

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra psychologie



Bakalářská práce:

Nuda ve volném čase

Výzkum u klientů nízkoprahového klubu

Autor: Lucie Ditrichová

Obor: Psychologie a speciální pedagogika

Rok: 2009/2010

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Isabella Pavelková, CSc.

Praha, červen 2010

Čestné prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a pouze s využitím literatury, kterou cituji a uvádím v seznamu.

V Praze dne 23. června 2010

Lucie Ditrichová

Poděkování:

Ráda bych poděkovala Doc. PhDr. Isabelle Pavelkové, CSc. Za odborné vedení a konzultace, ale také za její ochotu, čas a trpělivost při zpracovávání moji bakalářské práce.

Abstrakt

Tato práce je zaměřena na fenomén nudy ve volném čase neorganizované mládeže. Snaží se odpovědět na některé základní otázky jako: co za nudu mladí lidé vlastně považují, jak je tento jev častý, jaké jsou její nejčastější projevy, nebo kdo za nudu v jejich volném čase vlastně může.

V první, teoretické, části jsou zmapovány dosavadní výzkumy a teorie, které se vážou k tomuto tématu. Druhá, empirická, část se zabývá již samotným výzkumem a jeho výsledky. K výzkumu byla užitá metoda zúčastněného pozorování v nízkoprahovém klubu a metoda dotazníku, který obsahoval otevřené i uzavřené otázky, zaměřující se na nudu ve volném čase.

V mnoha oblastech výzkumu se ukázaly výrazné rozdíly mezi skupinou z klubu a kontrolní skupinou. Respondenti z klubu se častěji potýkají s nudou ve volném čase, který není příliš strukturovaný a častěji tak podléhají rizikovému způsobu života. Méně si také připouštějí, že za by za nudu ve volném čase mohli i oni sami. Na druhou stranu udávají menší frekvenci nudy ve škole, než kontrolní skupina.

Práce tedy otevírá další otázky, například, jak s neorganizovanou mládeží v jejich volném čase pracovat, jakým způsobem je motivovat k aktivnějšímu trávení tohoto času, či k jeho strukturaci, a k jakým výsledkům by taková snaha vlastně vedla.

Abstract

This work is focused on the phenomenon of boredom in spare time of the young. It tries to answer some basic questions like: what young people think the boredom actually is, how frequent is this phenomenon, what are its most frequent symptoms, or who is responsible for their boredom in the spare time.

In the first theoretical part, the current research and theory pertaining to this subject is delineated. The second, analytical part deals with the research itself and its results.

Employed research methods included participant observation in clubs and a questionnaire, which included open and closed questions, focusing on leisure boredom.

In many areas of research, significant differences between the group of the club and the control group have been discovered. Respondents from the club often face the boredom in leisure time that is not too structured and thus they incline more often to risk life. They also much less admit that they themselves could be the cause of their boredom. On the other hand, they reported lower frequency of boredom at school than the control group.

Work therefore opens up other issues, such as how to work with the unorganized youth in their free time, how to motivate them to spend this time more actively, or to structure it better, and what the results of such efforts would actually be.

OBSAH:

ÚVOD	7
1. TEORETICKÁ ČÁST	8
1.1. Nuda	8
1.2. Teorie De Charmse: Původce / Pěšák (Origin / Pawn)	11
1.3. Nuda ve volném čase	12
1.3.1. Zahraniční výzkumy	12
1.3.2. Výzkumy na Pedagogické fakultě UK	14
1.4. Volný čas v životě mladých lidí	17
1.6. Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (NZDM)	20
1.6. 1. NZDM	20
1.6.2. Otevřené kluby dětí a mládeže	20
1.6.3. Kontexty a východiska kontaktní práce	21
1.6.4. Volný čas dětí a mládeže ohrožených sociálním vyloučením	23
2. EMPIRICKÁ ČÁST	25
2.1. Výzkumné cíle	25
2.2. Volba a popis vzorku	25
2.2.1. Charakteristika klubu	25
2.2.2. Cílová skupina	28
2.3. Výzkumné metody	30
2.3.1. Dotazníkové šetření	30
2.3.2. Zúčastněné pozorování	33
2.4. Prezentace výsledků	34
2.4. 1. Otázka č. 1: Co tě napadne, když se řekne nuda? Co to podle tebe je?	34
2.4.2. Otázka č. 2: Jak často se nudíš ve svém volném čase (mimo školu, práci)?	36
2.4.3. Otázka č. 3: Jak často se nudíš (nebo jsi se nudil) ve škole?	38
2.4.4. Otázka č. 4: Jak na nudu reaguješ?	40
2.4.5. Otázka č. 5: Co pociťuješ, když se nudíš?	45
2.4.6. Otázka č. 6: Proč myslíš, že se většinou nudíš ve svém volném čase?	47
2.4.7. Otázka č. 7: Kdo (nebo co) myslíš že za nudu ve tvém volném čase vlastně může?	49
2.4.8. Otázka č. 8: Co by se dalo na tvém volném čase vylepšit, abys ses například nenudil(a)?	51
DISKUZE	53
ZÁVĚR	55
POUŽITÁ LITERATURA	56

Úvod

Nuda je uznávaná jako významný problém v mnoha oblastech. Například ve školním prostředí je příčinou sníženého úsilí a ztráty cílů ve vyučování. Trvalá nuda však nemusí vést k neúspěšnosti pouze ve škole, nuda projevující se ve volném čase může také zásadním způsobem ovlivnit kvalitu života, především pak u mladých lidí.

Tato práce se proto věnuje tématu nudy ve volném čase adolescentů, a je zaměřena na ty, u kterých projevy nudy můžeme spatřovat nejčastěji. Jedná se o rizikové děti a mládež, kteří tráví většinu svého volného času neorganizovaně, na ulici.

Teoretická část této práce je věnována především výzkumům a teoriím, které se zaměřují na nudu, nebo na způsobu trávení volného času mladých lidí. Dále zde uvádíme některá východiska práce v nízkoprahových klubech, pro lepší pochopení kontextu této práce.

Empirická část práce se zaměřuje na popsání výzkumných otázek, cílové skupiny, u které byl výzkum prováděn, popsání metod, které byly v rámci výzkumu použity a uvedení výsledků výzkumu, které jsou porovnány s teoretickou částí v závěrečné diskuzi.

1. TEORETICKÁ ČÁST

1.1. Nuda

Na úvod je vhodné vymezit si samotný původ slova nuda. V češtině je to slovo celkem nové. Bylo převzato z ruského slova нудный (otravný, donucení, špatné žití). Slovanské slovo nuditi znamenalo dělat nátlak, činit násilí, nuda byla všestranná tíseň, pak se ale jeho význam oslabil na nezájem, dlouhou chvíli, a tak bylo přejato do češtiny. (J. Rejzek, 2001)

V anglickém jazyce je původ slova *boredom* (nuda) neznámý. První zmínka pochází z roku 1778, ale v literatuře se běžně slovo *boredom* začalo vyskytovat až v druhé polovině 19. století. (Spacks, 1995)

Nyní se můžeme podívat, jak tento termín definují nejrůznější autoři. Fisher (1993) uvádí, že nuda je „nepříjemný, krátkodobý afektivní stav, ve kterém jedinec cítí intenzivní nedostatek zájmu o danou aktivitu a problém soustředit se na ni.

Mikulas a Vodanovic (1993) definují nudu jako stav relativně nízké bdělosti a nespokojenosti, který je způsoben nedostatečně stimulující situací. Tato definice také odpovídá tomu, jak je nuda obvykle chápána v běžném jazyce. Autoři definují nudu jako stav, myšleno stav jako stav vědomí. Stav je dočasný. Osoba může být v jeden okamžik ve stavu nudy a v příštím okamžiku už ne.

Jestliže je člověk momentálně ve stavu vysokého vzrušení, pak se v tom samém okamžiku podle autorů nemůže nudit. Lidé se snaží držet hladinu vzrušení v určité míře. Když je moc vysoká, snaží se ji snížit, když je moc nízká (jako v případě nudy), snaží se ji zvýšit (vyhledávat méně nudné situace). Nuda tedy souvisí s pocitem hledání. Člověk může být v málo stimulující situaci, a přesto se nemusí nudit. Hodně osob se v takové situaci může cítit uvolněně a spíše ji vyhledávat. To, co způsobuje nudu, je nespokojenost s málo stimulující situací.

Nuda také může nastat, když nesmíme dělat to, co chceme dělat, nebo musíme dělat to, co nechceme dělat. Avšak nuda není způsobena pouze tímto omezením. Osoba v nudné situaci může cítit hněv vůči nějakému omezení, ale to samotné ještě není nuda. V tomto případě se jedná spíše o frustraci. Podle autorů se osoba nemůže cítit znuděně a frustrovaně (nebo našťvaně) zároveň. (Mikulas a Vodanovich, 1993)

Podle Pavelkové (2010) většina autorů rozlišuje **pět komponent nudy**:

- **Afektivní komponenta:** nemáme podněty, nemáme potřeby, prožíváme prázdnotu – schází afektivní pohnutka (nemáme z čeho mít radost, nemáme se čeho bát). Tato komponenta je nejbližší lidovému chápání nudy (jde o nulovou chuť na něco).
- **Kognitivní komponenta:** denní snění, myšlenky nám ulétávají, čas neutíká.
- **Fyziologická komponenta:** únava, ospalost, neklid.
- **Expresivní komponenta:** stáhnutí se do sebe, zívání, nehybný výraz.
- **Motivační komponenta:** změna aktivity (náhradní aktivity), hledání podnětů, opuštění situace.

Robinson (1975) prováděl výzkumy, které se týkaly především nudy ve škole. Některé z jeho poznatků se dají uplatnit ale i na nudu obecně. Například uvádí tři nejčastější způsoby, jak se žáci snaží zahnat nudu ve škole:

- 1) **Stažení se do sebe:** žák reaguje na nedostatek situace tím, že vytváří vlastní vnitřní stimulaci, například intenzivní fantazijní aktivitou (denní snění).
- 2) **Agresivní chování:** projevuje se přímými projevy nepřátelství vůči učiteli (tomu, kdo je vnímán jako zdroj frustrace) nebo únikovou agresivitou vůči spolužákům či vůči předmětům (trhání učebnic, rytí do lavice)
- 3) **Rozptýlená aktivita:** hraní, dívání se z okna, povídání se sousedem apod.

Robinson dále popisuje i činitele, kteří **spoluvytvářejí nudu**. Jde především o:

- 1) Učitele, například když má malý zájem o učení, děti a vyučovací předmět.
- 2) Rodiče, když mají malý zájem o školní výsledky svých dětí a malou víru v hodnotu vzdělání a vzdělávání.
- 3) Domov, kde je nízká kulturní úroveň a malá podnětnost rodinného prostředí.
- 4) Nezáměr spolužáků o vyučování se přenáší i na žáky, kteří by jinak o vyučování zájem měli.
- 5) Kdy škola poskytuje malý zdroj motivace a příjemných podnětů.

(Robinson in: Pavelková, 2010)

Výše zmíněný teoretický model byl prověřován v několika výzkumech. realizovaných pod vedením Pavelkové se v letech 2006 až 2009 na katedře psychologie Pedagogické fakultě University Karlovy.

Zajímavé je, jaké zdroje nudy respondenti během těchto výzkumů udávali. Z výroků žáků jasně vyplývá, že zdroj nudy připisují především učitelům, a to zejména jejich nudným a

nezajímavým výkladům, nudným hodinám. Druhým nejčastěji zmiňovaným důvodem nudy je nezájem o předmět, nezáživnost předmětu, případně nezáživnost a nezájem o vyučovací látku. Dikce těchto odpovědí naznačuje, že žáci mají tendenci zodpovědnost za svůj nezájem delegovat na učitele nebo na předmět – tedy vně své osoby. Výroky naznačující zdroj nudy ve své osobě jsou ojedinělé. Objevuje se v nich názor, že za nudu mohou žáci sami, protože nedávají pozor či o výuku nemají zájem. Výzkumy tedy potvrzují teoretické předpoklady dvou hlavních zdrojů nudy (situace a člověk), nepřehlédnutelné však je, že zodpovědnost za vznik nudy je výrazně delegován vně jedinců (žáků) na učitele a okolí.

(Pavelková, 2010)

1.2. Teorie De Charmse: Původce / Pěšák (Origin / Pawn)

S předchozími závěry by mohla souviset De Charmsova teorie. Kde člověk může spatřovat zdroj nudy? Ve své osobě, nebo ve vnější realitě? Tato teorie také souvisí s motivací a v souvislosti s ní i s nudou. Podle De Charmse může být člověk buď reaktivní (reaguje na pokyny z vnějšku, je někam tlačěn, je s ním manipulováno a je tedy ve svém životě „pěšákem“), nebo může být aktivní (je sám iniciativní, je „původcem“). Pěšák vidí příčiny svého chování spíše mimo sebe, ve vnější realitě. Jsou to vnější události, na které jedinec reaguje. Původce si naopak plně uvědomuje vlastní přičinění v událostech. Pokud se člověk rozhodne pro určité chování, stává se příčinou on sám. To De Charms nazývá osobní příčinné působení, které považuje za předpoklad motivace.

Výzkumy De Charmse (které byly opět prováděny ve školním prostředí) přinášejí charakteristiky dvou typů dětí s „pěšáckým“ a s „původcovským“ chováním:

Původce:

- Zaujetí pro zadaný úkol
- Chování zaměřené na práci
- Převládající soustředění a pozornost
- Větší přejímání osobní zodpovědnosti (které se projevuje dobrovolnou účastí a zájmem)
- Větší tvůrčí aktivita
- Ze strany slabších žáků snaha o interakci a komunikaci s lepšími žáky a učiteli
- Schopnost zvládat problémy a vypořádávat se s náročnými situacemi

Pěšák

- Pokornější chování
- Větší poslušnost vůči autoritě
- Předstírané chování – snaživost, okázalost
- Větší úzkostlivost a bezmocnost
- Bezradnost v náročných situacích

(Hrabal, Mann, Pavelková, 1989)

1.3. Nuda ve volném čase

1.3.1. Zahraniční výzkumy

V zahraničí bylo prováděno již několik výzkumů, zaměřujících se nudu ve volném čase. Všechny dostupné byly však převážně prováděny na univerzitních studentech. Výzkumy zaměřující se převážně na rizikové děti a mládež v kontextu s nudou jsme nenalezli.

Uvádíme zde proto některé z výzkumů prováděných na univerzitách:

Hickerson a Beggs (2007) provedli výzkum na univerzitě v Severní Karolíně na téma nuda ve volném čase. Účel této studie byl zkoumat nudu univerzitních studentů během jejich volného času. Podle výsledků této studie mají větší tendenci k nudě ti studenti, kteří většinou nemohou řídit svůj volný čas nebo ho většinou vůbec nemají, nebo ti, co si neuvědomují, že by mohl být volný čas nějak psychicky prospěšný. Tato studie zkoumala dopad nudy na volný čas univerzitních studentů z hlediska pohlaví, úrovně vzdělání a toho, jakým aktivitám dávají přednost. Nebyly nalezeny žádné významné souvislosti mezi celkovou úrovní nudy ve volném čase a těmito třemi proměnnými. Participace na volném čase mladých lidí má dlouhodobé dopady na formování postojů a návyků toho, co budou dělat ve svém volném čase v pozdějším věku. Proto je podle autorů velice důležité se tímto tématem zabývat.

Gabriel (1988) poznamenal, že nuda ve volném čase v kritické vývojové době může vést k tomu, že znudění jedinci mohou hledat zábavu prostřednictvím deviantního nebo rizikového chování. Výsledky jeho studie zaznamenaly, že nejvíce studentů udává, že plýtvá svým volným časem na spánek či odpočinek. Také že velká část studentů chce ve svém volném čase něco dělat, ale neví co. Nejméně lidí pak uvádělo, že by byl jejich volný čas nudný, nebo naopak, že by byl jejich volný čas až vzrušující. Více mužů než žen pak uvedlo, že se cítí být vysoce spojeni s tím, co dělají ve svém volném čase a že jsou během svého volného času velmi aktivní. Jinak se významné rozdílly mezi nudou u jednotlivých pohlaví neprokázaly.

