

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

DIGITÁLNÍ NOMÁDSTVÍ JAKO ŽIVOTNÍ STYL, FENOMÉN DNEŠNÍ
MODERNÍ DOBY

Bakalářská práce

Autor: Julie Salabová, Rekreologie

Vedoucí práce: Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.

Olomouc 2020

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Julie Salabová

Název bakalářské práce: Digitální nomádství jako životní styl, fenomén dnešní moderní doby

Pracoviště: Katedra Rekreologie, Fakulta Tělesné Kultury, Univerzita Palackého v Olomouci.

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Michal Kudláček Ph.D.

Rok obhajoby bakalářské práce: 2020

Abstrakt: Tato bakalářská práce se zaměřuje na vysvětlení tématu digitálního nomádství, které se díky dostupným informacím stává populárním. Pojednává o historii, vzniku a rozebírá pracovní možnosti digitálních nomádů a jejich rozdělení. Poslední část shrnuje pozitiva a negativa tohoto stylu života. Tato práce je souhrn studií a článků v praktické části formou ankety. Zabývá se tematikou digitálního nomádství. Práce je doplněna o anketu, která zkoumá, jestli převažují pozitiva nebo negativa tohoto životního stylu, jaké je vzdělání digitálních nomádů, jaké prostředí digitální nomádi preferují, jaké jsou využívané formy nekomfortu. Záměrný výběr objektů (respondentů) byl zaměřen na digitální nomády pracující v zahraničí, kteří preferují tento životní styl.

Klíčová slova: Digitální nomád, freelancer, podnikání na volné noze, způsob života

Souhlasím s půjčováním závěrečné písemné práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author's first name and surname: Julie Salabová

Title of the thesis: Digital nomadism as a lifestyle, a phenomenon of today's modern age.

Department: Department of Recreation and Leisure Studies, Faculty of Physical Culture, Palacky University in Olomouc

Supervisor: Mgr. Michal Kudláček Ph.D.

The year of the presentation: 2020

Abstract: This bachelor thesis is focused on explaining the topic of digital nomad lifestyle, which becomes popular due to availability of information. The thesis describes history, its creation and multiple choices of nomads jobs. The last part of the thesis sums up positives and negatives of this lifestyle. This work is a summary of studies and articles in the practical part of the form of the poll. It deals with the subject of digital nomadism. The work is complemented by a poll examining whether the positives or negatives of this lifestyle prevail, what is the education of digital nomads, what digital nomads prefer in the environment, what are forms of none-comfort. The deliberate selection of objects (respondents) was aimed at digital nomads, working abroad, who prefer the lifestyle of digital nomads. In many ways, the research results were consistent with theoretical knowledge.

Key words: digital nomad, freelancer, travelling, lifestyle

I agree with lending the thessis within the librarian services.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením Mgr. Michala Kudláčka Ph.D., uvedla všechny literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne :

.....

Poděkování

Děkuji Mgr. Michalu Kudláčkovi Ph.D. za cenné rady, čas a podporu, které mi poskytl při zpracování bakalářské práce. Velké poděkování patří mé rodině za oporu.

Obsah

1	ÚVOD.....	8
2	PŘEHLED POZNATKŮ.....	9
2.1	Historie digitálního nomádství	9
2.2	Od kočovníků, barbarů po „new age travellers“	11
2.3	Charakteristika digitálního nomádství	12
2.3.1	Práce na dálku.....	17
2.4	Nomádství v současné době, ale i návrat k lidské přirozenosti.....	18
2.5	Rozdělení digitálních nomádů	19
2.5.1	Podnikání versus zaměstnání	20
2.6	Pracovní příležitosti	22
2.6.1	Práce podmíněné internetem.....	22
2.6.2	Sportovní odvětví.....	24
2.6.3	Práce určené místem.....	26
2.6.4	Ostatní	26
2.7	Pracovní prostředí	27
2.7.1	Destinace digitálních nomádů.....	28
2.7.2	Životní náklady ve vybraných destinacích.....	31
2.8	Motivace pro výběr nomádství jako životního stylu	32
2.8.1	Životní krize a stagnace ve vakuu dnešní doby.....	33
2.8.2	Teorie prožívání.....	34
2.8.3	Optimální prožitek – flow.....	35
2.8.4	Časy se mění, touha po spojení s přírodou.....	36
2.8.5	Nevšední zážitky a volný čas	37
2.9	Pozitiva a negativa digitálního nomádství	38
2.9.1	Pozitiva.....	39
2.9.2	Negativa	41
3	CÍL PRÁCE	44
4	METODIKA PRÁCE	45
4.1	Souhrn odborných článků a studií	45
4.2	Forma – Anketa	45
4.2.1	Sbírání dat.....	45
4.2.2	Cílové skupiny	46
4.2.3	Zpracování ankety.....	46
5	VÝZKUMNÁ ČÁST.....	47

5.1	Výsledky	47
6	<i>DISKUZE</i>	57
7	<i>ZÁVĚR</i>	61
8	<i>SHRNUTÍ</i>	63
9	<i>SUMMARY</i>	64
10	<i>REFERENČNÍ SEZNAM</i>	65
11	<i>SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK</i>	68
12	<i>PŘÍLOHY</i>	69

1 ÚVOD

Společnost vyspělých států si začíná uvědomovat problémy se zrychlením dnešní doby a nástupu technologií. Tyto problémy jsou spojené s trávením volného času a životním stylem. Trávíme málo času v přírodě, už v ní neumíme číst, orientovat se a jen přežít. Proto v posledních letech vznikají nové způsoby a možnosti pracovat na dálku, které pomáhají člověku se vrátit k propojení s přírodou.

Jedním z důsledků těchto změn je nový trend digitálního nomádství, práce na volné noze z různých míst světa. Komunikace je na vyšší úrovni. Organizovat a domluvat se s lidmi na druhé straně zeměkoule je jednodušší. Díky rychlému vývoji technologií lze posílat téměř cokoli, co bylo kdysi možné jen při osobním kontaktu. Dnes můžeme posílat dokumenty, obrazové nebo zvukové záznamy v elektronické podobě a tím ušetřit více času pro čas volný. Je možné vyřešit situace bez osobního kontaktu. Proto je možné pracovat odkudkoliv. Z jiného místa, než se nachází náš nadřízený nebo klientela. Díky této skutečnosti nepatří mezi výjimky pracující Evropan v Asii, Jižní Americe pro klienty z Ameriky, blízkého východu, Německa, Ruska a Francie atd. Toto téma mi je velmi sympatické a ráda bych se v něm realizovala. Rozhodla jsem se toto téma zpracovat, protože si myslím, že naučit se správně využívat technologie je stejně důležité jako být ve spojení s přírodou. Technologie už nezmizí.

Moji bakalářskou práci jsem rozdělila na dvě části. V teoretické části zpracovávám teoretické poznatky a informace o digitálním nomádství, o jeho historii, charakteristice a rozdělení pracovních příležitostí, kde digitální nomádi pracují a co je jejich motivací k tomuto životnímu stylu.

V praktické části je výzkum založen na anketě, pomocí které získávám praktické informace od respondentů, kteří se digitálnímu nomádství věnují, nebo v tomto odvětví pracují. Zjišťuji, jaké formy používají, v jakém prostředí se pohybují, jaké jsou cíle udržet si tento životní styl a jejich udržitelné aktivity, jaké jsou nejčastější komplikace a bariéry s tímto životním stylem a co by změnili, aby zlepšili pracovní morálku a proaktivní přístup k trávení volného a pracovního času.

2 PŘEHLED POZNATKŮ

V této kapitole se věnuji teoretickému přehledu poznatků, který se týká digitálního nomádství.

2.1 Historie digitálního nomádství

Historie nomádství sahá až ke vzniku lidstva. Po celém světě jsou dochovány historické artefakty o pohybu lidské populace. Důkazy o kočování jsou např. nástěnné malby nebo nástroje, které pomáhaly člověku při lovu. Člověk se pohyboval z místa na místo kvůli podmínkám, které mu nachystala příroda. Je tím myšlena potrava, zázemí a celkové podmínky pro život. S postupným vývojem člověk začal hledat útočiště na delší dobu. Řadou vylepšení a celkovým vývojem, který trval několik milionů let je lidstvo tam, kde jsme dnes. Dříve bylo trendem vyhledávat jistotu a zázemí. V dnešní době je naopak trendem vystupovat ze své komfortní zóny a opouštět jistoty a pohodlí.

Historický pohled na téma nomádství představuje například Couchaux (2004) ve své analýze cizinců v helénské kultuře, kde vznikaly řecké vesnice. Patřili k nim obchodníci, uprchlíci z politických důvodů, žoldníci, umělci a filosofové. Podíleli se na pocitu sounáležitosti společenství mezi sebou a vznikl mezi nimi vztah bez jakékoliv instituce. To se v řecké kultuře na základě této dialektiky mezi kořeny a nezávislostí, objevuje jako základ pro smýšlení celé západní civilizace.

Podobný pohled se objevuje v židovském světě, ve kterém se vyvíjela nejen židovská kultura, ale i různé druhy křesťanské kultury. Za podobu tohoto světa, který musel čelit mnoha překážkám, může především jeho míchání různých náboženství. Náboženství odolalo, protože bylo schopné přijmout různé prvky i z jiných kultur a vyvíjet se tím. Tak vznikla výjimečné spojení, protože dokázali přijímat podněty zvenčí. Starověký judaismus je proto spjat s nomádstvím a jeho rozmanitými hodnotami. Proto byl schopný se přizpůsobit a rozptýlit se, navzdory tlakům, kterým musel čelit. Neustále putovat a odmítat zakořeněnost, to je v židovství jedna ze zásadních moudrostí (Kaiseršotová, 2013).

Kočovníci jsou tedy lidé v určitém počtu, kteří se shlukují do komunit, které se velmi často přesouvají z místa na místo bez nutnosti usadit se a disponovat trvalým sídlem. V minulosti byly mnohé kultury kočovnické, které kvůli utváření moderních států

a vzniku průmyslových společností zmizely (Kokaisl, 2011). Historicky je však kočovný styl života daleko starší, než se zdá.

Kočovnictví má dva hlavní směry. K prvnímu směru patří kočovníci pastevcí, kteří přežívali díky chování dobytka. Museli se přesouvat za potřebami dobytka, kvůli pastvě. Kočovní nomádi zase cestovali od města k městu, přežívali díky krátkodobým pracím, řemeslu a obchodu. „Pohyblivost komunity jakožto celku paradoxně umožňuje, aby její část zapouštěla kořeny na různých místech.“ (Maffesoli, 2002)

„Nomádství není novodobým pojmem, jeho kořeny sahají do historie. Jsou s ním spojováni kočovníci, kteří se přesouvali z jednoho místa na druhé, a to především za účelem obchodování.“ (Rosulek, 2016, p. 8)

„Jsou to lidé, kteří udělali vědomé rozhodnutí, nejen o tom, jak žít, ale také kde budou žít.“ (Hoey, 2005) Mnoho osob díky větší informovanosti a propojenosti, válkám, kočuje po světě dál. Tak tomu bylo dřív. V době ohrožení se putovalo za jistotou.

Sweetman (2003) popisuje, že snaha o správný druh životního stylu, může být argumentována jako nedílná součást pozdního, moderního a sociálního světa. Stručně řečeno, tento argument naznačuje, že jelikož je nyní na jednotlivcích, aby si vytvořili svůj vlastní smysl pro identitu, vybrali a zapojili se do vhodného druhu životního stylu, který činí prohlášení o tom, kdo je nebo chce být ústřední součástí současného života.

Příchod moderního pohledu na uspořádání společnosti znamenal také rozdíl mezi usedlými a kočovnými národy. Vývoj hrál proti nomádskému stylu života, protože tento styl života byl v rozporu se vznikem nových moderních států, které vymezovali hranice a pravidla těchto útvarů. Nomádi, kteří měli odvahu ignorovat tato nově vznikající pravidla, byli označováni za hlavní viníky na cestě za pokrokem. V průběhu historie získalo nomádství negativní označení. Nomádský styl života byl proto považován za zpátečnický, barbarský, zaostalý. Tak to vypadalo během celého stabilního vývoje moderní doby. Marshall McLuhan (1994) uvádí, že sběrači jídla se znovuobjevují jako sběrači informací. Moderní člověk tak není o nic méně nomád než jeho paleolitičtí předci (p. 283).

Paní filosofka Hogenová (2017) uvádí: „Ovšem lidský život je pohybem po cestě, na které často padáme do příkopu, zakopáváme, a scházíme z cesty, stáváme se bloudícími osobami, které nevědí kudy kam. Tento životní stav je naprosto normální.“

2.2 Od kočovníků, barbarů po „new age travellers“

V překladu nomád znamená – kočovník nebo barbar. „Kočovníci, nomádi - etnog. skupiny chovatelů dobytka, popř. lovci a sběrači, kteří se stěhují se stády, nebudují si trvalá sídla, v rámci určitého území putují v závislosti na klimatických podmínkách.“ (Všeobecná encyklopedie, 1996, p.125)

Pojem barbar vysvětluje Maffesoli (2002) „Barbar zde představuje příhodnou metaforu nebezpečí vyvolaného oním paralelním světem, z něhož společnosti vzešly a který si uchovávají v paměti, ale ze kterého mají zároveň strach.“

Na úplném začátku kočovného života v Evropě, který měl s dnešním nomádstvím kromě práce na počítači mnoho společného. I když v moderním světě se na cesty díky institucionalizaci turismu vydávají každoročně 4 miliony lidí (zdroj: <https://ourworldindata.org/tourism>). Nomádství je tedy popisováno jako putování osob bez fixní adresy. Bylo také považováno za porušení základních hodnot moderního státu v minulém staletí. Tento druh pohybu a míry mobility lidí, tak zpochybňuje tradiční a zažitá nepsaná pravidla. Například, že doma je na jiném místě než práce, aktivity a volný čas.

Podle Testera (1993), člověk, poutník symbolizuje modernitu. Poutník je cestovatel s konkrétním cílem a destinací. Jeho bytí má jasný cíl, jak v rámci vlastního života, tak i v historickém směřování. Poutníci zkrátka ví, kam míří, pohybují se z jednoho místa na druhé a doufají, že dorazí na konkrétní místo vyznačené na mapě, což dodává jejich cestě smysl a důležitost (p. 80).

Urbánek (2009) uvádí, že s postupem času nejenom pohyb, ale i myšlení člověka se vyvinulo na velmi vysokou úroveň. Až jsme vývojem došli k člověku dnešního typu. „Figura tuláka, barbara, zosobňující sílu zvenčí představuje v dějinách výrazné téma. Nacházíme ji v obchodníkovi, potulném básníkovi, herci či muzikantovi, politickém uprchlíkovi, ti všichni mají společnou jistou formu svobody, vyplývající z nestálých vazeb k jednomu místu.“ (Urbánek, 2009) New age traveller je moderní cestovatel dnešního typu, který cestuje za poznáním.

“ Digitální nomád je člověk, který se dlouhodobě přesouvá z místa na místo a žije ho práce přes internet. Může přitom být jak freelancer, tak zaměstnanec či podnikatel.“ (Vinš, 2016)

2.3 Charakteristika digitálního nomádství

Vlach (2017) definuje digitálního nomáda jako „nezávislého profesionála, který může vykonávat práci pro své klienty ze zahraničí, a to například na notebooku nebo přes mobilní telefon.“

Digitální nomádi vytvářejí formu pracovního života, která se podstatně liší od všech konvenčních forem. Pracují digitálně přes internet na volné noze, na projektech, provozují vlastní internetové podniky apod. Digitální pracovníci na volné noze mohou tuto práci získávat prostřednictvím on-line tržišť (Aguinis & Lawal, 2013).

„Digitální nomádství“ je fenomén, který znepokojuje. Digitálním nomádstvím se rozumí odborníci, kteří používají řadu nástrojů informačních systémů (IS) a informačních technologií (IT) k digitálnímu výkonu práce přes internet, aby tak umožnili životní styl věčného cestování a expatského života. Upřednostňovanými pracovními místy pro digitální nomády jsou země jako Indonésie nebo Thajsko, kam tisíce digitálních nomádů během svých cest migrovalo nebo jimi procházejí (Carter, 2016; Hynes, 2016; Schlagwein, 2017). Digitální nomádi jsou popisováni jako mladí profesionálové, kteří pracující výhradně v online prostředí. Nejsou závislí na dané lokalitě. Hranice mezi prací, volným časem a cestováním se zdají být rozmazané. Mezi hlavní cíle digitálních nomádů patří vytvořit životní styl charakterizovaný komplexní svobodou. Obě oblasti života jsou tak (jak pracovní, tak i ta volnočasová) považovány za stejně příjemné a činí tedy skrz profesní, prostorové a osobní svobody. V ideálním případě digitální nomádi nevnímají práci jako povinnost. Považují práci podobně jako své volnočasové aktivity, za vnitřně motivující a naplňující. I když je pro pozitivní vnímání tohoto životního stylu klíčové cestování, přichází tak s osobními výzvami, které jsou považovány za jiný typ práce.

Martoch (2014) uvádí: „Práci mohou vykonávat například z kanceláře organizace, přímo od zákazníka, z coworking centra, z vlaku, autobusu, nebo auta, z hotelu či letiště, z restaurace nebo kavárny, z parku, zahrady nebo z domova.“ (p.11)

Proč se lidé zapojují do digitálního nomádství? Pro zapojení do tohoto životního stylu mohou zahrnovat některé důvody pro práci na dálku (např. úspora času dojíždění). Mohou hrát roli i velmi odlišné důvody. Například je typická forma (sólo)podnikání nebo „elektronického“ nezávislého vzdělávání (Aguinis & Lawal, 2013; Malone & Laubacher, 1998).

Termín digitální nomád se skládá ze dvou slov: první digitální, což znamená práce skrz on-line technologie (v imaginárním prostoru). A za druhé nomád, jednatelce nebo i rodina, která neustále mění místa bez stálého stabilního zakotvení.

Varhaník Wildová (2017) přibližuje nomádství, že se člověk nejprve rozhodne, kde a jakým způsobem chce žít. Rozhodne se žít vybraný životní styl, seřadí si priority a až poté řeší jakým způsobem toto své rozhodnutí uskuteční. Nomádství je volbou primárně motivovanou vlastním životním stylem. Jedná se o pohyb lidí, kteří si tento styl života mohou dovolit, ať už po finanční stránce, nebo jsou v postavení, díky kterému mají životní jistoty. Pro rozhodnutí k nomádskému způsobu života často hraje roli jejich osobní krize, nespokojenost s vlastním životem.

Díky opuštění své komfortní zóny v podobě odcestování z rodné země je člověk vystaven jiné jazykové vybavenosti, odlišné kultuře atd. Tím dojde ke změně. Člověk přijme novou identitu, nový způsob života, odlišný pohled na kulturu a sociální postavení ve společnosti. Musí se pokusit efektivně zajistit živobytí, aby tento způsob života na jiném místě fungoval. V průběhu studie (digitální nomádi – hledání holistické svobody v práci a volném čase), která se snažila konceptualizovat fenomén digitálního nomáda vytvořením definice digitálních nomádů, proběhlo mimo jiné i 22 polostrukturovaných rozhovorů s jednotlivci identifikující sami sebe digitálními nomády. Nejmladšímu účastníkovi bylo 19 let a nejstaršímu 51. Většina však byla z řad dvacátníků a třicátníků, což může mít hned několik příčin. Tyto generace už v raném věku vyrůstaly v souvislostech s informačními a komunikačními technologiemi a zároveň ještě nemají žádné rodinné závazky. Téměř všichni účastníci měli alespoň bakalářský titul a všichni pracovali buď jako živnostníci nebo jako podnikatelé. Pouze v jednom případě šlo o vzdáleného zaměstnance (Reichenberger, 2018).

