

LIFE SATISFACTION OF HELPING PROFESSIONS

Maria Vašutová¹, Libuše Halfarová²

Abstract

The issue of quality of life, life values, perception of life goals, perception of the future and life satisfaction in general, all of this is currently coming into a new light. The presented article deals with the issue of life satisfaction. The aim of this review study is to present this area with regard to the professional group of teachers and to point out the factors and aspects of life satisfaction that find their response in the field of research. Special attention is paid to the results of research using the life satisfaction questionnaire of Fahrenberg et al. (in the German original Fragen zur Lebenszufriedenheit), which is used as a standardized tool not only in German-speaking countries, but also in international versions, including Czech.

Keywords

Life Satisfaction, Happiness, Teachers, Job Satisfaction, Assessment, Questionnaire

I. Úvod

Nejen postpandemické výzvy, ale v současné době především ony, a též v současnosti nabízející se příležitosti se v nemalé míře týkají kategorie lidského potenciálu, jehož úloha se v ekonomickém a sociálním pohybu současné společnosti zvýraznila především ve vzdělávacím systému, a to nejen v oblasti samotného vzdělávání s rychlým tempem jeho digitalizace, ale na druhé straně nedostatkem učitelů a jejich následné vyčerpanosti. Riziko syndromu vyhoření je však spjata se všemi pomáhajícími profesemi, čímž může být ohrožena kvalita rozvoje lidského potenciálu, což kromě dalších faktorů dokáže poznamenat životní a pracovní spokojenost lidí. Pro učitele je pochopitelně jejich profese důležitou součástí života. Práce a kariéra nejsou jen prostředky k zajištění finanční samostatnosti, očekává se od nich také to, že člověku přinesou zadostiučinění, které povede k jejich životní spokojenosti. Učitelé by měli být schopni poznávat svět a jeho proměnné, pronikat do odehrávajících se jevů a dějů, rozumět faktorům, které náš svět dotvářejí. Učitel by měl též vychovávat, tj. formovat osobnost žáka, spoluvytvářet jeho postoje a hodnoty, charakter, vůli, temperament, seberegulační vlastnosti aj. Je jedním z hlavních aktérů výchovně-vzdělávacího procesu, je nositelem a zprostředkovatelem systematicky upravených poznatků a také strážcem pravidel, ideálů a hodnot. Smyslem učitelství je účast na zprostředkovávání kulturního dědictví z jedné generace na druhou a také na směřování nastupující nové generace do světa dospělých (Vališová et al., 2011). Gillernová, Kebza a Rymeš et al. (2011) řadí povolání učitele mezi pomáhající profese.

Velmi rozšířený pohled veřejnosti na pedagogickou profesi je charakterizován názorem, že učitelství není jen povoláním, ale především posláním této vybrané skupiny žen a mužů. Tento pohled pramení z přesvědčení, že učitelství je činnost více vznešená než většina profesí jiných. A to především z toho důvodu, že klade na osobnost učitele velmi vysoké požadavky mravní a charakterové (Jůvová et al., 2012). Přístup založený na pojmu poslání tak získává podobu vnitřního závazku, s nímž se člověk ztotožňuje a jehož prostřednictvím zdůvodňuje i smysl svého života, své existence. Učitel je velmi důležitým činitelem procesu socializace. Jsou na něj kladeny vysoké požadavky, jelikož se stává průvodcem žáka na jeho cestě za objevením světa a pravidel společnosti a světa dospělých.

Procesy učení, nezbytné pro kompetentní zvládnutí současných i budoucích sociálních, kulturních, ekonomických a též globálních výzev, se nezaměřují pouze na získávání znalostí, ale týkají se také

¹ The PRIGO University. Vítězslava Nezvala 801/1, 736 01 Havířov. Czech Republic. E-mail: maria.vasutova@prigo.cz.

² The PRIGO University. Vítězslava Nezvala 801/1, 736 01 Havířov. Czech Republic. E-mail: libuse.halfarova@prigo.cz.

sociálních, etických, motivačních a praktických zkušeností. K tomu je zapotřebí podpory profesionálních učitelů, pro něž je nesporně důležitým předpokladem životní, ale i pracovní spokojenost. Předkládaná přehledová studie představí stěžejní teorie a přístupy z oblasti životní spokojenosti u vybraných pomáhajících profesí, zejména u učitelů a zmapuje stav jejich výzkumu. Východiskem je studium a analýza našich a zahraničních pramenů sahajících od osmdesátých let 20. století až po současnost.