Gordon a Calbatiano (1996) ve svém výzkumu v Austrálii zjistili, že hodně dospívajících lidí zažívá ve volném čase nudu a nespokojenost, která ústí k užívání drog a k rizikovému způsobu života (kriminalita atd.). Nejvyšší podíl mělo pasivní trávení volného času, nejméně aktivní. Podle průzkumu nejvíce volného času zabralo Australanům sledování televize (93,5 %), návštěva přátel (65,4 %), čtení (64, 8 %). Ačkoliv věková skupina od 14 do 19 všeobecně vykazuje vyšší podíl ve všech aktivitách než ostatní věkové skupiny, fyzická aktivita mezi dospívajícími mizí ve prospěch sedavých aktivit. Aktivity ve volném čase jsou zvláště důležité během dospívání, protože poskytují dospívajícím lidem příležitost k tomu,

aby prozkoumali a tvořili svou autonomii a identitu, a také mohou být často prostředkem k sociálním kontaktům, které jsou v tomto období velice podstatné. Četnost a množství užitého alkoholu u studentek vysoké školy koreluje s udáváním pocitů nudy. U studentů tomu však tak nebylo. Také dospívající kuřáci udávali čtenější pocity nudy než nekuřáci. Australští kuřáci často udávají jako důvody kouření potřebu relaxace a zahnání nudy.

Nuda je také často dávána do souvislosti se zneužíváním drog, s poruchami příjmu potravy (anorexie, bulimie), depresí nebo s problémy ve školních třídách. (Mikulas a Vodanovich, 1993)

Watt a Vodanovich (1999) uskutečnili na Floridské universitě výzkum zaměřující se na nudu v souvislosti s psychosociálním vývojem. Výsledky této studie se shodují s některými definicemi nudy. Osoba náchylná k nudě postrádá motivaci, cíle, ambice, zažívá často negativní emoce, jako skleslost, úzkost, depresi, nepřátelství a osamělost, a často vykazuje maladaptivní a zdraví poškozující chování. Tato studie také odhalila významný rozdíl v náchylnosti k nudě mezi pohlavím. Muži jasně vykazovali větší náchylnost k nudě než ženy, vykazovali větší potřebu po externí stimulaci, větším vzrušení.

Watt a Vodanovich (1995) také provedli výzkum souvislosti náchylností k nudě a schopností strukturace času, který byl uskutečněn ve dvou odlišných kulturách. Účastnili se ho univerzitní studenti ze Skotska a z USA. Větší schopnost strukturovat si čas se většinou shodovala s menší náchylností k nudě (především u irských studentů). Rozdílnost v náchylnosti k nudě mezi pohlavím byla potvrzena u amerického vzorku, zatímco irský vzorek ji nepotvrdil. To potvrzuje teorii, že rozdílnost náchylnosti k nudě je podmíněna kulturou. Také je zajímavé, že ačkoliv si američtí studenti dokázali lépe rozvrhnout čas, vykazovali jasně větší náchylnost k nudě. Takže strukturace času nemusí být nejefektivnější strategií k minimalizaci nudy.

Kelly a Markos (2001) ve své studii uvádějí, že náchylnost k nudě může také souviset s tendencí dělat si starosti. Jako důvod uvádějí, že „trpičové“ mají spíše než „netrpičové“ tendence vidět události jako ohrožující a cítí se být bezmocní v jednání se světem. Jsou tedy spíše pasivní. Také se může zdát přijatelné, že by si jedinci náchylní nudě vytvářeli starosti proto, aby nudu zahnali. Nuda je také spojována se zvýšeným hněvem, agresí, osamělostí, depresí atd.

Lin a Wu (2009) provedli v Taiwanu výzkum zaměřený na vztah nudy ve volném čase a monitoring volného času adolescentů rodiči. Výsledky ukázaly, že nuda ve volném čase zvyšuje pravděpodobnost vzniku návyku na internetu. Rodina a herní aktivity venku spolu s tím, že rodiče sledují volný čas svých dětí, snižuje toto riziko.

1.3.2 Výzkumy na Pedagogické fakultě UK

Téma nudy je v České republice zkoumáno především na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze na Katedře psychologie, kde je zkoumána především nuda ve školních lavicích. Nuda ve škole byla již zkoumána v několika postupových pracích pod vedením Pavelkové. Ve dvou z těchto prací je již v rámci výzkumu položeno žákům i několik otázek týkajících se nudy doma, tedy v jejich volném čase. V této kapitole se nejdříve seznámíme s výsledky výzkumů nudy ve škole a podrobněji pak s výzkumy nudy doma.

Nuda ve škole

Analýzu problematiky žákovské nudy provedla Pavelková (2009), opírá ji o několik dílčích výzkumů, které byly realizovány pod jejím vedením v letech 2006 a 2007. Jde o tři výzkumné sondy realizované J. Kindlovou (2006) – vzorek tvořilo 215 žáků ZŠ (6., 7., 8. a 9. ročník), R. Kotrchovou (2006) – vzorek tvořilo 201 žáků ZŠ (6., 7., 8. a 9. ročník) a L. Kollerovou (2007) – 21 žáků ZŠ (8. ročník). Jádrem výše zmíněných sond tvořila stejná metoda, šlo o upravenou metodu V. Hrabala, která zjišťuje postoje k předmětům. Původní dotazník, využívající pětistupňovou škálu a obsahující dotazy na oblibu předmětu, obtížnost předmětu a význam předmětu, byl rozšířen o další dotazy.

Na otázku „Co je podle Vás nuda?“ žáci skoro vždy odpověděli situací, kdy se nudí.

Dominují tři situace (důvody), které žáci uvádějí: a) „*Když nemám (nemáme) co dělat.*“; b) „*Když mě to nebaví.*“; c) „*Když není sranda.*“. Ostatní odpovědi tvoří výjimku, některé odpovědi zachycují emocionální prožitek při nudě: žák 8. ročníku: „*Nuda je pruda.*“

Společné všem těmto odpovědím je, že jde o nějakou frustraci.

Ve škole se žáci nudí, buď když je jim vše jasné a učitelé stále opakují učivo se slabšími žáky, nebo naopak, když žáci látce nerozumí a považují učivo za těžké. Těchto odpovědí je až dvakrát více než v prvním případě. Prožitek nudy totiž nezávisí na množství podnětů, které na žáka působí, ale na tom, mají-li tyto podněty incentivní hodnotu vážící se k poznávacím potřebám dítěte. Z žákovských odpovědí (Kindlová 2006) vyplývá, že nuda ve škole žáci někdy zažívají, ale zdaleka to není u většiny předmětů častý jev. V osmi předmětech průměrná hodnota výskytu nudy nepřekračuje hodnotu 2,5, což by naznačovalo, že nuda žáci spíše nezažívají.

Z výroků žáků jasně vyplývá, že zdroj nudy připisují především učitelům, a to zejména jejich nudným a nezajímavým výkladům, nudným hodinám. Druhým nejčastěji zmiňovaným důvodem nudy je nezájem o předmět, nezajímavost předmětu, případně nezajímavost a nezájem

o vyučovací látku. I učitelé konstatují, že výrazně narůstá u žáků dotazů na užitečnost probírané látky.

Výzkumy na Pedagogické fakultě UK v Praze pod vedením Pavelkové, potvrzují Robinsonovu teorii (viz výše):

- 1) Ve výzkumných sondách se jako nejčastější reakce ukázala tzv. **„rozptýlená aktivita“**:
 - Kreslení z nudy – Maluje (spíše kreslí) se po všem – do sešitů, na lavici, na ruku, vybarvují se nadpisy.
 - Hraní – Nejčastěji žáci říkají, že si hrají s tužkou. Nenápadné, ale masové cvakání s propisovačkami vytváří v některých hodinách až překvapivý randál. Často si žáci hrají s mobilem – posílají SMS, hrají hry či telefonují, někdy hrají staré osvědčené hry – piškvorky, lodě a podobně.
 - Povídání – Povídá se především se sousedem a okolím.
 - Dopisování (psaníčka)
 - Koukání z okna. Přesně výrok velmi často zní: „*Koukám z okna.*“; „*Koukám do blba.*“ Tyto projevy nudy velmi často doprovázejí tzv. „stažení se do sebe“.
- 2) Druhá možná reakce na nudu, **„stažení se do sebe“**, zdaleka nebyla tak častá. Žák reaguje na nedostatek stimulace tím, že si vytváří vlastní vnitřní stimulaci. Někdy má konstruktivní podobu, jindy jde pouze o únik.
- 3) **Agresivní reakce** – jež je ve výzkumných sondách skoro vždy namířena proti učiteli, který je pravděpodobně vnímán jako zdroj frustrace nejčastěji (velmi vzácně proti spolužákům či předmětům) – se projevuje velmi pestře. Někdy mají reakce podobu přímých projevů nepřátelství: „*dělám naschvály*“, „*provokuju učitele*“, „*mám blbé narážky*“, „*otravuju učitele*“, „*házím něco po třídě, dělám bordel, kopu do lavice, snažím se naštvat učitele*“. Někdy jde o skrytější strategie: „*nasadím nepřítomný znuděný výraz, otáčím oči v sloup*“, „*neposlouchám výklad učitele – zásadně nevím, kde jsme*“, „*provokativně se válím po lavici*“, „*furt říkám, že tomu nerozumím, dávám blbé otázky*“, „*skáču učiteli do řeči*“, „*hledám špatné detaily na učitelích*“, „*ignoruji učitele*“, „*chodím pořád na záchod*“, „*neodpovídám*“, „*pomlouvám učitele*“, „*schválně zívám*“.

(Pavelková, 2010)

Nuda doma

Mejstříková (2009) prováděla výzkum na osmiletém gymnasiu v primě. Kromě dotazníku zaměřujícího se na nudu ve vyučovacích hodinách se autorka změřila také na nudu doma.

Ohledně tohoto tématu položila respondentům tři otázky:

1. *Jak často se nudíš doma?* Na tuto otázku mohli žáci odpovědět zakroužkováním odpovědi 1. (nenudím se nikdy) – 5. (nudím se pořád). Nikdo z 29 žáků nevedl, že by se doma nudil pořád. 24 žáků se doma nenudí nikdy, nebo jen málokdy. Pouze 3 žáci uvedli, že se doma nudí často. Z hlediska pohlaví byly hodnoty velmi vyrovnané.
2. Druhá otázka: *Napiš, v jakých situacích se doma nejčastěji nudíš?* Byla otevřená, a žáci na ni tak mohli odpovídat dle svého uvážení. Žáci se ve volném čase nejčastěji nudili, když tzv. není co dělat (není co na práci), v situaci, kdy znají své povinnosti, ale nechtějí je momentálně plnit, popřípadě když už je všechno hotovo. To, že není co dělat, žáci často spojovali s tím, že nikdo z rodiny není doma, není zde tedy osoba, se kterou by mohli být v interakci.
3. Podle třetí otázky: *Pokud se doma nudíš, co s tím děláš?* (která byla opět otevřená) se žáci nejčastěji snaží nudu zahnat nějakým svým zájmem (hra na hudební nástroj, péče o zvířata, čtení...), jdou ven se svými kamarády, tráví čas u počítače (hrají hry, surfují po internetu nebo si virtuálně povídají s kamarády), dívají se na televizi, uklízejí, jí, spí nebo se učí.

Lohniská (2009) prováděla výzkum na druhém stupni ZŠ v 6., 7., 8. a 9. třídě. Zúčastnilo se ho celkem 75 žáků. Na toto téma autorka položila pouze dvě otázky:

1. Jak často prožíváš nudu? U této otázky mohli žáci zakroužkovat odpověď 1. – 5. (1. – nudu nikdy nezažívám, 5. – nudu zažívám skoro pořád). Většina žáků odpověděla, že nudu spíše nezažívá (34 žáků). Opět nebyly zjištěny žádné zásadní rozdíly mezi pohlavími.
2. Co děláš, když se nudíš doma? Činnosti, které žáci uvádí jako rozptýlení při nudě, jsou podobné jako v předešlém případě: jdu ven (25 %), jsem u počítače (22 %), dívám se na TV (11 %), čtu si (8 %), poslouchám hudbu, hraji společenské hry, jdu ven se psem nebo si s ním hraji, dělám domácí práce, spím, sportuji, jdu na trénink, nic (koukám do prázdna), maluji si, povídám si s rodiči, učím se....

Ze závěrů těchto výzkumů a z pozorování projevů nudy na klubu jsem vycházela při sestavování dotazníku pro svůj výzkum nudy ve volném čase.

1.4. Volný čas v životě mladých lidí

Abychom mohli zkoumat nudu ve volném čase, musíme se nejdříve podívat také na to, co to volný čas vlastně je a jak ho mladí lidé v dnešní době tráví.

Fenoménu volný čas a problematice s ním spojené se společnost začala vážněji věnovat v 19. a zejména pak ve 20. století. V tomto období docházelo k podstatně výraznější koncentraci pracovních požadavků na člověka, což bylo spojeno s mnohými sociálními problémy. Pod tímto tlakem se pak nároky na dovolenou a odpočinek staly jedněmi z hlavních cílů sociálních hnutí.

Dnes, v období, kdy široká část veřejnosti tráví třetinu dne v zaměstnání nebo ve škole, pro nás volný čas znamená důležitý kompenzační prostředek. Jeho prostřednictvím má člověk možnost se seberealizovat, rozvíjet talent a naplňovat své potřeby. Umění trávit volný čas vypovídá totiž o hodnotách a úrovni té které společnosti. Jestliže se stát rozhodne pohlížet na problém trávení volného času „ekonomicky“, tzn. tak, že na něm bude chtít šetřit, může ve společnosti docházet k nežádoucím společenským změnám. Aktivní trávení volného času, kromě uspokojování momentálních tužeb člověka a relaxace, také plní mnoho společenských funkcí, speciálně u mladých lidí slouží mimo jiné jako efektivní sociální prevence. Způsob trávení volného času je také důležitou součástí procesu vytváření žebříčku hodnot a priorit, které probíhá především v dětství a mládí člověka.

Volným časem bychom tedy měli rozumět období, kdy se člověk svobodně rozhoduje o činnosti, kterou chce právě vykonávat. Jde o mimopracovní nebo mimoškolní činnost, která není spojována se zabezpečováním individuálních a existenčních potřeb.

(Štursová, Bocan, 2006)

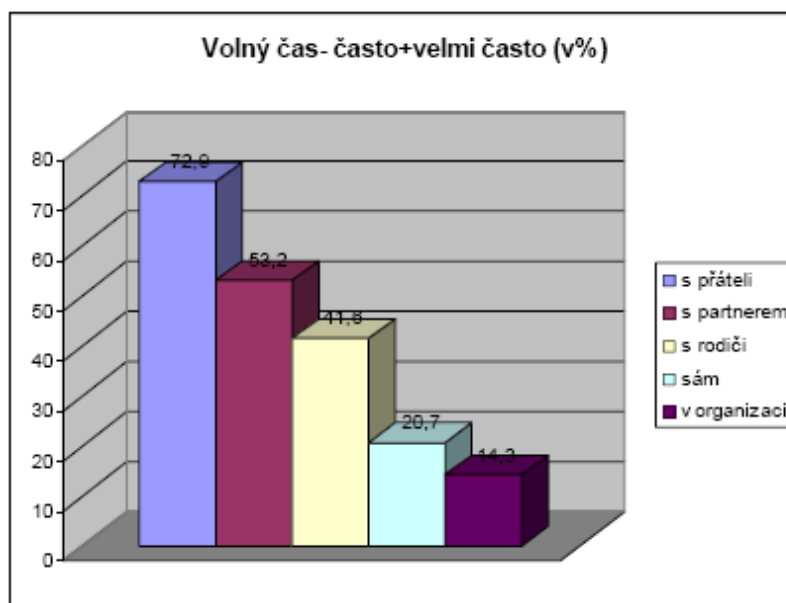
Štursová a Bocan (2006) provedli v roce 2005 výzkum „Aktuální problémy mladé generace v ČR“. Jako metodu použili dotazníkové šetření, které bylo zrealizováno pomocí tazatelské sítě ve všech 14 krajích České republiky mezi mladými lidmi ve věku 15 – 26 let (1633 dotázaných).

Kromě jiných oblastí do svého času zařadili i trávení volného času mladých. Především pak zjišťovali, s kým a jak tráví mladí lidé svůj volný čas.

