

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra humanitních věd



Bakalářská práce

"Dobrovolná skromnost" jako varianta životního stylu

Tomáš Šebek

2015 ČZU v Praze

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Katedra humanitních věd

Provozně ekonomická fakulta

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Tomáš Šebek

Provoz a ekonomika

Název práce

"Dobrovolná skromnost" jako varianta životního stylu

Název anglicky

"Voluntary modesty" as lifestyle form

Cíle práce

Cílem této práce je definovat pojem dobrovolné skromnosti a analyzovat představy respondentů o dobrovolné skromnosti jako variantě životního stylu. Závěrem budou shrnuty motivace a pohnutky ke změně životního způsobu konkrétního vzorku respondentů a budou formulovány možnosti uplatnění pro širší veřejnost.

Metodika

V teoretické části budou definovány základní pojmy na základě studia literatury, které souvisejí s danou problematikou. V literární rešerši bude diskutována souvislost dobrovolné skromnosti k vztahu člověka k životnímu prostředí. V praktické části bude použita metoda kvantitativního výzkumu, nástroj dotazník.. Na základě výsledků dotazníkového šetření bude provedeno zhodnocení a stanoveny podněty k omezení konzumního života většinové populace.

Doporučený rozsah práce

30 – 40 stran

Doporučené zdroje informací

- BABAUTA, By Leo. The simple guide to a minimalist life. 1st ed. [s. l: s.n.], 2009. ISBN 14-495-5682-5.
- DISMAN, Miroslav. Jak se vyrábí sociologická znalost: Příručka pro uživatele. 3.vyd. Praha: Karolinum, 2000, 374 s. ISBN 80-246-0139-7.
- KOHÁK, Erazim. Zelená svatozář: kapitoly z ekologické etiky. 2. přeprac. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2000, 204 s. ISBN 80-858-5086-9.
- LIBROVÁ, Hana. Pestří a zelení: Kapitoly o dobrovolné skromnosti. 1. vyd. Brno: Veronica, Hnutí duha, 1994, 218 s. ISBN 80-853-6818-8.
- LIBROVÁ, Hana. Vlažní a váhaví: (kapitoly o ekologickém luxusu). Vyd. 1. Brno: Doplněk, 2003, 319 s. Společensko-ekologická edice, sv. 8. ISBN 80-723-9149-6.

Předběžný termín obhajoby

2015/06 (červen)

Vedoucí práce

PaedDr. Miloš Bělohoubek, CSc.

Elektronicky schváleno dne 12. 11. 2014

doc. PhDr. Michal Lošťák, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 13. 11. 2014

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 08. 03. 2015

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci "Dobrovolná skromnost jako varianta životního stylu" jsem vypracoval samostatně pod vedením vedoucího bakalářské práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autor uvedené bakalářské práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušil autorská práva třetích osob.

V Praze dne 16.3.2015

Poděkování

Rád bych touto cestou poděkoval vedoucímu mé bakalářské práce panu PaedDr. Milošovi Bělohoubkovi, CSc., za odbornou pomoc, čas strávený konzultacemi, trpělivost a ochotu. Dále bych rád poděkoval paní Ing. Ireně Herové za pomoc při sestavování ankety, jenž byla následně použita při praktické části. Za podporu bych chtěl také poděkovat celé své rodině a přátelům, kteří mi byli velkou oporou.

"Dobrovolná skromnost" jako varianta životního stylu

"Voluntary modesty" as lifestyle form

Souhrn

Předmětem této bakalářské práce je objasnění pojmu dobrovolné skromnosti. Práce se dělí na teoretickou a praktickou část. V teoretické části je vysvětlena důležitost dobrovolného sebeomezování, protože tím se může zabránit vyčerpání zdrojů naší planety, kterou ohrožuje ekologická krize. Je popisován způsob života lidí, kteří jsou ochotni dobrovolně se omezit ve spotřebě a konzumu z vlastního přesvědčení, nikoli z ekonomického nebo jiného důvodu. V praktické části bude pomocí dotazníkového šetření zjištěno, zda si lidé uvědomují současný stav naší planety, zda vůbec rozumí pojmu „dobrovolná skromnost“. Šetření se zaměří také na to, do jaké míry se oslovení respondenti chovají ekologicky a jaké pohnutky je k tomu vedou.

Summary

The subject of this thesis is to clarify a concept of voluntary modesty. The work is divided into theoretical and practical part. In the theoretical part is explained the importance of voluntary self-restricting as it can prevent the depletion of the Earth's resources which threatens the ecological crisis. It described the way of life of people who are willing to voluntarily reduce consumption and consumerism of their own persuasion, rather than economic or other reasons. In the practical part will be by means of a survey highlighted whether people realize the current state of our planet and if they do understand a term „Voluntary modesty“. The research is focused on a phenomenon to what extent the approached respondents behave in an environmentally friendly way and what motives lead them in this orientation.

Klíčová slova: Dobrovolná skromnost, ekologie, konzumní život, kvalita, minimalisté

Keywords: Voluntary modesty, ecology, consumerist life, quality, minimalists

Obsah

1	Úvod	9
2	Cíl práce a metodika	10
3	Teoretická východiska	11
3.1	Životní styl	11
3.1.1	Faktory ovlivňující životní styl	11
3.1.1.1	Postavení v zaměstnání	11
3.1.1.2	Vzdělání	12
3.1.1.3	Příjem	12
3.1.1.4	Volný čas	12
3.1.1.5	Etapa rodinného života	12
3.1.1.6	Typ lokality	13
3.1.1.7	Tradice a móda	13
3.1.2	Podoba životního stylu	13
3.1.2.1	Zdravý životní styl	13
3.2	Dobrovolná skromnost	14
3.2.1	Ekologický luxus	14
3.2.2	Drobné korekce v chování	15
3.2.3	Využívání automobilu	15
3.2.4	Turismus	16
3.2.5	Jídlo a vaření	17
3.2.6	Šatník	18
3.2.7	Dobrovolně skromní lidé	18
3.2.7.1	Minimalisté	20
4	Sociologický průzkum	21
4.1	Hypotézy	22
4.2	Vyhodnocení sociologického průzkumu	22
4.3	Výsledky s ohledem na stanovenou hypotézu	27
4.3.1	Bydliště a styl života	27
4.3.2	Věk a styl života	28
4.3.3	Vzdělanost a styl života	29
4.3.4	Pohlaví a styl života	29
4.3.5	Uvědomělý respondent a styl života	30

5	Závěr	31
	Citovaná literatura	33
	Přílohy	35
	Příloha č. 1 – anketa	35
	Příloha č. 2 – grafy	38

1 Úvod

V dnešním světě je k vidění mnoho variant životních stylů. Člověk během let nežije stále stejně, jeho životní styl se mění podle toho, jak uzná za vhodné, jak je vychováván, jak na něj tlačí okolí, případně z nějakého jiného důvodu. Každý životní styl je něčím výjimečný, ojedinělý, čímž si najde své příznivce, kteří jsou ochotni změnit svůj dosavadní styl života a přiblížit se mu buďto částečně, nebo jak jen to jde. Některý životní styl může klást důraz na zdravý, jiný na rodinu a přátele, jiný na kariéru. Pravděpodobně ale žádný nedokáže ovlivnit celkový stav naší planety, jako právě styl, jenž se nazývá „dobrovolná skromnost“.

Jak již název vypovídá, jedná se o uskromnění svých vlastních potřeb, ale důvody, které nás vedou k uskromnění, musí vycházet z vlastního přesvědčení. V dnešní době se stále více hovoří o ekologické krizi, kterou způsobilo lidstvo v průběhu mnoha let. Společnost spotřebovává příliš mnoho a tento stav je neudržitelný. V boji proti ekologické krizi je zapojeno mnoho států, nadnárodních organizací, společností, ale také se může přidat každý z nás. Právě díky sebeomezování tomu můžeme pomoci.

Je zřejmé, že ne každý je schopný se omezovat, natož dobrovolně. Buďto lidé nemají tušení, že nějaká ekologická krize může nastat, nebo je to vůbec nezajímá a dělají, jakože se jich to netýká. Pak ale existují lidé, kteří žijí v rámci dobrovolné skromnosti spoustu let a nepřijde jim to vůbec zvláštní nebo nějak výjimečné. Žijí tak spokojený a šťastný život, mnohdy, jak sami říkají, bohatý život.

2 Cíl práce a metodika

Cílem práce je vysvětlit pojem dobrovolná skromnost. Zjistit, v kterých činnostech jsou lidé ochotni se nejčastěji omezovat a v kterých nikoli. Poukázat na fakt, jak ovlivňují různé faktory, například věk, povolání atd., styl života. Dále také se dozvědět, jaké jsou nejčastější pohnutky a motivace k dobrovolnému sebeomezování.

První část této bakalářské práce představuje teoretickou část. Je rozdělena do dvou oddílů. V prvním oddílu vysvětluje koncept životního stylu a jednotlivé faktory, které ho mají schopnost ovlivňovat. Druhý oddíl této kapitoly vysvětluje pojem dobrovolná skromnost. V druhém oddíle jsou rozebírány možné způsoby skromnějšího života. Tato kapitola byla zpracována pomocí odborné literatury a byla použita metoda deskripce. Druhá část je zpracována pomocí kvantitativního výzkumu, konkrétně dotazníku, který byl zaměřen na typologicky širokou škálu lidí. Kvantitativní výzkum byl zvolen a sestaven na základě odborné literatury. Výsledky dotazníkového šetření byly analyzovány, srovnávány a následně vyhodnoceny. Závěrem budou shrnuty a popsány nejdůležitější poznatky z práce, zároveň pomocí metody dedukce uvedeny návrhy a doporučení pro možné zlepšení současné situace.