II. Vymezení životní spokojenosti, definiční rámec

Koncept životní spokojenosti souvisí s dalšími pojmy, jako jsou třeba osobní/subjektivní pohoda (*well-being*), kvalita života, štěstí (*happiness*) a zdraví (*health*). Je ovšem nutné brát v úvahu především různou míru jejich objektivnosti, nebo naopak subjektivnosti. Vzhledem k tomu, že každý jedinec je od jiného odlišný a jednotlivé stránky svého života vnímá a posuzuje jinak, je komplikované tyto pojmy jednoznačně vymezit. Blatný (2005, s.12) uvádí, že *well-being*: „*je subjektivní reflexe lidského prožívání a hodnocení vztahu k sobě i k okolnímu světu včetně jeho psychologického zpracování.*“ Z tohoto pojetí je možné vycítit určitou dávku subjektivnosti, tedy že v hlavní roli je subjekt hodnotící své prožívání. Jistou míru subjektivnosti lze najít také u Kellyho (2012), dle kterého je životní spokojenost spojena s uspokojením potřeb a přání. Jde tedy o jakousi osobní spokojenost a naplnění. Životní spokojenost, kvůli které jsou uspokojovány naše potřeby, má dlouhodobější charakter. Nejprve musejí být naplněny naše primární potřeby a až poté lze naplnit naše přání. O subjektivním hodnocení jedincem hovoří také Kalman et al. (2010), jenž životní spokojenost definuje jako hodnocení různých oblastí života jednotlivcem. Životní spokojenost je podle autorů v průběhu života poměrně stálá, a to ve srovnání se spontánními pocity, které se vztahují ke zkušenostem právě prožitým. Podle Blatného (2005, In Hejlová, 2020) je životní spokojenost užívaným pojetím v oblasti psychologie osobní pohody. V této souvislosti hovoříme o vědomém a celkovém hodnocení vlastního života jako jednotného celku. Toto hodnocení má přímou souvislost se spokojeností v subjektivních oblastech života jedince, do kterých je zahrnuta rodina, zaměstnání, přátelé, sebehodnocení, ekonomický status, sociální postavení a kognitivní složka osobní svobody. Shin a Johnson (1978) definovali životní spokojenost již před pětačtyřiceti lety. Dle těchto autorů se jedná o celkové hodnocení kvality života, a to samotným jedincem, z hlediska daných kritérií. Toto hodnocení pak probíhá na základě srovnání životních poměrů jedince s tím, co on sám považuje a vnímá jako určitý standard. Tato kritéria tedy vycházejí z preferencí jedince a nejsou stanovena někým jiným (Pettay, 2008, In Hejlová, 2020). Dle Schalocka (2004) představuje životní spokojenost subjektivní hodnocení života jedince, které provádí přímo zkoumaná osoba. Znamená to určitou subjektivitu ve smyslu hodnocení životní spokojenosti. Avšak kvalita života určitého člověka jinými osobami být posuzována může.

S konceptem životní spokojenosti souvisí zákonitě kvalita života. Řehulka a Řehulková (2006) zdůrazňují, že kvalita života může být definována různými způsoby, proto je nutné ji odlišit od pojmů jako jsou životní spokojenost, osobní pohoda nebo uspokojení nad dobrým zdravím. Dle definice Světové zdravotnické organizace je kvalitou života to: „*jak jedinec vnímá své postavení ve světě v kontextu kultury a hodnotových systémů, ve kterých žije, a ve vztahu k jeho osobním cílům, očekáváním, zájmům a životnímu stylu.*“ Samotný pojem kvalita života byl poprvé použit v USA po druhé světové válce. Odborníci tehdy začali zkoumat nejen dostatečný finanční příjem, ale též jiné faktory, jež jsou důležité pro to, aby byl život vnímán jako „*dobry*“ (Mazaheri, 2010). Podobně pak hovoří Křížová (In Payne, 2005), která uvádí, že kvalita života je ztotožňována s něčím, co je dobré pro jedince i pro druhé, s něčím, co je žádoucí, co je výrazně subjektivně podmíněno a má relativistický charakter. Pojem kvalitní život je pak vyjádřen rovnováhou a harmonií mezi často protikladnými požadavky; autonomie, propojenost, otevřenost, růst, vývoj, trvání a kontinuita, aktivita i relaxace. Je tedy zřejmé, že se lidé snaží vést kvalitní život a neustále jej chtějí zlepšovat. Lašek (2004) tvrdí, že lidé řeší životní pohodu, spokojenost, a tyto stavy se snaží zlepšovat a uchovávat. Právě dosažení pozitivního stavu těla i mysli, a následné udržení tohoto stavu, je pro jedince a jejich život velmi důležitým předpokladem. Pro dosažení tohoto pozitivního stavu je

však nutné docílit spokojenosti v konkrétních oblastech a dimenzích života jedince. Schalock (2004, In Hejlová 2020) zmiňuje osm dimenzí kvality života: emocionální pohodu, spokojenost jedince, schopnost vychutnávat si život, emocionální stabilitu, interpersonální vztahy (interakce s okolím, vztahy s rodinou a vrstevníky aj), materiální pohodu (finanční příjem, zaměstnání či úroveň bydlení), osobní rozvoj (dosažené vzdělání, stupeň rozvoje kognitivních a sociálních kompetencí, osobní výkonnost), fyzickou pohodu (celkové zdraví člověka, každodenní aktivity), sebeurčení (úroveň nezávislosti jedince, osobní cíle, hodnoty, způsob realizace očekávání a tužeb), zapojení do společnosti (role ve skupině, v komunitě apod.) a práva jedince (základní lidská práva, práva legislativně vymezená).