Člověk se celý život snaží realizovat a hledat správné cesty, jak uvádí Hogenová (2017): Poutník hledá sama sebe, hledá to, co je mu nejvlastnější. Problém je v tom, že na hledání vlastního neexistuje jednoduchá metoda, kterou může předepsat lékař, doplnit radou s chemickým lékem. Člověk musí k uvlastněnému dojít sám. Žít z vlastního pramene není nic jiného, než být v distanci vůči všemu, co nás bytostně ohrožuje, a to je současně možná opravdová svoboda, které se nám v životě může dostat. Je možné, že právě svobodné užívání tohoto nejvlastnějšího se ztrácí právě zásahem metodologie vzdělávání, která je dnes vedena jen konkurenceschopnosti Evropy oproti zbytku světa. O vzdělání nerozhodují ti praví lidé, ale naopak ti, co tam často vůbec nepatří.

Životní styl digitálního nomáda znamená spoléhat se na internet a často se sebevzdělávat a takzvaně vystoupit ze systému, aby finančně udržel nomádský způsob života. Tento relativně nový trend umožňuje stát se nezávislým a neustále se pohybovat mezi městy, dělat různé aktivity při práci na dálku. Tento životní styl se rychle stává jedním z nejpopulárnějších způsobů kočovného života dnešní doby. Je to trend, který odráží možnosti, jenž technologie nabízí k vytvoření rostoucího počtu moderních nomádů. Mezi hlavními důvody vzestupu trendu digitálního nomádství podle Nováka a Vinše (2018) patří:

- Zlepšení rychlosti internetu po celém světě.
- Rostoucí akceptace smluv na dálku mezi jednotlivci, živnostníky a podniky.
- Prostory pro pracující (coworking) po celém světě zajišťují digitálním nomádům infrastrukturu a stabilitu.
- Ztráta nutnosti financovat dlouhodobý nájem.
- Množství cestovních aplikací a služeb umožňující kočovníkům cestovat efektivněji - např. Google Maps, Airbnb, Triposo, Pocket, FlightAware, Flush. Tyto služby se zabývají všemi aspekty života na cestách, od ubytování, dopravy, zdraví a setkávání se s lidmi.
- Rostoucí počet digitálních nomádských blogů, které zvyšují množství informací o tomto životním stylu, který se na první pohled jeví jako abnormální a iracionální.

Tak jde rozumně očekávat, že se uplatní některé ze stejných důvodů pro zapojení do podnikání a svobodného podnikání (např. dosažení vyšší úrovně nezávislosti). Digitální nomádství dále zahrnuje aspekty volby životního stylu (Benson & O'Reilly, 2009; Ferriss, 2011) a cestování s batohem a flashpackingem (MacRae, 2016; Molz & Paris, 2015). Flashpacking je termín používaný k označení bohatého batůžkáře. Zatímco batoh je tradičně spojován s rozpočtovým cestováním a destinacemi, které jsou relativně levné, flashpacking má asociaci většího příjmu při cestování a byl definován jednoduše jako batoh s větším rozpočtem.

Ať už se jedná o práci na volné noze nebo digitální nomádství podnikání. Úspěšní digitální nomádi se ujistí, že jejich model živobytí funguje bez ohledu na to, kde bydlí. Zatímco technologie přispívá k nárůstu počtu moderních digitálních nomádů, je také

hlavním příčinou rychlého vymizení starých kočovných kmenů (Novák & Vinš, 2018). Tyto kmeny jsou často nuceni usadit se kvůli technologiím a kulturním změnám.

Digitální nomádství může být velmi přínosným, protože umožňuje lidem, kteří milují cestování, mít na cestách další prodloužené a udržitelné období života. Přestože se životní styl digitálního nomádství nezdá být náročný, zahrnuje mnoho práce a každodenní rutiny. Je třeba poznamenat, že digitální nomádi se velmi liší v klíčových aspektech jako je četnost cestování, délka pobytu, pracovní aktivity, denní režimy a předvolby polohy. (Novák & Vinš, 2018). Nomádi mají štěstí, že budují a navrhují si svůj život s vyššími stupni svobody, ale zároveň jsou vystaveni nevýhodám a výzvám nomádstkého života.

Existuje několik vlastností, které sdílí ti, kteří se rozhodnou stát se digitálními nomády uvádel (Vinš, 2018)

Styl cestování

Digitální nomád má tendenci k pozvolnému cestování oproti životnímu stylu jiných typů kočovníků. Je to proto, že digitální nomádi jsou závislí na určitém množství infrastruktury, aby si udrželi svůj životní styl, a proto většina digitálních nomádů stráví několik měsíců na jednom místě, poté se přemístí jinam. Toto je obvyčejný odkaz na „pomalé cestování“.

Dalším ústředním tématem ospravedlňování angažovanosti v digitálním nomádství byla příslušnost ke komunitě podobně smýšlejících, zajímavých lidí. I když ne všichni digitální nomádi se identifikovali jako digitální nomádi („je to jako, neříkej mi hipster“), účastníci uznali existenci rostoucí online a offline digitální nomádstké komunity (Schlagwein, 2018). Novák a Vinš (2018) se ptají: „Proč by lidé opouštěli své jistoty?“ Trend digitálního nomádství lze chápat jako vývoj tzv. backpackingu. Tento styl cestování umožňuje cestovat efektivně a nalahko. Pro určitou skupinu lidí, kteří chtějí pokračovat na svých cestách udržitelným způsobem a užívat si výhod nomádstkého životního stylu.

Soustředování hospodářského i kulturního života do měst na úkor venkova.

Digitální nomádi obecně preferují města, především hlavní města, nebo místa s kvalitním připojením k internetu. Důvodem je infrastruktura potřebná k provedení práce. Města mají obvykle lepší připojení k internetu, širokou paletu prostor pro spolupráci a možnost připojení se k lidem, kteří jsou oblíbení ve společnosti a znalí v oboru.

Náklady na život

Ve většině případů rozhodnou digitální nomádi strávit více času v méně rozvinutých zemích s nízkými životními náklady. To jim umožňuje se zvýhodnit tím, že pracují pro klientelu z bohatých zemí a zároveň si tak výrazně zvyšují kvalitu vlastního života, protože žijí v zemích s nízkými náklady. Digitální nomády nejvíce sjednocuje jejich motivace žít nomádsky, což je téměř ve všech případech touha po cestování a smyslu pro dobrodružství, žít a pracovat odkudkoli na světě a být nezávislí na tradičním 9-5 pracovním dni a jeho omezené flexibilitě (Gussekkloo & Jacobs, 2016).

Prostředí vhodné pro práci

Někteří digitální nomádi dávají přednost práci v „Coworkingových“ prostorách, které nabízejí stabilitu a rychlé připojení k internetu. Ostatní nomádi dávají přednost nalezení perfektní kavárny nebo práci z pronajatého bytu či hostelu. Je třeba poznamenat, že mnoho digitálních nomádů si vybírá "Digital Nomad Hubs". Jedná se o místa, které jsou již oblíbené u jiných digitálních nomádů. Místa, kde mohou najít komunitu a setkat se s ostatními nomády, kteří se při cestování podělili o svůj životní styl a zkušenosti. To znamená, že digitální nomádi rozmazávají a vyvažují svůj profesní život s osobním a rekreačním časem, aby dosáhli poněkud delikátního stavu „práce“ (Springer, 2017). Ti, kteří se rozhodnou, stát se digitálními nomády, kladou důraz na vytváření pracovního prostředí, které je „nezávislé na místě“ (Novák & Vinš, 2018).

Rutiny

Životní styl digitálního nomáda obvykle tlačil lidi do přizpůsobování každodenních postupů, které umožní stabilně se zaměřit na kvalitně odvedenou práci. Ze zkušeností se většina digitálních nomádů přizpůsobuje svému plánu vzdáleného klienta a přizpůsobuje se běžnému pracovnímu týdnu při cestování na víkend.

Díky své extrémní mobilitě a organizační nezávislosti, a to i napříč různými druhy profesí, čelí digitální nomádi běžným typům pracovní nejistoty, jako je nepředvídatelnost projektů a nedostatek fyzického pracoviště (Jarrahi, Philips, Sutherland, Sawyer & Erickson, 2019).

Místní v přestrojení

Vzhledem k relativní stabilitě a rutinám spojeným s digitálním životním stylem kočovníků, kteří se přizpůsobují, se obvykle stávají „místními v přestrojení“. Sociální okruh digitálních nomádů obvykle zahrnuje více místních obyvatel. Baví se více s kolegy nomádů než s turisty, protože zůstávají delší dobu a mají stejný pracovní rozvrh jako místní obyvatelé.

Digitální nomádi formulovali, že setkání se „zajímavými lidmi“ je pro život „zajímavého života“ jako digitálního nomáda stěžejní (Schlagwein, 2018).

2.3.1 Práce na dálku

Vlach (2012) uvádí, že práce na dálku je ryze pragmatická činnost, jejímž cílem je dlouhodobá prosperita, zajištění obživy a životního komfortu. Na začátku jsou to základní znalosti a postupy, které bohužel samy o sobě nestačí. Jde o složitý proces, kterému člověk porozumí postupně do hloubky až po čase díky zkušenostem. Nepostradatelnost a čím je člověk jiný, odlišný je plusem pro průnik na trh práce. Práce na dálku není vhodným stylem života pro každého. Každý měl někdy pocit, že cestovat je drahé. Dostatek financí brání ke konečné cestě za hranice. Odjet ale lze úplně bez peněz, a dokonce si během cestování vydělávat, na objevování nových míst, a přitom se zabezpečit podle svého komfortu. Jako bonus cestovat zároveň po krásách naší Země.

Od roku 2000 se infrastruktura zlepšila natolik, že je možné spoustu kancelářských profesí dělat odkudkoliv. Díky rozvoji navíc vznikají i nové profese. Před šesti lety začaly být populární mobilní aplikace-jejich vývoj a existence pomáhá velkému množství uživatelů. A co teprve celý tržní ekosystém, který se dnes na mobilní aplikace váže. Uvidíme, jaké pracovní příležitosti přinese v následujících letech virtuální a rozšířená realita či umělá inteligence. Většina profesí patří k těm běžnějším od programování a IT, různé obory v rámci marketingu a medií, možnosti uplatnění u webových stránek či v grafice, nebo designu. Mezi méně běžné oblasti patří natáčení a střih videa, zvuku či finanční poradenství. Část práce na dálku je i samotné podnikání a investování, protože vydělávat peníze výměnou za svůj čas není jediný způsob, jak na cestách pracovat. Je mnoho možností, ale některé jsou podmíněny místem, coby instruktor ve sportu například lyžování, jógy, surfování, nebo raftingu. (Novák & Vinš, 2018).

Je možné říct, že „kreativně a nápadům se meze nekladou, nájemní trpaslíčci jako zábava pro bohatou smetánku.“ Jak například zmiňuje Ferris (2011) ve své knize Čtyřhodinový pracovní týden.

2.4 Nomádství v současné době, ale i návrat k lidské přirozenosti

Na konci tohoto století se nomádství dostává v rámci postmoderních reflexí, i jako určitý znak doby a změn, které probíhají. A tak se dostává do zorného pole sociologům, filosofům a dalším, kteří se o tyto teorie zajímají. Pojem nomád se často používá v nepřímé citaci, jak je člověk mobilní, nestálý, přelétavý v současném globalizovaném světě.

Příklad uvedl Maffesoli (2002) v eseji O nomádství: Iniciační toulky, která se věnuje této problematice. Popisuje tam pud bloudění, který označil jako věc, která je součástí lidstva od nepaměti a v průběhu dějin se znovu objevuje. Podle Maffesoliho se na místech trvalého bydliště začíná objevovat touha po bloudění vyjadřující rozmanitost lidí, rozdvojenost lidského bytí a určité povstání nebo protest proti ustanovenému systému a jeho řádu. Tento pud bloudění nezobrazuje jen nomádství v nejrůznějších podobách, ale i míra migrace populace za prací, možnosti cestování a větší možnosti turismu. „Dá se dokonce říci, že postmoderní člověk je blouděním proniknut skrz naskrz“ (Maffesoli, 2002, p. 34). Novodobé nomádství ukazuje touhu po zážitcích, v potřebě rozšiřovat komfortní zóny, únik z života, který nastavila pravidla této doby, určitá míra revolty, pohrdání systémem, oddálení se od racionálna. Oproti tomu návrat k pocitům, intuici a opravdovosti prožitků. Zvýrazňuje i neustálý pohyb postmoderního člověka. Neukazuje jen na cestování nebo migraci, ale i na každodenní cesty za prací.

Baumann (2000) oproti Maffesolimu se odmítá dívat na současný svět jako postmoderní a místo toho zvolil pojem „tekutá modernita“. Zabýval se spíš turismem než nomádstvím. K současnému popisu světa si pomáhal vlastnostmi kapalin jako je lehkost, tekutost, proudění. Dřív byla absence trvalého bydliště považována za více než podezřelou a lidi často vedla k podezřívání, a to k právní diskriminaci: „Dnes jsme svědky revanše nomádství vůči principům teritoriality a usedlosti. V tekutém stadiu modernosti začíná být usedlá většina ovládána nomádkou a exteritoriální elitou.“ (Bauman, 2000, p.27)

Je pravda, že obě tato rozlišovací kritéria jsou problematická. Jak dlouho je například „více či méně trvalý“, pobyt? Na tom není žádná shoda. Warnes poznamenává,

že pro demografy jsou „trvalé“ změny pobytu považovány za změny trvající déle než šest měsíců. (Warnes, 1991)

2.5 Rozdělení digitálních nomádů

Rozdělila jsem digitální nomády do dvou kategorií. V první kategorii jsou lidé, kteří se živí takzvaně sami na sebe. Sami aktivně hledají své klienty či zakázky a zákazníky. Mohou mít pod sebou i zaměstnance. Tuto skupinu bych pojmenovala podnikatelé a profesionálové bez stálého pracovního úvazku (freelancers).

Podnikatelé mají svou firmu v útvaru společnosti s ručením omezeným nebo akciové společnosti apod. Často nepracují sami, mají kolegy, společníky či zaměstnance nebo často využívají outsourcing (firma vyčlení různé podpůrné činnosti a svěří je smluvně jiné specializované společnosti). Příkladem podnikatele může být majitelka internetového obchodu, majitel pensionu, majitel firmy zajišťující tvorbu a správu webových stránek atp. Freelanceři, pracují většinou sami a nenajímají si zaměstnance. Naopak se nechají najímat firmami. Případně své služby poskytují dalším freelancerům. Práce, které freelanceři vykonávají se nemusí lišit. Často probíhají jen v malém měřítku, na rozdíl od podnikatelů. Například když podnikatel dostane zakázku na tvorbu webových stránek, předá ji většinou svým zaměstnancům, ale sám se na dané tvorbě může, ale nemusí podílet. Z druhého pohledu freelancer vytvoří webové stránky zcela sám a jen grafickou úpravu, kterou neumí, si najme jiného freelancera. Typickými freelancery jsou tvůrci webových stránek, grafického designu, copywriteři, fotografové, tvůrci videí, blogeři a vlogeři. Rozdíly mezi podnikateli a freelancery nemusí být znatelné. Zpravidla jsou typy prací často stejného rozsahu i obsahu, je to důvodem, proč jsem tyto dvě skupiny digitálních nomádů zařadila do stejné kategorie.

Do druhé kategorie patří zaměstnanci. Ti si nehledají vlastní zakázky, a vykonávají práci, kterou jim zadal zaměstnavatel. Příkladem mohou být lidé pracující v IT firmách nebo účetních firmách.

Oproti tomu následující kategorie digitálních nomádů podle úrovně flexibility a svobody (Vlach,2017):

- Pracovníci ve firmě (vzdálení) - tito nomádi pracují pro jednu společnost, která jim umožňuje, nebo je nutí, nepracovat z domova. To jim umožňuje

cestovat, zatímco mají relativně stabilní zdroj příjmů (více v popisu jednotlivých profesí).

- Na volné noze - tito kočovníci mají online práci, které mohou být prováděny na dálku, jako je kódování, grafický design, nebo psaní na volné noze. V tomto případě digitální nomád poskytuje služby pro více klientů, kteří se často mění. Tato kategorie je nejrozsáhlejší. Je třeba poznamenat, že mnozí kočovníci zkusí provozovat cestovní blog, ale jen málo z nich z toho skutečně žije.
- Podnikatelé/Startup vlastníci - někteří digitální nomádi vizualizují svůj sen o zahájení podnikání jako „kočovní podnikatelé“. To umožňuje větší svobodu a schopnost vytvářet unikátní nezávislé produkty. V některých scénářích úspěchu nomádského podnikání potenciálně umožňuje úplnou svobodu procesu nebo prodejem podniku, jakmile je „připraven“.

Hlavní myšlenkou je, že se nomádi neustále přemísťují na místa (kde nikdy předtím nebyli), aniž by měli trvalý základ. To znamená, že člověk nemá vazbu ke konkrétnímu místu. Životní styl digitálních nomádů se liší podle preferencí a charakteristik jednotlivých životních příběhů.

2.5.1 Podnikání versus zaměstnání

Podnikání má mnoho forem. Na volné noze může teoreticky podnikat opravdu každý, na firemní už je potřeba určitých povahových rysů. K běžnému podnikání je potřeba odhodlání, vytrvalost, notnou dávku sebeřízení, ideálně empatie a schopnost se s ostatními domluvit, a samozřejmě trocha štěstí. Mnoho zkušeností získáte v průběhu, okolnosti vás k tomu donutí. Zároveň se můžete obklopovat lidmi, kteří vám na cestě pomůžou. Ať už jde o zkušenější spolupracovníky, kteří vás nasměrují nebo ukáží pokrýt oblasti vašich slabých stránek. Když se vrátíme k podnikání ve spojení s prací na dálku, vidíme v něm oproti zaměstnaneckému poměru několik výhod. U podnikání se automaticky počítá s tím, že se přizpůsobí životnímu stylu, a tím pádem je u něj práce na dálku zcela běžná. Proti tomu u zaměstnanců se šíří pomalu a mnoho firem má problém umožnit jeden den v týdnu práce z domova. Několika měsíční práce z jiné země je pro

většinu managerů nepředstavitelné a týmy uvnitř firem k tomu často vůbec nejsou uzpůsobené. Zmiňují Novák a Vinš (2018):

Úspěch podnikání stojí na čtyřech pilířích:

- Dobré jméno;
- Cenotvorba;
- Sebeřízení a osobní produktivita;
- Podnikatelské dovednosti (Novák & Vinš, 2018)

Na cestách se bohužel mnoho lidí přestane aktivně zapojovat do dění v oboru a aktivně se vzdělávat. Právě průběžné vzdělávání, možnost se zlepšit a rozšířit si obzory umožňuje dosáhnout vysoké příjmy a udržet si je. Studium na vysoké škole je začátek, reálné proniknutí do oboru je otázka čtení, sebevzdělání, sledování videí, podcastů, setkávání se s kolegy v oboru a následná aplikace do praxe. Většina úspěšných podnikatelů na volné noze získá velkou část zakázek díky doporučení. Ať od stávajících klientů, či kolegů. Množství doporučení závisí jak na odbornosti a kvalitě odvedené práce, tak na dobrém jméně a osobních vazbách. Zaměření se na budování vztahů, ještě předtím, než je v plánu samotná cesta je velmi důležité. Chození na oborové akce, konference, setkání freelancerů a chození na místa s potenciálními setkávání se s klienty. Samotná spolupráce je efektivnější s úzkou skupinou profesionálů, u kterých si každý může být jistý kvalitou práce. Spolu práce s ostatními digitálními nomády je na místě. (Novák & Vinš, 2018)

Pro zaměstnance je hledání práce na dálku o něco těžší. Práce na dálku se ale ve firmách stává natolik běžná, že rozhodně velká šance tu je. Pro některé firmy je výhodnější mít externí pracovníky. Pro firmu to znamená snížení nákladu na chod kanceláře, v době, kdy si lidé mohou zavolat přes konferenční hovor. Mezi nejdůležitější faktory práce na dálku je vyřešit komunikaci a dostupnost pro zbytek týmu. Existují různé projektové nástroje a návyky. Docílit možnost práce na dálku je nejdříve navrzení tohoto modelu práce v průběhu pracovního týdne. V případě, že nadřízený uvidí, že je efektivita a kvalita práce namísto, neměl by být problém zkusit navrhnout práci na dálku po delší dobu z jiného místa.