3 Teoretická východiska

V posledních letech se velmi hovoří o ekologické krizi. Dříve se o ní hledaly důkazy, nyní jich je mnoho. K tomu, aby bylo možné nalézt řešení jak ji zastavit, je potřeba pochopit příčiny, proč tomu tak je. Těmi nejzásadnějšími je husté zalidnění zeměkoule, průmyslový systém, který používá škodlivé technologie a stále větší spotřeba hmotných statků. (Librová, 1994)

Jedním z možných způsobů, jak řešit ekologickou krizi, je změnit svůj životní styl, dobrovolně se uskmnit a žít ekologicky příznivý život. Říci, co to přesně znamená, není tak snadné, ale každý ústupek z našeho nároku na konzum a každý ekologicky disciplinovaný čin má svůj význam. (Librová, 1994)

3.1 Životní styl

Životní styl může mít každý jiný, můžou se od sebe lišit jen málo, ale také mohou být velmi odlišné téměř v každém bodě. Je to systém chování, vykonávání ustálených každodenních praktik, způsobů řešení činností. To vše je výrazně ovlivněno hromadnými sdělovacími prostředky. (Sak & Kolesárová, 2004)

3.1.1 Faktory ovlivňující životní styl

Každý jedinec, tak i skupiny mohou mít společný životní styl, jenž je významnou vlastností společenského postavení. Členové rodiny vykonávají společně ty aktivity, které bývají zálibami jedinců a tak spolu tráví volný čas. (Machonin & Tuček, 1999) Životní styl ovlivňuje mnoho faktorů, mezi zásadní patří zaměstnání, vzdělání, příjem, volný čas, typ lokality, atd.

3.1.1.1 Postavení v zaměstnání

Prestiž je jedním z nejdůležitějších faktorů v zaměstnání, označována také jako funkční prestiž. Lze říci, že prestiž je jakási úcta, kterou cítí ostatní k dané osobě. Prestiž cítíme k někomu podle toho, jaké má pracovní postavení, bydliště, co vlastní nebo jestli je členem

v nějaké specifické organizaci. Profese může vymezovat statusové skupiny. Jako statusové skupiny, se podle Maxe Webera, označují lidé, kteří si vzájemně připisují stejnou úctu, mají společné hodnoty a podobný životní styl, není to ale podmínkou. (Šanderová, 2000)

3.1.1.2 Vzdělání

Vzdělání je velice důležitým faktorem umožňující dosahování odpovídající úrovně sociálního postavení. Díky vzdělání jsou lidé schopni konat složitější práci a úkoly, mít lepší příjem a tím pádem i životní úroveň, což pomáhá k lepší kvalitě života i společenského uznání. Díky vzdělání je možné získat všeobecný přehled, který pomáhá k dosahování kulturní úrovně. (Tuček & kolektiv, 2003)

3.1.1.3 Příjem

Životní styl je také závislý na velikosti příjmu, protože na velikosti příjmu se odráží životní úroveň, budoucnost a váženost jedince ve společnosti, nehledě na jeho vlastnosti a schopnosti. (Šanderová, 2000)

3.1.1.4 Volný čas

Tím jak lidé tráví volný čas, razantně ovlivňují svůj životní styl. Ve svém volném čase vykonávají lidé nějakou aktivitu a jsou ve společnosti, ze které přebírají určité hodnoty a vzorce chování. (Sak & Kolesárová, 2004)

3.1.1.5 Etapa rodinného života

Rodinný život ovlivňuje životní styl velmi zásadně. Z generace na generaci se předávají preferované hodnoty, zájmy, koníčky, náboženské vyznání. Velmi často jdou děti ve stopách svých rodičů, případně i prarodičů a jsou zastáncem stále stejného životního stylu. (Tuček & kolektiv, 2003)

Typické je prosazování a jakési „vnucování“ stejných zájmů například z otce na syna. Otec hrál fotbal a přeje si totéž po svém synovi, který tak činí, čímž zásadně ovlivní jeho životní styl.

3.1.1.6 Typ lokality

Podle místa bydliště, probíhají na daném území společenské procesy. Společenský pohyb má kladný vliv na vytváření sociální organizace a při posilování její sociální struktury. Tu ovlivňuje rozmístění obyvatelstva a jeho prostorové chování. (Machonin & Tuček, 1999)

3.1.1.7 Tradice a móda

Jedinec často napodobuje oblékání, módu, podle okolí a tím získá určitou sociální oporu. To vede jedince na stejnou cestu, jako jdou ostatní. Uspokojuje ale také chuť se lišit, oblékat si něco jiného, než je v daném období módní, což ho tvoří výjimečným. Liší se od sebe také móda vyšší vrstvy od nižší. Když si lidé z nižší vrstvy začnou osvojovat módu té vyšší, vyšší vrstva přejde na novou módu. Prostřednictvím módy se směřuje k lidskému vyrovnání v rámci jednotného jednání. (Simmel, 1997)

3.1.2 Podoba životního stylu

Předtím než budeme mluvit o dobrovolné skromnosti jako variantě životního stylu, můžeme nastínit, jak vypadá i jiný životní styl, abychom měli možnost lépe pochopit, co životní styl vlastně znamená.

3.1.2.1 Zdravý životní styl

Zdravý životní styl je prospěšný hlavně pro naše tělo. Pomáhá jedinci být zdravý, mít dobrou tělesnou kondici, mít správný krevní tlak, být odolný vůči nemocem a být v psychické pohodě. Stejně jako v dobrovolné skromnosti, i tady je důležité odříkávání, nedopřávat si vše, na co by si člověk vzpomněl.

Jedinec vyznávající zdravý životní styl by měl zdravě jíst, pít v dostatečné míře, nekouřit, mít vysokou pohybovou aktivitu, dostatek spánku a vyvarovat se působení škodlivých a rizikových faktorů.

3.2 Dobrovolná skromnost

„Dobrovolnou skromnost chápeme tak, že není cílená, má druhotnou povahu; nezamýšleně vyplývá z orientace člověka k jiným než spotřebním hodnotám. V souvislosti s environmentálními otázkami je skromnost chápána především jako ochota snížit dynamiku spotřeby hmotných statků, ekologicky škodlivých služeb a volnočasových aktivit“ (Librová, 2003)

Co dobrovolná skromnost je, velmi dobře vystihuje pan profesor Kohák: „Nejde o skromnost, jde o výběrovou náročnost“. Dobrovolná skromnost nemusí být v rozporu s luxusem. Dobrovolně skromný nemusí být zrovna ekologickým aktivistou, přesto se však může aktivně chovat v rámci ekologické ctnosti. (Librová, 2003)

Nemusí se hned mluvit o radikálních změnách, můžou to být malé krůčky, malé omezení, například neházet vše do koše, ale třídit odpad, nenakupovat všechnu zeleninu v obchodě, ale vypěstovat si ji na vlastní zahrádce atp. A také opustit konzumní společnost a více žít v souladu s přírodou. (Librová, 2003)

Pod pojmem konzumní společnost si nemusíme představovat pouze hromadění věcí, velký vliv má na přírodu i konzum některých služeb a volnočasových aktivit. O využívání automobilu se zmíníme později, ale například také provozování různých sportů, u nichž výstavba sportovišť je často ekologicky škodlivá. Vodohospodářsky náročné bývají akvaparky a uměle zasněžované sjezdovky. Golfová hřiště přinášejí také ekologická rizika. (Librová, 2003)

3.2.1 Ekologický luxus

S dobrovolnou skromností je možné spojovat takzvaný ekologický luxus. Jeho definice je následující: „Ekologický luxus je ekologicky příznivé chování, které uvědoměle zmenšuje ekologickou stopu, v různé míře je schopno sebeomezení a vztahuje se k nemateriálním, kulturou oceňovaným hodnotám. Ekologický luxus označuje spíše prvky či segmenty chování než celý životní způsob“ (Librová, 2003)

Zahradničit, nepoužívat automobil, necestovat příliš daleko, to vše je ekologickým luxusem. Také používání plnicího pístového pera, které je mnohem dražší než obyčejná propiska a často se prodává v luxusních prodejnách. (Librová, 2003)

Podmínkou je zmenšování ekologické stopy. K tomu je potřeba znát základní environmentální informace, mít cit pro přírodu a notnou dávku fantazie, pomocí níž lze vytvářet chytré radosti. Návod na možný ekologický luxus neexistuje, vychází to z podmínek života každého jedince. (Librová, 2003)

Je však důležité nezaměňovat luxus ekologický a predační. Jejich zásadní rozdíl je v tom, že ekologický luxus má relativně malou ekologickou stopu, nebo se jí snaží alespoň zmenšovat sebeomezením, dobrovolným uskromněním. Také je ochoten jednat v zájmu přírody. Kdežto predační luxus se pouze snaží vše vzácné přisvojit. (Librová, 2003)

3.2.2 Drobné korekce v chování

Tuto metodu drobných kroků, drobných změn ve svém chování, považuje mnoho ekologů i ekologicky orientovaných sociologů za nejschůdnější cestu k ekologicky zásadním proměnám lidského jednání. Změny v lidském chování se týkají například častějšímu třídění odpadu, používání “ekologicky nezávadných” pracích prostředků, upřednostňování zboží v méně nákladném balení apod. Lidí s těmito změnami v chování stále přibývá. (Librová, 1994)