III. Determinanty životní spokojenosti

Chceme-li životní spokojenost měřit, musíme vzít v úvahu rozmanitost dimenzí, které ji tvoří. Esenciální součástí kvality života jsou základní potřeby, významná je také víra v naplněnost života a ve štěstí. Přispívají k ní rovněž sociální faktory, ale existují rovněž různé kulturní, psychologické, mezilidské, duchovní, finanční, ekonomické, politické a filozofické dimenze, na něž lze nahlížet jako na determinanty životní spokojenosti. Výzkum životní spokojenosti má dlouhou tradici a mnoho vědců z různých oborů věnovalo a věnuje své úsilí identifikaci determinantů životní spokojenosti z různých perspektiv. Jejich zájem se soustřeďuje na vlivy biologických, psychologických a sociodemografických podmínek a jejich vzájemné souvislosti. Analýza blahobytu, štěstí a pohody, v jejichž centru stojí aspirace, hodnoty, vrstevnické skupiny, to vše má začátky v amerických studiích ze sedmdesátých let dvacátého století. Biologové i psychologové považují především osobnost jednotlivce a genetické vlivy na něj působící za hlavní determinanty blahobytu.

Sociologové a sociální psychologové se zajímají především o vliv sociálního postavení, finančních příjmů, vzdělání, podmínek na trhu práce a sociálních vztahů na hodnocení životních podmínek (Headey, Wearing 1992, In Študlová, 2017). Předpoklady, které významně ovlivňují životní spokojenost, jsou zdraví, příjem a nezaměstnanost, kromě toho jsou garanty vyšší životní spokojenosti sociální vztahy a manželství. Pouze přibližně dvacet procent změn stavu životní spokojenosti lze vysvětlit sociodemografickými faktory (Diener, Suh 1997).

Životní spokojenost jako téma výzkumu již objevili také ekonomové. Ti nahlízejí na subjektivní spokojenost jako na indikátor individuálního využití životních podmínek a poskytují zajímavé výsledky srovnání zemí v absolutní a relativní úrovni životní spokojenosti (Frey, Stutzer 2002). Existují rovněž snahy teoreticky určit determinanty blahobytu, počínaje Aristotelem přes Maslowovu hierarchii potřeb až po seznam čtených ukazatelů, které sumarizují dlouhou řadu oblastí života v naději, že co nejkompaktněji determinanty štěstí zachytí (Böhnke, Kohler 2007). Tuto oblast shrnul do triády „*mít*“, „*milovat*“, „*být*“ Eric Allardt (1993), přičemž dimenzi „*mít*“ vztáhl k materiálním zdrojům a životním podmínkám jako jsou příjmy, základní spotřební zboží, bydlení, práce apod. Dimenze „*milující*“ zahrnuje sociální vztahy, emoční podporu a sociální integraci obecně, a dimenze „*být*“ odkazuje na obecnou touhu po uznání a sociální integraci. Allardtovu triádu dodnes sdílí OECD (2013) jako dimenzi kvality života ve čtyřech oblastech: mít, milovat, být, žít v dobrém zdraví. K nim přidává kategorie demografické: věk a pohlaví (Študlová, 2017).

Štěstí nemá jednu konkrétní, specifickou, podobu, nemůžeme je tedy konkrétně pojmenovat. Pro každého člověka představuje štěstí něco jiného. Diener a Biswas-Diener (In Slezáčková, 2012) vyzdvihují procesální stránku štěstí, v níž se nejedná o konečný stav, nýbrž o permanentní proces. Upozorňují též na to, že štěstí může být bráno jako příčina i následek životní spokojenosti a úspěšnosti člověka. Křivohlavý (2013) zase poukazuje na to, že štěstí je pojem, o němž má každý jedinec svoji vlastní představu. V této souvislosti psychologové dávají štěstí přesnější a uchopitelnější názvy, jako například spokojenost se životem, well-being. Štěstí je pocit tělesného i duševního blaha, tedy opět celková spokojenost či pohoda.