S kým mladí lidé tráví volný čas

Nejvíce respondentů uvedlo, že tráví svůj volný čas s přáteli, na druhém místě s partnerem, pak s rodiči nebo sami. Nejméně ho pak tráví v organizacích. Zajímavé je pro nás zjištění, že

od zbytku souboru se odlišují studenti středních odborných učilišť tím, že dvě třetiny netráví volný čas nikdy sami, či málokdy. Na druhou stranu, nejvíce volného času o samotě tráví mladí nezaměstnaní.



Graf č. 1. – s kým mladí lidé tráví svůj volný čas, vyjádřeno v %

Jak mladí lidé tráví volný čas

Nejčastěji mladí lidé ve svém volném čase poslouchají hudbu (70 % jí poslouchá každý den).

Po hudbě je nejčastější sledování televize (každý den jí sleduje 41 % mladých lidí).

S počítačem denně pracuje 37 % respondentů (věnují se především internetu a hrám). Četbou se denně, nebo alespoň jednou týdně, zabývá 73 % dotázaných.

Zajímavé je porovnání aktivit typu: výlet do přírody, turistika ve srovnání návštěva kaváren, restaurací, čajoven. Zjistíme, že dotazovaní se častěji věnují druhé možnosti. Navíc se s rostoucím věkem návštěvnost kaváren a restaurací u respondentů zvyšuje. Denně či alespoň jednou týdně si v kavárnách či restauracích posedí 46,7 % dotázaných, ale za přírodou se jich vydá takto často o celých 20 % méně.

Studiu, přípravě na školu a mimoškolnímu vzdělávání se denně či alespoň jednou týdně věnuje 60,5 % dotázaných.

Denně sport provozuje 15,9 % respondentů, alespoň jednou týdně pak 33,3 % dotázaných.

Přes 17 % dotázaných uvedlo aktivní sport jako aktivitu, která je jim nejbližší.

Stále oblíbenější aktivitou zejména u dívek se stává návštěva nákupních center, kterou provozuje alespoň jednou týdně nebo denně 34 % respondentů (z toho 33,3 % chlapců a 66,6 % dívek).

Divadla, muzea, galerie a koncerty vážné hudby navštěvují hlavně studenti VŠ a VOŠ a o něco méně pak ostatní studenti. Mezi uční, pracujícími a nezaměstnanými je daleko méně zájemců o kulturu. (Štursová, Bocan, 2006)

Aktivita	Každý den	Alespoň 1x týdně	Méně než 1x týdně	Méně než 1x měsíčně	Vůbec ne
Poslech hudby	70,6	22	5,1	1,8	0,5
Četba knih, novin, časopisů	29,2	43,8	14,9	8,2	4
Pasivní odpočinek, nicnedělání	24,6	36,9	21,2	11,1	6,1
Schůzka s partnerem	29,6	30,8	8	6,9	24,6
Počítač – internet, hry, programování	37,1	34,2	13	7,8	7,9
Turistika, výlety do přírody	3,9	22,7	36,5	28,8	8,1
Návštěva kaváren, restaurací, čajoven	7,5	39,2	28,9	19,4	5,1
Péče o zevnějšek	7,2	24,8	20,5	22,8	24,7
Aktivní sport	15,9	33,3	18,9	14,9	17,1
Sledování TV, videa, DVD	41,4	36,4	14,5	6,8	0,9
Studium, příprava na školu, mimoškolní vzdělávání	28,9	31,6	12,7	10,1	16,7

Aktivita	Každý den	Alespoň 1x týdně	Méně než 1x týdně	Méně než 1x měsíčně	Vůbec ne
Návštěva klubů, diskoték, zábav, večírků	2,9	32,5	28,9	24	11,6
Návštěva kina	0,2	3,7	25,5	57,3	13,4
Návštěva divadla, muzea, galerie, koncertů vážné hudby	0,2	1,7	11,3	45,8	41
Návštěva ostatních koncertů	0,4	4,2	17,7	48,8	28,9
Domácí práce, péče o dům a zahradu	16,1	39	21,4	14,4	9,2
Ruční práce, kutilství	3,7	13,1	18,4	24,2	40,7
Zájmová činnost	7,4	16,4	14	19,1	43
Návštěva sportovních utkání, akcí	3,4	16,2	21,5	31,5	27,5
Opravy a údržba motocyklu, auta	2,1	5,9	8,6	15,1	68,3
Duchovní aktivita, meditace	2,3	4	3,1	7,9	82,7
Veřejně prospěšná, dobrovolnická činnost	0,8	2,6	4,5	17	75
Deskové hry	1,3	4	16,2	39	39,5
Návštěva nákupních center	4,1	30,1	33	26,2	6,5
Politická činnost	0,9	1	2,9	6,4	88,8

Tabulka 1. a 2. – jak mladí lidé tráví svůj volný čas (vyjádřeno v %)

1.6. Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (NZDM)

Pro lepší pochopení kontextu této práce uvádíme některá vymezení a východiska práce v nízkoprahových klubech pro děti a mládež. I když tato kapitola by mohla být jistě velice dlouhá, snažili jsme se vystihnout jen to nejpodstatnější, co by tato práce neměla postrádat.

Pojmosloví nízkoprahových zařízení pro děti a mládež vymezuje NZDM takto:

Služba je určena dětem a mládeži, které se ocitly v obtížné životní situaci nebo jsou jí ohroženy a které nevyhledávají standardní formy institucionalizované pomoci a péče.

Jde o navázání a udržování kontaktu, poskytování informací, odbornou pomoc, podporu a vytváření podmínek pro sociální začlenění a pozitivní změnu ve způsobu života. Jedná se o ambulantní, případně terénní formu sociální služby nízkoprahového charakteru.

Cílem je umožnit jim lépe se orientovat v jejich sociálním prostředí a vytvářet podmínky pro to, aby v případě zájmu mohly řešit svoji nepříznivou sociální situaci.

(Herzog, Syrový, Zimmermanová, 2007)

1.6. 1. NZDM

Dle § 62 odst. 1 zákona *o sociálních službách* č. 108/2006 Sb. jsou NZDM: „sociální služby dětem ve věku od 6 do 26 let ohrožených společensky nežádoucími jevy. Cílem těchto služeb je zlepšit kvalitu jejich života předcházením nebo snížením sociálních a zdravotních rizik souvisejících se způsobem jejich života, umožnit jim lépe se orientovat v jejich sociálním prostředí a vytvářet podmínky k řešení jejich nepříznivé sociální situace.“

1.6.2. Otevřené kluby dětí a mládeže

Dle § 2 odst. f vyhlášky č. 74/2005 Sb. *O zájmovém vzdělávání lze zájmové vzdělávání uskutečňovat formou otevřené nabídky spontánních činností.* Dle metodických pokynů IDM MŠMT ČR: *Spontánní činnost ve SVČ z roku 2000 a Problematika otevřených klubů při SVČ z roku 2002* jsou otevřené kluby definovány jako: „jedna z forem spontánní činnosti, (...) místo, prostor, přirozené ‚shromaždiště‘, kde se děti a mládež mohou neformálně sejít, (...) realizovat své zájmy a schopnosti, naučit se aktivně trávit volný čas (...). Místo, které je volně přístupné a otevřené (...) s funkcí kontaktního a poradenského místa, kde mohou návštěvníci najít radu, případně pomoc v obtížných životních situacích

1.6.3. Kontexty a východiska kontaktní práce

Když trpí dospělí, jsou obvykle schopni vyhledat odbornou pomoc, spolupodílet se na porozumění problémů a na získávání poznatků o sobě. Děti a mladiství však ve valné většině nemají zájem vstupovat do jakýchkoliv institucí a také jim dělá větší obtíže identifikovat svoji sociální potřebu a rozhodnout se, která ze spekter nabídek jim bude vyhovovat. Hlavní úskalím odborné výchovné a sociální práce je tak otázka lidského setkání a interakce s těmi, u kterých by byla pomoc a podpora prospěšná. Navázání osobního kontaktu je nejen nezbytnou podmínkou, ale samo o sobě významnou cílovou hodnotou specializované odborné činnosti, která se proto nazývá kontaktní práce.

Klíma a Jedlička (2007) uvádějí hlavní cíle kontaktní práce:

1. snižování bezprostředních zdravotních či sociálních rizik vyplývajících z nějakého rizikového chování (poskytování kondomů)
2. minimalizace rizik z různých druhů interpersonálních konfliktů (vyjednávání v případě mezigeneračních konfliktů)
3. zprostředkování kvalifikovaného řešení problémů a zejména jejich identifikace a přijetí klientem (časté je u mladých lidí popírání přítomnosti obtíží)
4. snižování nebezpečí sekundární deviace a patologizace, nebo také nepřiměřeně paušálního hodnocení (např. obhájení jejich práv)
5. stabilizace nepříznivé situace a rozšíření životních možností a příležitostí

Svoboda (2007) uvádí ve své práci **8 kritérií sociálně-pedagogické práce**

s „neorganizovanou mládeží“:

1. kritérium: Doprovázet adolescenty v autonomním procesu utváření vlastního života – tj. poskytovat přiměřené osobní doprovázení adolescenta v jeho autonomním procesu utváření vlastního života.
2. kritérium: Při doprovázení vycházet z aktuální osobní situace mladého člověka.
3. kritérium: Rozvíjet v mladých lidech kritické myšlení – tj. prostřednictvím komunikace podněcovat mladé lidi v morálním usuzování.
4. kritérium: Vytvářet podmínky k vybudování silné vnitřní identity jako předpoklad ke zvládnutí – tj. poskytovat mladým lidem příležitosti, aby mohli rozvíjet svoje sebepojímání a sebeúctu.

5. kritérium: Pracovat na základě profesionálního pomáhajícího vztahu – tj. nabízet stabilní dlouhodobý vztah, který bude připraven odpovídat na jejich otázky průběhu moratoria dospělosti.
6. kritérium: Pracovat se skupinou a její dynamikou – tj. pracovat s mladými lidmi na pozadí skupinových procesů.
7. kritérium: Dát mladým lidem sociální prostor k interakci se společností – tj. umožnit mládeži přivlastnit si veřejné prostory, které mladým dovolí jejich přetváření, a jsou tak prostorem pro informální výchovu.
8. kritérium: Umožnit získat volnočasovou kompetenci – tj. posílit mladé ve snaze utvářet svůj volný čas se sebeurčením.

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež realizují službu tak, aby byla umožněna maximální dostupnost, tedy ve snaze odstranit časové, prostorové, psychologické a finanční bariéry, které by bránily cílové skupině vyhledat prostory zařízení či využít nabídky poskytovaných služeb. V standardech nízkoprahových služeb je **nízkoprahovost** vymezena takto:

1. Zařízení vytváří prostředí, které je svým charakterem a umístěním blízké přirozenému prostředí cílové skupiny.
2. Pro omezení přístupu uživatele ke službě není důvodem pasivita či názorová odlišnost.
3. Uživatel má možnost zůstat v anonymitě. Jakákoliv dokumentace obsahující osobní údaje uživatele musí být vedena se souhlasem uživatele a s právem do ní nahlížet. Zařízení získává jen ty údaje uživatele, které jsou stanoveny jako nezbytné pro poskytování odborných a kvalitních služeb.
4. Pro užívání služby není podmínkou členství ani jiná forma registrace. Pravidelná docházka do zařízení není podmínkou užívání služby. Uživatelé mohou přicházet a odcházet v rámci otevírací doby zařízení podle svého uvážení. Uživatel není povinen zapojit se do připravených činností.
5. Služby sociálního charakteru jsou poskytovány bezplatně.
6. Provozní doba služby odpovídá potřebám uživatele. Je k dispozici v době, kdy uživatel má podmínky přijít do zařízení (jak z hlediska dne, tak měsíce a roku). Zároveň je provozní doba služby stabilní a nedochází k jejím náhlým výpadkům.

7. Službu může využít kdokoliv z cílové skupiny bez omezení, pokud svým chováním a jednáním neomezuje a neohrožuje sám sebe, ostatní uživatele, pracovníky či efektivitu služby.

(Herzog, Syrový, Zimmermanová, 2007)

1.6.4. Volný čas dětí a mládeže ohrožených sociálním vyloučením

V rámci projektu Klíče pro život proběhl během roku 2009 výzkum Zdravé klima v zájmovém a neformálním vzdělávání, který byl zaměřen na klienty nízkoprahových zařízení pro děti a mládež (dále již jen NZDM). Tento kvantitativní výzkum probíhal na základě sběru dat pomocí strukturovaných řízených rozhovorů. K odborné spolupráci byli přizváni pracovníci České asociace streetwork, kteří pomohli identifikovat děti a mládež ohrožené sociálním vyloučením. Za jejich pomoci byly také dotazníky distribuovány do organizací pracujících s dětmi a mládeží ohrožených sociálním vyloučením. Jejich pracovníci pak na základě písemných instrukcí stanovených výzkumným týmem KPŽ realizovali osobní strukturované rozhovory s uživateli svých služeb – dětmi a mládeží ve věku 6 – 20 let. Výběrový soubor tvořilo 363 respondentů (dětí věku 6 – 10 let bylo 14 %) Rozhovory byly realizovány v osmi krajích ČR. Sběr dat probíhal v měsících červnu až září 2009.

Výsledky výzkumu jasně ukazují důležitou roli nízkoprahových zařízení v životě cílové skupiny. Kromě toho, že poskytují svým klientům jisté sociální zázemí, ve většině případů nabízejí také široké spektrum volnočasových aktivit s různým stupněm organizovanosti. Organizovanou zájmovou činností i mimo NZDM se zabývá pouze třetina ze všech respondentů. Necelá čtvrtina dotázaných dochází na aktivity, které jsou organizovány NZDM. Necelá polovina respondentů ovšem nevedla, zda navštěvuje nějaké organizované aktivity (jak v NZDM, tak jinde). Vzhledem k formě sběru dat a tedy charakteru zkoumaného souboru je i přesto možné usuzovat, že téměř všichni respondenti více či méně pravidelně využívají aktivit a služeb NZDM.

Osloveným mladým lidem byla položena baterie otázek, která zjišťovala, jací jsou jejich nejbližší kamarádi a přátelé, kdy škála odpovědí byla pouze „Ano“, „Jak kdo“ a „Ne“. Z výsledků vyplynulo, že kamarádi oslovených mladých lidí spíše nepatří mezi sportovce a ani nejsou příliš dobří ve škole. Respondenti své kamarády považují sice spíše za pravdomluvné, ale zároveň připouštějí, že jsou i mírně problémoví a spíše drzí.

Respondenti nejčastěji odpovídali, že spolu tráví volný čas neorganizovaně venku poblíž svého bydliště. Tuto variantu uvedla více než třetina. Čtvrtina oslovených se setkává v prostorách NZDM.

Nejrozšířenějším způsobem trávení volného času z nabízených variant je sledování televize, v průměru se na ni dívají téměř každý den. O něco méně věnují respondenti svůj čas surfování na internetu. Učení, sportu a hraní počítačových her se oslovení mladí lidé věnují v průměru jednou týdně.

Respondentům ze starší věkové skupiny byla položena otevřená otázka, která zjišťovala, zda a jak často navštěvují společně s kamarády diskotéky a hospody. Více než třetina odpověděla, že žádná z těchto zařízení nenavštěvuje, pravidelně do nich nechodí. Téměř pětina dotazovaných uvedla, že je navštěvuje alespoň jednou za týden, a okolo deseti procent odpovědí uvedlo frekvenci 2 – 3x týdně.

Respondenti byli dále dotazováni na místo, kde obvykle prožívají prázdniny. Z nabízených variant mohli označit více možností. Největší část respondentů (téměř dvě třetiny) uvedla, že část prázdnin tráví doma. Třetina jezdí na návštěvu k příbuzným a přibližně stejný počet na dovolenou s rodiči. Necelá čtvrtina obvykle prožije část prázdnin na táboře a přibližně stejný počet také na brigádě a na chatě.