3.2.3 Využívání automobilu

Automobil je v očích ekologů předním kandidátem na zásadní změnu vedoucí k ekologicky příznivému způsobu života. Automobilismus je považován jako hlavní zdroj znečištění biosféry. Navíc kvůli stále nové výstavbě silnic jsou zničeny přirozené ekosystémy. Lidé díky automobilu mají pocit moci a svobody. V některých případech se jedná ale opravdu pouze o pocit, protože průměrná rychlost se ve městech snížila na 14 km/h., kdežto například cyklista ujede 15-25 km za stejnou dobu. Přestože výzkumy veřejného mínění potvrzují nárůst negativních postojů k automobilu, jen malé množství se odhodlá přeorientovat své hodnoty. Určité změny však najít můžeme. Používání

automobilu v některých západoevropských městech kleslo od roku 1960 až o čtvrtinu. (Librová, 1994)

Lidé si myslí že auto je nezbytná věc, ale je možné se bez něj obejít. Vždyť až do 20. století žili lidé bez nich. Když už to bez auta nejde, dá se sdílet s více majiteli a nemusí mít každý vlastní. Také je možná přeprava na bicyklu, chůzí pěšky a to jde také kombinovat s hromadnou dopravou, čímž se ušetří životní prostředí a také cesta nebude tak nákladná. Možností je více, než by se mohlo na první pohled zdát. (Babauta, 2011)

3.2.4 Turismus

Na počátku 60. let začala masová vlna turismu. Mnoho lidí neřeší, co přesně chtějí na dovolené dělat, ale pouze to, kam pojedou. Zajímavý je také fakt, že na dovolenou jezdí častěji ti, kteří trvale žijí v lepším prostředí. (Librová, 1994)

Ekologické škody, které vznikají turismem, jsou pověstné například v Alpách. Krajinu a ekosystémy poznamenaly stále nové sjezdovky, vleky, lanovky atd. V záplavě automobilové dopravy se dusí alpská údolí. (Librová, 1994)

Samozřejmě, že díky turismu profituje skupina, která se živí prací v tomto odvětví, ale největší část obyvatelstva je obětí záporných stránek společenského ruchu – ekologických, společenských, kulturních a mravních. (Librová, 1994)

Nehledě na to, zda turismus funguje či nikoliv, dá se najít spoustu negativních důsledků, které přinesl. Dojde-li v turistické oblasti k odlivu turistického zájmu, přijde spousta lidí o práci, zemědělci o půdu, na které vyrostly hotely, krajina bude zpustlá. Jestliže se turismus dobře ujal, suvenýry se vyrábějí na pásech a řemeslnické práce jsou v úpadku, místní zvyky, tance a oděvy jsou zneužity jako divadlo pro turisty. Střet dvou odlišných kultur je dalším dlouhodobě nepříjemným problémem například v islámských státech. Turisté nosí šortky a krátké rukávy a nerespektují místní zvyky. (Librová, 1994)

Dalším závažným problémem je takzvaný sexturismus, zahrnující dětskou prostituci. Ten je zřejmě nejvíce rozšířen v Thajsku, kde se živí kolem milionu prostitutek. Je zde velké riziko přenosu AIDS. (Librová, 1994)

Obliba dosavadního turismu klesá, ukázali jsme si jedny z hlavních příčin a to je důvod, proč přichází do módy nové formy turistiky. Futurolog Robert Jung je považován za otce ideje nového turismu, takzvaného měkkého turismu. Interpretovat ho můžeme jako ochotu lidí zřít se výhod civilizace ve prospěch přírody a obyvatel v hostitelských zemích. Vyznačuje se individuálním cestováním, nebo s poměrně malou skupinou přátel do ne příliš vzdálených oblastí. Turista, vyznávající měkký turismus, jede do země připravený, se znalostí místního jazyka, ochoten učit se od místních jejich zvyků. Tento typ turisty neočekává, že bude nakupovat a vozit si suvenýry, naopak, veze dárky hostitelům a očekává, že si přiveze vzpomínky a nové zážitky. (Librová, 1994)

Cestovat jednoduše a na lehkou, i to může být cíl. Nebrat s sebou zbytečné věci a spoustu zavazadel. Naopak, vzít pouze to nejpodstatnější a vše nejlépe naskládat do jednoho batohu. Typickým jevem je pro dobrovolně skromné lidi jít tzv. na čundr, toulání v lese, a to by s kufry a těžkými zavazadly nešlo nejlépe. (Babauta, 2011)

3.2.5 Jídlo a vaření

Někteří lidé jsou přirozeně střídmi, vědí, že není potřeba jíst do zásoby. Zde však řešíme úmyslnou skromnost v jídle, která je součástí postmateriálního způsobu života. Vegetarianismus je nejnapadnějším projevem tohoto trendu. (Librová, 1994)

Bez masa se dá obejít, i když si lidé myslí něco jiného. Ale když pozvolna činíte jednotlivé kroky, dají se změnit stravovací návyky poměrně snadno. Chov zvířat je pro životní prostředí škodlivý a vede k plýtvání přírodními zdroji. (Babauta, 2011)

Vstoupí-li do české domácnosti host ze zahraničí, stává se, že nás překvapí svou skromností. Přijme pozvánku na připravenou uvítací hostinu, ale druhý den snídá chléb namazaný máslem, sýrem, nebo dokonce suchý. Existuje mnoho vysvětlení tohoto, pro nás někdy zvláštního chování. Prospěšnost omezeného přístupu potravy ze zdravotních důvodů, a také význam škodlivosti tuků a živočišných potravin. Motivace ekologická, pro niž je typická menší spotřeba bílkovin a celková spotřeba jídla neklade nároky na intenzivní hospodaření v krajině. (Librová, 1994)

Podle W. Berryho bychom se měli více starat o složení a původu potravin, které jíme. Zjišťovat informace o technologiích zemědělské výroby a potravinářského průmyslu, podílet se na produkci potravin a také si jídlo připravovat sami. (Librová, 1994)

Připravovat si jídlo sami není pro nás příliš neobvyklé, ale jinde ve světě, například v Americe, je typická příprava polotovarů, které se jen strčí do mikrovlnné trouby a ta udělá vše za nás. Lidé by se měli fyzicky podílet na vzniku jídla a neulehčovat si takto práci, což je podobné jako v případě automobilů, který znehodnotil pěší chůzi. Lze připravit jídlo s láskou, kterého se, dá se říci, ani nedotkneme, jen nastavíme program na robotu? S tím souvisí i forma jedení. Radostný zážitek z jídla má nahradit jeho kvantitu. Berry hovoří o konkrétní představě, že víme, co právě jíme a je to výsledkem lidské práce. (Librová, 1994)

3.2.6 Šatník

Jak by nás již mohlo napadnout, lidé dobrovolně skromní nemají zbytečně příliš šatů. Nechodí nakupovat stále další, nové a nové oblečení. Naopak, mají univerzální oblečení, vhodné téměř ke všemu, které nosí, dokud se na nich „nerozpadne“. Oblečení je často zděděné po někom, případně když je opravdu nutné sehnat „nové“ oblečení, tak nákupy v second-handu nejsou výjimkou. (Babauta, 2011)

3.2.7 Dobrovolně skromní lidé

V České republice žijí rodiny i jednotlivci, kteří vedou dobrovolně skromný život, vzpírající se představě vysoké spotřeby. Věková struktura se pohybuje od 22 do 63 let. Často se jedná o rodiny s větším počtem dětí, případně rodiny plánující více dětí. Lidé s křesťanským vyznáním jsou také velmi často ochotni dobrovolně se omezovat. Poměrně zvláštní je výskyt kategorie tzv. starých mládenců. Je možné, že podílení se na ochraně přírody je jakýmsi obranným mechanismem před společností, pro kterou je osamělý muž ve středních letech poměrně netypickým jevem a zbavuje muže jeho sociální prestiže. (Librová, 1994)

Lidé, kteří se dobrovolně omezují a jsou zastánci ekologicky příznivého způsobu života, mají většinou středoškolské vzdělání, případně vysokoškolské. Muži se hojně věnují jiné

profesi, než kterou vystudovali, zejména únik od technického vzdělání je obvyklý. Ženy mají obvykle středoškolské vzdělání, jsou ale téměř všechny v domácnosti. (Librová, 1994)

Příznačný je i místo jejich bydliště. Nejčastěji žijí na vesnicích a menších městech. Když už se objevili lidé z větších měst, byly pro ně typické vyjíždky na chalupy do menších měst a vesnic, obvykle s plánem se později odstěhovat právě do těchto rekreačních nemovitostí. (Librová, 1994)

Lidé, kteří se dobrovolně omezují, nejsou příliš bohatí, naopak. Ale to pouze z toho důvodu, že vědomě odmítají například lepší zaměstnání, které by bylo na úkor jejich přístupu k životu, který je pro ně podstatný. Rodiny často žijí pouze z příjmu muže i přes to, že žena by mohla jít také do zaměstnání, ale rodina je ochotna spokojit se s nízkým příjmem. Rodiny často také žijí s existenčním minimem a přesto přispívají na veřejné záležitosti. (Librová, 1994)

Může se zdát, že jsou lidé chudí, ale není tomu tak, neboť oni sami to tak necítí. Nemají mnoho a také mnoho nespotebovávají, nejde jim o objem majetku ani peněz. Některé rodiny utrácí téměř veškeré své peníze do oprav nemovitosti. Mohlo by se zdát, že utrácí mnoho, ale není to investice zbytečná, díky tomu vznikají předměty trvalé hodnoty. Nejde o předměty typu "kup a zahod". Vybavení domácnosti bývá starší, zděděné nebo z druhé ruky. Oproti běžným rodinám mají pouze základní vybavení domácnosti, jako je chladnička, vysavač, pračka, ale přístroje ulehčující práci v kuchyni zde většinou chybí. (Librová, 1994)