2.6 Pracovní příležitosti

Jen málokdo se dokáže uživit na cestách samotným cestováním. Třebaže na takové jedince lze narazit. V této kapitole bych se ráda zaměřila na konkrétní příležitosti.

Lidí, kteří si přivydělávají při cestování je mnoho. Někteří jsou průvodci pro cestovní kanceláře, jiní pořádají extrémní expedice a další se stali freelancery – ti například prodávají fotky a různé publikovatelné materiály z cest nebo sociální média. Větší a větší počet lidí pracuje na dálku, uvádí Novák a Vinš (2018).

Mezi základní požadavky, které by měli lidé pracující na dálku všeobecně splňovat, patří rychlé připojení k internetu, hardware (dostatečně výkonný notebook a chytrý telefon) a software (e-mail, vzdálený přístup k datům, specializované programy). Pro efektivní práci je také potřeba, aby měli digitální nomádi zajištěné místo, kde je při práci nebude nikdo rušit a na úkoly se budou moci dostatečně soustředit. Měli by také umět pracovat s počítačem, být dostatečně motivovaní a zodpovědní (Martoch, 2014, p. 26).

2.6.1 Práce podmíněné internetem

Mezi průkopníky online profesí patřili programátoři, překladatelé ale i účetní na volné noze. Získat možnost pracovat z domova je malým krokem k tomu, aby bylo možné pracovat v jiné zemi. Seznam všech profesí, které lze vykonávat nemusí platit v budoucnu, protože rozvoj infrastruktury a technologie se posouvá velmi rychle kupředu. Nadpoloviční většina všech digitálních nomádů jsou stále programátoři a další lidé v odvětví IT a marketingu. V následující části popíši jen některé typy prací, které mohou vykonávat digitální nomádi.

Rozdělení uvádí Novák a Vinš (2018) ve své knize Travel Jobs.

IT

- Vývojář - Práce vývojáře je plná myšlenkových map a vizualizací, dlouhým plánováním a přemýšlením o logické struktuře programu, nebo aplikace. Poté přichází na řadu samotné psaní kódu nebo delegování programátorům.

- Programátor- Práce programátora se často zaměřuje s vývojářem. Na programátorovi stojí najít způsob, jak efektivně realizovat požadavky vývojáře. Ovládá programovací jazyk, používání a opravování chyb kódů. Měl by mít matematické myšlení a rozumět algoritmům.
- Tester - Funkce testera je od toho, aby kontroloval správnost a funkčnost kódů. Zkouší hotové aplikace či programy a objevuje drobnosti a nesrovnalosti, které by klient neoceníl.
- IT konzultant - Tato profese je od toho, aby pomáhala lidem, kteří neustálý rychlý vývoj nestíhají následovat. Lze tvořit edukační videa, nebo různá online školení.

Marketing a média

- PPC specialista - PPC - „pay per click“ (zaplatí se za kliknutí). Tomuto odvětví je potřeba se věnovat v širším slova smyslu. Jsou potřeba základy programování, systematicky přemýšlet a u toho mít přesah do dalších odvětví. Ostatně online reklamy by měly mít velký rozsah pro svou účinnost.
- Správce sociálních sítí - Vytváří kvalitní a poutavý obsah. Do publikovatelného materiálu patří fotografie, videa, fotografické vizuály na webech jako je Facebook, Instagram nebo Twitter. Je potřeba znát základní marketingové nástroje.
- Public Relations specialista - Propojování a prodej vize firmy s vhodnými médii. Úkolem je, aby se o firmě vědělo a psalo v co nejlíbivějších barvách za účelem zisku. Jedná se o vztahy firem s veřejností.
- Copywriter - Psaní textů, které prodávají. Texty, u kterých lidé pochopí, co firma nabízí a zároveň upoutá natolik, že vyvolají emoce, poučí, rozesmějí a hlavně si firmu zapamatují.

Weby

- Kodér - Znalost základních kódovacích jazyků webu a jejich používání k tvorbě webových stránek.
- SEO konzultant - Každý řeší popularitu stránek a jak ty své dostat na první příčky vyhledávání. SEO konzultant uvádí klíčová slova, aby klient věděl, co lidé hledají. Vylepšuje rychlost, funkčnost, transparentnost webových stránek.

Grafika, video, design a zvuk

- Grafík - Nejuniverzálnější práce s počítačem. Navrhování vizuální podoby pro firmy. Do materiálů patří firemní loga, plakáty, letáky, vizitky, obaly knížek a různých produktů, potažmo grafika webů, nebo aplikací.
- Ilustrátor - Kreslení komiksů, svatebních oznámení, plakátů, diplomů, nebo ilustrace do dětských knížek či časopisů. Kreativité se meze nekladou.
- Tvůrce hudby - Skládání hudby pro televizní pořady, komerční hudba a s tím spojená produkce a cestování. Firmy také dělají různá instruktážní videa a k nim je hudba potřebná.
- Architekt - Dávno není podmínkou, že architekti jsou vázáni místem. Pokrokem technologií jsou si schopni vytvořit vhodné podmínky kdekoliv a často rozšířit pole působnosti a rozsah projektů.

2.6.2 Sportovní odvětví

Výskyt oborů, ve kterých se lidé zajímají o své tělo, používají ho, pracují a cestují, rozdělují Novák a Vinš (2018):

Lektor tance

Kurzy zaměřené na určitý druh tance spojené s cestováním a vedením výuky po celém světě, nebo jen v klubech, nebo zaoceánských lodí. Konkurence bývá vysoká.

Instruktor jógy

V dnešní rychlé době se každý rád na chvilku zklidní a zastaví se. Propojení těla s myslí a meditace je novodobým fenoménem. Poté už stačí najít vhodné místo, kde se bude jóga vyučovat, např. pláž, nebo studio. Jógová studia jsou po celém světě a osvědčení lze získat kdekoliv na světě.

Instruktor nebo průvodce raftingu

Nebezpečí, krizové situace, napětí velká míra znalostí pohybů vody a přírody. Jako instruktor je možné pracovat pro zážitkové cestovní kanceláře, nebo teambuildingové, seznamovací pobyty.

Instruktor surfingu

Podmínka licence v rámci bezpečnosti a zodpovědnosti. Od samotné výuky jízdy na prkně lze pracovat v půjčovně a surfové škole, točit videa (videocouching), fotit nebo pracovat přímo v Surfhouse, kde se uplatní každý instruktor.

Instruktor lyžování a snowboardingu

Podmínka licence v rámci bezpečnosti a zodpovědnosti. Rozmanitá práce s ohledem na podmínky lyžařských svahu, různých jazyků i věkových kategorií klientely. Pobyť na čerstvém vzduchu a horský život.

Instruktor potápění

Podmínka licence v rámci bezpečnosti a zodpovědnosti. Možnost cestování díky rozmanitým lokacím. Je mnoho druhů potápění, proto i uplatnění, nebo jako potápěč fotograf nebo kameraman.

2.6.3 Práce určené místem

Již zmíněné sportovní odvětví je velmi podmíněno místem. Existují i jiná povolání, které na některých místě dělat nelze. Jak uvádí Novák a Vinš (2018):

Delegát cestovní kanceláře

Samostatná práce s klienty, proaktivní přístup, znalost jazyků a organizační schopnosti většinou v destinacích poblíž moře.

Sběrač ovoce a pracovník na farmě

Jedná se sběr a balení ovoce, nebo pomáhání v chodu farmy. Nejčastější výskyt této pozice je na Novém Zélandu nebo v Norsku.

Housesitting

V překladu hlídání domu. Mnoho lidí jezdí na dovolené a nemají nikoho, kdo by se postaral o případné problémy s chodem domu, o květiny, dům nebo domácí mazlíčky.

2.6.4 Ostatní

V této kategorii jsou povolání, která mi přijdou zajímavá a poměrně častá. Podle Nováka a Vinše (2018):

Výškové práce

Mnoho mladých lidí se živí rizikovým povoláním ve výškách v zahraničí, Je to velmi dobře placená obživa. Často z toho jedinci zvládnou našetřit peníze na celý rok.

Psí chůva

O toto povolání je zájem především ve městech, protože lidé chodí do práce a už se přes všechny své další koníčky nestíhají věnovat svým mazlíčkům.

Modeling

V tomto odvětví je velmi důležitý vzhled. V zahraničí je mnoho příležitostí, jak svou tvář prodat, aby prodávala danou značku. Spolupráce a doporučení, kvalitní fotografie prodávají.

2.7 Pracovní prostředí

Vývoj pracovního prostředí je neuvěřitelně rychlý. Mnoho kanceláří se uchýlilo k „open space“, prostorům (otevřený prostor). Nyní se přechází na práci z domu nebo coworkingu uvádí (Novák a Vinš, 2018). Meyrowitz (1985) popisuje, že původní nomádké společnosti se projevovali například rozostřeností sociálních rolí, absencí rozdílů mezi domovem a místem určených pro práci, mezi pracovní dobou a volnem.

„Nomádi se nepohybují v lineárním historickém čase. Vlastně se z pohledu moderních poutníků nepohybují vůbec.“ (Tester, 1993, p. 85)

„Coworking je místo, kde se digitální nomád za drobný poplatek může zavřít klidně na celý den. Jsou to místa, kanceláře, prostory, kde je ticho a klid s veškerým potřebným vybavením. Důležitou součástí je rychlé a kvalitní připojení k internetu. Většinou je v prostorách i malé občerstvení. Jedná se o kancelář pro všechny. Coworkingové společnosti nabízí i možnost pronájmu určitých prostor. Tím pádem je možné zde pořádat i větší schůze s ostatními nomády, spolupracovníky i klienty. „Jedná se o prostory sdílených kanceláří, které staví na spolupráci, komunitě, otevřenosti a dostupnosti. Jedinci, kteří mají o práci v těchto centrech zájem, si zde pronajmou pracovní místo a připojení k internetu. Nespornou výhodou je pořádání různých akcí zaměřených na osobnostní nebo podnikatelský růst a komunita lidí, kteří se v těchto centrech pohybují.“ (Rosulek, 2016, p. 132)

Práce z domova, dnes často označované jako „home office“, je pro obě strany výhodný krok. Práce je efektivnější, výhodnější a hlavně levnější. Eliminuje se čas dojíždění, flexibilita na obou stranách stoupá a vysoké náklady na chod kanceláří se snižují podle Nováka a Vinše (2018).

Z částečné nebo i úplné práce mimo kancelář budou profitovat všechny strany. „Při práci z domova se také nomádi často setkávají s pocitem osamělosti a izolovanosti.“ (Martoch, 2014, p. 113)

Pracovat lze odkudkoliv, kde je kvalitní a funkční internetové zázemí, jestli to je v přírodě na statku, v kavárně v rušném městě, nebo na pláži není podstatné. Nespornou výhodou sdílených kanceláří je jejich vybavení. Podle Rosulka (2016, p.136) v nich nechybí kancelářský nábytek, počítačová síť, rychlý internet, tiskárna nebo sociální zařízení. Řada z nich také nabízí soukromé a zasedací místnosti nebo speciální místnosti určené pro skypování.



Obrázek 1- Procentuální zhodnocení oborů, kde lze pracovat z domova.

Zdroj: <http://blog.onlinepeople.cz/home-office-je-standardni-benefit/>

Dalším často využívaným místem, kde freelanceři pracují, jsou kavárny. Řada z nich už je pro jedince, kteří do nich přicházejí pracovat, uzpůsobená. Kavárny jsou dnes téměř automaticky vybaveny wi-fi připojením, které je pro práci na dálku nezbytné. Velkou výhodou je také přísun kávy a občerstvení, a zároveň kreativní a inspirující prostředí. Další variantou jsou například obchodní centra. (Rosulek, 2016, p. 133)

2.7.1 Destinace digitálních nomádů

Volba vhodné destinace k delšímu působení se odvíjí od koníčků, očekávání, potažmo životního stylu. Člověka, který má rád zimu bude pravděpodobně volit takové

lokality, kde jsou i pro něj vhodné podmínky. Většina digitálních nomádů však cestuje za teplem.

Maffesoli (2002) používá odkazy na práce Baumana, který ve svých dílech poukazuje na takzvané ochočování mas lidí s metodou přidělení práce nebo trvalého bydliště. A tak nomádství může stát v dnešní době právě jako konkurence moderního státu, který se ho však snaží potlačit, aby systém fungoval a šlo ho dobře ovládat. „Dnes jsme svědky revanše nomádství vůči principům teritoriality a usedlosti. V tekutém stadiu modernosti začíná být usedlá většina ovládána nomádkou a exteritoriální elitou“ (Bauman 2000, p. 27).

Evropa

Nikdo neříká, že by se mělo jezdit do dalekých zemí. Někdy bývá velmi produktivní pracovat z domovské země jako digitální nomád. Z domova mohou pracovat například maminky s dětmi, případně kdokoli, kdo si chce vyzkoušet, zda mu životní styl nomádství bude vyhovovat. K plusům digitálního nomádství praktikovaného v rodné zemi patří velmi zjednodušená komunikace s klienty a partnery, vzdálenost do domoviny, znalost místní měny a cen. K minusům bych zařadila, nemožnost vzdálit se od aktuálních problémů (což je často důvod, proč lidé cestují do vzdálenějších destinací na dovolenou), omezené množství cestovatelsky zajímavých míst, nemožnost poznávat jiné kultury a tím se seberealizovat a jiné.

Mezi velké výhody práce v okolních zemích České republiky patří menší nutnost řešit kulturní rozdíly (ve srovnání např. s asijskými zeměmi), poměrně jednoduchá komunikace v cizím jazyce a malé vzdálenosti. K minusům bych zařadila vysoké ceny a počasí.

V poslední době získává na popularitě Francie nebo Německo s hlavním městem Berlín, který v Evropě patří mezi města s perfektním zázemím, řadou společenských akcí, komunitou a vyvinutou infrastrukturou. (Rosulek, 2016, pp. 237-238)

Středomoří, Španělsko a Portugalsko se vyznačuje teplejším podnebím, kvalitním a vynikajícím jídlem. V celé oblasti středozemního moře, je možnost prodloužení si léta podle Nováka a Vinše (2018, p. 174). K plusům bych zařadila vzdálenost, počasí, stravu, moře. K minusům bych zařadila na některých místech složitou komunikaci a laxní přístup obyvatelstva kvůli teplému podnebí.

Mnoho příležitostí pro nomády nabízí také středomořské státy. Jednou z prvních destinací, kde se začaly komunity digitálních nomádů vytvářet, bylo Španělsko, které

dodnes patří mezi oblíbené cíle. Nomádi se rádi shlukují do velkých měst, jako je Barcelona, Valencie, Madrid, ale také Ibiza nebo Sevilla. Oproti jiným evropským zemím má Španělsko nižší životní náklady, a proto má potenciál stát se populárním nomádkým cílem. (Rosulek, 2016, p. 250)

Střední a Jižní Amerika

Novák a Vinš (2018) uvádí, že z naší počáteční destinace to bývá nejvzdálenější a nejhůře dostupná nomádká destinace. Velké nomádké komunity se nachází například v Brazílii, Kolumbii, Argentině nebo Chile.

K plusům bych zařadila počasí, ceny, kulturní bohatství, rozmanitost a přírodu. K mínusům bych zařadila velkou vzdálenost, časový posun, obtížnější komunikace, jazyk a laxní přístup obyvatelstva kvůli teplému počasí.

Jihovýchodní Asie

Asie se celkově drží na špičce žebříčku. Náklady na život jsou velmi podobné jako v České republice, ve venkovských oblastech ještě nižší podle Nováka a Vinše (2018). K plusům bych zařadila počasí, zajímavá kultura, vysoká koncentrace nomádů, strava, moře, příroda a přívětivě nízké ceny. K mínusům naopak velká vzdálenost, nečistý vzduch, nekvalitní hygiena a menší dostupnost lékařské péče.

Velmi populárním ostrovem je Bali, které je vhodné kromě nomádů také pro milovníky surfování. Na ostrově se nachází dvě velká centra, kam se komunity nomádů sjíždějí, a to Canggu a Ubud. V tamních coworkingových centrech pořádá tato komunita každý den přednášky, které jsou zaměřené na vzdělávání v různých oblastech, jako je marketing, produktivita nebo programování. Členství v těchto sdílených kancelářích je velmi drahé, a proto mnoho nomádů upřednostňuje práci z tamních kaváren nebo z pláže. Další oblíbenou destinací je Thajsko. Výhodou života v této zemi jsou nízké životní náklady, dobře rozvinutá infrastruktura, poměrně stabilní připojení k internetu a rozvinutá síť coworking center a kaváren, odkud je možné bez problému pracovat. Vůbec nejoblíbenějším městem v Thajsku je mezi digitálními nomády severské Čiang Mai, kde se tato komunita sdružuje prostřednictvím networkingů, meetingů, přednášek a konferencí. (Rosulek, 2016, pp. 252-253)

2.7.2 Životní náklady ve vybraných destinacích

V této kapitole se budu snažit poskytnout pohled do možných měsíčních nákladů digitálního nomáda. Vybrala jsem destinace z celého světa. Snažila jsem se o typovou různorodost, ale také o geografickou rovnoměrnost. Podle preferencí nomádů jsem vybrala ty nejoblíbenější destinace, ale také jsem zařadila i ty méně navštěvované. Stránky www.nomadlist.com (které mi byly zdrojem dat) zobrazují tři typy nákladů. Použila jsem typ Nomad Cost. Tento typ nákladu je založený na pobytu do tří měsíců na daném místě. Náklady zahrnují spaní v levných ubytovacích zařízeních (většinou v centru města), stravování se třikrát denně v malých restauracích a doprava. Tyto náklady bývají ze všech tří typů nejvyšší, proto ukazují skvěle horní hranici možných nákladů. Nomád, který vyžaduje průměrný servis, těchto hodnot může dosáhnout. Proto budu uvádět ve srovnání právě tento typ nákladů. Výše nákladů se určitě může lišit podle úrovně očekávání a stylu života jednotlivce. Pro lepší představu jsem zahrнула do přehledu srovnání také Prahu. Na stránce www.nomadlist.com se zobrazují náklady v amerických dolarech. Pro přepočítání jsem použila aktuální kurz ČNB k 1.07.2020. To je 23,66 CZK za 1 USD. Výsledky jsem zaokrouhlila na celé koruny.

Tabulka 1 - Náklady na život ve vybraných destinacích za jeden měsíc

zdroj: www.nomadlist.com, zpracování vlastní

Destinace	Náklady
Chiang Mai, Thajsko	25,410 Kč
Phuket, Thajsko	32,485 Kč
Canggu, Bali	31,231 Kč
Seoul, Jižní Korea	52,052 Kč
Kaohsiung, Taiwan	25,055 Kč
Buenos Aires, Argentina	22,074 Kč
Da Lat, Vietnam	20,631 Kč
Ho Chi Minh City, Vietnam	25,410 Kč
Kathmandu, Nepál	16,041 Kč
Lviv, Ukrajina	24,724 Kč
Kuala Lumpur, Malajsie	29,858 Kč
Gdaňsk, Polsko	39,299 Kč
Siem Reap, Kambodža	24,275 Kč
Taghazout, Maroko	33,975 Kč
Colombo, Srí lanka	21,435 Kč

Praha, Česká republika	47,461 Kč
Tenerife, Kanárské ostrovy	47,059 Kč
Cancún, Mexiko	22, 950 Kč
Dubaj, SAE	72,967 Kč
New York City, USA	114,088 Kč
Brisbane, Austrálie	77,107 Kč

2.8 Motivace pro výběr nomádství jako životního stylu

Časté filozofické otázky, které vedou k odpovědi na otázku, proč je pro člověka dobré se stát digitálním nomádem.

