

**Univerzita Karlova v Praze**

Fakulta humanitních studií



**Bakalářská práce**

Lucie Jirásková

**Dobrovolnictví a jeho vliv na životní spokojenost**

**Volunteering and its effect on life satisfaction**

V Praze, 2013

**Vedoucí práce:** Mgr. et Mgr. Ondřej Špaček

***Poděkování:*** Děkuji Mgr. et Mgr. Ondřejovi Špačkovi a Mgr. Tomáši Protivínskému za cenné rady a nasměrování a rovněž všem blízkým za podporu.

*Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.*

*V Praze dne 28.6.2013*

.....

*Lucie Jirásková*

*„Vím a cítím, že konání dobra je největším štěstím, které může člověk zakusit.“*

*(Jean-Jacques Rousseau)*

# Obsah

---

<b>1.</b>	<b>Úvod.....</b>	<b>6</b>
-----------	------------------	----------

## **TEORETICKÁ ČÁST**

---

<b>2.</b>	<b>Dobrovolnictví .....</b>	<b>9</b>
2.1.	Co je dobrovolnictví.....	9
2.1.1.	Klasifikace dobrovolnictví.....	12
2.1.2.	Dobrovolník.....	14
2.1.3.	Význam dobrovolnictví pro dobrovolníka.....	14
2.1.4.	Dobrovolnictví v ČR .....	20
2.1.5.	Dobrovolnická vs. dobrovolná činnost .....	21
<b>3.</b>	<b>Životní spokojenost.....</b>	<b>23</b>
3.1.1.	Pojmy související s životní spokojeností.....	23
3.1.2.	Kvalita života.....	24
3.1.3.	Well-being, osobní pohoda.....	26
3.1.4.	Měření životní spokojenosti.....	28
3.2	Dosavadní výzkumy zaměřené na vztah dobrovolnictví a životní spokojenosti.....	29

## **METODOLOGICKÁ ČÁST**

---

<b>4.</b>	<b>Formulace výzkumného problému, výzkumné otázky a hypotézy.....</b>	<b>33</b>
4.1	Operacionalizace klíčových proměnných.....	35
<b>5.</b>	<b>Data.....</b>	<b>38</b>
<b>6.</b>	<b>Výzkumný vzorek a cílová populace.....</b>	<b>39</b>
<b>7.</b>	<b>Dotazník.....</b>	<b>39</b>
<b>8.</b>	<b>Výzkumné metody.....</b>	<b>40</b>

## **EMPIRICKÁ ČÁST**

---

<b>9.</b>	<b>Analýza dat.....</b>	<b>41</b>
<b>10.</b>	<b>Diskuse a závěr.....</b>	<b>48</b>
<b>11.</b>	<b>Seznam literatury .....</b>	<b>50</b>

## Úvod

Zkoumání životní spokojenosti je ve své podstatě otázkou po individuálním jedinci, jeho způsobu života a jeho subjektivním prožíváním. Životní spokojenost závisí na celé řadě okolností, avšak cílem této práce není prozkoumat všechny z nich. V tomto příspěvku se zaměřujeme na vztah mezi dobrovolnictvím, které – jak naznačují dosavadní výzkumy – je prospěšné nejen klientům dobrovolnické činnosti, ale přináší spoustu výhod samotnému dobrovolníkovi. Výzkumy zmiňují dobrovolnictví nejen jako např. efektivní způsob překlenutí doby nezaměstnanosti, ale je zmapován i jeho vliv na profesní rozvoj dobrovolníka, rozšíření sociálních sítí, rozvoj různých dovedností atd. Dobrovolnictví je vysoce přínosné na psychické a fyzické rovině a jeho vliv na zdraví a osobní pohodu se zdá být silný (Vecina, Fernando, 2013). V tomto kontextu se dobrovolnictví jeví v podstatě jako zisková činnost, ačkoli za ni dobrovolník nezískává žádnou finanční odměnu. Dalším důvodem, proč uvažovat o vztahu mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností, jsou motivace samotných dobrovolníků. Musí existovat nějaký důvod, proč jedinec investuje svůj čas a energii ve prospěch jiných bez nároku na odměnu. Zjistilo se, že motivace dobrovolníků nejsou až tak altruistické, jak by se mohlo zdát.

V dnešní moderní době, kdy demografické statistiky poukazují na časté příčiny úmrtí v důsledku civilizačních, nikoli infekčních chorob, a kdy míra dožití vzrůstá, navíc tíhne zájem výzkumníků ke způsobu, jakým lidé žijí a ke snaze zachovat kvalitu života jedince. Porozumění některým fenoménům, které mohou pozitivně ovlivnit životní spokojenost, proto dnes můžeme považovat za velmi důležité.

Práce čerpá z výzkumů, které potvrzují, že dobrovolnická činnost souvisí s životní spokojeností. Důvod, proč tuto práci děláme, je ten, že podobný výzkum zkoumající vztah mezi životní spokojeností a dobrovolnictvím na celonárodním vzorku dobrovolníků pro české prostředí chybí. Lze samozřejmě dohledat některé výzkumy, které s oběma proměnnými pracují, avšak zaměřují se buď na spokojenost klientů dobrovolnické činnosti<sup>1</sup>, nebo na dobrovolnictví jako faktor aktivního stárnutí zvyšující spokojenost<sup>2</sup>. Nás zajímá spokojenost samotného dobrovolníka. Přidáme-li k tomu fakt, že Česká republika se svým historickým podhoubím odlišuje od západních zemí, které nepoznamenal dlouholetý režim komunismu,

---

<sup>1</sup> Např. BERNATOVÁ, Monika. Aspekty životní spokojenosti seniorů v souvislosti s aktivizační činností dobrovolníků [online]. 2013 [cit. 2013-06-27]. Diplomová práce. UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Marie Chrásková. Dostupné z: <<http://theses.cz/id/rr9awd/>>.

<sup>2</sup> Např. PETROVÁ KAFKOVÁ, Marcela. Dobrovolnictví seniorů jako součást aktivního stárnutí. *Sociológia-Slovak Sociological Review*, 2012, 2: 212-232.

přijde nám zajímavé zjistit, zda pozitivní vztah mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností platí i v českém prostředí.

Téma této práce se může jevit jako poněkud široké, nicméně naším cílem není zevrubné prozkoumání všech faktorů, které do „hry“ vstupují. Vztah mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností jsme se rozhodli nahlížet na obecné rovině s cílem ověřit ze zahraničních výzkumů silně potvrzenou korelaci zkoumaných fenoménů i v českých podmínkách. Neklademe si za cíl do hloubky prozkoumat kauzalitu, pro kterou by bylo zapotřebí provést longitudiální studii. Detailnější analýzu proto ponecháváme na budoucí výzkum (např. pro účely diplomové práce).

Téma je poněkud ošemetné i proto, že v akademickém diskursu neexistuje jednota ve vymezení obou proměnných, inspirací k uchopení výzkumného tématu nám jsou proto některé zahraniční výzkumy, které v práci popisujeme. Nesnažíme se však vymyslet nejvhodnější definice zkoumaných jevů či nejvhodnější konceptuální ukotvení. Důvodem, proč se o tom všem zmiňujeme, je snaha určit širší definici pojmů, s nimiž pracuje naše výchozí studie (Frič, Pospíšilová, 2010) a také snaha poukázat na složitost nahlížení na celou problematiku, kterou nepochybně ovlivňuje více faktorů, než kterým se s ohledem na rozsah práce a podobu dat můžeme věnovat.

V práci tedy postupujeme tak, že nejprve v teoretické části s ohledem na již sesbíraná data, s nimiž pracujeme, definujeme oba pojmy, dobrovolnictví a životní spokojenost. Jádrem práce je poté, po kapitole věnované metodologii, provedení sekundární analýzy dat klíčových proměnných (subjektivní životní spokojenosti a formálního dobrovolnictví).

## **Seznam použitých zkratk:**

**WHO** – *World Health Organization*, Světová zdravotnická organizace při OSN

**ILO** - *International Labour Organization*, Mezinárodní organizace práce při OSN

**WVS** - *World Values Survey*, kontinuální mezinárodní výzkumný projekt zaměřený na změny hodnot

**SPSS** - *Statistical Package for the Social Sciences*, statistický analytický software

**UNV** – *United Nations Volunteers*, Program dobrovolníků OSN

**ČSÚ** – Český statistický úřad

**ČSDA** – Český sociálněvědní datový archiv

**QoL** – *Quality of Life*, Kvalita života

**CEV** - *European Volunteer Centre*, Evropské dobrovolnické centrum



# Teoretická část

---

## 2. Dobrovolnictví

### 2.1. Co je dobrovolnictví?

Protože vymezení termínu dobrovolnictví determinuje výsledky empirického bádání, musíme zvolit správnou definici. Ačkoli dobrovolnictví není zcela novým a neznámým fenoménem, je třeba si na hned začátku přiznat, že jednotnou definici dobrovolnictví v akademickém prostředí nenajdeme (Dekker, Halman, 2003). Zde jsou patrné i kulturní vlivy. Například některé jazyky pro dobrovolnictví výraz nemají, nebo si lidé pod tímto pojmem v kontextu různých sfér představí něco jiného. Naším cílem ale není podat přehled o všech možných definicích dobrovolnictví. V této práci budeme prezentovat především ty, které jsou poměrně aktuální a vztahují se k povaze dat, s nimiž pracujeme. *Zároveň – a to je hlavní – musíme respektovat teoretická východiska autorů (Frič, Pospíšilová, 2010), s jejichž daty pracujeme, proto budeme v práci odkazovat na ta z nich, na jejichž základě sestavili autoři dat proměnné, které jsou pro tuto práci klíčové (patří sem především vymezení formálního dobrovolnictví).*

Některé definice dobrovolnictví jsou úzce specifikované, jiné naopak uchopené velmi zešíroka. Musick a Wilson (2008) zároveň podotýkají, že je terminologicky obtížné přesně určit, kde dobrovolnictví končí a kde začíná například občanský aktivismus, péče o staršího příbuzného či členství v dobrovolnické organizaci. Abychom dosáhli konzistence a přesného ohraničení termínu, jakým je dobrovolnictví, podíváme se na jeho vymezení více ze široka. Většina empirických prací operuje s anglickým *volunteering* („dobrovolničení“<sup>3</sup>, vykonávání dobrovolnické činnosti), (se slovem *volunteerism* se pojí spíše management dobrovolníků, kterým se tu zabývat nebudeme). Ve výrazu je obsažen prvek *vůle*, který se promítá do obsahu pojmu. Znamená<sup>4</sup> (1) *vykonávání nebo nabízení služeb na základě svobodné vůle jedince* nebo (2) *vykonávání charitativní či prospěšné činnosti bez jejího zhodnocení mzdou*. Atribut neplacené práce je tím, co má většina definic dobrovolnictví společného.

Ekonomický pohled vymezuje dobrovolnictví pouze jako *neplacenou produktivní práci*. Výzkumný program World Values Survey (WVS) tak definuje dobrovolnictví

---

<sup>3</sup> Při zmínce o vykonávání dobrovolnické činnosti v textu práce budeme používat nespisovný tvar „dobrovolničit“, případně „dobrovolničení“ pod nímž máme na mysli všechny atributy spadající do definice dobrovolnictví dle ILO (2011). V běžném jazyce se tyto pojmy používají často, ale do spisovné češtiny zařazeny ještě nebyly. Můžeme jen doufat, že vzhledem k úspornosti tohoto pojmu brzy vstoupí do „dějin spisovného jazyka“.

<sup>4</sup> Podle *The American Heritage college dictionary* (2002).

jednoduše *jako neplacenou práci ve prospěch organizace* (In Dekker a Halman, 2003). Avšak, jak tvrdí Musick a Wilson (2008), tento pohled nám nic neříká o odlišných významech i funkcích dobrovolnické činnosti a stejně tak nevysvětluje, proč je tato práce produktivní. Už samotná definice *práce* v sobě obsahuje odlišné rysy než ty, které můžeme pozorovat u dobrovolnictví (např. práce za mzdu). Dobrovolnictví se totiž pohybuje na samotné hranici ekonomických paradigmat. Na základě tohoto tvrzení budeme za činnost dobrovolníka považovat *dobrovolnickou činnost popřípadě aktivitu, jednání nebo službu*, záměrně se vyhýbáme spojení dobrovolnická práce, která odkazuje spíše k zaměstnání a tedy placeným aktivitám.

Důležité je také rozlišení mezi dárcovstvím a dobrovolnictvím. Tošner se Sozanskou (2002) dárcovství za dobrovolnictví nepovažují, protože spočívá v darování peněžitých či nepeněžitých darů.

Jako prostředek k vyjádření mezilidských vztahů ho nahlíží organizace Program dobrovolníků OSN (UNV). Její pojetí vychází z lidské potřeby sociální participace, ve svém vymezení zohledňuje i společenské blaho (well-being). Mezi komponenty dobrovolnictví řadí hodnotový systém zahrnující solidaritu, reciprocitu a vzájemnou důvěru, který přispívá k posílení blaha celé společnosti. Dobrovolnictví je podle této definice rovněž základním kamenem občanské společnosti (UNV, 2011). Petrová Kafková (2012) nahlíží dobrovolnictví podobně, z hlediska jeho významu jako *formu občanské participace a projev občanského aktivismu*.

Ve slovníku sociální práce najdeme obecnější, širší definici, podle níž se jedná o *neplacenou a nekariéerní činnost, kterou lidé vykonávají za účelem pomoci blízkým, komunitě či společnosti*. Dobrovolnická činnost může být cílena jak pro lidské bytosti, tak i pro přírodu. Jako podmínku dobrovolnictví stanovuje oboustrannou výhodnost, to znamená, že dobrovolnická činnost musí být přínosná nejen pro „klienta“ dobrovolnické aktivity, ale zároveň i pro samotného dobrovolníka (Matoušek, 2003).

Pospíšilová a Frič (2010, 2011) vymezují dobrovolnictví úžeji, vzhledem k příjemcům dobrovolnické činnosti. Jde rovněž o *neplacenou práci, ale konkrétně pro lidi mimo okruh rodiny a blízkých přátel*. Okruh recipientů rozšiřují i na *životní prostředí*. Práci považují za neplacenou i tehdy, obdrží-li dobrovolníci za svou činnost symbolickou odměnu či náhradu nákladů spojených s výkonem dobrovolnické činnosti.

Je tedy evidentní, že jednotnou definici bychom hledali těžko. Nicméně většina vědců se domnívá, že jsou zde jasné a identifikovatelné vzorce jednání, které mají určité společné charakteristiky a které můžeme označit pojmem dobrovolnictví (Musick a Wilson 2008).