Které předměty jsou typické pro domácnosti, které se dobrovolně omezují? Bicykl, šicí stroj, psací stroj, hudební nástroje, přístroje pro přehrávání hudby a vybavení domácí dílny. Zejména bicykl je charakteristický, často ho bývá v rodině tolik, kolik je členů rodiny. Nechuť ke složitým zařízením je typická, raději používají starší předměty, na kterých je práce mnohdy náročnější. Nové předměty a přístroje příliš nekupují, a když už se nějaký rozbije, často si ho sami opraví. (Librová, 1994)

Dovolenou tráví převážně v Čechách nebo na Slovensku. Nemají rádi hromadné cestování s cestovními kanceláři a touží po cestování do zahraničí k moři. (Librová, 1994)

I přes tahle všechna omezení se cítí tyto lidé šťastní. Těmito skromnými prostředky dosahují spokojeného života. Splňují ideu bohatého života, kterého dosahují skromnými prostředky. (Librová, 1994)

3.2.7.1 Minimalisté

Lidé dobrovolně skromní, kteří berou ohledy na přírodu, si také říkají minimalisté. Snaží se zbavovat zbytečností a více se věnovat věcem, které jim přináší radost. Nenakupují zbytečně, nespotřebovávají mnoho a vyhýbají se skladování. Jsou schopni žít spokojeně s tím, co opravdu potřebují a činí je šťastné. Obdivují krásy přírody. Preferují kvalitu před kvantitou. (Babauta, 2011)

3.2.7.1.1 Minimalistické principy

- „1. **Pozbytí nepotřebného.** Toto neznamená zbavit se všeho, jen nepotřebných věcí.
 2. **Identifikace nejdůležitějšího.** Co je pro vás osobně to nejdůležitější? Co vás činí šťastnými? Co má a bude mít největší vliv na vaši budoucí kariéru a celý život?
 3. **Vše se počítá.** Mějte na paměti, že ať děláte nebo vlastníte cokoliv, mělo by to mít smysl. Na všem by mělo záležet.
 4. **Naplňujte svůj život radostí.** Neplýtvajte svým životem. Vložte do něj něco úžasného.
 5. **Upravujte, upravujte.** Minimalismus není definitivní. Je to neustálý proces zlepšování, revidování a upravování životního stylu“.
- (Babauta, 2011)

4 Sociologický průzkum

Sociologický průzkum byl prováděn pomocí ankety, což je zřejmě nejjednodušší a nejrychlejší způsob, jak získat od respondentů pravdivé odpovědi, aniž by se museli bát odpovídat, protože anketa je anonymní. Anketní lístky byly rozdány do obchodů v malých vesnicích do 1000 obyvatel, kde se očekávalo získání odpovědi především od obyvatel nad 40 let. Dále bylo využito spolupráce kolegů, kteří pracují s mými rodiči a byli ochotni zúčastnit se průzkumu. Také nesmí být opomenuto vystavení ankety na internet, kde bylo očekáváno dostatek odpovědi především mladší generace.

V anketě byly otázky, kde bylo možné vybrat pouze jednu správnou odpověď, ale také otázky, kde bylo možné označit více možností. Použita byla také matice výběru z možností. Otázky byly uzavřené i otevřené, kde měli lidé možnost se více rozepsat, případně doplnit odpovědi.

Anketa byla sestavena ze dvou částí. V první části ankety bylo žádoucí získat základní údaje o respondentech jako je pohlaví, věk, vzdělání atd. To bylo velice důležité k zjištění postavení respondenta ve společnosti. Díky tomu bylo možné posoudit určité spojitosti mezi tím, jak se chovají lidé z vesnicí či obcí, staří nebo mladí, více či méně studovaní lidé.

Druhá část ankety už měla ukázat, jak daný respondent žije a pomocí toho odhalit, do jaké míry je šetrný k životnímu prostředí a z jakého důvodu. Jak zde již bylo uvedeno, být dobrovolně skromný neznamena pouze se omezovat, ale musí to vycházet z vlastního přesvědčení. Je možné říci, že když se lidé omezují z ekonomických důvodů, neznamena to, že jsou vyloženě dobrovolně skromní.

4.1 Hypotézy

Podle cíle této práce byly stanoveny hypotézy, které měla následná anketa buďto potvrdit, nebo vyvrátit. Hypotézy jsou následující:

- Lidé pocházející nebo žijící v obci mají větší vztah k přírodě a větší zájem o ekologický způsob života než lidé z měst.
- Lidé starší 40 let jsou ohleduplnější k životnímu prostředí než lidé mladší 40 let.
- Vzdělaní lidé jsou více ochotni omezit spotřebu v zájmu ochrany životního prostředí.
- Ženy jsou více ochotny se uskromnit než muži.
- Lidé, kteří si uvědomují problém zhoršujícího se životního prostředí, se chovají šetrněji k životnímu prostředí než lidé, kteří si tento problém neuvědomují.

Aby bylo možné hypotézy potvrdit nebo vyvrátit, byly odpovědi na otázky ve výzkumné části ohodnoceny podle toho, jak s danou otázkou souvisí. Například když je potřeba zjistit, zda jsou lidé ochotni omezit spotřebu v zájmu ochrany životního prostředí, jsou pro nás primární odpovědi typu – ano, z ekologických důvodů a jiné nás nemusejí zajímat, kdežto když je hledána pouze odpověď na otázku, kdo je ochoten více se uskromnit, je pro nás důležitá odpověď ano nebo ne a nemusí nás dále zajímat z jakého důvodu.

4.2 Vyhodnocení sociologického průzkumu

V průzkumu bylo osloveno přesně 100 lidí, z toho bylo 51 žen a 49 mužů. Snažil jsem se, aby se do průzkumu zapojily všechny věkové kategorie, což se nakonec také povedlo. Největší zastoupení měla mladá generace, respondentů do 26 let bylo celkem 39, druhá nejpočetnější kategorie byla 41-70 let kde bylo 29 respondentů. Dále bylo 23 respondentů v kategorii 27 – 40 a nejméně, dle očekávání, 9 respondentů nad 70 let.

Nejvíce respondentů dosáhlo středoškolského vzdělání, celkem 52, 35 lidí bylo vyučeno, 7 lidí dosáhlo vysokoškolského vzdělání a nejméně 6 lidí dokončilo pouze základní vzdělání.

Celkem 38 lidí, kteří vyplnili anketu, pochází z obce do 5000 obyvatel. 36 lidí pochází naopak z města nad 50 000 obyvatel. Nejmenší zastoupení má skupina pocházející z menšího města, 5001 – 50 000 obyvatel, těch se zúčastnilo 26. Velmi podobně to dopadlo s místem jejich aktuálního bydliště. V obci do 5000 obyvatel jich žije 41, ve velkém městě, nad 50 000 obyvatel, žije 40 respondentů a nejméně, 19 respondentů, žije v menším městě s 5001 – 50 000 obyvateli.

Poměrným překvapením bylo, že 63 respondentů uvedlo, že rozumí pojmu „dobrovolná skromnost“. 19 respondentů odpovědělo, že neví a jen 18 respondentů tomuto pojmu nerozumí (viz příloha č. 2 – graf 1). Na otázku, zda se domnívají, že současný stav životního prostředí není trvale udržitelný, odpovědělo 66 respondentů kladně. 22 respondentů odpovědělo záporně a jen 12 lidí odpovědělo nevim.

Další otázky už měly ukázat, jak se lidé dokáží omezovat a z jakých důvodů tak činí. V následujícím bloku otázek měli respondenti na výběr z 3 odpovědí: Ano, z ekonomických důvodů; Ano, z ekologických důvodů; Ne. Vždy mohli zvolit pouze jednu správnou odpověď.

Dávám přednost cestování MHD před automobilem.

Odpovědi na tuto otázku nebyly moc velkým překvapením. Lidé jsou v dnešní době velmi pohodlní a na auto si už velmi zvykli, což jen potvrzují následující odpovědi. Pouhých 7 respondentů odpovědělo ano, z ekologických důvodů. Nejvíce respondentů, celkem 49, odpovědělo záporně a zbylých 44 sice dávají přednost MHD, ale jen z ekonomických důvodů (viz příloha č. 2 – graf 2).

Používám energeticky úsporné spotřebiče.

Úsporné spotřebiče nepoužívá 32 respondentů, 44 respondentů je používají z ekonomických důvodů a 24 respondentů z ekologických důvodů.

Třídím odpad (sklo, papír, plast).

Odpovědi na tuto otázku by měly vyvolávat velmi dobrý pocit. Třídít běžný odpad se už dostalo do podvědomí mnoha lidí a navíc to dělají z ekologických důvodů. 75 respondentů ze 100 třídí tento odpad z ekologických důvodů, 8 respondentů z ekonomických důvodů a jen 17 respondentů netřídí tento nejběžnější odpad (viz příloha č. 2 – graf 3).

Třídím bioodpad.

Opět otázka na třídění odpadu, tentokrát s mnohem horšími výsledky. 63 respondentů netřídí bioodpad vůbec. Jedním z důvodů může být menší zastoupení kontejnerů na bioodpad, než je tomu u jiného odpadu. 32 respondentů ho třídí z ekologických a 5 respondentů z ekonomických důvodů.

Třídím kovy.

Poslední otázka na třídění se věnuje tentokrát kovům. 49 respondentů kovy netřídí vůbec, 35 respondentů třídí z ekologického a 16 z ekonomických důvodů.

Šetřím pitnou vodu.

40 respondentů uvedlo, že pitnou vodu nešetří. Pozitivní je alespoň to, že když už ji lidé šetří, tak převážně z ekologických důvodů a to 34 respondentů. Zbýlých 26 respondentů ji šetří z ekonomických důvodů.

Pěstují ovoce a zeleninu pro svoji vlastní potřebu.