Zmínka o konečnosti lidského bytí a s tím spojená lítost nad tím, co se dalo v proběhlém životě vše uskutečnit nebo naplnit. „Nomádství ale není vymezeno pouze ekonomickou potřebou, ale také dychtivostí po úniku nebo změně. Příčinou může být takzvaný migrační pud, který některé jedince vede ke změně místa, zvyklostí a touze po dobrodružství a náhodných setkáních.“ (Maffesoli, 2002) Na konci života se ostře ukazuje na to, které hodnoty nám během něj unikaly.

Jak uvádí Hozák (2017, pp.152,153) lidé obrovsky vyrostou, když najednou čelí své vlastní smrti. Je dobré naučit se nikdy nepodceňovat nikoho s ohledem na kapacitu duchovního růstu. Proměny u některých lidí jsou doslova fenomenální. Každý zažíval spoustu emocí, popírání, strach, hněv, výčitky, lítost, více popření, a nakonec přijetí. Každý pacient našel svůj mír, těsně před smrtí, každý z nich. Víím, jak silný pocit je, když člověk stojí na konci života a něčeho lituje, něco si vyčítá, ale už s tím nemůže nic udělat. Proto jsem se rozhodla varovat ty, kteří s tím ještě něco udělat můžou, tvrdila (Ware, 2012) v interview pro list Sydney Morning Herald.

Autorka Ware (2012) shromáždila pět nejčastějších povzdechů na konci života:

1. *Kéž bych měl odvalu žít skutečně podle sebe, ne podle toho, co ode mě očekávají druzí.* Byl to jeden z nejčastějších povzdechů. Před smrtí si lidé představili svůj život, uvědomili si, kolik snů zůstalo nesplněných. Zdraví přináší svobodu, dokud o něj nepřijde, neuvědomí si to.
2. *Přál bych si, abych tak tvrdě nepracoval.* Všichni muži, o něž pečovala vyjádřili tuto lítost. Přišli o mládí svých dětí, společného života. Nebo ženy, většinou matky samoživitelky.
3. *Přál bych si, abych měl v životě odvalu vyjádřit své city.* Mnoho lidí se bálo ukázat své city, aby neporušili vztahy a byli se všemi za dobře.

4. *Přál bych si, abych zůstal v kontaktu se svými přáteli.* V posledních chvílích si lidé většinou uvědomují, jak je pro ně důležité mít přátele a oporu. Zaujetí vlastním životem, že opustili stará přátelství, litovali.
5. *Přál bych si být šťastnější.* Mnozí si až na konci uvědomují, že štěstí je volba.

Dnešní doba, rychlost nás tlačí do kouta. Je potřebné se umět kvalitně, rychle a správně rozhodovat. Chtěl zmínit důvody, proč na konci života být zdravý, spokojený s pocitem, že člověk udělal vše tak, jak měl. Uvedl v podcastu (Vinš, 2019).

2.8.1 Životní krize a stagnace ve vakuu dnešní doby

Zdravý životní styl by nám měl zaručit dlouhý a kvalitní život. Nabízí se proto otázka, kolika let bychom se mohli dožít? Současné změny demografické struktury nejsou dány jen snížením porodnosti, ale právě i nárůstem počtu lidí, kteří se dožívají dlouhého věku. V populaci narůstá počet jedinců v nejstarších letech, jedinců osmdesátiletých i stoletých. Vaupel a van Kistowski (2009) předpokládají, že pro dnešní mladou generaci bude ve vyspělých průmyslových zemích život devadesátníků spíše pravidlem než výjimkou a mluví v této souvislosti o „explozivním nárůstu stoletých“. Naděje dožití nestoupá jen v nejrozvinutějších státech, ale téměř ve všech zemích světa (WHO, 1999), což diskuze o limitech prodloužení doby lidského života a dlouhověkosti oživuje lékařská péče, nové technologie. Toho si také všimli Gilleard a Higgs (2005), odrazila se medicínská změna stárnutí i ve studiu dlouhověkosti. Začalo se zkoumat, proč někteří jedinci nezemřeli, ne příčiny smrti, protože smrt byla v té době chápána jako daná věc. Výzkum dlouhověkosti se tak nově zaměřil na odhalení tajemství privilegované elity – dlouhověkých lidí. K proměně teorií ve vědě přispěl značně univerzální nárůst délky života a odhalení sociální podmíněnosti těchto procesů. Výrazným podnětem v diskuzi o délce života se stala teorie, se kterou na začátku 80. let přišel lékař Fries (1980). Byl přesvědčený, že naděje na dožití má práh okolo 85 let, protože lidské tělo je biologicky nastaveno k rozkladu přibližně v tomto věku. Jde tedy o přirozenou délku života, kterou nelze ovlivnit, o vrozenou a předpokládanou dispozici. A protože se naděje dožití v mnoha zemích této hranici blíží, křivky přežití získají hranatý tvar. Friesův názor na průměrnou délku života každého živočišného druhu sdílí i Kučera (1990), zásadní vliv ale připisuje genomu a je přesvědčen i o genetické podmíněnosti lidské dlouhověkosti.

Tlak dnešní doby být výkonným, a hlavně vydělávajícím čili být výhodným pro stát a společnost je obrovský.

2.8.2 Teorie prožívání

Filosofové Hogenová a Kirchner (2001) zmiňují prožitek jako pochopení sama sebe. Jedná se o psychický proces, během kterého se odehrávají osobní myšlenkové pochody, představy, pocity a stavy, které vykreslují subjektivní vnímání vnitřního a vnějšího světa. Prožitek je bezprostřední psychická reakce na realitu v danou chvíli, která se vyznačuje jednotou, celistvostí a integritou v daný moment. Vnímání pohybu v prostoru plyne přímočaře. Oproti tomu charakter prožitku v čase je rozdílný od toho fyzikálního. Rozumět svému jádru je charakteristické pro prožitek, pochopit jednotu života a pochopit různorodost ostatních toků života v rámci času. Jen v tomto nastavení jsem schopná vnímat pohyb času, kdy ubíhá, kdy se zastaví a kdy se vleče. Když očekáváme prožitek bolesti, nudy nebo náročné situace zažíváme pomalé plynutí času, a přitom prožitek je velmi ostrý. Vyplývá to z přemíry nebo nedostatku duchovních a fyzických podnětů. Pro někoho odběr krve, který je spojený se stresem a nevolností se zdá být velmi dlouhý na druhé straně při pozitivním a radostném prožitku se zdá, že čas plyne daleko rychleji. Někdy se stává, že ztrácíme pojem o čase v řádu, minut i hodin. Plné vnímání přítomnosti, nás zbavuje obav z budoucnosti a nejistoty, která je doprovází.

Zato (Jirásek, 2001) to vnímá v několika rovinách, kde je intenzita vnímání nejvyšší, a proto lidé tuto intenzitu jsou schopni rozpoznat a pochopit snadno. Mezi tři oblasti patří hra, sex, erotika a mimořádné stavy vědomí. Do prožitku, kdy vnímáme svět jiným způsobem nás pouští mimořádné stavy vědomí, nebo-li flow. Díky stavu flow se člověk může dostat do jiné dimenze vnímání, cítění a prožívání reálného světa. Například největšími učiteli nám mohou být malé děti, které jsou v rámci hry pohlcené přítomným okamžikem, svým způsobem v jakémsi transu.

Neuman, Vomáčko a Boštíková (1999) uvádí, že je ale prožitek charakteristický svou bezprostředností. Od zcela běžných zážitků všedního dne se liší prožitek, je pro člověka něco zvláštního, neznámého. Každý jedinec je individuální i jeho vnímání, přestože podnět je totožný.

2.8.3 Optimální prožitek – flow

Českým překladem anglického slova flow je plynutí. Flow se považuje za stav vědomí, díky kterému jsou lidé maximálně koncentrováni na danou činnost. Jedná se o naprosté pohlcení danou činností, že nic jiného není důležité. Tento stav plynutí, je vidět nejčastěji u dětí. Pro lidi je velmi fascinující a radostný. Snaží se ho proto dosáhnout pro pouhé potěšení. Plynutí vznikne tehdy, když se člověk věnuje jedné aktivitě. Tato aktivita zaměstná všechny jeho smysly a schopnosti. Když děláme něco jednoduchého, tak se nudíme, a když děláme něco složitějšího, tak to v nás vzbuzuje úzkost.

Podle Csíkszentmihályie (1996) je flow: „stav ve kterém jsou lidé tak moc ponořeni do určité činnosti, že nic jiného se jim nezdá důležité. Tento prožitek sám je tak radostný, že se ho lidé snaží dosáhnout dokonce i za velkou cenu, pro pouhé potěšení, které jim přináší“.

Jedna z vlastností flow, o které se lidé zmiňují je, že pokud tento zážitek trvá, člověk dokáže zapomenout na všechny nepříjemné stránky svého života. Proto rys tohoto stavu je důležitým faktem. Umožňují ho činnosti, které nám přinášejí radost. Sice vyžadují naprosté soustředění a pozornost na úkoly, který právě vykonáváme. Z toho důvodu nám v mysli nezbyvá místo na jiné informace, které se k úkolu už nevztahují. „Flow je opakem syndromu vyhoření a lidé na něm dokážou být dokonce i závislí a díky tomu se z toho stává motivace pro danou činnost. Stačí se podívat na horolezce, lyžaře nebo umělce a zjistíme, že nám tuto domněnku všichni svým chováním potvrzují. Flow je stav mysli a těla, kdy se celé vědomí soustředí na zvládnutí jedné jediné věci a neřeší nic jiného. „Při tomto zážitku člověk pociťuje radost, vyrovnanost, zaujetí a štěstí.“ (Csíkszentmihályi, 1996)

Není důležité, jestli aktivity určené k vyvolání stavu flow, jsou založeny na štěstí, soutěžení nebo jiné stránce prožívání. Jedno mají společné: Poskytují nám pocit, že v sobě něco objevujeme, pocit, který nás přenáší do nadreality. „Vedou nás k vyšším úrovním výkonu a ke stavům vědomí, o nichž se nám předtím ani nesnilo.“ (Csíkszentmihályi, 2015)

Tím se transformuje naše já a činí se stabilnějším. Zdá se pochopitelnějším. Pokud člověk nikam nesměřuje, a přesto se chce dostat do stavu flow, musí zvýšit úroveň cílů, jichž chce dosáhnout. Když se člověk ponoří do nových a obtížnějších úkolů, použije své schopnosti, tak se dostane zpět do pole zážitků flow. Pro návrat do stavu plynutí člověk musí zlepšit své dovednosti. Zredukovat úkolů a vrátit se na začátek. Bohužel v reálném

životě člověk nedokáže ignorovat úkoly, o kterých ví. Po uplynutí nějaké doby je možnost ztráty koncentrace, nebo varianta negativního vnímání a pocit méněcennosti. Právě tento dynamický rys ukazuje, proč aktivity, které přináší stavy plynutí, vedou k růstu a vývoji. „Člověk nemůže mít radost, když vykonává dlouho stejnou činnost na stejné úrovni. Začne cítit nudu, frustraci a pak ho touha, aby se znovu cítil dobře, postrčí k tomu, aby rozšířil své dovednosti nebo objevil nové příležitosti pro jejich použití.“ (Csíkszentmihályi, 2015)

Z druhé stránky má flow ale i negativní stránky. Upozorňuje na ně mnoho psychologů. Patří k nim obava, zda prožitek plynutí je vždy pozitivní a jeho následky vždy žádoucí. Dotaz, jestli se stav plynutí uplatňuje například při vzniku a udržování závislosti, je namístě. Autor této teorie si uvědomuje a upozorňuje, že příjemné prožitky plynutí, mohou mít i negativní efekt. Jestli se prožitky ve flow stanou návykovými, vede to bohužel ke ztrátě širších perspektiv a kontaktů, jak to je u každé závislosti. Život se potom zaměří jen na jednu aktivitu. Stav optimálního prožívání není sám o sobě dobrý. „Je prospěšný a žádoucí jedině tehdy, když náš život obohacuje, dodává mu na košatosti, intenzitě a smysluplnosti, když posiluje naše silné stránky a schopnosti a nepřináší újmu nikomu druhému.“ (Slezáčková, 2012)

2.8.4 Časy se mění, touha po spojení s přírodou

Poslední dobou lidé tráví čím dál méně času v přírodě. Díky masivnímu nástupu a rychlé obměně technologií se vzdalujeme od faktu, že jsme součástí přírody. Infrastruktura měst, je vymyšlená, aby to lidé měli nejpohodlnější. Mizí schopnost přirozeného pohybu, chůze. Mizí schopnost se orientovat a volně přežít v přírodě. V posledním desetiletí je nástup moderních technologií velký problém zejména u dětí. Chybí pozitivní vytvoření vztahu člověk - příroda. Podle Meyrowitze (1985) společenská struktura elektronických kultur 21. století, objevuje dozvuky lovecko-sběračských společností. Každý druhý má doma televizor, počítač a jiná média. Kvůli nim začíná být těžké držet svět dětí a dospělých zvlášť. Děti se těmito technologiemi někdy i nedobrovolně obklopují a vidí obrazy násilí, smrti či sexuálního podtextu. Další fáze je projev rolí žen a mužů. Kvůli tomu se stírají prostorové a časové rozdíly mezi různým druhem a významem aktivit pro člověka. Možnost vykonávat aktivity a zároveň komunikovat s rodinou, setkávat se s přáteli, podnikat vzdělávat se téměř odkudkoliv, díky mediálním zařízením nikdy nebylo snazší.

Priest a Gass (1997) uvedli základní podněty ve světovém měřítku, které negativně na člověka působí:

- Změna přechodu z průmyslu na informace a služby;
- Rozdíly mezi příjmy jednotlivců a rodin;
- Rychlejší technologie a nové materiály;
- Zvýšení konzumního způsobu života;
- Snížení lidské morálky a sympatie;
- Zvýšená kriminalita a užití drog;
- Zvýšení poptávky po dobrodružství;
- Lepší zajištění bezpečnosti, ochrany a pojištění;

Tyto podněty jsou jedny z mnoha, proč nomádi žijí svým stylem života. Návrat k přírodě a objevování světa je hlavní faktor. Kompenzace doby technologií a jejich používání. Cestování je způsob seberealizace a sebevzdělání, potažmo rozšířit si obzory a věnovat se fyzické aktivitě, která není doma možná. Opuštění komfortní zóny a jistot pohodlí domoviny. Součástí naší planety je příroda. Lidé jsou součástí přírody. Příroda nám zajišťuje, že můžeme dýchat, žít a realizovat se. Pobyť v přírodě ve srovnání s městem má přirozený účinek např. zklidnění mysli. Populárním propojením s přírodou se stává surfování. Během tohoto sportu se využívá technologií (v podobě prkna). Využití být ve spojení s přírodou a být bez možnosti ovládnout přírodu. Představují to podmínky oceánu. Pro lidi, je to čím dál větší magnet. Je tomu tak samozřejmě i u jiných sportů např. hiking, skialpinismus. Spojení s přírodou bývalo naší podstatou. Proto ztráta napojení člověka na přírodu, může mít fatální následky.

2.8.5 Nevšední zážitky a volný čas

Jak jsem zmiňovala výše, dnešní doba je velmi rychlá. Lidé si zvykli mít vše hned a po ruce. Lidé si zvykli chtít jednodušší a často i rychlejší řešení. Je to i jeden z důvodů nárůstu poptávky na to, jakým způsobem trávit volný čas. Díky růstu popularity sociálních sítí v posledním desetiletí, můžeme sledovat s každou novou informací nevinnou reklamu. Většinou každý má zájem, na tom, co nemá. Jedním z důvodů stát se digitálním nomádem jsou právě zmiňované sociální sítě. Fotka práce na počítači z pláže je velmi častá, proto díky dostupným informacím se toto téma stává tak populárním.

Pro digitální nomády je normální vyplnit čas svými koníčky a aktivitami, jako to dělají běžní lidé. Důležitým faktorem je, že digitální nomádi se nejčastěji pohybují v zahraničí. Samotné cestování je možné zařadit k nevšedním zážitkům. Objevování nových zvyků a kultur často je nevšední. Martoch uvádí (2014, p. 31), že mezi časté faktory patří i více času na rodinu a zájmy, nižší náklady na život a ošacení, možnost organizovat si sám pracovní a soukromí čas. Proto velmi jejich často zaplní již tolikrát zmíněné cestování, objevování nových jídel (gastro-turistika), seznamování se s novými lidmi (místní, přátelé). Většinu času zaplní také sportovní aktivity. Velmi často je možné se věnovat sportům, které v České republice je nemožné dělat. K nevšedním sportům patří surfování, skialpinismus, paragliding, potápění a jiné.

2.9 Pozitiva a negativa digitálního nomádství

Základní otázkou je, proč se nestát digitálním nomádem a odjet pohodlně a bezpečně cestovat jen v rámci dovolené. Jaký má smysl odletět do zahraničí a trávit tam stejných 44 hodin týdně prací, jako by tomu bylo doma. Proč si raději nenašetřit prostředky v pohodlí domova a užít si volno po světě poté. Obě cesty mají svá pro a proti. Pohledem pracujícího člověka v zahraničí, proniknete hlouběji, poznáte kultury, nové lidi, nevšední zážitky a mnoho nečekaných situací. Možnost cestovat místo dvou měsíců šest, nebo 2 roky, nebo zůstat ve světě napořád. Zdá se, že je to jen každého volba.