Za nejucelenější a velmi konkrétně vymezenou můžeme považovat definici Mezinárodní organizace práce<sup>5</sup> (ILO, 2011), která souhlasí s teoretickým ukotvením práce Pospíšilové a Friče (2010) a která navrhla nástroj na identifikaci dobrovolnické činnosti s cílem sjednotit ji, pro institucionální aktivity neziskového sektoru v rámci členských států OSN. Předkládá několik klíčových znaků, kterými se dobrovolnictví vyznačuje:

1. *Dobrovolnictví je lidská činnost.* Tato činnost by měla přispívat k produkci zboží a služeb, ze kterých má užitek nějaká třetí strana (i samotný dobrovolník). Tato činnost by měla být rovněž vykonávána pravidelně po určitou dobu.
2. *Dobrovolnictví je neplacené.* Je to činnost bez nároku na mzdu nebo jiné kompenzace v naturáliích. Nicméně dobrovolníci mohou být refundováni například v podobě kapesného, proplacením cest, vybavení a jiných nákladů spojených s výkonem dobrovolnické aktivity. Dobrovolníci rovněž mohou být odměněni symbolickými dary jako vyjádření vděčnosti za jejich služby. Tyto náhrady se však nesmí svou hodnotou rovnat nebo přesahovat úroveň mezd v rámci lokálního pracovního trhu. Dalšími zisky dobrovolníků mohou být nově nabyté zkušenosti, schopnosti, profesní praxe, sociální kontakty, pocit vlastní hodnoty apod. Aktivity, které se dobrovolně vykonávají během výkonu placeného zaměstnání (například když řidič kamionu sveze stopaře), za dobrovolnickou činnost považovány nejsou.
3. *Dobrovolnictví je vykonáváno na základě svobodné vůle dobrovolníka.* Dobrovolnictví musí obsahovat prvek svobodné volby. Tedy soudem nařízené obecně prospěšné neplacené práce, práce vykonávané během výkonu trestu nebo jiné civilní práce v rámci vojenské služby se za dobrovolnickou činnost nepovažují. Stejně tak činnost vykonávaná v závislosti na sociálních povinnostech a tlaku například ze strany rodičů, vrstevníků aj. Mezi dobrovolnictví neřadíme ani neplacené pracovní a studijní stáže. Vzhledem k tomu, že dobrovolnictví je vázáno na svobodnou volbu a tedy i vlastní zodpovědnost, neměly by dobrovolnický participovat děti. Mezinárodní organizace práce v tomto ohledu doporučuje minimální věk 15, nicméně každá země si tuto minimální hranici může uzpůsobit dle svých kritérií (např. slučitelnou s hranicí trestní odpovědnosti).
4. *Definice zahrnuje jak neformální (přímé), tak formální (organizačně ukotvené) dobrovolnictví.*
5. *Definice rozlišuje mezi druhy institucionálního dobrovolnictví (vykonávaného pro neziskové organizace, firmy – tzv. firemní dobrovolnictví, vládu atd).*

---

<sup>5</sup>Odborná organizace OSN. Manuál dostupný na:  
[http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@stat/documents/publication/wcms\\_162119.pdf](http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@stat/documents/publication/wcms_162119.pdf)

6. *Dobrovolnická činnost může být vykonávána ve prospěch různých organizací a cílových skupin (lidí, zvířat, životního prostředí), a to prostřednictvím širokého spektra aktivit.* UNV navíc ještě zdůrazňuje oboustrannost výhod z dobrovolnické aktivity, nejen pro příjemce pomoci ale i dobrovolník by měl ze své činnosti něco získávat.

**Konkrétní příklady dobrovolnické činnosti podle výše zmíněné definice dle manuálu ILO (2011):**

<i>V rámci definice</i>	<i>Mimo definici</i>
<i>Dobrovolně učit ve veřejné škole.</i>	<i>Pomáhat svému dítěti s domácím úkolem.</i>
<i>Roznášet jídlo, léky nebo jiný materiál v útulku.</i>	<i>Odvést manželku do nemocnice na vyšetření.</i>
<i>Spravovat registr voličů.</i>	<i>Volit.</i>
<i>Nakupovat potraviny pro starší osobu v sousedství.</i>	<i>Nakupovat potraviny do domácnosti.</i>

Na závěr k tomu jen doplňme, že s odkazem na autory dat, s nimiž hodláme pracovat (Frič, Pospíšilová, 2010) nebudeme za dobrovolnickou činnost považovat neplacenou činnost ve prospěch blízkým (členům rodiny, přátelům), protože v těchto vztazích může převládat reciprocita, čímž je prvek svobodné vůle eliminován (Penner, 2002 In Frič, Pospíšilová, 2010).

**2.1.1. Klasifikace dobrovolnictví**

Dobrovolnictví můžeme klasifikovat podle stylu dobrovolnické činnosti (například formální, neformální, komunitní, veřejně prospěšné) nebo podle oblasti dobrovolnictví (dobrovolnictví sociální, ekologické, ve sportu, v kultuře...). Vzhledem k cílům této práce se nyní podíváme na rozdíl formálního a neformálního dobrovolnictví.

- **Formální dobrovolnictví**

Matoušek (2003) mu přikládá velmi konkrétní atributy. Dobrovolník musí uzavřít smlouvu s organizací, která mu dobrovolnickou činnost zprostředkovává, zaškolí ho, poskytuje mu supervizi a hodnotí výsledky jeho činnosti. Tyto organizace jsou většinou profesionálně řízeny a specializovány. Příkladem může být v rámci českého prostředí například INEX-SDA, sdružení, které se specializuje na dobrovolnické aktivity s cílem komunitního rozvoje, mezinárodních projektů aj. Tento druh dobrovolnictví dominuje v USA. V Manuálu ILO najdeme toto vymezení: formálním dobrovolnictvím míníme dobrovolnické aktivity vykonávané v rámci nějaké organizace (neziskové org., hnutí, nadace, občanská sdružení...). Formální dobrovolnictví je příznačné pro země se silnou individualistickou kulturou (západní země). Zde nicméně dochází mezi odborníky k rozporu, protože většina z nich nesouhlasí s kvalifikací dobrovolnictví jako aktivitou vykonávanou bez nároku mzdy pro rodinné příslušníky a jiné blízké. Frič s Pospíšilovou (2010) ve svém pojetí dobrovolnictví vychází z názoru Pennera (2002, in Frič a Pospíšilová, 2010), který z formálního dobrovolnictví pomoc rodině a jiným blízkým odlišuje právě proto, že někdy tato pomoc může být nahlížena jako téměř příbuzenská/ partnerská povinnost, kdy se z ní následně vytrácí prvek svobodné vůle, což je v rozporu s definicí dobrovolnictví.

- **Neformální dobrovolnictví**

Neformální dobrovolnictví zahrnuje aktivity vykonávané přímo například pro jiné členy domácnosti. Neformální dobrovolnictví má větší frekvenci v zemích, kde není silná platforma neziskových organizací, zejména v zemích bývalého Sovětského svazu. Musick a Wilson (1997) ho definují jako typ prosociálního chování. Vztahuje se na jakékoli neplacené prosociální služby, které jedinci vykonávají přímo mimo rámec organizační struktury. Řadí se mezi ně činnosti ve prospěch komunity (Wilson a Musick, 1997, in Finkelstein a Brannick, 2007). Frič a Pospíšilová (2010) připisují neformálnímu dobrovolnictví kolektivní vzorec, který funguje v rámci komunit nezávisle na historických okolnostech a vypovídá o vzájemné závislosti vztahů uvnitř nějaké komunity. Můžeme si pod tím představit například vzájemnou solidaritu a následnou výpomoc ve skupině lidí, kteří řeší podobné problémy.

### **2.1.2. Dobrovolník**

Podle české legislativy, konkrétně Zákona o dobrovolnické službě 198/2002 Sb., může být dobrovolníkem fyzická osoba:

- a) starší 15 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby na území České republiky,
- b) starší 18 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby v zahraničí, která se na základě svých vlastností, znalostí a dovedností svobodně rozhodne poskytovat dobrovolnickou službu.

Dobrovolníci jsou určitý druh lidí, kteří, jak ukazují výzkumy, mají specifické charakteristiky. Thoitsová a Hewittová (2001) na základě svých studií popisují „typického dobrovolníka“. Vycházejí z výzkumů zaměřených na motivace, postoje, hodnoty a sociodemografické charakteristiky dobrovolníků. Podle nich to jsou lidé se socioekonomickými zdroji (např. vzděláním) a „pozitivními“ osobnostními rysy (šťastní lidé se sebeúctou, s nízkou mírou depresivity). Mají široké sociální sítě a jsou sociálně aktivní (například jsou aktivními členy různých společenství). Dobrovolníkem se nejčastěji stává jedinec středního věku ze středostavovské vrstvy, nejčastěji žena s vysokoškolským vzděláním a s dětmi, které žíví (Gerard 1985, Hettman a Jenkins 1990, in Thoits a Hewitt, 2001). Tyto výsledky jsou poněkud logické, představíme-li si jedince, který věnuje veškerý svůj čas a energii do pomoci druhým a zanedbává tím své zájmy či jiné povinnosti. Takový jedinec by se mohl zdát patologicky sebedestruktivním. Je nutno ale poznamenat, že některé motivace mohou být skryté a nemusí si je uvědomovat ani sám dobrovolník. Významným parametrem, kterým by dobrovolnictví mělo být určováno je oboustranný přínos. Pro účely této práce definujeme dobrovolníka v první řadě jako někoho, kdo je vykonavatelem formálního dobrovolnictví.

### **2.1.3. Význam dobrovolnictví pro dobrovolníka**

Dobrovolnictví shledáváme užitečným nejen pro ty, kteří jsou příjemci pomoci, ale i pro samotné dobrovolníky. Zaujímá rovněž důležitou úlohu v sociálním, politickém, kulturním a ekonomickém kontextu našeho života. Výhody dobrovolnictví pro jeho aktéry potvrzují ve své studii např. Thoits a Hewitt (2001). V této kapitole se budeme soustředit především na výhody, které dobrovolnictví přináší samotným dobrovolníkům, ačkoli je důkladně dokumentován přínos dobrovolnictví pro společnost a stejně tak mají dobrovolníci i vysokou ekonomickou hodnotu (např. UNV, 2011). Ve vědeckém prostředí však nebylo

věnováno příliš pozornosti tomu, co sami dobrovolníci těží ze své činnosti a jaký přínos pro ně dobrovolnická činnost má (MacNeela, 2008).

Musick s Wilsonem (2008) ve své knize říkají: „Dobrovolnická služba je zamýšlena jako dar a dávání by nemělo být podmíněné přijímáním něčeho na oplátku, možná jen kromě výrazu vděčnosti.“ (Musick a Wilson, 2008, s. 456). To nás přivádí k myšlence, zdali dobrovolníci mohou a koneckonců smí ze své činnosti něco získávat, a proč se dobrovolnictví vlastně věnují, vezmeme-li v úvahu fakt, že jednání člověka je vždy nějak motivované. Pokud ano, proč tomu tak je? Pro zodpovězení této otázky se na dobrovolníka můžeme dívat skrze jeho motivace dobrovolnou činnost vykonávat. Meier a Stutzer (2008) ve své studii, zaměřené na přínos dobrovolnictví, staví do kontrastu dva přístupy: (1) Aristotelovo pojetí štěstí, které může být naplněno skrze vyjádření ctnosti, šťastným člověkem je pak ten, kdo jedná morálně, a (2) koncept šťastného člověka, který úspěšně dosahuje svých cílů, jako tzv. *homo oeconomicus*, jenž usiluje o maximalizaci svého užitku tím, že jedná sobecky, aby dosáhl svých cílů. Je dobrovolnictví projev normativního tlaku společnosti nebo spíše prostředkem k získání toho, po čem dobrovolníci touží?

Jak jsme uvedli výše, dobrovolnická činnost by měla být oboustranně výhodná (např. definice dobrovolnictví dle ILO). Navíc čistě morální a normativní motivy pro dobrovolnickou činnost mohou z takovéto aktivity odstranit prvek svobodné vůle, taková činnost není „sama od sebe“ ale představuje pro dobrovolníka závazek. Není tu ale cílem polemizovat o tom, kde začíná a končí svobodná vůle člověka. Jak radí Musick a Wilson (2008), podívejme se na dobrovolnictví skrze motivaci.

Výhody dobrovolnictví nemusí být výsledkem neúmyslného jednání dobrovolníků, ti můžou být motivováni nějakou vnitřní odměnou. Výhody z dobrovolnictví navíc mohou být na tomto druhu motivace závislé<sup>6</sup>. To potvrzuje i výzkum MacNeela (2008), který z výpovědí irských dobrovolníků ve zdravotních a sociálních organizacích zjistil, že výhody, které mohou dobrovolníci získat, se liší v závislosti na motivaci dobrovolníka, ale i na roli, kterou zastává.

---

<sup>6</sup> Psychologové rozlišují vnitřní a vnější motivaci k činnosti. Pokud jedinec ze své činnosti pocítuje např. vnitřní uspokojení, jsou takovéto pocity jeho vnitřní hnací silou, motivací. Pokud za své jednání očekává například mzdu, uznání od okolí apod., motivují ho vnější faktory. Výzkumy prokázaly, že vnitřně motivovaní jedinci dosahují lepších výsledků, v činnosti setrvávají déle a jsou v ní efektivnější (Deci, Ryan a Koestner, 1999 In Nolen-Hoeksema, 2012). Zároveň se přišlo na to, že vnější odměna se stává prací a narušuje tak vnitřní motivaci a uspokojení z ní. Lze předpokládat, že altruistické a prosociální chování může být motivováno právě touto motivací, protože motivace za účelem odměny je v rozporu s definicí dobrovolnické činnosti. Dobrovolníci, aby ve své činnosti setrvali, musí tedy být motivováni vnitřně. I morální jednání může mít vnitřní motivaci, protože kognitivní disonance vyvolaná rozporem v tom, jak jednáme a co považujeme za správné, může být dostatečnou výhružkou. To ale zbavuje svobodné vůle jedince a odkazuje tak k normativnímu aspektu, který je z definice dobrovolnictví vyloučen.

Výzkum v této problematice pokročil a přináší zajímavé výsledky týkající se výhod, které může jedinec skrze dobrovolnictví získat a které tak mohou ovlivnit jeho životní spokojenost. Z dosavadních zjištění vyplývá, že dobrovolníci mohou mít ze své činnosti jak duševní užitek, tak i materiální. Dodejme však, že Musick s Wilsonem (1999) oproti tomu uvádějí, že dobrovolnictví je spíše o hodnotových postojích jedince než o výhodách.