56 respondentů si vlastní ovoce a zeleninu nepěstuje. 25 respondentů si ji pěstuje z ekologických a 19 z ekonomických důvodů. Na těchto nebylo nic zvláštního, ale bylo očekáváno, že lidé pěstující ovoce a zeleninu budou z velké části z vesnic. Překvapením bylo, že ze 44 lidí, co pěstují zeleninu, je jich pouhých 20 z vesnic, což je zhruba 45 %.

Nakupuji zboží regionálních výrobců.

U regionálních výrobců nenakupuje 64 respondentů, pouhých 36 u nich nakupuje. Potěšující na tom je fakt, že 26 respondentů to dělá z ekologických důvodů, zbylých 12 z ekonomických.

Rozbitou věc se pokusím opravit, pak teprve koupím novou.

Češi jsou národem kutilů. 84 respondentů se rozbitou věc nejdříve pokusí opravit, i když je to hlavně z ekonomických důvodů (73 respondentů). 12 respondentů opravuje rozbité věci z ekologických důvodů a pouhých 16 respondentů se o opravu nepokouší.

Nechodím zbytečně nakupovat věci, které nepotřebuji (pro radost).

Bylo očekáváno, že hlavně ženy na tuto otázku budou odpovídat záporně. Záporných odpovědí bylo 38 a z toho, pro mě celkem překvapivě, pouhá polovina žen. Největší zastoupení měla kladná odpověď, 54 respondentů nechodí zbytečně nakupovat z ekonomických důvodů a zbylých 9 respondentů z ekologických důvodů. Zde se velmi projevuje konzumní způsob života. Pouhých 9 respondentů si zřejmě uvědomuje tento problém.

Nepřetápím zbytečně domácnost.

Zde jsou téměř totožné odpovědi jako u předchozí otázky. Svoji domácnost nepřetápí 55 respondentů z ekonomických důvodů a 15 respondentů z ekologických důvodů. Ostatních 30 respondentů svoji domácnost přetápí.

Necestuji na dovolenou zbytečnou dálku (letecky).

Dalo by se říci, že zde se nachází jeden z kamenů úrazu moderní doby. Dovolená letecky, například do Egypta, již není tak drahá jako dřív. Mnohdy bývá levnější než dovolená v Evropě a navíc zaručuje téměř vždy krásné počasí a vysoké teploty. 67 respondentů odpovědělo na tuto otázku záporně, tudíž cestují letecky větší dálku. 24 respondentů necestují, ale pouze z ekonomických důvodů, takže se nedá vyloučit, že by se nepřidali k většině. Pouhých 9 respondentů necestuje velké dálky na dovolenou z ekologických důvodů (viz příloha č. 2 – graf 4).

Potraviny nakupují jen v takovém množství, které spotřebují (nevyhazují potraviny).

Na závěr tohoto bloku otázek tu jsou dvě ohledně potravin. Čtvrtina respondentů nenakupuje jen v takovém množství, které spotřebuje. Zdá se to jako poměrně vysoké číslo, když si uvědomíme, že každý 4. vyhazuje potraviny, zatímco jinde ve světě je velký nedostatek potravin. Z ekonomických důvodů nakupuje potraviny v přiměřeném množství 54 respondentů a 21 respondentů tak činí z ekologických důvodů.

Připravují si vlastní jídlo, ne polotovary.

Druhá otázka ohledně jídla dopadla obdobně jako předchozí. V Česku nepanuje taková obliba polotovarů jako například v Americe, proto jen 27 respondentů odpovědělo záporně na tuto otázku. Nejvíce respondentů (55) si připravuje vlastní jídlo z ekonomických důvodů a 18 respondentů z ekologických důvodů.

Po bloku otázek, u kterých musel respondent zvolit jednu ze tří možností, přišly na řadu otevřené otázky, nebo otázky s více možnostmi. Čistě otevřené otázky měly nabídnout respondenta k zamyšlení, zda existují další způsoby, kterými se dobrovolně omezuje, buďto z ekologických, nebo ekonomických důvodů.

Bylo zajímavé sledovat, zda se respondenti pokusí něco vymyslet, nebo otázku raději přeskochí. Další způsoby dobrovolného omezování z ekologických důvodů uvedlo pouze 5 respondentů. Uvedli například používání malého množství čisticích prostředků, používání sešitů z recyklovaného papíru, používání domácích vajíček a krmení slepic nespotebovanými potravinami.

Překvapením bylo, že u stejné otázky, akorát z ekonomických důvodů, bylo ještě méně odpovědí. Objevily se pouhé dva další způsoby dobrovolného omezování z ekonomických důvodů a to následující: „Neutrácím za zábavu (kino, divadlo, restaurace, hospody) a dávám přednost nákupu potravin v akci.“ a „Kupuji si jen to, co opravdu potřebuji.“

Následující otázka měla zjistit, čeho by se lidé dokázali dobrovolně vzdát. Na výběr měli z pěti možností, bylo ale možné jich označit více, případně i nějaké další dopsat. 79 respondentů uvedlo, že by se dokázalo vzdát drahého (značkového) oblečení. Leteckého cestování by se vzdalo 48 respondentů. Vzdát se cestování autem (25 respondentů) nebo elektrických spotřebičů (27 respondentů) by dokázala alespoň čtvrtina respondentů. Pouze 6 respondentů uvedlo, že by se dokázali vzdát něčeho jiného (viz příloha č. 2 – graf 5).

Zjistit, z jakého důvodu jsou lidé ochotni se dobrovolně omezovat, měla následující otázka. Nejčastější motivací k dobrovolnému sebeomezování jsou peníze, což uvedlo jako odpověď 72 respondentů. To svědčí, že se nejedná o dobrovolnou skromnost jako takovou. Na druhém místě se umístila láska k přírodě, kterou zvolilo 47 respondentů. Udržitelný rozvoj zvolilo 38 respondentů a 9 respondentů uvedlo, že nemají žádnou motivaci (viz příloha č. 2 – graf 6).

A poslední otázka zněla: „Kdo vás k tomu motivuje (k dobrovolnému sebeomezování)?“ 79 respondentů uvedlo, že je k tomu motivuje vlastní přesvědčení, 18 respondentů motivuje rodina a 12 respondentů motivuje tlak společnosti.

4.3 Výsledky s ohledem na stanovenou hypotézu

4.3.1 Bydliště a styl života

Jedna z hypotéz, která se měla ověřit, zněla následovně: „Lidé pocházející nebo žijící v obci, mají větší vztah k přírodě a větší zájem o ekologický způsob života než lidé z měst.“

Respondentů pocházejících nebo žijících v obci, tím je myšleno v obci do 5000 obyvatel, bylo celkem v průzkumu 52. Zbýlých 48 žije nebo pochází z města (nad 5000 obyvatel). Aby bylo zjištěno, kdo má větší zájem o ekologický způsob života, byly pokládány otázky, na které se dalo odpovědět: „ano, z ekologických důvodů.“ Za každou takovou odpověď obdržela daná skupina respondentů bod. Další bod mohli získat, pokud odpověděli, že motivací k dobrovolnému sebeomezování je láska k přírodě. Celkem tak lidí z vesnic mohli získat 780 bodů, lidé z měst 720, protože mají o 4 respondenty méně.

Respondenti z vesnic získali celkem 236 bodů, respondenti z města 152 bodů. Jelikož respondentů není stejný počet, nemá toto pro nás žádnou vypovídající hodnotu, proto zjistíme hodnotu v procentech.

Respondenti z vesnic získali celkem 30 % možných bodů, kdežto respondenti z měst získali jen 21 % bodů. Z výsledků je patrné, že lidé z vesnic mají opravdu větší zájem o ekologický způsob života než lidé z měst a také se podle toho tak chovají. Hypotéza je podle následujících výsledků potvrzena (viz příloha č. 2 – graf 7).

Dále také bylo zjištěno, že 67 % respondentů z vesnic rozumí pojmu „dobrovolná skromnost“, zatímco respondentů z měst je 58 %. Na druhou stranu o tom, že současný stav není trvale udržitelný, ví více lidí z měst, konkrétně 73 %, kdežto respondentů z vesnic to ví necelých 60 %.

4.3.2 Věk a styl života

Spojitost mezi bydlištěm a způsobu života je zřejmá, když byla potvrzena předchozí hypotéza. Zajímavá je i spojitost mezi věkem a způsobem života. Hypotézou bylo tvrzení, že lidé starší 40 let jsou ohleduplnější k životnímu prostředí než lidé mladší 40 let.

Jelikož se řeší pouze, zda jsou ohleduplnější k životnímu prostředí, nezajímá nás, zda je to z ekonomických, či ekologických důvodů, jako u předešlé hypotézy. Proto byl za každou kladnou odpověď na otázku získán bod. Navíc byly v dotazníku úmyslně ještě otevřené otázky, kde mohl respondent dopsat další možnosti, jak se dobrovolně omezuje a také čeho by se dokázal dobrovolně vzdát. Za každou smysluplnou odpověď mohl respondent získat další bod.

Respondentů pod 40 let bylo 62 a celkový počet bodů, kterých mohli dosáhnout, bylo 1240. Respondentů nad 40 let bylo 38 a celkově mohli dosáhnout 760. Aby byly výsledky srovnatelné, byly opět převedeny na procenta.

Respondenti pod 40 let získali celkem 44 % možných bodů, zatímco starší respondenti, nad 40 let, získali téměř 62 % možný bodů. Hypotéza byla opět potvrzena, lidé nad 40 let

se chovají opravdu ohleduplněji k životnímu prostředí, než lidé mladší (viz příloha č. 2 – graf 8).