(Klíče pro život, 2009)

2. EMPIRICKÁ ČÁST

2.1. Výzkumné cíle

Výzkum je orientován na téma nudy ve volném čase především u mladých lidí (14 – 20 let), kteří tráví většinu svého volného času na ulici. Také jsou nazýváni jako „neorganizované děti a mládež“, jsou to klienti otevřeného klubu. Především bych ve své práci chtěla alespoň částečně odpovědět na otázky:

- Co podle mladých lidí nuda vlastně je?
- Jak je u nich tento jev častý?
- Jak fenomén nudy prožívají?
- Jaké jsou u nich nejčastější projevy nudy?
- Kdo (nebo co) za nudu podle nich může?
- Jaká je souvislost mezi četností nudy doma a nudy ve volném čase?
- Jakým způsobem by respondenti chtěli vylepšit svůj volný čas?
- Jak tráví svůj volný čas?

Dalším cílem je porovnat odpovědi výzkumného vzorku (klienti otevřeného klubu) s výsledky kontrolního vzorku (žáci základních a středních škol odpovídajícího věku).

2.2. Volba a popis vzorku

Pro účely této práce byl průzkum proveden v otevřeném klubu pro děti a mládež, ve kterém již dva roky pracuji. Vedl nás k tomu zájem o danou cílovou skupinu a také dobrá dostupnost podkladů pro výzkum, především pro dlouhodobé pozorování, ale i pro sběr dat (dotazníky, kasuistiky).

2.2.1. Charakteristika klubu

Jedná se o otevřený klub pro děti a mládež od 11 do 21 let při domě dětí a mládeže na Žižkově v Praze 3. Je otevřen každý všední den od 15 do 19 hodin. Mladí lidé sem můžou kdykoliv během otevírací doby přijít a také odejít, bez jakýchkoliv registrací a zdarma.

Poslání klubu

Posláním otevřeného klubu je přispívat k sociálně, duševně a zdravotně příznivému životnímu způsobu dětí a mládeže Žižkova a okolí a podporovat je v jejich zrání a vrůstání do společnosti.

Cíle klubu

- **„Do klubu radši než na ulici“ – o něco klidnější a bezpečnější ulice Žižkova**
Snadno přístupný, bezpečný a příjemný prostor pro volnočasový odpočinek a odreagování dětí a mládeže z Prahy 3.
- **Podpora klientů při zvládnutí jejich problémů ve škole, v partě a v rodině**
Otevřený klub jako prostředí k načerpání sil a podpora klientů při řešení jejich potíží. Poradenství podle potřeby klientů, ve skupině či mezi čtyřma očima.
- **Doprovázení dospíváním a rozvoj dovedností užitečných pro život klientů**
Rozvoj kompetencí potřebných pro mezilidský, partnerský a pracovní život. Doučování a konzultace při hledání práce, podpora klientů v jejich volnočasových zájmech. Zvládnutí konfliktů bez násilí, zdravotní a právní gramotnost a mnoho dalšího.
- **Prevence rizik alkoholu, drog, rizikového sexu a kriminality**
Přímá práce s nejrizikovějšími skupinami. Poskytování informací, poradenství a profesionální motivace, které směřují k ochraně klientů před riziky. Snižování škod – harm-reduction – u pouličního adrenalinového sportu parkour a amatérského tetování.

Hlavní volnočasová a zájmová nabídka klubu:

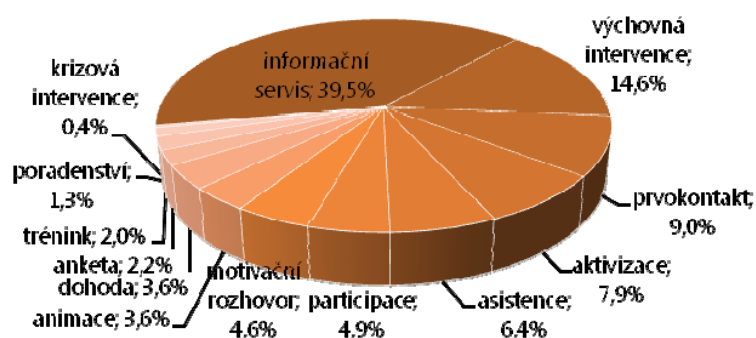
- stolní fotbal
- deskové hry
- hraní na hudební nástroje
- internet, především chatování a pouštění klipů z YouTube
- mikrofony a reproduktory pro vlastní freestyle, beatbox
- kreslení

- sportovní aktivity na hřišti dvakrát týdně
- pořádání akcí (především AIP-hop party)
- pouštění filmů

Služby poskytované v klubu:

- **Aktivizace** = s uspokojením vykonávaná činnost, do které by se klient bez podpory nepustil (např. podpora a povzbuzení klienta v určité jím zvažované činnosti – dodávání odvahy, sebevědomí, sil klientovi, podpora nových klientů v zapojení do společné hry, povzbuzení klientů k vystoupení na Akademii, podpora klienta v nalezení brigády)
- **Animace** = přispívání k rozvoji vztahů mezi klienty (seznamování klientů mezi sebou, aktivity s výsledkem skupinové koheze neznají, otupování a eliminace předsudků mezi klienty, sociální izolace klientů, kteří jsou svým životním stylem nebezpeční ostatním)
- **Anketa** = dotazování klientů v rámci určitého projektu, dotazování klienta formou rozhovoru nebo dotazníku
- **Asistence** = klientem vykonaná činnost na základě doprovodu (doprovod pracovníka, který klientovi umožní úspěšně udělat a zvládnout to, co by jinak neudělal, jak v klubu, tak mimo klub – např. asistence při hledání brigády na internetu, asistence při psaní domácího úkolu, doprovodu k doktorovi, na soud)
- **Dohoda** = s klientem uzavřená ústní nebo písemná dohoda o věcech budoucích, které se odehrají při dalších službách, pracovník a klient se domlouvají na způsobech, jakými se v budoucnu bude věc konat. Oba souhlasí s navrženými postupy (dohoda o naplnění osobního cíle klienta, dohoda o programu na budoucí akci, dohoda o budoucím předání informací)
- **Informační servis** = zvýšení informovanosti, poskytnutí informace (např. spát s někým pod 15 let je trestné, práci můžeš hledat v Anonci atp.)
- **Krizová intervence** = zlepšení duševního stavu klienta (úleva, zlepšení nálady) zrcadlení, empatie, emoční opora, aktivní naslouchání, společný náhled na situaci – většinou je spouštěčem duševního stavu klienta konkrétní situace: např. konflikt (partnerské, rodinné, vrstevnické), hrozba (škola, policie, šikana, rvačky, zdraví, těhotenství), ztráta (rozchody, úmrtí, stěhování)

- **Motivační rozhovor** = změna obecnějšího postoje klienta, a) změna přesvědčení klienta („všichni gadžové jsou svině“) b) výhody a nevýhody jeho postoje (včetně důsledků), např. postoj ke škole a školnímu prospěchu, hulení, rvačkám na ulici (motivační rozhovory jsou velmi blízké prevenci)
- **Participace** = osobní účast na fungování klubu, ať už formou spolurozhodování nebo praktickou prací, vytváření příležitostí pro participaci (v prostoru, v programu)
- **Poradenství** = rozumové vnímání situace zvýšení orientace klienta v jeho situaci či problému: vidí nově svou situaci, ujasnění si pohledu
- **Prvokontakt** = poskytnutí informací o klubu a jeho službách novému příchozímu
- **Trénink** = podpora klienta při zvyšování jeho kompetence, nácvik, cvičení, doučování a) školních (intelektových) dovedností, b) volnočasových dovedností použitelných mimo klub, c) sociálně-psychologických dovedností
- **Výchovná intervence** = změna konkrétního chování klienta, a) výzva, b) závazek klienta (dohoda s klientem), c) zpětná vazba, d) odměna nebo udělení sankce



Graf č. 2. – procentuelní zastoupení služeb vykonávaných v klubu

2.2.2. Cílová skupina

Klub se nachází na Žižkově, cílovou skupinou jsou děti a mládež (od 11 do 21 let) žijící na Žižkově a okolí, kteří tráví většinu svého volného času na ulici. Často bývají klienti nízkoprahových služeb také nazýváni jako „ohrožení a ohrožující“. Ve většině případů tohoto klubu se jedná o jedince romského etnika.

Cílovou skupinu klubu Beztíže můžeme vymezit především těmito charakteristikami:

- silná preference trávit mimoškolní čas mimo domov (odmítání domácího prostředí) – ulice, parky, tramvajové zastávky (tzv. „dětí ulice“)

- nízká motivace či finanční dispozice pro organizovanou volnočasovou nabídku (tzv. neorganizovaná mládež)
- rodinné či vrstevnické prostředí klienta s vysokou mírou výskytu rizikových faktorů (sociálně-patologické sociální jevy, tzv. mládež v nepříznivých sociálních situacích)
- nedostatek dovedností pro takové trávení volného času, které je zdravotně i společensky přijatelné
- schopnost dodržovat minimální pravidla bezpečného prostoru klubu
- zvýšená agresivita
- chování na hraně zákona
- experimentování s užíváním drog, zneužívání alkoholu, kouření, rizikové sexuální chování
- hledání své identity, obtíže s vývojovými úkoly dospívání
- obtíže s hledáním práce či v oblasti studia, pochybnosti o jeho dalším směřování
- společenské vyloučení klienta žít v nepříznivých rodinných a bytových podmínkách
- čelit permanentním předsudkům, obviněním a moralizování
- chodit za školu a mít problémy s chováním
- vyřizovat si konflikty násilím, vydělávat si trestnou činností
- mít zkušenost s kurátory a diagnostickými ústavami
- opíjet se, kouřit marihuanu, experimentovat s drogami
- praktikovat nechráněný sex a otěhotnět v 16 –17 letech

Výše uvedené charakteristiky cílové skupiny jsou založeny na dlouhodobém pozorování a vedení rozhovorů s klienty klubu.

Kontrolní skupina

Jako kontrolní skupina byli vybráni studenti střední školy, kteří věkově přibližně odpovídali respondentům z klubu. Jednalo se celkem o 50 studentů – 23 dívek a 29 chlapců. Věkem byly v rozpětí 15 – 21 let. Jednalo se o studenty střední soukromé školy s obchodním zaměřením.

2.3. Výzkumné metody

2.3.1. Dotazníkové šetření

Dotazník jsem byl sestaven na základě informací, které jsme získali z předešlých výzkumů, z pozorování na klubu a z předvýzkumu, který byl na klubu prováděn. Součástí předvýzkumu byl dotazník, který byl sestaven z otevřených otázek, jejichž použití se nám příliš neosvědčilo. Klienti na ně nebyli schopni odpovídat samostatně, i tak odpovídali velice stručně, příliš se nad tématem nezamýšleli. Nakonec jsme tedy skončili u delšího podrobného rozhovoru, aby se nám otevřené otázky podařilo zodpovědět. Odpovědi z předvýzkumu a z jiných výzkumů jsme tedy pak užili v dotazníku jako možnosti pro uzavřené otázky. Dotazník se skládal z úvodní části, kde měli respondenti vyplnit základní údaje, které se mohou hodit při zhodnocování výsledků:

Pohlaví: Muž / Žena

Věk:

Škola, ročník:

Následovalo osm otázek, které měly zmapovat nudu ve volném čase. Dvě zcela uzavřené, tři, kde byla možnost zaškrtnout i více odpovědí, a dokonce i zařadit vlastní. Tři pak zůstaly zcela otevřené, pro možnost volného vyjádření respondentů.

První otázka měla zjišťovat, co si vlastně respondenti pod pojmem nuda představují: **Co tě napadne, když se řekne nuda? Co to podle tebe je?** Tuto otázku jsme nakonec ponechali otevřenou, neboť jsme nechtěli nijak omezovat výpovědi respondentů.

Další dvě otázky měly zjišťovat četnost nudy. První ve volném čase: **Jak často se nudíš ve svém volném čase (mimo školu, práci).** Druhá pak ve škole: **Jak často se nudíš (nebo jsi se nudil) ve škole?** Pro obě dvě otázky byly předepsány stejné možnosti odpovědí, z nichž respondenti měli zaškrtnout vždy právě jednu, která nejlépe odpovídala realitě:

- a) nikdy se nenudím
- b) spíše se nenudím
- c) někdy se nudím
- d) často se nudím
- e) nudím se skoro pořád

Čtvrtá otázka měla zmapovat nejčastější reakce respondentů na nudu: **Jak na nudu reaguješ?** V této otázce jsme použili výčet možností, které mohli respondenti zaškrtnut (i více možností nebo připojit vlastní odpověď). Při jejich sepisování jsme vycházeli z Robinsonovy teorie – jaké jsou nejčastější způsoby zahnání nudy ve škole (viz Teoretická část) a z výzkumů, které již byly uskutečněny, z předvýzkumu, který jsem prováděla na klubu a také z pozorování, nejčastějších aktivit klientů na klubu.

Možné odpovědi:

a) nijak

b) snažím se nějak zabavit – zaškrtni, co nejčastěji děláš (můžeš i více položek)

- jsem u počítače
- dívám se na televizi
- čtu si
- poslouchám hudbu
- spím, odpočívám
- s něčím si hraji
- něco ničím, trhám, mačkám...
- kreslím si
- někoho provokuji
- peru se, pošťuchuji
- tančím
- zpívám, hraji na hudební nástroj
- učím se
- sportuji
- jdu s někým ven
- zahraji si nějakou hru (karty)
- povídám si s někým
- napiji se alkoholu
- zahulím si
- dělám domácí práce
- sním, něco si představuji, přemýšlím
- dám si cigaretu
- něco jiného – napiš co:

Další otázka byla zaměřena na prožitek nudy, s čím je nejčastěji spojen: **Co pocítuješ, když se nudíš? (zakroužkuj i více možností)**. Při sepisování odpovědí jsem opět vycházela z předešlých výzkumů a z předvýzkumu prováděného na klubu. Možné odpovědi byly:

- smutek
- samotu
- otrávenost
- naštvanost
- ospalost, únavu
- prázdnotu
- vztek na sebe
- vztek na ostatní
- výzvu, že mám něco dělat
- něco jiného – napiš co:

Další dvě otázky jsou zaměřeny na zdroje nudy. U první je možno opět zaškrtnout i více odpovědí: **Proč myslíš, že se většinou nudíš ve svém volném čase? Uved' nejčastější důvody (i více):**

- Není co dělat
- Nechce se mi nic dělat
- Nemohu dělat to, co chci
- Musím dělat to, co nechci
- Chci něco dělat, ale nevím co.
- Jiný důvod – napiš:
- To, co mám dělat, mě nebaví.
- To, co mám dělat, se mi nechce dělat.
- Nemám s kým danou činnost dělat.

Druhá je pak otevřená a hledá zdroje, až „viníky“ nudy: **Kdo (nebo co) myslíš, že za nudu ve tvém volném čase vlastně může?** Otázky jsou schválně položeny takto za sebou. První by měla připravit myšlení k té druhé, zároveň v každé se ptáme na něco trochu odlišného, otázky by se tedy neměly dublovat.

Poslední otázka by měla zjišťovat to, jak by se dalo trávení volného času vylepšit, co by se dalo dělat na zmírnění nudy. **Co by se dalo na tvém volném čase vylepšit, aby ses například nenudil(a)?** Je to opět otázka uzavřená, aby nebránila respondentům v jakémkoliv pojetí této otázky

Administrace dotazníku v klubu

Dotazník byl v klubu distribuován postupně, tak jak klienti přicházeli. S jeho obsahem a důvodem jeho vyplňování byli seznámeni vždy jednotlivě. Né všichni oslovení klienti byli ochotni dotazník vyplnit. Ti kteří svolili, měli většinou největší obtíže s uchopením otevřených otázek. Odpovídali na ně neochotně, nechtělo se jim nic psát. Tyto otázky většinou doplnili za asistence pracovníka klubu, který zapsal jejich odpovědi.

Celkem bylo na klubu v průběhu dvou týdnů (10 pracovních dnů) vyplněno 30 dotazníků.

Administrace dotazníku na SŠ

Na začátku hodiny byli studenti seznámeni s obsahem dotazníku a důvodem jeho vyplňování. Byly jim popsány přesné instrukce pro jeho vyplnění. Byla zdůrazněna anonymita dotazníku. Na vyplnění měli studenti dvacet minut. Většina dotazníků byla vyplněna velmi svědomitě ve stanoveném čase. Celkově bylo vyplněno 50 dotazníků ve třech tříchách.