### *Zdraví*

Většina výzkumů zabývajících se životní spokojeností a dobrovolnictvím, spočívá na studiu vztahů mezi dobrovolnictvím a zdravím. Mnoho zahraničních studií zabývajících se důsledky dobrovolnictví zjistilo, že mezi zdravím a subjektivní životní spokojeností existuje pozitivní korelace. Dobrovolníci se těší z lepšího fyzického a duševního zdraví a u starších dobrovolníků se pak posouvá hranice úmrtnosti (Moen, Dempster-McCain, Williams, 1993 in Borgonovi, 2008, Post, 2005). Podle Musicka s Wilsonem (2008) není pochyb o tom, že dobrovolníci jsou zdravější v důsledku své dobrovolnické činnosti. Vycházejí z teorie sociálních rolí, podle níž by začlenění jedince do role dobrovolníka mohlo pozitivně ovlivnit jeho zdraví. Protože mají na životní spokojenost vliv i další faktory (např. zaměstnanost, rodinný stav aj.), můžeme zdravotním výhodám vyplývajících z dobrovolnické činnosti porozumět jen v kontextu dalších sociálních rolí, které jedinec zaujímá. Dále uvádějí, že přínos dobrovolnictví pro mentální zdraví závisí na tom, jestli dobrovolnická činnost poskytuje dobrovolníkovi nějakou vnitřní odměnu, protože činnost, která je pocíťována, jak povinná nebo má-li jedinec vnější motivaci (například u firemního dobrovolnictví, jestliže ho zaměstnavatel od zaměstnance očekává), nemusí být v důsledku vůbec pozitivní a poskytovat nějaký užitek, jako tomu může být u činnosti, která vychází ze svobodné volby a při níž je jedinec vnitřně motivován (Stukas a kol., 1999, in Musick, Wilson, 2008). Zde bychom jen zmínili důležitost aspektu svobodné vůle v rámci definice dobrovolnictví. Dobrovolnictví by nemělo být pocíťováno jako sociální norma či povinnost (Martinson a Minkler, 2006, in Musick a Wilson, 2008). Některé studie navíc zdůrazňují, že je to právě dobrovolnictví, co pozitivně ovlivňuje zdraví a míru pocíťovaného štěstí. Dárcovství (například dárcovství peněz, krve) však nikoli (Borgonovi, 2008). To, co obecně považujeme za altruistické formy jednání, nemusí vždy vyvolávat pozitivní reakce.

Otázkou zde zůstává kauzalita. I když víme, že má dobrovolnictví pozitivní vliv na zdraví, platí to i opačně. Zdraví, pozitivní, sebevědomí a šťastní lidé se mnohem častěji věnují dobrovolnické činnosti než ti, kterým se v životě z nějakých důvodů nedaří. Výzkumníci to



vysvětlují tím, že zdraví lidé mohou mít širokou sociální síť, protože nemají zdravotní hendikep. Spojovat dobrovolnictví a z něho plynoucí sociální interakce, které pozitivně ovlivňují životní spokojenost, nemusí být vždy zcela žádoucí, protože všechny druhy vztahů, které během těchto interakcí vznikají, nemusí být vždy podpůrné a pozitivní (Musick a Wilson, 2008). Průřezové studie potvrzují, že je prakticky nemožné stanovit kauzální souvislost pro proměnnou zdraví a dobrovolnictví (Musick a Wilson, 2008). V opozici tomuto tvrzení však stojí studie Pilliavinové a Siegllové (2007), jejichž longitudinální výzkum poskytuje důkaz, že vztah mezi dobrovolnictvím a psychologickou osobní pohodou je kauzální. Bylo rovněž zjištěno, že dobrovolnická aktivita zvyšuje životní spokojenost a snižuje pravděpodobnost onemocnění depresí (Van Willingen, 1998 in Pilliavin, 2005).

### *Sebepojetí*

Pomoc druhým a nezištná činnost mění nejen životy druhých, ale ovlivňuje také způsob, jakým o sobě uvažujeme (Musick, 2008). Mnoho lidí obecně shledává pomoc druhým obohacující i pro sebe sama. Tento přístup je zakořeněn i v mnoha náboženstvích. Vděk je častou odměnou dobrovolníků. Ti, co pomáhají potřebným, jsou v očích mnoha považováni za hrdiny, jejich prestiž stoupá a jsou rovněž hodnoceni morálně vysoko, mají navrch nad těmi, co pomoc odmítají (Clark 1987, in Musick, 2008). Lidé často dobrovolničí, protože jsou přesvědčeni, že dělají svět lepším, že jednají v souladu s tím, co považují za svoji občanskou nebo morální povinnost. Smysluplná činnost pak dává smysl i našim životům, připadáme si produktivní, rozvíjíme náš potenciál, to pak zlepšuje i postoj k sobě samému (Musick, 2008). Někdy máme o sobě určitou představu, něco, co nazýváme alter egem. Ta může být naplněna například právě skrze dobrovolnictví. MacNeela (2008) na základě výsledků své studie zdůrazňuje například výhody jako je kariérní rozvoj nebo vyjádření hodnot. Musick s Wilsonem (2008) mezi duševní zisky řadí například: pozitivní pocit ze sebe sama, tím, že vykonáme naši povinnost, uskutečnění závazku, projevy díky, sebenaplnění aj. Podotýká, že toto jsou jedny z nejfrekventovanějších přínosů dobrovolníka. Frič (2001) ve své kategorizaci motivací dobrovolníků tuto skupinu zisků zahrnuje do kariérní motivace, kdy dobrovolník získává nové a praktické zkušenosti nebo různá osvědčení, která potom může zúročit na trhu práce.

Pro dobrovolníka má jeho činnost význam zejména v tom, že se v ní realizuje, posiluje své sebevědomí (může se cítit užitečným pro druhé) a má možnost uplatnit své schopnosti. Díky tomu, že přichází do nového prostředí, získává zkušenosti, nové kontakty a nachází

přátele, musí rozvíjet své schopnosti a učit se novým dovednostem, aby dokázal pomáhat. Tím si rozšíří a prohloubí kvalifikační předpoklady. Pro dobrovolníka, který je nezaměstnaný, nebo právě nastoupil do důchodu, má jeho činnost význam pro udržení sociálních dovedností spojených s prací. V neposlední řadě je také dobrovolná činnost smysluplným vyplněním volného času. „Jen menšina dobrovolníků se domnívá, že svou dobrovolnou činností získali také společenské uznání a prestiž.“ (Frič, Pospíšilová, 2010). V zemích s dlouholetou tradicí dobrovolnictví získávají dobrovolníci díky své činnosti prestiž. V ČR je to pouze v tom případě, pokud svou činnost vykonávají u známé organizace, jinak tím pravděpodobně žádnou prestiž nezískají.

### *Materiální výhody*

Přestože jsou dobrovolníci altruisticky motivováni, protože podstatou dobrovolnické činnosti je práce bez nároku na odměnu, mohou získávat rozličné materiální výhody. Není ovšem pravidlem, že by tyto materiální zisky nepatřily mezi zdroje motivace dobrovolníka (např. kariérní motivace u mladších dobrovolníků). Můžeme je nahlížet i jako nezamýšlený důsledek dobrovolničení (Musick a Wilson, 2008). Materiální výhody se udávají jako méně časté, protože se u dobrovolníků neočekává, že by byl materiální užitek jejich cílem. Nicméně nějaké materiální zisky v altruistickém chování mohou být přítomny. Neziskové organizace se snaží své dobrovolníky zvýhodnit. Za jejich službu jim poskytují například proplácení cestovních nákladů, odpuštění platby členských příspěvků a jinou materiální podporu. Nesmíme pominout ani zisky, které dobrovolnická činnost vytváří a které mohou mít pozitivní dopad na samotného dobrovolníka. Například když dobrovolník dobrovolníčí pro sportovní klub, jehož je členem a který mu nemusí vyplácet mzdu, může si dovolit například snížit členské příspěvky nebo ušetřené finance investovat do sportovního zázemí apod., čehož pak může využít i sám dobrovolník. Obě strany tak působí synergicky. Tedy altruismus a ziskové chování mohou jít i ruku v ruce. Skrze dobrovolnictví můžeme naplňovat jednak nějaké konkrétní sobecké cíle a stejně tak i z tohoto chování mohou profitovat jiní.

## *Výhody na trhu práce*

Musick s Wilsonem (2008) uvádí tři hlavní důvody vysvětlující, proč mohou dobrovolníci získat lepší práci.

(1) Na základě empirických studií bylo prokázáno, že dobrovolníci mají lepší studijní výsledky, dosahují vyššího stupně vzdělání a následně získávají lepší zaměstnání.

(2) Dobrovolnictví může sloužit jako příprava na budoucí povolání. Jedinec může skrze dobrovolnictví získat cenné pracovní zkušenosti, které ocení jeho budoucí zaměstnavatel. Zároveň získá i potřebnou praxi a ukáže, že je ochoten se pracovně rozvíjet, investovat čas a energii do osobního či sociálního rozvoje bez nároku na odměnu.

(3) Dobrovolnická práce vytváří sociální síť. Tyto osobní vztahy mezi lidmi, které spojuje podobný zájem, pak mohou mít vliv i při hledání dobrého zaměstnání či získání lákavé pracovní nabídky. Dobrovolnickou činností se jedinec rovněž zviditelňuje, což může zvyšovat jeho atraktivitu na trhu práce. V kontextu zvýšení šancí na získání zaměstnání je třeba ale zmínit, že dobrovolnická aktivita je v západních zemích mnohem více ceněna než v českém prostředí (Matoušek, 2003).

## *Příjem*

Co se týče příjmu, vydělávají si dobrovolníci v průměru více než nedobrovolníci (Day a Devlin, 1997, 1998, in Musick a Wilson 2008), nicméně se výše platu odvíjí od oblasti, v níž se dobrovolník angažuje, například členství v náboženské organizaci má opačný efekt. Kauzalita však může působit i opačným směrem, a to tak, že ti, co si vydělávají více, dobrovolničí častěji, což je velmi pravděpodobné.

## *Přínos pro vzdělání*

Studie ohledně vztahu mezi dobrovolnictvím a vzděláním dochází k jednotným závěrům. Mezi vzděláním a dobrovolnictvím existuje pozitivní vztah a rovněž se potvrdilo, že vzdělání je nejkonzistentnější prediktor dobrovolnické angažovanosti. Lidé s vyšším stupněm dosaženého vzdělání se věnují dobrovolnické práci s mnohem větší pravděpodobností než nedobrovolníci. V tomto ohledu je vzdělání prakticky zdrojem dobrovolnictví. Dobrovolníkům se více daří ve školních aktivitách a ti, co mají lepší studijní výsledky, pak mají lepší práci.

Podle longitudiálního výzkumu v USA studenti, kteří se věnovali dobrovolnictví na vysoké škole, s větší pravděpodobností svá studia dokončili a dosáhli dalších akademických úspěchů (Astin a kol., 1999). Pro vysvětlení pozitivních vlivů dobrovolnictví na vzdělání je zapotřebí dalších výzkumů, nicméně tvrdí se, že dobrovolnictví rozvíjí osobnost a rozličné dovednosti, které jedinci mohou uplatnit při svých studiích (např. sebedůvěru, vyrovnanost, vyzrállost aj.) (Musick, 2008).

#### **2.1.4. Dobrovolnictví v ČR**

Touto kapitolou se zde zabýváme proto, že z dosavadních výzkumů zabývajících se tématem této práce vyplývá, že vzorce dobrovolnictví se v různých zemích liší, stejně tak příležitosti a infrastruktura dobrovolnictví. To pak může mít samozřejmě vliv na výsledky naší práce a srovnání se západními zeměmi, v jejichž podmínkách proběhly výzkumy, z nichž teoreticky čerpáme. Protože podobnou analýzu na našem vzorku v českém prostředí ještě nikdo neprovedl, nemusí být výsledky zahraničních studií aplikovatelné na českou populaci. Na rozdílné výsledky v porovnání s dosavadními zjištěními z jiných zemí může mít vliv odlišné historické pozadí naší země a s tím spojený vývoj dobrovolnictví. Proto se tím v této kapitole budeme ve stručnosti zabývat.

##### *Stručný nástin vývoje českého dobrovolnictví*

Hustá infrastruktura dobrovolnictví v 30. letech 20. století v Československu sahala od lokální úrovně až k národním organizacím a v mnoha případech byla podporována samotnou hlavou státu (Brož, Tošner a Kušková, 2012). Podle studie Friče a Pospíšilové (2010) vykazovala ČR před druhou světovou válkou srovnatelný vzorec dobrovolnictví jako ve většině zemí západní Evropy. Po druhé světové válce se však poměry v bývalém Československu výrazně změnil. Padesátiletý totalitní režim a jeho pád před 20 lety české dobrovolnictví poznamenaly. Změny se týkaly jak kulturního rámce dobrovolnictví, tak i jeho organizace, sociálních možností dobrovolníků participovat, jejich motivace i stylu samotné práce. Komunistická strana paralyzovala dobrovolnický aktivismus, spoustu organizací, které odporovaly její ideologii, zrušila (např. Junák). Dobrovolnictví mělo ráz politické činnosti. Mnoho dobrovolných aktivit mělo povinnou účast, což zcela odporuje výše zmíněné definici. Motivací samotnou pak měla být láska k socialistickému zřízení společnosti. Skutečná motivace se však pohybovala od víry v ideály komunismu, přes zvnitřněné normy nezávislé

na ideologii, až ke strachu, podmíněnému sankcemi z neloajality k režimu. Odtud tedy mohou pramenit nepřilíš pozitivní postoje k dobrovolnictví a názor, že dobrovolník je naivní jedinec, který si neuvědomuje, že je zneužíván. Frič a Pospíšilová (2010) dokonce identifikovaly vzorce dobrovolnictví typické pro demokratické režimy jen u menšiny (až 1/3) dobrovolníků. Lze tedy vyvozovat, že nový styl dobrovolnictví stojí jen v pozadí i po dvaceti letech od pádu komunistického režimu.

### *Postoje*

V západních zemích je dobrovolnictví často důležitou image jedinců a rovněž v rámci společnosti je nahlíženo jako obecná zvyklost. V ČR se mezi dobrovolníky řadí především studenti a postoje vůči dobrovolnictví nejsou tak pozitivní. Z článku pojednávajícím o infrastruktuře dobrovolnictví v ČR (Brož, Tošner a Kušková, 2012) se většina občanů dívá na dobrovolnictví jako na něco méněcenného a špatného. Přibližně 24% občanů shledává dobrovolníky jako naivní lidi, kteří si neuvědomují, že jsou zneužíváni. Tyto postoje bývají přičítány období komunistického režimu, který organizoval povinné „dobrovolnické aktivity“ pod pohrůzkou znevýhodnění ze strany státu. To může mít vliv na počet dobrovolníků, stejně tak i výhody, které dobrovolnictví poskytuje. Jestliže je většinou populace nahlíženo jako něco negativního, může být místo zdrojem výhod pro dobrovolníka spíše stigmatem.

Aktuálně se formálnímu dobrovolnictví v ČR věnuje 30% občanů starších 15 let. Výzkum v rámci *European Value Study* (EVS) řadí Českou republiku vzhledem k počtu formálních dobrovolníků mezi země jako je Belgie, Rakousko, Německo, jejichž podíl dobrovolníků se pohybuje mezi 33-24% a jejich počet vzrůstá. Podle analýzy Friče a Pospíšilové se v české společnosti neformálnímu dobrovolnictví věnuje 38% občanů, převážně polovina z nich je pak zapojena i do aktivit, které řadíme mezi formální dobrovolnictví. Dále přichází se zjištěním, že ČR patří mezi země, kde převažuje míra neformálního dobrovolnictví nad formálním, což je typické zejména pro evropské země (opakem je např. USA). Intenzita dobrovolnické činnosti je podle nich vyšší u formálních dobrovolníků ve srovnání s neformálním.