4.3.3 Vzdělanost a styl života

Následující hypotéza je téměř totožná, jako předchozí dvě, jen nás nezajímá věk respondentů, původ nebo místo bydliště, ale jejich vzdělanost. Hypotéza říká, že vzdělaní lidé jsou více ochotni omezit spotřebu v zájmu ochrany životního prostředí, proto byly opět využity odpovědi typu: „ano, z ekologických důvodů.“

Nejdříve bylo nutné oddělit více a méně vzdělané respondenty. Jako více vzdělaní byli označeni ti respondenti, kteří dosáhli středního vzdělání ukončeného maturitou a respondenti s vysokoškolským vzděláním. Mezi méně vzdělané patří respondenti se základním vzděláním, s výučním listem, nebo se střední vzděláním bez maturity.

Anketního šetření se zúčastnilo 59 více vzdělaných a 41 méně vzdělaných respondentů. I přesto, že vzdělaných bylo mnohem více, získali skoro stejné množství bodů, jako méně vzdělaní. Procentuálně to dopadlo následovně: více vzdělaní získali pouhých 22 % možných bodů, kdežto méně vzdělaní získali 30 % možných bodů. Hypotéza byla vyvrácena, a proto byly zajímavé ještě další dvě doplňující otázky (viz příloha č. 2 – graf 9).

První byla, zda rozumí pojmu „dobrovolná skromnost“ a druhá, zda si uvědomují, že současný stav životního prostředí není trvale udržitelný. Obě strany jsou obeznámeny s těmito skutečnostmi téměř totožně. „Dobrovolné skromnosti“ rozumí na obou stranách shodně 63 % respondentů, a že současný stav životního prostředí není trvale udržitelný je známo 64 % více vzdělaným a 68 % méně vzdělaným respondentům.

4.3.4 Pohlaví a styl života

Následující hypotéza byla velmi překvapující: „Ženy jsou více ochotny se uskromnit než muži.“ Mé přesvědčení, že se tuto hypotézu nepodaří potvrdit, bylo ale rychle vyvráceno.

Ankety se zúčastnilo 51 žen a 49 mužů a opět nás zajímalo pouze to, zda se dokáží uskromnit a je jedno jestli z ekonomických nebo ekologických důvodů. Výsledky byly

poměrně vyrovnané. Ženy dosáhly 54 % a muži 49 % možných bodů (viz příloha č. 2 – graf 10).

Více žen také rozumí pojmu „dobrovolná skromnost“. 71 % žen oproti pouhým 55 % mužů. Na otázku, zda současný stav životního prostředí není trvale udržitelný, odpovědělo 69 % mužů a 63 % žen kladně.

4.3.5 Uvědomělý respondent a styl života

Poslední hypotéza byla zaměřena na to, zda se lidé, kteří si uvědomují problém zhoršujícího se životního prostředí, chovají šetrněji k životnímu prostředí než lidé, kteří si tento problém neuvědomují. Respondentů, kteří si tento závažný problém uvědomují, je 66, zatímco respondentů, kteří si tento problém neuvědomují, je 22. Respondenti, kteří nedokázali odpovědět, zda si uvědomují již zmíněný problém, nebyli zařazeni do následujícího zkoumání. Sledovaná byla pouze šetrnost k životnímu prostředí, nikoli další důvody a motivace.

I přestože jsou si respondenti vědomi toho, že se zhoršuje životní prostředí, nechovají se šetrněji k životnímu prostředí než respondenti, kteří si toho vědomi nejsou. Uvědomělí respondenti dosáhli pouze 44 % možných bodů, zatímco neuvědomělí respondenti získali 51 % možných bodů. Tyto výsledky jsou překvapivé a vyvrací výše zmíněnou hypotézu (viz příloha č. 2 – graf 11).

Uvědomělí respondenti ale lépe rozumí pojmu „dobrovolná skromnost,“ který je jasný 67 % respondentů. Respondenti, kteří si neuvědomují problém zhoršujícího se životního prostředí, převážně nerozumí pojmu „dobrovolná skromnost“. Jen 46 % těchto respondentů rozumí již zmíněnému pojmu.

5 Závěr

V této práci je poukázáno na „dobrovolnou skromnost“ jako variantu životního stylu. Důležitost tohoto životního stylu je neoddiskutovatelná. Současný svět je sužován ekologickou krizí a tento životní styl může pomoci zastavit nebo alespoň přibrzdit tento globální problém. Cílem teoretické části bylo objasnit, co znamená pojem dobrovolná skromnost a jak je možné uskromnit lidské chování tak, aby bylo více v souladu s přírodou. Zajímavou skutečností je, že 63 % respondentů již vědělo, co pojem dobrovolná skromnost znamená.

Anketnímu šetření ukázalo, v jaké činnosti jsou lidé ochotni se omezit z ekologických důvodů. Lidé jsou ochotní se nejvíce omezovat při třídění běžného odpadu, jako je plast, sklo a papír. Tuto činnost provádí až 75 % respondentů. Druhým nejrozšířenějším ústupkem, který jsou lidé ochotni vykonávat, je třídění kovů, což uvedlo 35 % respondentů. Naopak nejméně se omezují při rozhodování mezi jízdou autem či využitím MHD. Z ekologických důvodů volí MHD pouhých 7 % respondentů. Pouhých 9 % respondentů necestují na dovolenou zbytečnou dálku, čímž je myšleno letecky, z ekologických důvodů. Nejčastějším důvodem k dobrovolnému sebeomezování, jak vyplynulo z ankety, jsou peníze a láska k přírodě.

Po srovnání výsledků bylo možné říci, že styl života ovlivňují různé faktory. Nejprve byla potvrzena hypotéza, která vychází z předpokladu, že lidé pocházející nebo žijící v obci, mají větší vztah k přírodě a větší zájem o ekologický způsob života, než lidé z měst. Dalším faktorem ovlivňující životní styl byl věk, protože bylo prokázáno, že lidé starší 40 let jsou ohleduplnější k životnímu prostředí, než lidé mladší. Také bylo prokázáno, že ženy jsou ochotny se více uskromnit než muži.

Naopak zajímavé bylo zjištění, že vzdělání a znalosti ohledně horšícího se životního prostředí nemají vliv na lepší chování vůči přírodě. Bylo vyvráceno, že více vzdělaní lidé jsou ochotni více omezit spotřebu v zájmu ochrany životního prostředí než méně vzdělaní. A totéž bylo vyvráceno i u lidí, kteří si uvědomují problém zhoršujícího se životního prostředí, oproti lidem co si tento problém neuvědomují, nehledě na výši jejich vzdělání.

Dle mého názoru je důležité rozšířit výuku ve školách, aby se děti učily o problémech zhoršujícího se životního prostředí, možných následcích a také způsobech, kterými je možné zlepšit nevyhovující stav. Tyto informace by mohli být vysvětlovány v předmětech, jako je občanská výchova, chemie nebo biologie. Neopomíjel bych důležitost rozvíjet informace o ekologii v dospělosti. Například besedy o správném ekologickém chování pořádané státem, městem, obcí, zaměstnavatelem či jiným subjektem, které by mohli být vedeny nějakým ekologickým sdružením. Nezbytnou součástí bude vyvíjet technologie, které jsou ekologicky šetrné. Zejména v oblasti automobilového průmyslu. Využívání automobilu je považováno za hlavní zdroj znečištění biosféry. Přitom pouze každý čtvrtý člověk by byl ochotný vzdát se automobilu.

Toto téma je velice obsáhlé a zasloužilo by si další zkoumání. Zajímavé by bylo nalezení dalších faktorů, které ovlivňují rozhodnutí lidí žít v souladu s přírodou. Nebo zkoumání a objevování důvodů, proč lidé nejsou ochotni uskromnit se v nějaké konkrétní oblasti zkoumání. Například plýtvání zdroji pitné vody by bylo velice zajímavé téma, které by si zasloužilo další rozšíření, neboť světu hrozí, že bude nedostatek zdrojů pitné vody. Nebo naopak podívat se na problém z jiného pohledu. Zaměřit se na konzumní způsob života, objevit faktory, které ovlivňují lidské myšlení a nutí ho k přehnané spotřebě a objevit způsob, jak proti tomu bojovat.

Citovaná literatura

BABAUTA, Leo. *The simple guide to a minimalist life*. 1. vyd. New York: Walking Lion Press, 2011, 84 s. ISBN 1434103110.

DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. 4., nezměň. vyd. Praha: Karolinum, 2011, 372 s. ISBN 9788024619668.

KELLER, Jan. *Až na dno blahobytu*. 2. vyd. Brno: hnutí DUHA, 1995. str. 143. 80-902056-0-7.

KOHÁK, Erazim. *Zelená Svatozář, kapitoly z ekologické etiky*. 3. vyd. Praha: A. Miltová, J. Ryba, 2000. str. 204. 80-85850-86-9.

LIBROVÁ, Hana. *Pestří a zelení: Kapitoly o dobrovolné skromnosti*. 1. vyd. Brno: Veronica, Hnutí duha, 1994, 218 s. ISBN 80-85368-18-8.

LIBROVÁ, Hana. *Vlažní a váhaví: (kapitoly o ekologickém luxusu)*. Vyd. 1. Brno: Doplněk, 2003, 319 s. Společensko-ekologická edice, sv. 8. ISBN 8072391496.

MACHONIN, Pavel a Milan TUČEK. *Česká společnost v transformaci: k proměně sociální struktury*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství, 1996, 364 s. Studie (Sociologické nakladatelství), sv. 11. ISBN 8085850176.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Mládež na křižovatce: sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Vyd. 1. Praha: Svoboda Servis, 2004, 240 s. ISBN 8086320332.

SIMMEL, Georg. *Peníze v moderní kultuře a jiné eseje*. 2. vyd. Překlad Otakar Vochoč. Praha: Sociologické nakladatelství, 2006, 206 s. KLAS (Klasická sociologická tradice), 1. sv. ISBN 8086429598.