Na životní spokojenost může mít zásadní vliv zdraví. Z tohoto důvodu je důležité osvojit si zdravý životní styl, který představuje nejen fyzickou péči o tělo, ale také dodržování principů mentální

hygieny, do níž spadá sebevýchova, duševní hygiena, optimalizace psychické zátěže, správné rozdělení (dávkování) práce a odpočinku, spánku, přiměřená autoregulace kognitivních, emocionálních, motivačních a sociálních aspektů osobnosti a vhodná regulace fyzického prostředí, ve kterém se nacházíme (Mlčák, 2011). Podle WHO je zdraví definováno jako: „stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, a nikoliv pouze nepřítomnost nemoci či vady“. Zdraví je chápáno i jako určitá schopnost a předpoklad sociálně a ekonomicky produktivního života (Zavázalová et al., 2004). Podobně vymezuje zdraví také Křivohlavý (2001). Autor hovoří o celkovém (tělesném, psychickém, sociálním a duchovním) stavu člověka, kvůli němuž může dosahovat optimální kvality života. Aelterman et al. (2007, In Hejlová, 2020) vymezili tři základní kategorie, které mají vliv na osobní pohodu a životní spokojenost: osobní faktory, profesní a pracovní faktory, sociální faktory. Dle Kalmana (2010) jsou významnými determinantami životní spokojenosti věk, zdravotní stav, fyzická výkonnost, sociální vztahy, socioekonomický status, životní události a spiritualita jedince (v širším pojetí celkový životní postoj, transcendence, smysl života, víra, religiozita), přátelé, známí, příbuzní, ale též stupeň kvality bydlení.

IV. Výzkumné studie

Jak bylo zmíněno výše, nezbytnou součástí životní spokojenosti je všeobecná pracovní spokojenost, která je důležitým faktorem u pracovníků pomáhajících profesí. V řadě studií, z nichž některé jsou uvedeny níže, se podařilo konkretizovat jevy, jež životní spokojenost učitelů, případně jiných pomáhajících profesí, ovlivňují.

Faktor pohlaví

Z hlediska rozdílů mezi pohlavími je podle Brichena et al. (2009) v některých výzkumných studiích uváděno, že muži pracující jako učitelé vykazují nižší hodnoty co se týká spokojenosti se svou prací, a tak i s celkovou vlastní životní spokojeností. Další skupinou s nízkou úrovní osobní pohody a životní spokojenosti jsou starší učitelé i učitelky s dlouholetou praxí. Učitelky jsou však lépe vybaveny ke zvládnutí stresových situací, lépe se přizpůsobují organizační struktuře školy a celkové situaci ve školství. Naproti tomu v rozsáhlé studii provedené v Německu lze nalézt odchylky u vlivu pohlaví, kdy učitelky jsou častěji zařazeny do rizikového vzorce zvládnutí stresu než učitelé - muži. (Hedderich, 2011, s. 4) Některé studie zase naznačují, že mírně vyšší životní spokojenost lze pozorovat u žen (Wood et al., 1989; Boarini et al., 2012).

Faktor věku

Příčinou menší spokojenosti starších pedagogů mohou být zhoršující se schopnosti efektivně zvládat každodenní stresové situace (Bricheno et al., 2009; Aelterman et al., 2007). Podle Heddericha hrozí zvýšené riziko zvládnutí stresových situací až u šedesáti procent všech dotázaných učitelů. Nelze ovšem potvrdit, že tato data souvisejí s věkem respondentů (Hedderich, 2011, s.57).

Faktor zdraví

Na životní spokojenost související s faktorem zdraví u pedagogů se své studii zaměřila Popelková (2011, In Hejlová, 2020). Autorka srovnávala tři profesní skupiny: pedagogy, zdravotnické pracovníky, zaměstnance bank. Nejnižší úroveň spokojenosti se zdravím byla zjištěna u skupiny pedagogů, naopak nejvyšší u lidí pracujících v oblasti bankovníctví. Mezi zdravotnickým personálem a učiteli signifikantní rozdíl zjištěn nebyl. Popelková (2011) uvádí možné příčiny zmiňovaných zjištění: vysoce stresující podmínky a celková náročnost učitelského povolání, časté či dlouhotrvající přepracování, problémové chování žáků, špatné materiální zabezpečení (nízké platové ohodnocení), neustálý tlak na další vzdělávání a rozvoj pedagogů.

Profesní, pracovní a sociální faktory

Spokojenost s prací je silně provázána s životní spokojeností a celková spokojenost se životem ovlivňuje spokojenost s prací. Aktuální výzkumy se stále více věnují otázkám, co udržuje lidi zdravými, co přispívá k jejich spokojenosti v práci, jak se mohou vypořádat se stresem a zátěží. Tyto otázky jsou například základem výzkumu týmu Klusmanna a kol. (2008), který zkoumal faktory související jak s pracovní pohodou (vysoká pracovní spokojenost a nízká únava), tak s profesní

