práce, pomoc v domácnosti), *klesat* (např. hudební a dramatická činnost), *růst do určitého věku a pak klesat* (např. návštěva kina, koncertů, diskoték) nebo *naopak klesat do určitého věku a poté klesat* (např. četba knih, domácí práce) (Sak, 2010).

Na základě výše uvedeného lze shrnout, že volný čas a aktivity s ním spojené jsou pro děti velmi důležité. Podstatné je, aby rodiče a ostatní blízká rodina, např. tety, strýcové, prarodiče, sourozenci atd., vedla dítě již v útlém věku k aktivitě či nějaké činnosti. Dítě nemusí být zrovna vrcholovým sportovcem. Zásadní je, aby mělo mimoškolní aktivity, kde stráví svůj čas užitečně a rádo.

3.5.6 Děti a hudba

Obecně se postoj k hudbě u nás začíná formovat od druhé poloviny 20. století. V již zmíněné kapitole „Subkultury mládeže“ (viz kapitola 3.3.5), jsem uváděla punkovou hudbu jako prostředek k vyjádření nesouhlasu mládeže k tehdejšímu režimu prosazování ideologie socialismu na úkor všech ostatních oblastí. Hudbou může dítě i dospívající osoba vyjádřit aktuální náladu, pocity, emoční stav. Současně jím může také vyjádřit svůj názor, směr, který je mu blízký.

V dnešní společnosti existuje několik desítek druhů hudby – od vážné hudby, přes folklorní písničky, pop, hip hop, RNB, soul, rap, punk, metal, heavy metal, metal a mnohé další. Každý ze stylů je svým způsobem individuální a kromě svého typického zaměření, hudebního podkladu, rytmiky, textů a doprovodných zvuků, s sebou přináší styl oblékání, líčení, módních doplňků, stylu mluvy, životního stylu, typu účesu atd. Zpěváci, hudební skupiny se často stávají jakýmsi vzorem mladých lidí a dětí, kteří se podle svých idolů chtějí oblékat, česat, chovat. Což se může stát problémovou skutečností, jelikož ne vždy je výběr dětí ten správný.

Výzkumy Saka (2000) z let 1992 a 1996, v nichž se zaměřuje na skupinu respondentů ve věkové kategorii 15 – 26 let ukazují, jakým hudebním stylem dávají dotazovaní přednost. Na prvním místě se v obou výzkumech dotázaní respondenti shodli na rocku 60. let a trampské písničce, zatímco ve výzkumu z roku 1992 dávají dospívající přednost současnému rocku, popu, country, disku, rockenrollu, artrocku atd. Ve výzkumu z roku 1996 dávají dotazovaní přednost rock and rollu, rocku, country, artrocku, popu, vážné hudbě, nové vlně a dalším. Důvod můžeme spatřovat k rozvoji plurality hudebních stylů, většího množství hudebních umělců a ve svobodě výběru hudebního poslechu.

Z výše uvedeného vyplývá, že spousta dětí, a nejen jich, prostřednictvím poslouchání určitého stylu hudby, konkrétního interpreta či hudební skupiny, skrytě vyjadřují svůj názor na společnost. Současně je pro ně hudba prostředkem pro vybití energie, zlepšení nálady či relaxace a odpočinku.

3.5.7 Erotika a sex

Melgosa (1999) uvádí, že se sexem začínají dívky daleko dříve než chlapci a čím dál častěji. Zatímco v 60. letech minulého století mělo za sebou první pohlavní styk 25 % devatenáctiletých svobodných dívek, v 90. letech to bylo již 80 %. U chlapců se v 60. letech jednalo o 65 % chlapců a 90. letech to bylo 85 %. Z uvedeného vyplývá, že nárůst procent pohlavního styku u dívek markantně několikanásobně vzrostl. Důsledkem může být dle autora několik příčin, jmenovitě se jedná o všudypřítomnou erotiku (hudba, tanec, styl oblékání) či významným faktorem může být vliv party, kde většina už o panictví či panenství přišla.

Již Sak (2000) ve svém výzkumu z roku 1996 zjistil, že již ve 13ti letech děti začínají se sexuálním životem. Bylo zjištěno, že celé 3,3 % dětí mají již se sexem zkušenosti ve 13 letech, ve 14ti letech to pak bylo necelých 20 % dotázaných a v 15ti letech se jednalo téměř o 35 % dětí.

Sexuální styk je důležitým životním milníkem, stejně jako např. vstup dítěte do školního procesu, má vliv na sociální, psychickou, fyziologickou stránku osobnosti jedince. Odráží pozici jedince v mezilidských vztazích, jeho sebehodnocení a sebedůvěru. Může mít vliv na další sexuální život.

Média prezentují sexuální zkušenost jako součást každodenního režimu. Není problém, aby děti, sledující televizní vysílání, narazili na americkou komedii, kde „každý sexuálně žije“. Není také problém najít tuto oblast na kdekoli na internetu, v časopisech pro mládež, kde se dokonce děti mohou anonymně ptát na otázky, které je konkrétně zajímají.

Můžeme shrnout, že přestože je v České republice uzákoněno, že nelze mít pohlavní styk před dovršením patnáctého roku života, z mnohých médií se k nám dostávají informace, že tomu tak ve skutečnosti není a děti začínají se sexuálním životem v ranějším věku, než bylo dříve běžné.

3.5.8 Děti a peníze

„Peníze hýbou světem“ – jak se dnes říká. V kapitalistické společnosti je to bohužel čistý fakt. Dnes a denně se děti i ostatní dospělí lidé setkávají více či méně s problematikou peněz. Je jistě velmi důležité, aby děti již od útlého věku znaly jejich hodnotu a postupem času s nimi dokázali hospodařit. Vše závisí v tomto ohledu na rodičích a jejich přístupu a výchově. Nessia Laniado míní, že děti již od deseti let věku jsou schopni o penězích reálně uvažovat a lze s nimi mluvit o efektivním nakládání.

Kapesné, tedy finanční prostředky svěřené dítěti pro drobné osobní výdaje, o kterých si dítě samo rozhoduje, by mělo být uděleno za jasných podmínek a v omezeném množství. Laniado (2002) navrhuje rozpětí 200 – 500 korun měsíčně. Lze však dítěti kapesné dávat v denních, týdenních či měsíčních dávkách. Nebo dle domluvy. Žákovi 6. – 9. třídy by dle Laniadové mělo postačit 200 – 300 korun měsíčně.

O výši kapesného, jeho udělení či neudělení, rodiče zpravidla rozhodují individuálně na základě toho, zda si dítě plní své školní a pracovní (domácí) povinnosti – může jít např. o mytí nádobí, vynesení koše, pomoc v domácnosti atd. Na závěr je jistě důležité zmínit, že je potřeba, ale rodiče své děti usměrňovali a měli přehled, za co své kapesné utrací.

3.6 Média

Pojem média je v současné době probírán ze všech stran. Při každodenním životě můžeme toto slovo vnímat v různých kontextech. Jirák a Köpplová (2003) definují média jako složitý systém sociální komunikace podmíněný časem, společenskými, technickými, politickými a kulturními činiteli.

Dle Jiráka a Köpplové (2003) lze média dělit na *interpersonální*, *masová* a *síťová média*. *Interpersonální* jsou ta, která předávají určité poselství a mezi jejíž uživateli existuje nějaký vztah – jedná se např. o dříve používaný telegraf, dnes už ne tak časté dopisy a telefonování. Naproti tomu *masová média* vysílají informaci široké skupině posluchačů, blíže nespecifikované. Do role příjemce je nedobrovolně postaven každý, kdo informaci uslyší či uvidí. Třetím typem jsou *síťová média*, jejichž podstata a rozměr nabírají gigantických rozměrů a důležitosti. Typickým příkladem je Facebook, ke kterému se dostaneme později.

Jirák a Köpplová (2007) ve své knize Média a společnost zmiňují termín Pottera „*mediální gramotnost*“ spočívající v tom, že média jsou základním prostředkem pro komunikaci a v životě společnosti zaujímají tak podstatnou roli, že zacházení s nimi je pro každého jedince k životu nezbytně nutné.

Obecně média představují důležitého činitele, který ovlivňuje život jedince. Média se začala vyvíjet již od počátku 20. století. Vzhledem k zaměření této diplomové práce se budeme zabývat podrobněji až třetí etapou, která je datována do 70. let 20. století. Média jsou v tomto období považována za „mocný nástroj“ mající obrovský vliv na společnost. Prvně se začíná objevovat negativní vliv médií především v souvislosti se socializací a akulturací jedince do společnosti.

Objevují se také dvě velké teorie, které celou etapu charakterizují. *Teorie sociálního učení*, jejíž autorem je Albert Bandura je založena na přesvědčení, že lidé se ve společnosti učí žít prostřednictvím přejímání modelů chování, které bezprostředně zažijí či které jim daná společnost nabídne. *Teorie sociální konstrukce reality* je druhým přístupem této etapy, která spočívala v procesu předávání informace ze strany médií vypovídajících o charakteru společnosti, hodnotách, pravidlech atd. a již způsobem, kterým byly poskytnuty, zvyšovaly zájem posluchačů. Třetí etapa je charakteristická především snahou o vytvoření silného vlivu médií. Čtvrtá etapa vývoje médií spadající na přelom 70. a 80. let 20. století prohlubuje jejich moc, ale klade důraz také na aktivitu publika.

Mimo jiné v tomto posledním období dochází ke kvalitativní nabídce mediální produkce. Tuto etapu dle Jiráka a Köpplové (2007) odstartoval Stuart Hall, jež podporuje dále moc médií a zároveň upozorňuje na zvyšující se moc publika, které může informace buď přijmout, nebo je ignorovat. Jiráka a Köpplová (2007) uvádějí, že v rozvinutých zemích se téměř v každé domácnosti nachází alespoň jeden televizor, videorekordér, zvyšuje se četnost výskytu videopůjčoven ve městech, téměř každý mladý člověk vlastní walkman, dochází k rozvoji kabelových a satelitních vysílačů.

Počátkem 90. let se dostává do popředí také internet. Samozřejmostí dnešního světa je vlastnit mobilní telefon, tablet, notebook. Účinky médií na jednotlivce lze shrnout následovně. Užívání médií či přebírání obsahu, který nám podávají, působí podle *situace, kontextu, způsobu zpracování, rozpoložení uživatelů*. Dle času můžeme působnost médií dělit na *krátkodobou a dlouhodobou, přímou, nepřímou*. Všeobecně média ovlivňují *postoje, emoce, poznání a chování jedince*. Jiráka a Köpplová (2007) V souvislosti s prezentovanými informacemi v médiích dochází od posluchačů nebo diváků k porovnání vlastního životního stylu, zdraví, spotřeby, sexuálního života, ekonomickým postavením, životní úrovní a dalších oblastí.

3.6.1 Rodinná mediální výchova

Rodinnou mediální výchovu²⁰ představuje jednání a rozhodnutí rodičů, kterým ovlivňují možnosti dětí sledovat televizi. Do mediální výchovy nepatří pouze sledování televize, ale také užívání počítače a internetu. Jejím cílem je především omezování celkového vlivu mediálního působení na osobnostní rozvoj dítěte a to prostřednictvím omezování přístupu k televizi, nabídkou vhodného programu pro dítě, jež může mít pozitivní vliv na rozšiřování jeho znalostí, vědomostí a dovedností, dále pak formou tzv. diváckého doporučení, monitoringu, neboli sledování, jak často a jaký program dítě sleduje, spoludíváním ve společnosti rodičů s účastí konverzace (Šedřová, 2007).

²⁰ Schéma rodinné mediální výchovy dle Šedřové – viz příloha č. 4

Šed'ová (2007) ve své knize „Děti a rodiče před televizí“ prezentuje dvě podmínky, proč se děti na televizi dívají. Obě příčinně souvisejí s rodinou, protože dítě vlastní televizní konzumaci neovládá. První podmínkou jsou *rodičovské potřeby* a *rodičovské diskurzy*. *Rodičovské potřeby* jsou založeny na potřebě času rodiče pro sebe samotného. Jedná se o prostor, kdy osoba potřebuje čas pro splnění povinností nebo uspokojení svých potřeb či zájmů bez přímé účasti dítěte. Může se jednat o funkci tzv. „babisittera“. Šed'ová uvádí také kvalitativním výzkum Lemishové z roku 1987, jehož výsledky potvrdily, že děti ve věku 6 – 10 měsíců jsou schopny vnímat televizi a dokonce na zvuky reagují otáčením hlavy za zdrojem vysílání. Okolo dvou let u dítěte vzniká schopnost alespoň půlhodinového denního sledování televizního pořadu. Bickham v souvislosti s tímto uvádí, že časná televizní aktivita může být rozhodujícím činitelem k dalšímu televiznímu diváctví dítěte. *Rodičovské diskurzy* jsou pravým opakem *rodičovských potřeb*. Jde o protichůdný postoj považující televizní diváctví za zbytečnou ztrátu času. *Přání dítěte* je přímo závislé na rozhodnutí rodiče.

Dětské televizní diváctví se uskutečňuje za účasti každodenních domácích *rutinních cyklů*. Záleží tedy na cyklu a režimu každé domácnosti jakou roli u nich doma televize plní a jak velké množství času denně je tomuto médiu věnováno. Je nutné, aby rodiče sledovali, jaké televizní kanály děti sledují, je podstatné rovněž sledovat obsah jejich pořadů. Šed'ová (2007) uvádí tři základní důvody dle Strasburga a Wilsonové proč by tomu tak mělo být. Prvním je *nedostatečná zkušenost a vědomost reálného světa*, dalším je přesvědčení, že *dítě je silně disponované k učení a má málo zkušeností s médii*.

3.6.2 Děti a televize

Televize i počítač patří dnes mezi nejrozšířenější masová média na celém světě. V 70. a 80. letech byla, jak uvádí Šed'ová (2007), provedena celá řada korelačních výzkumů, jež prokázaly účinky médií na chování diváka – dítěte, především v agresivním směru. Velmi významné výsledky přinesl *Williamsův naturalistický experiment*, který se v 80. letech 20. století zaměřil na 3 města, z nichž jedno nedisponovalo televizním vysíláním vůbec, ve druhém fungovala pouze jedna televizní stanice a ve třetím jich fungovalo několik.

Cílem tohoto výzkumu bylo najít vztah mezi televizním vysíláním a studenty s ohledem na výskyt agresivního chování. Výsledky výzkumu prokázaly, že ve městech, kde televizní vysílání fungovalo, byla agresivita dětí na stejné úrovni, kdežto ve městě, kde televizní vysílání nebylo zavedeno, byla míra agresivity dětí podstatně menší. Po zkoumání bylo do města televizní vysílání zavedeno a po dvou letech se míra agresivity žáků vyšplhala na stejnou míru jako u ostatních dvou měst.

Další výzkumy, jež Šed'ová (2007) zmiňuje, jsou zaměřeny na vztah mezi prosociálním chováním a sledováním televize u dětí. Výsledky Woodarda a Maresova v tomto výzkumu prokázali, že prosociální chování nelze s televizním vysíláním rozvíjet, ale byl zjištěn negativní úkaz „těžkého diváctví“, kdy děti hodně často sledující televizi, bez ohledu na druh pořadu, a jsou více agresivní.

Výzkum Rice a kolektivu²¹ (Šed'ová, 2007) naopak ukazuje pozitivní působení televizního vysílání na dítě a to především z důvodu správně zvoleného druhu programu. Zvolením správného vzdělávacího programu může dojít ke zlepšování slovní zásoby.

Bickham (Šed'ová, 2007) ve své studii realizované v 90. letech 20. století poukazuje na pojítka mezi násilnými pořady, zábavou a silným diváctvím s nižší školní úspěšností. Baache zase přichází s myšlenkou žáka zaměřeného spíše na studium než na televizi a opačně, žáka, který je více zaměřen na televizi než na studium. Valkenburgerová ve své studii poukazuje na vazbu mezi televizí a dětskou představivostí. V sérii praktických pokusů prokázala, že dětská představivost je televizním diváctvím potlačována. Televize, vyskytující se dnes téměř v každé domácnosti funkci socializační, informační, výchovnou, globalizační, společenskou.

²¹ Výzkum Rice a kol. z roku 1994 prokázal, že děti, které se dívali na vzdělávací program „Sezamová ulice“, měli lepší slovní zásobu než jiné děti stejného věku, jež se na tento program nedívaly (Šed'ová, 2007).

3.6.3 Děti, počítač a internet

Užívání počítače a internetu je dnes dvě prakticky propojené činnosti. Užívání počítače a internetu v domácnostech dle dat z Českého statistického úřadu od roku 1989 rapidně stoupalo. Zatímco v roce 1989 se počítače vyskytovaly jenom v 1,8% domácností, v roce 2010 jde o několikanásobné navýšení na více než 59 % domácností. Bytová jednotka bez dětí vlastníci v roce 1989 počítač a představující 0,8 % v roce 2010 představuje 49,9 %. Významnější nárůst nastal u rodin s dětmi, kdy z původních 4,3 % se v roce 2010 počet vyšplhal až na 84,8 %. Rozdíly ve vývoji a zavádění počítačů i internetu do jednotlivých domácností lze vyčíst z dat Českého statistického úřadu²². Jedná se o diferencovanost především v rodinách s dětmi a bez nich, přičemž k vyššímu nárůstu dochází v domácnostech s dětmi.

Internet se začíná objevovat v roce 2001, kdy v domácnostech bez dětí se původní výše 2,9 % procent domácností v republice zvýšila v roce 2010 až na 47,2 %. K obrovskému nárůstu došlo u domácností s dětmi z 9,7 % v roce 2001 na 79,8 % domácností v roce 2010.

Krčmářová (2010) se odkazuje na výzkum, jenž byl proveden agenturou TNS AISA v roce 2009 a který byl zaměřen na oblast užívání internetu dětmi ve věku 10 – 15 let, oblast zájmu rodičů, zda mají ponětí, na jakých webových stránkách se jejich děti pohybují či odkud se k síti připojují. Výzkum zjistil, že není příliš velký rozdíl v užívání internetu mezi chlapci a děvčaty, avšak diference spočívala v míře užívání internetu dětmi mezi pracovními a volnými dny. Děti ve věku 10 – 11 let trávily na internetu hodinu denně, 12 – 13 leté děti devadesát minut a děti mezi 14 – 15 lety dokonce přes sto minut denně. O víkendech toto číslo někdy až dvojnásobně stoupalo. Jako nejčastější aktivity spojené s užíváním internetu a počítače byly – *příjem a odesílání elektronické pošty, poslouchání hudby online, hraní online her, vyhledávání informací, komunikace s přáteli*.

Podle průzkumu společnosti Mediasearch zaměřeného na věkovou skupinu dětí mezi 10 - 14 lety a probíhajícího v letech 2008 a 2009 bylo zjištěno, že děti tráví na internetu až 532 minut týdně, tedy necelých 9 hodin. Počítačová gramotnost neboli e-skills představují soubor dovedností, schopností a znalostí týkající se informační technologie. Dítě bere komunikační a informační technologie jako běžnou součást života, kdežto jeho rodiče se s ní postupem časem z různých důvodů museli v minulosti teprve postupně seznámit. Není tedy divu, že se rodiče ptají dětí co a jak dělat při práci s počítačem (Krčmářová, 2010).

²² Viz příloha č. 5: Počítač a internet v českých domácnostech - vývoj od roku 1989 do 2012

3.6.4 Sociální sítě

Neboli komunikace online může být velmi nebezpečná. Krčmářová (2010) uvádí, že dítě na sebe touto cestou prozradí víc informací, je otevřenější a má menší obavy než když si povídá s osobou tváří v tvář („face to face“). Tento styl komunikace může skvěle nahrát duševně nemocným či lidem se sociálně deviantním chováním – např. pedofilové, zloději aj. Mezi typické problémy patří:

- cyber grooming – druhu chování jehož cílem je zmanipulovat oběť k jednání, např. teroristickému útoku, sektářství, manipulaci k sexuálním aktivitám
- cyberstalking – pronásledování pomocí informačních technologií – nežádoucích e-mailů, sms zpráv, hovorů
- cyberbullying – označení pro kyberšikanu, často bývá provázáno s šikanou v reálném světě

Facebook, dnes jedna z největších a nejužívanějších společenských sítí na světě byla založena Markem Zuckenbergem původně pouze pro potřeby komunikace mezi studenty Harvardské univerzity v Americe. Postupem času se však systém rozšiřoval i do ostatních škol různých států. Od roku 2006, tedy dva roky od založení systému, se změnila jeho struktura a lidé se mohli připojovat k různým sociálním skupinám vytvořených za daným účelem. Na Facebooku, neboli „FB“, jak uživatelé často v praxi zkráceně užívají, je možné vyjadřovat veřejně svůj názor, zveřejňovat fotografie, přidávat komentáře k fotkám jiných uživatelů – tzv. „přátel“ či k jejím „statusům“. Facebook může být velmi užitečný pro účely spojení se se „starými“ známými, navázání kontaktu. Jedná se o velmi účinný, nezpлатněný prostředek komunikace, jež však s sebou může přinášet velké množství negativních faktorů – jako nedostatečná komunikaci lidi tváří v tvář, sociální kontakt v reálných situacích, zhoršující se komunikační dovednosti v mluvené i písemné podobě, jelikož v psané podobě se často kvůli rychlosti používají zkratky a slangová forma slov.

Dalšími sociálními sítěmi jsou Badoo, Twitter, Skype, dnes již méně používané ICQ a vyvíjí se stále další a další.

II. EMPIRICKÁ ČÁST

4. Výzkumná část

4.1 Cíle výzkumu

Hlavním cílem mé diplomové práce je analyzovat hlavní faktory ovlivňující životní styl současných dětí s ohledem na jejich historický vývoj, dále prozkoumat míru jejich působení na celkový vývoj dítěte, konkrétně zjistit, co si děti pod tímto pojmem představují a definovat životní styl dětí dnešní doby. Současně dle získaných dat z výzkumného šetření zhodnotím a popíši životní styl dětí v 21. století.

S ohledem na možnost srovnat data získaná z výzkumného šetření s výsledky výzkumu uskutečněného ke konci 20. století, byla jako vhodná vybrána historicko – srovnávací metoda. Na základě této metody porovnam výsledky mého šetření s výsledky studie *Health Behaviour in School-aged Children* neboli *Zdravotní chování dětí školního věku* z let 1994 – 1995.

Mezi dílčí cíle práce, které jsou teoreticky zahrnuty v první části na základě studia odborné literatury a které ověřím empirickým výzkumem a na základě studia odborné literatury, patří:

- charakterizovat kognitivní, emoční, psychické a fyzické změny v oblasti adolescence
- vytyčit rozdíl mezi pojmy životní styl a životní způsob
- analyzovat základní faktory, které mají vliv na životní styl dětí
- stanovit žebříček hodnot na druhém stupni základní školy
- zjistit, zda má fungující rodina vliv na míru užívání alkoholu a drog u žáků vyššího stupně základní školy
- zjistit, jak mládež tráví svůj volný čas a v jaké míře je jejich životní styl ovlivňován současnými technologiemi, tedy počítačem, internetem, televizí a kolik času u těchto mediálních prostředků tráví ve všedních a jiných volných dnech
- zmapovat stravovací návyky mládeže se zaměřením na zdravou výživu, držení diet či záměrného hubnutí, spokojenosti se svým tělem a pitným režimem

4.2 Předpoklady o výskytu konkrétních jevů

V návaznosti na hlavní cíl a dílčí cíle předkládané diplomové práce byly stanoveny celkem tři hypotézy, které pomocí výsledků dotazníkového šetření mezi žáky sedmých a devátých tříd ověřím.

Předpoklad č. 1

Dívky sedmých a devátých tříd sportují týdně více času než chlapci sedmých a devátých tříd.

Předpoklad č. 1 je v tomto znění stanoven především z důvodu zmapování způsobu trávení volného času dívek s ohledem na sportovní aktivity a zdravý způsob životního stylu.

Předpoklad č. 2

Děti 7. tříd tráví u počítače dvakrát více času o víkendech či v jiných volných dnech než ve všedních dnech.

Stanovený předpoklad č. 2 má za úkol ověřit, zda se dívky a chlapci sedmých tříd skutečně dívají na televizi více o sobotách a nedělích, či dalších volných dnech, jako jsou např. státní svátky či prázdniny, nebo zda dětské diváctví převažuje častěji přes pracovní týden. Hypotéza se vztahuje ke způsobu trávení volného času dětí s využíváním médií.

Předpoklad č. 3

Dívky 9. tříd drží dietu nebo omezují příjem některých potravin častěji než dívky v 7. třídách.

Předpoklad o výskytu jevů č. 3 je zaměřen na příjem potravin a stravovací návyky dívek sedmých a devátých tříd, respektive na oblast hubnutí, držení diet či záměrné omezování některých druhů potravin či jídel. Předpokládám, že dívky 9. tříd drží dietu častěji než dívky 7. tříd. Předpoklad je stanoven v uvedeném znění z důvodu vazby ke zdravému životnímu stylu dětí.

4.3 Charakteristika výzkumného vzorku, techniky sběru dat a jejich použití

Výzkumným vzorkem v předkládané diplomové práci jsou žáci sedmé a deváté třídy Základní školy Vsetín Trávníky, která byla vybrána náhodným výběrem mezi všemi školami ve Vsetíně. Výběr proběhl prostřednictvím náhodného losování z klobouku, v němž byly umístěny lístky se všemi školami ve městě. Konkrétně se jednalo o pět základních škol.

Vedení vybrané Základní školy Vsetín Rybníky bylo osloveno nejprve prostřednictvím e-mailu s prosbou, zda je možné v sedmých a devátých třídách provést výzkum zaměřený na životní styl současných dětí v návaznosti na teoreticky vymezené zásadně ovlivňující faktory. Vedení školy souhlasilo a dotazníkové šetření bylo po předchozí domluvě provedeno v měsíci březnu roku 2014. Měsíc březen byl vybrán záměrně především z důvodu širšího spektra volnočasových aktivit, jelikož v zimních měsících aktivita nejen dětí poněkud upadá a není pak pestrá.

V jednotlivých třídách bylo rozdáno celkem 119 dotazníků, přičemž zpět řádně vyplněných bylo vráceno celkem 105 dotazníků, což představuje poměrně vysokou návratnost, celkem 88 %. Dotazník byl koncipován z celkem 29 různorodých otázek. Žáci zodpovídali otázky otevřené nebo polozavřené, kde měli možnost doplnit dle svého uvážení jinou možnost odpovědi, než byla uvedena. Dále odpovídali v několika uzavřených otázkách typu potytomické stupnicové, polytomické výběrové a polytomické výčtové.

Výzkumného šetření se zúčastnilo celkem 38 dívek a 21 chlapců v sedmých třídách a 29 dívek a 17 chlapců v devátých třídách. Dotazníky byly rozdány v rámci výuky předmětu Občanské výchovy nebo na začátku vyučovacích hodin jiných předmětů.

Některé otázky byly koncipovány s ohledem na výzkumné otázky, jenž byly předmětem výzkumného šetření, které probíhalo v letech 1994 – 1995 ve 24 státech světa. *Health Behaviour in School-aged Children* neboli *Zdravotní chování dětí školního věku* (dále jen „HBSC“) bylo zaměřeno, jak již ze samotného názvu vyplývá, na zdravý životní styl dětí šestých, sedmých a devátých tříd základních škol. Studie je koncipována celkem do deseti podkapitol, které pojednávají o oblasti užívání alkoholu a tabákových výrobků, oblasti cvičení a volnočasových aktivit, stravovacích návyků a osobní hygieně dospívajících dětí, zdravotní a psychosociální stránce, dále pak o oblasti zranění, školních zkušeností, vzájemných mezilidských vztahů, souhrnných a politických důsledcích.

Nad rámec studie z roku 1994 jsem si dovolila zařadit několik dalších oblastí, jelikož jsem přesvědčena, že jsou pro dnešní děti aktuální a klíčové. Jedná se tak na příklad o oblast sociálních sítí, respektive konkrétně užívání Facebooku, míst a prostředků odkud se děti k Internetu připojují, oblasti stravovacích návyků a pitného režimu, dále pak hodnotovému systému dětí v dnešní době a v neposlední řadě oblasti pocitů, vnímání sebe sama – sebehodnocení.

Výzkumné šetření HBSC proběhlo v České republice a to konkrétně v únoru roku 1994. Výzkumným vzorkem bylo 1094 jedenáctiletých osob, 1290 třináctiletých osob a 1201 patnáctiletých osob.

4.4 Interpretace a vyhodnocení získaných dat

V této části předkládané práce se zaměřuji na vyhodnocení jednotlivých oblastí výzkumného dotazníkového šetření. Nejprve interpretuji data mého výzkumu, která jsou rozdělena do celkem pěti hlavních oblastí, která vycházejí z teoretických východisek aspektů a která zásadně ovlivňují životní styl dětí. Současně některé výsledky mého šetření porovnám s celostátními výsledky výzkumu z roku 1994. Jelikož se v diplomové práci zaměřuji pouze na žáky sedmých a devátých tříd, porovnám pouze tyto dva výzkumné vzorky dle navrácených dotazníků.

Tabulky a grafy postupně nenavazují na stanovené otázky v dotazníku, nýbrž jsou logicky začleněné do pěti oblastí interpretace dat, pod která tematicky spadají.

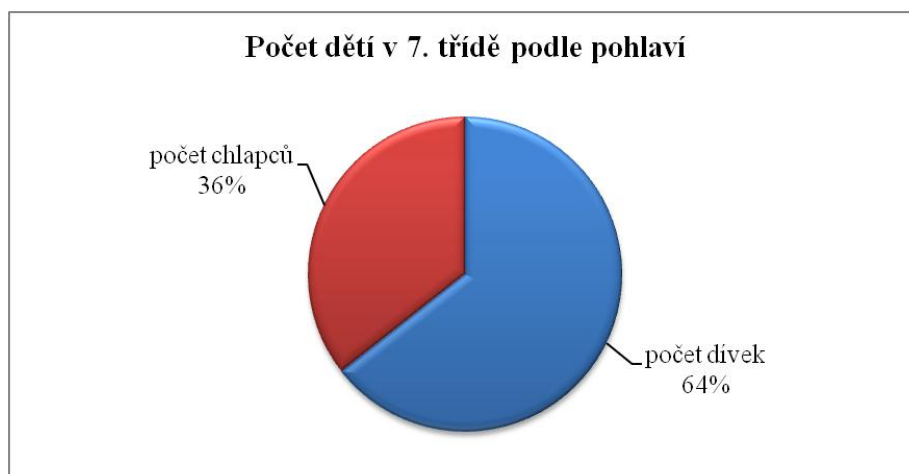
Tabulka č. 1: Počet dětí v 7. a 9. třídě Základní školy Trávníky Vsetín podle pohlaví

Počet dětí v 7. a 9. třídě podle pohlaví		
	počet dívek	počet chlapců
7. třída	38	21
9. třída	29	17

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

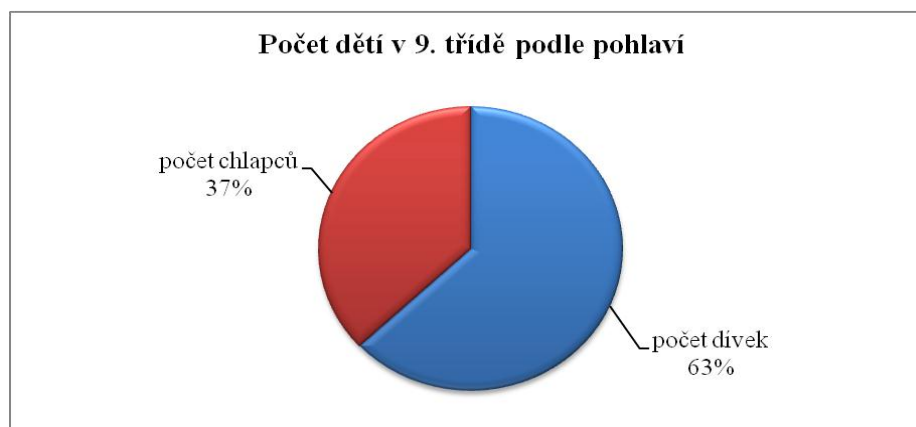
Jak vyplývá z výše uvedené tabulky, počet dívek je v případě 7. stupně základní školy skoro dvojnásobný než počet chlapců. Podobný jev se vyskytuje také v 9. stupni základní školy. Jednotlivou strukturu pohlaví ve třídě konkrétně zobrazují grafy 1 a 2.

Graf č. 1: Počet dětí v 7. třídě podle pohlaví (graf k tabulce 1)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Graf č. 2: Počet dětí v 7. třídě podle pohlaví (graf k tabulce 1)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Graf č. 3: Věková struktura 7. tříd – dívky



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Věková struktura dívek v 7. třídách je rozdělena celkem do tří oblastí. Nejčetnější skupinu představují třináctileté dívky, jejichž počet je celkem osmatřicet, což představuje 74 % z celkového počtu. Druhou nejpočetnější skupinu, tedy 24 % představují dvanáctileté dívky, kterých je v 7. ročníku celkem devět. Do poslední skupiny spadá jedna čtrnáctiletá dívka, tedy 2 % z celkového počtu.