Benefity proč na cestách pracovat uvádí Vinš (2018):

- Nemusí se nikam pospíchat;
- Poznávání nových lidí;
- Možnost naučit se mnoho nových věcí, učení se od ostatních- jazyky;
- Vypilování – soft skills, růst osobnosti. Mimo jiné růst sebedůvěry v pracovní oblasti, tak i v osobním životě;
- Mnohem lepší pochopení místní kultury;
- Odpočinek od cestování;
- Nesahat na úspory, utrácení v průběhu vydělávání;
- Možnost ušetřit a vydělat si větší obnos než v České republice;
- Posouvat se s příjemným ročním obdobím a počasím;
- Díky práci na cestách získat naprostou svobodu;
- V dnešní době je to velice snadné;

2.9.1 Pozitiva

Shrnutí základních kladů. Co pro některé je výhodou, jiní mohou vnímat jako nevýhodu. Jak zmiňuje Novák a Vinš (2018):

Výhody podnikání digitálního nomádství:

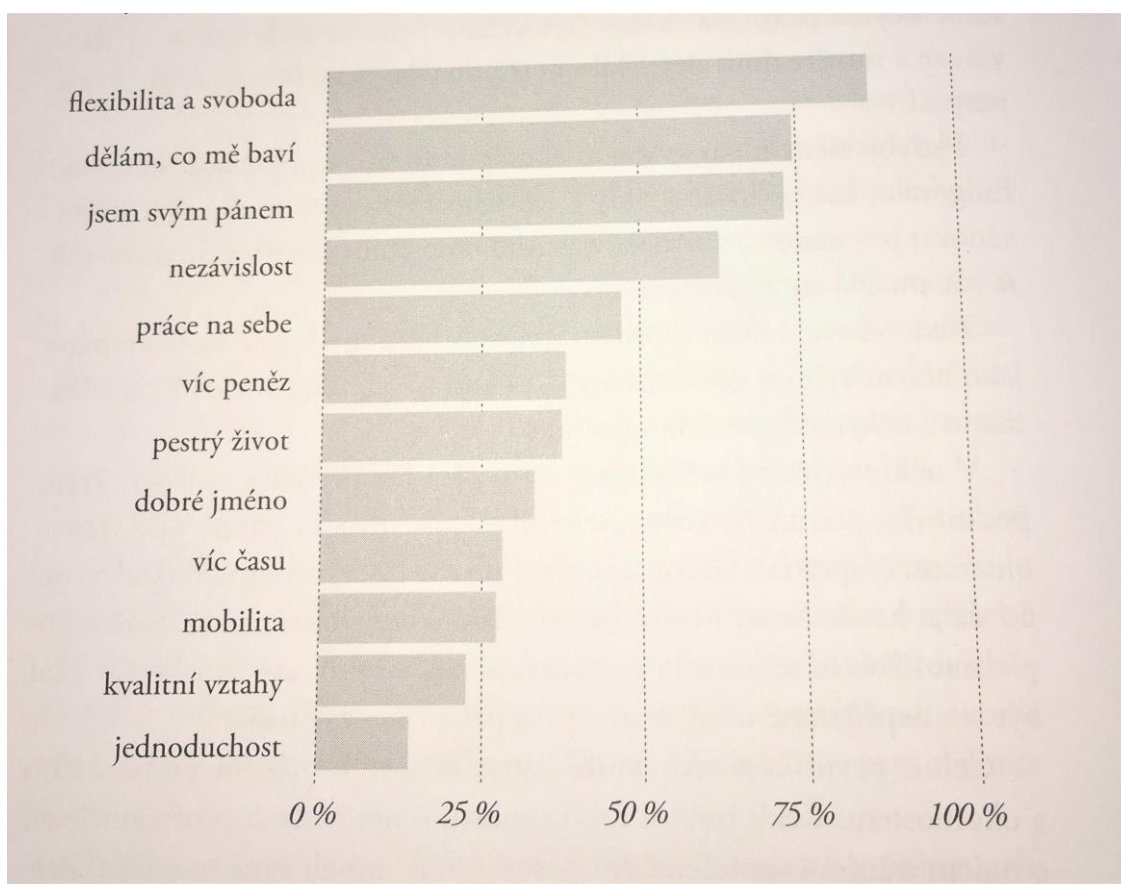
- Sami sobě šéfem;
- Podnikání může neomezeně růst;
- Na daních se odvádí nižší procento výtěžku;
- Pestrá náplň práce;
- Svoboda;
- Práce sám na sebe;
- Výběr spolupracovníku a klientů;
- Snadnější práce na dálku;

Výhody zaměstnání jako digitálního nomáda:

- Flexibilní příjem;
- Možnost placené dovolené;
- Nemocenská;
- Zaměstnanecké benefity;
- Součást kolektivu;
- Pod vedením, jsou dané jasné mantinely a pracovní náplň;
- Zaměstnavatel hradí výdaje spojené s výkonem práce;

Mezi další výhody tohoto způsobu života patří podle Rosulka (2016, p. 131):

- Možnost pracovat téměř v jakémkoli pracovním prostředí°;
- Flexibilita, možnost naplánovat si čas podle vlastního uvážení;
- Úspora času, který lidé stráví dopravou a chystáním se do práce;



Obrázek 2 - Hlavní výhody práce na volné noze z průzkumu.
Zdroj: Vlach (2017, str. 132)

Jako jedno z hlavních pozitiv je svoboda. Svoboda se rozhodnout žít podle vlastních pravidel. K dalším pozitivům patří samotné cestování. Faktem je, že ho je často příliš. K dalším pozitivům je objevování nových míst, vychutnat si s místními jídlo, zdolat vrcholky hor, poznat více lidí do hloubky a jiné benefity. Čím více se posouvají limity, tím větší je touha jít dál. Cestování je návykové, proto se ho těžko zbavuje. Množství kamarádů se zvyšuje, poznávat neustále nové lidi je zábavné. Stěhování na nová, krásná místa je obohacující. Člověk se učí získávat nové návyky a rituály. Některé dny jen pracujete od rána do večera, někdy se jste zase jenom sami se sebou a objevujete nové podněty. Někdy máte štěstí a vyzkoušíte nové chutě. Kvůli povinnostem se zaměříte více na pohyb a věnujete se svému tělu. Místní kultura je tak odlišná, že to člověka naplňuje poznáním. Každý je sám tvůrcem svého režimu. Zdravotní stav se zlepšil díky pobytu na slunci a u moře, nebo se vaše fyzička zlepšila díky tvrdým podmínkám na horách. Potkáváte čím dál víc inspirujících lidí. Máte pocit, že objevujete svět.

2.9.2 Negativa

Z výhod vyplývají i nevýhody. Jak zmiňuje Novák a Vinš (2018)

Nevýhody podnikání digitálního nomádství podle Nováka a Vinše (2018):

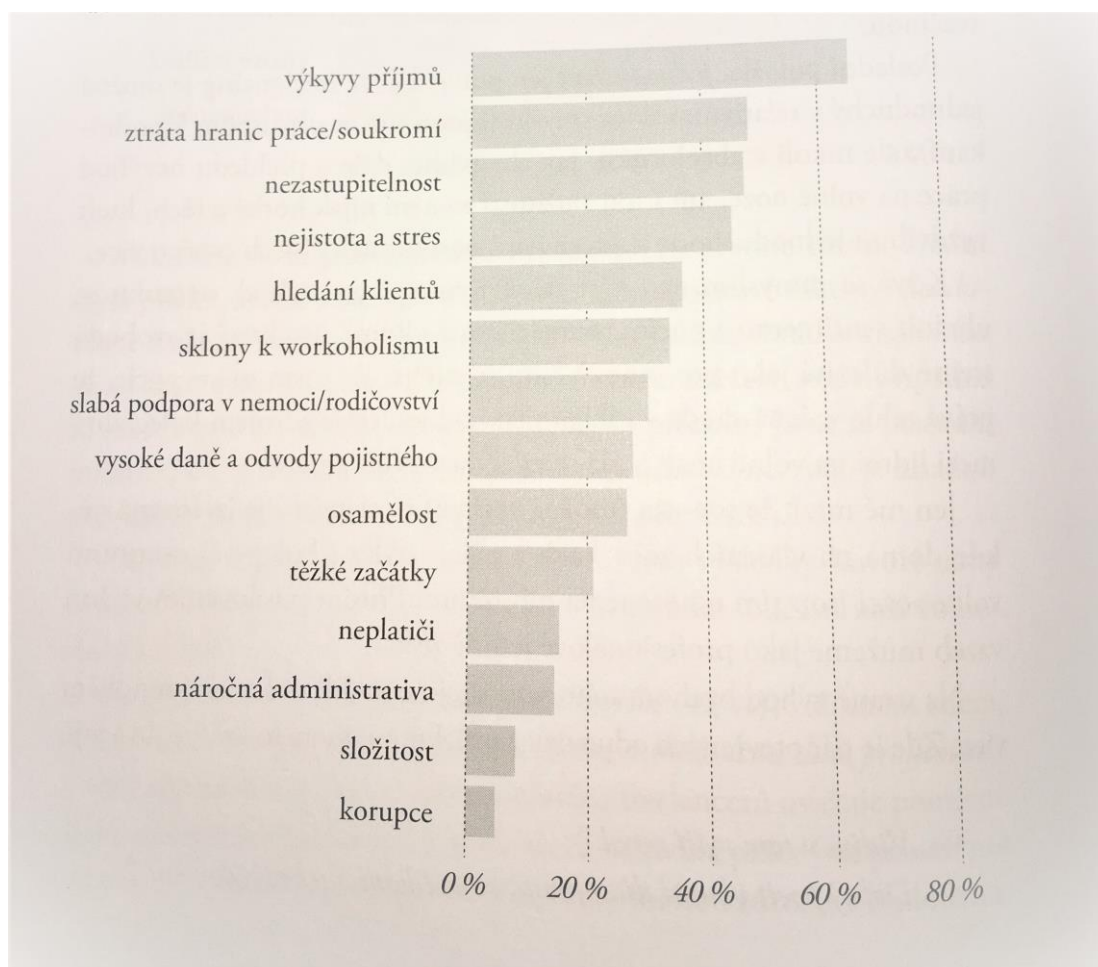
- Možnost nestabilního příjmu, počítat s výkyvy;
- Nejistota a riziko neúspěchu;
- Bez placené dovolené;
- Na volné noze ani v malých firmách, není možnost náhrady. Proto si jen odpočinout bez připojení není reálné;
- Velké množství administrativy;
- Řád a mantinely jsou na vás;
- Velká zodpovědnost, pokud zaměstnáte další lidi;
- Výdaje spojené s výkonem práce si hradíte sami;

Nevýhody zaměstnání jako digitálního nomáda:

- Práce pro někoho;
- Jste závislý na příkazech nadřízeného, i když nedávají smysl;
- Práce je často neefektivní;
- Často není vidět finální výsledek práce, což snižuje motivaci;
- Snadno se padá do stereotypu a nudy;
- Velká část platu se odvádí na daně;
- Je méně možností pracovat na dálku;

Rosulek (2016, p.130) poukazuje na nevýhody nomádství, mezi které patří:

- Možná rizika týkající se bezpečnosti, například neoprávněný přístup, krádež dat;
- Obtížnější komunikace, závislost na moderních technologiích;
- Pocit osamělosti, postrádání blízkého kontaktu s rodinou a přáteli, stesk po domově. (Digital nomad – the freelance lifestyle phenomenon, 2017)



Obrázek 3 - Hlavní nevýhody práce na volné noze z průzkumu
Zdroj: Vlach (2017, str. 134)

Jako další problém s cestováním je ten, že ho nikdy není dost. Vždycky můžete objevit nové město, ochutnat nové jídlo, vylézt na vyšší horu, poznat více lidí, skočit do hlubší vody, oddat se většímu nebezpečí. A čím více posouváte své limity, tím větší je vaše touha jít dál. Cestování je závislost, které se těžko zbavuje, a tak z Dánska jedete pracovat na Island, odtamtud na výměnný pobyt do Moskvy, a tak dále. Vaše rodina už ani neví, kde a jak žijete. Množství kamarádů je velmi vysoké, ale většinu pouze ve virtuálním světě. Stěhujete se tak často, že si nové místo ani pořádně nezabydlíte. Navazujete povrchní vztahy, které mají omezenou trvanlivost. Potkávat nové lidi je obohacující a jednoduché, ale utvářet nová, opravdová přátelství je velmi těžké. Obzvláště když vždy začínáte od nuly. Tíha neukotvenosti začne dříve či později doléhat snad na každého. Návyky a rituály se změní. Vstáváte jindy, než jste zvyklí. Některé dny pracujete od rána do večera, někdy se zase celý týden nezvednete z pláže. Někdy je nemožné sehnat potraviny, které běžně jíte, a proto jste nuceni sáhnout po tom, co je

k dispozici. Vaše tělo na to není zvyklé a neustále trpíte střevními potížemi. Nebo si naopak zvykne až moc a přibíráte. Kvůli povinnostem se přestanete hýbat. Místní kultura je tak odlišná, že často nejste schopni udělat si opravdové kamarády mezi domácími. Většinu času tak trávíte s dalšími výletníky, mezi kterými není přijatelné zdržovat se bez alkoholu. Začnete mít problémy se spaním. Nemáte žádný režim, opouštíte vlastní zásady. V týdnu se opijete a druhý den nepřijdete do práce. To se začne stávat mnohem častěji a vy si utváříte nové návyky. Protože každé tělo přirozeně tíhne k tvorbě rutiny. Cestujete nočními autobusy, i když už nejste ve věku, kdy byste v takovém prostředí byli schopni usnout. Budíte se rozlámaní. Začnou se u vás projevovat první zdravotní potíže, místním doktorům nevěříte a problémy přecházíte. Potkáváte čím dál víc „ztracených“ duší. Lidí, kteří nejsou schopni najít štěstí ve vlastní zemi a doufají, že ho najdou jinde. A tak bloudí třeba i roky po cizím kontinentu s touhou „najít sami sebe“. Neví ale, že odjet do ciziny nestačí. Když se chcete najít, je jedno, jestli se vám to povede v moravské vesničce nebo při dobrovolničeni v jihovýchodní Asii. Pokud neumíme žít sami se sebou doma, těžko se to naučíme někde jinde. Osamělost není něco, o čem většina cestovatelů píše. Neuvidíte ji na jejich instastories, ale garantuji vám, že ji většina z nich někdy pocítila. Podobný příběh popisuje také cestovatel Amir Salihefendic. Ten opustil rodné Dánsko, prodal většinu věcí, rozešel se s přítelkyní a vyrazil do Taiwanu. Vydržel zde rok, než se vrátil domů. Za tu dobu si prošel obdobím deprese, úzkostí, insomnií a osamělostí. Trvalo mu několik let, než se zcela zotavil. Jeho příběh je extrémní, ne však ojedinělý. Je mnoho lidí, kteří nomádský styl života milují a vyhovuje jim, pro spoustu dalších to ale z daleka nepřipomíná pohádku z blogu. Hvězda digitálního nomádství Pieter Levels se po třech letech cestování také nakonec usadil v rodném Nizozemsku. Poté, co procestoval snad každý kout země a začal vydělávat desítky tisíc dolarů měsíčně, se jeho životní styl stal snem každého nomáda. Svůj zlomový okamžik popsal na blogu takto: „Stál jsem ve svém apartmánu v Kolumbii, díval se z okna a uvědomil si, že tu nikoho neznám. Řekl jsem si, že tohle není to, co bych měl dělat. Že to vypadá skvěle na fotce, ale necítím žádné spojení.“ Pak se začala ozývat deprese. „Začínal jsem se cítit ztracený. Kládl jsem si otázky jako ‚Kdo vůbec jsem?‘. Velkou část naší identity totiž tvoří naše okolí. Když se přemísťujete z místa na místo a netvoříte žádná opravdová přátelství, ztratíte velkou část sama sebe. Jsem celkem silná a stabilní osobnost, ale na tohle jsem nebyl připraven“. Jeho nomádství mu dalo svobodu, ale co nakonec přece jen potřeboval, bylo spojení a intimita (Herмоchová, 2019).

3 CÍL PRÁCE

Hlavním cílem této práce je popsat pozitiva a negativa digitálního nomádství. Tato bakalářská práce si nebere za cíl kompletní zpracování daného fenoménu. Snaží se zachytit určité aspekty tohoto postmoderního fenoménu. Ukazuje vhléd do životů současné mladé generace a jejich vztahu k mobilitě, zdraví, práci, trávení volného času a svobodě.

Dílčí cíle

- Shromáždit dostupnou literaturu;
- Prostudovat a zpracovat literaturu;
- Vytvořit ucelený pohled na vývoj tohoto novodobého životního styl, jako trendu;
- Okrajově zmapovat historii v závislosti na podnětech samotné migrující populace ve společnosti;
- Vytvořit přehled oborů, které se vyskytují nejčastěji v tomto odvětví;
- Vytvořit seznam nejčastějších povolání vhodných pro tento životní styl.
- Zpracovat celkový přehled důvodu pro rozhodnutí, žít tímto životním stylem;
- Vypracovat přehled pozitiv a negativ spojených s tímto životním stylem;
- Shrnout přehled pozitiv a negativ tohoto životního stylu;
- Seznámit se s cíli a výsledky ankety
- Analyzovat dostupné aktuální informační zdroje relevantní k tématu digitálního nomádství ve vybraných databázích

Výzkumné otázky

1. Jaké formy práce na dálku jsou ve vybraných zemích nejčastější?
2. Jaké je nejčastější prostředí upřednostňují digitální nomádi?
3. Jaké jsou nejčastější pozitiva a negativa při realizaci digitálním nomádem?
4. Jaká je specializace digitálních nomádů?
5. Jaká jsou jejich největší negativa v souvislosti s tímto životním stylem?

4 METODIKA PRÁCE

Souhrn studií a článků je v této práci zpracováno v praktické části. Jedná se o písemnou formu dotazů-ankety. Zabývá se tematikou digitálního nomádství.

4.1 Souhrn odborných článku a studií

Pro teoretickou část bakalářské práce jsem čerpala z článků nalezených ve velkých databázích jako je Web of Science, ScienceDirect a Pubmed Central. Poté byly použity informace z bakalářských a diplomových prací, knih zabývajících se touto tematikou. Část informací byla čerpána z oficiálních webových stránek, které byly zaměřeny na digitální nomádství.

4.2 Forma – Anketa

Anketu, jsem zvolila, proto abych získala praktické poznatky o pozitivěch a negativěch digitálního nomádství. Sestavila jsem takové otázky, aby vyplývaly z výše popsaných poznatků v teoretické části a také, aby nám pomohly k porozumění a vytvoření lepšího přehledu o tomto životním stylu v praxi. Sestavení otázek bylo konzultováno s vedoucím práce. Anketa byla vytvořena v anglickém jazyce, aby byla dostupná pro respondenty z různých zemí. Před odesláním respondentům byla anketa zkontrolována jak z hlediska struktury, tak i z gramatické a stylistické správnosti týkající se anglického jazyka.

4.2.1 Sběrání dat

Anketa byla prováděna se záměrem předem vybraných respondentů. Způsob získávání odpovědí v anketě probíhal elektronickou formou. Data byla získávána skrz online formuláře. Odkaz na anketu byl odeslán na e-maily potenciálních respondentů. Tyto emailové adresy jsem sehnala díky vlastním kontaktům na digitální nomády v Evropě a Jihovýchodní Asii. Díky zájmu o toto téma mi mnoho spolužáků, (kteří v rámci programu Erasmus navštívili středozevní mořské destinace a pracovali jako digitální nomádi) kteří absolvovali přizpůsobení se jinému životnímu tempu a zvykům a životu v jiné zemi. Poskytli, jestli by po této zkušenosti měli zájem o životní styl digitálního nomáda. K odkazu v anketě jsem pokaždě přidám vysvětlující text, který

vysvětluje cíle bakalářské práce. A odpovědi, které skrz anketu chci objasnit. Poté jsem odkaz ankety se stejným vysvětlujícím textem sdílela i na sociální síť Facebook do cílených cestovatelských skupin zabývajících se digitálním nomádstvím (Digital Nomads Around the world, Digital Nomads - Jobs & Opportunities, Freelancer)

Odkaz na originální odpovědi je zde:

<https://my.surveio.com/L3K3O0T2P8N1R8F9L6J3/data/index>

4.2.2 Cílové skupiny

Metoda dotazů je postavena jako záměrný výběr objektu. Vyhledávání respondentů bylo provedeno záměrně. Cílová skupina respondentů jsou digitální nomádi, freelanceři nebo studenti, kteří tento způsob životního stylu do svého života zařazují. Vzhledem k prostředí práce jsou tito respondenti jsou většinou české národnosti. Celkem odpovědělo 20 respondentek a 19 respondentů z různých zemí, v různé věkové kategorii a období života.

4.2.3 Zpracování ankety

Anketa obsahuje šestnáct otázek, mezi ně patří otevřené ale i uzavřené otázky. Uzavřené otázky se dále dělí na výběrové, výčtové a škálové. Otevřených otázek je šest, výběrových pět, výčtové otázky jsou čtyři a jedna otázka je škálová.

Anketa zkoumá údaje:

- Pohlaví
- Věk
- Země působení a nejvyšší dosažené vzdělání, specializace
- Praktické zkušenosti (životní styl digitálního nomáda)
- Pozitiva a negativa

5 VÝZKUMNÁ ČÁST

Pro diplomovou práci bylo zvoleno systematické vyhledávání a hodnocení publikovaných odborných článků v elektronických databázích, které se zabývaly digitálním nomádstvím. Odborné články zabývající se touto tematikou byly identifikovány ze tří elektronických databází, kterými byly Web of Science, Pubmed Central a ScienceDirect.