#### **2.1.5. Dobrovolnická vs. dobrovolná činnost**

Nakonec teoretické části práce věnované dobrovolnictví bychom rádi provedli zdůvodnění, proč upřednostňujeme terminologické spojení dobrovolnická (práce, činnost,

aktivita...) před dobrovolnou. Následujeme v tomto autory dat, jejichž sekundární analýza je součástí této práce. Termín dobrovolnická je mnohem komplexnější a zahrnuje v sobě atributy definice dobrovolnictví, které se budeme držet (viz níže). Pojem dobrovolná oproti tomu, ve svém kořenu zdůrazňuje svobodnou vůli, což považujeme za nedostatečné. Dobrovolně můžeme vykonávat například profesní činnost<sup>7</sup>, za níž jsme odměňováni mzdou, což je v rozporu s naší definicí dobrovolnictví.

---

<sup>7</sup> Míněno ve smyslu, že nás k tomu nikdo nenutí, ačkoli je zřejmé, že životní podmínky a pravidla této společnosti nutí své sociální aktéry pracovat, můžeme si přesto zvolit život mimo pravidla této společnosti s vědomím sankcí, které nám za to hrozí. Ale to je už spíše filozofická či jiná polemika, do jejichž sfér nebudeme zabíhat.

### **3. Životní spokojenost**

#### **3.1.1. Pojmy související s životní spokojeností**

Chceme-li definovat životní spokojenost, musíme si uvědomit, že se vzájemně prolíná s dalšími pojmy jako je *kvalita života* (Quality of Life, QoL), *štěstí* (happiness), *subjektivní pohoda* (subjective well-being), *radost* (joy), *blaho* (welfare). Tyto termíny nicméně, jakkoli hojně užívané jsou, bývají ve vědeckém prostředí poněkud vágně vymezené. Velmi často se životní spokojenost definuje v kontextu kvality života, proto budeme její definici hledat v komplexních konceptech, mezi které patří právě kvalita života. Upozornujeme na časté zaměňování životní spokojenosti s pojmem kvalita života.

#### *Spokojenost, radost a štěstí*

Pokud se na *spokojenost* podíváme optikou psychologického pojetí emocí, mohli bychom ji dle Nakonečného (2000) nahlížet jako *slabší formu radosti*, jejíž nejintenzivnější dimenzí je štěstí. *Štěstí* je stav, který zaplavuje vědomí člověka. Pocity štěstí, spokojenosti se liší v závislosti na hodnotovém systému jedince. Tuto emoci spouští různé podněty. Štěstí je považováno za spíše dočasný stav, kdežto spokojenost má dlouhodobější charakter. Nakonečný přímo uvádí, že *exaltace štěstí se postupně snižuje, až přejde do stavu hluboké spokojenosti*, proto slabší forma radosti. Stuchlíková (2007) rovněž rozlišuje mezi dlouhotrvajícím pocitem štěstí, který označuje jako subjektivní pohodu a krátkodobým stavem štěstí, k němuž přiřazuje emoce radosti či uspokojení. Z vědeckého hlediska není možné zažívat intenzivní pocit radosti a štěstí dlouhou dobu, neboť neurotransmitery v mozku vyvolávají pouze krátkodobé emoční stavy radosti a vzhledem k optimálnímu fungování organismu to není ani žádoucí. Na druhou stranu je možné být ve stavu dlouhodobé spokojenosti a pohody, který se odehrává na pozadí každodenního života a který jedinec dokáže reflektovat. Štěstí od spokojenosti bývá často odlišeno jako afektivní stav s převahou pozitivních emocí a spokojenost jako kognitivně zhodnocený stav vlastního života (Diener, Oishi, Lucas, 2009, Koukolík, 2005). Z tohoto hlediska bychom mohli štěstí nahlížet jako fyziologickou reakci organismu – emoci – a spokojenost jako mentální reprezentaci vyvolaných emocí – cit.

Mohapl (1992) zařazuje životní spokojenost do kontextu subjektivního pocitu pohody a vztahuje ji rovněž ke kognitivním a hodnotícím procesům, přičemž ostatní komponenty subjektivního pocitu pohody (jako jsou např. pozitivní emoce, štěstí) řadí k emocionálnímu ladění a jeho vlastnostem.

Současné výzkumy, zabývající se problematikou kvality života, operacionalizují životní spokojenost jako subjektivní hodnocení individuálního života jedince podle toho, jak ho prožívá a utváří (Heřmanová, 2012). Uvede-li jedinec, že je v životě spokojen, lze ho za takového i považovat.

Pro účely této práce ve stručnosti nastíníme teoretická východiska, která s životní spokojeností souvisí a mají souvislost s dobrovolnictvím. Budeme se věnovat především konceptu kvality života, jehož součástí dle Dienera a kol. (2009) životní spokojenost je.

### **3.1.2. Kvalita života**

V odborné literatuře existuje velké množství různých konceptů a definic kvality života, nenajdeme v nich však žádné jednotné a jednoznačné teoretické vymezení. Definice se v mnohém vzájemně prolínají. Je to poněkud kontroverzní oblast výzkumu.

Neexistuje ani shoda ohledně počátku výzkumů kvality života. Otázky související s kvalitou života si lidé kladli odjakživa, například Aristotelés, který se ve své Etice Níkomachově zabývá otázkou lidského štěstí, které považuje za nejvyšší dobro. Jeho *eudaimonia* by v překladu z řečtiny mělo blízko tomu, co označujeme well-being (viz níže) a které by se dalo přeložit jako „mít se dobře“, „dobře si žít“.

Původ pojmu kvality života sahá k počátkům 20. století. Její výzkum byl nejprve orientován na materiální stránku lidského bytí v souvislosti s ekonomickým vývojem. Oblastí zájmu psychologie se kvalita života stala až po druhé světové válce, kdy se termín pokusila vymezit Světová zdravotnická organizace (WHO, 1948 in Heřmanová, 2012), která ho zahrнула do své definice zdraví: „zdraví není jen absence nemoci či poruchy, ale je to komplexní stav tělesné, duševní i sociální pohody (well-being)“. Tato definice zdůrazňuje jak subjektivní (sociální, důraz na potřeby jedince) dimenzi, tak objektivní (fyziologickou) dimenzi, přesto je příliš abstraktní a relativní (Heřmanová, 2012).



V 60. letech 20. století se operuje s pojmem kvality života v širším pojetí a termín získává i nemateriální dimenzi (Veenhoven, 1996, in Heřmanová, 2005, s. 14). Do sociologie se pojem dostává v 70. letech minulého století, kdy je pozornost upírána na vliv společenských změn na životy lidí (Hnilicová, 2005, in Heřmanová, 2012, s. 15).

Koncept kvality života, za jehož součást se mimo jiné považuje životní spokojenost, je multidimenzionální konstrukt. Je to „soubor vzájemně se ovlivňujících objektivních a subjektivních dimenzí. Je to dynamický koncept. Dynamický proto, že hodnoty a sebehodnocení se v průběhu života mohou měnit na základě životních událostí a zkušeností (Bowlingová, 2003 in Higginson, 2003). Ekonomie, geografie a ekologie studují kvalitu života z hlediska objektivních podmínek životní úrovně, subjektivní hledisko převažuje na poli sociologie, psychologie, kulturní antropologie apod. (Heřmanová, 2012).

K lepšímu vymezení pojmu životní spokojenosti nám mohou pomoci studie věnující se faktorům, které ji ovlivňují. Je třeba mít na paměti, že tyto faktory se v rámci různých kultur liší, proto se zaměříme na studie z euroamerického prostředí a dalším podpůrným zdrojem (sice méně aktuálním) pro nás bude studie Dany Hamplové (2004), v níž se zabývala faktory ovlivňující životní spokojenost v české společnosti. Jedná se zejména o vztahy mezi základními sociodemografickými faktory a životní spokojeností. V zásadě můžeme identifikovat tři přístupy v hodnocení kvality života (1) *psychologický*, akcentující spíše subjektivní představy jedince, pozitivní emoce, stav mysli, optimismus a jiné osobnostní charakteristiky (2) *ekonomický*, který se zaměřuje víceméně na socioekonomické faktory, kvalitu života redukuje na preference a uspokojení potřeb spotřebitele, používá k měření různé indikátory jako HDP, HDI<sup>8</sup> aj. a konečně (3) *sociologický*, který kvalitu života vnímá v perspektivě společenského rozvoje. (Mičánková, 2013).

V novější literatuře věnované tomuto tématu bývá často citováno vymezení WHO (2001 in Heřmanová, 2012), zdůrazňující kulturní a sociálně-ekonomické aspekty, které ovlivňují jedince a jeho subjektivní prožitek osobní pohody. Konkrétněji ji charakterizuje jako to, jak jedinec vnímá své postavení ve světě v kontextu kultury a strukturálně normativních systémů společnosti, v nichž žije a také v kontextu jeho životního stylu, životních cílů, očekávání, zájmů a toho, jak se mu je daří naplňovat.

Celostátní výzkum, který proběhl v 70. letech 20. stol. v USA a jehož cílem bylo identifikovat subjektivní indikátory kvality života vybraných respondentů, ukázal, že dobré socioekonomické podmínky a uspokojení základních biologických potřeb hrají významnou

---

<sup>8</sup> Human development index .

roli jen do té míry, dokud se nepohybujeme nad hranicí chudoby, pak do hry vstupují i další faktory. Mnohem důležitější je pro vnímání subjektivní kvality života „kognitivní hodnocení a emoční prožívání vlastního života, které se socioekonomickým statusem a dokonce ani s biologickým zdravím, nemusí být v přímé úměře.“ (Hnilicová, 2005, in Heřmanová, 2012, s 16).

Dnešní pojetí kvality života tedy spočívá v subjektivním vnímání a hodnocení vlastního života. Uvede-li respondent, že je spokojený, šťastný, můžeme ho za takového považovat (Rapley 2003, Diener, Lucas 2000b; Diener, Diener, 1995, cit. podle Hamplová, 2006). Štěstí od spokojenosti bývá často odlišeno jako afektivní stav s převahou pozitivních emocí a spokojenost jako kognitivně zhodnocený stav vlastního života (Diener, Lucas 2000a cit. podle Hamplová, 2006).

Tento aspekt spokojenosti zdůrazňují ve vymezení kvality života psychologové. Campbell (1976, in Anger, 2009) vidí kvalitu života v závislosti na tom, jak ji vnímá sám jedinec. Ke studiu kvality života přistupuje skrze jedincovo individuální vnímání osobní pohody či spokojenosti nikoli skrze objektivní, souhrnné ukazatele. Tento přístup lépe koresponduje s pojmem spokojenost, která je nahlížena jako subjektivně prožívaný pocit (*např. „příjemný pocit z dobrých vztahů a dobře vykonané činnosti“*). (Hartl, Hartlová, 2010)

### **3.1.3. Well-being**

Pojem, který se objevuje ve většině zahraničních studií na téma dobrovolnictví a životní spokojenost, z nichž čerpáme, je *well-being*. Je to pojem, jenž je užíván především v psychologickém diskursu, nicméně přesahuje do dalších společenskovedních disciplín (ekonomie, sociologie, pedagogika) a své pole působnosti má i v hovorovém jazyce (Kebza, 2005). Tento termín byl do vědeckého diskursu zaveden za účelem měření úspěšnosti národních států. Hojně používaný HDP nebyl pro některé výzkumníky postačujícím ukazatelem. Jako alternativa vznikl indikátor *well-being*, který má oproti HDP tu výhodu, že zahrnuje více dimenzí lidského života.

V hovorovém jazyce bývá překládán spíše jako životní spokojenost (Kebza, 2005). Na obecnější rovině znamená „v pohodě“. V terminologii anglicky mluvících zemí bývá *well-being* vysvětlován i ve spojení dalších pojmů jako „*life satisfaction*“ (životní spokojenost), „*welfare*“ (blaho), „*pleasure*“ (radost), „*happiness*“ (šťěstí) apod. (Oxford Advanced Learner's Dictionary, 1995, in Kebza, 2005, s. 62). Obecně je pojem *well-being* v angličtině na personální rovině označováno celkové zdraví a štěstí, jak emocionální, fyzické, tak

psychologické (Hornby, Oxford Advanced Learner's dictionary, 2005). Do češtiny bývá termín nejčastěji překládán jako „osobní pohoda“ (Kebza, 2005) nebo stručně „pohoda“ (Křivohlavý, např. 2001).

V českém prostředí ale dosud není úplná shoda v tom, jak tento pojem překládat. S odkazem na odbornou povahu práce jsme se rozhodli pro „osobní pohodu“, která v českých odborných statích převládá, ačkoli je třeba si uvědomit, že jeho ekvivalentem může být např. „životní spokojenost“ (Křivohlavý, 2001) či „subjektivní blaho“ nebo jen „štěstí“. Jak jsme ale uvedli výše, štěstí nepokládáme za dlouhodobý stav úměrný životní spokojenosti, proto se přikláníme k překladu v pojmech „osobní pohoda“, „životní spokojenost“ či „subjektivní osobní pohoda“.

Pro vymezení tohoto pojmu neexistuje původní domácí literatura (Mohalp, 1992). Diener a kol. (2009) ho charakterizuje jako vícerozměrný konstrukt, který v sobě pojímá celkové zhodnocení života zkoumaným subjektem. Skládá se z kognitivní složky (životní spokojenost), afektivní (přítomnost pozitivního a negativního afektu) a štěstí. Huppert (2008) popisuje well-being jako přítomnost příjemných pocitů a efektivního fungování. Je to tedy stav, kdy se nám daří na emocionální a fyziologické úrovni.

S well-being se obvykle pojí adjektivum *subjektivní*, které v měření znamená, že respondenti svou životní spokojenost hodnotí sami, či *self-reported*, což naznačuje, že se vyhýbáme objektivnímu měření, pod nějž spadají různé indexy, měřící životní spokojenost na celonárodních úrovních, především v ekonomicky orientovaném výzkumu. Diener a Ryan (2009) v této souvislosti hovoří o subjektivním pocitu pohody jako zastřešujícím pojmu, který popisuje úroveň osobní pohody podle subjektivního zhodnocení respondentů. Tato hodnocení můžou mít pozitivní nebo negativní charakter. V hodnocení subjektivní osobní pohody je zahrnuta dimenze životní spokojenosti, afektivních stavů jako radost, smutek, zájem, angažovanost jedince, spokojenost se zaměstnáním, osobní vztahy, zdraví, možnost odpočinku, smysl a cíl života a další důležité sféry v životě jedince, které dohromady utváří jeho osobní pohodu a spokojenost.