Graf č. 4: Věková struktura 7. tříd - chlapci



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Věková struktura u chlapců v sedmém stupni základní školy je následující. Celkem 90 % skupiny je zastoupeno devatenácti třináctiletými chlapci, zbytkové dvě skupiny jsou zastoupeny stejným dílem tedy 5 % dvanáctiletých a čtrnáctiletých chlapců. Obě 5 % čísla zastupují konkrétně jednoho chlapce.

Graf č. 5: Věková struktura 9. tříd – dívky



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Struktura skupiny dívek v 9. třídě je složena také ze tří věkových kategorií. 66 % tvoří patnáctileté dívky, což je konkrétně 19 osob, 31 % pak čtrnáctileté dívky, což je 9 osob, a nejmenší oblast 3 % šestnáctileté dívky – tedy jedna osoba.

Graf č. 6: Věková struktura 9. tříd – chlapci



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Věková struktura je zastoupena pouze dvěma věky. Větší část, tedy 88 % představuje skupina patnácti patnáctiletých žáků a druhá skupina je charakteristická dvěma čtrnáctiletými chlapci.

4.4.1 Zdraví a zdravý životní styl

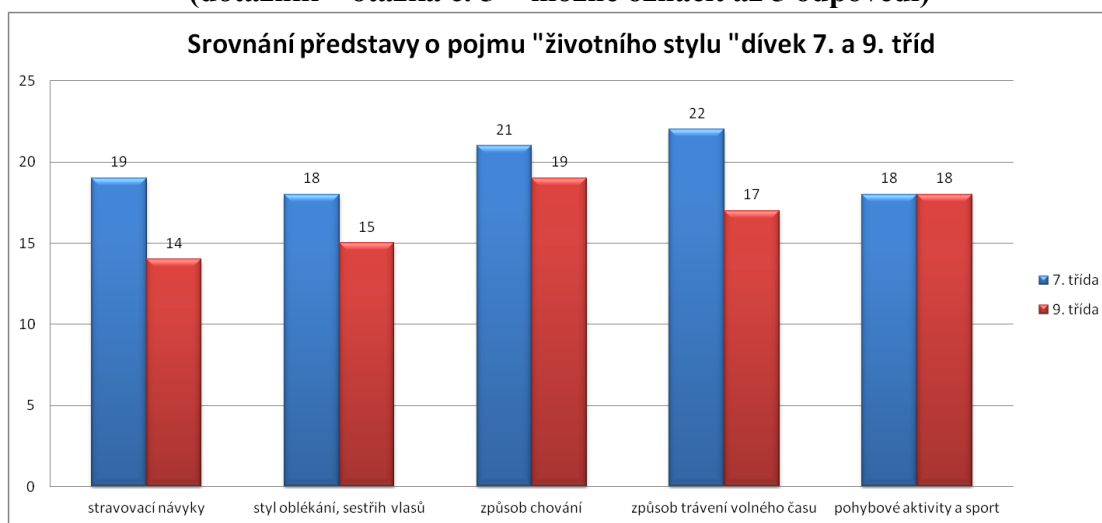
Kapitola zdraví a zdravého životního stylu se nejprve zabývá samotným chápáním pojmu „životní styl“ žáky druhého stupně základní školy. Následně respondenti uvádějí, jaké faktory, dle jejich mínění, jejich životní styl ovlivňují.

Další oblastí této kapitoly je oblast zdraví a zdravotního stavu, kdy jej respondenti subjektivně hodnotí. Současně hodnotí svoji postavu, celkový vzhled a následně uvádějí, co by rádi na svém těle změnili, kdyby tu možnost měli. Kapitola volně navazuje na dietu a záměrné omezování některých druhů potravin či jídel a na stravovací návyky dětí s ohledem na základní hygienu v podobě četnosti čištění zubů.

Poslední oblast zahrnuje užívání alkoholových, tabákových výrobků a drog - první zkušenosti, četnost užívání těchto produktů, počet atd.

Této kapitoly se konkrétně v dotazníku týkaly otázky č. 5, 6, 15a, 15b, 15c, 15d, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26.

**Graf č. 7: Co si představíš pod pojmem „životní styl“?
(dotazník – otázka č. 5 - možné označit až 5 odpovědí)**



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

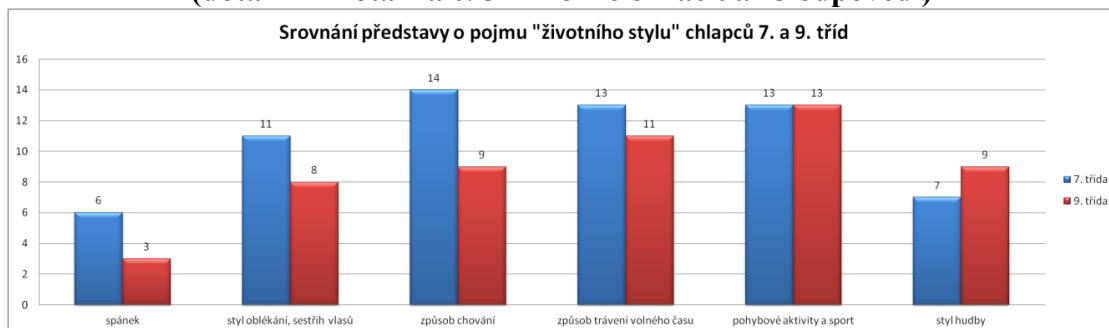
Představa o pojmu „životní styl“ nebyla obsažena v dotazníkovém šetření z roku 1994, dovoluji si však tuto oblast zařadit především proto, abych zjistila, co děti chápou pod tímto pojmem a zda mají představu, co jejich životní styl ovlivňuje (viz graf č. 8).

Žákyně měly možnost si vybrat mezi devíti nabízenými odpověďmi, případně měly možnost doplnit odpověď dle svého uvážení. Výzkum prokázal, že dívky v 7 a 9. třídách si pod uvedeným pojmem představují stejné oblasti. 27 dívek v sedmých třídách si pod pojmem „životní styl“ představí způsob trávení volného času, přičemž dívky z devátých tříd tuto oblast chápou jako třetí nejčastější v pořadí. 21 žákyň sedmých tříd označilo jako druhou nejčastější možnost způsob chování a vystupování na veřejnosti, pro žákyně devátých tříd byla tako odpověď nejčastější.

Celkem 19 žákyň sedmých tříd na třetí příčku zařadilo stravovací návyky, na grafu lze vidět, pro žákyně 9. tříd tato oblast není natolik důležitá, označilo ji pouze 14 dívek. Zajímavá je oblast stylu oblékání, sestřihu vlasů a celkové vizáže těla. Na grafu můžeme vidět jasný pokles ve vztahu dívek z 9. tříd k dívkám ze 7. tříd, kdy se dívky nacházejí v pubertě, čili je pro ně vizáž velmi důležitá. Oblast pohybových aktivit byla označena dívkami na stejné úrovni obou školních stupňů.

Pouze jedna dívka z 9. třídy si vybrala možnost odpovědět svými slovy, pojmem „životní styl“ míní to, *jakým způsobem žije svůj život*.

**Graf č. 8: Co si představíš pod pojmem „životní styl“?
(dotazník – otázka č. 5 - možné označit až 5 odpovědí)**



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

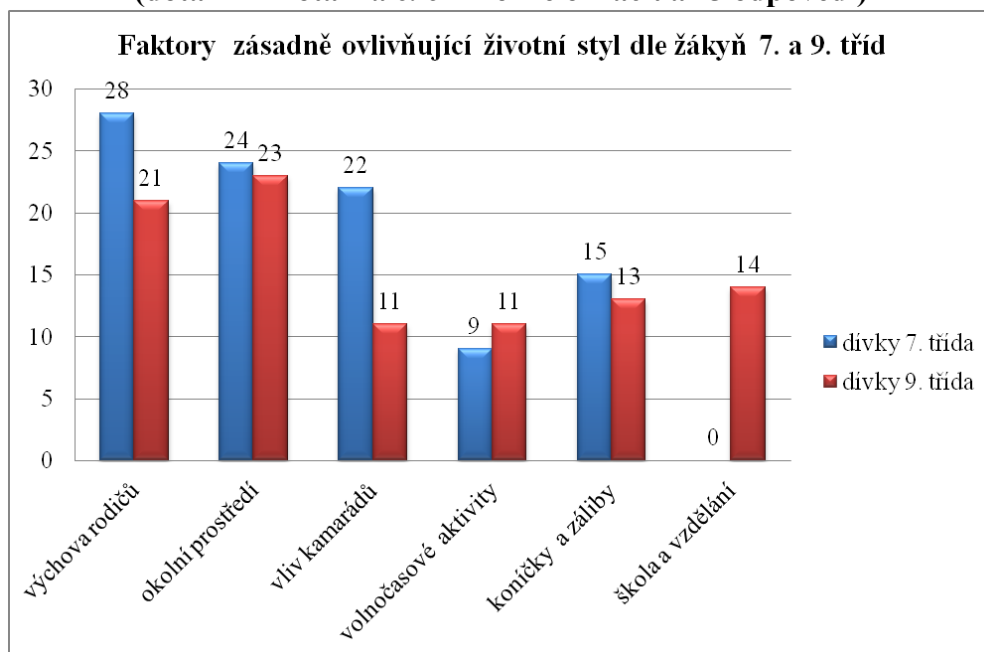
Výzkum prokázal, že představy chlapců v 7. a 9. třídách nejsou totožné a shodují se pouze v několika oblastech. Z toho důvodu je graf rozšířen také na další možnosti. Celkem 14 chlapců v 7. třídách dává přednost způsobu chování, oproti tomu této aktivitě přisuzuje důležitost pouze 9 chlapců z 9. tříd. Celkem 13 chlapců 7. tříd označilo jako druhou nejčastější představu způsob trávení volného času a současně dalších 13 osob pohybovým aktivitám na čemž se početně shodli s žáky 9. tříd.

Zajímavé jsou především tři další oblasti – tedy oblast styl oblékání a sestřihu vlasů, oblast spánku a oblast stylu hudby. První jmenované dává přednost 11 žáků 7. tříd z celkového počtu 17 osob. U žáků 9. tříd ji označilo pouze 8 žáků z celkového počtu 21 chlapců. Z výzkumu tedy jasně vyplývá, že pro chlapce v raném období puberty je vzhled velmi důležitý.

Oblasti spánku již není v období dospívání přisuzována velká podstata – označili ji pouze 3 žáci z celkového počtu 17 osob. Naopak je tomu u stylu hudby, který mladí chlapci poslouchají. Jako představu „životního stylu“ ji označilo 9 osob.

Pouze jeden chlapec ze 7. třídy si v rámci této otázky vybral možnost „jiné“ pro vlastní odpověď, která charakterizovala „životní styl“ jako *způsob vedení svého života*.

**Graf č. 9: Co podle Tebe má zásadní vliv na Tvůj životní styl?
(dotazník – otázka č. 6- možné označit až 5 odpovědí)**

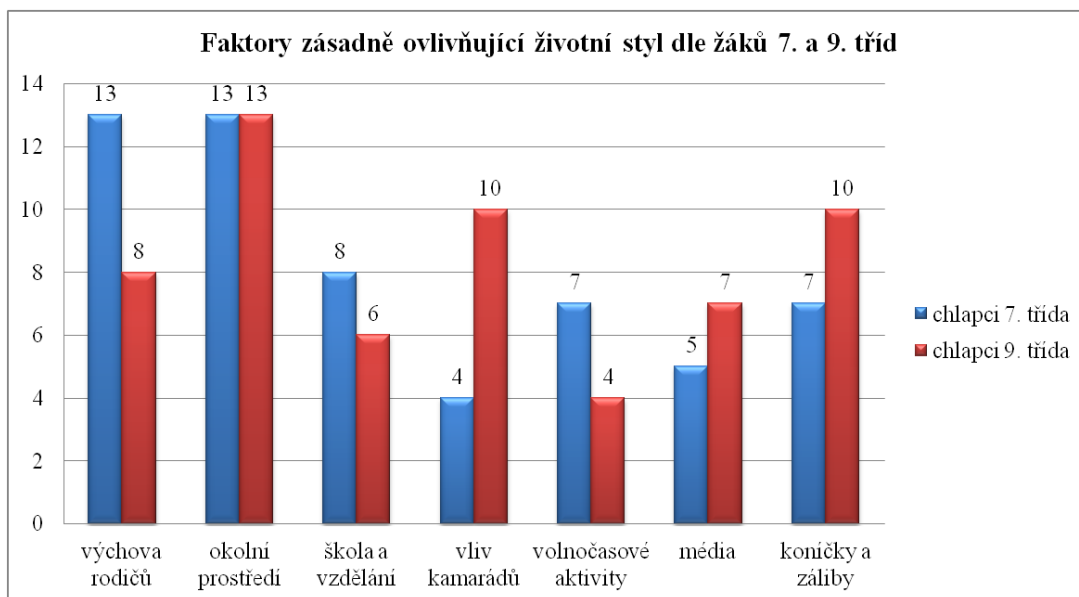


Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Nyní se dostáváme k aspektům, jež podle žákyň zásadně ovlivňují jejich životní styl. Výzkum opět prokázal, že dívky 7. a 9. tříd odpovídaly stejně a shodně označily šest oblastí. Mezi nejčastějšími druhy odpovědí se vyskytovala oblast výchovy rodičů, okolního prostředí a vlivu kamarádů. Zajímavé je pak především srovnání oblasti školy a vzdělání, přičemž dívky ze 7. třídy této oblasti nepřisuzují žádný vliv a oproti tomu dívky z 9. tříd tuto oblast označily jako třetí nejdůležitější v pořadí.

Graf č. 10: Co podle Tebe má zásadní vliv na Tvůj životní styl?

(dotazník – otázka č. 6- možné označit až 5 odpovědí)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Chlapci 7. a 9. tříd shodně označili v počtu 13 osob oblast okolního prostředí, v hojném počtu dále chlapci 7. tříd označili výchovu rodičů, tuto oblast chlapci 9. tříd označili pouze 8 krát. Zajímavé je srovnání oblastí vlivu kamarádů a koníčků a zálib. Oblast vlivu kamarádů označili pouze 4 chlapci ze 7. tříd, oproti tomu u žáků 9. tříd ji označilo celkem 10 chlapců ze 17 osob. Z výzkumu tedy vyplývá, že chlapci 7. tříd si myslí, že kamarádi nemají velký vliv na jejich životní styl stejně jako koničky a záliby.

Jako podstatné tyto dvě oblasti vnímá 10 chlapců 9. tříd z celkového počtu 17 osob. Chlapci 9. tříd současně vnímají jako rostoucí oblast vlivu médií, které jsou všude kolem nás. Postupem věku naopak u žáků 9. tříd klesá vliv oblasti školy a vzdělání a volnočasových aktivit.

Možnost volné odpovědi si vybral jeden ze 7. třídy, který uvedl, že zásadní vliv na jeho životní styl *jeho vůle, jeho okolí, myšlenky, srdce a odhodlanost*. Tuto možnost odpovědi také zvolil žák 9. třídy, který uvedl, že na jeho životní styl má vliv jeho přítelkyně.

Graf č. 11: Co si myslíš o svém zdravotním stavu? (dotazník – otázka č. 20)

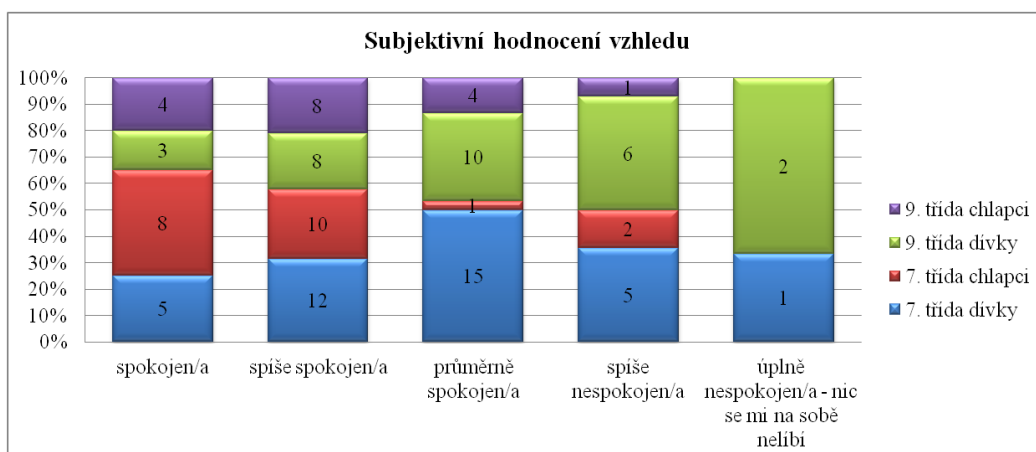


Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Zdravotní stav jako výborný označilo 18 % a 17 % dívek 7. a 9. tříd. 24 % chlapců 7. tříd označilo svůj zdravotní stav jako výborný, stejně jako 29 % chlapců 9. tříd. Ve výzkumné studii z roku 1994 je uvedeno, že velmi zdravě se cítí 29 % dívek 7. tříd a 25 % dívek 9. tříd. Současně 42 % a 32 % chlapců 7. a 9. tříd. Z posouzení vyplývá, že celostátní průměr pojetí zdravotního stavu dle výzkumu z roku 1994 je vyšší než výzkumné šetření prováděné na ZŠ Vsetín Trávníky.

Nejvíce žáků označilo možnost velmi dobrý a pouze jedna žákyně 9. třídy označila svůj zdravotní stav jako špatný.

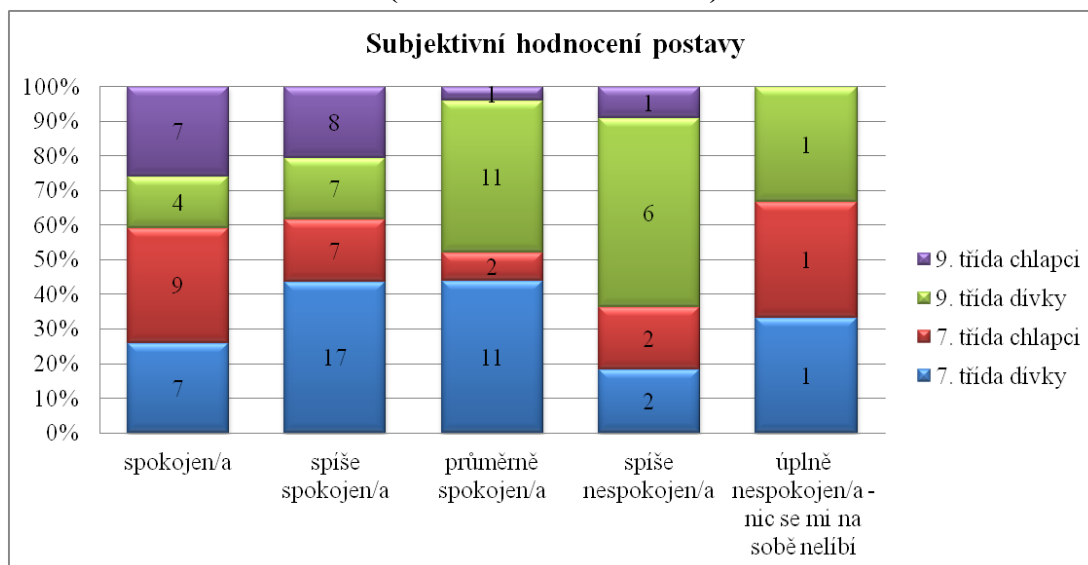
Graf č. 12: Uved', jak jsi spokojen/a se svým vzhledem? (dotazník – otázka č. 21)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

S ohledem na pojetí sebe sama v období dospívání byla zaměřena otázka také na vnímání spokojenosti se svým vzhledem. Žáci 7. a 9. třídy nejčastěji volili možnost spíše spokojen/a v hodnotě 36 % a průměrně spokojen/a 29 %. Možnost spokojena byla zvolena žáky 19 %. Celkem 13% žáků je spíše nespokojeno se svým vzhledem a 3% procenta jsou dokonce úplně nespokojena. Do poslední jmenované skupiny jsou zahrnuty dvě dívky z 9. třídy a 1 dívka ze 7. třídy.

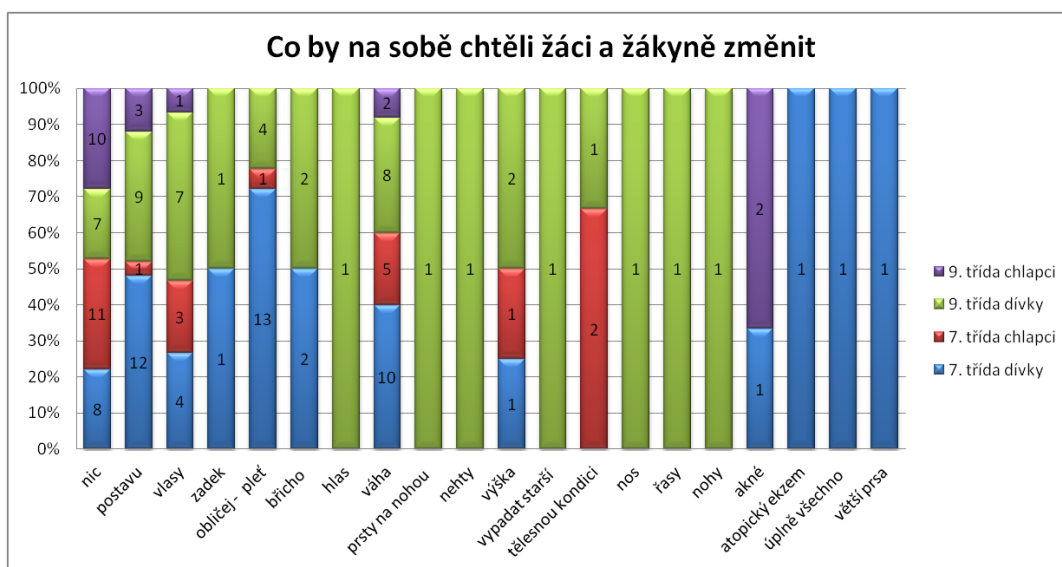
Graf č. 13: Uved', jak jsi spokojen/a nespokojen/a se svoji postavou? (dotazník – otázka č. 25)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Se subjektivním posouzením vzhledu (viz č. Graf 12) souvisí také subjektivní hodnocení postavy (viz výše Graf č. 13). Celkem 37 % dotazovaných osob odpovědělo, že jsou se svou postavou spíše spokojeni. Spokojeno je se svojí postavou 26 % všech žáků. Průměrně spokojeno je 24 %. Spíše nespokojeno je 10 % žáků, mezi které patří 2 dívky a 2 chlapci 7. tříd, 6 dívek a 1 chlapec 9. tříd. Možnost poslední, tedy úplnou nespokojenost, si vybralo celkem 3 % žáků – tedy 1 žákyně 7. třídy, 1 žákyně z 9. třídy a 1 žák ze 7. třídy.

Graf č. 14: Existuje něco, co bys na svém vzhledu rád/a změnila? Kdyby ano, uveď, co by to bylo. (dotazník – otázka č. 26)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Vzhledem ke skutečnosti, že je převážná většina žáků spíše či průměrně spokojena se svým vzhledem nebo postavou, 25 % žáků by na sobě nezměnilo nic. Shodně v počtu 17 % by rádi žáci případně změnilo svoji postavu či nebo váhu. Celkem 11 % byla označena změna vlasů a 30 % označují zbývající požadavky na změnu, např. problematickou pleť, tělesnou kondici, výšku, akné atd.

Tabulka č. 2: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří by rádi na svém těle něco změnili (dotazník – otázka č. 26, tabulka k Grafu 14)

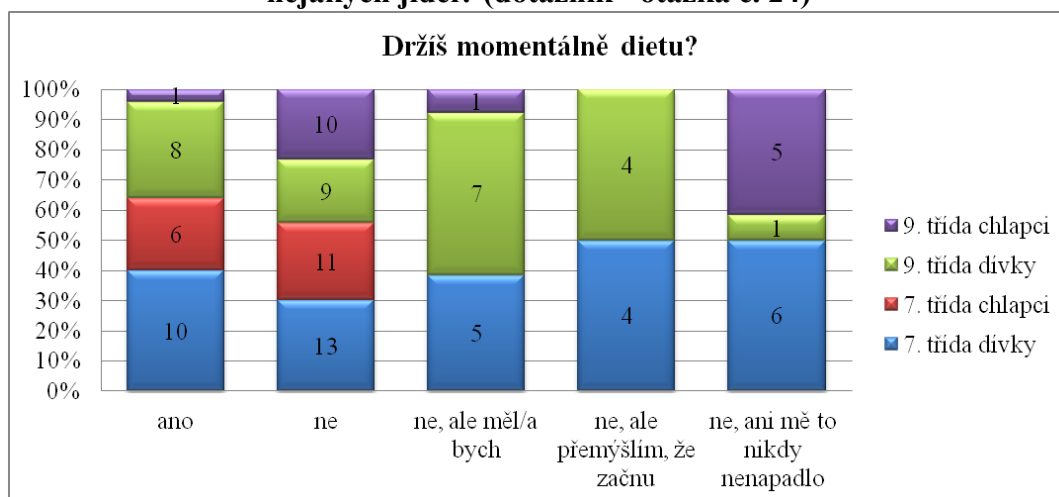
Žáci, kteří by rádi na svém těle něco změnili - srovnání			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	43%	78%
	chlapci	12%	66%
9. třída	dívky	38%	83%
	chlapci	7%	72%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Celkem lze říci, že 66 % dotazovaných žáků by na sobě rádo něco změnilo a zbývajících 34 % jsou spokojeni se sebou, jak se narodili. Konkrétněji ve srovnání s výzkumem z roku 1994 by 43 % dívek a 17 % chlapců sedmých tříd chtěli něco změnit. Oproti tomu studie z roku 1994 uvádí dokonce 78 % dívek a 66 % chlapců sedmých tříd.

A současně by děti z 9. tříd ZŠ Vsetín Trávníky rádi změnilo něco na své postavě, konkrétně dívky v hodnotě 38 % a chlapci 7 %. U výzkumu z roku 1994 jsou dokonce tyto hodnoty několikanásobně vyšší 83 % dívek a 72 % chlapců devátých tříd.

Graf č. 15: Držíš momentálně nějakou dietu nebo omezuješ záměrně příjem nějakých jídel? (dotazník - otázka č. 24)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Tabulka č. 3: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jsou na dietě (dotazník – otázka č. 26, tabulka k Grafu 15)

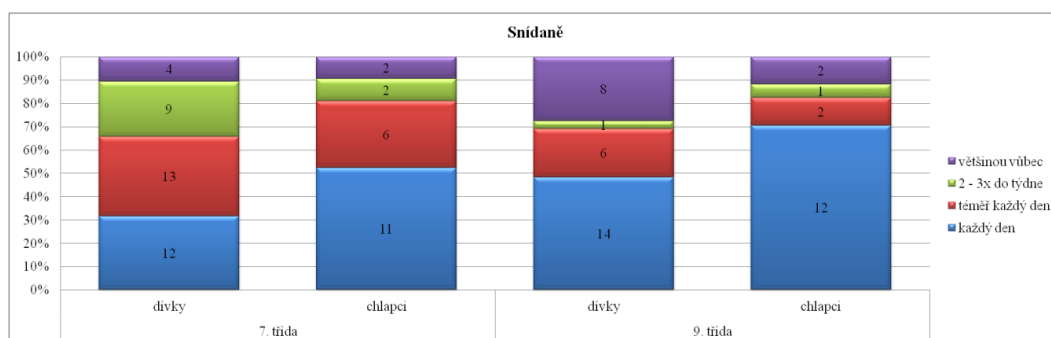
Žáci, kteří jsou na dietě			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	26%	46%
	chlapci	35%	22%
9. třída	dívky	28%	47%
	chlapci	6%	23%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Tělesný vzhled je pro lidi celkově v období dospívání obzvláště důležitý. Výzkumné šetření tak jasně obsahovalo otázku zaměřenou na stravovací návyky, kterými se zabýváme dále, ale také oblasti diet a omezování příjmu vytipovaných druhů jídel. Jak můžeme vidět v Grafu č. 15 v největší míře drží diety dívky sedmých tříd. Hned za nimi jsou dívky z devátých tříd. Poměrně zajímavé je také číslo u chlapců 7. tříd., z nichž drží dietu 6 osob z celkového počtu 21 osob. Ve srovnání s výstupy studie z roku 1994 toto číslo dokonce převyšuje celorepublikový výsledek. 43 respondentů dietu nedrží, ani se nijak v jídle neomezují a 12 osob to dokonce ani nikdy v minulosti nenapadlo.

Dostáváme se k otázce stravovacích návyků, která úzce souvisí s držením diety či omezováním příjmu určitých jídel (Graf č. 15), také s mírou spokojenosti jedince se svým vzhledem (Graf č. 12) a postavou (Graf č. 13).

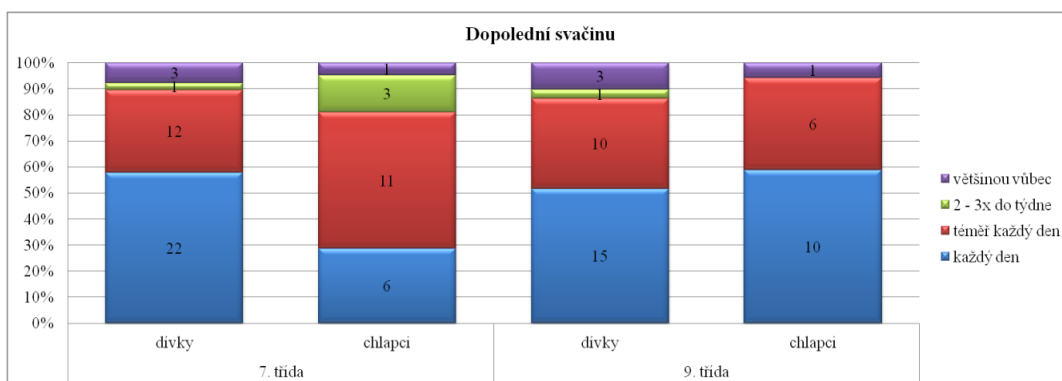
Graf č. 16: Jak často snídáš? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Každý den snídá celkem 12 dívek a 11 chlapců 7. tříd, 14 dívek a 12 chlapců 9. tříd. Naopak většinou vůbec nesnídají celkem 4 dívky a 2 chlapci v 7. třídách, současně 8 dívek a 2 chlapci v 9. třídách. Snídaně by měla být základním jídlem každého dne.

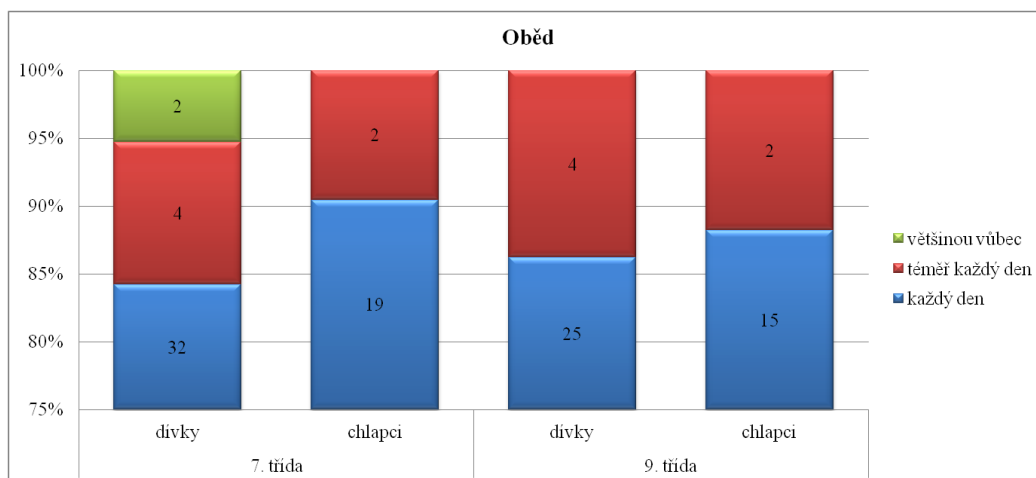
Graf č. 17: Jak často jíš dopolední svačinu? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Dle dotazníkového šetření každý den svačí 22 dívek a 6 chlapců 7. tříd, a 15. dívek a 10 chlapců 9. tříd. Ve všedních dnech svačí ve škole. Naopak dopoledne nikdy nesvačí 3 z dotazových dívek sedmých tříd a 3 dívky z deváté třídy, 1 chlapec ze sedmé třídy a 1 z deváté třídy.