2.3.2. Zúčastněné pozorování

Tuto metodu jsme použili k dokreslení kontextu celého výzkumu. Zaměřili jsme se v ní především na trávení volného času klientů klubu, projevy nudy v jejich chování které byly pozorovány na klubu, nebo které nám svěžili v průběhu rozhovorů.

Pozice pozorovatele byla z prespektivy pracovníka , který je zapojen do celkového dění klubu. Tato pozice může ale přinášet určité zkreslení – klienti nám nemusí říkat všechno vždycky tak jak to ve skutečnosti bylo, mohou se před námi chovat odlišně, než když jsou ve společnosti pouze se svými vrstevníky atd. Tohoto rizika jsme si vědomi.

Pozorování klientů na klubu probíhalo dlouhodobě. Je to součást naší práce. Projevy nudy pozorujeme s kolegy na klubu dlouhou dobu, stejně jako se snažíme aktivně toto téma řešit.

2.4. Prezentace výsledků

2.4. 1. Otázka č. 1: Co tě napadne, když se řekne nuda? Co to podle tebe je?

Z odpovědí vyplývá, že nejčastěji respondenti popisují nudu jako situace, kdy tzv. „**není co dělat**“. *Když není co dělat. Čas, ve kterém není nic na práci. Není co dělat, nedostatek zájmu. Když má člověk prd na práci. Neschopnost využít okolní dění a své vlastní myšlenky. Nic nedělání, žádná akce, žádné mejdan.*

Někdy tuto podstatu nudy vztahovali respondenti přímo na svou osobu: *Třeba když sedím a nic nedělám. Nevím co dělat, nebaví mě to, prostě hrůza. Lenost k činnosti, která mě baví. Žádný nápad k nějaké činnosti.*

Někteří také zdůrazňují ještě důležitost svého vnitřního světa. Neodkazují tuto situaci pouze k vnějšímu okolí, ale mluví i o tom, že nejsou schopni se sami zabavit svými myšlenkami. *Neschopnost využít okolní dění a své vlastní myšlenky. Stav, kdy člověk nemůže ani spát, ani moc přemýšlet a nejrady by něco podnikl, ačkoliv je nudou unaven. Stav, kdy člověk dělá něco, co ho nebaví, nebo na to nemá náladu. Nebo je s někým nezajímavým, kdo ho energeticky vysává.*

Jde tedy o situace, které jsou nedostatečně stimulující, vyvolávají nespokojenost. Podobně je nuda definována i Vodanovitchem a Mikulasem (viz. výše).

Dále často respondenti zdůrazňují **sociální aspekt** ve vztahu k nudě. Nudu popisují jako situaci, kdy nemají někoho poblíž. S kým se bavit, s kým vytvářet nějakou činnost. *Nejsou kámoši. Nemáš co dělat, nemáš kamaráda, holku. Když se nemám s kým bavit.*

Často je také popis nudy spojen s **emocionálním prožitkem**, s negativním postojem respondentů k nudě: *Otravnost. Vopruz. Špatná nálada a kolektiv. Nuda je špatná věc. Blbé slovo. Odporná věc. Nuda je jedním z nejhorších slov co může být. Je to nic nedělání, přitom chci něco dělat, ale nejde to. Že se někdo nebaví, to je pro mě nuda.*

Mnoho odpovědí také zahrnovalo například jen slovo nuda, nebo nevím. V několika případech tato otázka nebyla dokonce vůbec zodpovězena.

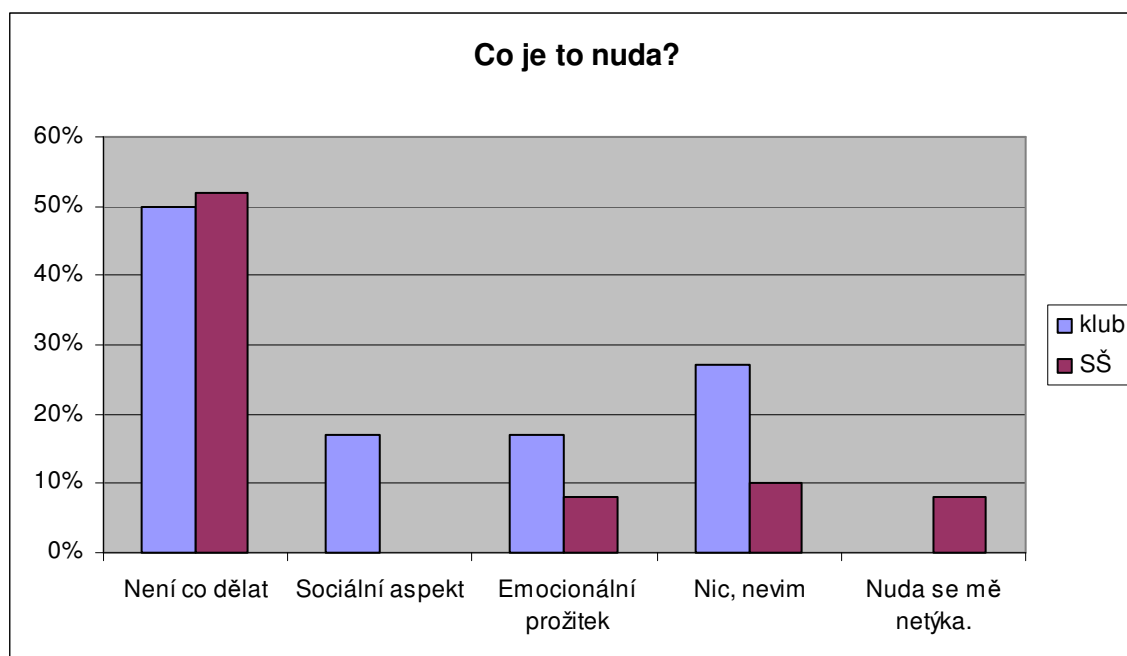
Několik respondentů také odpovídalo skrz to, že jich se nuda vlastně netýká: *Je mi líto lidí, co se nudí. Plode mě je vždy co dělat. Když člověk nemá co dělat, teda jestli to vůbec jde... když se nudím, tak se snad snažím něčím hned zabavit... ale spíš na to nemám vůbec čas. Nic, protože nudu neznám. Nevím, dlouho jsem se nenudil.*

Ještě je zde několik zcela originálních odpovědí, které nelze nikam zařadit: *Pro mě je nuda klid. Nudapláž.* Některé z odpovědí zahrnovali samozřejmě i více ze zmíněných kategorií.

Co je to nuda?	klub	SŠ
Není co dělat	50%	52%
Sociální aspekt	17%	0%
Emocionální prožitek	17%	8%
Nic, nevím	27%	10%
Nuda se mě netýká.	0%	8%

Tabulka č. 3. – Odpovědi na 1. otázku

Zajímavé je porovnání nejčastějších odpovědí u skupiny z klubu a kontrolní skupiny. U nejčastějšího druhu odpovědi, tedy že nuda je, když není co dělat, se obě skupiny četností téměř shodují (50 a 52%). V dalších odpovědích tomu tak již není. Například sociální aspekt zdůrazňuje pouze skupina respondentů z klubu a to dokonce 17%, zatímco druhá skupina tento aspekt nudy ve svých odpovědích vůbec nezmiňuje. Naopak to, že by se jich nuda vůbec netýkala, zmiňuje pouze kontrolní skupina, zatímco experimentální nic takového neudává. Také je značný rozdíl v množství popisů nudy skrze emocionální prožitek, kdy respondenti z klubu ho zmiňují v 17% odpovědí, zatímco respondenti ze SŠ pouze v 8%. Respondenti z klubu měli ovšem také větší potíže s odpovídáním na tuto otázku ve 27% neodpověděli nic, nebo že neví. Toto se stalo jen v 10% odpovědí u skupiny ze SŠ.



Graf č. 3. Co je to nuda – porovnání skupiny z klubu a skupiny ze SŠ

2.4.2. Otázka č. 2: Jak často se nudíš ve svém volném čase (mimo školu, práci)?

V této otázce měli respondenti vybrat jednu z jim nejbližších možností:

- f) nikdy se nenudím
- g) spíše se nenudím
- h) někdy se nudím
- i) často se nudím
- j) nudím se skoro pořád

Skupina respondentů z klubu – muži, ženy:

V tabulce vidíme, že muži uváděli vyšší frekvenci nudy, než ženy. Ve více než polovině případů uvádí, že se ve svém volném čase nudí často, nebo dokonce skoro pořád. Ani jeden muž neodpověděl, že by se ve svém volném čase nikdy nenudil. Celkově pak nejvíce respondentů odpovědělo, že se nudí někdy.

odpověď	muži	ženy	celkem
Nikdy se nenudím	0%	7%	3%
Spíše se nenudím	7%	7%	7%
Někdy se nudím	40%	47%	43%
Často se nudím	13%	20%	17%
Nudím se skoro pořád	40%	20%	30%

Tabulka č. 4. – Frekvence nudy ve volném čase, skupina respondentů z klubu

Kontrolní skupina – muži, ženy:

Žádná z žen v kontrolní skupině neuvádí, že by se ve svém volném čase nudila často a nebo pořád. Na druhou stranu mnohem více mužů (26%) uvádí, že se nenudí nikdy. Toto uvádí pouze 9% žen. Opět nejvíce respondentů odpovědělo, že se nudí někdy.

odpověď	muži	ženy	celkem
Nikdy se nenudím	26%	9%	20%
Spíše se nenudím	41%	30%	36%
Někdy se nudím	26%	61%	43%
Často se nudím	0%	0%	0%
Nudím se skoro pořád	7%	0%	4%

Tabulka č. 5. – Frekvence nudy ve volném čase, skupina respondentů ze SŠ

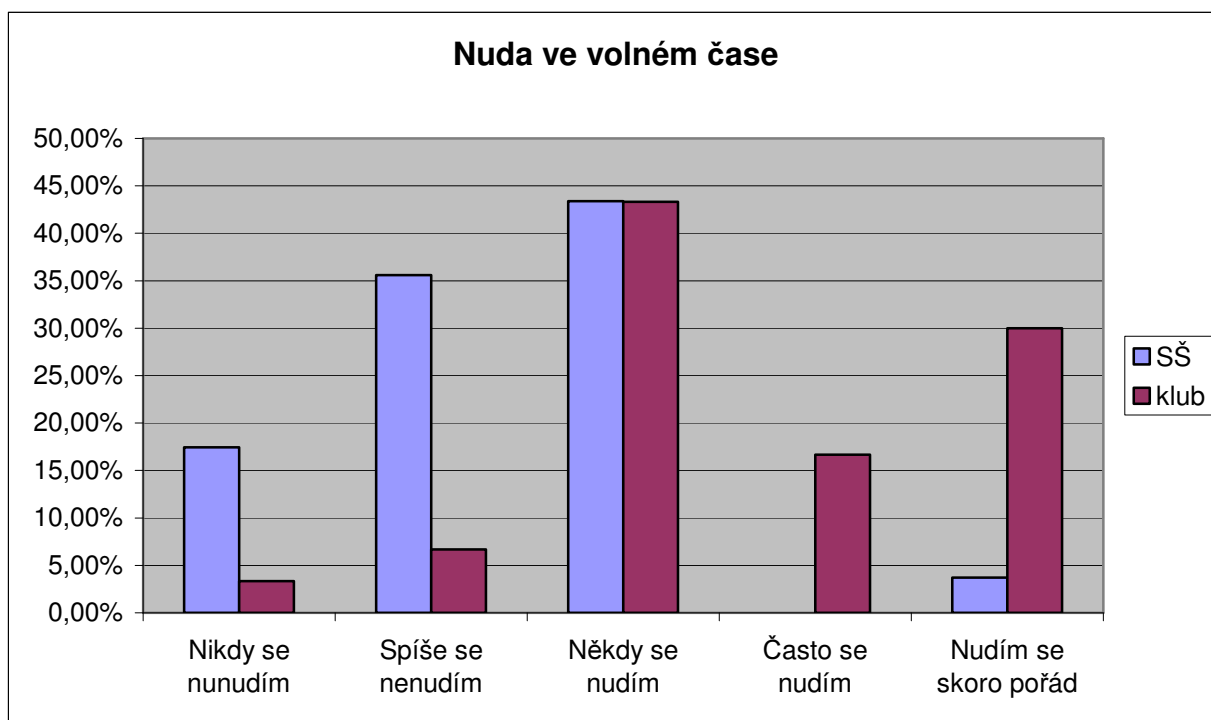
Nuda ve volném čase – skupina z klubu, skupina ze SŠ:

Mnohem větší četnost pocitů nudy ve volném čase udávala skupina respondentů z klubu. Dokonce 30% jich uvedlo, že se nudí skoro pořád. V kontrolní skupině ze SŠ toto uvedla pouze 4% respondentů. To, že se ve svém čase nikdy nenudí, nebo spíše se nenudí, uvádí více jak polovina respondentů z kontrolního vzorku, ale pouze 10% klientů klubu. Shodují se pouze ve střední úrovni, kde to, že se nudí někdy, uvádí vždy 43% respondentů z obou vzorků.

Velikost rozdílů v pocíťované nudě ve volném čase můžeme dobře vidět grafu č. 4.

odpověď	Skupina z klubu	skupina ze SŠ	celkem
Nikdy se nenudím	3%	20%	10%
Spíše se nenudím	7%	36%	21%
Někdy se nudím	43%	43%	43%
Často se nudím	17%	0%	8%
Nudím se skoro pořád	30%	4%	17%

Tabulka č. 6. – Frekvence nudy ve volném čase srovnání skupiny z klubu a skupiny ze SŠ



Graf č. 4. – Frekvence nudy ve volném čase srovnání skupiny z klubu a skupiny ze SŠ

2. 4. 3. Otázka č. 3. Jak často se nudíš (nebo jsi se nudil) ve škole?

V této otázce měli respondenti vybrat jednu z jim nejbližších možností:

- a) nikdy se nenudím
- b) spíše se nenudím
- c) někdy se nudím
- d) často se nudím
- e) nudím se skoro pořád

Skupina respondentů z klubu – muži, ženy:

Jak je patrné v tabulce, i ve škole uvádí muži větší frekvenci pocíťované nudy než ženy. Více jak polovina žen uvádí, že se ve škole spíše nenudí, 27% se pak ve škole dokonce nikdy nenudí. Pouze 7% žen udává, že se ve škole nudí často. Zajímavé je, že nikdo, ani ženy, ani muži, neuvádí, že by se ve škole nudili skoro pořád.

odpověď	muži	ženy	celkem
Nikdy se nenudím	20%	27%	23%
Spíše se nenudím	33%	53%	43%
Někdy se nudím	27%	13%	20%
Často se nudím	20%	7%	13%
Nudím se skoro pořád	0%	0%	0%

Tabulka č. 7. – Frekvence nudy ve škole, skupina z klubu

Kontrolní skupina – muži, ženy:

Zde opět větší frekvenci nudy ve škole uvádí muži. Třetina mužů udává, že se nudí skoro pořád, téměř polovina pak uvádí, že se nudí často, nebo alespoň někdy. Na druhou stranu, žádná z žen neuváděla, že by se nikdy nenudila, což uvedlo 7,4% mužů.

odpověď	muži	ženy	celkem
Nikdy se nenudím	7%	0%	4%
Spíše se nenudím	11%	10%	10%
Někdy se nudím	26%	43%	34%
Často se nudím	22%	36%	28%
Nudím se skoro pořád	33%	14%	24%