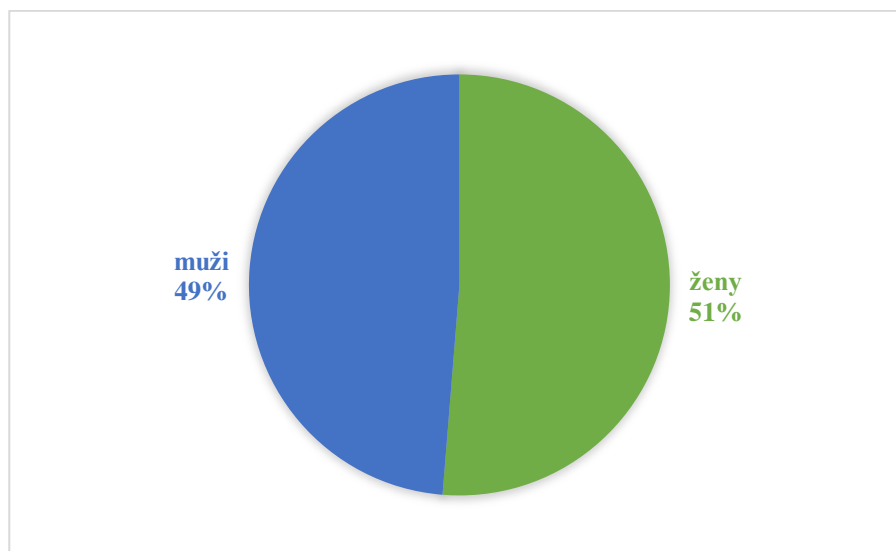
5.1 Výsledky

Anketa byla zaměřena převážně na respondenty ze zemí, o kterých bylo výše v práci zmíněno (Evropa, Jihovýchodní Asie, Střední a Jižní Amerika). Protože se jedná o anketu a odkaz na ni bude rozesílán různými způsoby do světa, a tedy k potenciálně různým národnostem. Anketa bude sestavena i s možností vyplnění respondenty z jiných než popsaných zemí. Ve skutečnosti se opravdu ankety zúčastní jedinci z Evropy než z jiných míněných zemí. Proto data o digitálním nomádství mohou být i určitým obohacením poznatků v českém prostředí, které byly odpovědím ve výsledcích ponechány.

1. Zastoupení respondentů

Ankety se zúčastnilo celkem 39 respondentů, přičemž bylo 20 (51,3 %) žen a 19 (49 %) mužů.

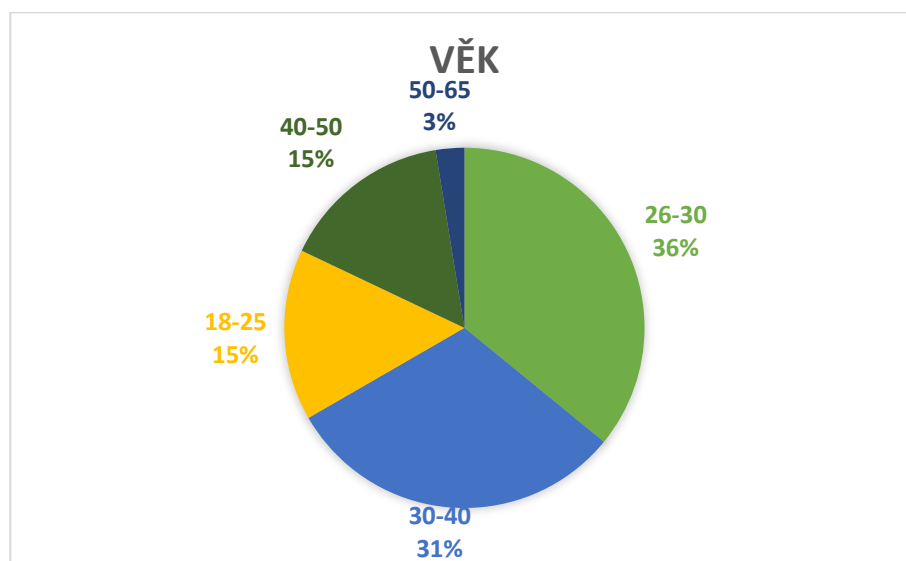
Graf 1 - Pohlaví



2. Věkové rozložení respondentů

Věk dotazovaných respondentů byl nejčastější v rozmezí 26-30 let, a to u 14 dotazovaných (37 %). Druhou nejpočetnější věkovou skupinou byla skupina 12 dotazovaných ve věku 30-40 let (31 %). Po šesti lidech se hlásili k věkovému rozmezí 18-25 (16 %) a 40-50 (16 %). Pouze jeden respondent se hlásí k věkové skupině 50-65 (3 %).

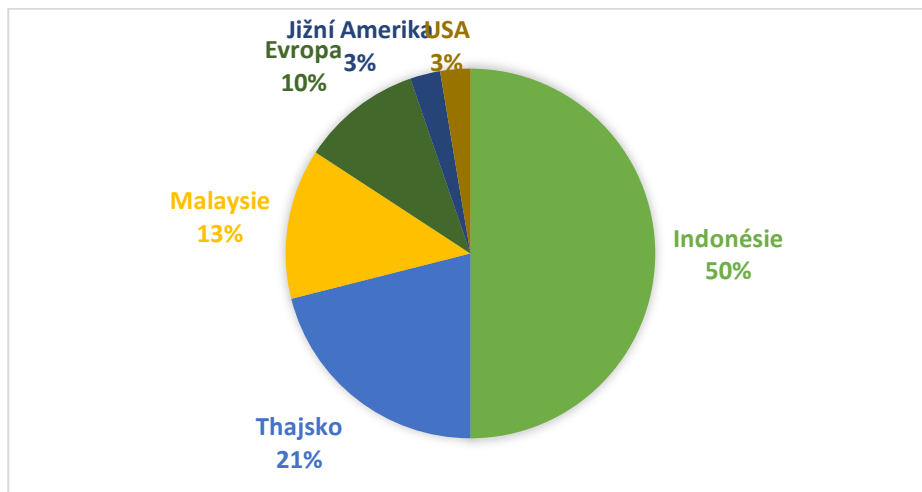
Graf 2 - Věk



3. Země působení

Respondenti zastupují 6 zahraničních zemí. Nejpočetnější skupinou respondentů jsou z Indonésie, kterých dotazník vyplnilo 19 osob, další početnou skupinou je 8 respondentů z Thajska, 5 z Malajsie, 4 z Evropy a po jednom respondentovi z Jižní Ameriky a USA.

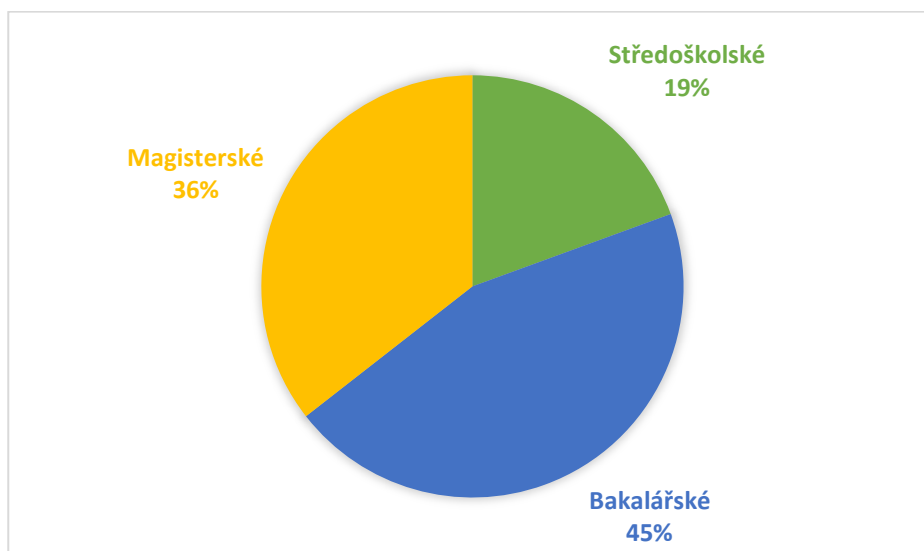
Graf 3 - Země působení



4. Nejvyšší dosažené vzdělání

Pro ověřitelnost schopností a následné specializace jsem zjišťovala i nejvyšší dosažené vzdělání digitálních nomádů. Z ankety vyšlo najevo, že nejvíce převažuje vzdělání bakalářské, a to u 19 (45 %) respondentů. Druhé nejčastěji dosažené vzdělání bylo magisterské, a to u 15 (36%) případů. Jeden respondent uvedl, že nejvyšší dosažené vzdělání je vídeňské gymnázium a další 4 respondenti uvedli, že bakalářské studium právě studují. Ti jsou uvedeni ve středoškolské kolonce (19%).

Graf 4 - Nejvyšší dosažené vzdělání

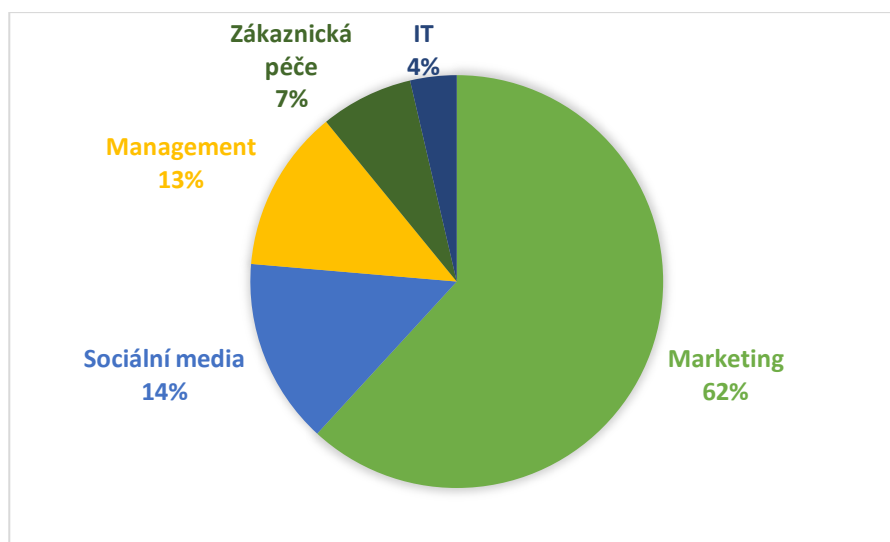


5. Specializace

Co se týká specializace, byla u této otázky možnost odpovědět vícero variantami. Nejvíce respondentů odpovědělo na specializaci marketing v počtu 34. Tato specializace byla vybrána celkem 18x samostatně a následně 21x v kombinaci s dalším odvětvím. Nejčastější kombinace marketingu byla se sociálními medií a managementem v počtu 7, pak se zákaznickou péčí v počtu 3. Další kombinací byla zákaznická péče a informační technologie. Další varianta byla například jen sociální media nebo management.

V grafu jsou shrnuté počty zvolených specializací bez ohledu na jejich kombinace

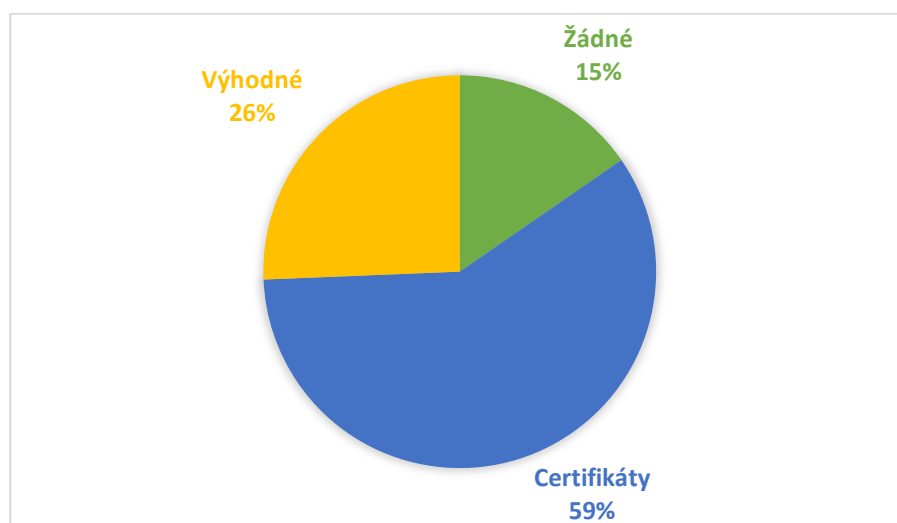
Graf 5 - Specializace



6. Doplnkové vzdělání/kurzy

Z uvedených odpovědí na doplňkové vzdělání odpovědělo 6 respondentů, že žádné nepotřebují. Nejvíce jmenované potřebné doplňkové vzdělání byly certifikáty pro různá osvětlení v oboru (copywriting, rétorika, grafika, prodej). Tento typ doplňkového vzdělání uvedlo 23 respondentů jako povinné či vyžadované. Dalších deset respondentů uvedlo tento typ dodatečného vzdělání jako výhodný, avšak ne zákonem vyžadovaný.

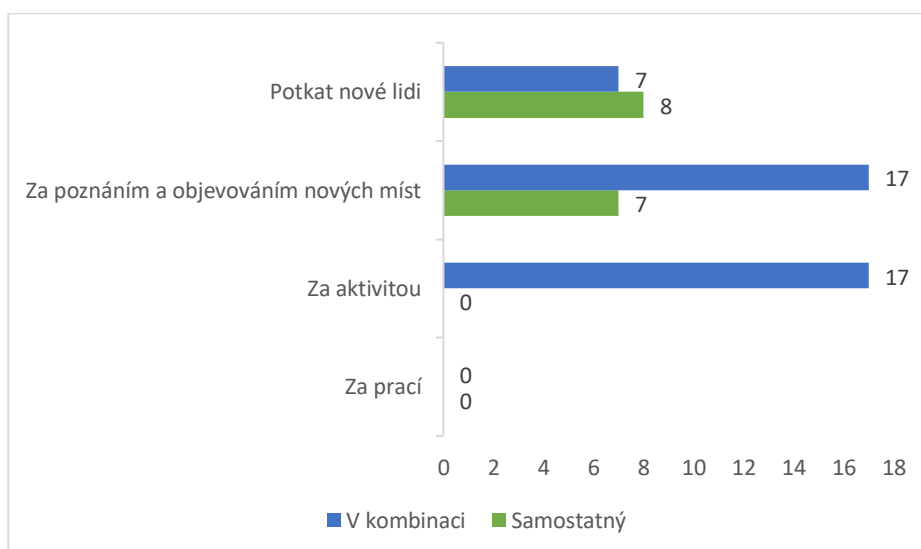
Graf 6 - Doplňkové vzdělání/ kurzy



7. Formy cestování

Dotaz na formu cestování obsahovala možnost odpovědět vícero variantami. Nejčastější odpovědí, kterou uvedlo 31 respondentů, bylo, že cestují za objevováním nových míst několikrát do roka, z nichž 17 uvedlo, že místo je podmíněno aktivitou (např. surfování). Zbytek odpověděl v kombinaci s dalšími formami. Další nejčastější odpověď 8 respondentů uvádí, že rádi poznávají nové lidi.

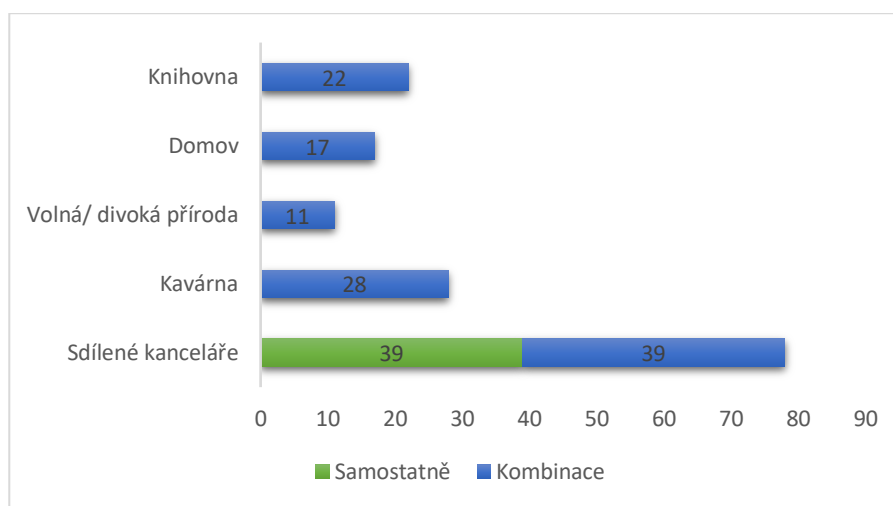
Graf 7 - Formy cestování



8. Pracovní prostředí

Prostředí, které digitální nomádi rádi využívají, byla také s více možnými odpověďmi. Nejčastější odpovědí byla sdílená kancelář, kterou uvedlo všech 39 respondentů. Druhou nejčastější odpovědí je kolonka kaváren s 28 respondenty. Další místo obsadila odpověď knihovny s počtem 22 odpovědí. Sedmnáct hlasů obdržela odpověď práce z domova. A 11 respondentů uvedlo, že pracují ve volné přírodě. Všechny 39 respondentů uvedlo kombinaci.

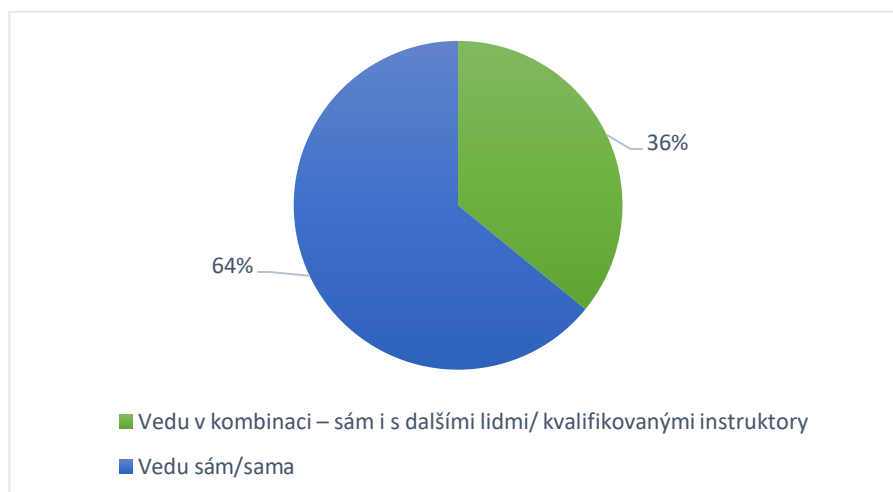
Graf 8 - Prostředí



9. Životní styl digitálního nomáda a jeho vedení

Zda digitální nomádi vedou zdravý životní styl (životospráva, spánek, kvalitní jídlo, sport, duševní naplnění) sami, nebo potřebují někoho kvalifikovaného a jejich pomoc a služby. Odpovědělo 25 lidí, že sami a 14 sami v kombinaci s dalšími lidmi/instruktory.

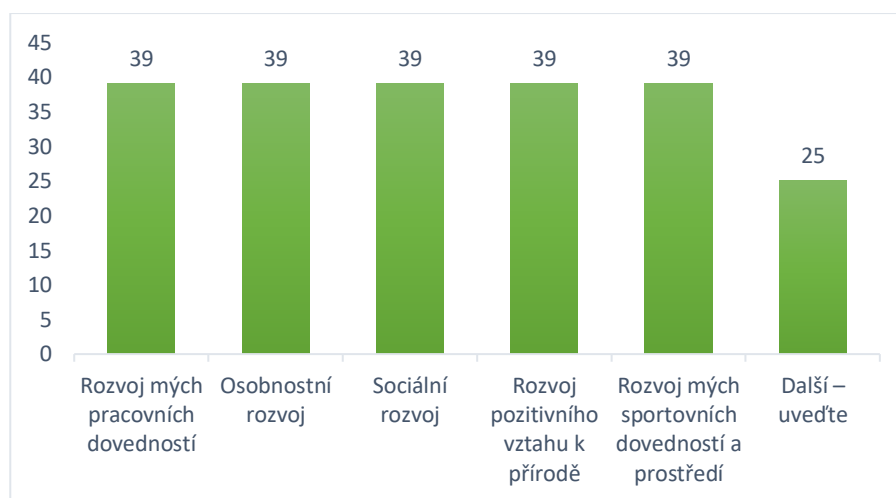
Graf 9 - Životní styl a jeho vedení



10. Cíle digitálních nomádů v rámci tohoto životního stylu

Otázky, jakých cílů by digitální nomádi pomocí tohoto životního stylu dosáhli, se na prvním místě umístily všechny odpovědi od všech respondentů. Další uvedené odpovědi byly například napojení na přírodu, zvýšená motivace díky viditelným výsledkům ve sportovních dovednostech.