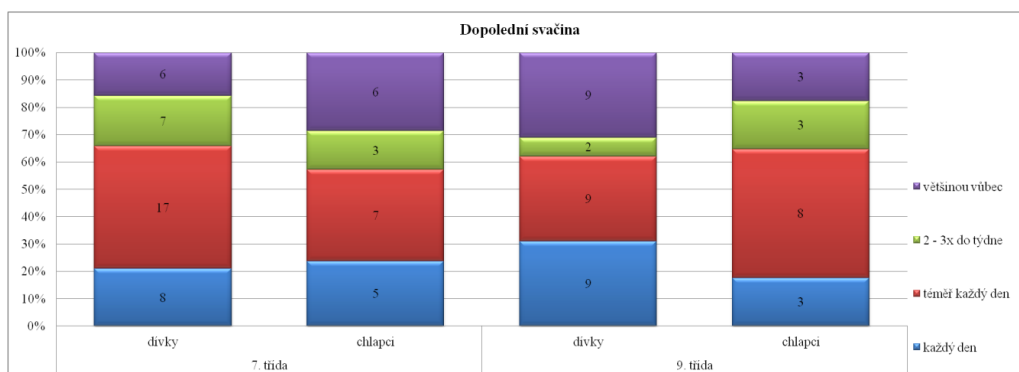
Graf č. 18 Jak často obědváš? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Dle výsledků ze šetření vyplývá, že žáci obědvají ve většinovém množství každý den. Celkem se jedná o 91 žáků ze 105 osob. Pouze dvě žákyně ze sedmé třídy uvedly, že většinou vůbec neobědvají. Ostatní respondenti obědvají téměř každý den.

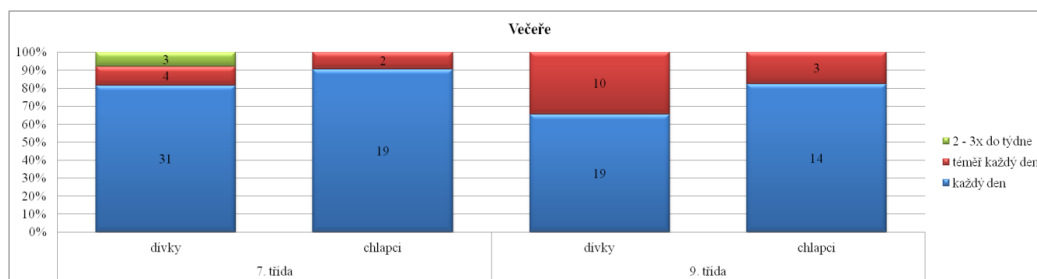
Graf č. 19: Jak jíš odpolední svačinu? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Téměř každý den a každý den odpoledne svačí 66% dívek a 57% chlapců ze sedmých tříd, 62% dívek a 64 % chlapců v devátých třídách. Vůbec nesvačí 16 % dívek a 29 % chlapců devátých tříd, 31 % dívek a 18 % chlapců devátých tříd.

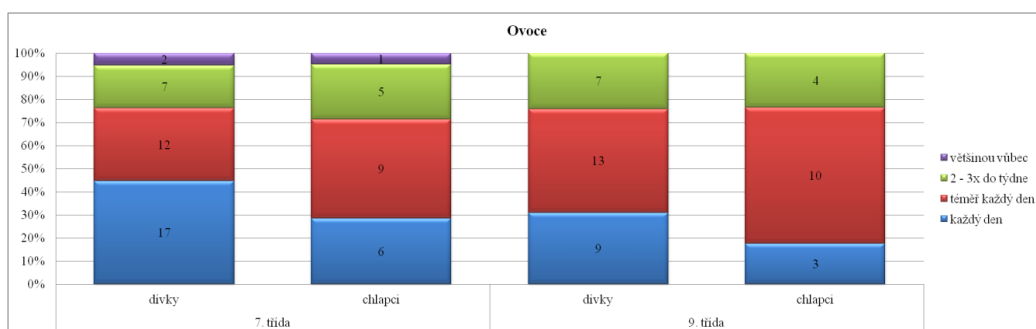
Graf č. 20: Jak často večeříš? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Velký počet respondentů každý den pravidelně večeří. Pouze u dívek sedmé třídy byly odpovědi rozčleněny do tří oblastí, z nichž pouze 3 dívky večeří jen dvakrát až třikrát do týdne. Možnost „většinou vůbec“ v odpovědích ze šetření neobjevila ani jednou. Zatímco v 82 % žákyň sedmých večeří každý den, u žákyň devátých tříd je toto procento už je 66%. Chlapci sedmých tříd večeří každý den v hodnotě 90 % a chlapci devátých tříd už jen 82 %. Z výše uvedeného vyplývá, že s věkem se upravují stravovací návyky dětí.

Graf č. 21: Jak často jíš ovoce? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z výše uvedeného grafu vyplývá, že děti denně, případně téměř každý den jedí ovoce. Odpověď většinou vůbec se objevila u žáků sedmých tříd – v poměru dvě dívky a jeden chlapec. Ovoce je v období dospívání a vývoji těla velmi důležité, především z důvodu dodání potřebných vitamínů. Některé ovoce však obsahuje velké množství cukrů.

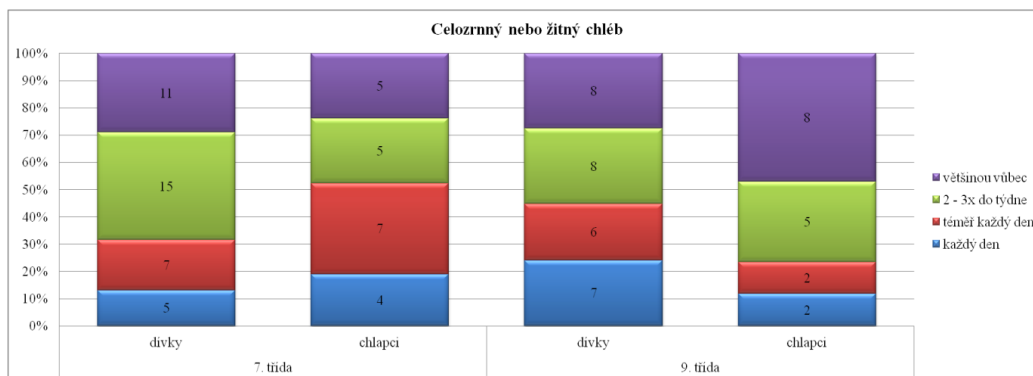
Tabulka č. 4: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jedí každodenně ovoce (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 21)

Žáci a každodenní jezení ovoce			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	45%	91%
	chlapci	28%	86%
9. třída	dívky	31%	90%
	chlapci	18%	85%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Podle výsledků srovnání s výzkumem z roku 1994 vyplývá, že děti na ZŠ Vsetín Trávníky jsou v otázkách jezení ovoce hodně pod průměrem. Nejmenší procento pak může najít u chlapců devátých tříd, kdy u výzkumu roku 1994 jí ovoce alespoň jednou denně či víckrát za den celkem 85 % chlapců, kdežto jen 18 % chlapců ze ZŠ Vsetín Trávníky jí ovoce denně.

Graf č. 22: Jak často jíš celozrnný nebo žitný chléb? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celozrnný nebo žitný chléb, který je velmi zdravý má na jídelníčku dle výzkumu šetření poměrně málo osob. Osm chlapců deváté třídy jej dokonce zařadilo do kategorie, že jej nejedí vůbec - tedy celkem 47 %. Stejně jako jedenáct dívek ze sedmých tříd – tedy 29 %, přičemž chlapci ze stejného stupně je nejedí z 24 %.

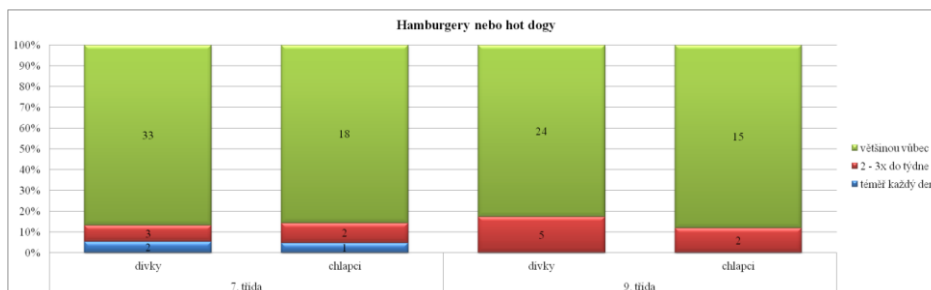
Tabulka č. 5: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří každodenně jedí celozrnný nebo žitný chléb (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 22)

Žáci, kteří jedí každý den celozrnný nebo žitný chléb			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	13%	45%
	chlapci	19%	48%
9. třída	dívky	24%	31%
	chlapci	12%	37%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Z výše uvedené tabulky vyplývá, že procentuálně méně dětí má na svém denním jídelníčku celozrnné pečivo. Nejméně pak chlapci devátých tříd a dívky sedmých tříd. Naopak výsledky výzkumu poukazují na nejnižší procento u dívek devátých tříd, které je bylo v mém výzkumném šetření nejvyšší.

Graf č. 23: Jak často jíš hamburgery nebo hot dogy /tzv. fast foodové jídlo? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Musím konstatovat, že odpovědi dětí mě v této stravovací oblasti velmi potěšily, jelikož 90 dotazovaných osob uvedlo, že hamburgery či hot dogy nejedí většinou vůbec. Pouze dvě dívky sedmých tříd a jeden chlapec uvedl, že tyto produkty jedí téměř každý den.

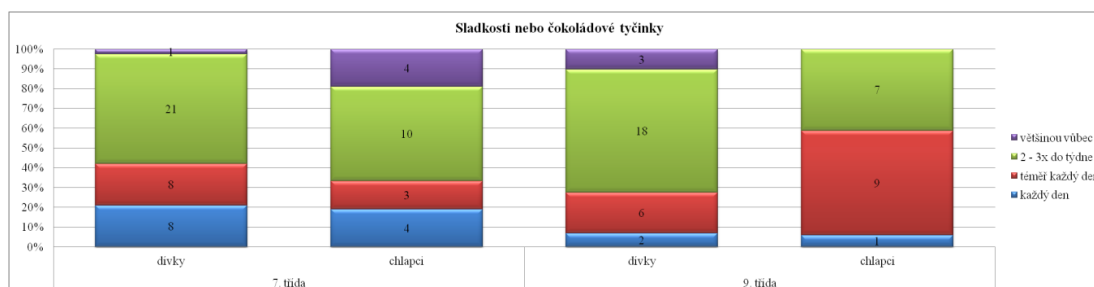
Tabulka č. 6: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jedí každodenně hamburgery nebo hot dogy (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 23)

Žáci, kteří jedí každý den hamburgery nebo hot dogy			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	5%	7%
	chlapci	5%	10%
9. třída	dívky	0%	5%
	chlapci	0%	10%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014
a výsledky studie HBSC z roku 1994

Nízké procento výskytu konzumace hamburgerů nebo hot dogů můžeme připsat především nízkému výskytu fast foodových prodejen ve Vsetíně. Je pravděpodobně, že pokud by se někde v blízkosti vyskytoval McDonald nebo například KFC, přepokládám, že by počet spotřeby těchto produktů značně vzrostl.

Graf č. 24: Jak často jíš sladkosti nebo čokoládové výrobky? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Nejčastější odpovědí pojídání sladkostí či jiných čokoládových výrobků byla odpověď dvakrát až třikrát do týdne. Celkem 55 % dívek a 48 % chlapců sedmých tříd a 62 % dívek a 41 % chlapců devátých tříd se do této kategorie zařadilo.

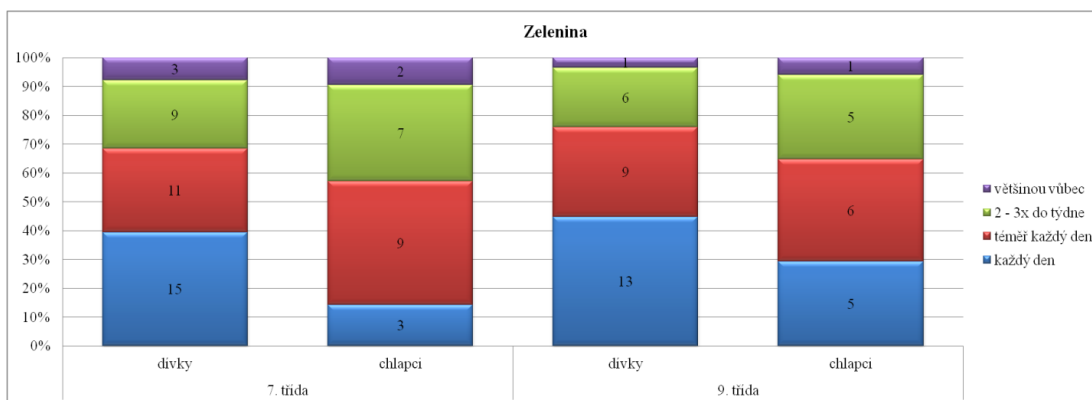
Tabulka č. 7: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jedí každodenně ovoce (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 24)

Žáci, kteří jedí každý sladkosti			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	21%	47%
	chlapci	19%	41%
9. třída	dívky	21%	41%
	chlapci	6%	39%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Dle srovnání výzkumů v tabulce 7, lze říci, že žáci ZŠ Vsetín Trávníky jsou v některých třídách o více než polovinu níže co se denní konzumace týká. Pozoruhodné je zejména srovnání dívek 7. a 9. tříd, kdy výzkum z roku 2014 ukazuje stejná procenta, zatímco výzkum HBSC vykazuje u dívek sedmých tříd procento vyšší. Za zmínku určitě také stojí porovnání chlapců v devátých třídách, kdy 6 % žáků ZŠ Trávníky Vsetín jedí sladkosti denně a v rámci HBSC výzkumu je to dokonce o 33 % více.

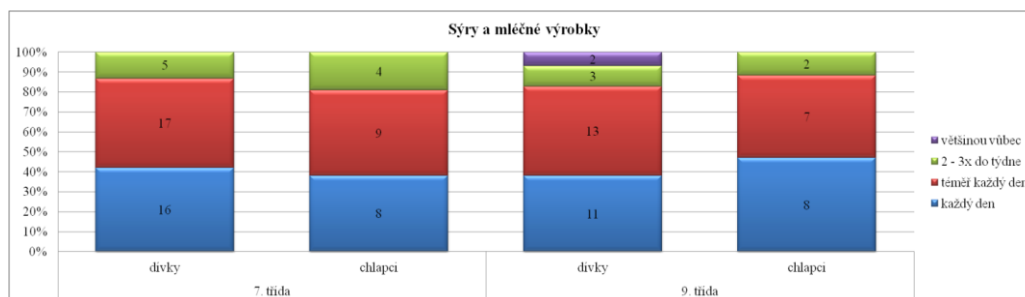
Graf č. 25: Jak často jíš zeleninu? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Zeleninu na denním pořádku má 15 dívek a 3 chlapci sedmých tříd, 13 dívek a 5 chlapců devátých tříd. Druhou nejčastější odpovědí byla možnost téměř každodenního jení zeleniny. Většinou vůbec nejí zeleninu 3 dívky a 2 chlapci ze sedmých tříd, a 1 dívka a 1 chlapec z deváté třídy.

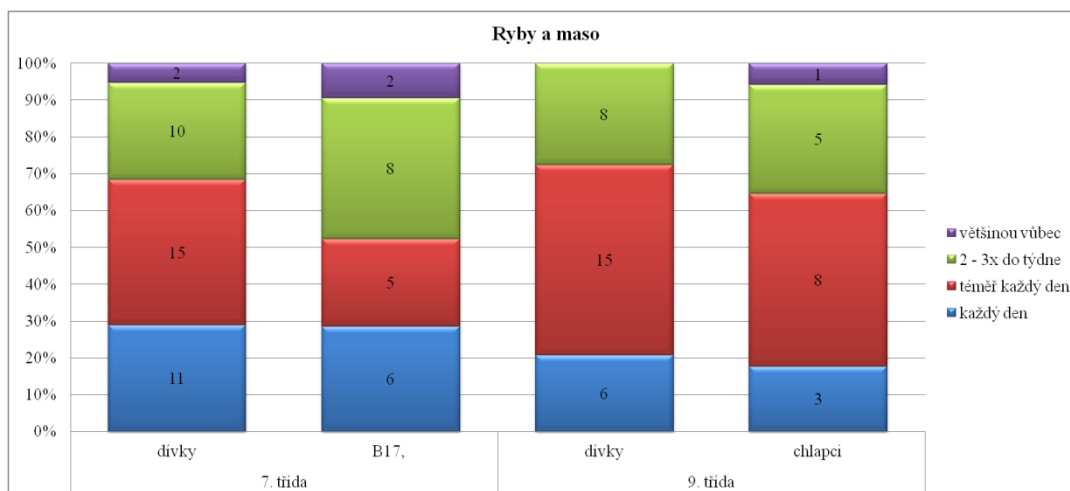
Graf č. 26: Jak často jíš sýry a mléčné výrobky? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Výsledkem dotazového šetření u této otázky je zlatá střední cesta – tedy téměř každý den jedí 44 % všech dotázaných dětí sýry a mléčné výrobky. Naopak 13 % dotázaných jí sýry a mléčné výrobky pouze dvakrát až třikrát do týdne a 2 % většinou vůbec.

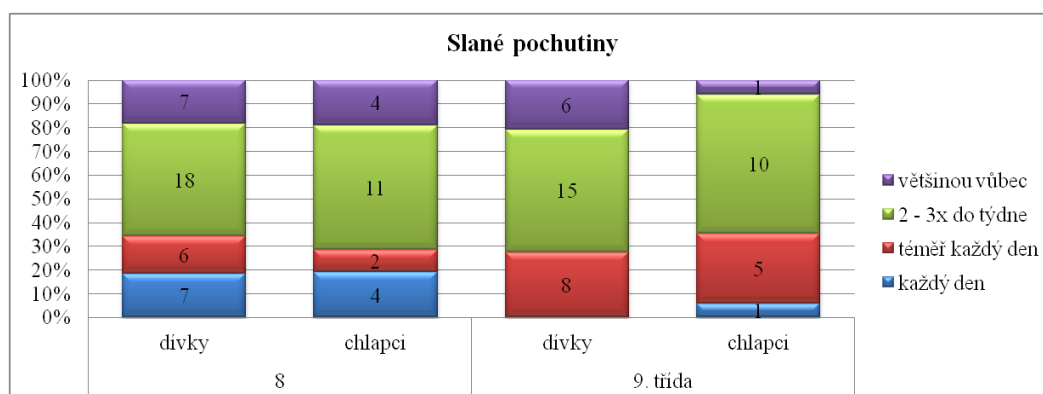
Graf č. 27: Jak často jíš ryby a maso? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z uvedeného grafu vyplývá, že celkem 25 % dětí jí ryby a maso každý den, 41 % dotazovaných téměř každý den. Druhou nejčastější odpovědí byla možnost dvakrát až třikrát do týdne, kterou si vybralo celkem 29 % všech dotazovaných. Ryby a maso většinou vůbec nejí 5 % žáků 7. a 9. tříd.

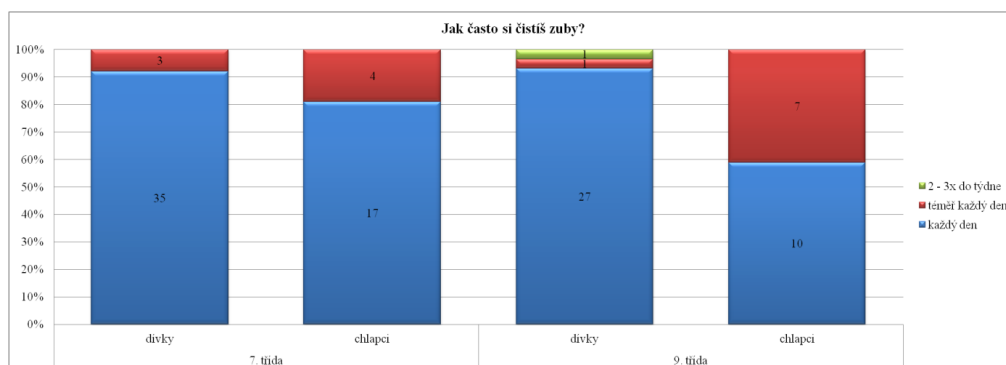
Graf č. 28: Jak často jíš slané pochutiny? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Slané pochutiny jsou dětmi konzumovány nejčastěji dvakrát až třikrát do týdne – v celkové hodnotě 52 %. Každý den jí tyto produkty pouze 11 % všech dotazovaných dětí.

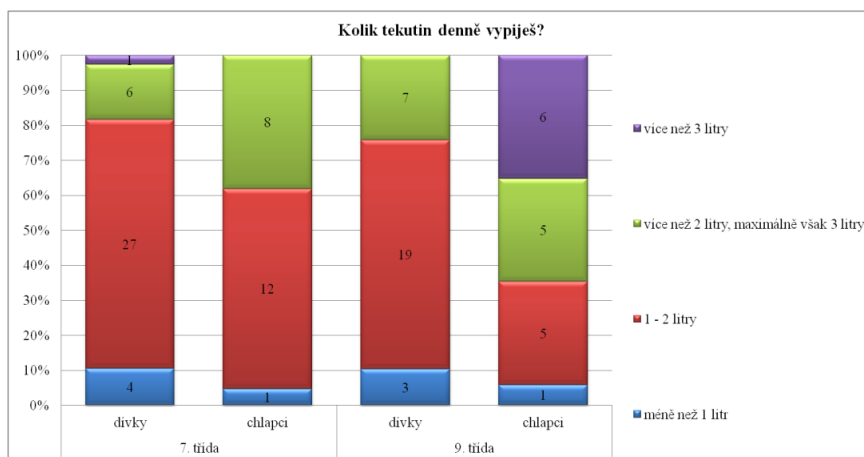
Graf č. 29: Uved', jak často si čistíš zuby? (dotazník - otázka č. 22)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 85 % všech dotazovaných uvedlo, že si čistí zuby každý den. 14 % všech dotázaných uvedlo, že si čistí zuby téměř každý den. Do této kategorie můžeme dle grafu zařadit 3 dívky a 4 chlapce sedmých tříd a jednu dívku a sedm chlapců devátých tříd. Do třetí, poslední kategorie „dvakrát až třikrát do týdne“, lze dle výsledků zařadit jednu dívku deváté třídy. Ústní hygiena je tak pravidelně denně vykonávána jen u zmíněných 85 %, zbylých 15 % dětí si zuby čistí nepravidelně.

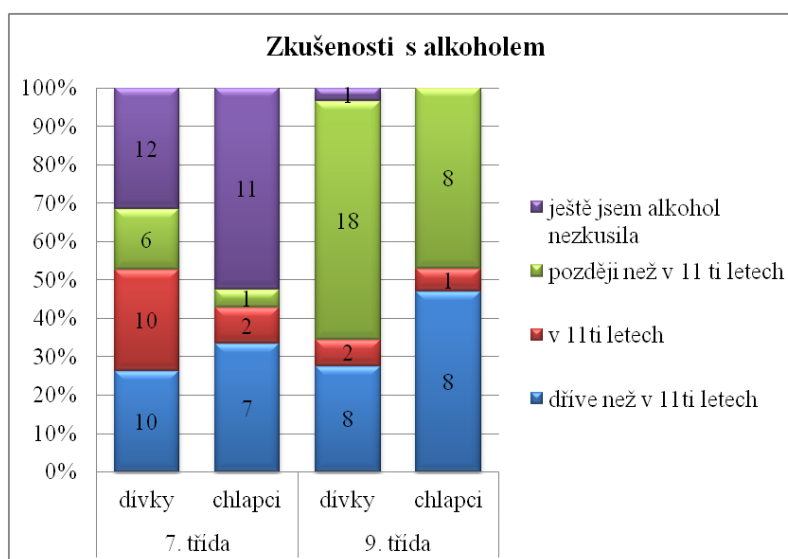
Graf č. 30: Kolik tekutin denně vypiješ? (dotazník - otázka č. 23)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 60 % dotázaných dětí odpovědělo, že denně vypijí jeden až dva litry, celkem 25 % dětí uvedlo, že vypijí denně dva, maximálně tři litry. Jedná se hlavně o chlapce deváté třídy a jednu dívku sedmé třídy. Děti, které vypijí denně méně než jeden litr je v celkovém množství 8 %.

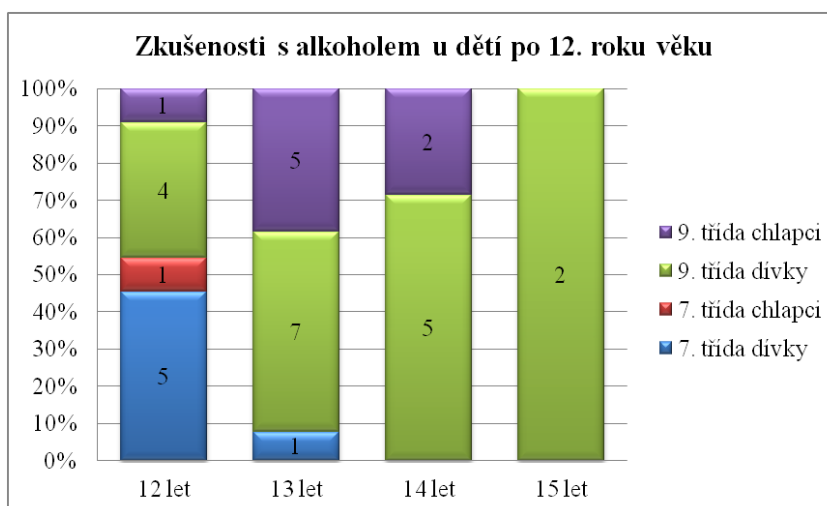
Graf č. 31: V kolika letech si poprvé zkusil/a alkohol? (dotazník – otázka č. 15a)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 32 % všech dotazovaných dětí uvedlo, že měli zkušenosti s alkoholem dříve než 11 ti letech. 14 % dětí dále uvedlo, že zkušenost s alkoholem měli v jedenácti letech a 31 % později než 11 ti letech. Alkohol dosud nezkusilo 23 % všech dotazovaných, mezi nimiž jsou zastoupeny nejpočetněji děti sedmých tříd. U dětí v devátých třídách jsou zkušenosti, mimo jednu dívku, dle grafu téměř 100 %.

Graf č. 32: V kolika letech si poprvé zkusil/a alkohol? (dotazník – otázka č. 15a)

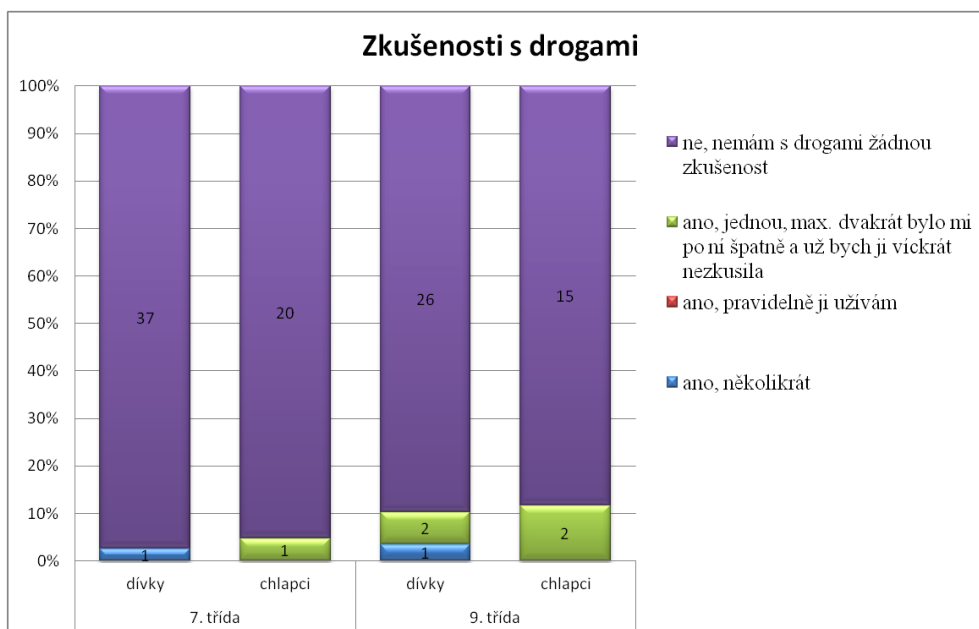


Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Někteří respondenti v Grafu 31 uvedli, že mají první zkušenosti s alkoholem po 11. roku života. Další Graf 32 tedy směřuje k vyhodnocení těchto odpovědí vyplněných žáky jednotlivě. Z výzkumu vyplývá, že nejvíce žáků mělo první zkušenost s alkoholem ve 13 letech, nejčastěji to pak byli dívky a chlapci devátých tříd.

Druhým nejčastěji udávaným rokem (viz Graf č. 32) bylo 12 let, kdy alkohol z celkového počtu poprvé zkusilo 9 dívek a 6 chlapců. Nejmenší počet byl uveden dívkami deváté třídy, které zkusily prvně alkohol v 15 ti letech.

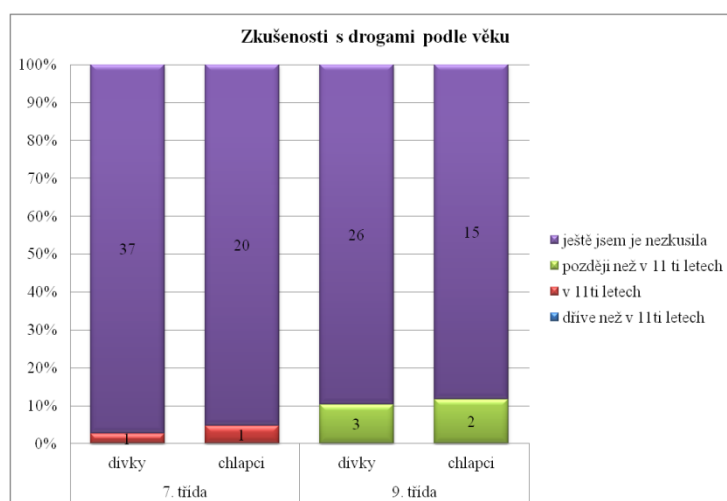
Graf č. 33: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 19)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Zkušenosti s drogami u žáků 7. a 9. tříd nejsou dle výsledků výzkumu nijak závažné. Celkem 93 % všech dotazovaných nemá s drogami dosud žádnou zkušenost. Naproti tomu zbylých 7 % zkusilo drogu, přičemž jednou ji zkusilo celkem 5% a několikrát 2 %.

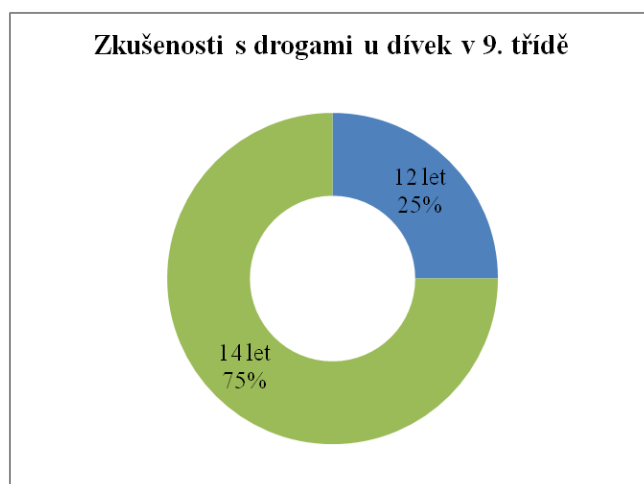
Graf č. 34: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 15b)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Výše uvedený Graf č. 34 navazuje na Graf č. 33, který byl zaměřen na otázku, zda děti již někdy zkusily drogy. Graf č. 34 vykazuje stejné hodnoty jako graf předchozí – co se týká počtu jednotlivého pohlaví i věkové kategorie. 93 % dětí uvedlo, že nemá žádné zkušenosti s drogami, 2 % uvedlo, že měli první zkušenost v 11 ti letech a poslední skupina o celkové hodnotě 5 % uvedla, že drogy poprvé zkusila později než v 11 ti letech. Tato skupina je zastoupena žáky devátých tříd. Na následujících dvou grafech (Graf 35 a 36) uvidíme konkrétní zastoupení jednotlivými pohlavími.

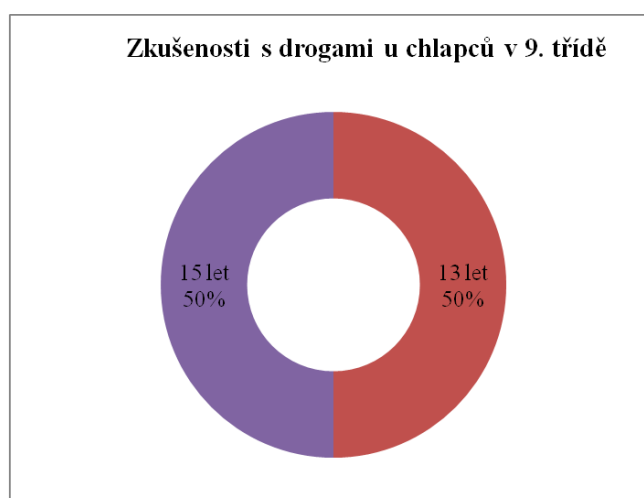
Graf č. 35: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 15b)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Na výše uvedeném grafu můžeme vidět procentuální zastoupení zkušenosti dívek devátých tříd s drogami. 75 % výše uvedené hodnoty představuje první drogovou zkušenost celkem třech čtrnáctiletých dívek, 25 % představuje zkušenost jedné dvanáctileté dívky.