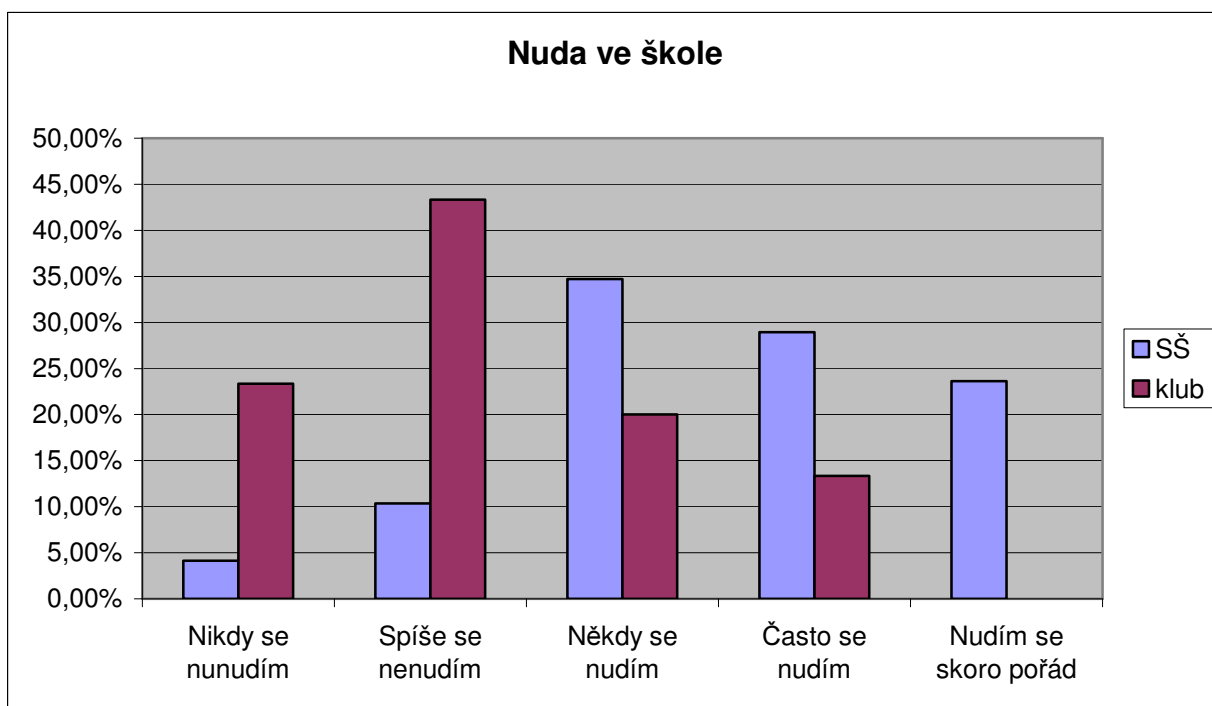
Tabulka č. 8. – Frekvence nudy ve škole, skupina ze SŠ

Nuda ve škole, porovnání – skupina z klubu, skupina ze SŠ:

Zajímavé je porovnání kontrolní a experimentální skupiny. Mnohem větší nudu ve škole uvádí kontrolní skupina, tedy studenti SŠ. Téměř čtvrtina skupiny respondentů z klubu, uvádí, že se ve škole nikdy nenudí (nebo nenudila). Nikdo z této skupiny neuvádí, že by se ve škole nudil skoro pořád. Naproti tomu jen 4% respondentů z SŠ souhlasí s tím, že se ve škole nikdy nenudí. Více jak polovina z nich dále zaškrtnla, že se ve škole nudí často a nebo skoro pořád.

otázka	skupina z klubu	skupina ze SŠ	celkem
Nikdy se nenudím	23%	4%	14%
Spíše se nenudím	43%	10%	27%
Někdy se nudím	20%	35%	27%
Často se nudím	13%	29%	21%
Nudím se skoro pořád	0%	24%	12%

Tabulka č. 9. – Frekvence nudy ve škole, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání



Graf č. 5. – Frekvence nudy ve škole, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání

2.4.4. Otázka č. 4. Jak na nudu reaguješ?

Skupina respondentů z klubu:

Jako nejčastější aktivitu, kterou reagují na nudu, uvádějí respondenti z klubu „jít s někým ven“. Uvádí do to 73% mužů a dokonce 87% žen. Druhá nejběžnější aktivita je poslouchání hudby (73% dotázaných). Další častou aktivitou je pak počítač, u kterého se nudu snaží zahnat 57% respondentů. Z toho většina mužů (73%), žen pak značně méně (40%). Také kouření, je velice časté (47% u obou pohlaví), což je v souvislosti s faktem, že ne každý respondent musí být kuřák, poměrně vysoké číslo. Zajímavé je také vysoký podíl dělání domácích prací z nudy (40% u obou pohlaví). Dále tu máme pití alkoholu, kreslení, sledování televize, povídání si s někým, sport, odpočinek atd. (viz tabulka).

Podstatné rozdíly mezi pohlavím jsou vidět, kromě již výše zmíněných, v sledování TV (o 20% více mužů), odpočinek (o 20% více ženy), hraní si s něčím z nudy (rozdíl více než 30%), sport, který jasně upřednostňují muži (uvádí ho 60% mužů a pouze 7% žen).

Zajímavý je značně vyšší počet agresivního chování, jako reakce na nudu u mužů. Můžeme sem počítat např. ničení, trhání mačkání (muži 33%, ženy 13%), někoho provokovat (muži 40%, ženy 20%), prát se s někým, pošťuchovat se (muži 33%, ženy 7%).

Jeden z respondentů, využil možnost přidání vlastní odpovědi: *Když se nudím, tak si jdu zaskákat, nebo píšu texty*. Myšleno tím, jít si zaskákat parkour (překonávání překážek v městských ulicích), který můžeme zařadit mezi sporty (tuto odpověď také respondent označil) a psát texty pro beat box.

aktivita	muži	ženy	celkem
jsem u počítače	73%	40%	57%
dívám se na televizi	47%	27%	37%
čtu si	13%	20%	17%
poslouchám hudbu	67%	80%	73%
spím, odpočívám	20%	40%	30%
s něčím si hraji	40%	67%	23%
něco ničím, trhám, mačkám...	33%	13%	23%
kreslím si	47%	40%	43%
někoho provokuji	40%	20%	30%
peru se, pošťuchuji	33%	67%	20%
tančím	13%	20%	17%
zpívám, hraji na hudební nástroj	20%	13%	17%
učím se	20%	67%	13%
sportuji	60%	67%	33%
jdu s někým ven	73%	87%	80%
zahraji si nějakou hru	40%	27%	33%
povídám si s někým	47%	26%	36%
napiji se alkoholu	47%	33%	40%
zahulím si	27%	40%	33%
dělám domácí práce	40%	40%	40%
sním, něco si představuji, přemýšlím	20%	13%	17%
dám si cigaretu	47%	47%	47%

Tabulka č. 10 – reakce na nudu, skupina z klubu

Skupina respondentů ze SŠ:

U této skupiny respondentů se na prvním místě aktivit, kterými zahánějí nudu, objevila práce na počítači. Dominantní je to především u mužů (93%). Veliké rozdíly mezi pohlavím můžeme spatřovat v poslechu hudby, kdy touto činností zahání nudu 82% mužů a pouze 48% žen, dále pak v spaní, odpočinku – téměř 60% mužů a o 20% méně žen.

Opět můžeme větší tendence k agresivnímu chování u mužů, spíše než u žen. Praní, pošťuchování - 19% mužů, o 10% méně žen, ničení, trhání mačkání – stejné výsledky. Také u sportu se nám projevuje podobná tendence jako u předchozí skupiny, kdy se mu mnohem více věnují muži (muži - 56%, ženy - 22%). Také zahánění nudy alkoholem, nebo „hulením“ je do značné míry vyšší u mužů než u žen. Zajímavé je, že domácím pracem se věnují shodně muži i ženy (4%).

Jeden z respondentů využil možnosti vlastní odpovědi, která zněla: *sex*.

aktivita	muži	ženy	celkem
jsem u počítače	93%	78%	86%
dívám se na televizi	52%	65%	58%
čtu si	33%	30%	32%
poslouchám hudbu	81%	48%	66%
spím, odpočívám	59%	39%	50%
s něčím si hraji	22%	17%	20%
něco ničím, trhám, mačkám...	19%	9%	14%
kreslím si	22%	30%	26%
někoho provokuji	41%	39%	40%
peru se, pošťuchuji	19%	9%	14%
tančím	15%	17%	16%
zpívám, hraji na hudební nástroj	26%	13%	20%
učím se	7%	13%	10%
sportuji	56%	22%	40%
jdu s někým ven	67%	65%	66%
zahraj si nějakou hru	19%	13%	16%
povídám si s někým	19%	26%	22%
napiji se alkoholu	44%	17%	32%
zahulím si	22%	4%	14%
dělám domácí práce	4%	4%	4%
sním, něco si představuji, přemýšlím	11%	22%	16%
dám si cigaretu	56%	43%	50%

Tabulka č. 11. – reakce na nudu, skupina ze SŠ

Skupina respondentů z klubu a ze SŠ – porovnání:

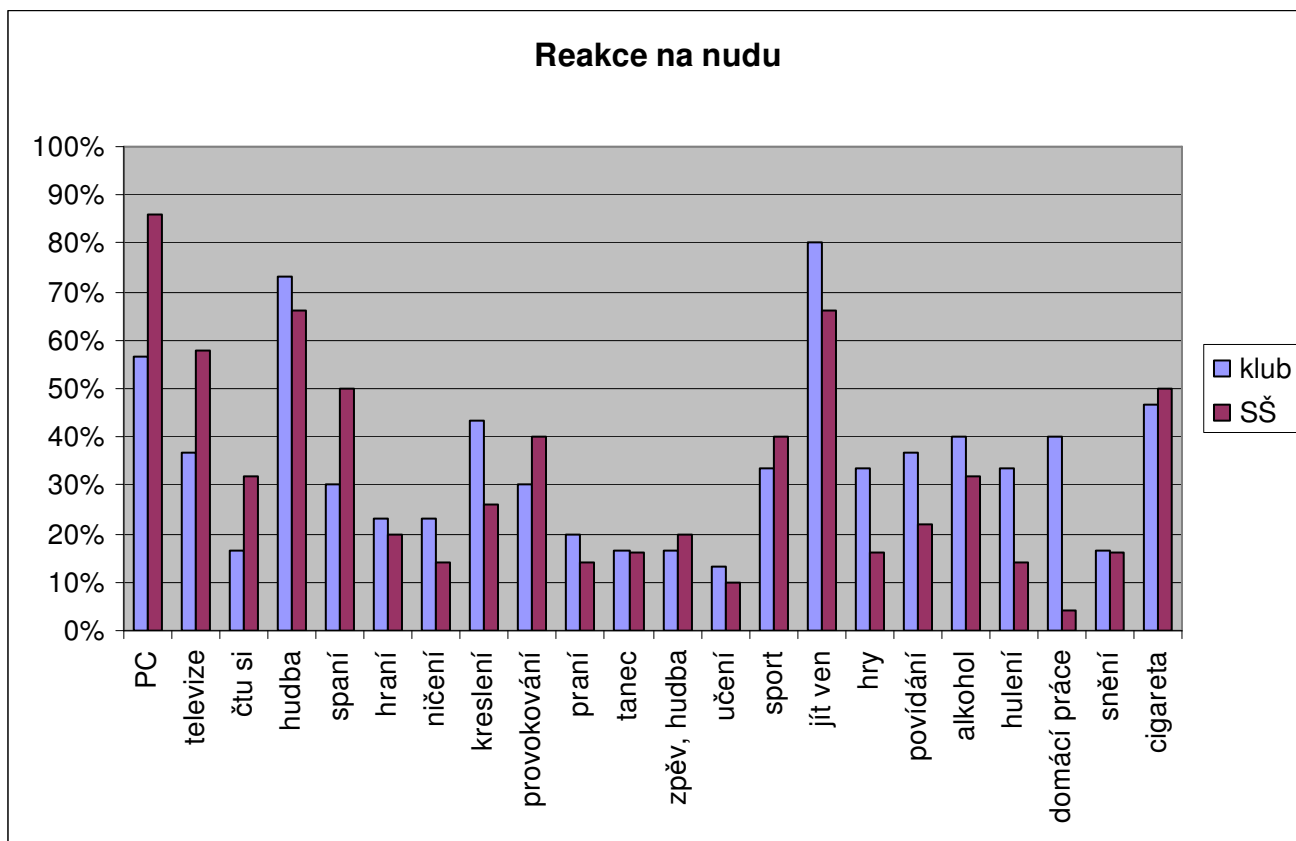
Velké rozdíly v množství jednotlivých odpovědí se objevily u položky „domácí práce“, kdy 40% respondentů z klubu uvádí, že zahání nudu tímto způsobem. V druhé skupině, to jsou pouhá 4%. Zajímavé je, že tato položka je u obou skupin rozdělena rovnoměrně mezi obě pohlaví

U skupiny z klubu je také větší počet odpovědí, které se váží na sociální interakci. Položku „jdu s někým ven“ zatrhllo 80% klientů klubu, u studentů SŠ to bylo o 14% méně. Dále pak „povídat si s někým“ zaškrtnulo o 15% více respondentů z klubu než ze SŠ.

Větší tendenci k zahánění nudy některým z rizikových chování (praní s někým, užívání alkoholu nebo marihuany) je opět vyšší u klientů klubu než u kontrolní skupiny. Naproti tomu, kouření cigaret z nudy je o něco běžnější u studentů SŠ.

U klientů klubu je také oblíbenější hraní deskových her na zahánění nudy, kreslení, poslech hudby, ničení věcí a učení. Naproti tomu, běžnější u skupiny ze SŠ je především zabavení se u počítače, nebo u televize. Dále pak se snaží častěji zahnat nudu spánkem, čtením, sportem nebo provokacemi ostatních.

Nejpodobnějších výsledků získaly obě skupiny u hraní si z nudy, tance a již zmíněného kouření cigaret, kterému se věnuje z nudy téměř polovina všech respondentů.



Graf č. 6 – porovnání skupiny z klubu a skupiny ze SŠ

aktivita	skupina z klubu	skupina ze SŠ	celkem
jsem u počítače	57%	86%	75%
dívám se na televizi	37%	58%	50%
čtu si	17%	32%	26%
poslouchám hudbu	73%	66%	69%
spím, odpočívám	30%	50%	43%
s někým si hraji	23%	20%	21%
něco ničím, trhám, mačkám...	23%	14%	18%
kreslím si	43%	26%	33%
někoho provokuji	30%	40%	36%
peru se, pošťuchuji	20%	14%	16%
tančím	17%	16%	16%
zpívám, hraji na hudební nástroj	17%	20%	19%
učím se	13%	10%	11%
sportuji	33%	40%	38%
jdu s někým ven	80%	66%	71%
zahraji si nějakou hru	33%	16%	23%
povídám si s někým	37%	22%	28%
napiji se alkoholu	40%	32%	35%
zahulím si	33%	14%	21%
dělám domácí práce	40%	4%	18%
sním, něco si představuji, přemýšlím	17%	16%	16%
dám si cigaretu	47%	50%	49%

Tabulka č. 12. – porovnání skupiny z klubu a skupiny ze SŠ

2.4.5. Otázka č. 5. Co pocit'uješ, když se nudíš?

Skupina respondentů z klubu:

U této skupiny domunují při nudě pocity jako otrávenost, únava, samota, našťvanost a smutek. O něco méně je zde pak zastoupena prázdnota, vztek na sebe, vztek na ostatní, nebo výzva, že mají něco dělat.

V odpovědích na tuto otázku, u respondentů z klubu, nelze pozorovat příliš vleké rozdíly mezi výsledky mužů a žen. Největší rozdíl je patrný u položky prázdnota, kterou zahrlo 27% mužů, ale pouze 7% žen, podobně je tomu i u vzteku na ostatní i našťvanosti, která také dominuje u mužů. Dále je viditelný rozdíl u únavy, nebo vzteku na sebe, které pocit'ují naopak více ženy.

odpověď	muži	ženy	celkem klub
smutek	33%	27%	30%
samota	40%	40%	40%
otrávenost	40%	47%	43%
našťvanost	40%	27%	33%
únava	33%	53%	43%
prázdnota	27%	7%	17%
vztek na sebe	7%	13%	10%
vztek na ostatní	20%	7%	13%
výzvu	13%	13%	13%

Tabulka č. 13. – pocity při nudě, skupina z klubu

Skupina respondentů ze SŠ:

V této skupině jasně převládá při nudě pocit otrávenosti, který je silněji pocit'ován u žen (ženy – 91%, muži 63%). Další viditelný rozdíl mezi pohlavími je výrazný snad jen ještě u pocitu prázdnoty, který také uvádějí častěji ženy a vzteku na ostatní, který zase více pocit'ují muži. Jinak jsou rozdíly zanedbatelné.

odpověď	muži	ženy	celkem SŠ
smutek	11%	17%	14%
samota	30%	35%	32%
otrávenost	63%	91%	76%
našťvanost	19%	22%	20%
únava	52%	57%	54%
prázdnota	11%	17%	14%
vztek na sebe	4%	0%	2%
vztek na ostatní	15%	9%	12%
výzvu	41%	39%	40%

Tabulka č. 14. – pocity při nudě, skupina ze SŠ

Skupina respondentů z klubu a ze SŠ – porovnání:

Rozdíly mezi skupinami respondentů z klubu a ze SŠ jsou již dominantnější než mezi ženami a muži. Podstatně více pociťují respondenti z klubu pocity smutku, samoty, nebo našťvanosti.