Graf 10 - Cíle digitálních nomádů v rámci životního stylu



11. Životní styl studentů po absolvování pobytu v zahraničí

Jaký je životní styl studentů po absolvování pobytu v zahraničí? Jedná se o otevřenou otázku. Ti, co měli možnost využít programu Erasmus se vyjádřili nejvíce o sociálním a osobnostním aspektu. Sociální aspekt –Pomocí opuštění rodné země si studenti osvojovaly schopnost spolupráce, komunikace a důvěry v ostatní. Často zmiňovaná odpověď se týkala nárůstu smyslu pro komunitu a společnou soudržnost s jinými studenty v rámci programu.

Osobnostní aspekt – podle odpovědí respondentů je osobnostní rozvoj velmi důležitou součástí výsledků dosažených studenty po zúčastnění se na programu Erasmus. Nejčastěji uváděné výsledky jsou zvýšené sebevědomí a komunikace v cizím jazyce, lepší uvědomění si sama sebe, poznání vlastních schopností a možností, lepší schopnost sebeovládání, zvýšená důvěra sama v sebe a své schopnosti, rozvoj myšlení, rozvoj odolnosti, nabytí dovednosti řešit problémy sám v cizí zemi a jiných podmínkách.

12. Ne komfort a opuštění jistot při volbě životního stylu digitálního

nomáda.

V další otevřené otázce jsem se ptala na nejčastější nekomfort při realizování volby života jako digitální nomád. Mezi nejčastější odpověď se týkala financí a ceny. Spoustu digitálních nomádů vidí problém v tom, že realizovat tento životní styl je nákladné. Náklady mohou zahrnovat, vybavení pro práci a aktivity, pojištění či zaplacení ubytování, jídla a místa s kvalitním připojením k internetu. S tím souvisí i často uváděná odpověď, že tento životní styl není často podporován ze stran zaměstnavatele, protože není možná kontrola přítomnosti, jen v rámci virtuální. Vedení firem ani celý vzdělávací systém naší země tento přístup zatím nepodporuje, proto neexistuje žádná citelná podpora jak finanční, tak legislativní, která by pomáhala rozvoji tohoto životního stylu. Bez finanční zásoby a podpory v rámci komunit digitálních nomádů se cena života pohybuje někdy ve vysokých cenových relacích, které podmiňuje místo.

Další častá odpověď se orientuje na problematiku času. Nejčastější bariérou je podle digitálních nomádů nedostatek času poskytovaný na vlastní volbu projevu a vnitřních tužeb a směřování a svobody, kreativity ve školním systému. Souvisí to opět s problémem, že systém funguje v určených kolejích. Proč tedy vyhrazovat zvláštní a delší čas, když systém funguje. Dalším problémem z hlediska času jsou také odpovědi jako nedostatek času na plánování a přípravy. Někdy se jedná o čistou improvizaci. V tomto ohledu je třeba pochopit, že některé situace se stávají v rámci cestování.

Z dalších bariér je zmíněná také politická situace, víra, která jednak tento způsob života nemá legislativně ukotvený. S tím se pojí i různá povolení, účetnictví, papírová práce, kterou respondenti musí dodržovat, a částečně je to omezuje v provádění jejich činnosti.

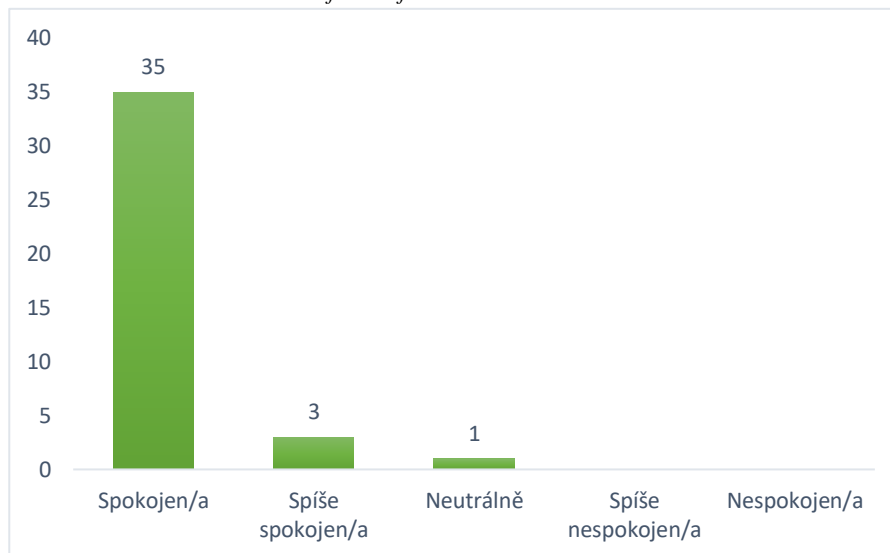
Další významnou odpovědí byly také uváděné obavy samotných digitálních nomádů z důvodů rizik a bezpečnosti při cestování. Kromě toho i samotní respondenti uváděli, že bariérou pro ně samotné je například strach z vlastní nedbalosti nebo nízké sebevědomí prorazit. Problémem také bývá nevyváženost mezi odpovědností a rizikem a malá důvěra ze strany odpůrců a kritiků tohoto životního stylu.

13. Efektivita a vlastní volba

Abych zjistila spokojenost respondentů s jeho vlastní volbou, použila jsem škálovou otázku. Z odpovědí vyšlo najevo, že nejvíce respondentů v počtu 35, jsou

naprosto spokojeni. Druhou nejpočetnější skupinou v počtu 3, jsou respondenti spíše spokojeni. Jeden respondenti vnímá efektivitu vlastního rozhodnutí pro tento životní styl neutrálně. A žádný respondent pro v kolonce spíše nespokojen a nespokojen nehlasoval.

Graf 11 - Efektivita a vlastní volba



14. Důvody pro výběr tohoto životního stylu

Důvody pro své hodnocení v této otázce vypsali respondenti takto: Spokojen/a – digitální nomádi dosáhli požadovaných výsledků, naučili se dovednosti, které využijí v životě, a které se od nich očekávali. Dalšími důvody je spokojenost s naplněním a mírou klidu. Viditelný pokrok digitálních nomádů během samostudia, při kterém si osvojili hlubší propojení se sebou samým, přírodním okolím a porozuměním života. Jeden respondenti je spokojený i proto, že pomáhal vést a podporovat další digitální nomády ke zlepšení a rozvíjení schopností a sebevědomí prorazit.

Spíše spokojen/a – nejčastější kladná odpověď obsahovala spokojenost s vlastním přesvědčením i přes to, že se vždy dá něco zlepšovat. Respondenti uváděli také kladnou stránku, viditelný rozdíl zdravotního stavu před a po absolvování tohoto životního stylu. Spokojenost některých respondentů se také týkala kvalitního naplánování a zorganizování výletů a aktivit, které si z domoviny nemohli dovolit. Jako negativní odpovědi se v této sekci objevovaly především odpovědi typu fundraising ze strany zákazníků/ zaměstnance, aby snížili svou cenu. Nebo vymyslet méně nákladné způsoby provedení práce.

Neutrální postoj – Odpověděl jen jeden respondent a zdůvodňuje to dlouho nepoznanou změnou tohoto životního stylu, svaluje to na věk.

15. Jestli by respondenti ve své volbě něco změnili

Na otázku, jestli by něco změnili pro zlepšení tohoto životního stylu. Odpověď byla učinit povědomí o tomto stylu dostupnější s určitou podporou ve společnosti, jednotlivých přístupů ve školách i u samotných zaměstnavatelů, rodičů i učitelů. Druhá odpověď byla zaměřena na nedostatek časového fondu, který právě kvůli neprioritnímu postavení na trhu práce limituje plnohodnotný a efektivní stav. S těmito odpověďmi se prolínají i odpovědi, které odkazovaly na požadavek vyššího ohodnocení ze strany vlády a legislativního ukotvení, které by digitálnímu nomádství zvyšovaly prestiž mezi ostatními povolání, a tím by došlo i k jeho lepšímu rozvoji. Mezi ostatní odpovědi patří například požadavek společnosti na vyšší věk = zkušenosti, což je pro mladé nomády limitující, i když by danou práci třeba zvládli lépe než ti zkušenější.

16. Co respondenti považují za největší pozitivum a negativum tohoto životního stylu

Odpovědi na tuto otázku byly hodně podobné s vytyčenými cíli, kterých digitální nomádi dosáhli. Nejčastěji zmiňovanou odpovědí je osobnostní rozvoj, lepší sebeuvědomění, sebedisciplína, sebedůvěra, odolnost, lepší osobní hodnoty, poznání vlastních možností a osobní výzvy. Další častou odpovědí je přístup k jiným lidem přírodě, porozumění díky poznání jiných kultur a přístupů k životu.

Také je přínosem rozvoj sociálních dovedností jako je týmová spolupráce, komunikace a schopnost komunikace na dálku a dodržování termínů. Kromě toho také respondenti uváděli odpovědi jako životní zkušenosti, opuštění komfortní zóny, duševní i fyzické zdraví, pauza od tradičního spěchu či pauza od tlaku společnosti. Tento životní styl zároveň vzdělává člověka všestranně, protože si musí umět poradit.

6 DISKUZE

V závislosti na výsledcích ankety, nedopadly až tak překvapivě. Forma životního stylu digitálního nomádství se i v rámci jednotlivých států liší například na ostrově Bali, v Indonésii, se podle Vinše (2018) vyskytuje více digitálních nomádů než obyčejných turistů. Toto potvrzují i výsledky ankety, kde většina respondentů odpověděla, že se vyskytuje právě v Indonésii. Respondenti však uváděli formu výskytu právě v tuto chvíli, je tedy možné, že v souvislosti s cestováním a poznáváním nového se jejich lokalita v budoucnu změní. Dále se potvrdilo očekávání podle Martocha (2014) Práce na dálku bude dále nezadržitelně prorůstat do našich pracovních a osobních životů. (p. 152) Z odpovědí respondentů vychází najevo, že i toto tvrzení souhlasí se skutečností, ale s rozdílem, že digitální nomádi formy pracovních i osobních životů různě kombinují. V Jižní Americe (Mexiko) digitální nomádství má spádovou oblast spíše ve městech s kvalitním připojením k internetu (Gusekloo, Jacobs, 2016), které je mnohdy těžké zhodnotit z odpovědi respondenta z Jižní Ameriky. V tomto případě se bohužel nepodařilo sehnat více respondentů, tudíž vzorek digitálních nomádů v Jižní Americe není příliš reprezentativní. Podle Jahariho et. al je zaprvé uvědomění si, že naše pojetí poskytuje strategickou perspektivu pro sledování a vysvětlování osobnějších a komunitně orientovaných znalostních aktivit a zdrojů, které jsou stále více využívány v digitální práci. Druhý odpovídá našemu rodícímu se chápání vzájemného vztahu mezi aktivitami digitálních nomádů.

Vzhledem k tomu, že kromě osobního nadšení existuje mnoho kurzů, školení a workshopů, je zřejmé, že přístupy jsou uzpůsobeny podle možností digitálních nomádů. Pozitivní je svobodná volba cesty a specializace v rámci kurzů a školení. Když digitální nomád má doplňkové kurzy a certifikáty, může tím tak podepřít své schopnosti a dovednosti, zvýší si tím cenu na trhu práce. Negativem je, že doplňkové kurzy bývají často nákladné, je těžké dopředu říct jakým stylem bude kurz vedený a jestli tato investice je vhodná a zaměstnavatelé/ klienti na to budou brát ohledy.

Formy cestování jsou hodně spojeny s tím, že tento životní styl není podmíněn místem. Objevování nových míst, a pak aktivity, které většinou podmíněné místem jsou, lze vnímat jako pozitivum tehdy, když je člověk nastaven proaktivně a otevřen novým podnětům. Oceňuje tyto hodnoty. Jako negativum to jde vnímat v případě, že to člověku zevšední, neustálé přesuny, opakování stejných situací, frází, představování se. Z ankety vyplývá, že většina je velmi spokojena a vnímá objevování pozitivně.

Pracovní prostředí v posledních letech prošlo určitou proměnou a pro obě strany je výhodné sdílet prostor už jako možnost sociálního kontaktu s jinými nomády, tak po ekonomické stránce. Sdílené kanceláře jako pozitivum, lze vnímat, že mnoho nomádů v rámci komunity může spolupracovat, předávat si zkušenosti a zároveň šetřit úspory na jiné věci. Podobné podmínky mají nomádi, když pracují z domu. Negativum by mohlo patřit prostředí kaváren jako je hluk z ulice, mnohdy nekvalitní připojení k internetu, lidé nenomádi, a s tím spojená ztráta koncentrace. V knihovně je naopak klid, ale možnost účastnit se konferenčních hovorů a projevovat se mluvou, se nehodí. Jak vyplývá z ankety největší oblibou jsou právě sdílené kanceláře, pro jejich široké využití.

Vedení zdravého životního stylu je díky většímu množství času na sebe a aktivity dostupnější. Většina v anketě vede tento životní styl bez pomoci další osoby. Pozitivně je vnímán čas a možnost věnovat se sám sobě a tvořit kvalitní hodnoty pro. Negativum případné postrádání specializace v tomto odvětví. Podrobněji se v anketě projevilo, že každý by chtěl být napojen na přírodu, věnovat se svým aktivitám, osobnostnímu rozvoji, sociálnímu životu a růstu v profesní sféře. Je to vnímáno pozitivně díky většímu časovému fondu.

Ohledně životního stylu po návratu studentů z programu ERASMUS je nomády brán jako pozitivní, protože vyzkoušet si žít v jiné zemi, používat cizí jazyk, postarat se sám o o sebe dává velké životní zkušenosti, které jsou hodnoceny jako k nezaplacení. Jedná se o faktory, které působí v pozitivním slova smyslu na vývoj jedince a s jeho samostatné fungování. Jde o schopnost spolupráce, komunikace, důvěry, sounáležitosti, poznání vlastních schopností a možností, rozvoj myšlení, přijímání kritiky a celková odolnost a opuštění komfortních zón.

Nekomfortní je vnímání financí a ceny. Negativně je pohlíženo na realizaci a s tím spojené náklady tohoto životního stylu na začátcích. Z ankety vyplývá, že začátky bývají velice nákladné, a proto jsou hodnoceny negativně. Odráží se to od vysokého očekávání, které by mohlo snížit příprava během vzdělávání ve školním systému. Realita bývá mnohdy jiná než se ve školách prezentuje. A s tím například i aspekt finanční gramotnosti, na kterou se už v rámci základního vzdělání nebere až tak velký důraz. Dále bezpečnost během cestování, která souvisí i s mírou kriminality dané oblasti a zdravotní situace v zemích, kam se cestuje.

Ohledně efektivity a vlastní volby z ankety vyplývá, že jsou všichni spokojeni a vnímají to pozitivně. Mají větší míru klidu, řídí si vše sami, možnost poskládání práce podle svých schopností, dovedností. Svoboda vlastního rozhodnutí, jak to uspořádat

zajišťuje pestrost, a tím se vyhýbá monotónosti. Vlastní uspokojení díky samostudiu a posouvání svých hranic je vnímáno pozitivně. Negativně je vnímáno dostupnost a povědomí o tomto životním stylu, nepříliš atraktivní postavení na trhu práce, míra konkurence a pohlížení na zkušenosti.

Cíle, které si digitální nomádi určili jsou vnímány pozitivně protože jsou zároveň i důvody, proč si tento životní styl vybrali. Mezi hlavní důvody patří osobnostní rozvoj, sebeuvědomění, sebedisciplína, sebedůvěra, osobní hodnoty, výzvy, posouvání svých hranic. Mezi další pozitiva patří přístup k životu, lidem a přírodě, porozumění díky zážitkům a aktivitám v jiném kulturním prostředí. Pozitivně je vnímán i sociální rozvoj, poznávání nových lidí, týmová spolupráce, schopnost komunikace na dálku. Ohledně zdraví vychází, že duševní pohoda i fyzické zdraví závisí na tom, že člověk není v tradičním stresu a tlaku společnosti. Všestranný rozvoj je vnímán pozitivně, přesto z ankety vyplývá, že jsou pod velkým tlakem. Někdy nomádi netuší, co je čeká, co se bude odehrávat a nedokáží se dívat dostatečně dopředu. A tak se přizpůsobit nové skutečnosti, jelikož nejsou dostatečně vzdělání v oblasti psychické přípravy a koučování, což je vnímáno jako negativum.

Odpovědi na výzkumné otázky

1. Jaké formy práce na dálku jsou ve vybraných zemích nejčastější?
Nejčastější je práce v marketingu.
2. Jaké je nejčastější prostředí upřednostňují digitální nomádi?
Digitální nomádi nejčastěji upřednostňují sdílené kanceláře.
3. Jaké jsou nejčastější pozitiva a negativa při realizaci digitálním nomádem?
Pozitiva: osobnostní rozvoj, realizovat se v odvětví podle vlastní volby, výzvy, sociální rozvoj, rozšiřování obzorů, posouvání vlastních limitů
Negativa: počáteční náklady, prosazení, konkurence, podmínky pro život (jiné podnebí, s tím spojené reakce organismu), nestálost, nestabilita, neatraktivní postavení na trhu práce
4. Jaká je specializace digitálních nomádů?
Nejčastěji se nomádi specializují v marketingu.
5. Jaká jsou jejich největší negativa v souvislosti s tímto životním stylem?
Pozitiva: osobnostní rozvoj, sebedisciplína, sebedůvěra, osobní hodnota, pohled na život, výzvy, přístup k přírodě, porozumění díky zážitkům, sociální rozvoj, komunikace, rozšiřování obzorů,

Negativa: vzdálenost od rodiny a přátel, samota, jiné kulturní návyky, podmínky pro život (úroveň zdravotního systému), nestálost, nestabilita, neatraktivní postavení na trhu práce, zevšednění

7 ZÁVĚR

Život digitálního nomáda se skládá se ze čtyř pilířů: opuštění komfortní zóny, práce na dálku, cestování a řešení psychických podnětů. Právě psychická složka je velmi důležitá pro rozvoj kvalitního jedince, protože tento životní styl není jen o užívání života a objevování nových míst. Digitální nomádi se často dostávají do složitých zátěžových situací, se kterými se musí vypořádávat. Proto jsem se rozhodla ve své bakalářské práci za svůj cíl popsat určité aspekty a vzhled do životů současné mladé generace a jejich vztahu k mobilitě, zdraví, práci, trávení volného času a svobodě. Cíle práce byly splněny prostřednictvím srovnání bibliografických titulů a analýzou poznatků, kterou jsem prováděla.

Z ankety vyplývá, jak velký tlak je na digitální nomády vyvíjen. V některých případech sami nomádi netuší, co je čeká, co se bude odehrávat a nedokáží se dívat dostatečně dopředu. Nedokáží se přizpůsobit nové skutečnosti, jelikož nejsou dostatečně vzdělání v oblasti psychické přípravy a koučování. Dokonce se setkáváme s nomády, kteří nepovažují psychickou složku za důležitou a odklánějí se od jejího tréninku. Proto je vhodná příprava a koncentrace se svou vizí života, připravit se na možné následky rozhodnutí. Tento trénink by měl být zařazen pro každého člověka od mladí. Na konec práce zařazuji vlastní srovnání pozitiv a negativ tohoto životního stylu.