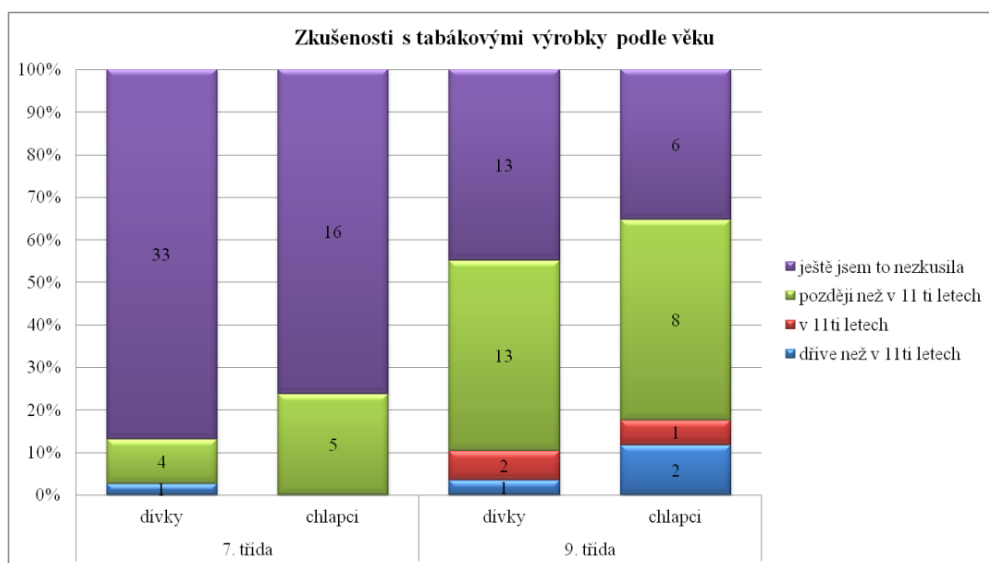
Graf č. 36: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 15b)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Výše zaměřený Graf č. 36 pojednává o výsledcích první drogové zkušenosti u chlapců devátých tříd. Jedná se v podstatě o dva chlapce, přičemž každý představuje 50 % hodnotu. Konkrétně chlapcům při první drogové zkušenosti bylo třináct a patnáct let.

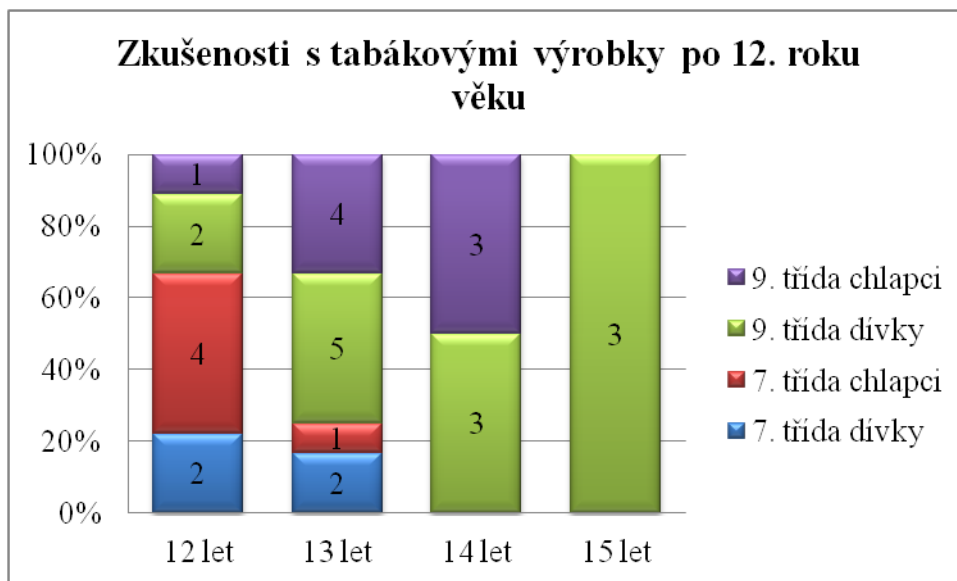
Graf č. 37: V kolika letech jsi poprvé zkoušel/a tabákové výrobky? (dotazník – otázka č. 15c)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 65 % dotazovaných tvrdí, že nikdy nezkusilo tabákové výrobky neboli cigarety. Pouze 4 % dětí přiznalo, že zkusilo kouřit již před 11. rokem života – konkrétně se jedná o dívky 7. sedmých a devátých tříd a o dva chlapce z deváté třídy. Dále 3 % respondentů uvedlo, že měli první zkušenosti s kouřením v 11. roku života – jmenovitě se jedná o dvě dívky a jednoho chlapce z deváté třídy. Poslední, ne však zanedbatelná hodnota 28 % dětí uvedla, že zkusila tabákové výrobky později než v 11 letech. Jedná se o 30 osob různé věkové kategorie i pohlaví.

Graf č. 38: V kolika letech si poprvé zkusil/a tabákové výrobky? (dotazník – otázka č. 15c)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Výše uvedená data navazují na Graf 37 a dále rozvádějí vlastní odpověď dětí, ve které uvádějí, v kolika letech konkrétně zkusily tabákové výrobky. Největší množství žáků vykourilo první cigaretu ve 13 letech, dalším nejpočetnějším rokem prvním zkušenosti s cigaretami bylo 12 let. Nejméně dětí – konkrétně dívek zkusilo cigarety v 15 letech.

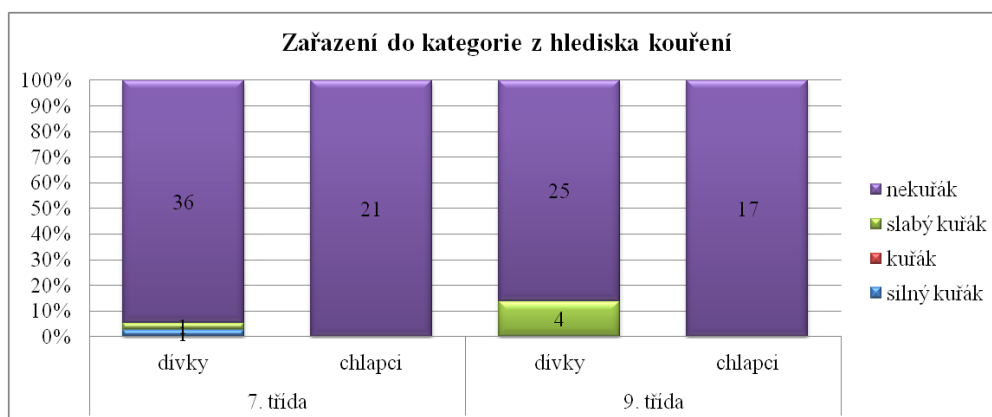
Tabulka č. 8: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří uvedli, že mají zkušenosti s kouřením (ke Grafu 38)

Žáci, kteří mají zkušenosti s kouřením			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	13%	37%
	chlapci	24%	57%
9. třída	dívky	55%	50%
	chlapci	65%	62%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Dle výše uvedeného porovnání výsledků jednotlivých výzkumů můžeme říci, že žáci sedmých tříd ZŠ Trávníky Vsetín jsou na zhruba na poloviční úrovni, co se zkušeností s kouřením týká. Naopak žáci a žákyně devátých tříd o 3 – 5 % převažují nad celorepublikovým průměrem, což jistě není příliš pozitivní zpráva. Zkušenost s cigaretami u dívek ve vsetínské škole v deváté třídě vzrostl až od 42 %, u chlapců pak o 41 %.

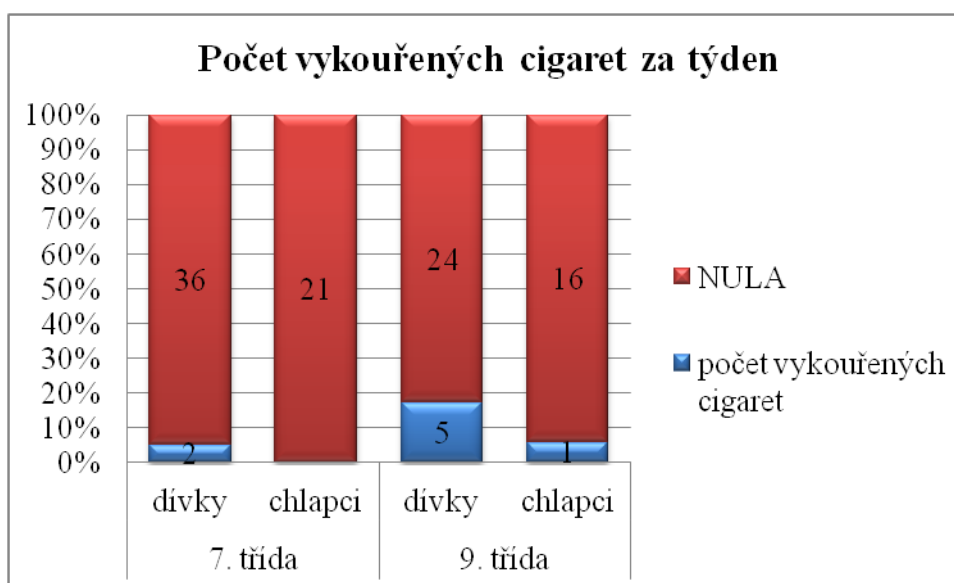
Graf č. 39: Do jaké kategorie by ses zařadil/a? (dotazník – otázka č. 17)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

V souvislosti s výše uvedenou tématikou byla dětem položena otevřená otázka ve formě, do jaké kategorie spadají. 94 % uvedlo, že spadají do kategorie nekuřáci. Zajímavé je, že do této oblasti 100 % spadají chlapci sedmých i devátých tříd. Konkrétně se zde zařadilo 53 dívek a 46 chlapců. Kategorie slabých kuřáků 5 % a silných kuřáků – 1 % je zastoupena pouze dívčí populací.

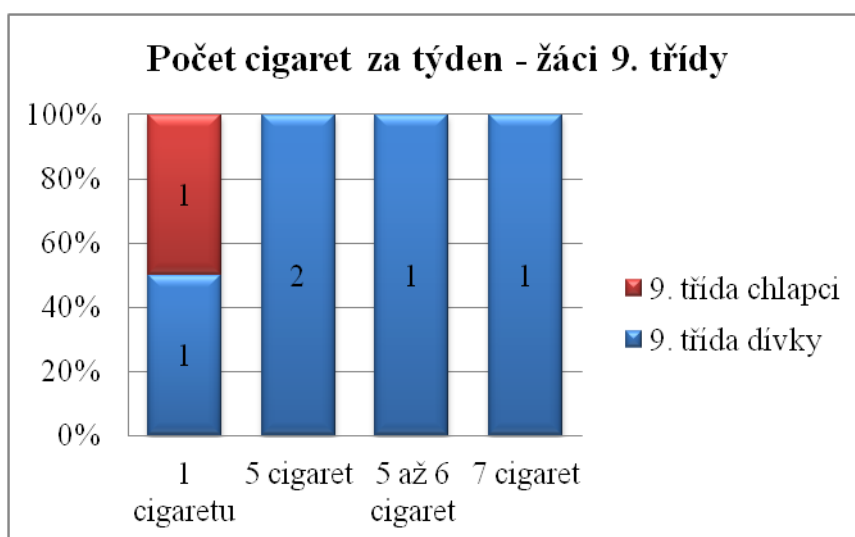
Graf č. 40: Kolik cigaret vykouříš za týden? (dotazník – otázka č. 18, otevřená otázka)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Výše uvedený graf dále rozvádí Graf 39 zaměřující se na počet vykouřených cigaret u kategorie slabých a silných kuřáků (5 % a 1 %). Celkem 92 % respondentů zodpovědělo, že nevykouří ani jednu cigaretu týdně, zatímco zbylých 8 % uvedlo, že vykouří více než jednu cigaretu týden. Více nám napoví níže uvedený Graf 41.

Graf č. 41: Kolik cigaret vykouříš za týden? (dotazník – otázka č. 18, otevřená otázka)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Dívky navštěvující 9. třídu ZŠ Vsetín Trávníky vykouří týdne jednu až sedm cigaret. U chlapců je výsledkem dotazníkového šetření uveden jeden případ, kdy chlapec vykouří pouze jednu cigaretu týdně.

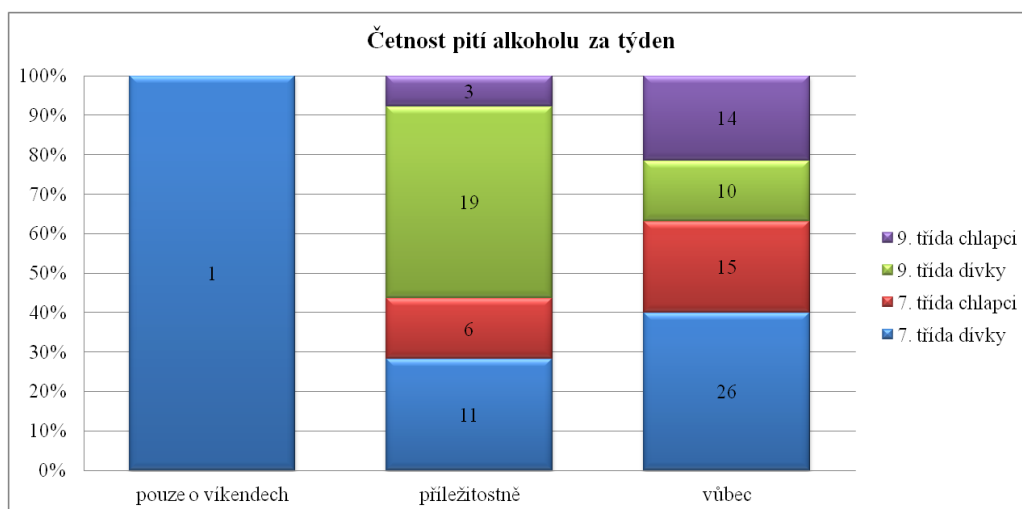
Tabulka č. 9: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se žáků, kteří vykouří jednu a více cigaret týdně (ke Grafu 41)

Žáci, kteří vykouří jednu a více cigaret týdně			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	26%	4%
	chlapci	5%	7%
9. třída	dívky	14%	12%
	chlapci	6%	16%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Na základě porovnání výsledků obou výzkumů je zajímavý především pokles počet vykouřených cigaret u dívek ZŠ Trávníky Vsetín a současně také 1 % procento zvyšující se počet vykouřených cigaret za týden u chlapců. Tato tendence u dívek výzkumu HBSC je opačná, jelikož dívek v 7. třídách kouří pouze 4 % a v deváté třídě je to již 12 %. Počet je až trojnásobný. U chlapců až dvojnásobný.

Graf č. 42: Jak často za týden piješ alkohol? (dotazník – otázka č. 16)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Otázka alkoholu je třetí oblastí, hned za cigaretami a drogami, na které jsem se v této diplomové práci zaměřila. 62 % dotazovaných dětí odpovědělo, že alkohol nepije vůbec, 37 % uvedlo, že pije alkohol příležitostně a 1 % uvedlo, že pouze o víkendech.

Tabulka č. 10: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se žáků, kteří pijí alkohol alespoň jedenkrát týdně (ke Grafu 42)

Žáci, kteří pijí alkohol alespoň jedenkrát týdně			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	0%	8%
	chlapci	0%	18%
9. třída	dívky	0%	19%
	chlapci	0%	38%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Výše uvedená tabulka se vztahuje ke Grafu č.42 a je současně srovnáním výzkumů z let 1994 a 2004. Dle výzkumného šetření na ZŠ Trávníky Vsetín ani jeden žák či žákyně nepijí týdně pravidelně alkohol. Ve srovnání s výsledky výzkumu HBSC jde o závratné informace.

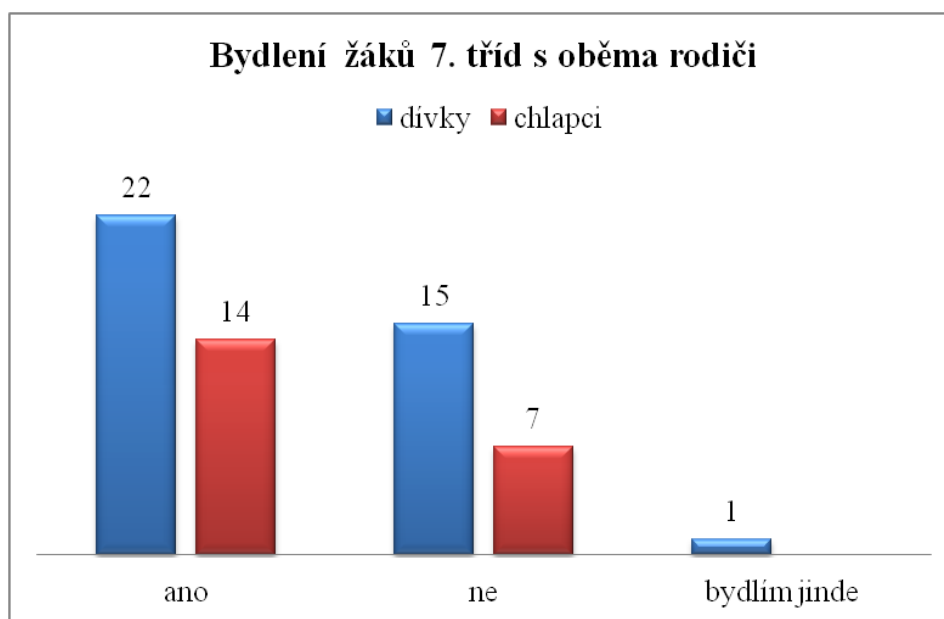
4.4.2 Rodina a výchova

Oblast rodiny a výchovy je zaměřena především na složení rodiny, ve kterém děti žijí – tzn., jestli žijí v úplné, neúplné nebo doplněné rodině. Tedy rodině s jedním vlastním rodičem a jedním nevlastním. Dále se v této kapitole zaměřuji na rodinné vztahy mezi rodiči a dětmi, především pak na subjektivní vnímání jejich vztahu z pohledu dětí.

Další neoddelitelnou oblastí výzkumu jsou sourozenci, kterými se hlouběji nebudu zabývat z důvodu časové náročnosti, pouze bude zmíněno, zda zkoumaný vzorek, tedy děti sedmých a devátých tříd mají sourozence či jsou jedináčky.

Této kapitoly se konkrétně v dotazníku týkaly otázky č. 1, 2, 3, 4.

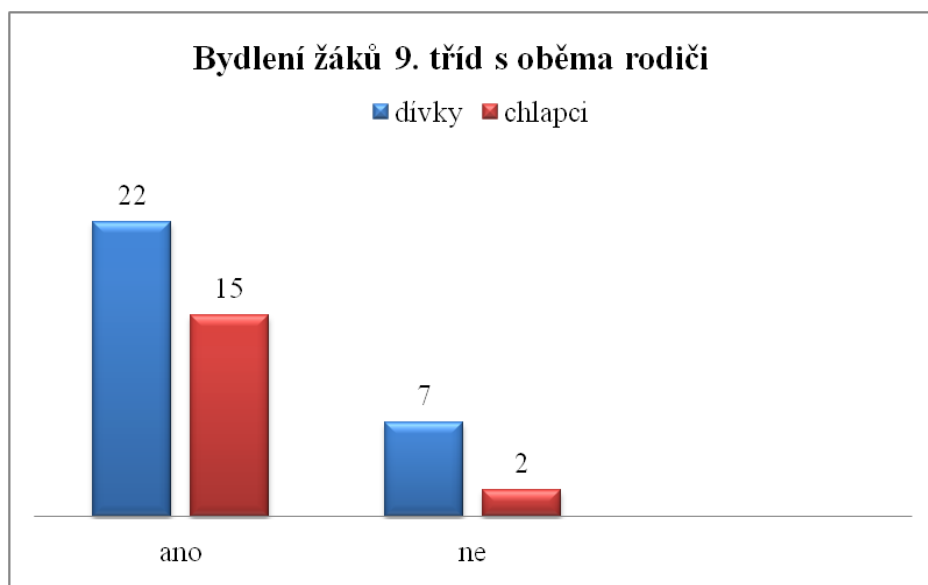
Graf č. 43: Bydlíš s oběma rodiči? (dotazník – otázka č. 1)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z výše uvedeného dotazníkové šetření vyplývá, že 67 % z dotazovaných chlapců bydlí s oběma rodiči a zbylých 33 % bydlí s jedním s rodičů, případně s jedním nevlastním rodičem či matčíným přítelem / otcovou přítelkyní. Celkem 58 % dotazovaných dívek bydlí se svojí matkou i otcem, 39 % uvedlo, že bydlí alespoň s jedním rodičem a 3 % dívek uvedla, že bydlí jinde. Konkrétně se jedná o jednu dívku, která bydlí u babičky.

Graf č. 44: Bydlíš s oběma rodiči? (dotazník – otázka č. 1)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Žáci devátých tříd při vyplňování dotazníků uvedli, že 88 % chlapců a 76 % dívek bydlí se svými oběma rodiči. Naproti tomu 12 % chlapců a 24 % dívek bydlí jen s jedním z nich.

Tabulka č. 11 : Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se počtu dětí, které bydlí/nebydlí se svými oběma rodiči

Tabulka č. 11: Děti, které bydlí/nebydlí s oběma rodiči

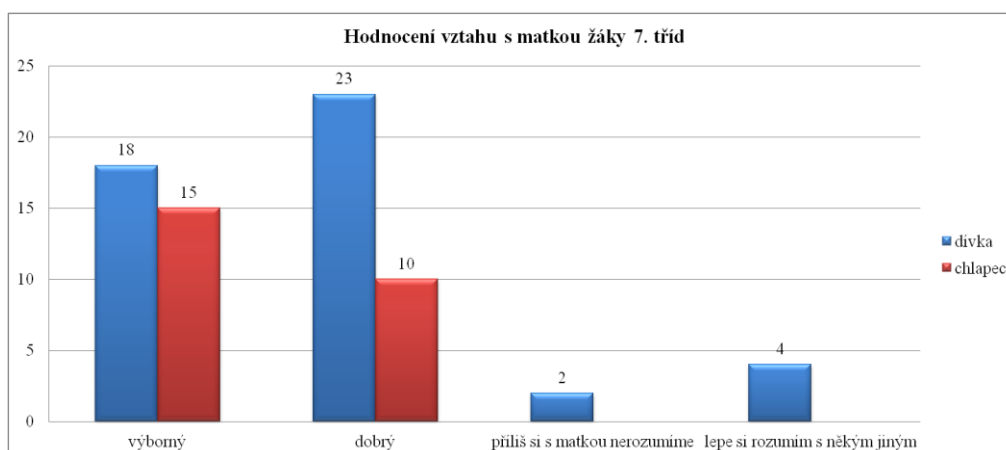
Děti, které bydlí/ nebydlí s oběma rodiči.		
	Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
Ano	70%	84%
Ne	30%	16%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

a výsledky studie HBSC z roku 1994

Porovnáním mého výzkumu s výzkumem z roku 1994 lze zjistit, že v současné době žije s oběma vlastními rodiči pouze 70 % dotazovaných respondentů. Je to 14 % méně, než byl výsledek celorepublikového výzkumu z roku 1994.

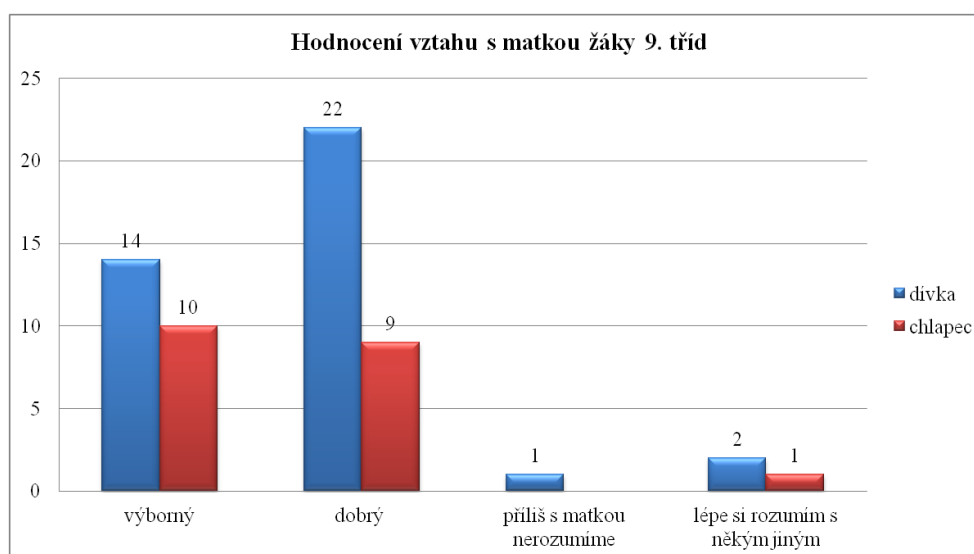
Graf č. 45: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah s matkou? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 2)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 38 % dívek a 60 % chlapců sedmých tříd považují svůj vztah s matkou za výborný. Zajímavé je porovnání jednotlivého pohlaví, kdy chlapci procentuálně více hodnotí svůj vztah s matkou ve větší míře „výborně“ oproti dívkám. Podobně je tomu u hodnocení vztahu chlapců a dívek devátých tříd (více viz Graf 46 a Tabulka 9). Dívky častěji volily možnost „dobrý“ vztah. Dvě dívky označily, že si s matkou příliš nerozumí a 4 z nich dokonce uvedly, že si rozumí lépe s někým jiným – konkrétně byl dvakrát uveden otec a dvakrát babička.

Graf č. 46: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah s matkou? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 2)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

U respondentů devátých tříd je na výbornou označován vztah 36 % dívek a 50 % chlapců. Dívky opět, stejně jako v 7. třídě, volily častěji možnost „dobrý“. Jedna dívka uvedla, že si s matkou příliš nerozumí a dvě další, že si rozumí s někým jiným. Stejnou odpověď uvedl i jeden chlapec. Uvedli, že si lépe rozumí s babičkou či s bratrem.

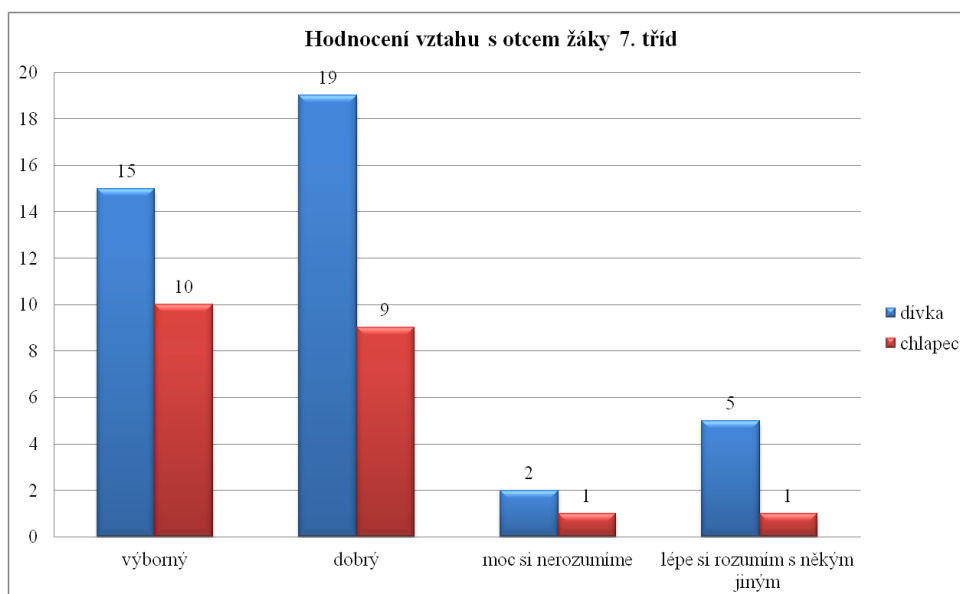
Tabulka č. 12: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se počtu žáků, kteří mají výborný vztah s matkou a nebojí se jí cokoliv říci

Žáci, kteří mají výborný vztah s matkou a nebojí se jí cokoliv říci			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	38%	79%
	chlapci	60%	70%
9. třída	dívky	36%	73%
	chlapci	50%	70%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Z výše uvedené tabulky vyplývá, jak již bylo zmíněno, zajímavá skutečnost. Zatímco výsledky studie z roku 1994 ukazují průměrné hodnoty subjektivního pojetí vztahu ze strany dětí. Výzkum ze ZŠ Trávníky Vsetín ukazuje procentuálně menší „výborného“ hodnocení ze strany dívek a to v sedmé i v deváté třídě. Chlapci vykazují téměř jednou tolik „výborné“ vztahy než dívky. Největší rozdíl mezi výsledky výzkumů můžeme pozorovat u dívek 7. tříd, kdy jako výborný svůj vztah při HBSC hodnotí 79 % a u mého výzkumu pouze 38 % dívek.

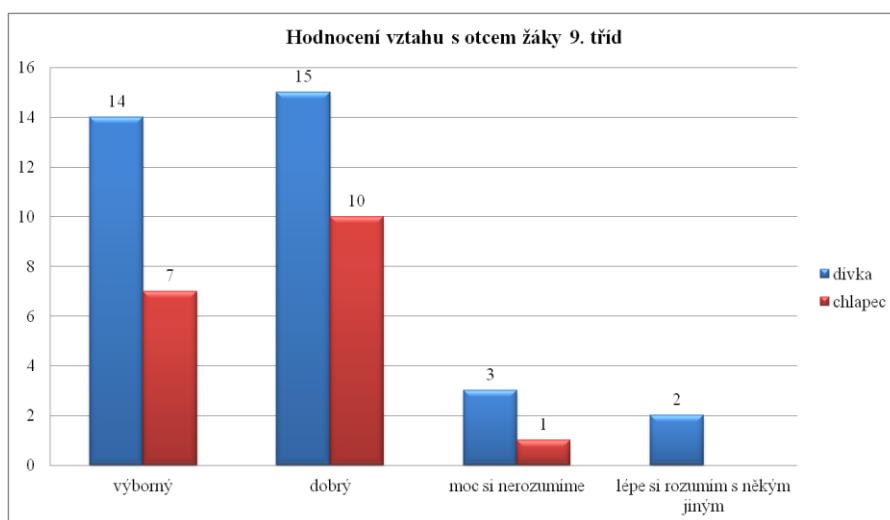
Graf č. 47: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah otcem? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 3)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Jako výborný hodnotí svůj vztah s otcem 37 % dívek a 47 % chlapců, přičemž nejčastěji volenou odpovědí mezi dívkami bylo hodnocení „dobrý“, kterou takto uvedlo 19 dívek. Dvě dívky uvedly, že si s otcem moc nerozumí a pět dokonce uvedlo, že rozumí s někým jiným lépe než s otcem – odpovědí byla babička, sestra, matka či matčin přítel. Chlapci na druhém místě nejčastěji volili možnost „dobrý“, s tím, že se občas s otcem pohádají. Jeden z chlapců označil, že si s otcem příliš nerozumí a jeden, že si lépe rozumí s matkou.

Graf č. 48: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah otcem? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 3)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Jako výborný hodnotí svůj vztah s otcem 41 % dívek a 39 % chlapců. Dívky opět daleko častěji volily možnost „dobrý“, jelikož se s otcem občas pohádají. Tři respondentky uvedly, že si s otcem moc nerozumějí a dvě dívky si lépe rozumí s matkou či bratrem.

Chlapci volili nejvíce možnost „dobrý“, jeden chlapec z celkového počtu uvedl, že si s otcem příliš nerozumí.

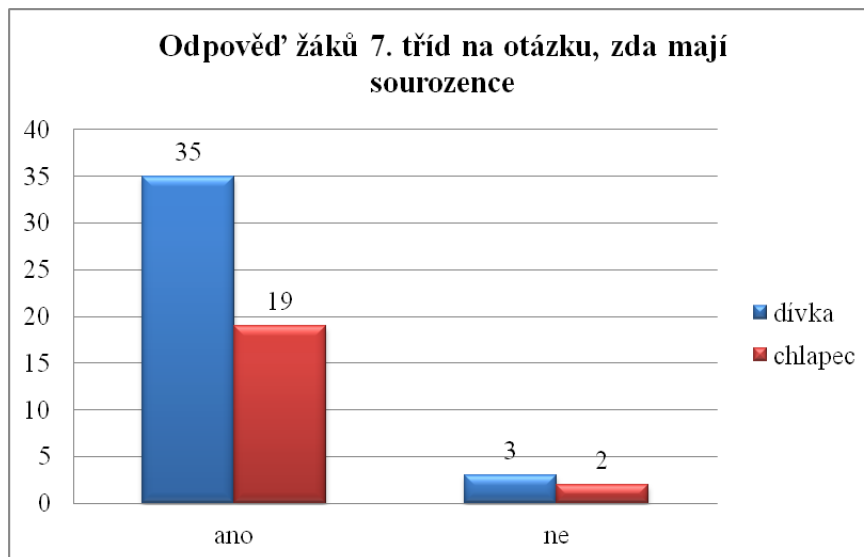
Tabulka č. 13: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se počtu dětí, které mají výborný vztah s otcem a nebojí se mu cokoli říci

Žáci, kteří mají výborný vztah s otcem a nebojí se jí cokoli říci			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	37%	44%
	chlapci	47%	58%
9. třída	dívky	41%	39%
	chlapci	39%	55%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Výsledky výše uvedené tabulky č. 13 vyplývající z dotazníkového šetření ze ZŠ Trávníky Vsetín jsou poměrně vyvážené. S ohledem na výzkum dokonce dívky devátých tříd mají o 2 % lepší vztah s otcem než v celorepublikovém výzkumu z roku 1994.