Když tedy shrneme všechna předchozí vymezení, rozhodli jsme se v této práci operovat především s pojmem *subjektivní životní spokojenosti*, který se v zahraničních pracích často zrcadlí v pojmu *well-being*. Tím je ve vědeckém psychologickém diskurzu označována *míra pociťovaného pozitivního nebo negativního afektu, štěstí či spokojenosti se životem* (Frey, 2008) a v rámci dotazníkového šetření bývá podchycena otázkami ohledně celkové subjektivní životní spokojenosti jedince či míry pociťovaného štěstí (Plagnol, Huppert, 2010). Jádrem životní spokojenosti je to, že máme pocit dostatku všeho, co pro svůj spokojený život

potřebujeme. Toho se může týkat i aspekt „sociálního blaha“, který v sobě zahrnuje pocit sounáležitosti k nějaké skupině, popř. komunitě, pozitivní postoj k ostatním, pocit, že svou činností přispíváme veřejnému blahu, přesvědčení, že je společnost schopna se pozitivně rozvíjet a následně angažovanost skrze prosociální chování (Greenfield, Marks, 2004). V tomto ohledu se práce nachází na pomezí sociologie a psychologie.

### **3.1.4 Měření životní spokojenosti**

Ve zkoumání kvality života či životní spokojenosti jedince se zaměřujeme jen na dílčí oblast, protože tato problematika v sobě zahrnuje široké spektrum faktorů a oblastí v nichž ji můžeme zkoumat. Kvalita života má, jak jsme nastínili výše, dvě dimenze, na kterých ji můžeme měřit. Jedná-li se o objektivní rovinu, zajímají nás především zjištění na úrovni národních celků, ty měříme prostřednictvím indexů, které v sobě zahrnují různé indikátory. Pokud se specifikuje na subjektivní rovinu, zajímá nás pak subjektivně vnímané zhodnocení kvality života daného jedince. Pohled skrze objektivní dimenzi je zaměřen na objektivně pozorovatelné charakteristiky kvality života, především na podmínky, v nichž jedinci žijí. Subjektivní pohled pak sleduje výpovědi respondentů o tom, jak sami prožívají a hodnotí svůj život (Heřmanová, 2012).

Bergsma a Engel (1988 in Křivohlavý, 2002) rozlišují tři roviny měření kvality života: (1) makro rovinu, kterou měříme na úrovni národních celků, (2) mezo rovinu, kde se zaměřujeme na sociální skupiny (například vojáci, fyzicky postižení atd), (3) osobní rovinu, kde nám jde o subjektivní vyjádření životní spokojenosti jednotlivce.

V této práci budeme zkoumat životní spokojenost v rovině personální, tak jak ji vymezuje Bergsma a Engel (1988), v rozsahu života jednotlivce, dobrovolníka. Díky svému multidimenzionálnímu rozměru je měření kvality života či životní spokojenosti obtížným úkolem (Bowlingová, 2003 in Higginson, 2003). Je třeba si uvědomit komplementaritu nejednotnosti definice osobní pohody či životní spokojenosti s přístupem jejich měření: subjektivní povaha spokojenosti a nejednoznačné vymezení komplikuje její měření (Hamplová, 2006).

Počáteční způsoby měření tohoto fenoménu, které jsou i dnes častou volbou výzkumníků, spočívají na položení jediné otázky ohledně celkové životní spokojenosti či štěstí tak, jak ji hodnotí respondent. Tak např. World Values Survey měří životní spokojenost či pocit štěstí tak, že respondentům pokládají jednu či 2 holisticky formulované otázky např. „Jak se celkově cítíte spokojeni se svým životem?“. Jedná se o tzv. přímou strategii

hodnocení osobní pohody přímo přes položku měrného nástroje. Zdrojem je pak výrok respondenta o sobě (Blahutková, Dan, 2008). Jakkoli se to může zdát nedostatečné, psychologická vyhodnocení prokázala validitu tohoto měření. Časem však byly vynalezeny škály s více položkami s vyšší validitou a reliabilitou (Diener, Oishi a Lucas, 2009). Tyto škály pak životní spokojenost či osobní pohodu klasifikují na jednotlivé komponenty, indikátory (Mohapl, 1992). Heřmanová (2012) předkládá výčet komponent, které spadají do struktury subjektivně prožívané kvality života. Řadí mezi ně především ty indikátory, které mají dlouhodobý charakter. Například pocit životního štěstí, radosti, spokojenost s prožíváním vlastního života, lásky, uspokojení ze seberealizace, nalezení smysluplnosti života a osobního rozvoje.

### **3.2. Dosavadní výzkumy zaměřené na vztah mezi životní spokojeností a dobrovolnictvím**

Tyto studie zkoumají, jak dobrovolníci celkově hodnotí svůj život a jestli jejich životní spokojenost vychází i z dobrovolnických aktivit. Převážná většina z nich se zabývá subjektivním pocitem pohody (subjective well-being), psychologickou osobní pohodou (psychological well-being) či dalšími aspekty kvality života (QoL) (Moen, Robinson, Dempster-McCain, 1995, cit. podle UNV, 2011). Výsledky těchto studií informují převážně o zdravotních výhodách, které dobrovolníci ze své činnosti získávají. Z prvního výňatku Závěrečné zprávy informující o stavu dobrovolnictví ve světě vydaného Programem dobrovolníků OSN v roce 2011 vyplývá, že většina těchto výzkumů sleduje, jak vykonávání dobrovolnické činnosti ovlivňuje celkové hodnocení kvality života daným jedincem. Vztah mezi dobrovolnictvím a osobní pohodou (well-being) byl zkoumán především v rozvinutých zemích. Obecně vzato deklarují dobrovolníci v průměru větší míru celkové životní spokojenosti (např. Hewits a Thoits, 2001, Wilson a Musick, 2003, Meier a Stutzer, 2008, Binder a Freytag, 2013).

#### *A. Studie cílené na starší populaci*

Asi nejfrekventovanější studie zkoumající vztah mezi životní spokojeností a dobrovolnictvím, které můžeme v odborné literatuře najít, se zabývají starší populací (Kuskova, 2011). Tyto studie se snaží dokumentovat dobrovolnictví jako faktor efektivního a plnohodnotného stárnutí (např. Morrow-Howell, Hinterlong a kol., 2003). Dobrovolnictví u

starších osob vede k lepší náladě, snižuje úzkost, pocity bezmoci a beznaděje (Greenfield, Marks, 2004) a celkově pozitivně ovlivňuje osobní pohodu (Morrow-Howell a kol., 2003). Nicméně pozitivní účinky dobrovolnictví na osobní pohodu u starších lidí závisí na jejich sociálních a osobnostních zdrojích. Někteří autoři dokonce doporučují zapojení starších lidí do dobrovolnictví v rámci politiky veřejného zdraví (Morrow-Howell a kol., 2003).

## *B. Studie sledující kauzalitu*

Binder a Freytag (2013) zkoumali vztah dobrovolnictví a subjektivní pocit pohody na vzorku britské populace. Zjistili, že dobrovolnictví výrazně zvyšuje životní spokojenost a to tím více, čím delší a pravidelnější dobrovolnická činnost je. Zároveň kontrolovali potenciální vliv stabilních osobnostních faktorů, které by mohli ovlivnit kauzalitu mezi zkoumanými proměnnými. Dobrovolnictví jako prostředek ke zvýšení životní spokojenosti se ukázal významný u těch dobrovolníků, kterým dobrovolnictví umožňovalo zmírnit jejich vlastní nespokojenost. Šťastní lidé mají zdroje svého štěstí pravděpodobně jinde, ale za to více dobrovolničí.

Ve vztahu ke kauzalitě v našem vztahu jsou klíčové longitudinální studie. Podle dosavadních výzkumů může hrát životní spokojenost ve vztahu dvě role. Jednak může být jedním ze zdrojů dobrovolnictví (spokojenější lidé více dobrovolničí) a rovněž může být výsledkem dobrovolnické činnosti (dobrovolnictví zvyšuje životní spokojenost). (Kuskova, 2011)

Na základě výzkumů byla korelace mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností či kvalitou života prokázána. Nicméně otázkou zůstala kauzalita, tedy to, jaký je mezi zkoumanými proměnnými vztah. Dobrovolníci mohou být totiž v životě spokojenější než nedobrovolníci, ale zároveň může životní spokojenost zvyšovat pravděpodobnost zapojení se jedince do dobrovolnických aktivit (Frey, 2008). Reciproční kauzální vztah mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností, ověřený na datech longitudinální povahy, v americkém prostředí prokázala studie V. Kuskové (2011).

Dále jde studie Pilliavinové a Sieglové (2007) jejichž longitudinální výzkum poskytuje důkaz, že vztah mezi dobrovolnictvím a psychologickou osobní pohodou je kauzální. Měření provedly v roce 1992 a následně v roce 2004. Jejich výsledky byly velmi podobné. Přišly se zjištěním, že různé druhy aktivit mohou zvýšit životní spokojenost jedince, nicméně dobrovolnická činnost má podle výsledků studie mnohem větší vliv na pozitivní pocit ze sebe sama. Dochází k závěru, že přínos v rámci různých sociálních aktivit je

charakteristický právě pro altruistické sociální činnosti. Dále přišly na to, že přínos z dobrovolnické činnosti je přímo úměrný počtu organizací, pro které dobrovolník pracuje. Přínos z dobrovolnické činnosti je nejvyšší pro ty, jejichž míra sociálního začlenění je nejnižší. Lze tedy předpokládat, že ti, jejichž sociální síť není příliš pevná, můžou prostřednictvím dobrovolnictví zvýšit úroveň své psychologické osobní pohody.

Meier a Stutzer (2008) na základě longitudiální studie v období 1985 – 1999 zkoumali, jestli jsou dobrovolníci více spokojeni se svými životy než nedobrovolníci. Respondenti měli popsat svoji socioekonomickou situaci, zhodnotit svou celkovou životní spokojenost a uvést frekvenci své dobrovolnické činnosti. Jejich analýza potvrdila, že dobrovolníci jsou v životě spokojenější. Z výsledků vyplývá, že lidé, kteří nikdy nedobrovolničili, udávali v průměru menší míru životní spokojenosti. Míra životní spokojenosti se zvyšující frekvencí dobrovolnické aktivity zvyšovala. Ve výsledku kauzalita byla prokázána a potvrdila se zvyšující životní spokojenost v závislosti na dobrovolnictví. Pozitivní přínos dobrovolnictví na duševní, fyzické a sociální rovině životní spokojenosti uvádějí ve výzkumu zabývajícím se ekologickým dobrovolnictvím (O'Brien, Townsend a Ebden (2010)). Zjistili, že deklarovaná míra životní spokojenost se spolu s emocionálním stavem mění prostřednictvím dobrovolnické činnosti. Za nejpřínosnější považovali dobrovolníci možnost sociálního kontaktu a následný rozvoj svých sociálních sítí. Podle autorů může být dobrovolnictví velmi účinným způsobem, jak posílit fyzickou, sociální a duševní životní spokojenost dobrovolníků. Zároveň zdůrazňují, že i lidé různých věkových skupin a z odlišných socioekonomických zázemí dokážou těžit ze společné činnosti a dát své činnosti smysl.

Thoitsová (1992, in Thoits a Hewitt 2001) vysvětluje zjištěnou kauzalitu na základě teorie identity rolí. Ve stručnosti to znamená, že role dobrovolníka poskytuje jedinci smysl života a jeho naplnění, které může následně zvýšit osobní pohodu. Dalším významným faktorem, který by tento vztah mohl vysvětlovat, může být socio-emoční výhoda, kterou dobrovolník těží z prosociální aktivity (Smiths, 1981 in Thoits, 2001). Thoitsová s Hewittovou (2001) zjistily oboustranný vztah mezi dobrovolnictvím a subjektivní osobní pohodou na základě zkoumání tohoto vlivu šesti měřeními subjektivní osobní pohody na amerických datech.

### *Shrnutí*

Shrneme-li dosavadní studie zabývajících se vztahem dobrovolnictví a životní spokojenosti, můžeme říci, že dobrovolnictví poskytuje velký přínos samotným

dobrovolníkům, a to jak na fyzické rovině, tak i na psychologické. Pozitivní vliv dobrovolnictví na zdraví a životní spokojenost se zdá být – slovy Vecinové a Fernandové (2013) – silný a konzistentní.



# Metodologická část

---

V této části práce budou představeny metodologické postupy, které používáme k ověření vlivu formálního dobrovolnictví na životní spokojenost jedince. Popsány budou analytické postupy, data, vzorek aj. Vzhledem k tomu, že ústřední metoda této práce je kvantitativní, formulujeme zde hypotézy a popíšeme operacionalizaci klíčových proměnných.

## **4. Formulace výzkumného problému, výzkumné otázky a hypotézy**

Na základě teoretické části docházíme k několika výzkumným otázkám, jimiž se chceme zabývat. Zajímá nás vztah mezi formálním dobrovolnictvím a subjektivní životní spokojeností (subjektivní proto, že životní spokojenost neměříme objektivně (např. pozorováním) ale sledujeme, jak ji hodnotí sami respondenti). Chceme zjistit, jestli je formální dobrovolnictví faktorem, který životní spokojenost (resp. kvalitu života) pozitivně ovlivňuje i v českých podmínkách. Zahraniční výzkumy prokázaly nejen silnou korelaci mezi těmito dvěma proměnnými, ale i přímo kauzalitu (Thoitsová, Hewittová, 2001, Meier, Stutzer, 2008, Borgonovi, 2008, Vecinová a kol., 2013). Povaha našich dat, ačkoli obsahuje velmi reprezentativní vzorek, nám neumožňuje zkoumat kauzalitu mezi proměnnými, tedy to, že jedna proměnná způsobuje druhou. To by vyžadovalo zjistit, co předchází čemu. Disman uvádí, že toto lze ověřit experimentálně nebo pozorováním. Redukujeme-li časovou souslednost, počet sledovaných proměnných či jiných vztahů mezi nimi, je kauzální analýza dat přímo vyloučena (Disman, 2007). Vzhledem k tomu, že naše data byla sesbírána za jiným výzkumným účelem, některé proměnné, které by námi zkoumaný vztah vysvětlovaly, v dotazníku zahrnuté nebyly anebo jenom povrchně, a protože data nebyla sesbírána v rámci longitudiální studie, nemůžeme o vysvětlení kauzality usilovat.

*Hlavní výzkumnou otázkou této práce je, jestli životní spokojenost souvisí s dobrovolnictvím a jestli v souvislosti s tím výsledky zahraničních výzkumů, zabývajících se podobnou problematikou, platí i v českých podmínkách. Předpokládáme, že spokojenost jedinců se životem statisticky významně souvisí s výkonem dobrovolnické činnosti v rámci organizace (tj. s formálním dobrovolnictvím). Životní spokojenost ovlivňují rozličné faktory. Ty budeme v analýze vnímat jako nezávislé a intervenující proměnné ve vztahu dobrovolnictví a životní spokojenosti a budeme kontrolovat jejich vliv. Jelikož naše data*

obsahují jen omezené množství otázek, které by mohly vysvětlovat životní spokojenost, musíme se spokojit s těmi, které máme k dispozici. Potenciálně významným faktorem ovlivňujícím životní spokojenost je dobrý zdravotní stav. Výhody dobrovolnictví spočívají nejen v psychické osobní pohodě ale i fyzické. Dobrovolníci mají méně zdravotních problémů (O'Brien, Townsend, Ebden, 2010). Mezi sociodemografické proměnné, které dále do analýzy zahrnujeme, jsou: pohlaví, manželský status, složení domácnosti (předpokládá se, že lidé žijící s někým v domácnosti se cítí spokojenější), výše příjmu, která souvisí s úrovní dosaženého vzdělání (čím vyšší vzdělání, tím vyšší plat) a typ okolí rezidence respondenta (město nabízí více příležitostí, pracovních podmínek, rozptýlení, ale rovněž někdy pro zdraví nepřilíživé podmínky, venkov naopak nabízí příležitost vést zdravý životní styl, na druhou stranu může vést k většímu ekonomickému zatížení např. v případě dojíždění apod.). Podrobněji jsou tyto proměnné popsány v analytické části. Mnoho studií je založeno pouze na vzorku dobrovolníků (Thoitsová, Hewittová, 2001), proto se soustředíme i na porovnání výsledků mezi formálními dobrovolníky, neformálními a nedobrovolníky. Faktorů, které do vztahu mohou vstupovat, je samozřejmě více, omezujeme se jen na ty, které obsahují naše data.