ŠANDEROVÁ, Jadwiga. *Sociální stratifikace: problém, vybrané teorie, výzkum*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2000, 172 s. ISBN 8024600250.

TUČEK, Milan. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Vyd. 1. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003, 428 s. Studie (Sociologické nakladatelství), sv. 37. ISBN 8086429229.

Přílohy

Příloha č. 1 – anketa

Dobrý den,

Rád bych Vás požádal o vyplnění ankety, jehož výsledky budou sloužit jako podklad ke zpracování praktické části bakalářské práce na téma „Dobrovolná skromnost“ jako varianta životního stylu. Anketa je anonymní a zabere několik málo minut.

Děkuji za Váš čas.

Zakroužkujte správnou odpověď:

1. Pohlaví

1. Muž
2. Žena

2. Věk

1. Do 26 let
2. 27 – 40 let
3. 41 – 70 let
4. Nad 70 let

3. Nejvyšší dosažené vzdělání

1. Základní
2. Vyučen
3. Středoškolské s maturitou
4. Vysokoškolské

4. Pocházím z obce o počtu obyvatel:

1. Do 5000
2. 5001 – 50 000
3. Nad 50 000

5. Žiji v obci o počtu obyvatel:

1. Do 5000
2. 5001 – 50 000
3. Nad 50 000

6. Rozumíte pojmu „dobrovolná skromnost“?

1. Ano
2. Ne
3. Nevím

7. Domníváte se, že současný stav životního prostředí není trvale udržitelný?

1. Ano
2. Ne
3. Nevím

8. Zaškrtněte jednu správnou odpověď (do příslušného políčka udělejte křížek):

	Ano		Ne
	z ekonomických důvodů	z ekologických důvodů	
Dávám přednost cestování MHD před automobilem			
Používám energeticky úsporné spotřebiče			
Třídím odpad (sklo, papír, plast)			
Třídím bioodpad			
Třídím kovy			
Šetřím pitnou vodu			
Pěstuji ovoce a zeleninu pro svoji spotřebu			
Nakupuji zboží regionálních výrobců			
Rozbitou věc se pokusím opravit, pak teprve koupím novou			
Nechodím zbytečně nakupovat věci, které nepotřebuji (pro radost)			
Nepřetápím zbytečně domácnost			
Necestuji na dovolenou zbytečnou dálku (letecky)			
Potraviny nakupuji jen v takovém množství, které spotřebuji (nevyhazuji potraviny)			
Připravuji si vlastní jídlo, ne polotovary			

9. Existují další způsoby, kterými se dobrovolně omezujete z <u>ekologických</u> důvodů?	
Vypište...	
10. Existují další způsoby, kterými se dobrovolně omezujete z <u>ekonomických</u> důvodů?	
Vypište...	
11. V čem byste se dokázal omezit a dobrovolně se toho vzdát? (možno označit více)	
1.	Cestování letecky
2.	Cestování autem
3.	Drahé (značkové) oblečení
4.	Elektrické spotřebiče v domácnosti
5.	Jiné (dopište)
12. Jaká je Vaše motivace k dobrovolnému sebeomezování (i částečnému)?	
1.	Žádná
2.	Peníze
3.	Udržitelný rozvoj
4.	Láska k přírodě
5.	Jiné (dopište)
13. Kdo Vás k tomu motivuje?	
1.	Vlastní přesvědčení
2.	Rodina
3.	Tlak společnosti
4.	Jiné (dopište)

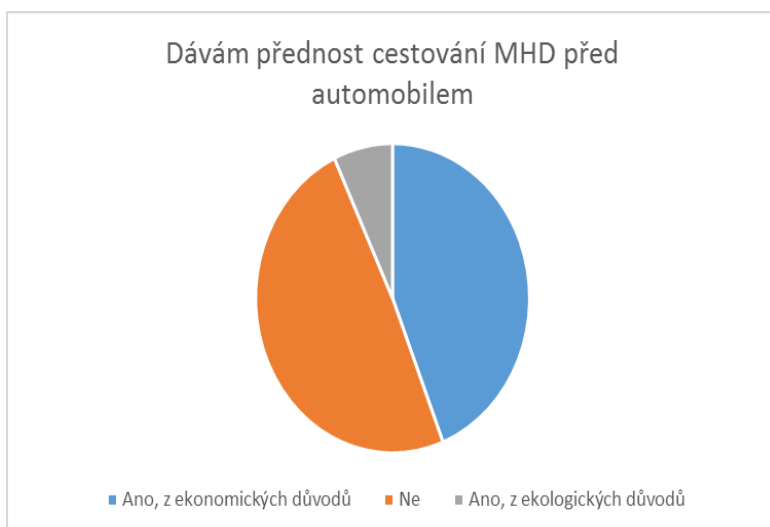
Příloha č. 2 – grafy

Graf 1



Zdroj: vlastní zpracování

Graf 2



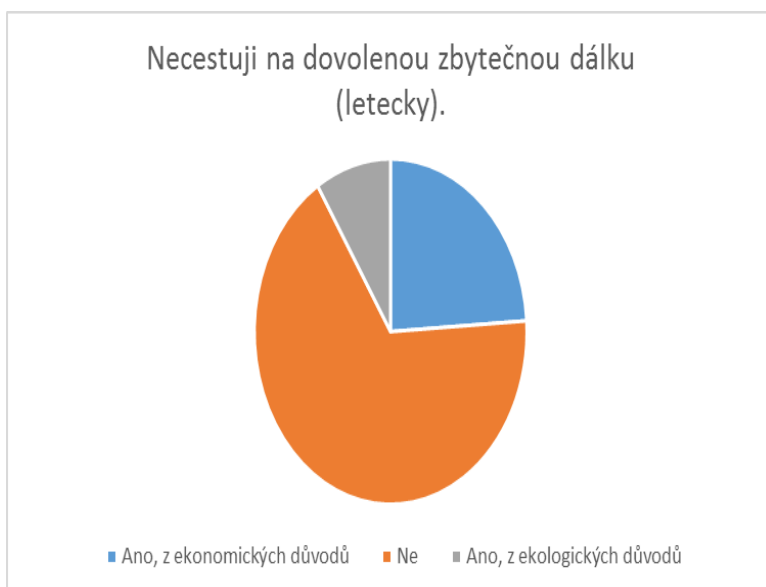
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 3



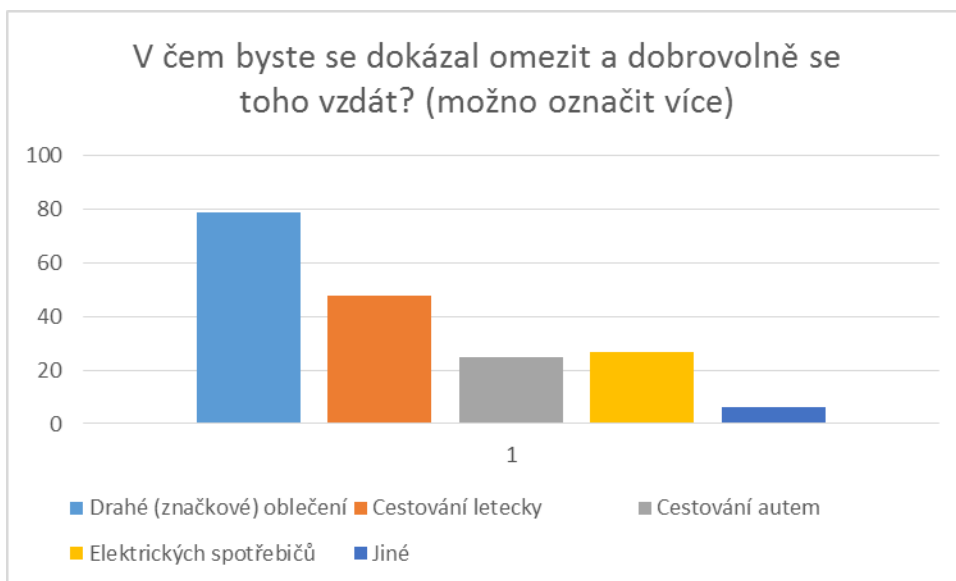
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 4



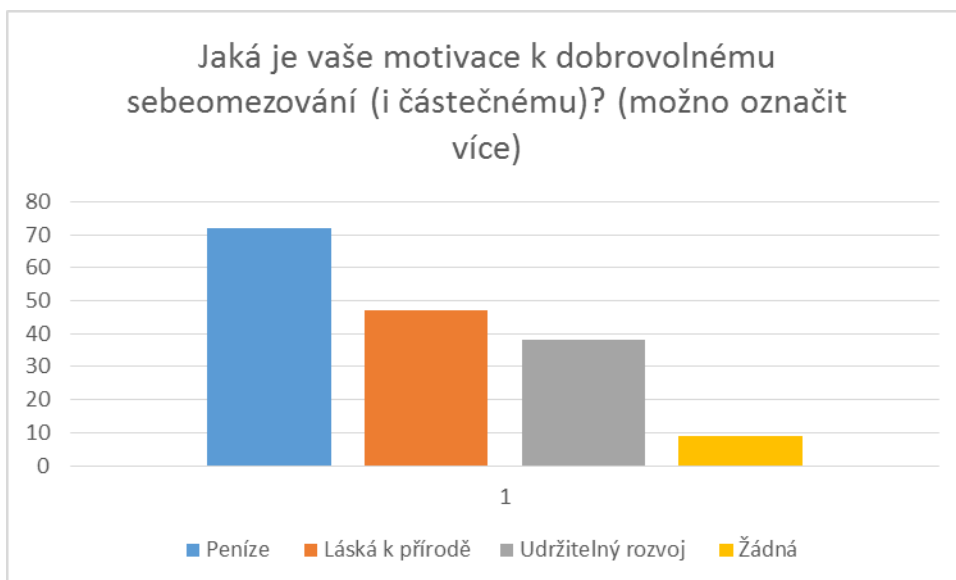
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 5