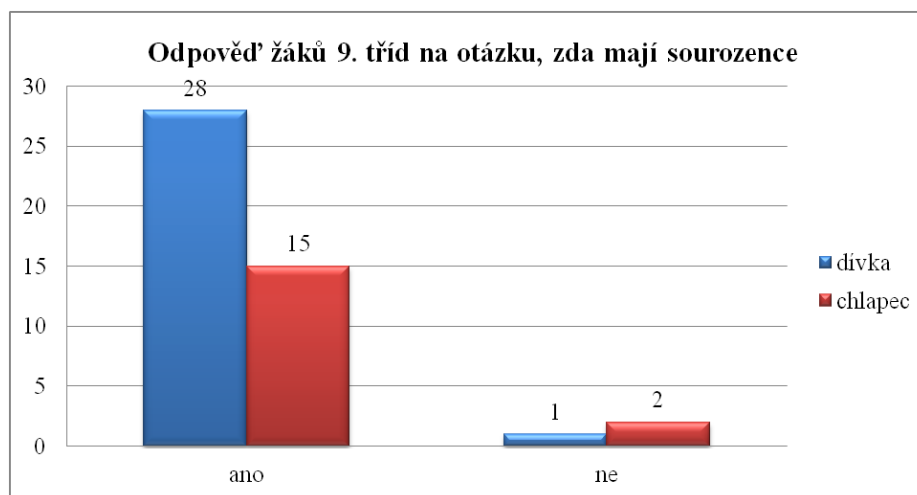
Graf č. 49: Máš sourozence? (dotazník – otázka č. 4)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 92 % dívek a 90 % chlapců uvedlo, že má alespoň jednoho sourozence. Jedináčkem jsou celkem 3 dívky a 2 chlapci.

Graf č. 50: Máš sourozence? (dotazník – otázka č. 4)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 97 % dívek a 88 % chlapců v dotazníku vypovědělo, že má alespoň jednoho sourozence. Žádného sourozence nemá jedna dívka a dva chlapci.

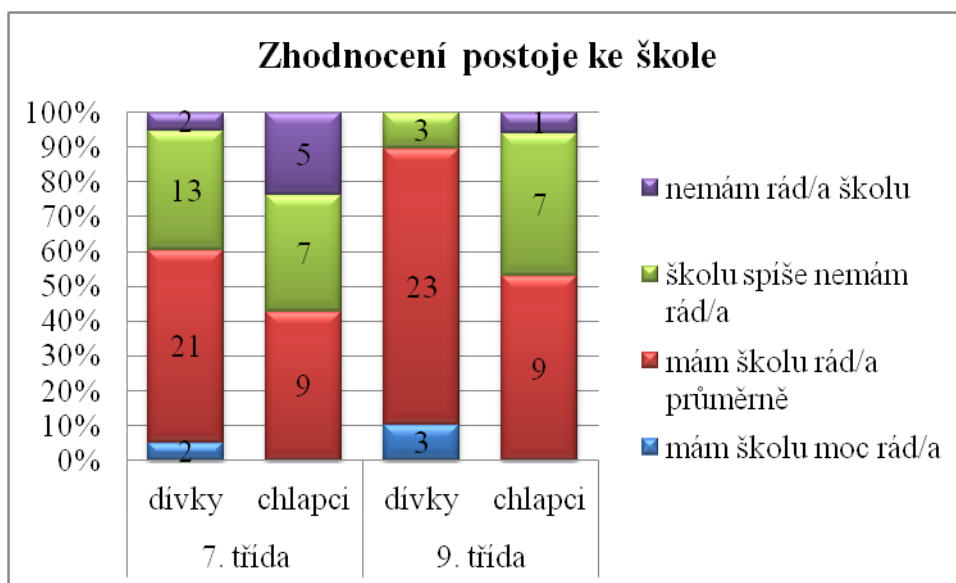
4.4.3 Škola a vzdělání

Cílem této kapitoly je vymezit obecný vztah dítěte ke škole. První otázka tedy jasně směřuje ke zhodnocení subjektivního postoje žáka či žákyně ke škole. Součástí školy je také třídní kolektiv a pocit žáka či žákyně, zda se cítí být jeho součástí, rozumí si s ostatními dětmi ve třídě a zda jej ostatní děti ve třídě berou takového/takovou jaký je.

Škola by být prostředním, kde se cítí dítě bezpečně a kde se mu v případě nouze dostane pomoci. Nadále se budu zabývat, v jaké míře jsou podle dětí učitelé féroví a spravedliví ve svých rozhodnutích. Školní výsledky jsou často spojovány s velkými nároky rodičů – zajímá mne, jak tyto požadavky vnímají děti a jak je to v jejich případě.

Této kapitoly se konkrétně v dotazníku týkaly otázky č. 28 a 29.

Graf č. 51: Jak bys zhodnotil/a svůj postoj ke škole? (dotazník – otázka č. 28)

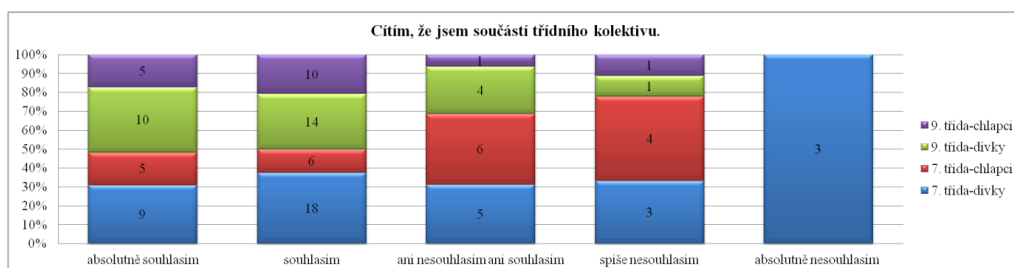


Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z dotazníkového šetření vyplývá, že školu „má moc rádo“ pouze 6 % a 11 % dívek sedmé a deváté třídy. Chlapci nejčastěji volili možnost „mám školu průměrně rád“ – sedmá třída – 43 % a 53 % devátá třída. Jako velmi zajímavé vidím oblast „školu spíše nemám ráda“, které se více či méně vyskytuje u všech věkových skupin pohlaví. Celkem 34 % dívek 33 % chlapců na sedmém stupni a 10 % dívek a 41 % chlapců na devátém stupni. Určitý druh vývoje můžeme vidět u dívek, kdy se v sedmé třídě vyskytují dvě dívky, které školu nemá vůbec rádo a v deváté třídě tady není ani jedná taková odpověď. Podobné je to chlapců. V sedmé třídě nemá rádo školu pět chlapců a v deváté už jenom jeden.

Následně se zaměříme na jednotlivá tvrzení, která mohou mít jistý vliv, ať už pozitivní či negativní, na další aspekty dětského vývoje a pojetí různých oblastí života. Např. můžeme uvést přístup ke škole, studiu, mezilidským vztahům, postojů, hodnotovému systému.

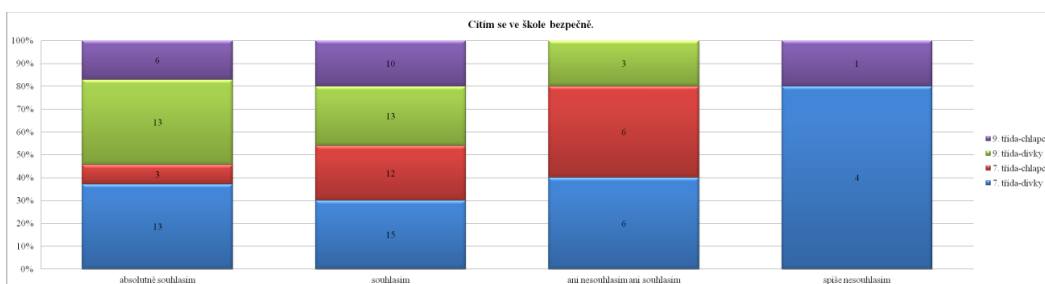
Graf č. 52 k tvrzení: Cítím, že jsem součástí třídního kolektivu. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

S uvedeným tvrzením absolutně souhlasí celkem 28 % dotázaných, dalších 46 % souhlasí, 15 % se nemůže rozhodnout k jaké části se přiklonit a spíše a absolutně nesouhlasí celkem 11 % žáků, mezi nimiž jsou tři dívky ze sedmých tříd.

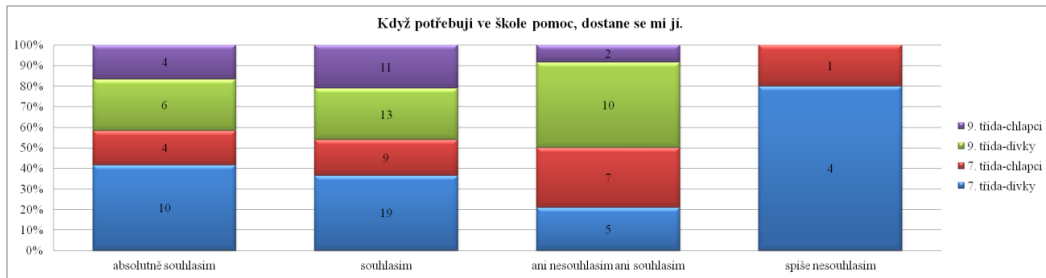
Graf č. 53 k tvrzení: Cítím se ve škole bezpečně. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 33 % dotazových osob absolutně souhlasí s tvrzením, že se cítí ve škole bezpečně. Dalších 48 % souhlasí, zbylých 19 % se nemůže rozhodnout anebo nesouhlasí. V poslední jmenované skupině převládají dvě skupiny, konkrétně se jedná o čtyři dívky sedmých tříd a jednoho chlapce z deváté třídy.

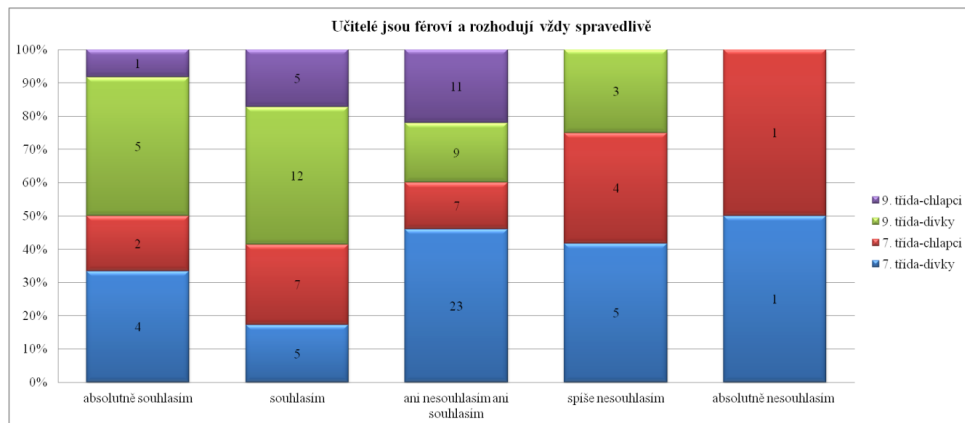
Graf č. 54 k tvrzení: Když potřebuji ve škole pomoc, dostane se mi jí. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 23 % absolutně souhlasí, že když ve škole potřebuji, tak se jim dostane pomoc, kterou žádají. Souhlasí celkem 49 %, což je skoro polovina dotazovaných osob, která je zastoupena z větší části hlavně dívkami sedmých a devátých tříd. S tvrzení spíše nesouhlasí 5 % dětí, zastoupených čtyřmi dívkami a jedním chlapcem ze sedmých tříd.

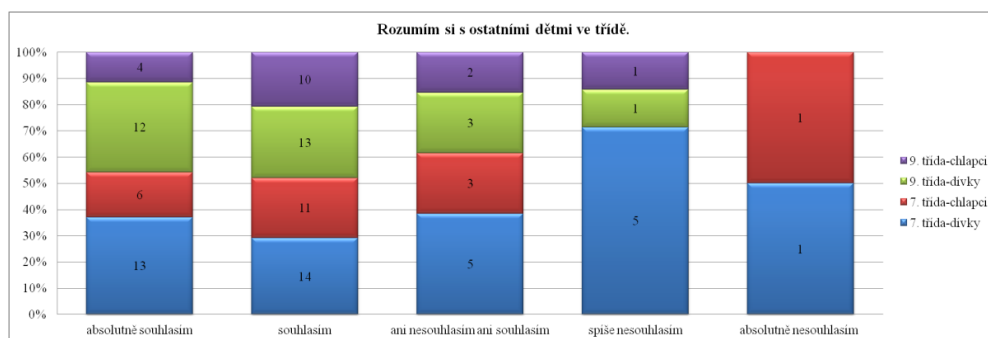
Graf č. 55 k tvrzení: Učitelé jsou féroví a rozhodují se vždy spravedlivě. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Zda jsou učitelé féroví a rozhodují vždy spravedlivě, si není jisto celkem 50 respondentů, což představuje 48 % z celkového počtu. Absolutně nesouhlasí jedna dívka a jeden chlapec ze sedmé třídy. Absolutně souhlasí pouze 11 % všech žáků – tedy 9 dívek a 3 chlapci. Souhlasí 28 % dětí, mezi nimiž je celkem 17 dívek a 12 chlapců.

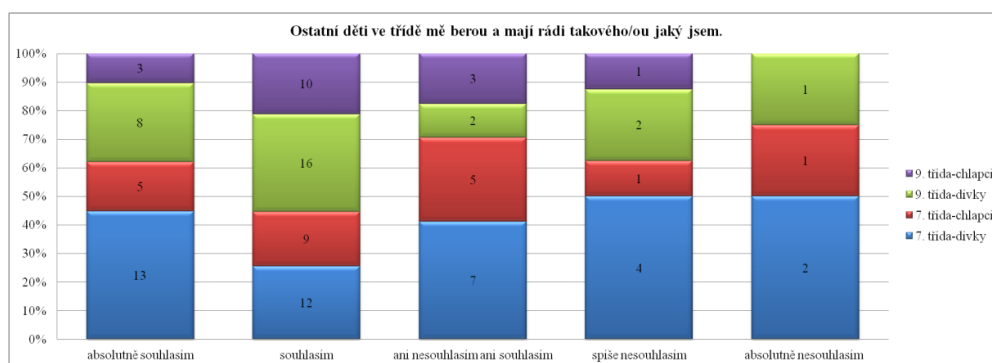
Graf č. 56 k tvrzení: Rozumím si s ostatními dětmi ve třídě. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Absolutně souhlasí a s ostatními dětmi ve třídě si rozumí celkem 33 % žáků, převažují mezi nimi především dívky sedmých a devátých tříd. Odpověď „souhlasím“ označilo celých 46 % dotazovaných osob. Odpovědi jsou více či méně v této oblasti vyvážené. Oproti tomu s tímto tvrzením nesouhlasí celkem 6 dívek a jeden chlapec. Absolutně nesouhlasí dívky a chlapci sedmých tříd.

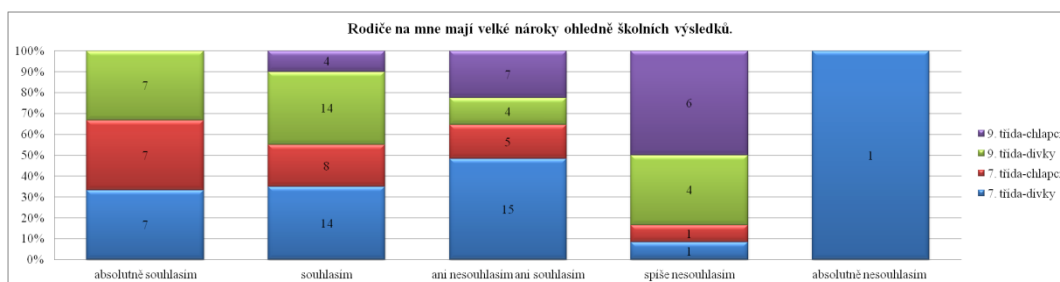
Graf č. 57 k tvrzení: Ostatní děti ve třídě mě berou a mají rádi takového/takovou jaký/jaká jsem. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z výzkumu vyplynulo, že souhlasí 45 % dotazovaných, přičemž absolutně souhlasí pouze 28 % a jako hlavní skupinu lze označit dívky ze sedmé třídy. Zbýlých 27 % je zastoupeno zbývajícími odpověďmi.

**Graf č. 58 k tvrzení: Rodiče na mne mají velké nároky týkající se školních výsledků.
(dotazník – otázka č. 29)**



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celých 38 % dotazovaných uvedlo, že souhlasí s tím, že na ně rodiče mají velké nároky ohledně školních výsledků. 30 % dotazovaných se nemohlo rozhodnout a označilo odpověď „ani nesouhlasím, ani souhlasím“. Reakce „spíše nesouhlasím“ byla zaznamenána 11 % dětí. Možnost „absolutně nesouhlasím“ zvolila jedna dívka ze 7. třídy.

Tabulka č. 14: Srovnání výsledků výzkumů v otázce vysokých požadavků rodičů na školní výsledky dětí

		Žáci, kteří odpověděli, že na ně mají rodiče vysoké nároky týkající se školních výsledků	
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	21%	40%
	chlapci	71%	44%
9. třída	dívky	72%	34%
	chlapci	24%	39%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

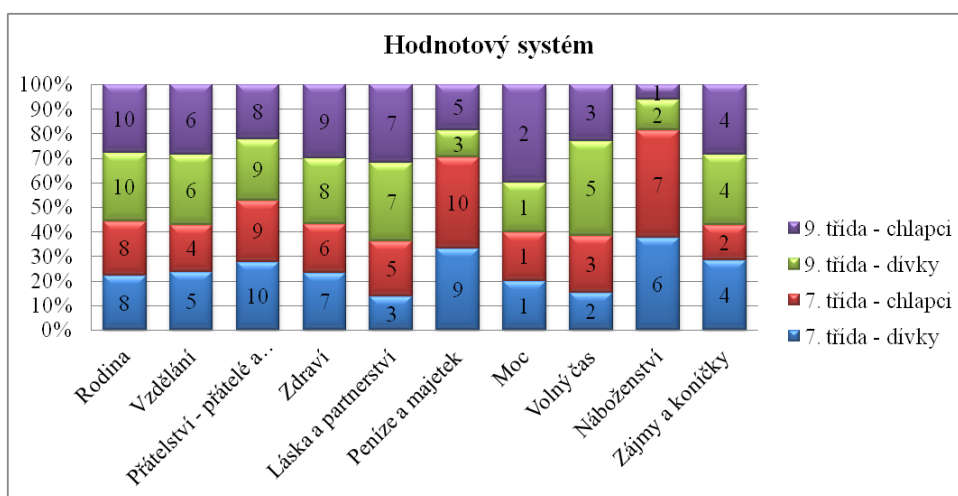
Z výzkumného šetření na ZŠ Trávníky Vsetín vyplývá, že největší nároky rodičů na školní výsledky pociťují především chlapci sedmých tříd a dívky tříd devátých. Výzkum HBSC se shoduje na vzorek chlapců sedmých tříd a nadále uvádí dívky stejného stupně základní školy.

4.4.4 Socializace a mezilidské vztahy

Oblast socializace neboli zapojování dítěte do společnosti je velmi významným procesem, který se odráží především na jeho psychickou stránku. Budu se zajímat o počet blízkých kamarádů, oblast navazování nových kontaktů, mírou spokojenosti se životem, pocity užitečnosti, osamělosti, sebevědomí, deprivací atd. Se socializací jistě souvisí hodnotový systém dětí, který budu hlouběji zkoumat a budu se jím zabývat.

Této kapitoly se konkrétně v dotazníku týkaly otázky 27 a 29.

Graf č. 59: Uved' k následujícím hodnotám čísla 1 -10 podle toho, jak jsou pro Tebe důležité. (dotazník – otázka č. 27)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Jak je z dotazníkového šetření patrné rodině dává přednost jen 36 respondentů. Daleko důležitější je pro žáky a žákyně oblast přátelství, rodina je v žebříčku hodnot až na druhém místě. Na grafu můžeme vyčíst, že některé hodnoty – např. rodina s věkem rostou a některé naopak ztrácejí na významu. Podrobněji se tomuto tématu věnuji v následující tabulce.

Tabulka č. 15: Hodnotový systém dětí (dotazník – otázka č. 27)

Hodnotový systém žáků 7. a 9. tříd ZŠ Trávníky Vsetín (v %)				
	7. třída		9. třída	
	dívky	chlapci	dívky	chlapci
Rodina	12	11	15	16
Vzdělání	9	8	10	11
Přátelství - přátelé a kamarádi	21	19	13	13
Zdraví	10	9	12	15
Láska a partnerství	7	8	12	12
Peníze a majetek	16	17	8	8
Moc	3	4	6	5
Volný čas	6	7	9	8
Náboženství	9	11	6	4
Zájmy a koníčky	7	6	9	8

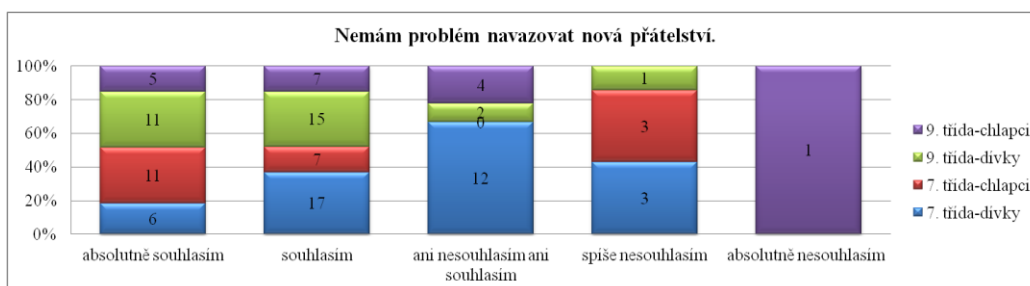
Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Dotazníkovým šetřením bylo zjištěno, že celkem 16 % všech dotazovaných považuje za nejdůležitější přátelství, tedy přátele a kamarády. Druhou nejvýznamnější hodnotou – celkem 13 % je rodina, následují peníze a majetek s hodnotou 12 %, dále pak s 11 % zdraví, láska a partnerství s 10 %. Pod 10 % má pak vzdělání, zájmy a koníčky, volný čas, náboženství a na posledním místě je moc s 5 %.

Zajímavým je 8% pokles úrovně u hodnoty přátelství a také u hodnoty peníze a majetku (8 %) v porovnání dívek v sedmé a deváté třídě. Ostatní hodnoty v souvislosti s věkem mírně klesají nebo naopak stoupají a dostávají se do popředí.

U chlapců 9. tříd vzrostla oproti žákům 6. třídy především hodnota rodiny (o 5 %), zdraví (o 6 %) a lásky a partnerství (4 %). Naopak klesají hodnoty typu peníze a majetek (o 9 %) a náboženství (o 7 %). Jako velmi zajímavý se jeví pokles hodnoty přátelství a to dokonce o 6 %.

Graf č. 60 k tvrzení: Nemám problém navazovat nová přátelství. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 31 % všech výše (Graf č. 60) uvedených respondentů (Graf č.60) absolutně souhlasí a 44 % souhlasí s tvrzením, že nemají problém navazovat nová přátelství. 17 % respondentů, mezi nimiž je 14 dívek a 4 chlapci, nemohou ani souhlasit, ale ani nesouhlasit s uvedeným tvrzením. Celkem 7 osob spíše nesouhlasí a jeden chlapec z deváté třídy absolutně nesouhlasí.

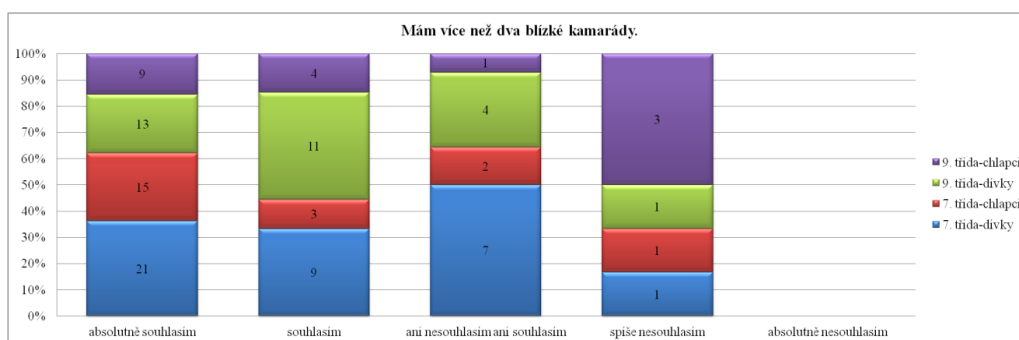
Tabulka č. 16: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti bezproblémového navazování nového přátelství

Žáci, kteří odpověděli, že nemají problém navazovat nová přátelství.			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	61%	72%
	chlapci	86%	74%
9. třída	dívky	90%	68%
	chlapci	70%	73%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Nejmenší problémy s navazováním nových kontaktů mají dle mého výzkumu dívky devátých tříd, které jsou podle výzkumu HBSC na tom s navazováním nových přátelství nejhůře. Zajímavé je porovnání mezi hodnotami u dívek sedmých a devátých tříd, kdy je dle mého výzkumu uvedeno, že hodnoty stoupají, zatímco u výzkumu HBSC klesají až o několik procent (ze 72 % na 68 %). U obou výzkumů je více či méně zřejmá klesající tendence bezproblémového navazování nových přátelství u chlapců devátých tříd.

Graf č. 61 k tvrzení: Mám více než dva blízké kamarády. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 55 % dětí absolutně souhlasí a 26 % souhlasí s tím, že mají více než dva blízké kamarády. V uvedených kategoriích jsou zastoupeny všechny čtyři skupiny respondentů. Celkem 14 osob, tedy 13 %, nemůže ani souhlasit ani nesouhlasit. Je možné, že mají kamaráda pouze jednoho nebo naopak více. Spíše nesouhlasí 6 % osob, tedy dvě dívky a čtyři chlapci. Absolutně nesouhlasí nula procent respondentů.

Tabulka č. 17: Srovnání výsledků výzkumů v tvrzení dětí, že mají více než dva blízké přátele

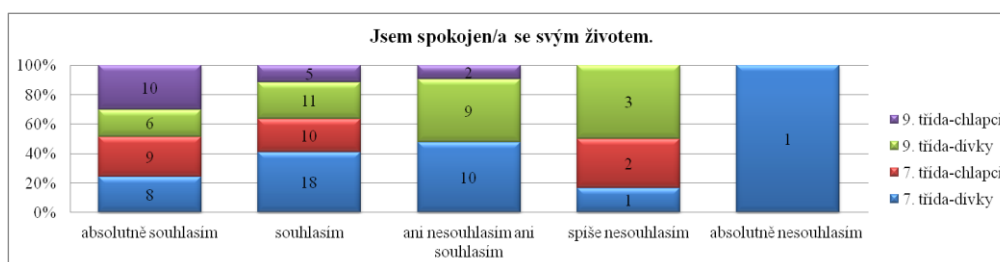
Žáci, kteří odpověděli, že mají více než 2 blízké přátele.			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	79%	79%
	chlapci	86%	80%
9. třída	dívky	83%	77%
	chlapci	76%	78%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky

studie HBSC z roku 1994

Více než 2 blízké kamarády má dle výzkumu HBSC 80 % dotazových chlapců, přičemž ve výzkumu z roku 2014 má více než 86 % dotazových chlapců dva až více blízkých kamarádů. Blízkých přátel má také procentuálně více dívek v deváté třídě než v sedmé – jak ukazuje dotazníkové šetření na ZŠ Trávníky Vsetín. U výzkumu HBSC má tendence spíše klesající charakter.

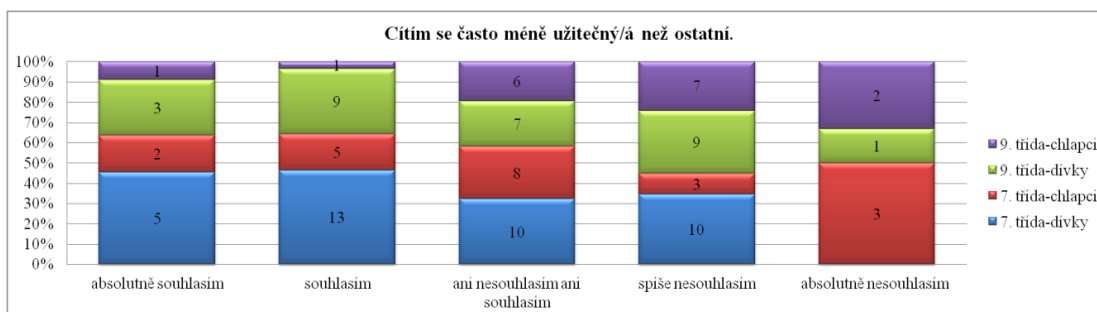
Graf č. 62 k tvrzení: Jsem spokojen/a se svým životem. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 31 % dotazovaných absolutně souhlasí a 42 % souhlasí s tvrzením, že je spokojeno se svým životem. Naopak spíše nesouhlasí celkem 6 osob – tedy 6 %, mezi nimiž jsou 4 dívky a 2 chlapci. Absolutně nesouhlasí jedna dívka.

Graf č. 63 k tvrzení: Cítím se často méně užitečný/á než ostatní. (dotazník – otázka č. 29)Abul



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 10 % dotazovaných absolutně souhlasí a nebo 27 % souhlasí často se cítí být méně užiteční/užitečné než ostatní. Skupina je zastoupena ve větší míře dívkami – a to v počtu 8 a 22 dívek. Celkem 31 respondentů, tedy 29 %, označilo odpověď „ani nesouhlasím, ani souhlasím“. Zbývajících 34 % spíše nebo absolutně nesouhlasí s tímto tvrzením.

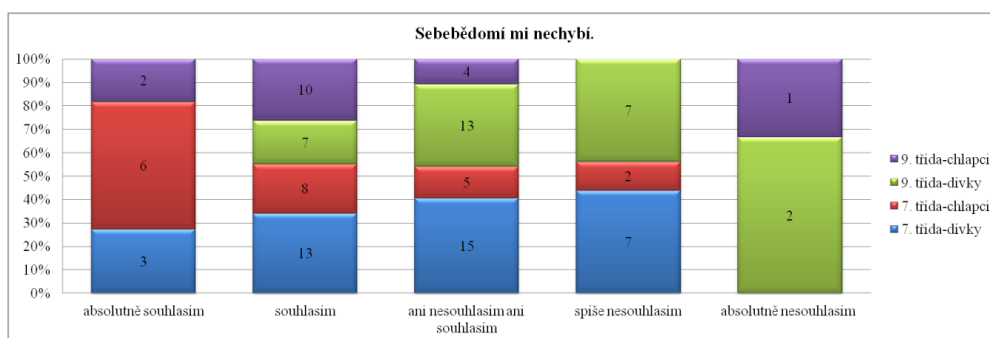
Tabulka č. 18: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti pocitů žáků, kteří se cítí často méně užiteční než ostatní jejich vrstevníci.

Žáci, kteří odpověděli, že se cítí často méně užiteční než ostatní.			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	74%	9%
	chlapci	34%	8%
9. třída	dívky	41%	7%
	chlapci	12%	5%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Nejvíce s tímto tvrzením souhlasily dotazované dívky – žákyně sedmých tříd a to v hodnotě až 74 %. Tato tendence klesá spolu s věkem. Téměř až o polovinu, stejně jako u dotazovaných chlapců ZŠ Trávníky Vsetín. Výzkum HBSC zaznamenává podobné klesající tendence s postupem věku jak u dívek, tak u chlapců.

Graf č. 64 k tvrzení: Sebevědomí mi nechybí. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Nejvíce respondentů zvolilo možnost „souhlasím“ s 36 % a dále pak 35 % „ani nesouhlasím ani souhlasím“, jelikož jim sebevědomí buď nechybí, nebo si nejsou jisti jak v kterých situacích. Absolutně nebo spíše nesouhlasilo celkem 19 respondentů, tedy 18 %, zejména pak 16 dívek a 9 chlapci.