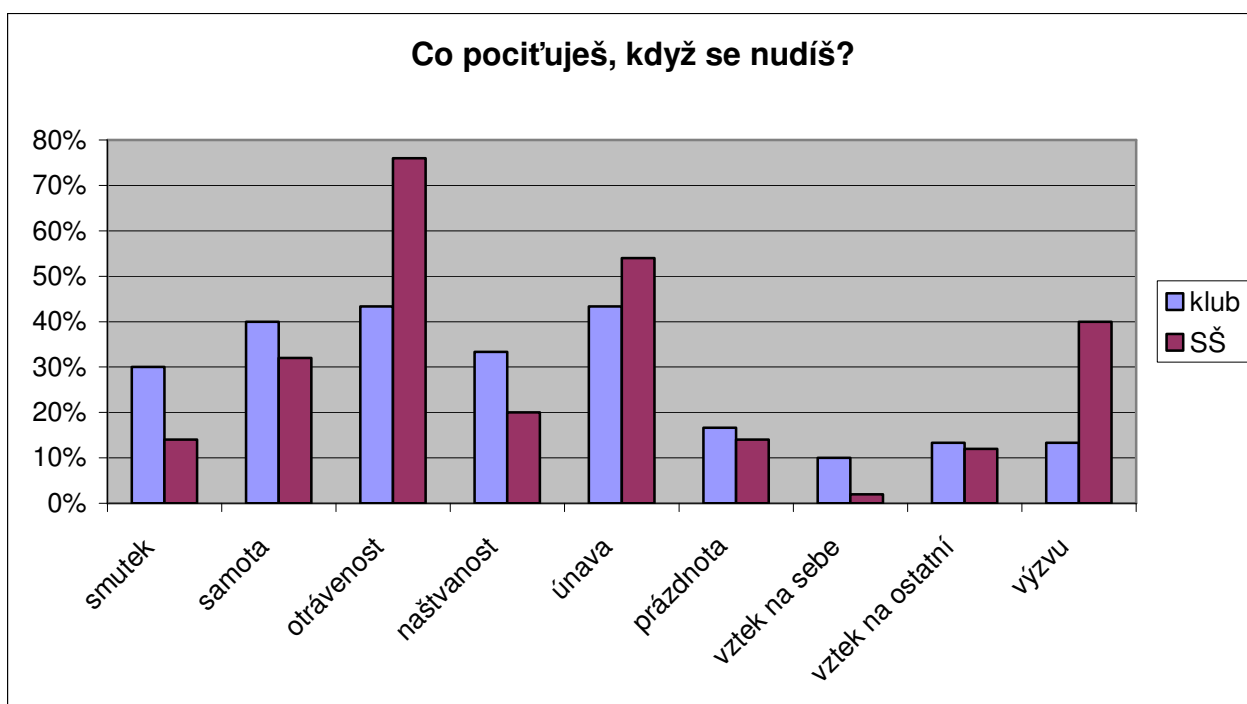
Také udávají ve větší míře ve chvílích nudy pociťují vztek na sebe.

Naopak skupina ze SŠ uvádí daleko častěji pocit otrávenosti a tendence pociťovat výzvu, k tomu aby něco dělali, když se nudí. Také častěji označili položku „únava“.

Vyrovnané jsou obě skupiny v pociťování prázdnoty a vzteku na ostatní.

odpověď	klub	SŠ	celkem
smutek	30%	14%	20%
samota	40%	32%	35%
otrávenost	43%	76%	64%
našťvanost	33%	20%	25%
únava	43%	54%	50%
prázdnota	17%	14%	15%
vztek na sebe	10%	2%	5%
vztek na ostatní	13%	12%	13%
výzvu	13%	40%	30%

Tabulka č. 15. – pocity při nudě, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání



Graf č. 7. – pocity při nudě, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání

2.4.6. Otázka č. 6. Proč myslíš, že se většinou nudíš ve svém volném čase?

Skupina z klubu

Největší množství respondentů z této skupiny udává, že se většinou nudí protože „není co dělat“. S tím se stotožňuje 80% mužů a 53% žen.

Muži také častěji mají pocit, že nemohou dělat, to co chtějí (60%) nebo musí dělat to, co nechtějí (27%). V obou případech tuto odpověď zaškrtno pouze 7% žen. Muži také častěji chtějí něco dělat, ale neví co. Ženám se naopak mnohem častěji nechce nic dělat, nebo se jim nechce dělat činnost, kterou mají dělat. Pouze muži uvádí (13%), že se nudí, protože nemají s kým danou činnost dělat. Žádná z žen tuto možnost neoznačila.

odpověď	muži	ženy	Klub celkem
Není co dělat.	80%	53%	67%
Nechce se mi nic dělat.	7%	60%	33%
Nemohu dělat to co chci.	60%	7%	33%
Musím dělat to co nechci.	27%	7%	17%
Chci něco dělat, ale nevím co.	53%	20%	37%
To co mám dělat mě nebaví.	13%	7%	10%
To co mám dělat se mi nechce dělat.	20%	33%	27%
Nemám s kým danou činnost dělat.	13%	0%	7%

Tabulka č. 16. – příčiny nudy, skupina z klubu

Skupina ze SŠ

Tato skupina vykazuje značně menší rozdíly v odpovědích mužů a žen, než skupina respondentů z klubu. Podstatné rozdíly můžeme spatřovat u odpovědi: Chci něco dělat, ale nevím co., kterou častěji zvolili muži, stejně jako to, že se nudí, protože nemají s kým danou činnost dělat. Ženy zase častěji nebaví, to co mají dělat.

odpověď	muži	ženy	SŠ celkem
Není co dělat.	59%	52%	56%
Nechce se mi nic dělat.	30%	43%	36%
Nemohu dělat to co chci.	19%	26%	22%
Musím dělat to co nechci.	33%	26%	30%
Chci něco dělat, ale nevím co.	52%	30%	42%
To co mám dělat mě nebaví.	15%	30%	22%
To co mám dělat se mi nechce dělat.	22%	22%	22%
Nemám s kým danou činnost dělat.	44%	26%	36%

Tabulka č. 17. – příčiny nudy, skupina ze SŠ

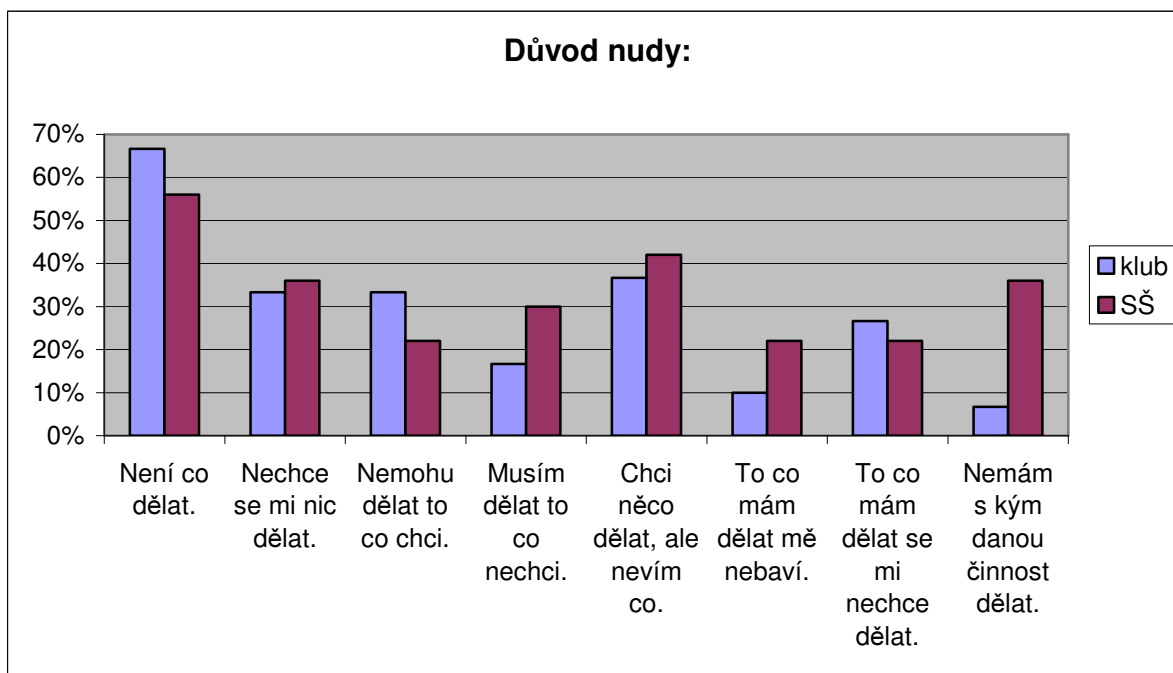
Skupina respondentů z klubu a ze SŠ – porovnání:

Obě skupiny se shodují v tom, že se nejčastěji nudí, protože není co dělat. Druhá nejčastější odpověď byla, že chtějí něco dělat, ale neví co. Třetí, že se jim nechce nic dělat a čtvrtá, že to co mají dělat, se jim nechce dělat. Na tomto pořadí se obě skupiny shodly.

Respondenti z klubu se častěji potýkají s tím, že nemohou dělat, to co chtějí a proto se nudí. Respondenti z druhé skupiny zase mnohem častěji musí dělat to, co nechtějí, nebo je nebaví to, co mají dělat. Největší rozdíl je pak u poslední odpovědi: Nemám s kým danou činnost dělat, kterou mnohem častěji volila skupina ze SŠ (36%), než skupina z klubu (7%).

odpověď	skupina z klubu	skupina ze SŠ	celkem
Není co dělat.	67%	56%	60%
Nechce se mi nic dělat.	33%	36%	35%
Nemohu dělat to co chci.	33%	22%	26%
Musím dělat to co nechci.	17%	30%	25%
Chci něco dělat, ale nevím co.	37%	42%	40%
To co mám dělat mě nebaví.	10%	22%	18%
To co mám dělat se mi nechce dělat.	27%	22%	24%
Nemám s kým danou činnost dělat.	7%	36%	25%

Tabulka č. 18. – příčiny nudy, skupina z klubu a skupina ze SŠ – porovnání



Graf č. 8. – příčiny nudy, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání

2.4.7. Otázka č. 7. Kdo (nebo co) myslíš že za nudu ve tvém volném čase vlastně může?

Odpovědi na tuto otázku, se dají řadit do několika kategorií. Nejčastější respondenti obou skupin odpovídali, že za nudu mohou oni sami, tedy **JÁ**. Např.: *Já – když mám nervy a nemám náladu. Nikdo, já sám!!! Já, mou neaktivitou vhodnou ke 21. století.*

Pak zde často jako původce nudy jsou označováni **ostatní**, tedy lidé z okolí (rodiče, kamarádi, učitelé...). Jsou to odpovědi typu: *Kamarádi a hlavně rodina. Lidi ze školy. Třičtvrtě mé nudné a hloupé, zlé třídy.*

Dalším zdroji nudy, o kterém se klienti zmiňují mohou být nějaké **vnější podmínky nebo stav**, který oni sami jen těžko ovlivní, jako počasí, okolí atd. Např.: *Asi okolí a počasí. Nálada. Únava.*

Sem bychom mohli zařadi i podkategorie **nedostatek peněz** (např.: *Málo peněz. Peníze.*) a **nedostatek sociálních kontaktů** (např.: *Málo kamarádů. To, že nemám žádné kámoše. Nejsou lidi. Že lidi nemají čas.*)

Dále je zde několikrát k této otázce uvedeno, že se respondent vůbec **nenudí**. Např.: *Ve volném čase se nenudím, vždy se dá nějak zabavit.* Častá je také odpověď „**nevím**“, nebo odpověď zcela scházela.

Další, kdo je uvádět jako původce nudy, jsou **nadpřirozené síly**, jsou však zmiňovány pouze ojedinele. Jsou to odpovědi např.: *Kouzla a čáry.* nebo *Bůh*. Sem bychom mohli zařadit asi i odpověď: *Nikdo, prostě je.*

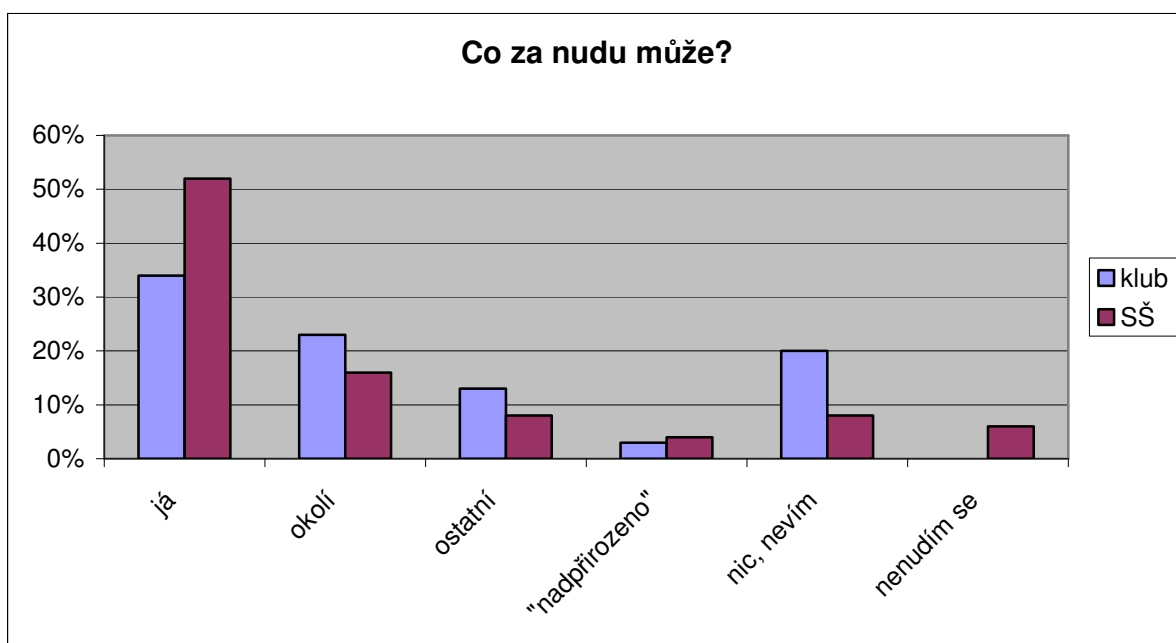
V některých odpovědích se může vyskytovat i více z výše zmíněných kategorií. Např.: *Bud' nějaká osoba, nebo já sama.*

odpověď	klub	SŠ
já	34%	52%
okolí	23%	16%
ostatní	13%	8%
"nadpřirozeno"	3%	4%
nic, nevím	20%	8%
nenudím se	0%	6%

Tabulka č. 19. – Kdo (co) může za nudu ve volném čase, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání

Porovnání – skupina z klubu a skupina ze SŠ:

Mnohem více respondentů ze SŠ uznává, že si za nudu mohou oni sami (52%), takto odpovědělo pouze 34% respondentů z klubu, ale přesto je to i v této skupině nejčastější odpověď. Skupina z klubu častěji přisuzovala nezdravou odpovědnost za nudu okolním vlivům, nebo ostatním lidem z jejich okolí. Také u nich byla častější odpověď „nevím“, nebo dokonce řádná. Zmínka o to, že by se respondent vůbec nenudil byla přítomna pouze u skupiny ze SŠ (6%), u skupiny z klubu nikdo z respondentů nic podobného nevedl.