angažovaností a odolností učitelů. Úspěšní učitelé jsou ti, kteří vykazují vysokou úroveň pracovní pohody a zároveň jsou schopni vytvořit pro učení optimální prostředí. I Bricheno et al. (2009) uvádějí, že studie zaměřené na osobní pohodu a životní spokojenost učitelů jsou často zaměřeny na pracovní spokojenost, negativní aspekty stresu, duševního zdraví a syndrom vyhoření. Podle výzkumu Luque-Reca et al. (2022) působí pracovní spokojenost také jako zprostředkovatel mezi individuálními emočními zdroji a životní spokojeností. Konkrétně, že rys regulace emocí pozitivně ovlivňuje životní a pracovní spokojenost jak u zdravotnických pracovníků, tak u učitelů. Na základě jedné z nejdůležitějších a nejznámějších studií v německy mluvících zemích na téma stresu v učitelské profesi, do níž se zapojilo více než 7 600 učitelů, vykazují učitelé ve srovnání s jinými profesními skupinami vyšší podíl problematických a rizikových vzorců jeho zvládnání (Schaarschmidt, 2005, s. 26). Rozdíly v životní spokojenosti z pohledu druhu povolání se zabývali Sahoo, Mohap (2009). Nejvyšší životní spokojenost byla jimi zjištěna ve skupině učitelů a u lékařů. Z hlediska sledovaných oblastí vykazovali tito jedinci nejvyšší spokojenost ve sféře sociálních vztahů a postoji k vlastní osobě. Nejnížší životní spokojenost vykazovali administrativní pracovníci (Sahoo, Mohap, 2009 In Hejlová). Vztahem mezi pracovní spokojeností a životní spokojeností u pedagogů se v USA zabýval už téměř před čtyřiceti lety Boardman (1985) a ten zjistil mezi těmito dvěma koncepty pozitivní korelace. Pokud se týká jednotlivých aspektů životní spokojenosti, vykazovali pedagogové nejvyšší hodnoty v oblastech zdraví a rodinného života. Coby nejdůležitější faktory, které přispívají k pracovní spokojenosti, byla identifikována možnost svobodné volby vyučovacích metod, míra pociťované zodpovědnosti, oddanost či nadšení pro samotnou učitelskou práci. Celkově pak byla u učitelů zjištěna vysoká úroveň pracovní spokojenosti (Ščudlová, 2017).

Faktor rodiny

V případě rodiny učitelům nejvíce štěstí přináší faktor partnerství a rodičovství. Výzkumy ukazují, že lidé žijící v manželství mají delší život jsou šťastnější, spokojenější. Mají méně psychických a případně depresivních potíží. Lidé žijící v manželství mají méně chronických onemocnění a jsou méně závislí na návykových látkách. U této profese je evidováno rovněž méně sebevražd. V roce 2010 a 2012 proběhl Evropský sociální výzkum (ESS), kterého se zúčastnila i Česká republika. Z hlediska životní spokojenosti se zjistilo, že sezdání lidé se řadili do skupiny velmi šťastní častěji než jedinci bez partnera. Nezdání lidé patří častěji do skupiny nešťastní. Dále se zjistilo, že jedinci, kteří žijí v manželství jsou se svým životem celkově spokojenější.

V. Výzkumné studie realizované dle Dotazníku spokojenosti (dále jen DŽS)

V následujícím textu jsou popsány dvě studie, které se realizovaly na půdě Vysoké školy PRIGO v Havířově, na Ostravské univerzitě, a čtvrtá na Vysoké škole ve Wroclavi v Polsku. Ve všech předložených studiích byl použit Dotazník životní spokojenosti (dále jen DŽS). Tento dotazník, autorů Fahrenberga, Myrteka, Schumachera a Brählera, se používá k zaznamenání relevantních aspektů životní spokojenosti v deseti oblastech života: Zdraví, práce a zaměstnání, finanční situace, volný čas, manželství a partnerství, vztah k vlastním dětem, vlastní osoba, sexualita, přátelé, známí a příbuzní a bydlení. Každá oblast se skládá ze sedmi položek, které jsou hodnoceny na sedmibodové Likertově stupnici od 1 (velmi nespokojen) do 7 (velmi spokojen). Kromě měření životní spokojenosti v jednotlivých doménách umožňuje DŽS také hodnocení obecné životní spokojenosti. DŽS obsahuje i oblast výzkumu "práce a zaměstnání", která má sedm podškál. Těmi se zkoumají kategorie: profesní postavení, jistota budoucího zaměstnání, úspěch, možnosti profesního postupu, pracovní atmosféra, rozsah pracovních nároků a náročnost práce. Dotazník proto lze použít k měření spokojenosti učitelů v oblasti práce a zaměstnání.

Výzkumné šetření autorky Ščudlové (2017)

Otázkou spokojenosti učitelů se ve svém výzkumu provedeném za pomoci kombinace několika metod, respektive dotazníků včetně DŽS, zabývala Ščudlová (2017). Za účelem empirického ověření postulovaných hypotéz uskutečnila prostřednictvím těchto dotazníků sběr dat z řad učitelů v gymnáziích na Ostravsku a Olomoucku. Výzkumný soubor tvořilo 169 učitelů s převahou žen v poměru 2:1.

Na základě analýzy získaných dat konstatovala autorka nejvyšší celkovou spokojenost v oblasti vztahu k vlastním dětem (5,90), bydlení (5,52), manželství a partnerství (5,52). Naopak nejméně byli učitelé spokojeni s finanční situací (4,39), zdravím (5,06) a sexualitou (5,07). Objevuje se také zřetelná korelace mezi spokojeností s prací a celkovou životní spokojeností. Výzkum také potvrdil domněnku, že pracovní spokojenost souvisí s osobnostními rysy učitele.