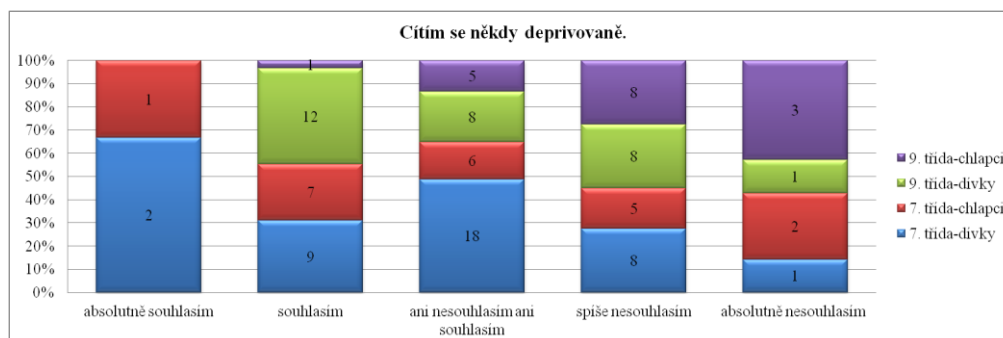
Tabulka č. 19: Srovnání výsledků výzkumů v odpovědi týkající se žáků, kterým nechybí sebevědomí.

Žáci, kteří odpověděli, že jim nechybí sebevědomí.			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	42%	14%
	chlapci	67%	23%
9. třída	dívky	24%	12%
	chlapci	71%	24%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Z Tabulky č. 19 můžeme vyčíst, že nízké sebevědomí je typické především pro respondenty mužského pohlaví, podobný jev zachycuje výzkum HBSC. Podobná je situace u dívčího pohlaví. Daleko sebevědoměji se cítí dívky sedmých tříd.

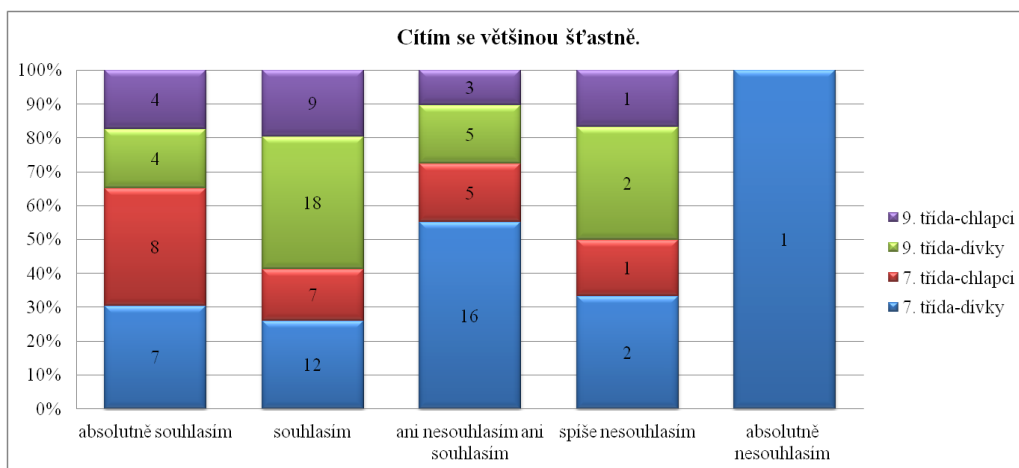
Graf č. 65 k tvrzení: Cítím se někdy deprivovaně. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Většina dětí si u tohoto tvrzení (viz Graf. 65) nevěděla pravděpodobně dle výsledků rady a proto označila „zlatou střední cestu“ v podobě odpovědi „ani nesouhlasím, ani souhlasím“ – konkrétně se jedná o 35 %. Druhou nejpočetnější skupinu tvořila odpovědi s 28 % v podobě „spíše nesouhlasím“. Absolutně souhlasily pouze 3 osoby – tedy 3 %. S tím, že se cítí někdy deprivovaně, souhlasilo celkem 29 osob – 27 %. Nejrozsáhlejší skupinou jsou dívky. Absolutně nesouhlasilo celkem 7 dětí – 7 %.

Graf č. 66 k tvrzení: Cítím se většinou šťastně. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

S tvrzením „absolutně souhlasil“ a „souhlasilo“ celkem 66 % všech respondentů. 27% respondentů si vybralo odpověď „ani souhlasím ani nesouhlasím“. Většinou šťastně se dle dotazníkového šetření spíše a absolutně necítí celkem 7 % dotazovaných dětí.

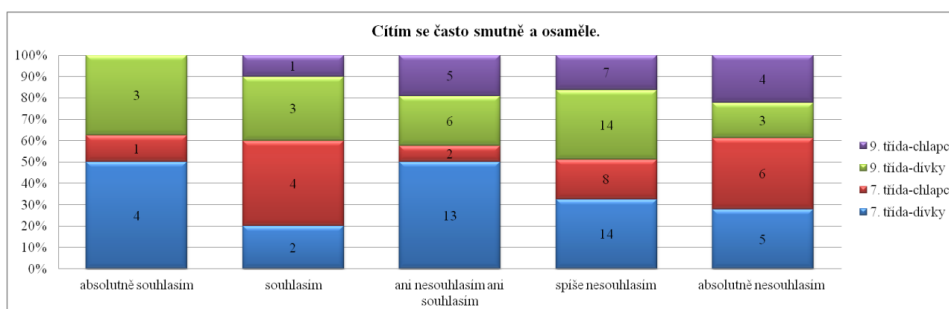
Tabulka č. 20: Srovnání výsledků výzkumů týkající se oblasti žáků, kteří odpověděli, že jsou se svým životem šťastní.

Žáci, kteří odpověděli, že jsou se svým životem šťastní.			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	50%	11%
	chlapci	71%	12%
9. třída	dívky	76%	13%
	chlapci	76%	13%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Pokud se podíváme na výše uvedenou Tabulku č 20, zjistíme, že přestože je počet respondentů u výzkumů různý, výsledky jsou podobné. Jedná se především o vzestupnou tendenci respondentů, kteří v sedmé třídě (zejména dívky) v menším procentu označily, že jsou šťastné se svým životem. Nejvyšší počty (totožné) můžeme vidět u chlapců a dívek devátých tříd, kteří se cítí ze 3/4 šťastní se způsobem svého života.

Graf č. 67 k tvrzení: Cítím se často smutně a osaměle. (dotazník – otázka č. 29)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Dle výsledků dotazníkového šetření se často smutně a osaměle cítí celkem 17 % - tedy respondentů, kteří označili odpověď „absolutně souhlasím“ a „souhlasím“. 41 % dětí odpovědělo, že s tímto tvrzením spíše nesouhlasí, přičemž dalších 17 % uvedlo, že s tvrzením absolutně nesouhlasí.

Tabulka č. 21: Srovnání výsledků výzkumů u odpovědí žáků, kteří uvedli, že se cítí občas smutně či osaměle.

Žáci, kteří odpověděli, že se občas cítí smutně a osaměle.			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	16%	14%
	chlapci	24%	11%
9. třída	dívky	21%	22%
	chlapci	6%	14%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

Nejméně často nešťastní či smutní jsou dle mého dotazníkového šetření chlapci devátých tříd, u výzkumu HBSC jsou to naopak chlapci sedmých tříd a v závěsu za nimi to jsou chlapci tříd devátých. Poměrně velké procento můžeme najít u dívek devátých tříd či sedmých tříd. Největší procento je však dle mého výzkumu u chlapců 7. tříd.

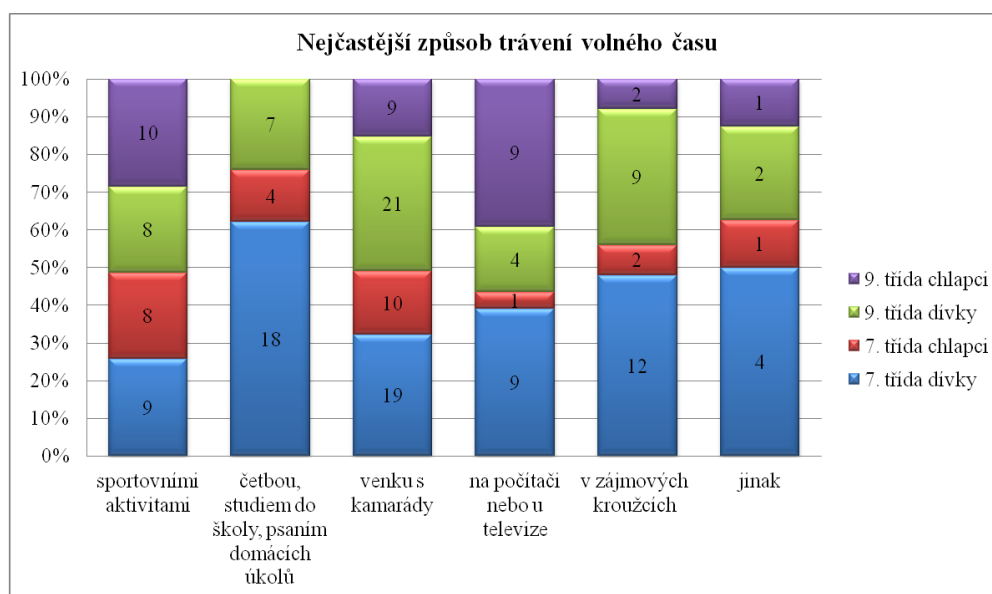
4.4.5 Volný čas a média

V této kapitole se zaměřím především na způsob trávení volného času, rozdíly volnočasových aktivit jednotlivých pohlaví, oblastí sportu a zdravého trávení volného času. V souvislosti s tímto mne dále zajímá počet času stráveného u počítače, televize ve všedních i volných dnech. Nadále se zabývám činností, kterou nejčastěji děti na počítači tráví.

Další oblastí jsou sociální sítě, které jsou dnes velmi oblíbené. Konkrétně se zaměřím na Facebook, druhy činnosti, které děti na sociálních sítích nejčastěji vykonávají a odkud se všeobecně na internet nejčastěji připojují.

Této kapitoly se konkrétně v dotazníku týkaly otázky 7, 8, 9, 10a, 10b, 10c, 10d, 11, 12, 13, 14.

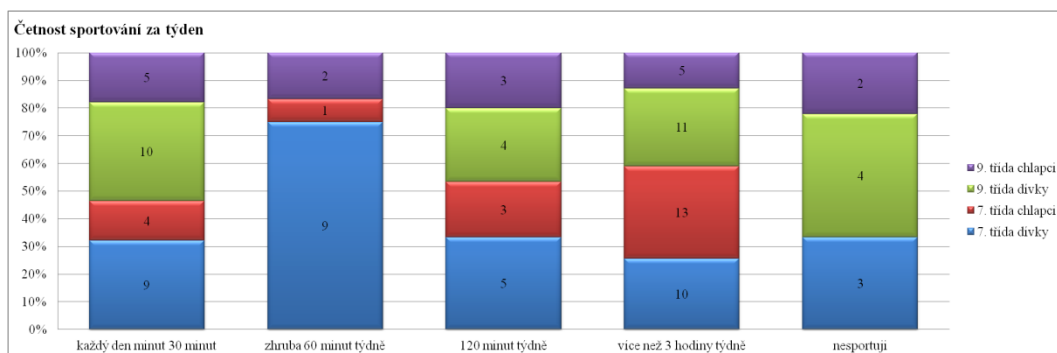
Graf č. 68: Jak nejčastěji trávíš svůj volný čas? (dotazník – otázka č. 7, možnost až dvou odpovědí)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Dle výsledků dotazníkového šetření lze říci, že 33 % respondentů tráví svůj volný čas venku s kamarády, jedná se hlavně o dívky v celkovém počtu 40 osob a 19 chlapců. Druhou nejvíce praktikovanou činností jsou sportovní aktivity – jedná se o 20 %. Tuto činnost uvedlo jako nejčastější více chlapců než dívek. Jako třetí nejčastější byla zvolena aktivita přípravy a studia do školy, psaní domácích úkolů či četba materiálů a to v celkové hodnotě 16 %. V zájmových kroužcích tráví volný čas 14 % dětí. U televize či počítače pak 13 % všech dotazovaných. Celkem 4 % dětí uvedlo, že tráví svůj volný čas „jinak“ – tedy *pomáháním rodičů doma nebo na zahradě, trávením času doma nebo venku s maminkou nebo rodinou, nechávají projeviti svoji fantazii a něco aktivně tvoří, tancem či s přítelem nebo přítelkyní.*

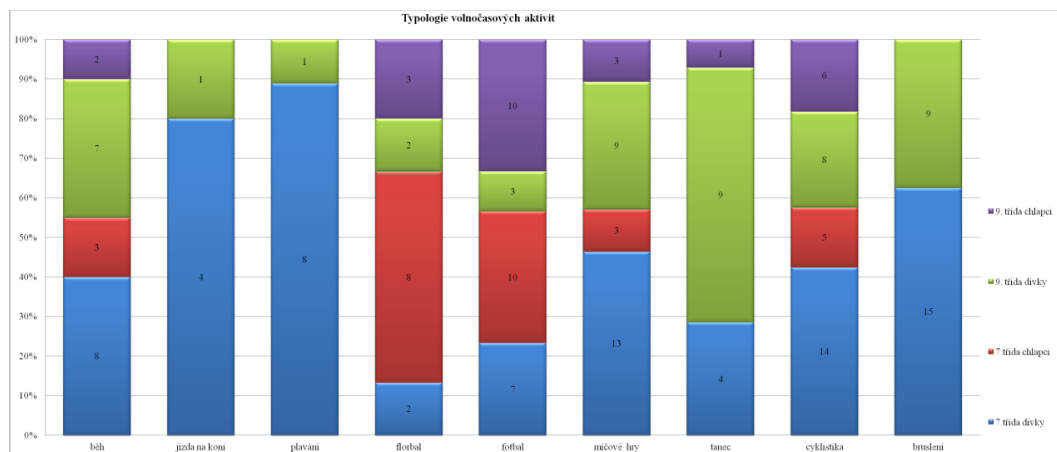
Graf č. 69: Jak často sportuješ za týden? (dotazník – otázka č. 8)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Více než 3 hodiny týdně sportuje celkem 34 % dotázaných dětí. Každý den minimálně 30 minut jich pak sportuje ještě více a to 35 % - převažují především dívky – tedy 19 osob. Celkem 23 % dětí sportuje 60 nebo 120 minut týdně a 8 % nesportuje vůbec. Mezi poslední jmenovanou skupinu můžeme zařadit 7 dívek a 2 chlapce.

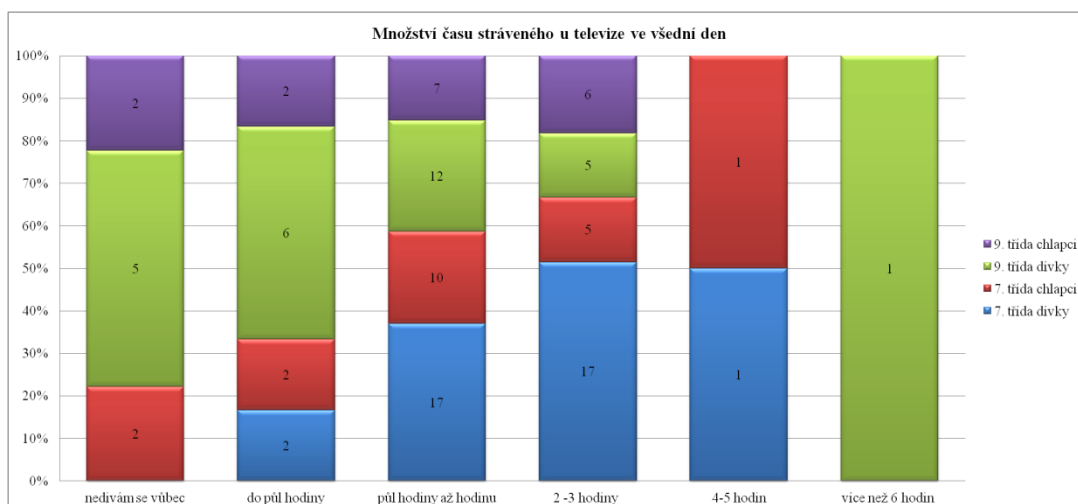
Graf č. 70: Jaká je Tvoje oblíbená sportovní aktivita? (dotazník – otázka č. 9, otevřená otázka)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Otázka oblíbená sportovní aktivita byla otázkou otevřenou, tudíž měli žáci možnost vyjádřit své oblíbené činnosti či aktivity. Z uvedené tabulky můžeme vyčíst, že mezi neoblíbenější patří bruslení, cyklistika, běh, fotbal a florbal, míčové hry, tanec, plavání, jízda na koni a mnohé další.

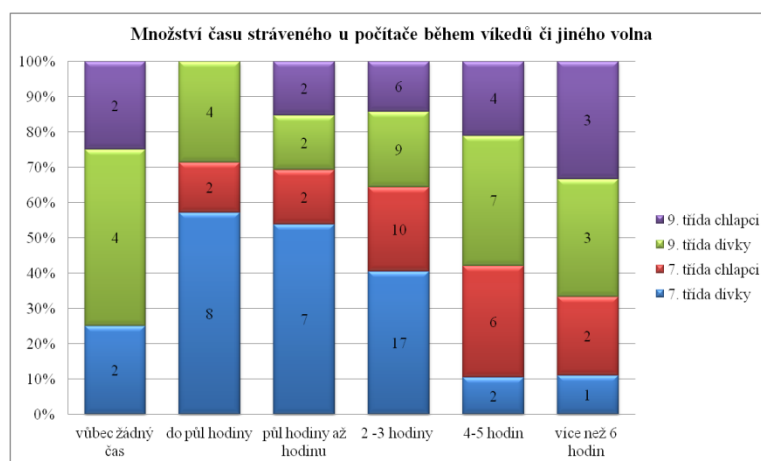
Graf č. 71: Kolik času denně strávíš u televize ve všední den? (dotazník – otázka č. 10a)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že celkem 45 % všech dotazovaných dětí stráví ve všední den u televize denně půl hodiny až hodinu. Druhá skupina 32 % dětí stráví denně u televize dvě až tři hodiny – jedná se zejména o 17 dívek a 5 chlapců sedmých tříd, a 5 dívek a 6 chlapců devátých tříd. Více než 5 až 6 hodin denně u televize stráví pouze 2 %, tedy jeden chlapec a jedna dívka. Více než 6 hodin u televize denně stráví 1 dívka z deváté třídy. Graf zajímavě znázorňuje, že čím jsou žáci starší, tím méně času u televize tráví ve všedních dnech.

Graf č. 72: Kolik času denně strávíš u televize během víkendů či jiného volna? (dotazník – otázka č. 10b)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Dle výsledků výzkumu stráví děti u televize o svátcích, volnech či v době prázdnin 2 až 3 hodiny – celkem 40 %. Až 18 % dětí stráví u televize v tento čas 4 až 5 hodin času denně – jedná se konkrétně o 9 dívek a 10 chlapců.

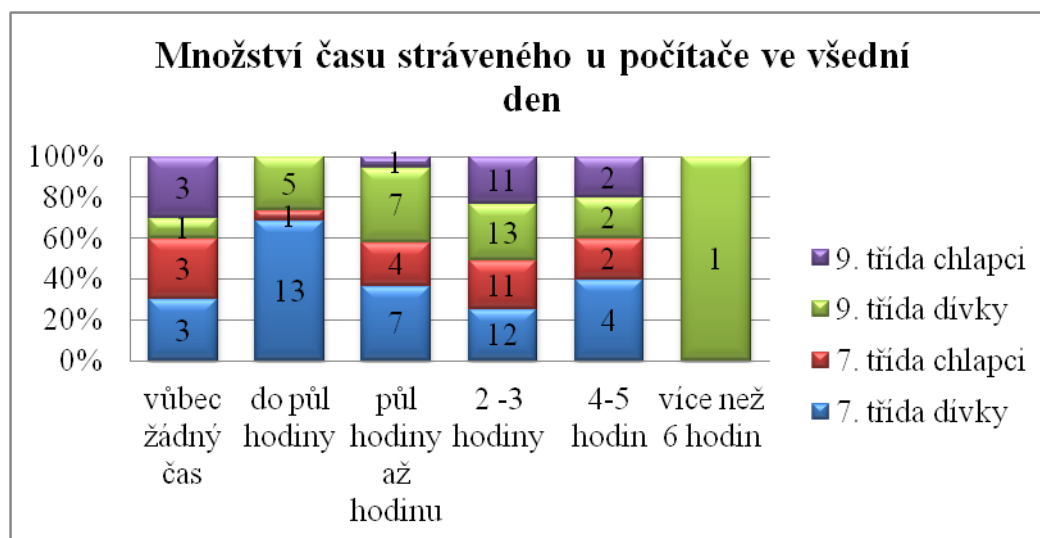
Více než 6 hodin denně u televize (viz Graf č. 72) ve volných dnech stráví 9 % dětí – opět zejména převažuje počet chlapců. Celkem 33 % dětí nestráví u televize v těchto dnech žádný čas, do půl hodiny nebo max. půl hodiny až hodinu. Jedná se o 20 dívek a pouze 4 chlapce. Z výsledků šetření vyplývá, že u televize tráví čas ve volných dnech více chlapců než dívek.

Tabulka č. 22: Srovnání výsledků výzkumů u žáků, kteří se dívají na televizi denně více než 4 hodiny.

Žáci, kteří sledují televizi více než 4 hodiny denně (všední dny)			
		Výzkum ZŠ Trávníky Vsetín	Výzkum HBSC z roku 1994
7. třída	dívky	3%	25%
	chlapci	4%	38%
9. třída	dívky	4%	14%
	chlapci	0%	22%

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014 a výsledky studie HBSC z roku 1994

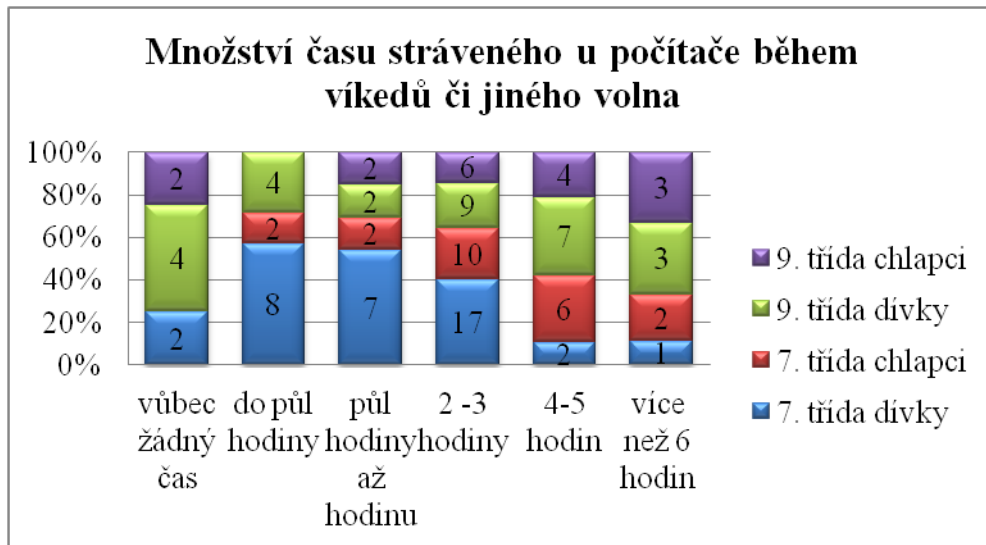
Graf č. 73: Kolik času denně strávíš počítače ve všední den? (dotazník – otázka č. 10c)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z výsledků šetření vyplývá, že nejvíce času tedy 44 % všech dětí tráví u počítače denně 2 až 3 hodiny, když se podíváme na výše uvedený graf, jde o rovnoměrné zastoupení mezi všemi čtyřmi skupinami. 36 % respondentů zde denně stráví buď půl hodinu až hodinu nebo čas do půl hodiny – skupina je charakteristická strukturou dívčího pohlaví – jde celkem 32 dívek. 10 % dětí nestráví ve všedních dnech u počítače vůbec žádný čas a dalších 9 % 4 až 5 hodin. Více než 6 hodin stráví denně u počítače jedna dívka deváté třídy - tedy 1 % z celkového počtu.

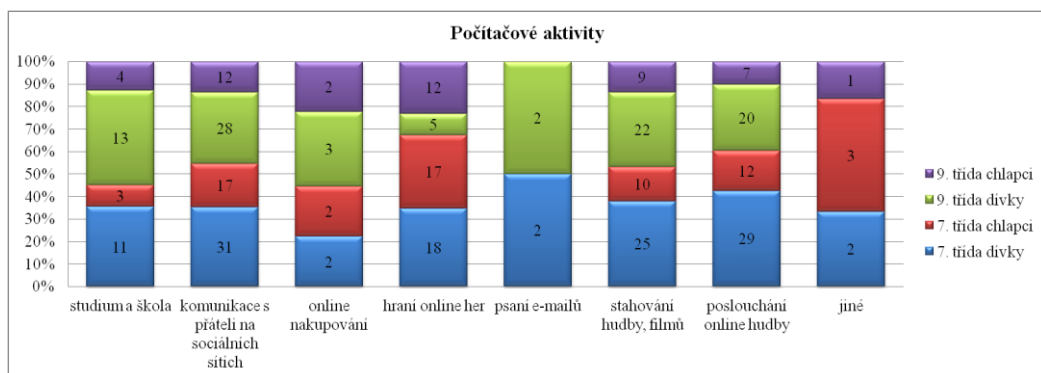
Graf č. 74: Kolik času denně strávíš u počítače během víkendů či jiného volna? (dotazník – otázka č. 10d)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Volný čas u počítače nejčastěji tráví 40 % dětí a to v rozmezí 2 až 3 hodin – převažuje počet dívek 26:16 chlapcům. Druhá nejpočetnější skupina jsou děti, které stráví u počítače 4 až 5 hodin denně a to celkem 18 % - poměr je 9 dívek a 10 chlapců. Vůbec žádný čas, čas do půl hodiny či půl hodiny až hodinu stráví u počítače ve volných dnech celkem 33 %, převažují mezi nimi 22 dívek 8 chlapců. Více než 6 hodin denně u počítače stráví 9 dětí – tedy celkem 9 % - 3 dívky a 5 chlapců.

Graf č. 75: Když jsi na počítači, jaké aktivity převažují? (dotazník – otázka č. 11, možnost až čtyř odpovědí)

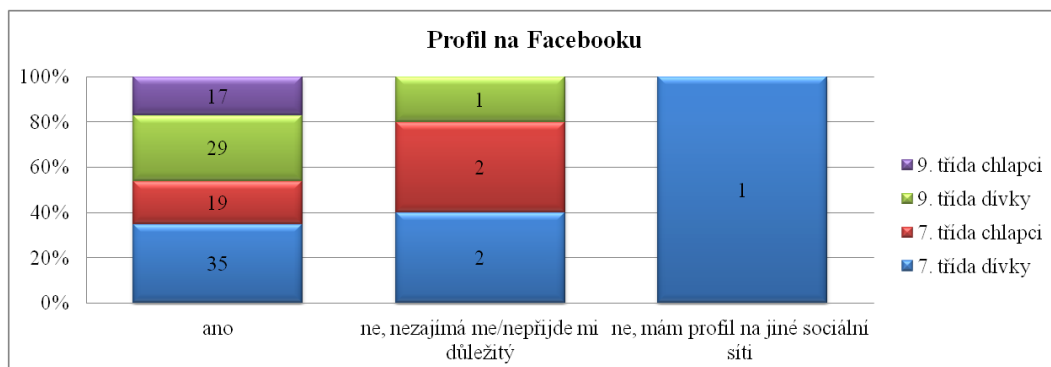


Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Jelikož děti na počítači tráví velké množství volného času, bylo součástí dotazníkového šetření také oblast aktivit a činností, které při práci na počítači převažují. Bylo zjištěno, že až 27 % času děti věnují online komunikaci s přáteli na sociálních sítích.

Celkem 21 % dětí (dle Grafu č. 75) se dále věnuje poslouchání online hudby. 20 % používá počítač především za účelem stahování hudby a filmů. 16 % pak k hraní online počítačových her. 10 % dětí používá počítač ke studiu a školním povinnostem. Zbýlých 6 % používá počítač k online nakupování, psaní e-mailů nebo jiných činností, jako je např. *poslouchání hudby, dívání se na filmy či pohádky, sledování sportovních zápasů, k tvorbě webových stránek nebo programátorství.*

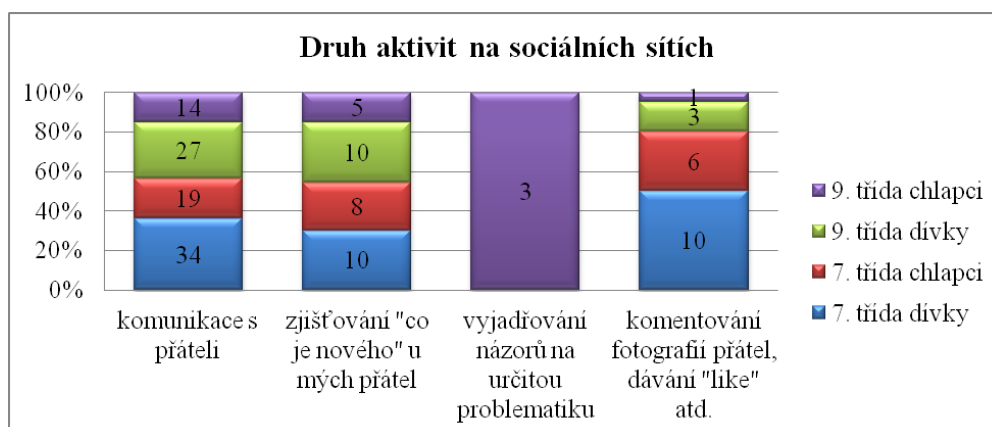
Graf č. 76: Máš založený profil na Facebooku? (dotazník – otázka č. 12)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Celkem 94 % dětí má založený profil na sociální síti Facebook, konkrétně se jedná o 35 dívek a 19 chlapců sedmých tříd a 29 dívek a 17 chlapců devátých tříd. O Facebook se nezajímá a ani nemá založený profil na této sociální síti celkem 5 % dotazovaných dětí – konkrétně 2 dívky a 2 chlapci ze sedmých tříd a jedna dívka z deváté třídy. Profil na jiné sociální síti – na Skype, má založený pouze jedna dívka ze sedmé třídy – tedy 1 %.

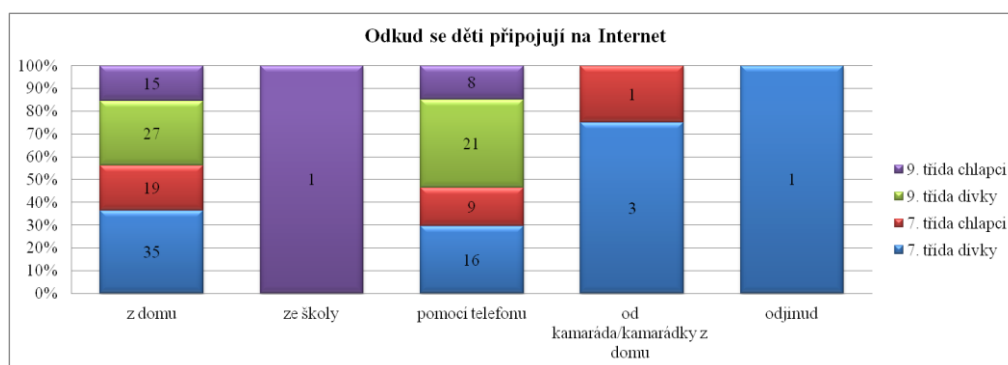
Graf č. 77: Pokud máš založený profil na Facebooku nebo na jiné sociální síti uved', jaké aktivity nejčastěji převažují? (dotazník – otázka č. 13)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Aktivity, které převažují (dle Grafu č. 77), při připojení dětí na Facebook či na jinou sociální síť jsou z 63 % komunikace s přáteli či z 22 % prostředníkem, kterým děti zjišťují co je u jejich kamarádů „nového“. Dále děti sociální síť používají ve 13 % ke komentování fotografií přátel nebo v hodnotě 2 % pro vyjadřování názorů na určitou problematiku.

Graf č. 78: Odkud se nejčastěji připojuješ na Internet? (dotazník – otázka č. 14)



Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

V souvislosti s vývojem technologií a čím dál častějšího užívání médií mne zajímalo, odkud se děti připojují na Internet a zda k tomuto účelu využívají klasicky pouze počítače či zda využívají možnosti tzv. „chytrých telefonů“. Celkem 61 % dotazovaných se připojuje „k síti“ z prostředí domova. Ze školy se připojuje pouze 1 % - tedy jeden žák deváté třídy. Pomocí telefonu se připojuje celkem 35 % dětí, přičemž zbývající 3 % se připojují od kamaráda či kamarádky nebo odjinud - od strýce.

4.5 Diskuse a závěry výzkumu

Obsahem této části předkládané práce je vyhodnocení stanovených předpokladů o výskytu konkrétních jevů, které byly ověřeny empiricky dotazníkovým šetřením. Stanovené předpoklady nejprve vyjmenuji a ke každému z nich napíši podrobný komentář. Současně doplním otázky z dotazníku, které se k té danému předpokladu výskytu konkrétního jevu vztahovaly. Následně uvedu, zda se konkrétní předpoklad potvrdil či nikoliv.