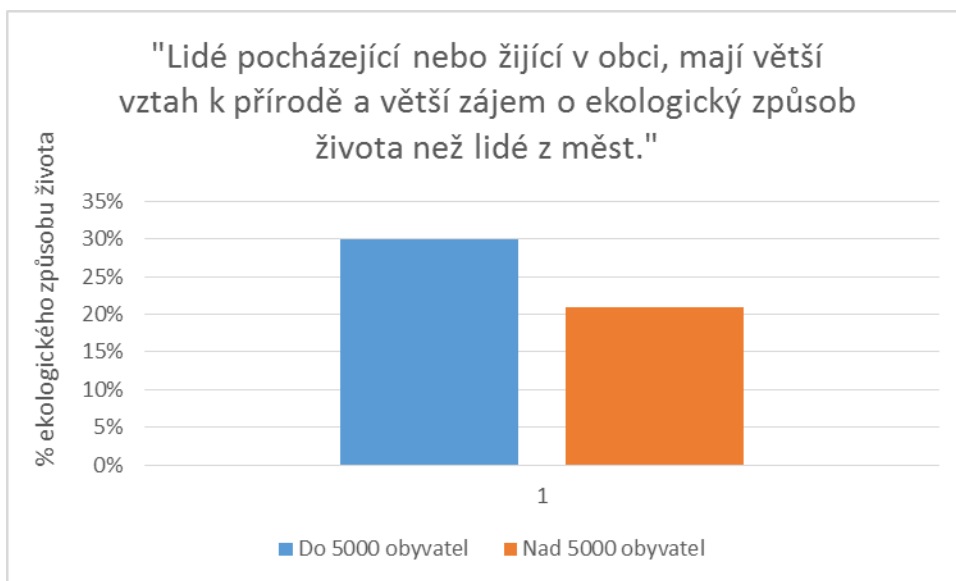
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 6



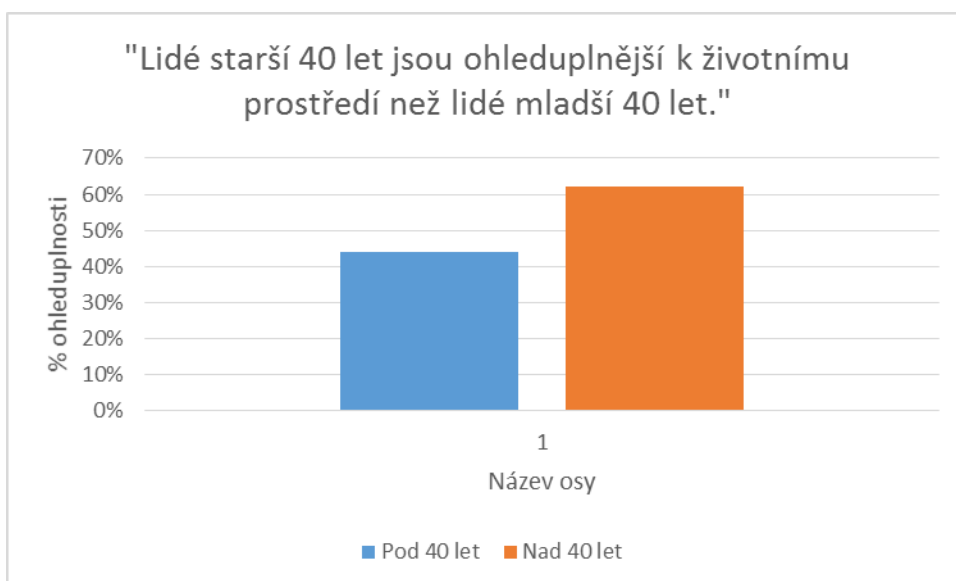
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 7



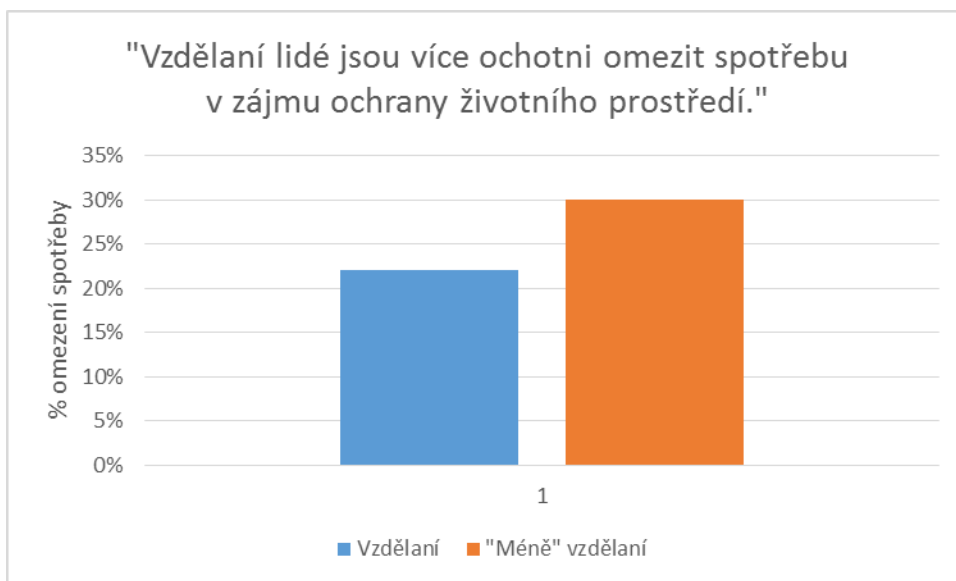
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 8



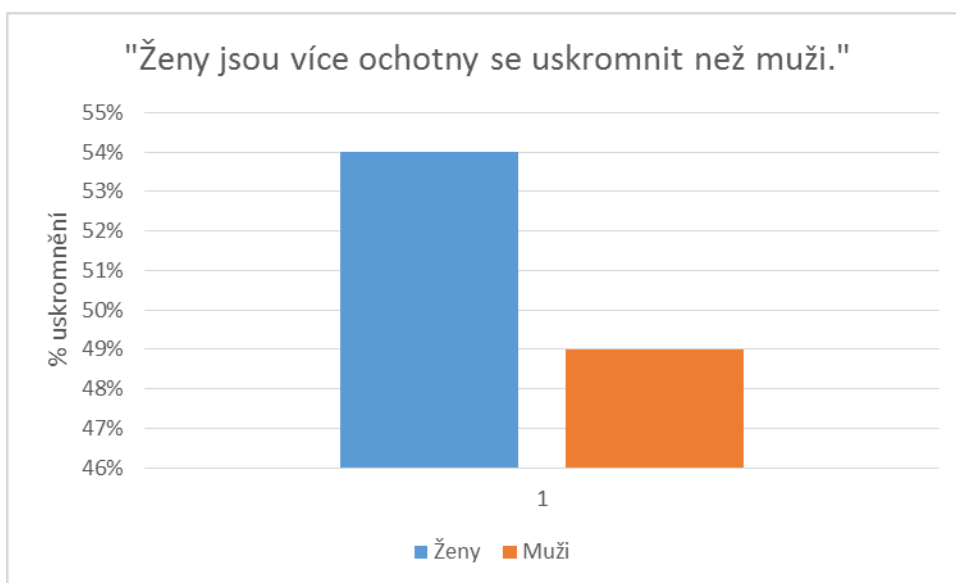
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 9



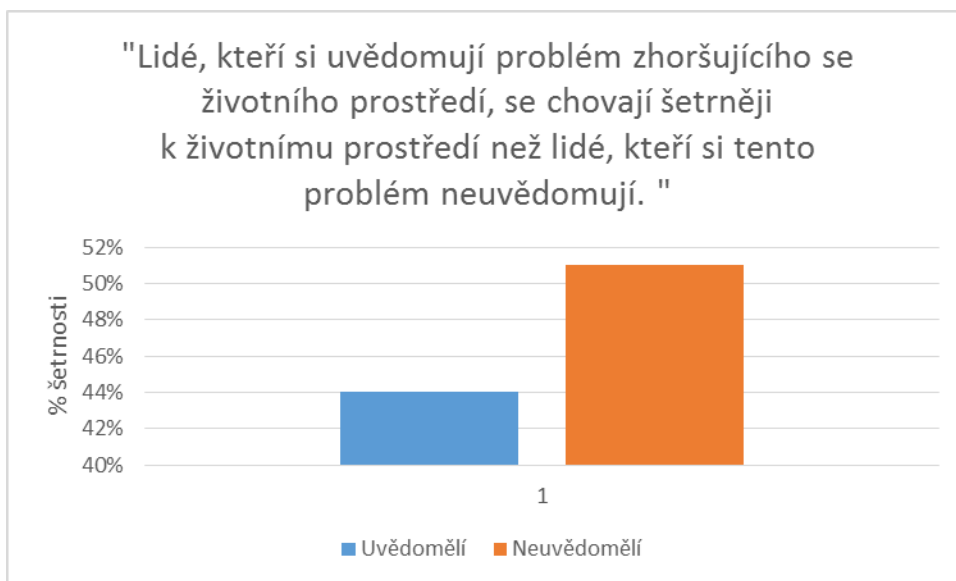
Zdroj: vlastní zpracování

Graf 10



Zdroj: vlastní zpracování

Graf 11



Zdroj: vlastní zpracování