Výzkumné šetření autorky Hejlové (2020)

Analýza výzkumného šetření autorky Hejlové (2020) s využitím DŽS, při němž výzkumný soubor tvořilo 111 respondentů z řad učitelů 1. stupně základních škol, ukázala následující:

- 1) Faktor zdraví – podprůměrnou úroveň, nejnižší životní spokojenost (ŽS) vykazovalo 48 % respondentů. Průměrnou úroveň, nejnižší spokojenost životní úrovně vykazovalo 52 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší životní spokojenost, vykazovalo 0 % respondentů.
- 2) Faktor práce a zaměstnání – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS vykazovalo 48 % respondentů. Průměrnou úroveň ŽS vykazovalo 52 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší ŽS, vykazovalo 0 % respondentů.
- 3) Faktor finanční situace – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 27 % respondentů. Průměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 71 % respondentů. Nadprůměrnou, nejvyšší ŽS vykazovalo 2 % respondentů.
- 4) Faktor volný čas – podprůměrnou, nejnižší ŽS vykazovalo 13 % respondentů. Průměrnou úroveň ŽS vykazovalo 72 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší ŽS, vykazovalo 15 % respondentů.
- 5) Faktor manželství a partnerství – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 48 % respondentů. Průměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 52 % respondentů. Nadprůměrnou, nejvyšší ŽS vykazovalo 0 % respondentů.
- 6) Faktor vztah k vlastním dětem – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 48 % respondentů. Průměrnou úroveň ŽS vykazovalo 33 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší ŽS, vykazovalo 18 % respondentů.
- 7) Faktor vztah k vlastní osobě – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 44 % respondentů. Průměrnou ŽS vykazovalo 52 % respondentů. Nadprůměrnou, nejvyšší ŽS, vykazovalo 4 % respondentů.
- 8) Faktor sexualita – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 48 % respondentů. Průměrnou úroveň ŽS vykazovalo 52 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší ŽS, vykazovalo 0 % respondentů.
- 9) Faktor přátelé, známí a příbuzní – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 32 % respondentů. Průměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 50 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší ŽS, 18 % respondentů.
- 10) Faktor bydlení – podprůměrnou úroveň, nejnižší ŽS, vykazovalo 19 % respondentů. Průměrnou úroveň vykazovalo 70 % respondentů. Nadprůměrnou úroveň, nejvyšší ŽS, vykazovalo 11 % respondentů.

Výzkumné šetření autorky Pospíšilové (2022)

Předkládáme další výzkumné šetření, a to od Pospíšilové (2022), provedené rovněž s využitím DŽS. Výzkumný soubor tvořilo 300 respondentů; z řad učitelů 150 respondentů a 150 respondentů z řad pracovníků v sociálních službách. Autorka došla ke zjištění, že ŽS je u obou cílových skupin celkem vyrovnaná, avšak s tím, že pouze o 4 procenta je vyšší ŽS u respondentů z řad učitelů. V tabulce č. 1 uvádíme výzkumná data zaměřená na úroveň životní spokojenosti v rámci jednotlivých faktorů. Výrazné rozdíly zaznamenáváme ve faktoru Práce a zaměstnání, Finance, Volný čas.

Tabulka 1 Faktory ŽS

	ZDR	PAZ	FIN	VČ	MAP	VLD	VLO	SEX	PZP	BYD
Učitelé	33,5	40,3	40,9	40,7	35,8	42,1	40,8	33,9	41,5	37,2
Pracovníci v sociálních službách	32,3	34,5	31,6	35,6	38,7	40,6	34,1	38,7	37	33,4
%	4 %	17 %	29 %	14 %	7 %	4 %	20 %	12 %	12 %	11 %

Zdroj: Pospíšilová, 2022

Nejvyšší ŽS. Respondenti z řad učitelů nejvyšší spokojenost (skóre 42,1) mají ve faktoru Vztah k vlastním dětem. Respondenti z řad pracovníků sociálních služeb (PSS) nejvyšší spokojenost (skóre 42,1) mají rovněž ve faktoru Vztah k vlastním dětem

Nejnižší ŽS. Respondenti z řad učitelů nejnižší spokojenost (skóre 33,5) mají ve faktoru Zdraví. Respondenti z řad PSS nejnižší spokojenost (skóre 42,1) mají ve faktoru Finance.

VI. Závěr

Životní spokojenost, kvalita života obecně, osobní rozvoj a duševní pohoda, to jsou okruhy, jímž se věnuje v současné době zasloužená pozornost. Tato pozornost je zákonitá. Svět, v němž žijeme, atmosféra, která nás obklopuje, z nějakých nám skrytých příčin, ale i z příčin často snadno postřehnutelných, procházejí až nečekaně rychlými změnami. A tyto změny nás znejišťují. Někoho více, jiného méně. Dá se říct, že znejišťují především lidi dospělé, uvyklé na to, že jejich dosavadní běh života zásadním způsobem ovlivňovala určitá vyslovená i nevyslovená pravidla, psané i nepsané normy, omezení i zákonitosti, tedy jevy, které se v naší společnosti vytvářely a dotvářely ji po generace.