Předpoklad o výskytu č. 1

Dívky sedmých a devátých tříd sportují týdně více času než chlapci sedmých a devátých tříd.

Mezi otázky, které měly ověřit výše zmíněný předpoklad č. 1, patřily ty, které se týkaly demografických údajů respondentů na začátku dotazníku a dále pak otázka č. 8, která se týkala četnosti týdenních sportovních aktivit.

Celkem 92 % dotazovaných dívek sedmých tříd sportuje – z celkového počtu 38 dívek, nesportují pouze 3. Každý den sportuje celkem 25 % - tedy 9 osob. Zhruba šedesát minut týdně sportuje 25 % - tedy 9 osob. Cca 120 minut týdně sportuje celkem 5 dívek – tedy 14 % a více než 3 hodiny týdně sportuje největší část dívek – tedy 10 osob, v celku 28%.

Z dívek devátých tříd, kterých je celkem 29, nesportuje více procent než dívek sedmých tříd – celkem 14% - tedy 4 osoby. Každý den sportuje 30 minut 34 % respondentek – tedy 10 osob. 120 minut týdně sportuje 14 % dívek – konkrétně 4 osoby a více než 3 hodiny týdně sportuje 38 % dívek – tedy 11 osob.

Za dívčí populaci dle výsledků výzkumů v jednotlivých třídách lze shrnout, že vůbec **nesportují celkem 3 dívky a pravidelně sportuje celkem 58 respondovaných dívek a to mezi 30 minutami denně až více než třemi hodinami týdně.**

100% chlapců sedmých tříd, tedy každý z 21 dotazovaných chlapců, se zařadilo do do kategorie – „sportuji“. Celkem 19 % respondentů, tedy 4 chlapci, uvedli, že sportují každý den půl hodiny. Dalších 5 % uvedlo, tedy jeden respondent, uvedl, že sportuje zhruba 60 minut týdně. 120 minut týdně sportuje 14 % chlapců – tedy 3 osoby. Zbytek, tedy 62 % - 13 chlapců, uvedlo, že sportují více než 3 hodiny týdně.

Celkem 12 % chlapců deváté třídy – 2 chlapci z celkového počtu 21 osob uvedlo, že nesportují za týden vůbec. 29 %, tedy 5 osob, uvedlo, že každý den sportují 30 minut. Dalších 12 % dotazovaných uvedlo, že sportují zhruba 60 minut týdně – jedná se o 2 chlapce. Další 3 chlapci, 18 %, uvedli, že sportují 120 minut týdně. Poslední skupinu tvořící 29 % - 5 žáků uvedlo, že sportují více než 3 hodiny týdně.

Za chlapeckou populaci lze říci, že vůbec nesportují celkem 2 chlapci. **Celkem 36 dotazovaných chlapců sedmých a devátých tříd sportuje 30 minut denně až více než 3 hodiny týdně.**

Pro zajímavost mohu zmínit otevřenou otázku dotazníku č. 9, která byla zaměřena na oblíbené sportovní aktivity. Dívky sedmých tříd nejčastěji uváděly bruslení a cyklistiku, chlapci sedmých tříd fotbal a florbal. Dívky devátých tříd nejvíce zmiňovaly bruslení, tanec a míčové hry a chlapci devátých tříd fotbal a cyklistiku.

Závěr: Předpoklad č. 1 se potvrdil.

Předpoklad o výskytu č. 2

Děti 7. tříd tráví u počítače více času o víkendech či v jiných volných dnech než ve všedních dnech.

Mezi otázky, jejímž předmětem bylo ověřit výše zmíněný předpoklad č. 2, patřila nejprve dotazníku č. 7, která se obecně respondentů ptala na jejich způsob trávení volného času. Dále se pak ověření předpokladu týkalo otázek č. 10a a č.10b.

Celkem 17 % dívek sedmých tříd uvedlo, že ve všední den nejčastěji tráví svůj volný čas u televize nebo počítače – konkrétně se jedná o 9 dívek z celkového počtu 38 osob. Oproti tomu, podstatně méně chlapců tráví nejčastěji svůj volný čas u televize či počítače - jedná o 4 %, tedy jednoho žáka (výsledky dotazníkového šetření otázky č. 7).

Dále dívky odpovídaly na otázky týkající se konkrétního počtu hodin v rámci jejich volného času, který stráví denně u televize. Lze říci, že 46 % a 46 % dívek shodně odpovědělo, že u televize denně stráví půl hodiny až hodinu, anebo 2 až 3 hodinu – jedná se o celkový počet 35 dívek. 3 % dívek, tedy 1 dívka, uvedla, že stráví denně u televize 4 až 5 hodin, zatímco 5 % dívek, tedy 2 dívky, stráví u počítače čas do půl hodiny denně.

Ohledně víkendového trávení u televize 61 % dívek z 38 osob, tedy celkem 23 dívek, uvedlo, že dívají na televizi 2 – 3 hodiny denně. 13 % z nich, 5 dívek, uvedlo, že se dokonce dívají 4 – 5 hodin. Celkem 1 dívka, tedy 3 %, uvedla, že nedívá vůbec. Dvě dívky uvedly, že se dívají do půl hodiny denně a 7 dívek uvedlo, že se dívá půl hodinu až hodinu denně.

Celkem 10 % chlapců – 2 chlapci, uvedlo, že se na televizi ve všedních dnech nedívají vůbec. Dalších 10 % - 2 chlapci, uvedlo, že se dívají na televizi denně do půl hodiny, 50 % - tedy 10 žáků odpovědělo, že se sleduje denně televizi půl hodiny až hodinu. Denně 2 – 3 hodiny u televize stráví 25 % dotazovaných – 5 chlapců a 4 – 5 hodin 5 % chlapců – 1 osoba.

O víkendu se chlapci dívají na televizi v největší míře 2 – 3 hodiny – celkem 43 %, 9 osob, pak do půl hodiny denně – celkem 29 %, 6 osob. Půl hodiny až hodinu televizi ve volných dnech věnuje 14 % chlapců, 3 chlapci. Celkem 4 – 5 hodin se dívá 5 %, konkrétně jeden chlapec a více než 6 hodin denně se dívá 9 % - tedy 2 chlapci.

Tabulka č. 23: Počet hodin strávených u televize žáky 7. tříd ZŠ Trávníky Vsetín

Počet hodin strávených u televize žáky 7. tříd ZŠ Trávníky Vsetín		
	všední dny (v %)	víkendy (v %)
nedívám se vůbec	4	2
do půl hodiny	7	14
půl hodiny až hodinu	48	17
2-3 hodiny	39	54
4-5 hodin	2	10
více než 6 hodin	0	3

Zdroj: dotazníkové šetření v 7. a 9. třídách ZŠ Trávníky Vsetín, 2014

Z výše uvedené tabulky můžeme vidět, že počet osob, které se na televizi nedívají vůbec, o víkendu stoupá. Tuto změnu můžeme přisuzovat jinému způsobu trávení víkendů. Naproti tomu se o volných dnech téměř dvojnásobně zvyšuje procento, a to u pole dívám se na televizi „do půl hodiny“. Zajímavé je srovnání u dalších dvou polí „půl hodiny až hodinu“ a „2 – 3 hodiny“. Kdy se hodnota procenta u první jmenované odpovědi snižuje celkem o 31 % a zároveň u ostatních tří odpovědí zvyšuje na 54 %, 10 % a 3 %. Ze srovnání vyplývá, že o víkendech děti sedmých tříd tráví více času u televize než o víkendech.

Dle výsledků podrobného výpočtu děti o víkendech tráví u televizních přijímačů průměrně o jednu hodinu a půl více času než ve všedních dnech.

Závěr: Předpoklad č. 2 se potvrdil.

Předpoklad o výskytu č. 3

Poměrově více dívek 7. tříd drží dietu nebo omezují příjem některých potravin než dívky v 9. třídách.

Otázka, která směřovala ke zjištění, zda dívky drží dietu nebo omezují záměrně příjem nějakých potravin či konkrétních jídel, byla v dotazníku otázkou s číslem 24. Výše uvedený předpoklad ověřím na základě podkladů získaných z tohoto dotazníkového šetření, přičemž porovnam odpovědi dívek sedmých a devátých tříd.

Celkem 26 % dívek ze sedmých tříd v dotazníkovém šetření uvedlo, že momentálně v současné době drží dietu nebo záměrně omezují příjem některých potravin. Konkrétně se jedná o 10 dívek sedmých tříd z celkového počtu 38. Mimo jiné dalších 34 % dívek – tedy 13, uvedlo, že žádnou dietu momentálně nedrží. Celkem 13 % - 5 dívek, uvedlo, že dietu momentálně nedrží, ale že by „mělo držet“. Dalších 11 % - 4 dívky, uvedly, že momentálně přemýšlí, že s nějakou dietou začne. Posledních 16 % - 6 dívek, odpovědělo, že žádnou dietu nedrží a ani je to nikdy nenapadlo.

Celkem 28 % - tedy 8 dívek z celkového počtu 29 žaček devátých tříd na otázku odpovědělo, že momentální dodržují nějakou dietu či omezují příjem některých potravin. Zbývající počet – tedy celých 72 % dívek – 21 žaček – uvedlo, že dietu nedodržují ani se neomezují v příjmu potravin. Celkem 31 % - 9 dívek, uvedlo, že dietu nedrží vůbec. Dalších 24 % - 7 dívek a 14 % - 4 dívky, odpověděly, že dietu nedrží, ale „měly by“ anebo momentálně přemýšlí, že začnou. Zbylé 3 %, tedy 1 dívka, uvedla, že ji ani omezování příjmu některých potravin nikdy nenapadlo.

Na základě výše uvedeného lze shrnout, že celkem 10 dívek v sedmých třídách drží momentálně nějaký druh diety či záměrně nejí vůbec nebo v tak velkém množství některé vytipované jídla či potraviny. Oproti tomu v devátých třídách se diety či omezování příjmu některých potravin dle dotazníkového šetření vyskytuje pouze u 8 dívek.

Závěr: Předpoklad č. 3 se potvrdil.

4.6 Závěr, vyhodnocení výzkumu a návrh změn

V rámci této kapitoly celkově shrnu výsledky předkládané diplomové práce, především výstupy dotazníkového šetření empirické části. Hlavním cílem výzkumu bylo analyzovat zásadní faktory, které ovlivňují životní styl dětí, a současně také reálně popsat styl života dětí dnešní doby s ohledem na tyto faktory. Předpoklady o výskytu konkrétních jevů byly stanoveny s ohledem na dílčí cíle této práce. Předpoklad č. 1 a č. 2 byly zaměřeny konkrétně na způsob trávení volného času. A to především z toho důvodu, že ve volném čase děti dělají zpravidla to, co chtějí a ne to, co musí. Oba předpoklady byly ověřeny a uznány jako platné.

Předpoklad č. 3 se záměrně týkal držení diet či omezování příjmu některých druhů potravin či jídel u dívek sedmých a devátých tříd. Otázka v dotazníku, která předpoklad měla ověřit, však nebyla zaměřena pouze na dívčí populaci. Odpovídali na ni také chlapci. Stravovací návyky, pravidelný příjem potravy, zdravé stravování atp. úzce souvisí se zdravým životním stylem dětí. Nezdravé stravování může mít vliv na dětskou obezitu, zdraví, psychický i fyzický stav jedince. Předpoklad č. 3 byl ověřen a uznán jako platný.

Výzkum ukázal, že děti si pod pojmem životní styl vždy dokážou něco představit a jsou si zcela jisté, co konkrétně jejich životní styl ovlivňuje. Mezi označenými odpověďmi byl uveden vliv rodiny, okolní prostředí, vliv kamarádů, volnočasové aktivity, škola a vzdělání. Tedy byly potvrzeny teoreticky vymezené zásadní aspekty.

Oblast zdraví byla respondenty hodnocena na výbornou nebo na velmi dobrou. Stejně tak míra spokojenosti se svým celkovým vzhledem a postavou. Výsledky výzkumu ukázaly, že jen velmi nízké procento žáků drží dietu nebo omezuje záměrně některé druhy potravin či jídel. Lze shrnout, že stravovací návyky respondentů jsou poměrně vyvážené a jen málo z nich se stravuje formou fast foodových občerstvení. Stejně tak je pravidelná i oblast dentální hygieny. Ne příliš dobré je však zjištění týkající se pitného režimu dětí, jelikož celkem 60 % z dotazovaných uvedlo, že denně vypijí pouze jeden maximálně dva litry.

Oblast zabývající se užíváním alkoholových, tabákových výrobků a drog je neméně působivá. Zkušenosti s alkoholem má celkem 77 % dětí sedmých tříd a u devátých tříd je míra zkušenosti, kromě jedné dívky, téměř 100 %. Alarmující je především stav většinového počtu osob, které zkusily alkohol před 14 rokem života. Několik respondentů také uvedlo i několik zkušeností s drogami dokonce v 11 letech. Oblast kouření není povzbudivější. Dřívější zkušenosti s cigaretami mají častěji dívky než chlapci a to dokonce okolo 11 roku. Celkem 30 dalších osob uvedlo, že měli zkušenost s cigaretami později než v 11 letech. Pravidelně kouří 6 osob – dívek ze sedmých a devátých tříd.

Výsledky šetření v oblasti rodiny a výchovy byly zaměřeny na druh rodiny, ve které děti žijí – tzn., zda žijí s oběma vlastními rodiči či nikoliv. Zajímavé výsledky týkající se hodnocení vztahu s matkou byly zjištěny především u dívek, které tuto oblast hodnotily hůře než chlapci a než „výborný vztah“ častěji volily možnost „dobrý“. Zatímco chlapci vztah s matkou hodnotily „výborně“ s otcem se častěji vyskytovala možnost „dobře“.

V oblasti školy a vzdělání nejvíce žáci odpovídali, že mají školu průměrně rádi, až na výjimky se cítí součástí školního kolektivu, více než polovina dětí si rozumí s ostatními dětmi ve třídě a současně je ostatní berou takového/takovou jaká/jaký je. Velké procento dotazovaných souhlasilo, že se cítí ve škole bezpečně a v případě, že potřebují pomoc, dostane se jim. Více než polovina respondentů uvedla, že nepovažují rozhodování učitelů vždy za spravedlivé a ani si nemyslí, že by byli učitelé féroví.

Oblast socializace prozradila především hodnotový systém žákyň a žáků sedmých a devátých tříd základní školy. Nejvíce uváděnými hodnotami je rodina, na druhém místě překvapivě peníze a majetek, dále pak zdraví, láska a partnerství, vzdělání, zájmy a koníčky, volný čas a další.

Více než polovina respondentů uvedla, že nemá problém s navazováním nových vztahů, má více než dva blízké kamarády a je spokojena se svým životem. Současně více než polovina respondentů, že se necítí často deprivovaně, smutně či osaměle nebo méně užitečně než ostatní. Více než polovina dívek a chlapců je přesvědčena, že disponují sebevědomím a cítí se většinou šťastně.

Poslední, ale neméně důležitá, oblast byla zaměřena na způsob trávení volného času. Jako nejčastější způsob bylo uvedeno trávení času s kamarády, sportovní aktivity či příprava do školy a domácí studium. Mezi dalšími odpověďmi byla zmíněna také oblast trávení volného času u počítače – jak bylo ověřeno předpokladem č. 2, u televize či počítače tráví děti o volných dnech více času než ve dnech všedních. Pozitivní zprávou je, že mimo televize a počítače, tráví týdně děti poměrně velké množství času pohybovými a sportovními aktivitami, kterých je dle dotazníkového šetření široké spektrum. Zajímavá a velmi aktuální je oblast sociálních sítí. Celkem 94 % dotazovaných má založený profil na Facebooku případně na jiné sociální síti, přičemž nejčastěji uváděnou aktivitou na tomto „médiu“ je komunikace s přáteli.

Dle výše uvedeného lze konstatovat, že hlavní cíl i dílčí cíle empirické části předkládané diplomové práce byly splněny.

Vzhledem k výsledkům dotazníkového šetření v oblasti zkušeností s užíváním alkoholových, tabákových výrobků a drog, si dovoluji tímto prostřednictvím apelovat na učitele Základní školy Trávníky Vsetín, aby prostřednictvím příkladů z praxe žákům i žákyním preventivně promítali a předávaly informace týkající užívání těchto látek a jejich negativního působení na organismus člověka až po tragické případy, „jak mohou dopadnout“. Užívání alkoholických nápojů nezletilých je v současné době alarmující. Alkohol je i přes různá omezení stále velmi snadno přístupný. Současně navrhuji, pedagogové dbali na dostatečný pitný režim dětí ve škole a formou pedagogické výchovy působili na hodnotový žebříček dětí, způsob trávení jejich volného času a podněcovali víru ve férovou a spravedlnost učitelského sboru.

Seznam použité literatury

- [1] CSÉMY, Ladislav a spol. *Životní styl a zdraví českých školáků: Z výsledků mezinárodní srovnávací studie Světové zdravotnické organizace*. Praha: Psychiatrické centrum, 2005. ISBN 80-85121-94-8.
- [2] DE SINGLY, Francois. *Sociologie současné rodiny*. 1. vydání. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-249-1.
- [3] DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: Příručka pro uživatele*. 3. vydání. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0139-7.
- [4] DUFFKOVÁ, Jana, URBAN a Josef DUBSKÝ. *Sociologie životního stylu*. Praha: Policejní akademie ČR v Praze, 2007. ISBN 978-80-7251-266-9.
- [5] FIELD, Evelyn M. *Jak se bránit šikaně: Praktický rádce pro děti, rodiče i učitele*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-249-1176-2.
- [6] FELLNEROVÁ, Uschi. *Žena 21. století - láska, kariéra, rodina, životní styl*. Praha: Ikar Praha, spol. s. r. o., 1997. ISBN 80-7202*144-3.
- [7] GILLERNOVÁ, Ilona, Vladimír KEBZA a Milan RYMEŠ. *Psychologické aspekty změn v české společnosti: Člověk na přelomu tisíciletí*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011. ISBN 978-80-247-2798-1.
- [8] HANÁK, Ondřej. *Hippies: Slepé rameno mrtvé řeky*. ČR/SR: Argo, 1992. ISBN 80-901198-4-0.
- [9] HAVLÍK, Radomír a Jaroslav KOŤA. *Sociologie výchovy a školy*. 1. vydání. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-635-7.
- [10] HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 90-7367-040-2.
- [11] HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-924-5.
- [12] CHRÁSTKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: Základy kvantitativního výzkumu*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a. s., 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.
- [13] JEDLIČKA, Richard. *Výchovné problémy se žáky z pohledu hlubinné psychologie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-788-6.
- [14] JIRÁK, Jan a Barbara KÖPPLOVÁ. *Média a společnost: Stručný úvod do studia médií a mediální komunikace*. 1. vydání. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-697-7.
- [15] LANIADO, Nessia. *Děti a peníze*. 1. vydání. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-671-3.

- [16] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2. vydání. 2006: Grada Publishing, a. s., Praha. ISBN 80-247-1284-9.
- [17] NAVRÁTIL, Stanislav a Jan MATTIOLI. *Problémové chování dětí a mládeže*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. ISBN 978-80-247-3672-3.
- [18] MACEK, Petr. *Adolescence*. 2. vydání. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.
- [19] MAREŠ, Jiří a kol. *Kvalita života u dětí a dospívajících I*. Brno: MSD, spol. s. r. o., 2006. ISBN 80-86633-65-9.
- [20] MAREŠ, Jiří a kol. *Kvalita života u dětí a dospívajících II*. Brno: MSD, spol. s. r. o., 2007. ISBN 978-80-7392-008-1.
- [21] MAREŠ, Jiří a kol. *Kvalita života u dětí a dospívajících III*. Brno: MSD, spol. s. r. o., 2008. ISBN 978-80-7392-076-0.
- [22] MAŘÍKOVÁ, Hana. *Proměny současné české rodiny*. 1. vydání. Praha: SLON, 2000. ISBN 80-85850-93-1.
- [23] MATOUŠEK, Oldřich a kol. *Práce s rizikovou mládeží: Projekt LATA a další alternativy věznění mládeže*. 1. vydání. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-089-8.
- [24] MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 2. vydání. Praha: Sociologické nakladatelství, 1997. ISBN 80-85850-24-9.
- [25] MELGOSA, Julián. *Knihy o dospívání*. 1. vydání. Praha: Advent-Orion, 1999. ISBN 80-7172-300-2.
- [26] MOŽNÝ, Ivo. *Rodina a společnost*. 2. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství Slon, 2008, s. 155. ISBN 978-80-86429-87-9.
- [27] OLECKÁ, Ivana a Kateřina IVANOVÁ. *Metodologie vědecko-výzkumné činnosti*. Olomouc: Moravská vysoká škola Olomouc, o.p.s., 2010. ISBN 978-80-87240-33-5.
- [28] SAK, Petr. *Proměny české mládeže*. Praha: Petrklíč, 2000. ISBN 978-80-7229-266-0.
- [29] SOBOTKOVÁ, Irena. *Psychologie rodiny*. 3. vyd. Praha: Portál, 2012, s. 71. ISBN 978-80-262-0217-2.
- [30] SOMR, Miroslav a kol. *Dějiny školství a pedagogiky*. Praha: SPN, 1987.
- [31] SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: Uvedení do problematiky*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a. s., 2010. ISBN 978-80-247-2907-7.
- [32] SUCHÝ, Oldřich a ŠVANCAR. *Mládež a kriminalita*. 1. vydání. Praha: Melantrich, 1972. ISBN 32-028-72.
- [33] ŠAFR, Jiří. *Životní styl a sociální třídy: vytváření symbolické kulturní hranice diferenciací vkusu a spotřeby*. Praha: Sociologický ústav AV ČR, v.v.i., 2008. ISBN 978-80-7330-154-5.

[134] ŠEĐOVÁ, Klára. *Děti a rodiče před televizí: Rodinná socializace dětského televizního diváctví*. Brno: Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-149-2.

[35] TUČEK, Milan a kol. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. 1. vydání. Praha: Slon, 2003. ISBN 80-86429-22-9.

[36] VANĚK, Miroslav a kol. *Ostrůvky svobody: Kulturní a občanské aktivity mladé generace v 80. letech v Československu*. Praha: Votobia, 2002. ISBN 80-7285-014-4.

Seznam elektronických zdrojů

[37] ANDĚLOVÁ, Šárka, DRABINCOVÁ, Kristýna. *Stravovací návyky, důležitá součást životního stylu*. [online]. Brno, 2006[cit. 2014-03-01]. Dostupné z:

http://www.ped.muni.cz/z21/sbornik_2006.htm

[38] ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Informační technologie* [online]. 2014. vyd. 2014 [cit. 2014-02-28]. Dostupné z: <http://www.czso.cz/>

[39] HAVELKOVÁ, Marie, Petr KACHLÍK a Michal RAUS. *Životní styl žáků ZŠ* [online]. Brno, 2006[cit. 2014-03-01]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/sbornik_2006.htm

[40] KALMAN, Michal. *Národní zpráva a o zdraví a životním stylu školáků a dětí* [online]. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011 [cit. 2014-04-15]. ISBN 978-80-244-2985-4. Dostupné z:

http://www.upol.cz/fileadmin/user_upload/AKTUALITY_2012/HBSC_2010_narodni_zprava_o_zdravi_a_zivotnim_stylu_deti_a_skolaku_offline.pdf

[41] KING, Alan. *1993/94 International Report: The Health of Youth* [online]. Canada: World Health Organization, 1996 [cit. 2014-04-15]. ISBN 92 890 1333 8. Dostupné z: <http://www.hbsc.org/publications/international/>

[42] Obezita v ČR i ve světě. *Obezita v ČR i ve světě* [online]. 2005 [cit. 2014-03-01]. Dostupné z: <http://www.obezita.cz/obezita/v-cr-a-ve-svete/>

[43] POKORNÁ, Jitka, SVĚTLÁK, Miroslav. *Motivy stravovacích zvyklostí a obezita v rodině* [online]. Brno, 2006[cit. 2014-03-01]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/sbornik_2006.htm

[44] PŘINOSILOVÁ, Dagmar. *Informovanost žáků základních škol v oblasti poruch příjmu potravy a stravovacích návyků*. In: 2. konference ŠKOLA A ZDRAVÍ 21. století [online]. Brno, 2006 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z:

http://www.ped.muni.cz/z21/2006/konference_2006/sbornik_2006/pdf/077.pdf

- [45] MAREŠ, Jiří. *Škola a kvalita života u dětí a dospívajících*. In: 2. konference ŠKOLA A ZDRAVÍ 21. století [online]. Brno, 2006 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/2006/konference_2006/sbornik_2006/pdf/031.pdf
- [46] RÝDL, Karel. K pedagogice rozmanitosti na začátku 21. století. In: *Scientific papers of the Univerzity of Pardubice* [online]. 1999 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: <https://dspace.upce.cz/bitstream/10195/32580/1/CL2.pdf>
- [47] ŘEHULKA, Evžen. *Výzkumný záměr ŠKOLA A ZDRAVÍ 21. století* [online]. Brno, 2006 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/sbornik_2006.htm
- [48] SMÉKAL, Vladimír. *Individuální přístup jako podmínka kvality života žáků*. In: 2. konference ŠKOLA A ZDRAVÍ 21. století [online]. Brno, 2006 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/2006/konference_2006/sbornik_2006/pdf/032.pdf
- [49] SRB, Vladimír. *Enviromentální zdraví člověka jako součást nového životního stylu*. In: *Česká společnost na konci tisíciletí*. Praha: Karolinum, 1999, s. 285.
- [50] ŠERÁKOVÁ, Hana. *Současné názory na obezitu a nadváhu u běžné populace dětí a dospělých*. In: 2. konference ŠKOLA A ZDRAVÍ 21. století [online]. Brno, 2006 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/2006/konference_2006/sbornik_2006/pdf/079.pdf
- [51] VOJTOVÁ, Věra. *Postoje žáků ke kvalitě života školy - výzkumné teze*. In: *Kvalita života v souvislostech zdraví a nemocí* [online]. Brno, 2008 [cit. 2014-04-15]. ISBN 978-80-7392-073-9. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/knihy/2008/21/21/texty/kvalita_zivota_cze.pdf
- [52] Yes nebo neyes? *Yes nebo neyes?* [online]. 2013 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: <http://www.yesneyes.cz/>

Seznam elektronických článků

- [53] Klíčové faktory správné stravy. In: *Informační systém potravinářské komory ČR* [online]. 2013 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: <http://zdravi.foodnet.cz/cze/pages/klicove-factory-spravne-stravy.html>
- [54] KRÍŽKOVÁ, Johana. *České děti se více hýbou a méně sedí u televize, nadváha ale není passé*. [online]. [cit. 2014-02-28]. Dostupné z: <http://www.vzp.cz/o-nas/aktuality/ceske-deti-se-vice-hybou-a-mene-sedi-u-televize-nadvaha-ale-neni-passe>
- [55] Sběr dat v České republice zahájen. In: *Mezinárodní výzkumná studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků* [online]. 2014 [cit. 2014-04-15]. Dostupné z: http://hbsc.upol.cz/1-cestina/42-hbsc_studie/

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Počet dětí v 7. a 9. třídě Základní školy Trávníky Vsetín podle pohlaví	63
Tabulka č. 2: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří by rádi na svém těle něco změnili (dotazník – otázka č. 26, tabulka k Grafu 14)	74
Tabulka č. 3: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jsou na dietě (dotazník – otázka č. 26, tabulka k Grafu 15).....	75
Tabulka č. 4: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jedí každodenně ovoce (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 21)	78
Tabulka č. 5: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří každodenně jedí celozrnný nebo žitný chléb (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 22)	79
Tabulka č. 6: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jedí každodenně hamburgery nebo hot dogy (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 23)	80
Tabulka č. 7: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří jedí každodenně ovoce (dotazník – otázka č. 22, tabulka k Grafu 24)	81
Tabulka č. 8: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti žáků, kteří uvedli, že mají zkušenosti s kouřením (ke Grafu 38).....	89
Tabulka č. 9: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se žáků, kteří vykouří jednu a více cigaret týdně (ke Grafu 41)	91
Tabulka č. 10: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se žáků, kteří pijí alkohol alespoň jedenkrát týdně (ke Grafu 42)	92
Tabulka č. 11: Děti, které bydlí/nebydlí s oběma rodiči	94
Tabulka č. 12: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se počtu žáků, kteří mají výborný vztah s matkou a nebojí se jí cokoli říci	96
Tabulka č. 13: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti týkající se počtu dětí, které mají výborný vztah s otcem a nebojí se mu cokoli říci.....	97
Tabulka č. 14: Srovnání výsledků výzkumů v otázce vysokých požadavků rodičů na školní výsledky dětí.....	103
Tabulka č. 15: Hodnotový systém dětí (dotazník – otázka č. 27)	105
Tabulka č. 16: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti bezproblémového navazování nového přátelství	106
Tabulka č. 17: Srovnání výsledků výzkumů v tvrzení dětí, že mají více než dva blízké přátele	107

Tabulka č. 18: Srovnání výsledků výzkumů v oblasti pocitů žáků, kteří se cítí často méně užiteční než ostatní jejich vrstevníci.....	108
Tabulka č. 19: Srovnání výsledků výzkumů v odpovědi týkající se žáků, kterým nechybí sebevědomí.	109
Tabulka č. 20: Srovnání výsledků výzkumů týkající se oblasti žáků, kteří odpověděli, že jsou se svým životem šťastní.	110
Tabulka č. 21: Srovnání výsledků výzkumů u odpovědí žáků, kteří uvedli, že se cítí občas smutně či osaměle.....	111
Tabulka č. 22: Srovnání výsledků výzkumů u žáků, kteří se dívají na televizi denně více než 4 hodiny.	115
Tabulka č. 23: Počet hodin strávených u televize žáky 7. Tříd ZŠ Trávníky Vsetín	121

Seznam grafů

Graf č. 1: Počet dětí v 7. třídě podle pohlaví (graf k tabulce 1)	64
Graf č. 2: Počet dětí v 7. třídě podle pohlaví (graf k tabulce 1)	64
Graf č. 3: Věková struktura 7. tříd – dívky.....	65
Graf č. 4: Věková struktura 7. tříd - chlapci.....	65
Graf č. 5: Věková struktura 9. tříd – dívky.....	66
Graf č. 6: Věková struktura 9. tříd – chlapci	66
Graf č. 7: Co si představíš pod pojmem „životní styl“? (dotazník – otázka č. 5 - možné označit až 5 odpovědí).....	67
Graf č. 8: Co si představíš pod pojmem „životní styl“? (dotazník – otázka č. 5 - možné označit až 5 odpovědí).....	68
Graf č. 9: Co podle Tebe má zásadní vliv na Tvůj životní styl? (dotazník – otázka č. 6- možné označit až 5 odpovědí).....	69
Graf č. 10: Co podle Tebe má zásadní vliv na Tvůj životní styl? (dotazník – otázka č. 6- možné označit až 5 odpovědí)	70
Graf č. 11: Co si myslíš o svém zdravotním stavu? (dotazník – otázka č. 20).....	71
Graf č. 12: Uveď, jak jsi spokojen/a se svým vzhledem? (dotazník – otázka č. 21).....	72
Graf č. 13: Uveď, jak jsi spokojen/a nespokojen/a se svoji postavou? (dotazník – otázka č. 25)	72
Graf č. 14: Existuje něco, co bys na svém vzhledu rád/a změnila? Kdyby ano, uveď, co by to bylo. (dotazník – otázka č. 26)	73
Graf č. 15: Držíš momentálně nějakou dietu nebo omezuješ záměrně příjem nějakých jídel? (dotazník - otázka č. 24)	74
Graf č. 16: Jak často snídáš? (dotazník - otázka č. 22).....	75
Graf č. 17: Jak často jíš dopolední svačinu? (dotazník - otázka č. 22).....	76
Graf č. 18 Jak často obědváš? (dotazník - otázka č. 22).....	76
Graf č. 19: Jak jíš odpolední svačinu? (dotazník - otázka č. 22).....	77
Graf č. 20: Jak často večeříš? (dotazník - otázka č. 22)	77
Graf č. 21: Jak často jíš ovoce? (dotazník - otázka č. 22)	78
Graf č. 22: Jak často jíš celozrnný nebo žitný chléb? (dotazník - otázka č. 22).....	79
Graf č. 23: Jak často jíš hamburgery nebo hot dogy /tzv. fast foodové jídlo? (dotazník - otázka č. 22).....	80
Graf č. 24: Jak často jíš sladkosti nebo čokoládové výrobky? (dotazník - otázka č. 22).....	81