Na základě teoretického ukotvení formulujeme následující hypotézy:

**Hypotéza 1:** Mezi formálním dobrovolnictvím a životní spokojeností je statisticky signifikantní pozitivní vztah.

*H<sub>0</sub><sup>1</sup>: Proměnné životní spokojenost a formální dobrovolnictví jsou na sobě nezávislé.*

**Hypotéza 2:** Lidé vykonávající formální dobrovolnickou činnost budou deklarovat vyšší míru životní spokojenosti než lidé, kteří se věnují neformálnímu dobrovolnictví nebo kteří se nevěnují žádné formě dobrovolnictví.

*H<sub>0</sub><sup>2</sup>: Rozdíl mezi skupinami respondentů rozdělených podle jejich vztahu k dobrovolnictví podle deklarované míry životní spokojenosti neexistuje.*

#### **4.1. Operacionalizace a měření klíčových proměnných**

##### *Životní spokojenost (life satisfaction)*

Pro účely této práce za životní spokojenost považujeme subjektivně vnímanou spokojenost v různých oblastech života, jejíž míra je určena kognitivně zhodnoceným stavem života jedince. Je to tedy kognitivní komponenta osobní pohody (well-being). Předpokládáme, že jedinec v rámci svého zhodnocení zahrne všechny pro něj důležité komponenty, které ovlivňují jeho životní spokojenost. Předpokládáme, že faktory životní spokojenosti vychází z hodnotového systému každého jedince a pro každého mohou nabývat jiné podoby. Otázkou by zde mohla být reliabilita tohoto měření, protože vícepoložkové otázky mají větší reliabilitu. V každém případě sebesupozovací otázky jsou validní (Diener, Oishi, Lucas 2009).

Měření této proměnné bylo přímé, na základě výpovědí respondentů na jednopoložkovou souhrnnou otázku, prostřednictvím které zhodnocovali svou celkovou životní spokojenost (více o úskalích spojených s jednopoložkovým měřením v limitech studie).

Během sběru dat byla měřena prostřednictvím otázky (v dotazníku č. D6) „*Jak jste celkově spokojen(a) se svým životem?*“ s odkazem ke konceptu životní spokojenosti dle Shina a Johnse (1978, s. 478 in Kuskova, 2011) kteří ji vymezují jako: „*celkové souhrnné posouzení pocitů a postojů jedince o svém životě v určitém okamžiku podle jím zvolených kritérií*“. Jedná se o ordinální proměnnou. Respondenti odpovídali na 4 stupňové škále dle míry spokojenosti:

- „Rozhodně ano“ (kódováno 1)
- „Spíše ano“ (kódováno 2)
- „Spíše ne“ (kódováno 3)
- „Rozhodně ne“ (kódováno 4)
- „Nevím“ (kódováno 8)
- Neodpověděl (a) (kódováno 9)

## *Formální dobrovolnictví*

Jak vyplývá z teoretické části, většina studií operacionalizuje dobrovolnictví jako činnost vykonávanou v rámci organizace či instituce (např. Penner, 2002 in Frič, Pospíšilová, 2010).

Protože podstatou této práce je sekundární analýza dat, vymezujeme formální dobrovolnictví stejně jako autoři dat. Formálním dobrovolnictvím máme na mysli *neplacenou práci pro organizace občanské společnosti mimo okruh rodiny a blízkých, ale i pro životní prostředí. Jako neplacenou práci považujeme i dobrovolnickou činnost, za níž dostal dobrovolník náhradu výdajů spojenou s výkonem činnosti či jinou symbolickou odměnu, která se nepodobá úrovni mzdy.* Autoři dat filtrovali formální dobrovolníky i podle zaměření neziskové organizace, pro niž svou činnost vykonávali (např. organizace zaměřená na ochranu práv). To v naší práci zohledňovat nebudeme, protože to pro zodpovězení výzkumných otázek není stěžejní a za dobrovolníka považujeme toho, kdo vykonával svou činnost pro jakoukoli neziskovou organizaci bez ohledu na její právní formu.

V dotazníku bylo formální dobrovolnictví podchyceno filtrovou otázkou Q1 „*Nejprve bych se vás rád (a) zeptal (a) na dobrovolnou práci pro dobrovolné neziskové organizace, např. občanské sdružení, nadaci či obecně prospěšnou společnost. Vyberte prosím z předloženého seznamu dobrovolných neziskových organizací tu nebo ty: Q1a) jejichž jste členem/kou; Q1b) kterým jste v uplynulých 12 měsících daroval (a) nějaký peněžní nebo nepeněžní dar; Q1c) pro něž jste v uplynulých 12 měsících dobrovolně pracovala; Q1x Uveďte, prosím, kolik hodin jste pro ně v uplynulých měsících dobrovolně pracoval (a)?.*“ Ti, kteří odpověděli na otázku Q1c ANO, ať už se jednalo o jakýkoli typ dobrovolné neziskové organizace, považujeme za formální dobrovolníky, jsou to ti, kteří pro nějakou organizaci přímo pracovali, což odpovídá i našemu definování formálního dobrovolníka.

## *Neformální dobrovolnictví*

Za neformální dobrovolnictví považuje tu činnost, která je vykonávána na základě svobodné vůle bez nároku na odměnu, mimo organizační kontext pro osoby či životní prostředí mimo okruh blízkých a rodiny.

V dotazníku bylo podchyceno otázkou Q49: „*Člověk se nemusí dobrovolnictví věnovat jen skrze nějakou organizaci nebo přes internet ale také jako jednotlivec přímo ve*

*svém okolí. Pomohl/a jste dobrovolně během posledních 12 měsíců někomu ve vašem sousedství nebo v místním společenství bez toho, aby vaši pomoc zprostředkovala nějaká organizace?“*

- Ano (kódováno 1)
- Ne (kódováno 2)

#### *Zdravotní stav*

Proměnná zdravotní stav byla měřena v baterii otázek zjišťujících bariéry v dobrovolnictví. *Q60d: „Když se podíváte na svůj život, jsou tam nějaké překážky nebo důvody, které vám brání věnovat se dobrovolné práci? Jak závažné jsou pro vás následující důvody, které vám brání věnovat se dobrovolné práci tak, jak byste si přál(a)?“ Q60d: Mám zdravotní problémy.* Respondenti odpovídali na 4 stupňové škále podle závažnosti a relevantnosti překážky v jejich životě.

1= velmi závažný

2= docela závažný

3= vůbec není závažný

4= nevztahuje se

9=neodpověděl

## **5. Data**

V práci pracujeme s daty z kvantitativního výzkumu *Dobrovolnictví* Doc. PhDr. Pavola Friče, Ph.D. a Mgr. Terezy Pospíšilové, M.A., Ph.D. a kol. provedeného v roce 2009, jehož výstupem je publikace *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v České společnosti na začátku 21. století* a z níž čerpáme informace o provedení výzkumu. Esenciálním cílem jejich výzkumu bylo zachycení stavu současného českého dobrovolnictví a to co nejkomplexnějším způsobem. Jejich výzkumné otázky směřovaly především ke vzorcům a stylům českého dobrovolnictví. Konkrétně se jedná o velmi reprezentativní výzkum na vzorku 3811 občanů ČR, kteří byli starší 14 let.

### *Sběr*

Pro samotný sběr dat byla použita technika *face- to- face* standardizovaných rozhovorů, jejichž průměrná délka byla 40 minut. Sběr dat proběhl v terénu v době od 9.10. do 2.12.2009. Byl realizován agenturou Factum Invenio za činnosti 407 tazatelů, kteří byli zapojeni do přidělené základní sídelní jednotky. Každý provedl maximálně 10 rozhovorů. Požadovaná návratnost dotazníků byla autory stanovena na 65%, proto se tazatelé k některým vybraným respondentům vraceli. Jako neúspěšný rozhovor byl klasifikován ten, který se nepodařilo uskutečnit po čtyřech návštěvách a dvou telefonátech nebo v případě odmítnutí rozhovoru. Přítomnost tazatelů mohla sloužit i k vyjasnění otázek, s nimiž si respondenti nevěděli rady.

Záznam původních primárních dat byl získán ve formátu SPSS se svolením Českého sociálněvědního datového archivu (ČSDA). Práce s daty respektuje smluvní podmínky ČSDA, tzn., že je s nimi zacházeno pouze pro výzkumné účely jejich sekundární analýzy v rámci této bakalářské práce bez jakýchkoli komerčních ambicí.

Nikdo nebyl do rozhovoru nucen a byla zachována ochrana osobních údajů. Data, která jsme od ČSDA získali, musela odpovídat podmínkám archivu. Jednou z nich je právě možnost zpřístupnit data dalším výzkumníkům, dále pak ošetření dat z hlediska ochrany osobních údajů respondentů, získaná data byla zcela anonymní a nebyla spárována s osobními údaji respondentů. Další výhodou bylo, že úprava dat musela odpovídat míře, v níž je možné realizovat jejich sekundární analýzu. Data jsou majetkem ČSDA, který si nárokuje dodržování autorských práv. Přesná citace dat je uvedena v seznamu použitých zdrojů.

Vzhledem k tomu, že data jsou aktuální (2009) a obsahují velmi reprezentativní vzorek z českého prostředí, jsou poměrně dobrou platformou pro řešení našich výzkumných cílů.

Nicméně jistá omezení jsou nevyhnutelná, protože data, s nimiž pracujeme, byla získána za jiným výzkumným účelem, než si stanovuje tato práce, proto se jim musíme určitým způsobem přizpůsobit. Za velmi významné pozitivum považujeme reprezentativnost výzkumného vzorku a vysokou reliabilitu dat. Naopak za určitým způsobem nedostačující považujeme zachycení proměnné životní spokojenosti v dotazníku, která jako 4 stupňová škála přinesla některá úskalí v analýze dat, stejně tak jako v dotazníku nebyla věnována výrazná pozornost dalším proměnným, které můžeme považovat za významné faktory životní spokojenosti (např. různé psychologické či osobnostní charakteristiky). Některé však přece jen byly do dotazníku zahrnuty a s nimi dále pracujeme v analýze. Pro naši sekundární analýzu využíváme především těch dat, která se týkají naší výzkumné otázky.

## **6. Výzkumný vzorek a cílová populace**

Výzkumný vzorek tvořilo 3811 občanů ČR, kteří byli starší 14 let. Za základní populaci výzkumu je považováno obyvatelstvo ČR starší 18 let. Respondenti byli vybráni na základě stratifikovaného vícestupňového náhodného výběru. Lokální určení výzkumného vzorku proběhlo tak, že celé území ČR bylo rozděleno na 57 států a v nich následně proběhl třístupňový náhodný výběr následujícím způsobem: 1. nejdříve se vybraly sídelní jednotky, 2. poté domácnosti a 3. nakonec jednotliví respondenti<sup>9</sup>. Výběrovou jednotkou zde byly občané ČR starších 14 let.

## **7. Dotazník**

Dotazník byl formulován tak, aby do něj mohl tazatel zapisovat výpovědi respondentů. V dotazníku byly zahrnuty položky týkající se jak formálního dobrovolnictví, tak neformálního i nedobrovolnictví s širokou paletou otázek zahrnující různé sociodemografické charakteristiky. Vzhledem k tomu, že si jeho autoři kladli jiné výzkumné otázky, navíc velmi komplexní, budeme si nadále všimnout jen těch proměnných, které v této práci zohledňujeme.

---

<sup>9</sup> Popis sběru dat a výběr respondentů uvádíme na základě informací dostupných v publikaci *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví na začátku 21. století*, Frič, Pospíšilová a kol. 2010.

Dotazník Vzorce a hodnoty dobrovolnictví byl cílen na potenciální dobrovolníky, kteří dokážou svou aktivitu reflektovat. Formální a neformální dobrovolnictví bylo filtrováno konkrétními otázkami, některé otázky v dotazníku byly cíleny jen na některou ze skupin respondentů, podle toho, co se autoři snažili zjistit.

## **8. Výzkumné metody**

Pro účely šetření jsme zvolili kvantitativní výzkumnou strategii, protože podstatou této práce je zkoumání vztahu mezi proměnnými. Prostřednictvím této strategie můžeme sledovat potřebné množství informací o velkém vzorku. Protože nás zajímá český respondent, bylo vhodné zvolit reprezentativní vzorek z českého prostředí. Proto jsme vybrali poměrně aktuální data obsahující širokou paletu o dobrovolnictví s vysoce reprezentativním vzorkem. Na základě teoretických podkladů byly formulovány hypotézy. Přičemž vztahy, které mezi proměnnými očekáváme, mohou být vyvráceny nebo potvrzeny (Disman, 2007). Sběr dat proběhl metodou osobních standardizovaných rozhovorů (více v sekci sběr dat). Analýza vztahů mezi proměnnými proběhla pomocí programu IBM SPSS. Protože proměnné, které do analýzy zahrnujeme, mají ordinální povahu, zvolili jsme neparametrické statistické metody. Pro ověření hypotézy č. 1 tj. vztahu mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností byla použita kontingenční tabulka a test chí kvadrátu. Dále jsme sledovali adjustovaná rezidua, která umožňují detailní průzkum závislosti. Tím, jsme ověřili druhou hypotézu. K odfiltrování případných oboustranných vlivů byla zvolena regresní analýza. Byla použita i pro kontrolu intervenujících proměnných. V této analýze bylo potřeba překódovat většinu proměnných do tzv. dummy proměnných s hodnotou 0 a 1 (detailněji popsáné v analýze).