Někdo může říct, že ke změnám ve společnosti docházelo odjakživa a též lidé byli, jsou a budou vždy různí. A že se vlastně neděje něco zvláštního, mimořádného, a vůbec už ne něco, co nás všechny ohrožuje. Pokud takové rozpory v názorech na společenský vývoj a vývoj mladé generace existují, je zapotřebí přejít v polemice od dojmů a emocí k faktům. Mizí úcta a pochopení k názorům jiných, skomírá schopnost naslouchat, a naopak bují tendence prosazovat vlastní názor a vlastní zistný zájem na úkor ostatních. Už po staletí se ví, že pravdě se můžeme přiblížit jedině tehdy, když spolu budeme otevřeně a svobodně polemizovat.

Nejblíže mají k dětem (vztah k dětem) a k mladé generaci obecně samozřejmě rodiče a prarodiče, ovšem určitě neméně významnými jsou pedagogové, učitelky a učitelé, a také další pracovníci pomáhajících profesí. To oni jsou těmi, kdo mladé připravují na život v dospělosti a do určité míry ovlivňují tak jejich životní spokojenost. To znamená, že máme na mysli pochopitelně především děti, předat něco, co je obohatí do té míry, že i ony budou jednou, až dospějí, v životě úspěšné, a hlavně se svým životem spokojené. A to jsou hlavní důvody vedoucí nás k tomu, abychom se věnovali právě otázkám spojeným s jejich kvalitou života, životních hodnot, přijímáním hodnotných životních cílů, plánováním budoucnosti a vnímáním životní spokojenosti v životě obecně. Neboť pouze člověk spokojený se svým životem, vyrovnaný, mentálně silný, sebevědomý, je schopen jiným pomáhat.

Životní spokojenost, což je jev subjektivní, včetně otázek týkajících se kvality života, patří mezi témata, jimiž se zabývají četné studie domácí i zahraniční. Problematika životní spokojenosti v současné době plně změn dostává nový impuls. Životní spokojenost je chápána jako bilance, s níž lidé hodnotí své současné životní podmínky, své možnosti, preference, očekávání, přízpůsobení a podobně. Propojení tematiky životní spokojenosti s cílovou skupinou učitelů je tak nasnadě. Učitel, stejně jako člověk jakékoli jiné profese, potřebuje být spokojený obecně ve svém životě, aby se následně mohl cítit dobře také v pracovní sféře, byl spokojený, a odváděl kvalitní práci. Životní spokojenost učitele je předpokladem jeho dobré pedagogické kondice. Pokud chceme, aby učitelé vykonávali svou práci dobře a byli v ní spokojeni, je třeba zabývat se tím, jak se jim daří nejen v osobním životě, ale i jaká je míra jejich životní spokojenosti v souvislosti se zdravím, s prací a jejich zaměstnáním, financemi, se svým volným časem, manželstvím, se vztahem k vlastním dětem,

k vlastní osobě, k sexualitě, ke svým přátelům, známým a příbuzným a v neposlední míře k bydlení. Cílem tohoto textu bylo upozornit na míru životní spokojenosti v rámci deseti sledovaných faktorů, které mají zásadní vliv na celkovou životní (ne)spokojenost. Životní spokojenost je vícerozměrná, je spojena s mnoha faktory, jež ji ovlivňují a spoluutvářejí. Cílem této studie je právě analýza těchto faktorů u učitelů; pracovníkem pomáhající profesí. Předkládaný článek poskytl vhled do výzkumů životní spokojenosti učitelů a potvrdil souvislost mezi těmito faktory. Proto lze pro další výzkumy doporučit vztahování výsledků výzkumů životní spokojenosti k pracovním podmínkám učitelů, konkrétně je dále zkoumat a diferencovat, Bylo by rovněž žádoucí, aby se zlepšila interakce mezi výzkumem v oblasti podmínek pomáhajících profesí s aktuálními poznatky z praxe.