Graf č. 25: Jak často jíš zeleninu? (dotazník - otázka č. 22)	82
Graf č. 26: Jak často jíš sýry a mléčné výrobky? (dotazník - otázka č. 22)	82
Graf č. 27: Jak často jíš ryby a maso? (dotazník - otázka č. 22)	83
Graf č. 28: Jak často jíš slané pochutiny? (dotazník - otázka č. 22).....	83
Graf č. 29: Uveď, jak často si čistíš zuby? (dotazník - otázka č. 22)	84
Graf č. 30: Kolik tekutin denně vypiješ? (dotazník - otázka č. 23).....	84
Graf č. 31: V kolika letech si poprvé zkusil/a alkohol? (dotazník – otázka č. 15a)	85
Graf č. 32: V kolika letech si poprvé zkusil/a alkohol? (dotazník – otázka č. 15a)	85
Graf č. 33: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 19).....	86
Graf č. 34: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 15b).....	86
Graf č. 35: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 15b).....	87
Graf č. 36: V kolika letech si poprvé zkusil/a drogy? (dotazník – otázka č. 15b).....	87
Graf č. 37: V kolika letech jsi poprvé zkusil/a tabákové výrobky? (dotazník – otázka č. 15c)	88
Graf č. 38: V kolika letech si poprvé zkusil/a tabákové výrobky? (dotazník – otázka č. 15c)	89
Graf č. 39: Do jaké kategorie by ses zařadil/a? (dotazník – otázka č. 17)	90
Graf č. 40: Kolik cigaret vykouříš za týden? (dotazník – otázka č. 18, otevřená otázka).....	90
Graf č. 41: Kolik cigaret vykouříš za týden? (dotazník – otázka č. 18, otevřená otázka).....	91
Graf č. 42: Jak často za týden piješ alkohol? (dotazník – otázka č. 16).....	92
Graf č. 43: Bydlíš s oběma rodiči? (dotazník – otázka č. 1).....	93
Graf č. 44: Bydlíš s oběma rodiči? (dotazník – otázka č. 1).....	94
Graf č. 45: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah s matkou? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 2).....	95
Graf č. 46: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah s matkou? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 2).....	95
Graf č. 47: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah otcem? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 3).....	96
Graf č. 48: Jak bys ohodnotil/a svůj vztah otcem? (možnost dvou odpovědí - dotazník – otázka č. 3).....	97
Graf č. 49: Máš sourozence? (dotazník – otázka č. 4).....	98
Graf č. 50: Máš sourozence? (dotazník – otázka č. 4)..... Chyba! Záložka není definována.	
Graf č. 51: Jak bys zhodnotil/a svůj postoj ke škole? (dotazník – otázka č. 28).....	99
Graf č. 52 k tvrzení: Cítím, že jsem součástí třídního kolektivu. (dotazník – otázka č. 29) ..	100
Graf č. 53 k tvrzení: Cítím se ve škole bezpečně. (dotazník – otázka č. 29).....	100

Graf č. 54 k tvrzení: Když potřebuji ve škole pomoc, dostane se mi jí. (dotazník – otázka č. 29).....	101
Graf č. 55 k tvrzení: Učitelé jsou féroví a rozhodují se vždy spravedlivě. (dotazník – otázka č. 29).....	101
Graf č. 56 k tvrzení: Rozumím si s ostatními dětmi ve třídě. (dotazník – otázka č. 29).....	102
Graf č. 57 k tvrzení: Ostatní děti ve třídě mě berou a mají rádi takového/takovou jaký/jaká jsem. (dotazník – otázka č. 29).....	102
Graf č. 58 k tvrzení: Rodiče na mne mají velké nároky týkající se školních výsledků. (dotazník – otázka č. 29).....	103
Graf č. 59: Uveď k následujícím hodnotám čísla 1 -10 podle toho, jak jsou pro Tebe důležité. (dotazník – otázka č. 27).....	104
Graf č. 60 k tvrzení: Nemám problém navazovat nová přátelství. (dotazník – otázka č. 29)	105
Graf č. 61 k tvrzení: Mám více než dva blízké kamarády. (dotazník – otázka č. 29)	106
Graf č. 62 k tvrzení: Jsem spokojen/a se svým životem. (dotazník – otázka č. 29).....	107
Graf č. 63 k tvrzení: Cítím se často méně užitečný/á než ostatní. (dotazník – otázka č. 29)Abul	108
Graf č. 64 k tvrzení: Sebevědomí mi nechybí. (dotazník – otázka č. 29).....	109
Graf č. 65 k tvrzení: Cítím se někdy deprivovaně. (dotazník – otázka č. 29).....	109
Graf č. 66 k tvrzení: Cítím se většinou šťastně. (dotazník – otázka č. 29).....	110
Graf č. 67 k tvrzení: Cítím se často smutně a osaměle. (dotazník – otázka č. 29).....	111
Graf č. 68: Jak nejčastěji trávíš svůj volný čas? (dotazník – otázka č. 7, možnost až dvou odpovědí).....	112
Graf č. 69: Jak často sportuješ za týden? (dotazník – otázka č. 8)	113
Graf č. 70: Jaká je Tvoje oblíbená sportovní aktivita? (dotazník – otázka č. 9, otevřená otázka)	113
Graf č. 71: Kolik času denně strávíš u televize ve všední den? (dotazník – otázka č. 10a) ...	114
Graf č. 72: Kolik času denně strávíš u televize během víkendů či jiného volna? (dotazník – otázka č. 10b).....	114
Graf č. 73: Kolik času denně strávíš počítače ve všední den? (dotazník – otázka č. 10c)	115
Graf č. 74: Kolik času denně strávíš u počítače během víkendů či jiného volna? (dotazník – otázka č. 10d).....	116
Graf č. 75: Když jsi na počítači, jaké aktivity převažují? (dotazník – otázka č. 11, možnost až čtyř odpovědí).....	116
Graf č. 76: Máš založený profil na Facebooku? (dotazník – otázka č. 12)	117

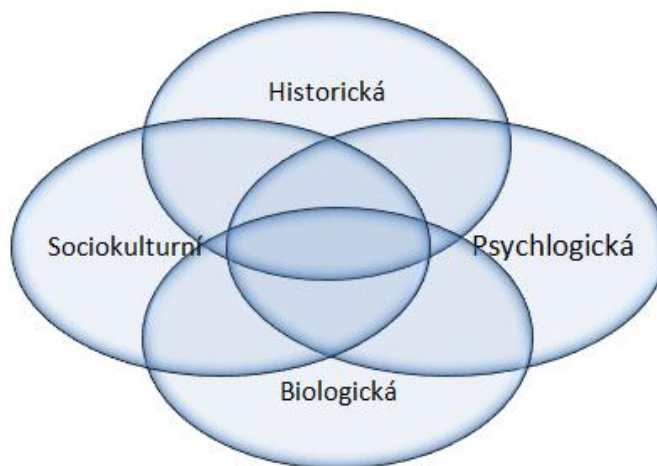
Graf č. 77: Pokud máš založený profil na Facebooku nebo na jiné sociální síti uveď, jaké aktivity nejčastěji převažují? (dotazník – otázka č. 13)..... 117

Graf č. 78: Odkud se nejčastěji připojuješ na Internet? (dotazník – otázka č. 14)..... 118

Seznam příloh



Příloha č. 1: Model dynamického interakčního pohledu na vývoj – průnik čtyř úrovní podle Lernerera, Spaniera z roku 1980.....	138
Příloha č. 2: Zásady správné výživy	139
Příloha č. 3: Soustava aktivit a zařízení volného času dětí a mládeže (Hofbauer, 2004).....	140
Příloha č. 4: Schéma rodinné mediální výchovy (Šed'ová, 2007)	141
Příloha č. 5: Počítač a internet v českých domácnostech - vývoj od roku 1989 do 2012	142
Příloha č. 6: Dotazník	143

Příloha č. 1: Model dynamického interakčního pohledu na vývoj – průnik čtyř úrovní podle Lerner a Spaniera z roku 1980



Zdroj: Macek, 2003

Příloha č. 2: Zásady správné výživy

ZÁSADY SPRÁVNÉ VÝŽIVY

www.publicom.cz

ZDRAVÁ STRAVA = pestrá strava

Je třeba se stravovat pravidelně, v menších množstvích a častěji (5krát denně: snídaně, dopolední svačina, oběd, odpolední svačina, večeře)

V potravě jsou obsaženy **základní živiny** – zdroj energie: **sacharidy, bílkoviny a tuky**, ale také **mikroživiny**: **minerální látky a vitamíny**.

1 porce = množství potravin, které se nám vejde do dlaně (*počet porcí denně)


SLADKOSTI:
cukr, bonbony, zmrzlina, med, čokoláda, zákusky, sušenky, slazené nápoje, džemy
příležitostně

MLÉKO A MLÉČNÉ VÝROBKY:
mléko, tvrdý sýr, jogurt, máklý sýr, tvaroh, acidofilní mléko
2 porce*

ZELENINA:
mrkev, brambory, paprika, rajčata, okurky, salát, cibule, česnek, brokolice
3 porce*

1. patro

PITNÝ REŽIM



Denní výtěr **2–2,5 litru** tekutin!

OŘECHY a SEMENA:
vlašské ořechy, lískové ořechy, arašidy, mandle, pistácie, mák, dýňové, sezamová, slunečnicová semínka

TUKY a OLEJE:
vepřové sádlo, máslo, rostlinné oleje, tuky na pečení, rostlinné pomazánky, hracholky
střídavě

MASO, VEJCE, LUŠTĚNINY:
maso (dřůbaž), vepřové, hovězí, ryby, sunka, panenky, klobása, vepř. fazole, lučky, čočka, sója
2 porce*

OVOCÍ:
banán, jablko, brusinka, švestka, pomeranč, jahoda, hroznové víno, kiwi
2 porce*

OBILNINY:
mouka, chléb, pečácká výrobky, rýže, těstoviny, obilninové vločky, kukuričné lupínky
6 porcí*

SACHARIDY – hlavní zdroj energie, základní živiny potřebné pro činnost svalů a mozku.

VITAMÍNY – důležité pro zdraví a odolnost organismu vůči nemocem, ovlivňují látkovou přeměnu.


Skupina	Skupina vitamínů	Živočišné
A	pečená játra, dýňové zrazy a zelná povidla	mléko, vejce, maslo, tvaroh, sádlo, sýr
B	pečená játra, bílkoviny, spravená špenátová zelenina	hovězí maso, kuřecí maso, vnitřní orgány
C	šťavnatá zelenina, citrusové plody, zelené čajové lístky	čerstvé maso, kyselé mléko, cibule, petržele, kivi, jahody, paprika, borůvky
D	žitná a celozrnná mouka a žito	mléčné výrobky (sádlo, máslo), sádlo, žito, jablek, rýže
E	šťavnatá zelenina, zelené čajové lístky, rostlinné oleje	olejnaté potraviny (olej, maslo, sádlo, kivi, olivový olej)

BÍLKOVINY – základní živiny potřebné pro růst, vývoj a obnovu organismu (svalů, pokožky, nehtů, vlasů).

MINERÁLNÍ LÁTKY – podporují růst a správnou funkci orgánů.

Skupina	Skupina vitamínů	Živočišné
Vápník (Ca)	mléko a mléčné výrobky, kivi	mléko, mléčné výrobky, sádlo
Hořčík (Mg)	pečená játra, zelená zelenina, celozrnná mouka	ryby, luštěniny, ořechy, maso, žito, mléčné výrobky
Železo (Fe)	pečená játra, červené maso, špenát	pečená játra, červené maso, žito, mléčné výrobky
Zinek (Zn)	pečená játra, kivi	hovězí maso, sádlo, tvaroh, kivi, maslo, sýr

VLÁKNINA (komplexní sacharidy) – důležitá v procesu trávení (v obilninách, ovoci, zelenině).



40% – zelená zelenina, celozrnná mouka

25% – žito, rýže

15% – celozrnná mouka

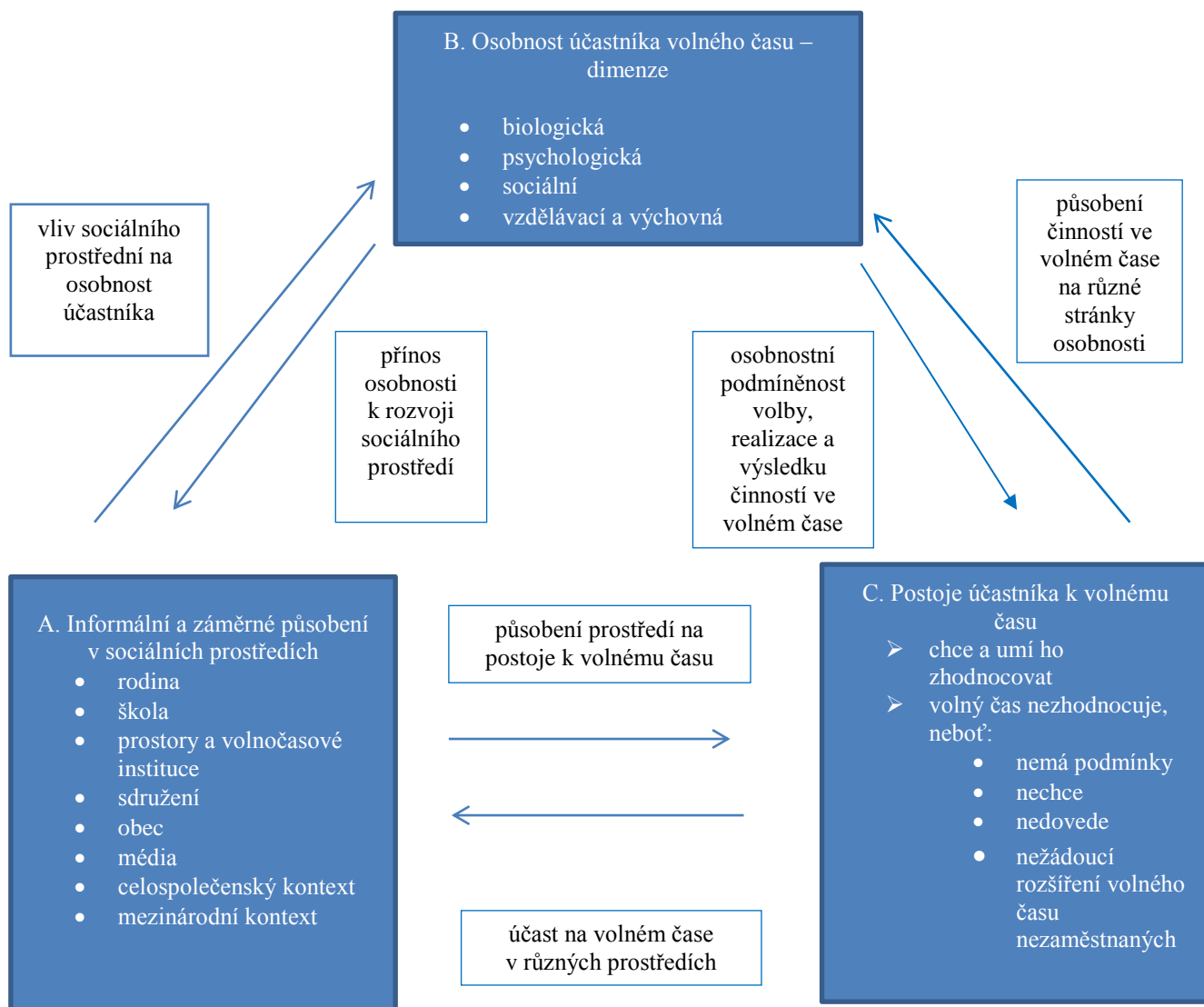
20% – ořechy, luštěniny

TUKY – základní živiny, jsou zdrojem energie a ukládají se do zásoby. Jsou v nich rozpustěny některé vitamíny (A, D, E).

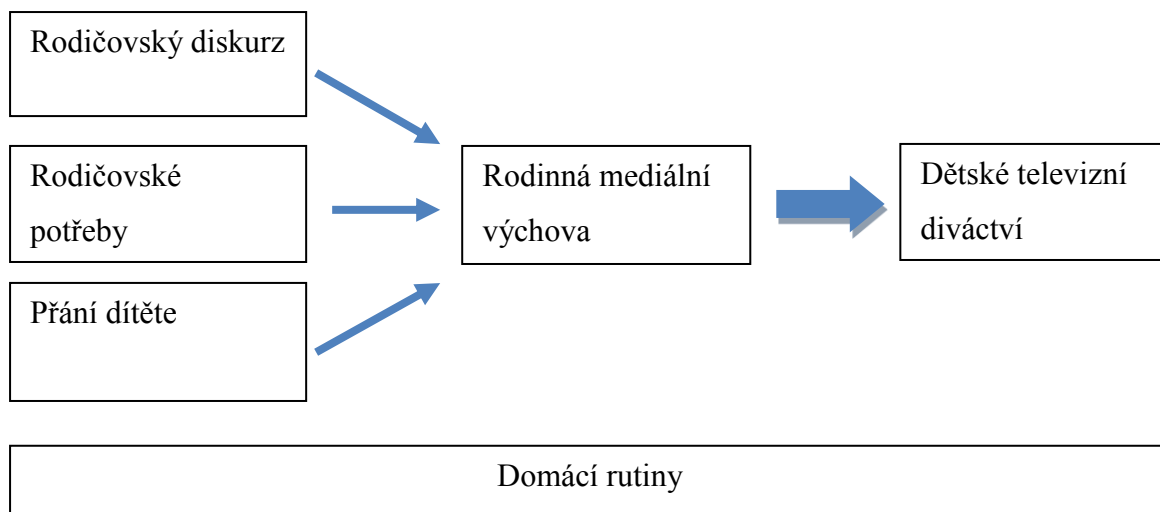
CUKRY (jednoduché sacharidy) – rychlý zdroj energie, při zvýšeném příjmu poškozují zuby a měří se na zřecké tuky.

Zdroj: www.datakabinet.cz

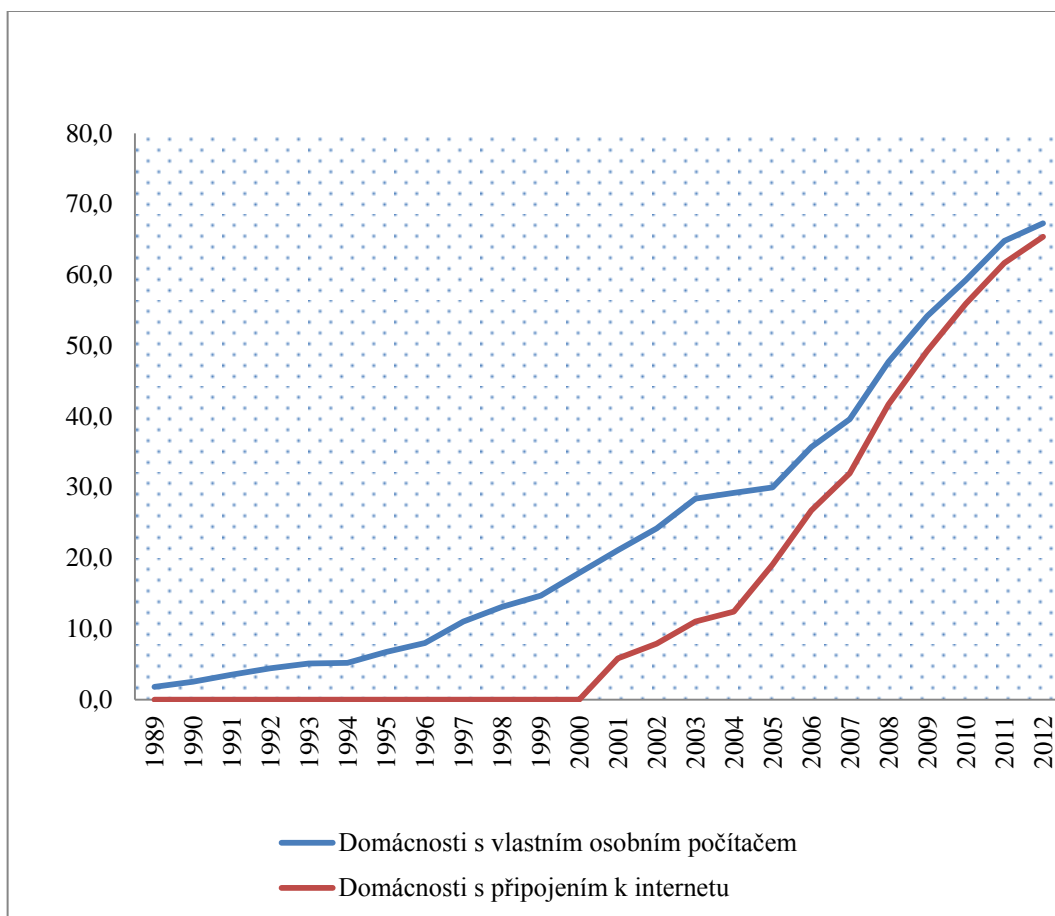
Příloha č. 3: Soustava aktivit a zařízení volného času dětí a mládeže (Hofbauer, 2004)



Příloha č. 4: Schéma rodinné mediální výchovy (Šed'ová, 2007)



Příloha č. 5: Počítač a internet v českých domácnostech - vývoj od roku 1989 do 2012



Zdroj: Statistika rodinných účtů – Český statistický úřad, akt. 2013

Příloha č. 6: Dotazník

Milá žákyně, milý žáku,

jmenuji se Zuzana Gašková a jsem studentkou Univerzity Palackého v Olomouci. V rámci mé diplomové práce na téma „Životní styl dětí v 21. století a jeho proměny“, Tě chci požádat o pár minut Tvého času k vyplnění níže uvedeného dotazníku zaměřeného na životní styl dospívajících. Výsledky výzkumu budou použity v rámci praktické části mé závěrečné práce. Prosím, aby ses nad otázkami zamyslel/a a pečlivě je vyplnil/a. Zaručuji naprostou anonymitu.

Moc Ti děkuji a přeji hezký den ☺.

(Vybrané odpovědi zakroužkuj dle nabízených možností nebo je doplň do vymezeného místa svými slovy.)

Věk: _____

Pohlaví (zakroužkuj): dívka chlapec

Školní stupeň (zakroužkuj): 7. třída 9. třída

1) Bydlíš s oběma rodiči?

- a) ano
- b) ne, bydlím jen s jedním z nich
- c) ne, bydlím jinde (doplň kde) _____

2) Jak bys ohodnotil/a svůj vztah s matkou (prosím zakroužkuj max. dvě odpovědi)?

- a) výborný, náš vztah je na velmi kamarádské úrovni, můžu se kdykoliv s čímkoliv svěřit
- b) dobrý, matka je mi většinou oporou, ale občas se pohádáme
- c) s matkou si příliš nerozumím
- d) lépe si rozumím s _____ (doplň jiného člena rodiny)

3) Jak bys ohodnotil/a svůj vztah s otcem (prosím zakroužkuj max. dvě odpovědi)?

- a) výborný, náš vztah je na velmi kamarádské úrovni, můžu se kdykoliv s čímkoliv svěřit
- b) dobrý, otec je mi většinou oporou, ale občas se pohádáme
- c) s otcem si příliš nerozumím
- d) lépe si rozumím s _____ (doplň jiného člena rodiny)

4) Máš sourozence?

- a) ano, mám _____
- b) ne, žádné nemám, jsem jedináček

5) Co si představíš pod pojmem „životní styl“ (zakroužkuj max. 5 možností, případně uveď svou vlastní představu)?

- a) stravovací návyky b) styl oblékání, sestřih vlasů a celková vizáž těla c) styl líčení
- d) spánek e) způsob chování, vystupování na veřejnosti f) styl hudby, kterou poslouchám
- g) způsoby trávení volného času h) pohybové aktivity a sport
- ch) náboženství, které vyznávám i) jiné (uveď) _____

- 6) Co podle Tebe má zásadní vliv na Tvůj životní styl (zakroužkuj max. 5 možností, případně uveď svou vlastní)?
- a) výchova rodičů b) okolní prostředí, v jakém člověk vyrůstá (např. venkov či město) c) ekonomika a životní úroveň d) moc a peníze e) škola a vzdělání
- f) vliv kamarádů a party, ve které se pohybují g) volnočasové aktivity
- h) kultura, tradice ch) média (PC, internet, TV) i) dieta j) vlastnit značkové a luxusní věci
- k) koníčky a záliby l) zeměpisná poloha, ve které žijí (např. Švédsko, Afrika, Asie, ...)
- m) jiné (uveď) _____

7) Jak nejčastěji trávíš svůj volný čas (označ prosím max. 2 odpovědi):

- a) sportovními aktivitami
- b) četbou, studiem do školy, psaním domácích úkolů
- c) venku s kamarády
- d) na počítači nebo u televize
- e) v zájmových kroužcích (keramika, jazykové kurzy, gymnastika, hokej, ...)
- f) jinak
(uveď) _____

8) Jak často týdně sportuješ (mimo výuku tělesné výchovy ve škole)?

- a) každý den (min. 30 minut)
- b) zhruba 60 minut týdně
- c) 120 minut týdně
- d) více než 3 hodiny týdně
- e) nesportuji

9) Jaká je tvá oblíbená sportovní aktivita/aktivity?

10) Kolik času denně strávíš (u každé kategorie zakroužkuj vždy jen jednu možnost):

a) u televize ve všední den

- a. nedívám se vůbec b. do půl hodiny c. půl hodinu až hodinu
- d. 2 - 3 hodiny e. 4 - 5 hodin f. více než 6 hodin

b) u televize během víkendů či jiného volna (prázdniny, státní svátky)

- a. nedívám se vůbec b. do půl hodiny c. půl hodinu až hodinu
- d. 2 - 3 hodiny e. 4 - 5 hodin f. více než 6 hodin

c) u počítače ve všední den

- a. vůbec žádný čas b. do půl hodiny c. půl hodinu až hodinu
- d. 2 - 3 hodiny e. 4 - 5 hodin f. více než 6 hodin

d) u počítače během víkendů či jiného volna (prázdniny, státní svátky)?

- a. vůbec žádný čas b. do půl hodiny c. půl hodinu až hodinu
- d. 2 - 3 hodiny e. 4 - 5 hodin f. více než 6 hodin

11) Když jsi na počítači, jaké aktivity nejčastěji převažují (zakroužkuj prosím max. 4 odpovědi)?

- a) činnosti týkající se studia a školy
- a) komunikace s přáteli na sociálních sítích
- b) nakupování přes internet
- c) hraní online her
- d) psaní e-mailů
- e) stahování hudby, filmů
- f) poslouchání online hudby
- g) jiné _____

12) Máš založený profil na Facebooku?

- a) ano
- b) ne, Facebook mně nezajímá/nepřijde mi důležitý
- c) uvažuji, že si ho založím
- d) ne, rodiče mi ho nedovolí
- e) ne, mám profil na jiné sociální síti (uved' na jaké) _____

13) Pokud máš založený profil na Facebooku či na jiné sociální síti, jaké aktivity nejčastěji převažují (zakroužkuj max. 2 odpovědi)?

- a) komunikaci s přáteli, chatu, zasílání zpráv
- b) zjišťování „co je nového“ u mých přátel
- c) zveřejňování fotografií, informací o sobě, co je u mě nového
- d) vyjadřování názorů na určitou problematiku
- e) komentování fotografií přátel, přidávání „like“ atd.

14) Odkud se nejčastěji na internet připojuješ (uved' max. 2 možnosti)?

- a) z domu
- b) ze školy
- c) pomocí telefonu
- d) od kamaráda/kamarádky z domu
- e) odjinud (uved' místo) _____

15) V kolika letech jsi poprvé zkusil/a následující:

a) alkohol

- a. dříve než v 11ti letech
- b. v 11 ti letech
- c. později než v 11 letech (uved' _____)
- d. ještě jsem alkohol nezkusil/a

b) drogy (např. marihuanu, hašiš, LSD, aj.)

- a. dříve než v 11ti letech
- b. v 11 ti letech
- c. později než v 11 letech (uved' _____)
- d. ještě jsem drogy nezkusil/a

c) tabákové výrobky – cigarety

- a. dříve než v 11ti letech
- b. v 11 ti letech
- c. později než v 11 letech (uved' _____)
- d. ještě jsem tyto výrobky nezkusil/a

16) Jak často za týden piješ alkohol?

- a) pouze o víkendech
- b) denně
- c) 2 x - 3 x za týden
- d) příležitostně
- e) nepiji alkohol vůbec

17) Do jaké kategorie by ses zařadil/a?

- a) silný kuřák (více než 5 cigaret denně)
- b) kuřák (více než 3 cigarety denně)
- c) slabý kuřák (max. 5 cigaret týdně)
- d) nekuřák

18) Kolik cigaret vykouříš za týden (uved' číslo)? _____

19) Zkusil/a jsi už někdy drogu?

- a) ano, několikrát
- b) ano, pravidelně ji užívám (např. marihuana, hašiš)
- c) ano jednou/max. dvakrát, bylo mi po ní špatně a víckrát už bych ji nezkusila
- d) ne, nemám s drogami žádnou zkušenost

20) Co si myslíš o svém zdravotním stavu?

- a) výborný
- b) velmi dobrý
- c) dobrý
- d) spíše špatný
- e) špatný

21) Uved', jak jsi spokojen/a se svým vzhledem (např. obličej, postava)?

- a) spokojen/a
- b) píše spokojen/a
- c) průměrně spokojen/a
- d) spíše nespokojen/a
- e) úplně nespokojen/a – nic se mi na sobě nelíbí

22) Kolikrát denně jíš následující jídlo či vykonáváš zmíněnou činnost (zakroužkuj jednu správnou možnost)?

a) snídani

a. každý den **b.** téměř každý den **c.** 2 x 3 do týdne **d.** většinou vůbec

b) svačinu

a. každý den **b.** téměř každý den **c.** 2 x 3 do týdne **d.** většinou vůbec

c) oběd

a. každý den **b.** téměř každý den **c.** 2 x 3 do týdne **d.** většinou vůbec

d) odpolední svačinu

a. každý den **b.** téměř každý den **c.** 2 x 3 do týdne **d.** většinou vůbec

e) večeři

a. každý den **b.** téměř každý den **c.** 2 x 3 do týdne **d.** většinou vůbec

f) ovoce

a. každý den **b.** téměř každý den **c.** 2 x 3 do týdne **d.** většinou vůbec

g) celozrnný nebo žitný chléb

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

h) hamburgery nebo hot dogy

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

ch) sladkosti nebo čokoládové výrobky

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

i) zeleninu

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

j) sýry a mléčné výrobky

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

k) ryby a maso

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

l) sladké a slané pochutiny (chipsy, čokoládu, bonbóny,... atd.)

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

m) uveď jak často si denně čistíš zuby

a. každý den b. téměř každý den c. 2 x 3 do týdne d. většinou vůbec

23) Uveď, kolik tekutin denně vypiješ?

- a) méně než 1 litr
- b) 1 -2 litry
- c) více než 2 litry, maximálně však 3 litry
- d) více než 3 litry

24) Držíš momentálně nějakou dietu nebo omezuješ záměrně příjem nějakých jídel?

- a) ano
- b) ne
- c) ne, ale měl/a bych
- d) ne, ale přemýšlím, že začnu
- e) ne, ani mně to nikdy nenapadlo

25) Uveď, jak jsi spokojen/a či nespokojen/a se svojí postavou (1 spokojen/a, 2 spíše spokojen/a, 3 průměrně spokojen/a, 4 spíše nespokojen/a, 5 nespokojen/a).

26) Existuje něco, co bys na svém vzhledu rád/a změnila? Co by to případně bylo? (uveď max. pěti slovy do rámečku)

27) Uved' prosím k následujícím hodnotám poslopně čísla podle toho, jak jsou pro Tebe důležité 1 – 10 (ke každému slovu vždy jedno číslo - přičemž č. 10 značí nejvíce důležité a č. 1 nejméně důležité)

Číslo	Hodnota
	Rodina
	Vzdělání
	Přátelství – přátelé a kamarádi
	Zdraví
	Láska a partnerství
	Peníze a majetek
	Moc
	Volný čas
	Náboženství
	Zájmy a koníčky

28) Jak bys zhodnotil/a svůj postoj ke škole?

- a) mám školu moc rád/a
- b) mám školu rád/a průměrně
- c) školu spíše nemám rád/a
- d) nemám rád/a školu

29) Přiřaď k následujícím tvrzením číslo odpovídající hodnoty (vždy jedno číslo k jednomu tvrzení) - 1_ absolutně souhlasím, 2_ souhlasím, 3_ ani souhlasím ani souhlasím, 4_ spíše nesouhlasím, 5_ absolutně nesouhlasím.

Hodnota	Tvrzení
	Cítím, že jsem součástí třídního školního kolektivu.
	Cítím se ve škole bezpečně.
	Když potřebuji ve škole pomoci, dostane se mi jí.
	Učitelé jsou féroví a rozhodují vždy spravedlivě.
	Rozumím si s ostatními dětmi ve třídě.
	Ostatní děti ve třídě mě mají rádi a berou mě takového/takovou jaký/á jsem.
	Rodiče na mne mají velké nároky týkající se školních výsledků.

	Nemám problém navazovat nová přátelství.
	Mám více než 2 blízké kamarády.
	Jsem spojen/a se svým životem.
	Cítím se často méně užitečná/ý než ostatní.
	Sebevědomí mi nechybí.
	Cítím se někdy deprivovaně.
	Cítím se většinou šťastně.
	Cítím se často smutně a osaměle.