Došla jsem k závěru, že psychická rovnováha je velmi důležitá pro úspěšný život, ať už jako digitálního nomáda nebo člověka, který má rád své kořeny a jistoty. Použitím pozitivních strategií lze mírnit negativní vliv psychického tlaku při výkonu práce. Jako konečné zhodnocení se domnívám, že je velmi důležité podívat se na praktiky integrace a interakce těchto „nových obyvatel“. Jakým způsobem komunikují s ostatními sociálními skupinami na různých místech? Jaký druh společenských praktik je osvědčený, který je zaměřený na nějakou místní formu integrace do společnosti? Jsou-li politicky (v širokém slova smyslu) aktivní? Žijí opravdu zdravým životním stylem? A co, když se zde lidé usadí, co jejich potomci, které bychom mohli nazvat „zrozenými nomády“ Jak se cítí, že jsou vychovávaní světem? Budou schopni se začlenit do společnosti? Zůstanou, nebo budou mít v úmyslu zůstat ve světě, až vyrostou? Seznam dalších výzkumných otázek je skutečně dlouhý a široký. Klíčem k uchopení složitých životních motivací, dopadů volby, rozměrů, zkušeností a důsledků nomádství jako životního stylu je bezpochyby vnitřní a vnější přístup. V současné době by výzkum tohoto

tématu velmi přispěl k teoretickému a koncepčnímu vývoji vědeckých teorií tohoto životního stylu.

8 SHRnutí

Tato bakalářská práce nazvaná „Digitální nomád jako životní styl, fenomén dnešní moderní doby“ v těchto dnech zahrnuje vysvětlení pojmů spojených s nomádkým životním stylem, zaměřuje se na psychologickou otázku, proč se stát digitálním nomádem, a konkrétně se zabývá historií, charakteristikou digitálního nomádství, rozdělením nomádů, pracovním prostředím a vhodnými místy pro práci. A nakonec popsání pozitiv a negativ, které by měly pomáhat zvládat problémy s životem tohoto způsobu života.

Bakalářská práce zahrnuje část, založenou na analýze a srovnání knih a je rozdělena do pěti kapitol. První kapitola popisuje historii nomádů, jejich postavení ve světě. Druhá část vymezuje termíny – kočovník x barbar x new age travellers. Třetí část ukazuje charakteristiku samotných digitálních nomádů, jak jsou nomádi rozděleni do pracovních kategorií. Čtvrtá část popisuje práci na dálku. Pátá část se zabývá, jaké rozdělení digitálních nomádů jsou, a pro jaký druh práce najdou využití. Šestá část popisuje pracovní příležitosti. Sedmá část pokrývá pracovní prostředí. U osmé části je popsána filosofická otázka motivace, kterou více otevírá v dalších kapitolách. Další kapitoly pokračují tématem šťastného života a touhou splynutí s přírodou, které používají nomádi. Na závěr popisují pozitiva a negativa se zkušenostmi dosažené cestováním, plynutím a prací závislou na sobě samém, chováním se jako digitální nomád. Chtěla bych zabránit největším desinformacím negativního pohledu na životní styl a nastínit některé pozitivní (i když mohou být vnímány jako negativní názory) užitečné pro budoucí digitální nomády.

Díky analýze knih jsem zjistila, že existuje hodně digitálních nomádů, a mnoho způsobů, jak změnit životní styl. V kontinuitě dosažených znalostí je zřejmé, že odborná psychologická problematika a uvědomění, naučí účinně zvládat strategie životního stylu a má velký vliv na digitálního nomáda i na jeho práci.

9 SUMMARY

This bachelor thesis called „Digital nomadism as a lifestyle, a phenomenon of today’s modern age“ covers the explanation of terms associated with nomad lifestyle, more focused on psychology issue of how become a digital nomad, and concretely deals with history, characteristics of digital nomadism, the division of nomads, jobs and suitable places and using effective strategies, which help to handle the problems with living this lifestyle.

Thesis includes part, based on analysis and comparison of the books, and is divided into five chapters. The first chapter describes the history of nomads. The second part defines terms - nomadic x barbar x new age travellers. The third part outlines characteristics of digital nomads themselves, how nomads are divided into working categories, what types of digital nomads are, and what kind of jobs they are used for. The fourth part describes remote work. The fifth part deals with what distribution of digital nomads. The sixth part describes job opportunities. The seventh part covers popular places. The eighth part describes a philosophical question, which I open up more in other chapters. Other chapters continue with the theme of happy life and flow used by nomads.

At the end I describe the positives and negatives with experience achieved through travel, flowing and working dependent on myself, behavior of a digital nomad. I would like to prevent the biggest deinformation of negative view of lifestyle and outline some positive and negative views useful to future digital nomad.

Through books analysis, I found out that there are a lot digital nomads, and many ways to change lifestyles. In the continuity of knowledge achieved, it is the trade-offs of psychological issues and flow, will teach effective management of lifestyle strategies and has a major impact on the digital nomad as well as its work.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Aguinis, H., & Lawal, S. (March 2013). ELancing: A review and research agenda for bridging the science-practice gap. *Human Resource Management Review*(23(1)), stránky 6-17. doi:10.1016/j.hrmr.2012.06.003
- Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Cambridge: Polity Press.
- Benson, M., & O'Reilly, K. (2009). *Lifestyle Migration: Expectations, Aspirations and Experiences*. Routledge: Ashgate.
- Carter, J. (2016). "Why a Growing Army of 'Digital Nomads' Are Choosing Asia as Their Base.". Načteno z <http://www.scmp.com/lifestyle/travel-leisure/article/1983144/why-growing-army-digitalnomads-are-choosing-asia-their>
- Couchaux, D. (2004). *Habitats nomades*. Paris: Editions alternatives.
- Csíkszentmihályi, M. (1996). *O štěstí a smyslu života: můžeme ovládat své prožitky a ovlivňovat jejich kvalitu?* Praha: Nakladatelství Lidové Noviny.
- Csíkszentmihályi, M. (2015). *Flow: o štěstí a smyslu života*. Praha: Portál.
- Diderot, E. (1996). *Všeobecná encyklopedie ve čtyřech svazcích*. Praha: Nakladatelský dům OP.
- Ferris, T. (2011). *Čtyřhodinový pracovní týden: nemarněte celé dny v práci, žijte kdekoli a staňte se "novým bohatým"*. Brno: Jan Melvil.
- Fries, J. (17. July 1980). Aging, Natural Death, and the Compression of Morbidity. *The New England Journal of Medicine*(303), stránky 130-135. doi:10.1056/NEJM198007173030304
- Gilleard, C., & Higgs, P. (2005). *Contexts of Ageing: Class, Cohort and Community*. Cambridge: Polity Press.
- Gussekkloo, A., & Jacobs, E. (2016). *Digital nomads: How to work and play around the world*. New York: Author.
- Hermochová, T. (2019). *Život nomádů není tak skvělý, jak ukazují fotky. Lidé se nakonec vrací domů*. Získáno Květen 2019, z <https://www.flowee.cz/civilizace/5093-nomadsky-zivot-neni-tak-ruzovy-jak-ukazuji-fotky-lide-se-nakonec-v>
- Hoey, B. A. (2005). From Pi to Pie: Moral narratives of noneconomic migration and starting over in the postindustrial Midwest. *Journal of Contemporary Ethnography*(34(5)), stránky 586-624.
- Hogenová, A. (2001). Prožitek v kontextu dnešní doby. *sborník příspěvků konference konané dne 26.4.2001 na UK FTVS*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy.
- Hogenová, A. (2017). *Čas sebepoznání*. Praha: Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy.
- Hozák, R. (2017). *Psycho-somatická prvouka*. Praha: Vyšehrad.
- Hynes, C. (2016). Why Digital Nomads & Entrepreneurs Keep Choosing Chiang Mai. *Forbes*.

- Jarrahi, M., Philips, G., Sutherland, W., Sawyer, S., & Erickson, I. (2019). Personalization of knowledge, personal knowledge ecology, and digital nomadism. *Journal of the Association for Information Science and Technology*. doi:10.1002/asi.24134
- Jirásek, I. (2001). *Prožitok a možné světy*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Kaisersotová, T. (2013). *Analýza pojmu "Jinakost" u mezioborové perspektivy*. Načteno z <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/120376>
- Kokaisl, P. (2011). *Manželství a rodina obyvatel Kavkazu a Střední Asie*. Praha: Nostalgie.
- Kučera, M. (1990). *Dětství, rodina a stáří v dějinách Evropy*. Praha: Panorama.
- MacRae, G. (2016). Community and Cosmopolitanism in the New Ubud. *Annals of Tourism Research*, stránky (59) 16-29. doi:10.1016/j.annals.2016.03.005
- Maffesoli, M. (2002). *O nomádství: iniciační toulky*. (J. Fulka, Překl.) Praha: Prostor.
- Malone, T., & Laubacher, R. (1998). The Dawn of E-Lance Economy. *Harvard Business Review*, str. 144.
- Marketplace Sage*. (2017). Načteno z Digital Nomad - The freelance lifestyle phenomenon: <http://www.marketplace.sage.co.za/digital-nomad-the-freelance-lifestyle-phenomenon/>
- Martoch, M. (2014). *Řízení vzdálených pracovníků: kdy a proč práce na dálku (ne)funguje*. Třebíč: Koordinační centrum práce na dálku.
- McLuhan. (2000). *Člověk, média a elektronická kultura*. Brno: Jota.
- Meyrowitz, J. (1985). *No sense of place: the impact of electronic media*. New York: Oxford University Press.
- Molz, J., & Paris, C. (2015). *The Social Affordances of Flashpacking: Exploring the Mobility Nexus of Travel and Communication*. Mobilities.
- Neuman, J., Vomáčko, L., & Bošátková, S. (1999). *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. Praha: Portál.
- Nomadlist*. (2019). Získáno 16. Červen 2019, z <https://nomadlist.com>
- Novák, P., & Vinš, M. (2015). *Travel Bible - Praktické rady za milion, jak procestovat svět za pusu*. Praha: Blue Vision.
- Novák, P., & Vinš, M. (2018). *Travel jobs - 135 způsobů, jak si vydělat na cestách*. Praha: Blue Vision.
- Online People*. (30. Zář 2016). Načteno z Home office je standardní benefit pro 90 % zaměstnanců v ecommerce: <http://blog.onlinepeople.cz/home-office-je-standardni-benefit/>
- Our World Data*. (nedatováno). Načteno z <https://ourworldindata.org/tourism>
- Reichenberger, I. (2018). Digital nomads - a quest for holistic freedom in work and leisure. *Annals of Leisure Research*, stránky 21(3), 364–380. doi: 10.1080/11745398.2017.1358098

- Rosulek, M. (2016). *Digitální nomád: cestuj po světě a pracuj odkudkoli*. Praha: Powerprint.
- Schlagwein, D. (28. Listopad 2018). "Escaping the Rat Race": Justifications in Digital Nomadism. *Reaserch-in-Progress Papers*. Načteno z https://aisel.aisnet.org/cgi/viewcontent.cgi?article=1030&context=ecis2018_rip
- Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií: nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada.
- Springer, K. (13. June 2017). *CNN Travel*. Načteno z <http://edition.cnn.com/travel/article/workation-digital-nomad-retreats/index.html>
- Sweetman, P. (2003). Twenty-first century disease? Habitual reflexivity or the reflexive habitus. *The Sociological Review* 51(4), 528-549. doi:10.1111/j.1467-954X.2003.00434.x
- Tester, K. (1993). *The life and times of postmodernity*. London: Routledge.
- Urbánek, K. (2009). *Některým otázkám trampingu*. Praha: Univerzita Karlova.
- Varhaník Wildová, K. e. (2017). *Lifestylová migrace jako koncept*. Praha: FHS UK.
- Vaupel, J., & Kistowski, K. (2009). *Plasticita průměrné délky života a její důsledky*. Praha: Portál.
- Vlach, R. (2012). *navolnenoze.cz*. Získáno Únor 2019, z <https://navolnenoze.cz/blog/dovolena>
- Vlach, R. (2017). *Na volné noze. Podnikejte jako profesionálové*. Brno: Jan Melvil Publishing.
- Ware, B. (2012). *Čeho před smrtí nejvíce litujeme*. Praha: Portál.
- Warnes, A. (1991). Migration to and seasonal residence in Spain of Northern European elderly people. *European Journal of Gerontology*, stránky 53-60.
- WHO. (1999). *The world health report 1999: Making a difference*. Načteno z The World Health Organisation: https://www.who.int/whr/1999/en/whr99_en.pdf

11 SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK

Obrázek 1 - Procentuální zhodnocení oborů, kde lze pracovat z domova.	28
Obrázek 2 - Hlavní výhody práce na volné noze z průzkumu.	40
Obrázek 3 - Hlavní nevýhody práce na volné noze z průzkumu	42
Graf 1 - Pohlaví.....	47
Graf 2 - Věk.....	48
Graf 3 - Země působení.....	49
Graf 4 - Nejvyšší dosažené vzdělání	49
Graf 5 - Specializace	50
Graf 6 - Doplnkové vzdělání/ kurzy.....	51
Graf 7 - Formy cestování.....	51
Graf 8 - Prostředí.....	52
Graf 9 - Životní styl a jeho vedení	52
Graf 10 - Cíle digitálních nomádů v rámci životního stylu	53
Graf 11 - Efektivita a vlastní volba	52

12 PŘÍLOHY

Vysvětlující text rozesílaný k anketě

Dear sir or madam

my name is Julie Salabová, I'm student of Recreation and Leisure Studies at Faculty of Physical Culture at Palacky University in Olomouc, Czech republic.

I'm writing a Bachelor's thesis on the topic **,Digital nomadism as a lifestyle, a phenomén of today's modern age.** This thesis is focused on how digital nomadism works. The aim of this work is to sum up knowledge and positives and negatives of this lifestyle, theoretical as well as practical, about digital nomadism. The results of this work could be used as an inspiration for development of this lifestyle.

As for my practical part I prepared a survey that would provide information about practical functioning of digital nomadism and which would enrich the idea of its running in practice. The survey is focused on digital nomads who live that lifestyle or people who just started with.

So I would like to ask you for help, if you are or you know any digital nomads and be willing to fulfill this survey. It is anonymous and all the information will be used only for the purpose of my work.

Thank you in the best advance!

Julie Salabová

Vážený pane, vážená paní,

jmenuji se Julie Salabová. Jsem studentkou oboru Rekreatologie na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci v České republice.

Píši bakalářskou práci na téma Digitální nomádství, životní styl fenomén dnešní moderní doby. Tato práce se zaměřuje na životní styl digitálních nomádů. Cílem práce je shrnout poznatky o tom, jak tento styl funguje. Výsledky práce by následně mohly posloužit jako inspirace pro rozvoj tohoto životního stylu.

V praktické části mé bakalářské práce jsem připravila anketu, která by mi poskytla informace o praktickém fungování digitálního nomádství, abych tak mohla vytvořit obrázek o průběhu této oblasti v praxi. Anketa je zaměřena na digitální nomády, kteří tak žijí nebo lidi, kteří teprve začínají.

Tak bych Vás chtěla požádat o vyplnění této ankety, pokud jste Vy digitální nomád nebo znáte nějaké digitální nomády. Tato anketa je anonymní a veškeré informace budou použity pouze pro účely mé práce.

Děkuji.

Julie Salabová

Anketa

1. **Are you...?**
(Jste...?)
 - a) **Male** (Muž)
 - b) **Female** (Žena)
2. **What is your age?**
(Jaký je Váš věk?)
 - a) **18-26**
 - b) **26-30**
 - c) **30-40**
 - d) **40-50**
 - e) **50-65**
3. **Which country do you work in?**
(V jaké zemi působíte?)
 - a) **Indonesia** (Bali)
 - b) **Thailand**
 - c) **Malaysia**
 - d) **South America** (Mexico)
 - e) **Europe**
 - f) **Other (write)** (Jiné – uveďte)
4. **What is your highest level of completed education?**
(Jaké je vaše nejvyšší dosažené vzdělání?)
 - a) **Bachelor's Degree** (Bakalářské)
 - b) **Master's Degree** (Magisterské)
 - c) **Doctoral Degree** (Doktorské)
 - d) **Other (Write)** (Jiné - uveďte)
5. **What is your area of expertise in digital nomadism? (multiple answers possible)**
(Jaká je vaše specializace? [více možných odpovědí])
 - a) **Marketing**(Marketing)
 - b) **Management** (Management)
 - c) **IT** (Informační technologie)
 - d) **Social media** (Sociální media)
 - e) **Customer care** (Zákaznická péče)
 - f) **Other (write)** (Jiné – uveďte)
6. **Did you need any supplementary education such as licences and certification to work as a digital nomadism? If so, what kind?**
(Potřeboval/a jste nějaké doplňkové vzdělání jako například licence a certifikáty, abyste mohli pracovat jako digitální nomád? Pokud ano, jaké?)
7. **Which way do you travel for? (multiple answers possible)**
(Jakými formami cestujete [více možných odpovědí])
 - a) **For a work** (za prací)
 - b) **For an activity**(za aktivitou)
 - c) **Behind learning and discovering new places** (Za poznáním a objevováním nových míst)
 - d) **To meet people** (Potkat lidi)

- 8. What works environment do you foreshadow? (multiple answers possible)**
 (Jaké pracovní prostředí upřednostňujete? [více možných odpovědí])
- Wild nature** (Volná/ divoká příroda)
 - Café** (Kavárna)
 - Library** (Knihovna)
 - Coworking** (Sdílené kanceláře)
 - Urban Places** (Městské prostředí)
 - Home** (Domov)
 - Other (write)** (Jiné- uveďte)
- 9. Do you lead the lifestyle full of health on your own or do you engage other people e.g. qualified instructors for their specialty?**
 (Vedete zdravý životní styl sám/sama nebo zapojujete další lidi například kvalifikované instruktory zaměřené na určitou aktivitu?)
- On my own** (Vedu sám/sama)
 - I involve other people/ qualified instructors** (Zapojuji další lidi / kvalifikované instruktory)
 - I lead in combination – on my own and with other people/ qualified instructors** (Vedu v kombinaci – sám i s dalšími lidmi/ kvalifikovanými instruktory)
- 10. What are the goals you want to achieve within digital nomadism lifestyle? (Multiple answers possible)**
 (Jaké jsou cíle, kterých chcete v rámci přírodní výchovy dosáhnout? [více možných odpovědí])
- Development my own work skills** (rozvoj mých pracovních dovedností)
 - Personal development** (osobnostní rozvoj)
 - Social development** (sociální rozvoj)
 - Development of a positive relationship to nature** (rozvoj pozitivního vztahu k přírodě)
 - Development my sports skills and environment** (Rozvoj mých sportovních dovedností a prostředí)
 - Other (write)** (Další – uveďte)
- 11. What is lifestyle the outcomes students achieved after participation in ERASMUS?**
 (Jaký je životní styl studentů po absolvování programu ERASMUS?)
- 12. Name the non- comfort and abandonment of certainties in digital nomads choices.** (Jmenujte nekomfortní a opouštějící jistoty při volbě životního stylu digitálního nomáda.)
- 13. How would you evaluate the effectiveness of your choice to be a digital nomad?** (Jak byste hodnotil/a efektivitu vlastní volby pro životní styl digitálního nomáda?)
- Satisfied (Spokojen/a)
 - Rather satisfied (Spíše spokojen/a)
 - Neutral (Neutrálně)
 - Rather Unsatisfied (Spíše nespokojen/a)
 - Unsatisfied (Nespokojen/a)

- 14. Please, provide a reason for your lifestyle as a digital nomad**
(Prosím, uveďte důvod pro vaše hodnocení výše)
- 15. What would you change to improve digital nomad lifestyle?**
(Co byste změnil/a pro zlepšení životního stylu digitálního nomáda?)
- 16. What do you consider as the greatest benefit and the greatest negative of that lifestyle?**
(Co považujete za největší přínos a mínus tohoto životního stylu?)