Literatura

- Allardt, E. (1993). Having, Loving, Being: An Alternative to the Swedish Model of Welfare Research, in: Nussbaum, M./Sen, A. (Hrsg.): *The Quality of Life*. Oxford, 88-94.
- Blatný, M. (2005). *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita.
- Boardman, R. M. (1985). *The Relationship between Life Satisfaction and Job Satisfaction among Teachers in Four Midwestern States* [online]. Lincoln : University of Nebraska.
- Boarini, R., Comola, M., Smith, C., Manchin, R., de Keulenaer, F. (2012). What Makes for a Better Life? The Determinants of Subjective Wellbeing in OECD Countries – Evidence from the Gallup World Poll. *OECD Statistics Working Papers*, 2012/03, OECD Publishing.
- Böhnke, P., Kohler, U. (2007). Determinanten des Glücks: Lebenszufriedenheit in Europa. In: *WSI-Mitteilungen*, 60 (2007) 7, 373-379.
- Bricheno, P., Brown, S., Lubansky, R. (2009). *Teacher wellbeing: A review of the evidence*. Teacher Support Network.
- Diener, E., Suh, E. M. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. In: *Social Indicators Research* 40, 189–216.
- Fahrenberg, J., Myrtek, M., Schumacher, J., Brähler, E. (2001). *Dotazník životní spokojenosti*. Praha: Testcentrum.
- Frey, B. S., Stutzer, A. (2002). *Happiness and economics. How the economy and institutions affect well-being*, Princeton.
- Gillnerová, I. Kebza a Rymeš et al. (2011). *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Praha: Grada
- Headey, B., Wearing, A. (1992). *Understanding happiness. A theory of subjective well-being*, Melbourne.
- Hedderich, I. (2011). *Schulische Belastungssituationen erfolgreich bewältigen*. Kempten: Julius Klinkhardt.
- Hejlová, V. (2020) *Pedagogická kondice u učitelů I. stupně v kontextu životní spokojenosti*. Wrocław: Dolnoslezská škola vyšší. Magisterská práce. Polsko.
- Jůvová A., Podlahová L. et al. (2012). *Učitel sekundární školy I*. 2012.
- Kalman, M., Sigmund, E., Sigmundová, D., Hamřík, Z., Beneš, L., Benešová, D., Csémy, L. (2010). *Národní správa o zdraví a životním stylu dětí a školáků*. Olomouc: VUP.
- Kelly, M. (2012). *Bud'te spokojení v práci i doma*. Praha: Beta.
- Klusmann, U., Kunter, M., Trautwein, U., Lüdtke, O., Baumert, J. (2008). Teachers' occupational well-being and the quality of instruction. The important role of selfregulatory patterns. *Journal of Educational Psychology*, 100, 702–715.

- Křivohlavý, J. (2001). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- Křivohlavý, J. (2013). *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Praha: Grada.
- Křížová, E. (2005). Kvalita života v kontextu všedního dne. In Payne, J. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton.
- Luque, R., O., García, M., I., Pulido, M., Burguera, J. L., a Augusto-Landa, J. M. (2022). Teachers' life satisfaction: A structural equation model analyzing the role of trait emotion regulation, intrinsic job satisfaction and affect. *Teaching and Teacher Education*, 113, 103668. Dostupné z <https://doi.org/10.1016/j.tate.2022.103668> (28. 6. 2022).
- Mazaheri M. (2010). Overall, and Specific Life Satisfaction Domains: Preliminary Iranian Students Norms. *Iranian Journal of Public Health* 39(2), 89–94.
- Mlčák, Z. (2011). *Psychologie zdraví a nemoci*. Ostrava: Ostravská Univerzita v Ostravě.
- OECD (2013). *OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being*, OECD Publishing.
- Popelková, M. (2011). *Teacher's Satisfaction with Health*. School and Health 21. Health Education: Initiatives for Educational Areas.
- Pospíšilová, A. (2022) *Životní spokojenost u pracovníků pomáhajících profesí*. Havířov: Vysoký škola PRIGO.
- Řehulka, E., Řehulková, O. (2006). *Struktura kvality života ve vztahu k pracovní zátěži u učitelů*. Sborník 2. konference Škola a zdraví 21. Brno: Psychologický ústav AV ČR
- Sahoo, F. M., Mohap, L. (2009). Psychological Well-Being in Professional Groups. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* 35(2), 211–217.
- Schaarschmidt, U. (2005). Potsdamer Lehrerstudie – Anliegen und Konzept. In U. Schaarschmidt (Hrsg.), *Halbtagsjobber?* (2. Aufl.) (S. 15-40). Weinheim: Beltz.
- Schalock, R. L. (2004). The Concept of Quality of Life: What We Know and Do Not Know. *Journal of Intellectual Disability Research* 48(3), 203–216.
- Shin, D. C., Johnson, M. D. (1978). Avowed Happiness as An Overall Assessment of The Quality of Life. *Social Indicators Research* 5(1–4), 475–492.
- Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií: nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada.
- Ščudlová, Sandra. *Pracovní angažovanost a spokojenost učitelů gymnázií*. Ostrava, 2017. Dostupné z <https://theses.cz/id/8wvts3/>. Diplomová práce. Ostravská univerzita, Filozofická fakulta. Vedoucí práce prof. PhDr. Karel Paulík, CSc. (28. 7. 2022).
- Vališová, A. et al. (2011). *Pedagogika pro učitele*. Praha: Grada.
- Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex Differences in Positive Well-Being: A Consideration of Emotional Style and Marital Status. *Psychological Bulletin* 106(2), 249–264.
- Zavázalová, H. et al. (2004). *Sociální lékařství a veřejné zdravotnictví*. Praha: Karoli.