Graf č. 9. – Kdo (co) může za nudu ve volném čase, skupina z klubu a skupina ze SŠ - porovnání

2.4.8. Otázka č. 8. Co by se dalo na tvém volném čase vylepšit, abys ses například nenudil(a)?

Odpovědi na tuto otázku jsme si rozřadili do několika kategorií:

Návrhy na to, jak se **zabavit**, nabídka různých aktivit, kterým by se respondenti ve svém volném čase rádi věnovali. Např.: *Zahrát si něco. Zahraju si nějakou hru, např. fotbal, pinpong... Najít si koníček.* Jako samostatná kategorie by zde mohlo být uvedeno zabavení se na **počítači**, protože je zde uváděno velice často: *Hrát na PSP. Víc PC.*

Jako prostředek vylepšení volného času jsou zde také často uváděny **peníze**: *Mít více peněz. Víc love, lidí kolem. Že bych měla prostředky neustále cestovat, to bych se nikdy nenudila.* Nebo nějaká materiální věc: *Chtěl bych mít motorku.*

Jako další návrh je zde často uváděno: „**Více volného času**“. Např.: *Nechodit do školy, abych pak v ní nebyla unuděná a otrávená, abych pak ještě měla náladu něco dělat. Víc volného času.*

Další kategorie by se mohla nazývat „**nic bych neměnil(a)**“. Respondenti nechtějí měnit nic na svém volném čase, vyhovuje jim tak jak je. *Já jsem spokojenej tak jak to je. Nic, protože se nenudim. Když je nuda, tak si vlastně i odpočinu, takže je někdy potřeba.*

Několik respondentů se zamýšlí nad tím, že by jim proti nudě pomohl **strukturace času**. *Plánovat si věci dopředu, týden nejmíň! Program na den – pevný režim.*

Zbytek tvoří odpovědi „**nevím**“ a nevyplněné odpovědi.

Výše zmiňované kategorie se opět mohou vyskytovat v jedné odpovědi pohromadě.

odpověď	klub	SŠ
různé aktivity	37%	18%
víc kamarádů	7%	0%
peníze	7%	20%
více volného času	0%	10%
nic bych neměnil(a)	7%	24%
strukturace času	0%	4%
nevím	37%	12%

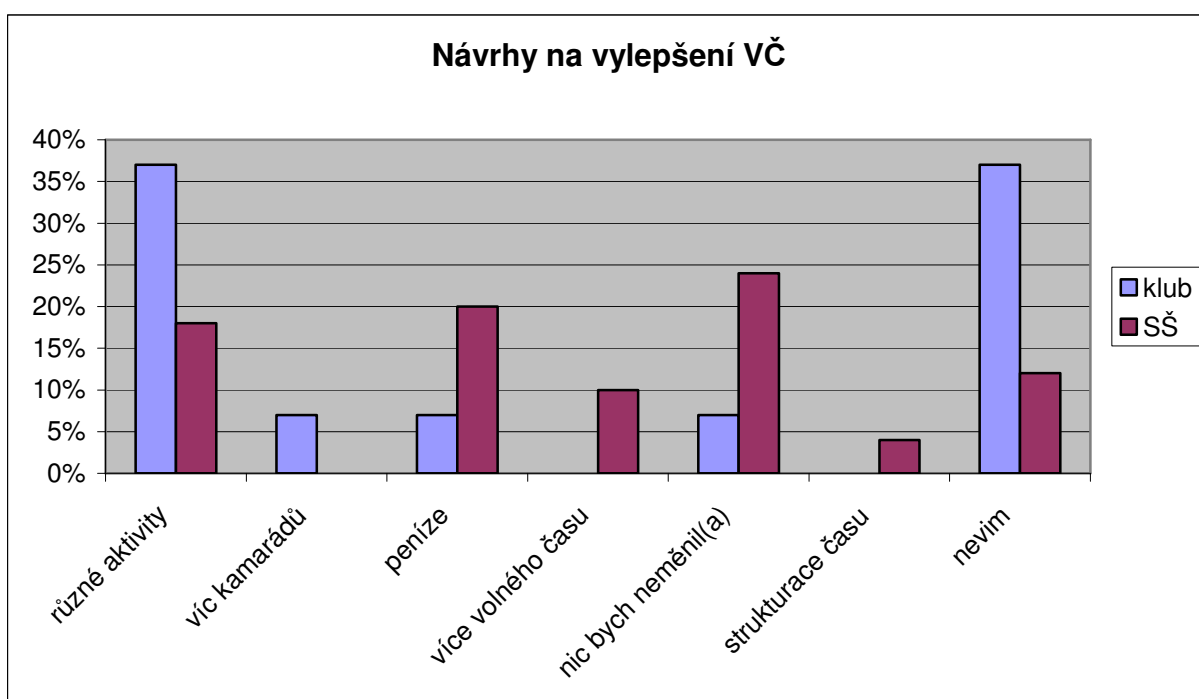
Tabulka č. 20. – Co by se dalo ve volném čase vylepšit, skupina z klubu a skupina ze SŠ - provnání

Porovnání rozdílů – skupina z klubu a skupina ze SŠ:

Skupina z klubu udává mnohem více konkrétních návrhů pro „vylepšení“ jejich volného času, než skupina ze SŠ, která zase častěji udává, že by na svém volném čase nic neměnila (24%). Nedostatek kamarádů ve volném čase udává pouze skupina z klubu, skupina ze SŠ zdůrazňuje potřebu více peněz, pro zkvalitnění jejich volného času (20%). Peníze ve své odpovědi zmiňuje pouze 7% respondentů z klubu.

Několik respondentů ze SŠ také zmiňuje větší potřebu volného času a potřebu jeho strukturace. Nic podobného nikdo ze skupiny z klubu nezmiňuje.

Mnohem větší počte respondentů z klubu, než ze SŠ na otázku vůbec neodpovědělo, nebo odpovídali „nevím“ (37%).



Graf č. 10. – Co by se dalo ve volném čase vylepšit, skupina z klubu a skupina ze SŠ - provnání

Diskuze

Jak bylo zjištěno na základě výzkumných dat, nejčastěji adolescenti popisují nudu jako situaci (stav), „kdy není co dělat“, kdy se nemůžou zabavit „ničím z okolí“, ale ani „vlastními myšlenkami“. Jedná se tedy o nedostatečně stimulující situaci, která vyvolává určitou nespokojenost. Podobně definují nudu i Mikulas a Vodanovich (1993). Tento pohled na nudu se shoduje i s výsledky výzkumů prováděných na Pedagogické fakultě UK v dřívějších letech, kdy žáci nudu popisovali jako situaci, kdy se nudí („Když nemám co dělat“).

Tento pohled na nudu převažoval v obou skupinách respondentů (z klubu i ze SŠ) a dosáhl u obou skupin podobného výsledku (cca 50%).

Kde můžeme spatřovat velké rozdíly v odpovědích obou skupin, je silnější zdůrazňování sociálního aspektu v souvislosti s nudou, respondenty z klubu. Často udávají, že se nudí, když není nikdo poblíž, není se s kým bavit. Tento aspekt je viditelný u popisování nudy, ale i v jiných otázkách, kde se projevuje velká důležitost sociálních kontaktů u skupiny z klubu. Mezi jednotlivými reakcemi na nudu častěji uváděli aktivity spojené s přítomností druhého (povídání si, deskové hry, chození ven...) než kontrolní skupina. Také během nudy pociťují častěji samotu a dávají častěji za vinu okolí, že se nudí, než skupina ze SŠ. Na otázku jak by se dal vylepšit jejich volný čas, 7% respondentů z klubu odpovědělo, že větším počtem kamarádů. Z druhé skupiny nikdo něco takového nezmínil. V průběhu pozorování jsme si všimli, že skoro veškerý svůj volný čas tráví ve společnosti (většinou v partě). Když jsou sami, nejsou schopni se zabavit, vyhledávají něčí přítomnost (například alespoň přes počítač, kde mohou chatovat). Tendence trávit volný čas s někým (především pak s přáteli) ale převládá i u ostatních mladých lidí, jak nám ukazuje výzkum Štursově a Bocana (2006), kde 72% adolescentů udává, že tráví často volný čas s přáteli a pouze 20%, že často tráví svůj volný čas o samotě. Přesto náš výzkum naznačuje, že tendence neschopnosti zabavit se ve svém volném čase bez ostatních, je u skupiny z klubu o něco silnější.

Výsledky z dotazníkového šetření podpořili naši myšlenku, že se klienti klubu ve svém volném čase nudí více než ostatní. Na druhou stranu, jsme byli překvapeni tím, že mnohem méně často zažívali nudu ve škole, než respondenti ze SŠ. Nepotvrdil se tedy náš předpoklad, že kdo se více nudí ve škole, bude zřejmě více pociťovat i nudu ve svém volném čase a naopak. Z dlouhodobého pozorování usuzujeme, že respondenti z klubu sice příliš často do školy nechodí, brzy ukončují svou vzdělávací dráhu (většinou již po dosažení ZŠ vzdělání), ale svoje pobývání v ní hodnotí kladně z hlediska nudy: „Ve škole se vždycky něco děje.“ Je

zde naplňována jejich potřeba externí stimulace, jsou zde nastaveny jasné hranice a mantinely, jasná časová struktura, která jim ve volném čase může chybět.

Z dlouhodobého pozorování usuzujeme, že klienti klubu častěji podléhají rizikovému způsobu chování, než ostatní mladí lidé. Výsledky dotazníkového šetření tuto myšlenku podporují. Skupina z klubu častěji uváděla, že se snaží rozptýlit nudu pitím alkoholu, nebo kouřením marihuany („hulením“). Na druhou stranu skupina ze SŠ o něco častěji zahání nudu kouřením cigaret.

U klientů klubu je také vyšší počet agresivních reakcí na nudu. Častěji uváděli, že z nudy něco ničí, perou se s někým nebo někoho pošťuchují. Tyto projevy byly často pozorovány i v rámci dlouhodobého pozorování, kdy byla evidentní zvýšená agresivita klientů klubu v situacích, kdy neměli co dělat. Je to také častý způsob řešení konfliktů a odpovědí na frustrující situace. Dle výzkumných dat jim také nuda častěji způsobuje pocity jako je naštvanost, vztek na sebe, nebo vztek na ostatní. Zajímavé je, že „vztek na sebe“ uvádějí v daleko větší míře, než kontrolní skupina, o něco méně však vidí sebe odpovědné za nudu ve volném čase. Málo kdy také vidí v nudné situaci výzvu, něco dělat. Podle De Charmse, by se tedy více přibližovali ve vztahu k nudě k typu „pěšáka“, který je spíše řízen pokyny z vnějšku, nepocítuje svou vlastní iniciativu.

Klienti klubu také častěji udávají, že se nudí, protože ve svém volném čase „nemají co dělat“. Jako návrhy pro vylepšení svého volného času také více uvádějí konkrétní aktivity, či to, že by měli dělat více aktivit. Tyto výsledky podporují naši myšlenku, že tato cílová skupina má ve svém volném čase málo aktivit, které by je dostatečně uspokojovaly. Potvrzuje to i dlouhodobé pozorování, které neodhalilo žádný dlouhodobější zájem jednotlivých klientů klubu, který by se upíral např. k nějakému koníčku. Výjimku tvoří například skupina skákající parkour (sport v městských ulicích – zdolávání přirozených překážek).

Ve vysoké míře se také u klientů klubu ukázala větší neschopnost či neochota odpovídat na otázky, především pak na ty otevřené. Je tedy složité vést výzkum s touto cílovou skupinou, který by se neopíral alespoň z části o pozorování a znalost místního prostředí.

Závěr

V mnoha oblastech výzkumu se ukázaly výrazné rozdíly mezi skupinou z klubu a kontrolní skupinou. Respondenti z klubu se častěji potýkají s nudou ve volném čase, který není příliš strukturovaný a častěji tak podléhají rizikovému způsobu života. Ve svém volném čase opravdu často „nemají co dělat“ a rádi by se věnovali více aktivitám. Méně si však připouštějí, že za by nudu ve volném čase mohli i oni sami, a mohli by ji nějak ovlivnit. Také udávají menší frekvenci nudy ve škole (kde o svém čase nerozhodují oni sami), než kontrolní skupina.

Problémy výzkumu spatřujeme v malém počtu respondentů z klubu a také omezenosti uzavřených otázek, jež nenechávají respondenty volně reagovat. Oba zmíněné problémy jsou však způsobeny specifiky této cílové skupiny, která často znesnadňuje výzkum. Výzkumný vzorek je také příliš úzký, výsledky se dají tedy nejlépe přenést pouze na cílovou skupinu klubů, které jsou ve stejné nebo podobné lokalitě. Také v pozorování vidíme jistou problematičnost, která může být způsobena perspektivou pracovníka, která se liší od té klientské.

Práce otevírá další otázky, kterými by bylo zajímavé se zabývat. Například, jak s neorganizovanou mládeží v jejich volném čase pracovat, jakým způsobem je motivovat k aktivnějšímu trávení tohoto času, či k jeho strukturaci, a k jakým výsledkům by taková snaha vlastně vedla.

Použitá literatura

- GABRIEL M.: *Boredom: Exploration of a developmental perspective*. [online] United States: Vystaveno roku 1988 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=1989-11475-001&lang=cs&site=ehost-live>>
- GORDON W., CALTABIANO M., *Urban-rural differences in adolescent self-esteem, leisure boredom, and sensation-seeking as...* [online] Australia: Vystaveno roku 1996 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=9706302308&lang=cs&site=ehost-live>>
- HERZOG, A., SYROVÝ, J., ZIMMERMANNOVÁ, M. et al. *Pojmosloví nízkoprahových zařízení pro děti a mládež (NZDM)* [online]. Praha: Vystaveno roku 2006 [citováno 5.6. 2010] <<http://www.streetwork.cz/content/view/202/145/>>.
- HICKERSON B., BEGGS B., *Leisure time boredom: issues concerning college students*. [online] United States: Vystaveno roku 2007 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=28341354&lang=cs&site=ehost-live>>
- HRABAL V., MANN F., PAVELKOVÁ I.: *Psychologické otázky motivace ve škole*, Praha, SPN, 1989
- KELLY W., MARKOS P., *The Role of Boredom in Worry: An Empirical Investigation with Implications for Counsellors*. [online] United States: Vystaveno roku 2001 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=7267676&lang=cs&site=ehost-live>>
- Klíče pro život: *Zdravé klima v zájmovém a neformálním vzdělávání*. Závěrečná zpráva. Národní institut dětí a mládeže, Praha 2009

- KLÍMA P., JEDLIČKA R.: *Sociálně pedagogická práce s dětmi a mládeží v tíživých situacích v nízkoprahovém kontextu*. In Kontaktní práce, Česká asociace streetwork, Praha 2007
- LIN CH., LIN S., WU CH., *The effects of parental monitoring and leisure boredom on adolescents' internet addiction*. [online] Taiwan: Vystaveno roku 2009 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=47716281&lang=cs&site=ehost-live>>
- LOHNISKÁ, M., *Nuda ve škole a doma*, Pedf Uk, Centrum celoživotního vzdělávání, Katedra psychologie, Praha 2009
- MEJSTRÍKOVÁ, K. , *Nuda ve škole, postupová práce*, Pedf UK, Katedra psychologie, Praha 2009
- MIKULAS W., VODANOVITCH S., *The essence of boredom*. [online] United States: Vystaveno roku 1993 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=9511241113&lang=cs&site=ehost-live>>
- PAVELKOVÁ I.: *Nuda ve škole*. In: Učitel v současné škole (ed. Hana Krykorková, Růžena Váňová). Praha, FF UK v Praze 2010 s.219-233.
- REJZEK, J.: *Český etymologický slovník*. Voznice : Leda, 2001. ISBN 80-85927-85-3.
- SPACKS, P.: *Boredom: The literary history of a state of mind*. Chicago University Press, 1995, ISBN 0-226-76853-8
- SVOBODA M.: *Sociálně-pedagogické přístupy práce s „neorganizovanou mládeží“ v nízkoprahových zařízeních a otevřených klubech pro děti a mládež*. Diplomová práce, České Budějovice 2007
- ŠTURSOVÁ T., BOCANM.: *Aktuální problémy mladé generace ČR*. Závěrečná zpráva, Národní institut dětí a mládeže, Praha 2006

- VODANOVITCH S., WATT J.: *The Relationship Between Time Structure and Boredom Proneness: An Investigation Within Two Cultures*. [online] United States: Vystaveno roku 1999 [citováno 3.6.2010]
<<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=24259717&lang=c&site=ehost-live>>