# Empirická část

---

## 9. Analýza dat, výsledky

Celý soubor byl rozdělen na tři skupiny, mezi nimiž jsme výsledky srovnávali. Vzhledem k tomu, že původní data byla sesbírána pro zodpovězení jiných výzkumných otázek, než jakými se zabýváme zde (šlo zejména o různé vzorce dobrovolnictví), neřešili autoři nijak zvlášť skupinu „nedobrovolníků“, která je však v naší analýze klíčová pro celkové srovnání míry životní spokojenosti, jejíž vyšší hodnotu předpokládáme právě u dobrovolníků. Rozhodli jsme se proto nahlížet dobrovolnictví hierarchicky a jednotlivým skupinám přiřadit následující hodnoty:

- |                            |              |
|----------------------------|--------------|
| (1) Formální dobrovolník   | (kódováno 2) |
| (2) Neformální dobrovolník | (kódováno 1) |
| (3) Nedobrovolník          | (kódováno 0) |

Zde bychom chtěli upozornit, že ve skupině formálních dobrovolníků jsou i ti, kteří se zároveň věnují neformálnímu dobrovolnictví. Formální dobrovolnictví považujeme za vyšší úroveň, tudíž jsme je přiřadili k této skupině, ať už dobrovolníci neformálně či nikoli.<sup>10</sup> Předpokládáme, že ten, kdo se věnuje dobrovolnictví přímo (tj. neformálně) a pravidelně, si je své činnosti vědom a dokáže ji kognitivně zhodnotit.

Nejprve jsme se v analýze zaměřili na vztah mezi životní spokojeností a dobrovolnictvím. Zjišťovali jsme, jaká skupina respondentů (formální dobrovolníci, neformální, nedobrovolníci) deklaruje vyšší míru životní spokojenosti a zda je mezi těmito skupinami statisticky významný rozdíl. V následující tabulce uvádíme míru životní spokojenosti pro skupiny respondentů. U jednotlivých buněk zároveň uvádíme adjustovaná rezidua indikující odchýlení pozorované četnosti v buňce od očekávané četnosti v případě platnosti hypotézy o rovnoměrném rozdělení hodnot proměnné životní spokojenosti u každé ze skupin rozděleného souboru respondentů. Tento vztah jsme ověřili testem nezávislosti založeném na chí kvadrátu. Do analýzy nebyli zahrnuti ti respondenti, kteří na otázku D6,

---

<sup>10</sup> Ti, co na otázku Q49, která zjišťovala neformální dobrovolnictví, odpověděli „nevím“, byli v rámci analýzy kódováni jako nedobrovolníci.

zjišťující životní spokojenost, neodpověděli nebo ji nedokázali zhodnotit a odpověděli „nevím“ (celkem 100 respondentů).

**Tab. 3 Počet respondentů v jednotlivých skupinách (tříděných dle „úrovně dobrovolnictví“) podle míry deklarované životní spokojenosti (na škále 1-4, kde 1= rozhodně spokojený), průměry a směrodatné odchylky. Čeští občané, 2009.**

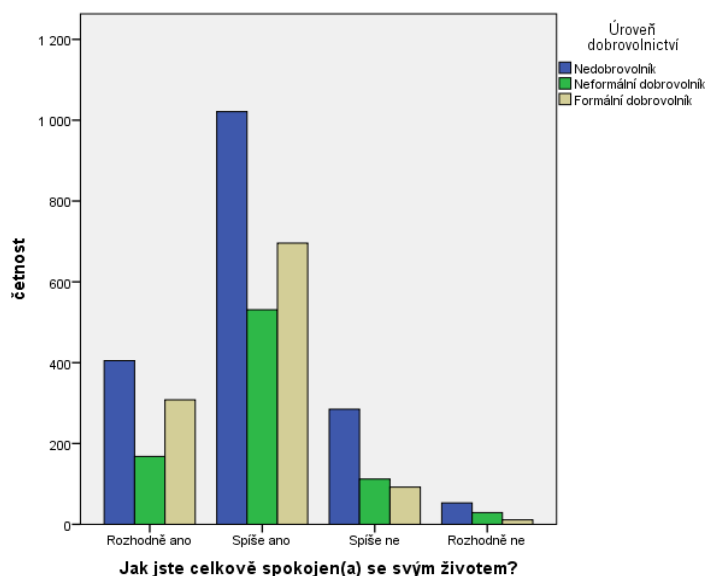
Proměnná	Průměr	N	Sm. och.
Formální dobrovolníci	1,82	1107	,609
Neformální dobrovolníci	2,00	840	,687
Nedobrovolníci	1,99	1764	,715
<b>Celkem</b>	<b>0,82</b>	<b>3811</b>	<b>,861</b>

Zdroj: Vlastní výstupy SPSS, data: Dobrovolnictví 2009, ČSDA.

V souboru, který jsme rozdělili výše popsaným způsobem, tvoří nejpočetnější skupinu ne-dobrovolníci. Což je logické, protože ostatní skupiny (podle výsledků, ke kterým došli autoři dat) tvoří procentuální zastoupení v ČR mezi 30-40 %. Konkrétně formální dobrovolníci 30% a neformální 38%<sup>11</sup>. Průměrné odpovědi respondentů z celého souboru na otázku o životní spokojenosti odpovídalo „spíše spokojen“. Toto rozložení je patrné i v grafu níže.

<sup>11</sup> Neformální dobrovolníci jsou zahrnuti i ve skupině formálních, kde tvoří 40%.

**Graf 1, Rozložení míry životní spokojenosti respondentů podle jejich příslušnosti k dobrovolnictví.**



Zdroj: Vlastní výstupy SPSS, data: Dobrovolnictví 2009

Z grafu je dobře vidět, že respondenti na otázku zjišťující životní spokojenost odpovídali v průměru nejčastěji spíše ano. To je hlavní omezení 4 stupňové škály, protože pro analytické výpočty by byla vhodnější vícestupňová a odpovědi respondentů by byly více rozptýleny. Celkově se respondenti přiklánějí spíše k tomu, že jsou v životě spokojeni (průměr =0,82), avšak výrazné rozdíly jsou patrné mezi jednotlivými skupinami respondentů dle úrovně dobrovolnictví.

**Tab. 4 Míra životní spokojenosti u formálních/neformálních dobrovolníků a nedobrovolníků. Sloupcová procenta, zaokrouhлено na 1 desetinné místo. Občané v ČR, 2009.**

<i>Dobrovolnictví</i>				
	Formální dobrovolníci	Neformální dobrovolníci	Nedobrovolníci	Celkem
<i>Životní spokojenost, 4st. škála</i>				
<b>Rozhodně ano</b>	27,8	20,0	23,0	23,7%
<i>Adjustovaná rezidua</i>	3,8	-2,9	-1,1	
<b>Spíše ano</b>	62,9	63,2	57,9	60,6%
<i>Adjustovaná rezidua</i>	1,9	1,8	-3,2	

<b>Spíše ne</b>	8,3	13,3	16,2	13,2%
<i>Adjustovaná rezidua</i>	-5,7	0,2	5,1	
<b>Rozhodně ne</b>	1,0	3,5	3,0	2,5%
<i>Adjustovaná rezidua</i>	-3,8	2,0	1,8	
<b>Celkem</b>	100%	100%	100%	100%
<b>N</b>	1107	840	1764	3711

Zdroj: Vlastní výstupy SPSS, data: Dobrovolnictví 2009, ČSDA

N (validní) = 3711 (chybějící hodnoty 2,6%, N=100)

Chí-kvadrát:  $\chi^2(df=6, N = 3711) = 63.87, p = 0,00$  (hladina význ. =0,05)

V tabulce 4 ověřujeme hypotézu č. 1, podle níž předpokládáme, že mezi proměnnými dobrovolnictvím a životní spokojeností existuje signifikantní vztah. Výsledky testu chí kvadrátu potvrzují statisticky významný vztah mezi proměnnými (sig. =0,000). Proto zamítáme nulovou hypotézu o nezávislosti proměnných. Statistickou významnost rozdílů jednotlivých kombinací můžeme odvodit z adjustovaných reziduí, absolutní hodnoty vyšší než 2 značí signifikantní rozdíl na 5% hladině významnosti.

Výsledky ukazují, že počet těch, kteří jsou v životě rozhodně spokojeni, je ve srovnání s ostatními skupinami výrazně vyšší u formálních dobrovolníků (adj. rez. = 3,8). Životní spokojenost u formálních dobrovolníků rovněž osvětluje i mnohem menší počet těch, kteří se přiklánějí k nespokojenosti, než se očekávalo (adj. rez. -5,7). Formální dobrovolníci se liší souhrnně v jednom směru – obecně jsou spokojenější.

Neformální dobrovolníci a nedobrovolníci se také liší (na základě adj. reziduí), ale není příliš jasný směr toho rozdílu. Je tedy evidentní, že mezi proměnnou formální dobrovolnictví a životní spokojenost je významný vztah. Skupiny respondentů rozdělené dle vztahu k dobrovolnictví se liší v závislosti na deklarované míře životní spokojenosti. Ačkoli naše dosavadní analýza potvrdila vztah mezi zkoumanými proměnnými, necharakterizuje kvalitu tohoto vztahu. Abychom odfiltrovali případné oboustranné vlivy, provedli jsme regresní analýzu.

**Tab. 5 Regresní analýza zahrnující faktor neformálního a formálního dobrovolnictví ve vztahu k závislé proměnné životní spokojenost.**

<b>Faktor dobrovolnictví</b>	<b>B</b>	<b>Sig.</b>	<b>Beta</b>
Neformální dobrovolníci	,010	,717	,006

<b>Formální dobrovolníci</b>	<b>-,167</b>	<b>,000</b>	<b>-,112</b>
Konstanta	1,992	,000	

Zdroj: Vlastní výstupy SPSS, data: Dobrovolnictví 2009, ČSDA

Konstantou v tomto modelu je skupina nedobrovolníků, výsledky na uvedených řádcích jsou tedy rozdíly oproti nedobrovolníkům.

V modelu byly jako regresory použity dummy proměnné pro formální a neformální dobrovolníky.

Porovnáme-li obě skupiny, je zřejmé, že statisticky významný vztah mezi životní spokojeností platí pro formální dobrovolnictví (sig. = 0,000 při 5% hladině významnosti). Toto zjištění koresponduje s výsledky předchozích výzkumů uvedených v teoretické části. Formální dobrovolnictví statisticky významně předvídá, jakou úroveň životní spokojenosti budou respondenti uvádět ( $\beta = -0,167$   $p < .005$ ). Formální dobrovolnictví rovněž vysvětluje signifikantní rozdíly v deklarované míře životní spokojenosti mezi skupinami respondentů,  $R^2 = 0.13$ ,  $F = 24,619$ ,  $p < .05$ .

Následující tabulka popisuje vliv potenciálně intervenujících proměnných ve vztahu dobrovolnictví a životní spokojenosti, které byly analyzovány regresní analýzou.

**Tabulka výstupy regresní analýzy: Životní spokojenost a dobrovolnictví, Občané ČR, 2009, regresní koeficienty, určující rozdíly oproti základní skupině, která není modelovaná jako dummy proměnná.**

	<b>Beta</b>	<b>B</b>	<b>Sig.</b>	<b>t</b>
<b>Neformální dobrovolnictví</b>	,019	,031	,326	,982
<b>Formální dobrovolnictví</b>	-,069	-,102	,000	-3,489
<b>Muž</b>	-,003	-,004	,885	-,145
<b>Ženatý/vdaná</b>	-,097	-,133	,000	-4,329
<b>Bydliště venkov</b>	-,073	-,103	,000	-4,059
<b>Zdravotní problémy</b>	,092	,131	,000	4,787
<b>Společné soužití</b>	-,036	-,061	,108	-1,606
<b>Příjem:</b>				
<b>40tis. a více</b>	-,029	-,185	,133	-1,503
<b>20-40 tis.</b>	-,027	-,051	,334	-,966
<b>11-20 tis.</b>	-,020	-,028	,528	-,631

<b>7-11 tis.</b>	,017	,024	,598	,527
<b>Vzdělání:</b>				
<b>Vyšší</b>	-,045	-,099	,023	-2,266
<b>s maturitou</b>	-,073	-,103	,000	-3,769
<b>Konstanta</b>		2,160	,000	40,322

Zdroj: Vlastní výstupy v SPSS, Dobrovolnictví 2009, ČSDA, vlastní výstupy z SPSS

Závislá proměnná: Spokojenost se životem,  $p < 0,05$ .

$R = ,247$ ,  $R \text{ Square} = ,061$

$F = 14,661$

Konstantou je v tomto modelu regresní analýzy takový jedinec, jehož charakteristické atributy jsou ty, které jsme nezahrnuli do dummy proměnných. Je to spíše spokojená „nedobrovolnice“, která žije sama a není vdaná, vydělává si do 7 tisíc Kč měsíčně a nemá zdravotní problémy.

Touto regresní analýzou zjišťujeme, do jaké míry je životní spokojenost (jako závislá, vysvětlovaná proměnná) podmíněna některými sociodemografickými faktory a dobrovolnictvím (jako nezávislé, vysvětlující proměnné). Faktory zahrnuté v analýze byly vybrány na základě teoretické části, nicméně na životní spokojenost mohou působit další faktory, kterých si nejsme vědomi a které naše data neobsahují. Většina proměnných musela být kvůli své povaze překódována na dichotomické dummy proměnné o hodnotě 0 a 1.

#### Dummy proměnné:

- Formální dobrovolnictví 0=Ne 1=Ano
- Neformální dobrovolnictví 0=Ne 1=Ano
- Pohlaví 0= Žena 1= Muž
- Manželský status 0=ženatý/vdaná 1= ostatní
- Okolí rezidence 0=město 1=venkov
- Počet členů v domácnosti 0=žije sám 1=žije s někým
- Výše příjmu

tato proměnná byla rozdělena do 4 podskupin a každé byla přiřazena hodnota podle toho, jestli respondent do skupiny náleží (=1) či nikoliv (=0), přičemž základní kategorie s platem do 7 tisíc Kč byla ponechána jako konstanta.

- Dosažený stupeň vzdělání

tato proměnná byla rovněž rekódována do podskupin, jako konstanta byl ponechán nejnižší dosažený stupeň vzdělání „základní“ a „bez maturity“. Proměnná „vyšší“ dosažené vzdělání

měla hodnotu, podle toho, zda do ní respondent patřil (=1) či nikoliv (=0), to samé platí pro proměnnou dosaženého vstupně vzdělání „s maturitou“ (1= ano, 0=ne).

- Zdravotní stav

Tato proměnná, původně jako 4 stupňová škála byla rekódována podle svých extrémních hodnot. (0=bez zdravotních problémů, 1= vážné zdravotní problémy)

Hodnota R (=0,247) značí, že regresní model vyhovuje našim datům (čím vyšší, tím vhodnější). R square (=0,061) není příliš velké, takže predikce faktorů nebude moc vysoká. Dalo by se říci, že výše zmíněné faktory vysvětlují životní spokojenost jen z 6% (0,061\*100). Zbýlých 94 % variance je třeba hledat v dalších, pravděpodobně ne v sociodemografických, faktorech, ale např. v psychologických (míra depresivity, sebeúcta, smysluplnost života a další). Nás zajímá primárně vztah mezi životní spokojeností a dobrovolnictvím, nikoli životní spokojenost jako taková, na to nemáme vhodná data. F (=14,661) je o hodně větší než 1 a navíc je signifikantní, z čehož můžeme usuzovat na vhodnost modelu pro naše data.

Pro vysvětlení životní spokojenosti jsou relevantními proměnnými formální dobrovolnictví, manželský status, okolí rezidence, zdravotní stav, dosažené vzdělání zakončené maturitou a vyšší – všechny jejich koeficienty jsou statisticky signifikantní (Sig. <0,05). Proměnná zdravotního stavu má nejsilnější relativní vliv (standardizovaný beta koeficient je 0,092 – čím více zdravotních problémů, tím menší bude deklarovaná míra životní spokojenosti), dále má silnou působnost manželský stav (-0,097), formální dobrovolnictví (-0,069), okolí rezidence (-0,073): zde platí negativní vztah, ten ale vysvětlujeme ve vztahu ke konstantě. V tomto případě ten, kdo jako svoje bydliště zvolí město, bude s větší pravděpodobností v životě spokojenější. Pohlaví se zdá být nejslabším prediktorem životní spokojenosti, tedy to, jak jsme v životě spokojeni, neovlivňuje pohlaví.

Koeficienty regresorů uvedených jako kategorie výše příjmu nevyšly statisticky signifikantní. Tento vztah je však výsledkem multikolinearity. Po vyřazení ostatních regresorů z analýzy, je měsíční příjem vyšší než 11 tisíc Kč významným faktorem životní spokojenosti ( $p < 0,05$ ,  $R = 0,109$ ). Příjem nižší než 11 tisíc na životní spokojenost vliv nemá. To samé platí i pro proměnnou soužití v domácnosti. V regresním modelu vyšla jako stat. signifikantní po vyřazení všech ostatních proměnných ( $p < 0,05$ ,  $R = 0,131$ ). Z toho vyplývá, že i ti, co v domácnosti nežijí sami, jsou v životě spokojenější.

## **10. Diskuse a závěr**

V této práci jsme se zabývali vztahem mezi životní spokojeností a dobrovolnictvím. Po úvodním vymezení pojmů dobrovolnictví a životní spokojenosti jsme se přes metodologickou část práce dostali k vlastní analýze. V této sekci jsme na základě statistického zpracování dat potvrdili stanovené hypotézy, tedy to, že formální dobrovolnictví vysoce souvisí s životní spokojeností a že formální dobrovolníci jsou obecně více spokojeni se životem ve srovnání s neformálními dobrovolníky a nedobrovolníky.

Toto zjištění ovšem vyvolává i několik otázek, např. po povaze tohoto vztahu. Věnují se šťastnější lidé více dobrovolnictví nebo je to dobrovolnictví, co pozitivně ovlivňuje spokojenost dobrovolníků? Jestliže je mezi dobrovolnictvím a životní spokojeností významný vztah, proč se dobrovolnictví nevěnuje více lidí a jen 30% českých občanů? Pravděpodobně existují faktory, které životní spokojenost ovlivňují ještě více než dobrovolnictví. Zajímavé vysvětlení zmiňují Meier a Stutzer (2008), kteří si to vysvětlují tím, že lidé nesprávně předvídají výhody vyplývající z nějaké činnosti v delším časovém horizontu a podceňují je. Je tedy možné, že právě toto souvisí i s obecně negativními postoji českých občanů k dobrovolnictví, o nichž se zmiňují Frič s Pospíšilovou (2010).

Zajímavé by bylo například rovněž srovnat životní spokojenost u formálních dobrovolníků, kteří přijdou o zaměstnání a začnou dobrovolničit. Bylo by vhodné sledovat, jak se změní životní spokojenost u jedince, který po ztrátě zaměstnání a tím i ztrátě vyššího příjmu začne dobrovolničit.

V tomto bodě se ke slovu opět dostává několikrát zmiňovaná kauzalita. Ověřili jsme vztah mezi proměnnými i pro českou populaci, ale o příčinnosti vztahu nám výsledky informací nepodávají. Bylo by tedy vhodné provést například longitudiální studii, která by zkoumala, „co čemu předchází“.

Tato práce má rovněž i několik omezení. Některé z nich jsme nastínili už v předchozích částech práce (především v metodologické.). Omezení vyplývající ze studie se v převážné většině vztahují k tomu, že používáme data, která byla sbírána za jinými výzkumnými cíli. Měření životní spokojenosti často zohledňuje rozličné faktory, psychologické (např. míra depresivity), osobnostní (sebeúcta), fyzické, sociální (sociální akceptace, sociální soudružnost) nebo i životní zkušenosti jedince (velmi významně mohou životní spokojenost ovlivnit i traumatické události). Většinu z těchto a jiných významných faktorů, které by mohly zkoumaný vztah ovlivnit, jsme do analýzy nemohli zahrnout, protože



jejich proměnné použité data neobsahovala. To se následně odrazilo i v regresní analýze, která životní spokojenost vysvětlovala jen z 6%. Je tedy evidentní, že vysvětlení musíme z větší části hledat v jiných faktorech.

Další omezení vyplývají z měření proměnné životní spokojenosti, které bylo v dotazníku použito. Existují důkazy, že reliabilita sebesposuzovací jednopoložkové škály ohledně celkové životní spokojenosti respondenta je menší než vícepoložkové škály nebo jiné techniky (Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985, Kammann, Flett, 1983, Lyubomirsky, Lepper, 1999, Steptoe, Wardle, Marmot, 2005, cit. podle Borgonovi, 2008). Ačkoli opakovaná psychologická měření prokázala validitu jednopoložkových otázek zjišťujících celkovou životní spokojenost (viz Diener, Oishi a Lucas, 2009), byly by výzkumy pracující s více faktory přínosnější. Nevhodnost použití čtyřpoložkové škály k měření životní spokojenosti se odrazila i v analýze dat a průměrného rozložení odpovědí respondentů. Většina respondentů totiž odpověděla „spíše ano“. Při odpovídání na otázku zjišťující životní spokojenost mohli být respondenti ovlivněni rovněž svou aktuální náladou a emočním nastavením, což mohlo vyvolat i určité zkreslení. To by však mělo být eliminováno velkým množstvím respondentů.

Jiným úskalím této práce je extrémní multidisciplinarita jak životní spokojenosti, tak dobrovolnictví. Je tedy obtížné zvolit vhodný teoretický koncept. Pro další výzkumnou činnost spojenou s touto problematikou tedy doporučujeme použít multidimenzionální škály pro měření životní spokojenosti, které by zahrnovaly více faktorů či víceúrovňovou škálu pro životní spokojenost a provést longitudiální studii, která by zkoumala změny v proměnných v časovém sledu.

Jako velmi pozitivní aspekt naší studie na druhou stranu vnímáme vysoce reprezentativní vzorek a možnost generalizovat výsledky na českou populaci. Shrňeme-li tedy ještě jednou celkové výsledky této práce, můžeme říci, že čeští formální dobrovolníci jsou výrazně spokojenější než lidé, kteří se dobrovolnické činnosti věnují přímo (neformálně) nebo se jí nevěnují vůbec. Protože byl vztah mezi formálním dobrovolnictvím a životní spokojeností shledán prokazatelně významným i pro českou populaci, je nyní vhodné zkoumat detailní povahu tohoto vztahu a odpovědět si na další otázky, zejména pak na otázku kauzality.

## **11. Seznam literatury**

ASTIN, Alexander W. a kol. Long-term effects of volunteerism during the undergraduate years. *The Review of Higher Education*, 1999, 22.2: 187-202.

ANGNER, Erik. Subjective well-being. *Journal of Socio-Economics*, 2010, 39.3: 361-368.

BINDER, Martin; FREYTAG, Andreas. Volunteering, subjective well-being and public policy. *Journal of Economic Psychology*, 2012.

BLAHUTKOVÁ, Marie; DAN, J. Zdraví a osobní pohoda: některé nové přístupy a metody posuzování. In: *Škola a zdraví pro 21. století z 3. konference, současný diskurs zkoumání školy a zdraví, Brno*. 2007.

BORGONOVI, Francesca. Doing well by doing good. The relationship between formal volunteering and self-reported health and happiness. *Social science & medicine*, 2008, 66.11: 2321-2334.

Brož, Tošner a Kušková, Volunteering Infrastructure in Europe” by European Volunteer Centre; Czech republic,, CEV, 2012, Dostupné z: <http://www.volunteer.cz/res/data/021/002564.pdf>.

DISMAN, Miroslav, *Jak se vyrábí sociologická znalost*, Praha: Karolinum, 2007, 372 str., ISBN 978-80-246-0139-7

DIENER, Ed; OISHI, Shigehiro; LUCAS, Richard E. 17 Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. *Oxford handbook of positive psychology*, 2009, 187.

DIENER, Ed, et al. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 1999, 125.2: 276.

DEKKER, Paul; HALMAN, Loek. *The values of volunteering: cross-cultural perspectives*. Springer, 2003.

FRIČ, Pavol a kol. *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století*. Praha: Agnes, 2010. 263 s. ISBN 978-80-903696-8-9.

Frič, P. a kol. (2001). *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice*. Praha: Agnes, 2001.

FINKELSTEIN, Marcia A.; BRANNICK, Michael T. Applying theories of institutional helping to informal volunteering: Motives, role identity, and prosocial personality. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 2007, 35.1: 101-114.

FREY, Bruno S. et al. *Happiness: a revolution in economics* [online]. Cambridge, Mass.: MIT Press, 2008. Munich lectures in economics [cit. 2013-06-28]. Dostupné z: <http://site.ebrary.com/lib/natl/Doc?id=10227003>.

GREENFIELD, Emily A.; MARKS, Nadine F. Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 2004, 59.5: S258-S264.

HAMPLOVÁ, Dana. *Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*. 1. vyd. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2004, 43 s. ISBN 807330063x.

Hamplová, D., *Životní spokojenost, štěstí a rodinný stav v 21 evropských zemích*, ČSÚ AVAR, Praha 2006.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. Vyd. 4., V Portálu 1. Praha: Portál, 2010, 797 s. ISBN 9788073676865.

HEŘMANOVÁ, Eva. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2012, 239 s. ISBN 9788074191060.

HUPPERT, Felicia A. State-of-Science Review: SR-X2 Psychological Wellbeing: Evidence Regarding Its Causes and Consequences. *Foresight Mental Capital and Wellbeing Project*, 2008.

Higginson, Irene J. a kol., *Quality of life*, London: BMJ, 2003.

ILO. 2011. *Manual on the measurement of volunteer work*. Dostupné z: [http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@stat/documents/publication/wcms\\_162119.pdf](http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@stat/documents/publication/wcms_162119.pdf).

KEBZA, Vladimír. *Psychosociální determinanty zdraví*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2005, 263 s. ISBN 8020013075.

KOUKOLÍK, F. 2002. *Lidský mozek: funkční systémy: normy a poruchy*. 2. vyd. Praha: Portál, c2002. 456 s. ISBN 80-7178-632-2.

KUSKOVA, Valentina V. A longitudinal analysis of the relationship between life satisfaction and employee volunteerism. In: *Academy of Management Proceedings*. Academy of Management, 2011. p. 1-6.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 279 s. ISBN 8071785512.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2002, 198 s. ISBN 8024701790.

MACNEELA, Pádraig. The give and take of volunteering: Motives, benefits, and personal connections among Irish volunteers. *Voluntas: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 2008, 19.2: 125-139.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. 287 s. ISBN 80-7178-549-0.

MARKS, Nic; SHAH, Hetan. A well-being manifesto for a flourishing society. *Journal of Public Mental Health*, 2004, 3.4: 9-15.

MEIER, Stephan; STUTZER, Alois. Is volunteering rewarding in itself?. *Economica*, 2008, 75.297: 39-59.

Mičánková, M., Hodnocení kvality života, Diplomová práce, MU Brno, 2013.

MOHAPL, Přemysl. *Úvod do psychologie nemoci a zdraví*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1992, 89 s. ISBN 8070671270.

MORROW-HOWELL, Nancy, et al. Effects of volunteering on the well-being of older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 2003, 58.3: S137-S145.

MUSICK, Marc A.; WILSON, John. *Volunteers: A social profile*. Indiana University Press, 2008.

NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. 1. vyd. Praha: Academia, 2000, 335 s. ISBN 8020007636.

NOLEN-HOEKSEMA, Susan et al. *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Vyd. 3., přeprac. Praha: Portál, 2012. 884 s. ISBN 978-80-262-0083-3.

O'BRIEN, Liz; TOWNSEND, Mardie; EBDEN, Matthew. 'Doing something positive': Volunteers' experiences of the well-being benefits derived from practical conservation activities in nature. *VOLUNTAS: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 2010, 21.4: 525-545.

PETROVÁ KAFKOVÁ, Marcela. Dobrovolnictví seniorů jako součást aktivního stárnutí. *Sociológia-Slovak Sociological Review*, 2012, 2: 212-232.

Pospíšilová, T., Frič, P., Tošner, J., 2011: "Volunteering Infrastructure in the Czech Republic: Situation - Trends – Outlook" ; Dostupné z: <http://www.hest.cz/res/data/008/001134.pdf>

POST, Stephen G. Altruism, happiness, and health: It's good to be good. *International Journal of Behavioral Medicine*, 2005, 12.2: 66-77.

PILIAVIN, Jane Allyn; SIEGL, Erica. Health benefits of volunteering in the Wisconsin Longitudinal Study. *Journal of Health and Social Behavior*, 2007, 48.4: 450-464.

PILIAVIN, Jane A. Feeling good by doing good: Health consequences of social service. *Processes of community change and social action*, 2005, 29-50.

PLAGNOL, Anke C.; HUPPERT, Felicia A. Happy to help? Exploring the factors associated with variations in rates of volunteering across Europe. *Social Indicators Research*, 2010, 97.2: 157-176.

SOZANSKÁ, Olga; TOŠNER, Jiří. Dobrovolníci a metodika práce s nimi. *Praha: Portál*, 2002.

STUHLÍKOVÁ, Iva. *Základy psychologie emocí*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2007, 227 s. ISBN 9788073672829.

THOITS, Peggy A.; HEWITT, Lyndi N. Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 2001, 115-131.

*The American Heritage college dictionary*. 4th ed. Boston: Houghton Mifflin, c2002, xxviii, 1636 s. ISBN 0618098488

UNV, State of the World's Volunteerism Report: *Volunteering and well-being*, UNV, 2008, ISBN-13:978-92-1-101246-0.

VECINA, María L.; FERNANDO, Chacón. Volunteering and well-being: is pleasure-based rather than pressure-based prosocial motivation that which is related to positive effects?. *Journal of Applied Social Psychology*, 2013.

WILSON, John; MUSICK, Marc. The effects of volunteering on the volunteer. *Law and contemporary problems*, 1999, 62.4: 141-168.

Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů

(zákon o dobrovolnické službě). Dostupné z:  
<http://www.dobrovolnik.cz/res/data/010/001313.pdf>.

Zdroj dat:

*Datový soubor Dobrovolnictví 2009.NSDstat. Pavol FRÍČ a Univerzita Karlova v Praze, Fakulta sociálních věd, CESES. 2009. vyd. Praha: Sociologický datový archiv, 2009, Sociologický ústav Akademie věd ČR, v.v.i.. ISBN dobrovolnictvi\_09.,NSDstat 200501. Dostupné z: <http://nesstar.soc.cas.cz/webview/>.*